

Eric Berne

SORSKÖNYV

(Háttér Kiadó 1997 ISBN: 9639365157)

A mű eredeti címe: What Do You Say After You Say Hello? 1972

Fordította: Ehmann Bea 1997

Szaklektorok: Buda Béla dr., Nábrády Mária

Copyright 1972 City National Bank, Beverly Hills,

California; Robin Way and Janice Way Farlinger

*

A SZÍNHÁZ ÉS AZ ÉLET

53. oldal.

A sorskönyvet próbálgatni és finomítgatni kell, hogy az igazi életdráma zökkenőmentesen megtörténhessen. Ez kicsit olyasmi, mint a színházi olvasó próbák, próbák és főpróbák a premier előtt. Életünk sorskönyve a kora gyermekkorban úgynevezett protokollok formájában kezdődik. A darabnak kezdetben csak kevés szereplője van. Színésztársaink a szüleink és a testvéreink, ha pedig árvaházban nevelkedünk, akkor a szobatársaink és a nevelőink. Mindenki mereven, szóról szóra játssza a szerepét, hiszen maga a család sem más, mint intézmény, ahol a gyermek rendszerint nem túl sok lelki rugalmasságot tanul. A serdülőkorban életünk színpada kitágul. Ekkor keressük meg azokat a partnereket, akik hajlandóak eljátszani a mi sorskönyvünkben előírt szerepeket (ők azért teszik ezt meg nekünk, mert az ő sorskönyvükhöz miránk van szükségük).

Ez az időszak arra való, hogy stilizálgassuk a szöveget, finomítgassuk a cselekmény részleteit. A serdülőkor olyan, mint a főpróba, mint a Nagy Előadás előtti vidéki hakni. A sorskönyv a fináléban éri el a csúcspontját, ekkor söpörjük be életünk “nyereségét”. Ha jó volt a sorskönyvünk, akkor

vidám búcsúvacsora után távozunk, ha rossz volt, akkor a kórházi ágyról, a börtöncella vagy a zárt osztály ajtajából, az akasztófa alól vagy a halottasházból rebegetjük el a végszót.

4. Csaknem minden sorskönyvben meg van írva a “jó fiú/lány” és a “rossz fiú/lány”, valamint a “nyertes” és a “vesztes” szerepe. Hogy ki a jó és ki a rossz, ki a vesztes és ki a nyertes, az sorskönyvenként változik, a lényeg az, hogy e négy szerep mindig jelen van, és esetenként kombinálódik. A cowboyfilmekben a jó fiú egyben nyertes is, a rossz fiú pedig kötelezően veszít. A jó fiú bátor, jóképű, becsületes és tiszta szívű, a rossz fiú alattomos, csúnya, gonosz és nőcsábász. A nyertes életben marad, a vesztest felakasztják vagy lelövik. A szappanoperában a jó kislány férjhez megy, a rossz kislány elveszíti a Férfit. A karrierdarabokban a nyertes köti a legjobb üzletet, és ő kapja a legjobb állást, az ostoba vesztes pedig hoppon marad.

A sorskönyv-analízisben a nyerteseket “hercegnek” vagy “hercegnőnek”, a veszteseket “békának” nevezzük. Az analízis célja, hogy a békákat herceggé vagy hercegnővé változtassa. Ezért a terapeutának ki kell találnia, kik a jó fiúk és kik a rossz fiúk a páciens sorskönyvében, s azt is, miképpen kíván az illető nyertessé válni. A páciens rendszerint nem siet herceggé változni, hiszen nem azért jött a terápiába – rendszerint csupán az a célja, hogy ügyesebb vesztes lehessen. Ez természetes, hiszen ha ügyesebb vesztesé válik, akkor sokkal kényelmesebben élhet a régi sorskönyvében, ha pedig átalakul nyertessé, akkor az összes addigi kacsatot ki kell dobnia a szemétkébe, és előlről kell kezdenie mindent.

A való életbeli sorskönyveket is “menedzselni”, időben szervezni kell, akár csak a színdarabokat. Ezt a tényt jól illusztrálja, ha például kifogy az autónkból a benzin. Ez mindig úgy zajlik, hogy már órákkal-napokkal előtte látjuk, hogy fogytán a benzinünk, és tudjuk, hogy tankolnunk kell, ám valamilyen oknál fogva elmulasztjuk ezt. Gyakorlatilag lehetetlen, hogy a dolog előzetes figyelmeztető jelek nélkül történjen meg, az ilyen történet a vesztes sorskönyv szerves része. Sok nyertessel egész élete során egyszer sem fordul elő, hogy autója az országút közepén kifogyjon a benzinből.

A sorskönyvek alapja a szülői programozás, s ezt a gyermek három okból

fogadja el. (1) Értelmet és célt ad az életének. A gyermek sok mindent mások kedvéért, elsősorban a szülei szeretetéért tesz meg. (2) Lehetőséget ad neki arra, hogy (a szülei számára) elfogadható módon strukturálja be az idejét. (3) Az embereknek szükségük van arra, hogy megmondják nekik, hogyan kell végezniük a dolgokat. A saját kárunkon történő tanulás nagyon lelkesítő lehet, de korántsem praktikus. Valaki nem attól válik jó pilótává, hogy összetör egy pár gépet, amíg rá nem jön, hol hibázta el a manővert. Más kárán szokás tanulni, nem feltétlenül a magunkén. A sebésznek is tanártól kell tanulnia, nem a saját elfuserált vakbélműtétjeiből. Ezért a szülők igyekeznek megtanítani gyermekeiket mindarra, amit valaha ők megtanultak, vagy úgy vélnek, hogy megtanultak. Ha vesztesek, akkor a vesztes életprogramjukat adják tovább, ha nyertesek, akkor a nyerteset. Mindebből hosszú távon valamiféle történet kerekedik ki. Míg a végeredmény jó vagy rossz mivolta jórészt a szülői programozástól függ, a konkrét sztorit maga a gyermek gondolja ki.

PIROSKA ÉS A FARKAS

60. oldal.

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy aranyos kislány, akit Piroskának hívtak. Egy napon az édesanyja elküldi őt az erdőbe, hogy ételt vigyen a nagymamájának. Piroška útközben találkozik a csábító Farkassal, aki igencsak jó kis husinak gondolja őt. A Farkas ráveszi Piroškát, hogy ne siessen, érezze jól magát, térjen le az ösvényről, és szedegessen virágot.

Amíg Piroška ekként késlekedik, a Farkas elmegy a Nagymama házába, és felfalja az idős hölgyet. Mire Piroška megérkezik, a Farkas úgy tesz, mintha ő lenne a Nagymama, és maga mellé invitálja Piroškát az ágyba. Piroška rá is pattan a nyoszolyára, bár észlel néhány olyan jelet a Farkas testén, melyek arra vallanak, hogy a Farkas nem kifejezetten azonos a Nagyival. A Farkas először türelmesen gyözködi Piroškát, majd felfalja (kétségkívül anélkül, hogy előzőleg hosszan rágcsálta volna). Nemsokára jön a Vadász, és megmenti Piroškát, oly módon, hogy felvágja a Farkas hasát, és így a

Nagymama is épségben kijöhet. Ezután Piroska örömezt segédkezik a Vadásznak abban, hogy telepokolják kövekkel a Farkas hasát. A mesének olyan változata is van, ahol a Vadász fejszével öli meg a Farkast, még éppen az utolsó pillanatban, mielőtt a gazfickó felfalná szegény Piroskát.

Újra a régi elcsábítási jelenetet látjuk hát, a virágot szedegető ártatlan lánykával és az őt becsapó fondorlatos vadállattal. Az állat szeret gyerekeket falatozni, ám kövekkel a hasában végzi. Akárcsak Amümóné, Piroska is egy apróbb megbízatás teljesítése közben keveredik bajba a Farkassal, és ő is összebarátkozik a megmentőjével.

A Marslakó számára a fenti két történet érdekes kérdéseket vet fel. Ő egy az egyben vesz mindent, még a beszélő Farkast is, habár sohasem látott ilyesmit. A tények ismeretében elgondolkodik, miről is szól ez az egész, és vajon miféle emberekkel történnek efféle dolgok. Az alábbiakban bemutatjuk a Marslakó gondolatait.

A MARSLAKÓ ÉRTELMEZÉSE

Egy napon a Mama elküldi Piroskát az erdőbe, hogy ebédet vigyen a Nagymamának, s a kislány útközben találkozik a Farkassal. Miféle anya az, aki a rengetegbe küldi kislányát, holott tudja, hogy ott hemzsegek a farkasok? Miért nem megy ő maga, vagy legalább miért nem kíséri el Piroskát? Ha a Nagymama valóban olyan gyámoltalan és beteg, akkor miért hagyja őt egyedül a távoli kunyhóban? Ha pedig Piroskának mindenképpen egyedül kell mennie, miért nem figyelmezteti őt, hogy ne álljon le farkasokkal trafikálni? A történetből világosan kitűnik, hogy Piroskának soha senki nem mondta, hogy az ilyesmi veszélyes. Ilyen ostoba anya nincsen, ezért élhetünk a gyanúperrel, hogy talán meg akart szabadulni a kislányától. Persze azért ritka egy liba ez a Piroska is: hogyan lehetséges, hogy miután megnézi a Farkas szemét, fülét, mancsait és fogait, még mindig azt hiszi, hogy ő a Nagymama? És vajon miért nem menekül el hanyatt-homlok? Meg hát, valljuk meg, elég galád kis lény lehet az olyan, aki köveket gyűjtöget, hogy majd a Farkas hasába gyömöszölje őket. Egy jóérezésű kislány semmi esetre sem állt volna meg virágot szedni,

hanem azt gondolta volna magában: “Ez a disznó meg fogja enni a nagymamám, ha nem keresek sürgős segítséget.”

A Nagymama és a Vadász sem állnak minden gyanún felül. Ha a történet drámai alakjait valós személyeknek tekintjük, akkor elmondhatjuk, hogy mindegyiküknek megvan a maga sorskönyve, és életük Marslakó-szemszögből nézve nagyon is összefonódik.

1. Az Anya szemmel láthatóan arra törekszik, hogy “véletlenül” elveszítse kislányát, de legalábbis valami ilyesmit szeretne sóhajtozni: “Hát nem borzasztó, hogy az ember még csak le sem mehet sétálni a parkba anélkül, hogy ott ne ólálkodna egy farkas...” stb.

A Farkas ahelyett, hogy nyulakat meg hasonlótakat evett volna, kicsikét túllőtt a célon, és tudnia kellett, hogy ez nem vezet jóra, tehát mintegy kihívta maga ellen a sorsot. Fiatalkorában valószínűleg Nietzsche-t vagy hasonlót olvasgathatott (ha tudott beszélni és meg tudta kötni a fején a Nagymama sapkáját, hát miért ne tudhatott volna olvasni is?), és valami ilyesféle mottó szerint élhetett: “Élj veszélyesen, és halj meg dicsőségesen!”

3. A Nagymama egyedül él, és nyitva hagyja az ajtaját, mintha arra várna, hogy valami érdekesség történjen – olyasmi, ami soha nem eshetne meg, ha a családja körében pergeti napjait. Lehet, hogy éppen ezért nem költözött hozzájuk vagy legalábbis a szomszédságukba. Minthogy Piroska még igencsak kicsi, a Nagymama is valószínűleg elég fiatal lehet ahhoz, hogy kaland után sóvárogjon.

4. A Vadász napnál világosabban a Megmentő szerepét játssza, olyasvalakiét, aki szívesen túlórázik annak érdekében, hogy helyes kislányok előtt villoghasson ellenfelei legyőzésével: jó kis kamaszsorskönyvet jelenít meg.

5. Piroska elég kifejezetten értésére adja a Farkasnak, hol találhatja meg újra, és még ágyba is bújik vele. Semmi kétség, a “Megerősakolódsi” nevű játszmat játsza, a dolog végén pedig kifejezetten elégedettnek tűnik.

Az igazság az, hogy a történet minden szereplője kalandot keres, mégpedig bármi áron. Ha a végén névértéken vesszük a nyereséget, akkor az egész jól kitervelt akció csak azért történt, hogy átverjék a Farkast, hogy előbb ő

higgye, hogy mindenkinek túljárt az eszén, és ehhez Piroskát használták csaléteknek. A sztori tanulsága így hát nem az, hogy ártatlan kislányok tartózkodjanak a farkasoktól hemzsegő erdőben történő mászkálástól, hanem az, hogy a farkasoknak kell óvakodniuk ártatlan kinézetű kislányoktól és azok nagymamáitól; röviden, a farkasoknak nem tanácsos egyedül az erdőbe merészkedniük. Ugyancsak felmerül az az érdekes kérdés is, vajon mivel múlatta idejét az édesanya, miután egy teljes napra megszabadult a kislányától.

Ha mindez túl cinikusnak vagy malackodóan viccesnek tűnik, nézzük meg, hogyan viselkedik Piroska a valóságos életben. A kulcskérdés az, hogy ilyen anya mellett, ilyesféle élmények birlokában hogyan viselkedik az immár felnőtt Piroska.

73. oldal.

Emberi sors

Az életút és az életerv közötti különbséget jól illusztrálhatjuk két laboratóriumi patkány sorsán: megmutatjuk, hogy az anyapatkány viselkedése hogyan befolyásolta az utódok életét. 6 Az első állatot Purdue-Wistar-III Viktornak vagy röviden Viktornak hívták. (A Purdue-Wistar a kísérletben használt patkányok valódi vezetékneve volt, Viktor és Artúr pedig emberek, a névadó kísérletvezetők voltak) Viktor régi kísérleti családból származott, már génjeiben hordozta a laboratóriumi életre való alkalmasságot.

Anyját, Viktóriát kiskorában sokat dédelgették, és szeretettel nevelték. Viktor távoli unokatestvére, Purdue-Wistar-III Artúr ugyancsak alkalmas volt a kísérleti állat szerepére. Artúr anyja, Artúria mostoha körülmények között nevelkedett: szinte sohasem hagyhatta el ketrecét, és kiskorában soha senki sem simogatta meg. Amikor a két unokafivér felnőtt, Viktor kövérebb lett, kevésbé érdekelte a környezete, és gyakrabban pottyantott széket, mint Artúr. Hogy a kísérlet után mi lett a sorsuk, arról nem szól a fáma, mivel ezt külső erők határozták meg, esetünkben a tudósok szándékai. Életútjukat tehát meghatározták a

génjeik, anyjuk korai élményei és később olyan, náluk hatalmasabb erők, amelyeket nem ismertek és nem is tudtak befolyásolni. Mindez erősen korlátozta Viktor és Artúr “sorskönyveit” vagy “életterveit”. Így a lusta Viktor kielégíthette vágyait, a kíváncsi Artúr pedig szenvedett a ketrecben; ám bármennyire is szerették volna, egyiküknek sem állt módjában utódokat nemzeni.

Viktor és Artúr távoli rokonai, Tom, Dick és Harry, másfajta élményekben részesültek. Tomot arra programozták, hogy az áramütés elkerülése végett nyomjon le egy pedált, s jutalmul mindig kapott valami finom falatot. Dick ugyanezt tanulta meg, azzal a különbséggel, hogy mindig egy korty alkohol volt a jutalma. Harryt szintén beprogramozták az áramütés elkerülésére, de siker esetén ő egy kellemes hatású áramimpulzust kapott. Ezután összekeverték őket, míg végül mindhárman megtanulták mindhárom programot. Végül olyan ketrecbe helyezték őket, ahol három pedál volt: az egyik ételt adott, a másik alkoholt, a harmadik pedig kellemes áramütést. Ekkor mindhárman meghozhatták saját “döntésüket” arról, hogyan kívánják leélni életüket: állandó evéssel, részeg fetregéssei, kellemes áramütésekkel, vagy e három lehetőség kombinációjával vagy váltakoztatásával. Az új ketrecben még taposómalom is volt, amely újabb lehetőségeket és jutalmakat kínált.

Mindez tehát pontosan olyan volt, mint a sorskönyvi döntés, mivel mindegyik patkány megválaszthatta, hogy ínyencként, alkoholistaként, kalandkeresőként, atlétaként vagy ezek keverékeként éli le az életét. Ám az is igaz, hogy bár mindannyian követhették “sorskönyvi döntéseiket”, és élvezhették ennek következményeit mindaddig, amíg a ketrecükben maradhattak, életük végső kimenetelét mégis egyfajta vis maior határozta meg: hiszen a kísérletvezető bármely pillanatban úgy dönthetett, hogy kedve szerint megszakítja az egész történetet. A patkányok “életúját” és életstílusát tehát saját élettervük határozta meg egészen a végső kimenetelig, amely azonban másvalaki kezében volt. De még ezeket az “életterveket” is csak a “szüleik”, vagyis az őket programozó kísérletvezetők által kínált lehetőségek közül választhatták. És még választásaikat is az határozta meg, milyen korábbi élettapasztalatokkal

rendelkeztek.

Bár az ember nem laboratóriumi állat, sokszor mégis úgy viselkedik, mintha az volna. Néha ketrecbe zárnak bennünket, és patkányként bánnak velünk. Uraink és parancsolóink kedvükre manipulálnak minket, és jól szórakoznak rajtunk, és ha úgy tetszik nekik, akár fel is áldoznak bennünket. A ketrecnek azonban sokszor nyitva van az ajtaja, és akkor kisétálhatunk. Ha nem tesszük, nyilván jó sorskönyvi okunk van a bentmaradásra. A ketrec világa ismerős és otthonos, és ha belekóstoltunk a nagyvilág örömeibe és rémségeibe, sokszor visszaosonunk a nyomógombjainkhoz és a pedáljainkhoz, hiszen tudjuk, hogy ha a megfelelő gombot nyomjuk le a megfelelő pillanatban, akkor hozzájuthatunk a mindennapi kenyérünkhöz, italunkhoz és szórakozásainkhoz. Az ilyen ketrecben élő emberek mégis titokban abban reménykednek vagy attól rettegnek, hogy egy nap eljön majd a Nagy Kísérletező, a Nagy Számítógép, aki megváltja őket, vagy véget vet szenvedéseiknek.

81. oldal.

Születés előtti hatások

A sorskönyv már akkor kezdődött, amikor az Élet éppen csak magára eszmélt az Ősóceánban, és tapasztalatait kémiai úton, gének formájában megpróbálta továbbadni az utódoknak. Ez a vegyipari módszer a pókban érte el csúcspontját, aki már a kromoszómáiban hordozza azt a tudást, hogyan kell bonyolult geometriai mintázatokat szőni minden sarokban, ahol csak megtelepszik. A pók sorskönyve a DNS-molekulákban van megírva, s ő afféle jól nevelt, szorgos horgolótűként éli le egész életét, a kitörés, a változás legkisebb esélye nélkül.

A gének az ember sorsába is a leghatározottabban beleszólnak. Előírnak számára bizonyos mintázatokat, és határt szabnak vágyainak – eldöntik, mekkora készsége legyen ahhoz, hogy atléta, filozófus vagy zenész legyen. Pszichológiai gátjaink miatt azonban még ezeket az adottságainkat

sem igazán használjuk ki. Hány született balettművész táncol pincérként mások tányérjaival az étteremben, hány zseniális matematikus piszdog mások számoszlopaival a bankok hátsó szobáiban? Mindettől eltekintve, elvben mégis igen tág lehetőségeink nyílnak önmagunk megvalósítására. Csak sajnós, az a helyzet, hogy a gének mellett a szüleink is beleszólnak a sorsunkba, már jóval azelőtt, hogy egyáltalán a világra jöttünk volna.

Amint az élet túlhaladta a pusztán kémiai irányítás elvét, új szabályzók vették át az uralmat. Közülük talán a legegyszerűbb az imprinting vagy bevésődés, ami szinte csak egy lépéssel jobb, mint a reflex. Az imprinting azt jelenti, hogy az újszülött szervezet anyjának tekinti a legelső dolgot, amit világrajövedelekor megpillant, még akkor is, ha ez egy madzagon rángatott sárga labda. Ez az automatikus válasz természetesen a túlélést szolgálja, ám sok bajt is okozhat.

A következő fejlődési fok az volt, amikor bizonyos állatok az anyjukkal maradtak, és játékosan tanultak. Az olyan mintákat, melyek túl bonyolultak vagy változatosak ahhoz, hogy a gének által közvetíthető legyenek, egy enyhe anyai harapás vagy fültövön csapás jobban megérteti a csemetével. Aztán jött az utánzás és a hangjelekre való válaszadás, így a fiatal kis állat már nemcsak azt tudta, amit a génjeiben hozott és amit közvetlenül anyjától tanult, hanem mindenre reagált, amit csak látott-hallott maga körül az erdők, mező, tengerek tarkabarka világában.

A sorskönyv olyan, mint egy számítógépprogram, amely még akkor is kiválóan működik, amikor a “programírók” már régen eltávoztak az élő sorából.

113.oldal.

A tipikus emberi lény hatéves korára már elhagyja az óvodát (legalábbis Amerikában), és belép az első iskolai osztály versengő társadalmába, ahol a maga erejéből kell feltalálnia magát a tanárok és a többi gyerek között. Szerencsére ekkorra már nem az ismeretlen világba kivetett bébi többé, ám így is nagy kaland számára, hogy családjá meghitt zugát elhagyva eligazodjon második otthonának szociális és kommunikációs metropoliszában. Az elsős agya már réges-rég “huzalozva” van arra,

miképpen is fog boldogulni, és élettervei már készen állnak Jól tudták ezt a középkori paptanárok, akik az elhíresült szlogent hangoztatták: “Add nekem a gyermeket hatéves koráig, aztán már viheted, mégis az enyém marad.” A jó óvónő megjósolja, mi lesz a gyerekből, és milyen élete lesz: boldog vagy boldogtalan, nyertes vagy vesztes.

Lurkónk az Örök Jövő terveit a családi adatbázisból meríti. A gyermek szabadnak születik, de hamar megtanulja az ellenkezőjét. Az első két évben főleg az anya programozza; ez a program alkotja meg a sorskönyv előfutárát, az “alapsztorit”, ami kezdetben arról szól, hogy én nyelek vagy engem nyelnek el, később, a fogzás idején pedig arról, hogy én harapok vagy engem harapnak meg. Itt dől el, hogy Goethe szavaival “üllők leszünk vagy kalapácsok”, nyertesek vagy vesztesek, és itt történnek meg a görög mitológiai történetek, a gyermek felfalatása meg az, hogy a költő szárnyai széthullva hevernek a földön. Sokszor már a bölcsődében is világosan kitűnik, ki az úr a házban: a baba vagy a mama. Bár a helyzet később megfordulhat, a harag vagy a stressz perceiben visszatér az eredeti felállás. Minthogy nagyon kevés embernek vannak saját emlékei, e fontos korszakot sokszor a szülők, a rokonok, dadusok és gyermekorvosok segítségével, álmofejtés útján vagy a családi album nézegetésével lehet csak rekonstruálni.

117. oldal.
Gipsz Jakab

Vegyük egy olyan középiskolás fiú példáját, aki keményen iszik. Jakab hatéves volt, amikor anyja rajtakapta, hogy jól meghúzta a pálinkásüveget, és rákiabált: “Te még túl fiatal vagy ahhoz, hogy pálinkát igyál!”

(1) Amit az anya állít, hogy mondani akart, az az volt, hogy “Nem akarom, hogy a fiam pálinkát igyon”. (2) A naiv szemlélő, Jakab nagybácsikája egyetértett ezzel: “Hát persze hogy nem akarja, hogy a kölyök pálinkát igyon. Jóézésű anya nem is akarhat ilyet.” (3) Az anya valójában azt mondta: “Te még túl fiatal vagy ahhoz, hogy pálinkát igyál!” (4) Ezzel valójában azt akarta mondani, hogy “A pálinkaivás a férfiak dolga, és te

még kisfiú vagy”. (5) Jakab mindebből annyit értett, hogy “Ha majd be kell bizonyítanom, hogy férfi vagyok, akkor pálinkát kell innom”.

Az anyai dorgálás a földlakó-gondolkodás számára a józan ész mintapéldájának tűnik. A gyermekek azonban friss aggyal, marslakó-módon gondolkodnak, és nyitott szemmel néznek a világra mindaddig, amíg szüleik le nem szoktatják őket erről. A gyermeknek nagy szüksége van arra, hogy kitalálja, mit is gondolnak a szülei valójában, hiszen ezáltal képes megtartani szeretetüket vagy legalábbis oltalmukat. Vannak családok, ahol szinte a gyermek élete múlik ezen. Mindemellett a gyermek szereti is a szüleit, és életének fő célja, hogy igyekezzék a kedvükre tenni (ha engedik), s ennek érdekében feltétlenül tudnia kell, mik a szándékaik és mit gondolnak valójában.

A gyermek tehát még a legáttételesebb és legközvetettebb utasításból is kiolvassa a “marsi üzenetet”, s e képessége révén programozza be életét. A macskák és a galambok is képesek ugyanerre, csak nekik tovább tart. A folyamatot azért nevezzük programozásnak, mert az utasítások hatása általában hosszan tartó, sőt esetenként végleges. A gyermek számára a szülő óhaja parancs, és ez így is marad mindaddig, amíg be nem következik valami rettenetes sorscsapás. A megpróbáltatások (háború, börtön) és az eksztatikus érzelmek (megtérés, szerelem) gyorsan felszabadítják az embert a programozás hatása alól, a szokásos élettapasztalat és a pszichoterápia jóval lassabban teszi ugyanezt.

A szülők halála nem mindig hozza meg az átok alóli feloldozást, sőt az esetek egy részében még szörnyűbb lelki béklyókat rak az egyénre. Az Alkalmazkodó és nem a Szabad Gyermeki által uralt, sorskönyv-vezérelt emberek a legnyomorúságosabb feladat elvégzésére kiadott szülői parancsot is teljesítik, és minden határon túli áldozathozatalra képesek. Olyasfajta kötődés ez, mint például a strici és az utcalány kapcsolata. A prostituált inkább marad, hagyja magát a végletekig kizsákmányolni, és a szenvedésteli sorsot választja ahelyett, hogy venné a bátorságot, elhagyná “védelmezőjét”, és kilépne a szabad életbe.

A szavakat a Marslakó az eredmény figyelembevételével fordítja le valódi jelentésükre, vagyis nem az számít neki, hogy mi volt az eredeti vagy

látszólagos szándék, hanem az, hogy mi lesz a végkifejlet.

A kellemes szülői védelem álarcában megjelenő dolgok valójában kellemetlen kötelezettségek és kényszerek. A kamasz fiú összetöri az apja autóját, a papa csillagászati összeget fizet a javításért. A “jó apa” többször is “megtárgyalja” a dolgot a fiával, majd az egyik beszélgetés végén mogorván odaveti: “Nagyon rosszat tettél nekem, de ne idegeskedj annyit ezen.” Ezt a nagylelkű feloldozást a fiú természetesen úgy értelmezte: “Persze valamennyit azért mégiscsak idegeskedjél.” Ha azonban a fiú jelét adta, hogy idegeskedik, vagy megpróbált apja kedvében járni, hogy jóvátegye vétkét, az apa mindig ráfordult: “Mondtam már, hogy ne idegeskedj annyit”. E “kedves” attitűd marsi nyelven annyit tesz: “Csak idegeskedjél mindaddig, amíg azt nem mondom, hogy az már sok.”

Ennél sokkal kifejezőbb példa az ügyes pincérnő esete, aki olyan zseniálisan manőverezett a zsúfolt étterem asztalai közötti szűk helyen a forró ételekkel teli tányérokkal, hogy ámulatba ejtette a főnökeit, és a vendégek is szájtátva csodáltak. Egy napon eljöttek a szülei, hogy megtekintsék a lányukat munka közben. Amikor a lány a tányértonnyal a kezében ellibbent az asztaluk mellett, az aggódó mama rákiáltott: “Vigyázz, el ne ejtsd!” A többit elképzelhetjük. Életében először, a lány... Nos, még a legföldibb gondolkodású ember is elképzelheti, mi történt.

Jakab esetében a másnapos anya szájából elhangzó “Te még túl fiatal vagy ahhoz, hogy igyál!” annyit jelent, hogy “Na nyomás, kezdjél csak el inni, hogy én majd tiltakozhassak”. Ez a manőver végső célja. Jakab tudta, hogy előbb-utóbb ivásra kell adnia a fejét, ha el akarja nyerni anyja lagymatag figyelmét, szeretetének gyatra pótlékát. Az anyai óhaj beteljesítendő küldetéssé vált. Jakab jó példát látott keményen gürcölő apjában, aki rendszeresen leitta magát a hétvégeken. Tizenhat éves korára Jakab már keményen ivott. Tizenhét éves korában a nagybátyja leültette az asztalhoz, eléje tette a pálinkásüveget, és így szólt: “Jakab fiam, most megtanítalak, hogyan kell inni.”

Apja lekicsinylő mosollyal szokta mondogatni neki: “Olyan buta vagy.”

Szinte ez volt az egyetlen módja annak, hogy az apja egyáltalán hozzászólt, így hát Jakab elég korán megértette, hogy egyetlen feladata, hogy valóban buta legyen – jó példája a marslakó-gondolkodásnak, mivel az apa világosan értésére adta, hogy nem tűr meg okostojásokat a házában. Közléseinek igazi értelme ez volt: “Jobban teszed, ha ostoba vagy, amíg én itt vagyok”, és Jakab nagyon pontosan megértette ezt.

Rengeteg gyerek nevelkedik olyan családban, ahol az apa keményen dolgozik, és keményen iszik. A kemény munka szerepe, hogy kitöltse az időt az ivások között. Az ivás azonban kihat a munkára, és a munkásosztály átkát jelenti. Másfelől, a munka kihat az ivásra, s így az iszákosok társadalmának átkát jelenti. Az ivás és a munka egymás ellenpárjai: ha az ivás az életterv vagy sorskönyv része, akkor a munka az ellentétes sorskönyv fő eleme.

191.oldal

Sokan megpróbálnak a totemállatukhoz hasonlóvá válni. A legtöbb nő imádja az édes kiscica vagy a rejtelmes vadmacska szerepét. Bár a nők kéz-láb koordinációja társas helyzetekben erősen stilizáltak mondható, a figyelmes szemlélő a fejmozgásukból nagy biztonsággal következtethet a titkos totemállatukra. A női fejek játéka utánozhat macskát, madarat vagy kígyót, csakúgy, mint a természetben. A férfiak nagyobb ívben és szabadabban mozgatják végtagjaikat és egész testüket – némelyikük ló módjára dobbantgat, vagy óriáskígyóként lóbálja karjait. Rendszerint nem tévedünk nagyot az ilyesfajta képzettársítások során, s sejtéseinket igazolhatják a beszélő által hangoztatott hasonlatok, metaforák vagy álmok.

193.oldal

A fenti nehézségek és változások azt eredményezik, hogy Jancsiban egyre jobban tudatosulnak a saját testi reakciói. Szülei szeretete immár nem mindig védi meg őt a külvilág hatásaitól, másfelől meg már nem kell meghunyászkodnia haragjuk, részegségük, siránkozásuk vagy veszekedésük előtt. Bármilyen legyen is a helyzet otthon, a külvilágban Jancsi

önmagára van utalva. Ki kell állnia az osztály elé felelni, végig kell sétálnia a folyosón a többi fiú és lány kritikus tekintetének keresztüzében meg ilyesmik. Jancsit néha izzadsághullám önti el, keze remegni kezd. A lányok pironkodnak, ruhájuk átnedvesedik, a legalkalmatlabb pillanatban rájuk tör a gyomorkorgás. Mindkét nem külső és belső záróizmai felfokozottan működnek, és e serdülőkori testi történések hosszú távon meghatározhatják, melyik pszichoszomatikus betegség játszik majd kitüntetett szerepet az egyén sorskönyvének későbbi alakulásában. Jancsi testnyílásainak záró izmai a serdülőkorban mintegy újra beidegződnek.

195.oldal

A serdülőkor az az életszakasz, amikor Jancsint a sorskönyve és az ellentétes sorskönyve között tétovázik, vagy inkább vergődik. Először megpróbálja követni a szülői utasításokat, majd fellázad ellenük, hogy aztán újra a sorskönyvi programozottság kellős közepén találja magát. A kamaszkor végén, amikor elvégzi az egyetemet, vagy leszerel a hadseregből, már eljut valamiféle döntéshez: vagy belenyugszik a számára előírt életbe, vagy elmenekül, és szépen megindul a lejtőn a sorskönyv “nyeresége” felé. Várhatóan mintegy negyvenéves koráig halad ezen az úton, és akkor beáll a második krízis. Ha mindaddig a szülői utasításokat követte, most elhagyja a feleségét, kilép a munkahelyéről, meglép a vállalati kasszával, de legalábbis festeni kezdi a haját, és gitárt vásárol. Ha eddig a sorskönyve szerint élt, akkor belép a Névtelen Alkoholisták klubjába, vagy pszichiáterhez megy.

196.oldal

A gyermek világképe merőben más, mint a felnőtté: tündérvilág, valóságos szörnyekkel és mágiával. Gondoljunk csak arra a rettenetes éjszakára, amikor Jancsint először felkiált, hogy a szobában medve van! A szülők berohannak, villanyt gyűjtanak, és meggyőzik Jancsit, hogy nincs medve. Az is lehet, hogy begurulnak, és ráripakodnak Jancsira, hogy csönd legyen, és aludjon már végre. A Gyermeki mindkét esetben jól

tudja, hogy a szobában igenis van, vagy legalábbis volt medve. “Eppour si medve!”, kiáltja az ágyba kényszerített kis Galilei. A kétféle szülői attitűd tehát semmiképpen sem változtatja meg a medvével kapcsolatos tényeket. A racionális megoldás azt sugallja Jancsinak, hogy amikor jön a medve, elég kiáltani, a szülők bejönnek, hogy megvédjék őt, s ekkor a medve ijedtében elbújik. A dühös szülők azt érik el, hogy Jancsi mindörökké megtanulja: ha jön a medve, neki egyedül kell szembenéznie vele. A medve persze mindkét esetben ott marad.

A JELZÁLOG

208.oldal

Jancsink csakis akkor kezdheti meg saját élet játékát, ha aláveti magát a társadalmi próbának, és jelzálogkölcönt vesz fel. Aki nem így tesz, aki gyermekei felnevelése érdekében nem zálogosítja el a hátralévő munkaképes éveit, azt Amerikában szinte nem is veszik emberszámba. Akinek nincs jelzálaga, az lehet szép, lehet okos vagy szerencsés, de semmiképpen sem közülünk való, hús-vér ember. Jancsi életének nagy napját mindennap megcsodálhatjuk a televíziós jelzálogreklámokban: láthatjuk, amint széles mosollyal aláírja a szerződést, melyben kötelezi magát, hogy az eljövendő húsz-harminc évi keresményét mind odaadja azért a házáért, amelybe beleköltözik. Ha megéri a napot, amikorra letörleszti a kölcsönt, már készen áll arra, hogy kissé ráncosabb, de ugyanilyen széles mosollyal átköltözzön az öregek szeretetotthonába. E veszély persze elkerülhető, ha eleve nagyobb kölcsönt vesz fel egy nagyobb házra.

A világ más táján élő Jancsik elzálogosíthatják magukat például egy menyasszonyért. Az amerikai fiatalember, ha keményen dolgozik, tulajdonosa/adója lehet mondjuk egy ötvenezer dolláros háznak. Ugyanez a fiatalember Új-Guineában tulajdonosa/adója lehet egy ötvenezer krumplit érő mátkának. Sőt, ha úgy érzi, neki igazán semmiség mindezt előteremtenie, akkor beszállhat egy méretesebb, akár százezer krumpli értékű modellbe is. A jól szervezett társadalmak általában megtalálják a módját, hogy fiataljaik elzálogosíthassák magukat, s ezáltal

értelmet kapjon életük. Máskülönben csak szórakozással töltének az időt, amint ez néhány elmaradott helyen még mindig dívik. Ez már csak azért is borzasztó lenne, mert ha nincs jelzalog, akkor hogyan tudjuk megkülönböztetni a nyerteseket és a veszteseket? A mai társadalom nagyon határozott állásfoglalással bír e kérdésben. Akinek még annyi sütnivalója sincs, hogy egyáltalán közelébe kerüljön a jelzalognak, az vesztes (legalábbis a rendszer működtetőinek a szemében). A nyeretlenek csendes többségét azok a tömegek alkotják, akik egész életükön át nyögik a törlesztőrészleteket, és vajmi kevés esélyük van a kiugrásra. A jelzalogot folyósítók pedig természetesen a nyertesek. Azoknak is van esélyük, akiket nem érintett meg a pénz-vagykrumpli játék nagyszerűsége: ők szenvedélybetegekké válhatnak, ily módon életre szóló jelzalogot vesznek fel a saját testükre, amit sohasem tudnak letörleszteni, s ezért soha nem is eshetnek ki a játékból.

SZENVEDÉLYBETEGSÉGEK

209. oldal

Valódi vesztesé úgy válhatunk a leggyorsabban, ha bűnténybe keveredünk, szerencsejátékot játszunk vagy rászokunk a kábítószerre. A bűnözők két típusba sorolhatók: a nyertesek, a profik, akik szinte sohasem látnak belülről börtönt, és a vesztesek, akik az alábbi parancsot követik: "Soha ne érezd jól magad!" A vesztesek istenigazából kimulatják magukat, amíg szábadlábban vannak, hogy aztán sorskönyvüknek engedelmeskedve hosszú, unalmas éveket töltsenek a rács mögött. Ha amnesztia vagy harmadolás révén szabadlábra kerülnek, mindent megtesznek azért, hogy visszajussanak.

A szerencsejátékosok ugyancsak lehetnek nyertesek vagy vesztesek. A nyertesek óvatosan játszanak, nyerevényüket pedig befektetik. Akkor szeretnek kiszállni, amikor éppen nyeresre állnak. A vesztesek "érzésből" játszanak, és ha netán nyernek, akkor az első adandó alkalommal megpróbálnak mindent elveszíteni. Sok vesztes mondogatja gyakran: "Lehet, hogy csalnak, de mégiscsak ez az egyetlen játék a városban." Ha a

szerencsejátékosnak van engedélye a nyeresre, akkor nyerni fog; ha nincs, akkor elkerülhetetlenül vesztesé válik. A kóros játékhajlamban szenvedő embernek nem arra van szüksége, hogy kianalizálják, vajon miért játszik, hiszen ez ritkán sikerül, hanem engedélyre, hogy ne kelljen többé vesztesnek lennie. Ha ezt megkapja, vagy felhagy a játékkal, vagy attól fogva nyerni fog. Az anyai hatás a kábítószerfüggés bizonyos eseteiben a legszembeszökőbb. Ahogy már említettük, az ilyen gyermeket a következő szlogennel bátorítják: “Heroin, smeroin, kit érdekel, fő, hogy szereti a mamát.” Ezeknek az embereknek engedély kell arra, hogy abbahagyják a kábítószereszt, s ez lényegében nem más, mint a mama elhagyásáról szóló engedély. Pontosan ez az, amit a nagyon sikeres Synanon mozgalom nyújt. Ahol az anyai sorskönyvi parancs azt mondja “Ne hagyj el!”, ott a Synanon így szól: “Inkább maradj itt.”

Ugyanez érvényes az alkoholistákra és a Névtelen Alkoholisták szövetségére is. Claude M. Steiner¹ kimutatta, hogy csaknem minden alkoholistát kielemeztek, fenyegettek és lebeszéltek az ivásról, de egyiküknek sem mondták nyíltan és kristálytiszán azt, hogy: “Hagyd abba az ivást!” A terapeutákkal és a családtagokkal folytatott csatározások során mindig ugyanazok a szlogenek röpködtek: “Na nézzük csak, miért is iszol valójában?”, “Miért nem hagyod abba az ivást?”, vagy “Ha ez továbbra is így megy, tönkreteszod magad!” Mindezek egészen más hatást tesznek, mint az egyszerű felszólítás: “Hagyd abba az ivást!” Az “alkoholista” játékos éveket képes eltölteni azzal, hogy elemezgeti, miért is iszik, sajnálkozva magyarázza, miért is csúszott vissza, és mindenbe belemegy, feltéve, hogy eközben zavartalanul ihat tovább. Az érvek közül az egészségkárosodással való fenyegetőzés a legnaivabb és a leghatástalanabb, hiszen az alkoholista éppen ezen “dolgozik”: az “Öld meg magad!” sorskönyvi parancsát követi. A fenyegetések még külön kielégülést is nyújtanak neki, hiszen tálcán kínálják elkövetkezendő szörnyű halálának szomorú részleteit, csak még jobban megerősítve őt abban, hogy jó úton jár az anya által megkívánt végzet beteljesítésében. Az alkoholistának legelőször is engedélyt kell adni, hogy abbahagyhassa az ivást, és ha ezt

képes elfogadni, akkor lehet nekilátni a Felnőtt énállapotával kötendő szerződés megfogalmazásának.

213.oldal

Az elhalálozások okainak vizsgálata rávilágított arra, hogy az emberek többsége általában akkor hal meg, amikor készen áll erre. A szívtrombózisokat például majdhogynem akarattal is elő lehet idézni. 4 Az élettervek sok esetben az élet időtartamáról is rendelkeznek. A kulcs kérdés itt az, hogy “Mit gondol, mennyi ideig fog élni?”.

Az élettartam néha a versengés elemét is tartalmazza. Ha valakinek például negyvenéves korában hal meg az apja, akkor lehet, hogy maga az illető sem rendelkezik engedéllyel arra, hogy ő ennél tovább éljen.

Még erős testalkatú és fizikailag egészséges emberek is képesek lehetnek arra, hogy már viszonylag fiatalon is a vegetálást válasszák, amennyiben “nyitott végű” sorskönyvvel rendelkeznek. Ezek az emberek rendszerint valamilyen nyugdíjon vagy járadékon tengetik életüket. A Szülői parancs az, hogy “Dolgozz keményen, és ne kockáztass!”, a nyereség pedig: “Utána pedig add fel!” Miután Jancsink keményen lehúzott húsz-harminc évet, ott áll, kezében a nyugdíjszelvényel és a vállalati kollektívától kapott asztali lámpával, és fogalma sincs, most hogyan tovább. Mindeddig hűen követte a sorskönyvi előírásokat, ám ezek szépen elfogytak, Jancsi fejében nincs több program. Így hát Jancsink leül, és csendesen nézelődik, hátha arra jön valaki, mondjuk, például a Halál.

Itt felmerül egy érdekes kérdés: “Mit csinálunk azután, hogy itt járt és már el is ment a Mikulás?” Ha “Amíg” sorskönyvünk van, akkor a Miku leereszkedik a kéményből, és kezünkbe nyomja a Szabadságlevelet. Jancsink eleget tett a sorskönyvi követelményeknek, megszabadult az ellensorskönyv átkaitól, és most végre szabadon megetheti mindazt, amire kisfiúkorától 217vágott. A szabadság útja azonban rögös és veszélyes, amint ezt már a régi görögök is megmondták. A Boszorkány-Szülőtől megszabadult Jancsi hirtelen nagyon egyedül marad,

védtelessé válik, és esetleg depresszióba zuhan. A jelenséget a tündérmesék is jól ismerik. Az átok nemcsak csapásokat és megpróbáltatásokat hoz, hanem védelmet is nyújt. Az átkot hozó boszorkánynak gondja van arra, hogy áldozata az átok időtartamára életben maradjon. Így védte Csipkerózsikát is a bozót száz éven keresztül. Amikor azonban felébredt, és lekoptatta magáról a boszorkányt, egy sor lehetetlen problémával találta szemben magát.

A legkényelmesebb, ha az embernek kettős sorskönyve van – mondjuk, egy “Amíg” sorskönyv az egyik szülőtől és egy “Azután” sorskönyv a másiktól. Ennek egyik egyszerű példája a következő: “Nem lehetsz szabad mindaddig, amíg fel nem neveltél három gyermeket!” (anyai részről); és “Miután megszabadultál, kreatív leszel!” (apai részről). Zsuzsit tehát élete elsőrésében az anya irányítja és védelmezi, a másodikban pedig az apa. Jancsi esetében ugyanígy működik a dolog, csak fordított előjellel: először az apa a védelmező, később pedig az anya. A vegetáló idősök három csoportba sorolhatók, melyek nem mentesek némi anyagi vonatkozástól.

A vesztés sorskönyvek tulajdonosai hajléktalanszállókon vagy lerobbant szoba-konyhákban élnek – ők a szegény, szerencsétlen öregasszonyok és öregemberek. A nyeretlen sorskönyvűek lakótelepeken vagy falusi kockaházakban morzsolgatják napjaikat, ők a nénik és a bácsik. A nyertesek tágas belvárosi lakásokban vagy budai villákban hódolnak bogaraiknak, és vasárnaponként a Zserbóba járnak kávézni. Ők az idős hölgyek és urak.

A sorskönyvüket vesztett idős emberek gyógymódja az engedély lenne, ám ezzel vajmi kevesen élnek. Ezer és ezer idős férfi él minden nagyvárosban, akik azt szeretnék, hogy legyen valaki, aki főz rájuk, beszél hozzájuk, és meghallgatja őket. Ezer és ezer idős asszony él minden nagyvárosban, akik azt szeretnék, ha főzhetnének valakire, beszélhetnének valakihez, és 218 meghallgathatnának valakit. Még ha netán társra is találnak, a pár egyik tagja sem él az alkalommal, hanem visszahúzódnak szürke otthonukba, és a tévét bámulják, vagy ölbe tett kézzel várják a

kockázatmentes, büntelen halált. Ezt az anyai parancsot kapták kisgyerekkorukban, és ezt követik hetven-nyolcvan év múltával is. Heti egy-két lottószelvénynél sohasem hazardíroztak többet, hát miért tennék kockára mindenüket éppen most? Pláne egy ilyen gonosz világban! A sorskönyv bevégeztetett, ám a régi jelszó tovább él. Így hát, ha becsenget a Halál, örömmel nyitnak neki ajtót. A sírkő elülső oldalán majd ez áll: “Megtért őseihez”; a hátoldalán pedig: “Mindig jó voltam, és sohasem tettem próbára a szerencsémemet.”

Azt rebesgetik, hogy a jövő évezredben a gyermekeket lombikban tenyésztik majd, az állam és a szülők megállapodása alapján, pontos genetikai programok szerint. Ma pedig az a helyzet, hogy a gyerekeket ugyanúgy lombikban tenyésztik, az állam és a szülők megállapodása alapján, pontos sorskönyvi programok szerint. A sorskönyvi programtól könnyebb megszabadulni, mint a genetikaitól, mégis nagyon kevesen élnek e lehetőséggel. Akiknek ez sikerül, azoknak sokkal érdekesebb sírfeliratuk lehet. A szokásos kegyes sírfeliratok marslakó nyelven nagyjából annyit üzennek: “Lombikban nevelkedtem, most urnában guggolok.” A kolumbárium-lakótelepek és a sírkő-városnegyedek végeláthatatlan sorát csak nagy néha törli meg egy-egy üdítő felirat: “Palackba gyömöszöltek – de kiugrottam!”

229. oldal

A sorskönyveket úgy tervezik, hogy élethossziglan kitartsanak. Két szilárd alapon nyugszanak: gyermekkori döntéseinken és a szüleink által belénk táplált programokon.

A szülők halála után a sorskönyvi instrukciók hatóereje valósággal fellángol. A nyertes és a vesztes sorskönyvek egyaránt arra szolgálnak, hogy kitöltsék a szülőszobában felhangzó sírós Helló és a halálos ágyon elrebegett végső búcsúszó közötti időt. Életünket úgy éljük le, hogy csináljuk vagy nem csináljuk a dolgokat; soha nem csináljuk, mindig csináljuk, nem csinálunk semmit valami előtt vagy valami után, újra és újra megcsináljuk, vagy addig

csináljuk, amíg végül már nem marad semmi tennivalónk.

239.oldal

A sorskönyv olyan mesterséges rendszer, amely korlátozza spontán és kreatív megnyilvánulásainkat, ugyanúgy, ahogy a játszmák is a spontán és kreatív intimitást korlátozó mesterséges rendszerek. A sorskönyv afféle jégvirágos üvegablak, amelyet szüleink állítanak közénk és a világ közé. Ezen át bámulunk ki az Életbe, s ezen át bámul be ránk az Élet. Egy másik hasonlattal élve azt mondhatjuk, a sorskönyvvezérelt emberek kapcsolata olyan, mint ha két bűvár próbálna beszélgetni a folyó alján a felkavart iszapban.

287.oldal

A SZAGTALAN ILLAT

A fenti biológiai sajátságok (a gumiarc, a vándorló én és a bénító vonzerő) mellett még számos egyéb jelenség is hatást gyakorol ránk. Ilyen például az érzékeken túli észlelés. Régóta ismerünk kísérleteket, melyekben különleges képességű személyek kártyalapocskákra rajzolt ábrákat olvastak le, akár több ezer kilométeres távolságból. Ha *Rhine doktor kártyácskái* (*Rhine, J. B. Extra-Sensory Perception. Bruce Humphries, Boston, 1962.*) valóban olyan jeleket sugároznak, amelyeket a jelenlegi műszereink nem észlelnek, ám a megfelelően hangolt emberi elme képes felfogni, akkor ez bizonyos fontos, ámde mégsem döntően fontos jelenség. Ha e jelek valóban léteznek, akkor objektív észlelésük főleg a szenzáció kedvéért érdekes, és kitűnő szalagcímmé válhat a vasárnapi Újságok mellékletében. Egy ilyesfajta fejlemény következményeit csak akkor tudjuk megjósolni, ha azt látjuk, hogy valóban bekövetkezett. Az eset bizonyára érdekelné a hadsereget, feltéve, hogy alkalmas lenne arra, hogy hidrogénés atombombákat irányíthassanak a segítségével.

A telepátia már sokkal érdekesebb jelenség! Ha az egyik emberi agy olvasható üzeneteket volna képes küldeni a másoknak, és rendelkezniék

olyan műszerrel, amely ezt objektíven észlelné és regisztrálná, akkor valóban sok mindent megérthetnénk az emberi viselkedés természetéről. Ma azonban még nem tartunk itt. A mostanáig nyilvánosságra hozott “telepatikus jelenségek” különös módon mindig közeli kapcsolatban álló személyek között jöttek létre: férjek és feleségek, szülők és gyermekeik között, akik vélhetően jobban “egymásra hangolódtak”, mint az emberi faj más tagjai. Ha a telepátia valóban létezne, akkor ideális eszköz volna arra, hogy a szülők a nap minden percében dróton rángathassák gyermekeiket, s mint ilyen, számot tarthatna a sorskönyv-analitikus élénk érdeklődésére. Az intuíció, a Gyermeki énállapot egyik funkciója 6, a telepátia “kistestvére” – már amennyiben lehetővé teszi, hogy hihetetlenül kevés érzékszervi ingerből messzemenő következtetéseket vonhassunk le a másik személy – apánk, anyánk, házastársunk – szándékait illetően. A telepátia állítólagos eseteinek jó része igen illékony, törekeny formában jelenik meg, és nagymértékben függ a küldő és a befogadó személy gondolkodási kereteitől. Külső tényezők – például kételkedő tudósok – jelenlétében a telepátia sokszor pontatlanul viselkedik, vagy meggondolja magát, és egyáltalában nem is jelentkezik.

A távolbalátás és a telepátia mellett a harmadik különleges jelenség a szagtalan illatok problémája. Ismeretes, hogy a *Bombyces* molylepke hímje akár egymérföldnyi távolságból, széllel szemben is megérzi a nőstény jelenlétét: kísérletileg bizonyított tény, hogy a hímek ilyen feltételek mellett is nagy rajokban megjelennek a kalitkába zárt nőstény körül. (Pontosabban: <https://en.wikipedia.org/wiki/Bombycoidea>)

Fel kell tételeznünk, hogy a nőstény valamiféle illatanyagot bocsát ki, amelyet a hímek érzékelnek. A kérdés a következő: vajon “tudják”-e a hímek, hogy ők most “megszagoltak” valamit, vagy csupán “automatikusan” válaszolnak a vegyi anyag jelenlétére? Valószínűsíthetjük, hogy nincsenek “tudatában” annak, ami történik, egyszerűen csak reagálnak, és a nőstény felé szálldogállnak. Szaglórendszerük tehát “szagtalan illatot” érzékel!

Az ember és a szagok vonatkozásában az alábbiakat állíthatjuk: (1) Ha kellemes inger, például virágillat éri orrunkat, ennek tudatában vagyunk és

jól érezzük magunkat tőle. Az élmény emléknymokat hagy, és ehhez a járulékos események is hozzátapadnak. (2) Ha például fécesz szaga csapja meg orrunkat, általában két dolog történik: (a) ezt tudatosan észleljük, és tudatosan elmegyünk a szag forrásának közeléből; vagy (b) a szagélmény nem tudatosul, csak a vegetatív idegrendszerünk észleli, ám ettől is hányingerünk támad, vagy felkavarodik a gyomrunk. (3) Létezik egy harmadik lehetőség is: bizonyos vegyi anyagok jelenléte olyan finom módon érinti az idegrendszerünket, hogy sem illatot, sem testi változást nem érzünk. Most nem az olyan mérgező anyagokról beszélek, mint például a szagtalan szén-monoxid, hanem olyan anyagokról, amelyek csak specifikus receptorokat ingerelnek, és ennek révén specifikus nyomot vagy engramot hagynak agyunkban.

Ezzel összefüggésben megemlítenék néhány tény. (1) A nyúl szaglószervének felszíne 100 000 000 szaglősejtet tartalmaz, melyek mindegyikén hat-tizenkét szaglószőröcske található, így a nyúl szaglőreceptoros területének összfelzíne az állat teljes bőrfelzínével azonos kiterjedésű. 9 (2) Feltételezhető, hogy a szaglószervényben még akkor is történnek elektromos kisülések, amikor az állat már régen hozzászokott valamely adott szaghoz; ez azt jelenti, hogy a szag még akkor is elektromos tevékenységet gerjeszt az idegrendszerben, ha már nem jelenik meg közvetlen ingerként. 10 (3) A szagok akkor is hatást gyakorolnak álmainkra, ha nem észleljük őket. (4) A szexuálisan ingerlő parfümök vegyi úton kapcsolódnak a nemi hormonokhoz. (5) A lehelet és az izzadság szaga az érzelmi attitűd változásakor megváltozik. (6) A szaglőidegek a rhinencefalhoz, az agy ősi, "primitív" területéhez vezetnek, amely közvetlenül szerepet játszik érzelmi reakcióinkban.

Felvethetjük tehát a hipotézist, mely szerint az embert folyamatosan érik olyan finom vegyi ingerek, amelyek nem válnak tudatossá, ám mégis befolyásolják érzelmi válaszait s ezen keresztül a különféle helyzetekben a különféle emberek iránt tanúsított viselkedését. Bár létezhetnek (ma még nem ismert) receptorok az effajta ingerek felfogására, mégis elmondhatjuk, hogy szaglőrendszerünk önmagában is kezelni tudja ezeket a

hatásokat. Az effajta ingereket nevezzük “szagtalan illatoknak”. Még nincs kézzelfogható bizonyítékunk arra, hogy a szagtalan illatok valóban léteznének, ám ha mégis így volna, akkor érthetővé válna számos olyan viselkedéses jelenség, amelyet a mai tudásunk szerint lehetetlennek vagy megmagyarázhatatlannak találunk. Ezek pedig igencsak tartós hatást tennének a sorskönyvünkre, akárcsak a bénító vonzerő, a fetiszizáció és az imprinting. Az újszülött macskakölykök azonnal “kiszagolják” anyjuk emlőjét, anélkül, hogy tudatában lennének ennek, és legyen ez szagtalan illat vagy bármi más, annyi bizonyos, hogy egész életükben emlékeznek rá.

299.oldal

A KIS FASISZTA

Úgy tűnik, minden ember fejében lakozik egy kis fasiszta. Ez nem más, mint személyiségünk legmélyebb rétege (a Gyermeki a Gyermekiben). Civilizált polgártársaink a neveltetésükből és a társadalmi eszmékből adódóan mélyen eltemetve rejtegetik lelküknek ezt a részét, ám ahogy a történelem újra és újra tanúsítja, megfelelő engedélyek és parancsok hatására a kis lény azonnal teljes fegyverzetben szökken elő. A lakosság kevésbé civilizált tagjai nyíltan vállalják és bátorítják a bennük élő szörnyecskét, aki csak a kellő pillanatra vár, hogy akcióba léphessen. A kis fasiszta hatalmas erővel képes előrelendíteni a sorskönyvet; az első esetben rejtetten, titokban és a homályban munkálkodik, a másodikban nyíltan, kegyetlenül, sőt büszkén.

Kimondhatjuk, hogy aki nincs tudatában személyisége e rejtett zugával, az ellenőrzést sem gyakorolhat felette. Ha nem nézünk szembe a szörnyecskével, akkor nem ismerhetjük meg a természetét. Jó példáját láttam ennek a konzervatívok gyűlésén, ahol Konzerv Úr az anyatermészet lágy ölének szépségeiről szónokolt, és megemlítette, milyen csodálattal tölti el, hogy Afrikában él egy törzs, amely gondját viseli a természetnek, és óvja az Erdőt, “nem úgy, mint nálunk egyesek”. Egy humanista közbeszólt: “Igen, de náluk borzalmasan magas a gyermekhalandóság.” “Hohó! – kiáltotta Konzerv Úr -, és maga szerint ez talán baj? Talán nincsenek

enélkül is éppen elegendő?”

A fasiszta olyan személy, aki nem tiszteli az élő szövetet, és pusztán zsákmánynak tekinti azt. Ez az arrogáns attitűd kétségtelenül az emberi faj korai történetéből ered, és napjainkban a kannibalizmus szeretetében és a tömeggyilkosságok felett érzett öröm során mutatkozik meg. A vadászó, húsevő előember számára a könyörtelenség munkaeszköz volt, a mohóságot pedig az éhség motiválta. Az emberi agy természetes fejlődésével azonban ezek a tulajdonságok kiszelektálódtak. Mivel már nem volt szükség rájuk a túléléshez, leváltak eredeti céljukról, és zsákcákká csökevényesedtek. A könyörtelenség kegyetlenségévé, a mohóság kizsákmányolássá és lopássá alakult át. Minthogy a zsákmányt – magát a húst, különösen az emberi húst – jórészt kényelmesebb ételek váltották fel, e két érzés egyre inkább a csupán pszichológiai éhség kielégítéséhez kellett. Az evés gyönyörei átadták helyüket a kínzás gyönyörének, és a “Csámcsám” hangját a “hehe” vette át. Maga a gyilkolás veszített jelentőségéből: fontosabbá vált az élvezet, melyet mások sikolya és kínok közötti fetregésének látványa okoz. Éppen ez a fasizmus lényege – a portyázó banda, amely megkínozható és kigúnyolható áldozatot keres. A művészet abban rejlik, hogy kifürkészi a mindenkori áldozat gyengeségeit.

A kínzás két mellékterméket is kínál, s mindkettő igen jól jön az agresszornak. A biológiai hatás a szexuális élvezet – a skála széles, ám az anális megerőszakolás magasan vezet. A gyötetés sajátos intimitást kelt a kínzó és az áldozat között, mely betekintést nyújt a másik lelki világába – ami egyébként mindkettejük életéből gyakran hiányzik. A másik melléktermék tisztán kereskedelmi jellegű. Az áldozatnak mindig vannak elrabolható értékei. A kannibálok számára ez lehetett a mágikus szervek (a szív, a herék vagy akár a fül) elfogyasztásával megszerezhető erő. A haladó emberiség felhasználhatta például az emberi zsírt szappankészítésre, vagy megmenthette az aranyfogakat. E hozamokat csak később használták ki, amikor a személyes érintkezés örülete lecsengett, és mind a kínzók, mind az

áldozatok névtelenségbe süllyedtek.

Amint az emberi embrió növekedik, az összes törzsfajlódási stádiumon végighalad. Néha megreked valamelyikben, és ősi jelekkel, például nyúlzájjal születik. A növekvő gyermek pedig újraéli az emberiség egész történelmét, a vadászó, a növénytermelő és a manufakturális korszakokon át, és ezek bármelyikében is megrekedhet. E korszakok maradványát többé-kevésbé mindannyian magunkban hordozzuk.

Az emberben rejlő kis fasiszta olyan lény, aki kitapogatja, majd élvezi áldozata gyengeségét. Ha ez nyíltan megjelenik, akkor az ember halálra rugdos, megtapos vagy megerőszakol másokat. Ehhez néha igazolást is keres, úgymint kemény nevelés, tárgyilagosság, igazságosság, jogos felháborodás. A legtöbb ember mégis inkább elnyomja magában az efféle hajlamokat, úgy tesz, mintha ezek nem is léteznének, mentegetőzik, ha mégis kibújik a szög a zsákból, vagy a félelem álarca mögé bújlik. Mások azzal bizonygatják ártatlanságukat, hogy inkább szántszándékkal áldozattá válnak, mintsem agresszorral, abból az elvből kiindulva, hogy inkább a saját vérük hulljon, mint másoké, ám vérnek mindenképpen lennie kell.

Ezek az ősi törekvések összefonódnak a sorskönyvi gátló parancsokkal, előírásokkal és engedélyekkel, és együttesen alkotják a harmadfokú avagy vére menő játszmák alapját. Aki abban a hitben ringatja magát, hogy ezek az erők őbenne nem munkálkodnak, az áldozatukká válik: a sorskönyve teljes egészében annak bizonygatásáról fog szólni, hogy ő mentes az effajta késztetésektől. Ám tekintve, hogy ez lehetetlen, az illető ekképpen önmagát tagadja majd meg, s egyúttal azt a jogot is megvonja magától, hogy önmaga irányíthassa sorsát. A megoldás nem az, ahogy sokan gondolják, hogy elborzadva felkiáltunk: “De hisz ez rémes!”, hanem hogy feltesszük a kérdést: “Mit tehetek az ügyben?” Vagy: “Hogyan lehet ezzel együtt élni?” Talán jobb mártírnak lenni, mint lelki barlanglakónak (vagyis olyannak, aki csak azért nem ismeri el, hogy majomszerű ősektől származik, mert ő maga még nem mászott le a fáról) – ám az önismeret talán mindkettőnél jobb.

Fontos volna végre felismernünk, hogy az emberi természet bizonyos “népirtó” aspektusa jottányit sem változott az elmúlt ötezer év során, sem az azóta lezajlott genetikai evolúció, sem a környezeti és társas hatások nem csökkentették e hajlamunkat. Egyik ilyen vonásunk a sötétebb bőrű emberek iránti előítélet. Ennek létezésére már az ókori Egyiptomból is írásos bizonyítékaink vannak. A másik ilyen ősi jellegzetesség a “kutasd fel és öld meg!” típusú hadviselés. Hasonlítsunk össze két dokumentumot: „234 vietkongot csapdába ejtettünk és megöltünk”, és „237 falusi lakost mészároltunk le Vietnamban” (mindkét idézet az Amerikai Hadsereg 1969-es jelentéseiből való.)

A másik forrásmű: “Katonáik közül nyolcszázat a saját kezemmel öltem meg; a köznépet a lángokba vettem; ifjaikat és leányaikat megbecstelenítettem. Ezer harcosuk holttestét rakásba hordattam a hegytetőn. Május elsején nyolcszáz katonájukat öltem meg. Lakhelyeiket felégettem, ifjaikat és leányaikat megbecstelenítettem stb.” (Assur-nászir-apli Évkönyvei, II. Oszlop, időszámítás előtt kb. 870-ből.) Látjuk tehát, hogy legalább kétezer-nyolcszáz éve égünk a vágytól, hogy holttesteket számlálhassunk. A jó fiúk “véletlenségből”, a rosszak jogos, megérdemelt büntetésként válnak hullákká.

308. oldal

A Démon

Az eddig említett jelenségek mind abban játszottak közre, hogy a sorskönyv egyáltalán lehetségessé váljék, és nagyrészt kívül estek a személy tudatos szféráján. Ám most elérkeztünk a kulcsfigurához, aki nemcsak lehetővé teszi a sorskönyvet, hanem működésbe is hozza. Ez pedig nem más, mint a Démon, aki gondoskodik arról, hogy Jancsinek szédületes sebességgel leszánkázzon a hegyről abban a pillanatban, amikor éppen elérné a csúcst. Még hozzá úgy, hogy fogalma se legyen, mi történik vele! Lentről visszanézve Jancsinak eszébe jut, hogy a Démon hangjára ült bele a szánkóba. Azonnal engedelmeskedett, holott belső suttogó-kórusa könyörögve kérte, hogy ne tegye. A Démon a

természetfelettiből bukkan elő, az Aranykor szülötte, gyengébb az Isteneknél, ám hatalmasabb az Embernél. Talán egy bukott angyal. Ezt mondják nekünk a történetírók, és valószínűleg igazat beszélnek. Hérakleitosz úgy tartja, a Démon maga az emberi jellem. Akik jól ismerik őt – a Vesztesek –, úgy mesélik, hogy a Démon nem hangosan parancsolgat, hanem csábítóan suttog, mint a szépséges tündér vagy a kurtizán: “Gyere, tedd meg. Ne félj. Veszíts el egyszerre mindent. Cserébe megkaphatsz engem... Veled leszek, mint régen, az Aranykorban, emlékszel?”

A Démon az ismétlési kényszer, amely a kárhozatba vezeti az embert. Freud a halál erejének, Ananké istennő hatalmának nevezi. Ám ő úgy gondolja, a lény valamely rejtelmes biológiai szférában lakozik, s végső soron nem más, mint a csábítás szirénhangja.

A Démon ellen már a régiek is varázsigékkel és ráolvasásokkal védekeztek, s nem kell mást tennünk ma sem. Minden vesztesnek magával kell hordania a varázs ígét az erszényében vagy a levéltárcájában, s tudnia kell, hogy amint feltűnik a láthatáron a Siker, az a legnagyobb veszély pillanata. Ekkor gyorsan elő kell rántani az írást, és hangosan, újra és újra ismételtetni 308kell. S ha megszólal a Démon suttogó hangja – “Nyújtsd ki a kezéd, és tedd fel az összes zsetont egyetlen számra, igyál meg egyetlen pohárával, vedd elő a kést, és döfd bele a társadba, vagy kapd el a nyakánál, és döngöld bele a földbe” –, akkor vagy bármilyen más végzetes, vesztes pillanatban engedjük le a karunkat, és tisztán, világosan és jól hallhatóan mondjuk azt: “De mama, én inkább a magam módján csinálom, és győzni fogok!”

A VALÓDI EMBER

A sorskönyv ellentéte a valódi világban élő valódi ember. Ez a valódi ember valószínűleg nem más, mint a valódi önmagunk, aki szabadon vándorol egyik énállapotból a másikba. Amikor az emberek jobban megismerik egymást, akkor áthatolnak egymás sorskönyvén, s olyan mélységekig jutnak el, ahol már ez a valódi önmagunk lakozik. Ez az a rész a másik emberben, akit szeretünk és becsülünk, akivel az igazi intimitás valódi

pillanatait élhetjük át mindaddig, amíg újból be nem kapcsolódik a Szülői program. Ez az állapot azért érhető el, mert csaknem minden ember életében legalább egyszer már megtörtént: szinte mindannyian átéltünk bensőséges és sorskönyvmentes pillanatokot, mégpedig anyánkkal, amikor még csecsemők voltunk. Az anyák ugyanis a szoptatási időszakban többnyire képesek arra, hogy kivételesen az ösztöneikre hallgassanak, és felfüggeszék sorskönyvüket, a csecsemő pedig még nem alakította ki a sajátját. Ami engem illet, én magam sem tudom, vajon a gépzongorám billentyűin játszom-e avagy sem. Ha igen, akkor érdeklődve és izgatottan – de félelem nélkül – várom, vajon milyen dallamot keltenek majd a következő hangjegyek, s milyen harmónia vagy disszonancia alakul ki ezután. Vajon hová jutok azután? Ez esetben van értelme az életnek, hiszen őseim hosszú és dicsőséges hagyományát követem, melyet a szüleim hagyományoztak rám – s ez a zene talán édesebb, mint amit magam 309tudnék komponálni. Egyúttal tudom, hogy életem hatalmas területein szabadon improvizálhatok. Az is lehet, hogy egyike vagyok annak a néhány szerencsefiának, akik teljes mértékben lerázták béklyóikat, és életük saját dallamát játsszák. Ez esetben bátran improvizálok, és a Világ tapsol nekem. Ám akár gépzongorán imitálom a komponálást, akár a saját fejemről játszom, életem zenéje messzire szárnyal, és talán kellemes emlékeket hagy rólam másokban is.

332.oldal

A SZÜLŐK FELELŐSSÉGE

A bátorság abban áll, hogy szembenézünk az emberi sors egész problémájával, és a dinamikus szlogen, valamint a klinikai elv segítségével megtaláljuk rá a megoldást. Az emberi sors problémájára adott válasz tehát a sorskönyvanalízis, s ez egyben azt is jelenti, hogy elismerjük: “végzetünk” nagymértékben előre meghatározott, a szabad akarat pedig az emberiség túlnyomó hányada számára merő illúzió. *R. Allendy* rámutat például, hogy az öngyilkosságról hozott döntés végtelenül magányos és látszólag autonóm cselekedet. Azonban, habár a konkrét egyén számára a

jelenség végtelenül “egyedi”, az öngyilkosságok számaránya a népességben évről évre azonos marad. Ha valamiféle (darwini) értelmet keresünk a jelenségben, csak azt mondhatjuk, hogy az emberi sors nem “autonóm” döntés, hanem szülői programozás eredménye. Miben áll tehát a szülők felelőssége? A sorskönyvi programozás nem az ő “bűnük”, legalábbis nem jobban, mint ha valamely fogyatékossgot vagy tehetséget örökítenek át – cukorbetegséget, dongalábat, zenei vagy matematikai tehetséget. A szülők csupán az ő szüleiktől kapott domináns és recesszív “sorskönyvi géneket” adják tovább. A sorskönyvi utasítások, akár csak a gének, mindig új és új kombinációkban jelennek meg – annál az egyszerű oknál fogva, hogy minden gyermek “előállításához” két szülő szükséges.

Másfelől viszont a sorskönyvi apparátus sokkal rugalmasabb, mint a genetikai, hiszen külső hatások egész sora módosítja. Nagyon nehéz megjósolni, hogy mikor történik olyan esemény, amely letéríti eredeti útjáról a sorskönyvet: egy elcsúszott megjegyzés, egy véletlen találkozás ugyanúgy szerepet kaphat, mint egy hosszabb vagy formálisabb viszony, például házasság, iskola vagy pszichoterápia. Általános megfigyelés, hogy a házaspárok kölcsönösen alakítják egymás attitűdjeit, és ezek a változások egyre inkább tükröződnek az arckifejezésükben és a gesztusaikban – olyannyira, hogy a két fél egy idő után már szinte hasonlítani kezd egymásra.

Ha a szülő szeretné megváltoztatni a sorskönyvét, hogy ne testálja át gyermekeire ugyanazokat az utasításokat, amelyeket annak idején kapott, akkor mindenekelőtt alaposan meg kell ismernie a saját Szülői énállapotát és a fejében kóválygó szülői hangokat, hiszen éppen ez az, amit a gyermekei eltanulnak tőle. Minthogy a szülő idősebb, és általában bölcsőbb is, mint utódja, az ő felelőssége, hogy kordában tartsa a saját Szülőijét. Ez csak úgy lehetséges, ha sikerül elérnie, hogy a Szülőije a Felnőttje irányítása alá kerüljön. S nem szabad elfelejtenünk, hogy a szülő, akár csak az ő gyermekei, maga is a saját szüleinek a “sorskönyvi terméke”.

(English, F. “Episcript and the “Hot Potato’ Game.” Transactional Analysis Bulletin, 8:77-82. 1969. október.)

A nehézségekben az is közrejátszik, hogy a gyermek a szülő “másolata”, s mint ilyen, a szülő halhatatlanságának záloga. Melyik szülőt ne búvólné el (nyíltan vagy titokban) a tény, hogy gyermeke ugyanúgy viselkedik, mint ő, még ha a legrosszabb tulajdonságait visszhangozza is? A szülőnek éppen az efféle gyönyörűséget kell Felnőtt-kontroll alá vonnia, ha azt akarja, hogy gyermeke fényesebben tündököljön az Ég alatt, mint ahogy az neki magának sikerült.

339.oldal

(Rudin, S. A. “National Motives Predict Psychogenic Death Rate 25 Years Later.” *Science* 160: 901-903. 1968. május 24.) Rudin azt vizsgálta, hogy milyenfajta halálnemek fordultak elő az efféle történetek által motivált emberek körében. A “jól teljesítők” csoportját az az elvárás jellemezte, hogy érzéseiket szigorú kontroll alatt kell tartaniuk, s ők gyakran fekélybetegségben vagy magas vérnyomás okozta betegségekben haltak meg. Rudin e csoportot összehasonlította a “hatalomvágyók” körével. Ez utóbbiak szabadon kifejezték önmagukat, és sok esetben veszélyes akciók révén érték el céljukat. Nem csoda hát, hogy az ő esetükben magas a “sorskönyvi” típusú elhalálozások aránya, úgymint öngyilkosság, gyilkosság vagy túlzott alkoholfogyasztás okozta máj sorvadás. A “jól teljesítők” sorskönyvei sikertörténetekre épültek, a “hatalomvágyóké” pedig kockázatokról” szólóakra. Rudin huszonöt éven át folytatta vizsgálódásait, és eredményei jól illeszkednek a sorskönyvről elmondottakhoz. A sorskönyvanalízis azonban még az ilyen kutatások révén sem képes oly mérvű precizitást és biztonságot elérni, mint például az *egérpszichológia* vagy a *bakteriológia*.

341.oldal

A TERAPEUTA KIVÁLASZTÁSA

Csaknem minden terapeuta szereti azt gondolni, hogy a páciens azért választotta őt és szakmáját, mert bármilyen zavart is élete egyéb

dolgaiban az illető, legalább ebben az egy tekintetben racionálisan, intelligensen és tudatosan járt el. Az érdemek alapján történő vélt kiválasztódás eme érzése – az érdem ez esetben egyaránt szól a terápiás irányzatnak és a terapeuta személyének – egészséges és jó jelenség, s egyben szakmánk egyik jutalma is. Ezért minden terapeutának jogában áll, hogy ebben az örömben sütkérezzen, és kiélvezze ezt az utolsó cseppig – ám az e célra rendelkezésére álló idő a páciens belépésétől számított öt-hét perc. Amint ez letelt, a sütkérezést és az örömködést fel kell tennie a polcra, a diplomája és egyéb trófeák mellé, és örökre el kell felejtene, mert ez az egyik alapfeltétele annak, hogy a páciense meggyógyuljon.

Lehet, hogy Dr. Q. remek terapeuta, és lehet, hogy mindezt számos diploma és gyógyult páciens bizonyítja. Vélheti úgy, hogy új ügyfele ezért jött éppen őhöz, vagy mondhatja ezt maga a páciens is. Kijózanító azonban a gondolat, hogy ezzel egy 341időben milyen sokan nem választották Dr Q.-t! A statisztikák azt mutatják, hogy az összezavarodott emberek negyvenkét százaléka először nem pszichiáterhez, hanem paphoz fordul, az összes többi pedig elsőként a háziorvosát keresi fel 8 . A valóban pszichiátriai kezelésre szoruló páciensek közül pedig csupán minden ötödik vesz igénybe terápiás segítséget, még akkor is, ha ezt a lehetőséget a kórházban, a klinikán vagy a magánpraxisban felkínálják neki . Más szóval ez azt jelenti, hogy minden öt zavart ember közül négy nem választja gyógymódként a pszichiátriát még akkor sem, ha – legvégső esetben az elmeegógyintézetben – ezt megtehetné. Ehhez járul még az a jelenség, hogy a választási helyzetben lévő páciensek nagy hányada nem a legjobb, hanem csupán a második legjobb terapeutát választja, s igen nagy részük pedig egyenesen a legrosszabb terapeutához fordul. Ugyanez az orvostudomány számos más ágában is megtörténik. Mint ahogy közismert tény az is, hogy az emberek többsége hihetetlen összegeket költ önmaga (alkohol, drogok vagy szerencsejáték általi) tönkretetésére, a megmentését szolgáló pszichoterápiára pedig sajnálja a pénzt.

Szabad választás esetén a páciens olyan terapeutát fog kiszemelni

magának, aki jól beleillik a sorskönyvébe. Némely helyen nincs szabad választási lehetőség, itt minden bajjal a helyi boszorkánydoktorhoz, varázslóhoz vagy sámánhoz kell fordulni. Másutt választani lehet a hagyományos és a modern doktor között és az emberek a helyi szokások vagy a politikai nyomás függvényében döntenek a hagyományos vagy a tudományos mágus között. Kínában és Indiában a hagyományos és a modern gyógy módok sokszor kombináltak vannak jelen, mint például a madrasi elmeorvosintézetben, ahol a pszichózisok kezelésében az ajurvédikus orvoslást és a jógyagyakorlatokat a modern kezelési eljárásokkal együtt alkalmazzák. A páciens választásait sok esetben pénzügyi megfontolások is befolyásolják.

A vesztes sorskönyvek birtokosai rendszerint rátalálnak a létező legrosszabb terapeutára, és gyakran kuruzslók vagy boszorkánydoktorok karmaiba kerülnek. H. L. Mencken egyszer megjegyezte, hogy Amerikában a darwini természetes szelekció egyetlen maradványa a chiropractorok, a gerincpogtatót csontkovácsok világa, hiszen minél nagyobb teret hagynak a működésükre, a kezeléseik révén annál gyorsabban és biztosabban írtják ki a társadalomból az emberi nem alkalmatlan tagjait.

349. oldal

Gyakran előfordul, hogy a páciens szántszándékkal halmozza a kucarcokat a terápiában és másutt is, mert pszichotikus vagy öngyilkossági sorskönyvi nyereségre "gyűjt". Ilyenkor a "Na, most megmutatom neked" játszmával lép ki a terápiából. Megeshet például, hogy Páciens Pista a harmincadik ülés végén, amikor már a "javulás" útjára lépett, a búcsúzkodás során, az ajtóban így szól: "Apropó, majdnem elfelejtettem mondani, hogy ez volt az utolsó látogatásom, mert ma délután befekszem a Lipótra." Ha Dr. Q. gondosan áttanulmányozza a páciens előtörténetét, akkor már a harmadik terápiás ülésen elejét veheti a hasonló incidenseknek, mondván: "Nézze, Pista, én úgy érzem, maga arra játszik, hogy majd idejár hozzám hat hónapig vagy egy évig, aztán egyszer csak

elillan, mint a kámfor.” Ha Pista tiltakozik, Dr. Q. így folytatja: “Éppen ezt tette a két legutóbbi munkahelyén és a három korábbi terapeutájával. Velem is megteheti ugyanezt, ez engem nem zavar, mert addig is tanulok magától. Ám ha valóban meg akar gyógyulni, akkor mindenekelőtt erről a szokásáról kell beszélgetnünk. Máskülönben csak elveszteget hat hónapot vagy egy teljes évet az életéből. Ha azonban most átbeszéljük és megoldjuk a dolgot, akkor maga rengeteg időt takarít meg, és utána tovább léphetünk.” A teljes kontrollra vagy tökéletes alávetettségre vágyó alkoholista megsértődhet játszmája tönkretétele miatt, ám a valóban gyógyulni vágyó páciensek mindig hálásak ezért. Ha a páciens bólogat vagy nevet, az mindig nagyon jó előjel.

355.oldal

A SORSKÖNYVI SZIGNÁL

Minden páciensnek megvan a maga jellegzetes testtartása, gesztusa, modorossága vagy kényszermozdulata, amely jelzi, hogy az illető éppen “sorskönyvben van”, vagy “belement a sorskönyvébe”. A páciens nem tekinthető gyógyultnak mindaddig, amíg ezek a “sorskönyvi szignálok” megjelennek, akármennyi “terápiás haladást” mutat is. Lehet, hogy kevésbé szerencsétlenül vagy éppen boldogabban éldegél a sorskönyvében, de mégiscsak a régi és nem a valódi világ lakója.

Egy Abelard nevű középkorú férfi depressziót és meglassult életvitelt panaszolt. Már harmadik éve járt csoportterápiába Dr. Q.-hoz, és igencsak tetemes “haladást” mutatott, ám Dr. Q.-nak a leghalványabb sejtelve sem volt arról, vajon mi lehetett a páciens sorskönyvi szignálja. Abelard-nak Szülői engedélye volt arra, hogy bátran és harsányan nevehessen, amikor csak kedve szottyán, ám arra nem kapott engedélyt, hogy beszéljen is. Ha bárki megszólította Abelard-t, a férfi a válaszadás előtt bonyolult mozgássort hajtott végre. Lassan felhúzózkodott a székén, cigarettáért nyúlt, köhécselt, hümmögött, mintha nehezebbre esne összeszednie a gondolatait, s végül kinyögte: “Nos....” Egy napon, amikor

a csoport a gyermekszülésről és más szexuális dolgokról beszélgetett, Dr. Q. a három év során először “észrevette”, hogy Abelard még valamit csinált, mielőtt megszólalt volna: zsebre tette a kezét, és egész mélyen a nadrágszíj a alatt megmarkolta a saját testét. Dr. Q. rákiáltott: “Vedd ki a kezedet a nadrágodból, Abelard!” Ekkor mindenki harsányan felkacagott – maga Abelard is –, és ekkor jöttek rá, hogy a férfi a kezdet kezdete óta ezt csinálta, csak éppen senki nem vette észre! Sem a csoport, sem Dr. Q., sem maga Abelard! Ekkor vált világossá; hogy Abelard sorskönyvi világában a beszéd tilalma olyan erős volt, hogy még a heréje is veszélyben forgott. Nem csoda, hogy szegény Abelard szinte sohasem szólalt meg, csak olyankor, ha valaki nyílt kérdést intézett hozzá, ezáltal “engedélyt” adva neki. Amíg a sorskönyvi szignálja működésben volt, addig nem volt képes sem arra, hogy spontán módon beszéljen, sem arra, hogy döntésre jusson az életét megnehezítő dolgokban.

A fentihez hasonló sorskönyvi szignál sokkal gyakrabban fordul elő nők körében. Ezt is megérezhetjük intuitív módon, mielőtt teljes tudatossággal kezdenénk el megfigyelni: a nők egy része nyugodtan ül egészen addig, amíg a szexualitásra nem terelődik a szó. Ekkor nemcsak keresztbe teszik a térdüket, hanem egyik lábukat a másik bokájuk köré fonják, sőt, közben gyakran még a kezüket is karba teszik és előrehajolnak. Ez a testtartás háromszoros-négyszeres védelmet nyújt az ellen az erőszak ellen, amely nem a csoport részéről, hanem csupán a sorskönyvi világukban fenyegeti őket.

.A sorskönyvi szignálok legizgalmasabb kincsestára az öltözködés: a nő, akin minden elegáns, kivéve a cipőjét (ő arra játszik, hogy “elutasítsák”); a kihívóan öltözött leszbikus nő akinek kedvenc játszámája, hogy sohasem jön ki a pénzéből, kizsákmányoltatja magát a barátnőivel, a végén pedig öngyilkos lesz); a “királynőnek” öltözött homoszexuális férfi (aki élvezzi, ha nőnek nézik, akit megvernek a szeretői, s végül ugyancsak öngyilkosságot kísérel meg). Más sorskönyvi szignálok gazdái hunyorognak, a fogukat cuppogtatják vagy csikorgatják, szaglászhatnak, a kezüket tördelik, jobbra-balra nézegetnek, vagy a combjukat

markolásszák. A beszéd és gesztusvilág modorosságait kiválóan rendszerezi Feldman könyve. A járás és a testtartás ugyancsak árulkodó lehet, például a fej mártír módjára történő oldalra hajtása bizonyos vesztes játszmákban. A sorskönyvi szignál mindig valamely Szülői parancsra adott reakció. Ahhoz, hogy kezelni tudjuk, először fel kell ismernünk. Ez rendszerint nem túlságosan nehéz. Bonyolultabb vállalkozás a megfelelő antitézis kialakítása, különösen ha a szignál valamely tényleges hallucinációra adott válaszként jelenik meg.

358.oldal

A PSZICHOLÓGIAI KOMPONENS

A tünetek hirtelen fellobbanása is rendszerint sorskönyvi szignál. Judit sorskönyve például azt kívánta, hogy ő is “bolonduljon meg”, akárcsak a nővére, ám ő nem teljesítette ezt a Szülői parancsot. Judit normális fiatal nő benyomását keltette mindaddig, amíg a Felnőttje uralta a helyzetet. Amint azonban valaki körülötte “őrült dolgot cselekedett”, vagy azt mondta, hogy “bolondnak érzi magát”, Judit Felnőttje eltűnt a színről, s a Gyermekije védtelenül maradt. Judit ilyenkor azonnal fejfájásra hivatkozva távozott a helyszínről, így próbálván elkerülni a sorskönyvi élethelyzet kibontakozását. Hasonlóan viselkedett a pszichoanalitikus díványon is. Semmi probléma nem volt mindaddig, amíg Dr. Q. beszélt hozzá és kérdezgette, ám amint a terapeuta elhallgatott, a Felnőtt énéllapot “elsomfordált”, s helyén ott termett a Gyermeki, aki őrült gondolataival kínzó fejfájásba kergette Juditot.

Ugyanezen mechanizmus más pácienseknél hányingert okoz, lévén esetükben a Szülői parancs nem az, hogy “örülj meg!”, hanem hogy “betegedj meg!”. E két parancs másként úgy is fogalmazható, hogy “légy neurotikus!”, illetve “légy pszichotikus!”. A heveny szívdobogással járó szorongás rohamok, az asztmaroham vagy a hirtelen csalánkiütés ugyancsak sorskönyvi szignálnak tekinthető. A sorskönyv fenyegetettségekor jelentkező allergiás rohamok nagyon súlyosak is lehetnek. Rózsa például világéletében lelkes turista volt, és sohasem szenvedett parlagfű-allergiában.

Amikor azonban az analitikusa azt tanácsolta neki, hogy váljon el a férjétől, olyan súlyos rohamot kapott, hogy kórházba került, s végül abbahagyta az analízisét. Rózsa nem volt tudatában annak, hogy a sorskönyve megkövetelte, hogy váljon el, ám letiltotta ezt mindaddig, amíg a gyermekei nagykorúak nem lesznek. Az élet efféle fordulópontjain gyakoriak a súlyos asztmarohamok is, s megesik, hogy csak az oxigénsátor és a gyors kórházi ellátás menti meg a páciens életét. Úgy vélem, az allergia effajta fellángolásai megelőzhetők akkor, ha a páciens tudatában van a saját sorskönyve által diktált parancsoknak és tiltásoknak. Esetenként a fekélyes vastagbélgyulladásra és a perforált gyomorfekélyre is rávetülhet a sorskönyvi betegség gyanúja. Egyszer egy paranoid beteg feladta a sorskönyvét, és kellő előkészítés, kellő védelem nélkül lépett ki a “kinti” világba. Alig egy hónap leforgása alatt cukor jelent meg a vizeletében: cukorbetegségre lett. Ez a tény újra visszavitte őt a “Betegedj meg!” sorskönyv ismerős és “biztonságos” világába.

A “Keresd a gyűrűizmot!” című szlogen ugyancsak a sorskönyv pszichológiai komponensére utal. Tipikus “sorskönyvi jellemeknek” tekinthetők a szorosan összezárt szájú emberek s mindazok, akik egyidejűleg esznek, isznak, dohányoznak és beszélnek. A hashajtókhoz és beöntésekhez szokott emberek az archaikus “bél-sorskönyv” vezérlete alatt élnek. A megerőszkolási sorskönyvben szenvedő nők állandóan megfeszítve tartják a Levator ani és a Sphincter cunni nevű izmaikat, ami fájdalmas közösülést eredményez. A korai és a késleltetett magömlést, valamint az asztmát is tekinthetjük sorskönyvi természetű gyűrűs záróizomzavarnak.

A gyűrűs záróizom a “végső kimenetel”, a “végső nyereség” szerve. A záróizom zavarok tényleges “oka” természetesen majdnem mindig a központi idegrendszerben rejlik. A tranzakci359onális aspektusok azonban sohasem az “okból”, hanem mindig a “hatásból” erednek. Bármi legyen is például a korai magömlés központi idegrendszeri “oka”, a hatás mindig a férfi és partnere kapcsolatában jelentkezik, így a korai magömlés

általában a sorskönyv része. Az efféle sorskönyvek rendszerint vesztes típusúak – nemcsak a partnerkapcsolatban, hanem az élet egyéb területein is. A “gyűrűizom-gondolkodás” jelentősége azokban a módozatokban rejlik, ahogyan a záróizmokat különféle tranzakciókra használják fel. Miki Gyermekije intuitív módon pillanatok alatt megérzi, miképpen kívánják megtámadni őt mások a záróizmaik segítségével. Miki pontosan tudja, ki akarja őt “levizelni”, ki az, aki “a fejére kakál”, s mely nők azok, akik “köpnek rá” 6 . S különös módon Miki Gyermekijének mindig “igaza” lesz, amennyiben hosszan tartó kapcsolatokba bonyolódik e fenyegető emberekkel!

A folyamat a következőképpen zajlik: amint Miki és Pista először találkoznak, Miki Gyermekije (rendszerint az első tíz másodpercben, de az első tíz percben mindenképpen) hajszálpontosan megérzi, mit forgat a fejében Pista Gyermekije. Pista Gyermekije azonban (a Felnőtt és a Szülői segítségével) pillanatokon belül sűrű füstködöt bocsát maga köré, amely – afféle mesebeli dzsinn módjára – fokozatosan emberi alakot ölt, s úgy jelenik meg, mint Pista Personája, maszkja, álruhája. Miki ekkor elhessegeti magától a Gyermeki megérzéseit, s megpróbálja elfogadni Pista Personáját. Pista tehát elködösíti Miki éleslátását, és a Personáját küldi maga helyett a kommunikációba. Miki azért fogadja el Pista Personáját, mert ő maga is sietve kibocsátja a Pista megtévesztésére szolgáló füstködöt maga köré, s ezzel olyannyira elfoglalja magát, hogy közben nem csupán azt felejtí el, mit is gondolt a Gyermekije korábban Pistáról, hanem azt is, mit gondol önmagáról egyáltalán, Ennek az első tíz másodpercnek a történetét másutt már részletesen kifejtettem. Az emberek azért nyomják el intuitív érzéseiket, és azért fogadják el ehelyette mások Personáját, mert egyrészt udvarias dolognak tartják az ilyesmit, másrészt meg ez szolgálja legjobban a játszmák és a sorskönyvek érdekeit. Az efféle kölcsönös elfogadást nevezzük társadalmi szerződésnek” .

A záróizmok sorskönyvi szerepe abban áll, hogy mindannyian keresünk – és rendszerint találunk is – olyasvalakit, aki a mienket kiegészítő sorskönyvvel rendelkezik. Vulgárisan szólva ez annyit tesz, hogy ha

valakinek azt kívánja a sorskönyve, hogy a fejére kakáljanak, akkor olyasvalakit keres majd, aki éppen arra vár, hogy mások fejére kakálhasson. E két ember már ismeretségük első tíz percében egymás horgába akad, majd többkevesebb időt töltenek azzal, hogy elrejtsek egymás elől vonzalmuk záróizom-eredetű okait. Ha ezen túlmenően folytatják a kapcsolatot, akkor komoly esélyük van arra, hogy kölcsönös sorskönyvi kielégülést nyerjenek.

Ha mindez nem hangzik hihetően, akkor gondoljunk azokra a botrányos esetekre, ahol a sorskönyvi szükségletek kielégítése szinte azonnal megtörténik. A homoszexuális férfi bemegy a nyilvános mellékhelyiségbe, vagy akár csak végigsétál az utcán, és röpké tíz másodperc alatt kiszúrja magának azt, akit éppen keres. A kiszemelt személy nem más, mint az, aki képes megadni a kívánt szexuális kielégülést, méghozzá a sorskönyv által megkövetelt módon: ez történhet nyilvános helyen, ahol a szexuális kielégülést a “Rabló-pandúr” játszma izgalmi színezi, vagy történhet hosszú párkapcsolatként magánlakásban vagy bármely csendes, eldugott helyen, s (ha a sorskönyv így kívánja) vezethet akár gyilkossághoz is. A tapasztalt heteroszexuális férfi csak kiteszi a lábát a nagyvárosi utcára, és tévedhetetlenül kipécézi magának azt a nőt, aki eljuttatja majd a kívánt szexuális kielégüléshez, és hajlandó eljátszani a rá eső sorskönyvi szerepet. A férfi behálózhatja, megfizetheti, leitathatja, megölheti vagy feleségül veheti a nőt – ahogy a sorskönyve parancsolja. A civilizált vagy jól nevelt emberek megtanulják, hogyan rejthetik vagy nyomhatják el intuitív megérzéseiket, ezek azonban a megfelelő feltételek esetén azonnal újra jelentkeznek.

364. oldal

A kultúra vajmi kevésbé befolyásolja a sorskönyvek alakulását. A társadalom minden rétegében találunk veszteseket és nyerteseket, és az emberek a világ minden sarkában hasonló módon rohannak sorskönyvük beteljesülése felé. Az elmebetegségek előfordulási aránya minden nagyobb népcsoportban szinte azonos és öngyilkosság is mindenütt előfordul. Az is közös, hogy minden nagyobb csoportnak megvannak a

maga vezetői és gazdag emberei. Minden páciens legalább három különböző hangon beszél, a Szülőén, a Felnőttén és a Gyermekein. Megtörténik, hogy e három hang valamelyike hosszú időn át néma marad, előbb-utóbb azonban mindannyian megszólalnak.

369. oldal

SORSKÖNYVI SZAVAK

A férfiak sorskönyvének leggyakoribb szereplői a lányok, az úrinők és a közönséges nők. A nők világát kölykök, férfiak és öregemberek népesítik be. Érdekes szerepek még a “Szende Szűz” és a “Mocskos Öregember”. E kettő mágnesként vonzza egymást, különösen presszóknál és kocsmákban. Amikor a Szende Szűz és a Mocskos Öregember pillantása egymásba kapcsolódik, egyikük sem szorul a sügő segítségére abban, hogy mit is mondjon a Helló után. A különféle női világokat farkasok, szörnyek, varázslók, kandúrok, disznók lakják, s e tarka férfinep tyúkok, kancák, szukák, cicusok és bocik visongó nyáját terelgeti. Ezek mind-mind sorskönyvi szavak, melyek (obszcén megfelelőikkel együtt) állandóan jelen vannak a mindennapi társalgásban és a csoportterápiában egyaránt.

A sorskönyvi jelenetek rendszerint a lakás valamely helyiségében játszódnak: a gyerekszobában, a fürdőszobában, a konyhában, a nappaliban vagy a hálószobában, s e helyiségek mindegyike sajátos szókészletet kínál. Az egyes szobákban rekedt páciensek gyakran élnek a helyiségnek megfelelő szavakkal. Az ellensorskönyv szavait azoknál fedezhetjük fel, akik harcot vívnak a sorskönyvük ellen. A 12. fejezetben említett SziszifuszJóska részben azért vált profi kosárlabdázóvá, mert maga is így akarta, ám részben azért, mert Hümér bácsi belehajszolta a dologba. Dr. Q. már régóta hallgatta Jóskát, amikor először feltűnt neki, milyen iszonyú erővel ejti Jóska a “nem” szócskát, s milyen gyakran használja a “valami mást” kifejezést. A terapeuta megsejtett valamit e két szó mögött. Akárhányszor csak Jóska kiejtette a száján, hogy “nem”, az olyan volt, mintha éppen kosárra dobta volna a labdát. S

akárhányszor csak kosárra dobott, a Gyermekije felkiáltott: “Nem! Nem fogsz beletalálni!” S akárhányszor csak Jóska azt mondta, hogy “valami mást”, olyankor az alapvonalra dobott, és akárhányszor csak az alapvonalra dobott, mindig azt mondta, hogy “valami mást” – azaz: “Ha nem tudlak kiütni, hát megpróbálok valami mást.” Jóska, nemcsak hogy készséggel elismerte Dr. Q. intuitív érzésének helyességét, hanem azt is elmondta, hogy az edzője más szavakkal már sokszor megfogalmazta ugyanezt. “Nyugi! – szokta mondogatni az edző. – Ha minden kosarat ekkora erővel dobsz, kificamodik a vállad!” Ez később meg is történt.

Jóska ellentétes sorskönyve az volt, hogy sikeres kosárlabdajátékoská váljon, ám a dobások az apjára és a nagybátyjára irányuló dühöt tükrözték – hiszen e két ember vesztesnek szeretne volna látni őt. Ezért minden labdadobással a sorskönyve ellen küzdött, így próbált kikecmeregni a sikertelenség batyujából. A törekvés megsokszorozta erejét, ellentétes sorskönyve pedig támogatta a dolgot. Az egyetlen baj az volt, hogy Jóska nem tudta időben leállítani magát, ezért kificamította a vállát, s végül mégiscsak vesztésként kellett lekullognia a pályáról.

385. oldal

TILTAKOZÁSI FORMÁK.

A tiltakozás legfőbb formája a harag és a sírás. Minthogy a harag kilencven százaléka a Szülői énéllapot által bátorított “helyettesítő érzés”, az igazi kérdés az; “Mire jó, ha dühöngünk?” A haragnak legtöbbször semmi olyan hozama nincs, amit nélküle ne tudnánk elérni, az érte fizetett ár pedig érdemtelenül magas – napi négy-hat órányi megzavart anyagcsere és többórányi álmatlan forgolódás. A “hátra-arc” típusú harag fordulópontja akkor következik be, amikor Jancsink nem mondja többé önmagának és a barátainak: “Ezt meg ezt kellett volna tennem...”, hanem elkezd ekképp fogalmazni: “Ezt meg ezt kell majd tennem.” A “lépcsőházi harag” -ra ugyanaz érvényes, mint a “lépcsőházi bölcsesség”-re. “Ha nem tetted szóvá a dolgot akkor és ott a helyszínen, most már ne menj vissza, hogy utólag megmondod, mivel az első intuíciónak valószínűleg helyes volt.” Ilyenkor az a

legjobb, ha szépen megvárjuk a következő alkalmat, és ha a helyzeten valóban javítani lehet, akkor az meg is fog történni. A jelen idejű fogalmazásmód (“Ezt meg ezt szeretném tenni”) rendszerint hamar átadja helyét a jövő idejű gondolkodásnak: “Legközelebb ezt meg ezt fogom tenni.” Szent meggyőződése (mindenfajta klinikai bizonyíték nélkül), hogy a múlttól a jövőre kapcsolás anyagcsere-változást is okoz. Nem többet persze, mint egy-egy hormonanyagban végbemenő redukciós vagy oxidációs folyamatot. E tény újabb támadás az autonómia illúziója ellen. Amint Jancsinek a múltból a jövőbe helyezi át méltatlankodásának tárgyát, azt gondolhatja magában: “Na, most megnyugodtam”, vagy azt mondja neki valaki más: “Na végre, megjött az eszed.” Holott szó sincs ilyesmiről; mindössze némi kémiai változás történt.

387. oldal

ÉLETÜNK TÖRTÉNETE

A sorskönyv-analitikusok számára írt lehető legtanulságosabb mese a híres misztikus szerző, P. D. Uszpenszkij műve, az Oszokin Iván különös élete. Oszokin Iván lehetőséget kap arra, hogy újraélje életét, ám megjósolják neki, hogy újra és újra elköveti majd a régi hibákat, s újra és újra megismétli mindazokat a cselekedeteket, melyeket egyszer már mélységesen megbánt. A könyv hőse erre azt feleli, hogy ez nem csoda, hiszen nem fog emlékezni az előző életére, így nem is tudhatja, miféle hibákat keltene elkerülnie. Ekkor közlik Ivánnal, hogy erről szó sincs; éppen ellenkezőleg, s az ilyenkor szokásos gyakorlattal ellentétben, az égvilágon mindenre emlékezni fog, ám mégis el fogja követni ugyanazokat a hibákat. E feltételek hallatán Iván beleegyezik, hogy újra leélje az életét, és bár mindent előre tud, mégis ugyanúgy cselekszik, mint előzőleg. Remekművében Uszpenszkij a végzet hatalmának tulajdonítja a történeteket, s a sorskönyv-analitikus mélységesen egyetért vele. Csak annyit tennék hozzá, hogy Iván sorsát nem metafizikai vagy kozmikus erők irányítják, ő csupán a szülei által beprogramozott élettervet követi. A sorskönyv-analitikus tehát pontosan ugyanúgy vélekedik, mint Uszpenszkij: a sorskönyv minden

egyént arra kárhoztat, hogy újra és újra ugyanazokat a viselkedés mintákat ismétlje, bármennyire is megbánja ezek következményeit. Sőt, a helyzet az, hogy éppen maga a szánom-bánom szolgáltatja az ismétlés hajtóerejét, minthogy maga az ismétlés éppen azért történik, hogy a személy kellő számú megbánást gyűjthessen össze!

A képet egy másik mese segítségével tehetjük teljessé, ez pedig nem más, mint Edgar Allan Poe: M. Valdemar különös esete című műve. M. Valdemar a halála előtt hipnotizálják, s ezt követően sok-sok évvel túléli önmagát. Egy különös véletlen folytán kikerül a hipnotikus transzból, és a megrökönyödött közönség szeme láttára bűzlő, rothadó holttesté változik – pontosan olyanná, mintha a hipnotizálás napján meghalt volna. Valdemar tehát “utoléri önmagát”. Sorskönyvi nyelven szólva, az ilyesmi nap mint nap megtörténik. A gyermeket valójában hipnotizálják a szülei, s arra készítik, hogy egy bizonyos életervet játsszon le. A gyermek tökéletesen élőnek tűnik mindaddig, amíg be nem teljesíti sorskönyvi végzetét. Ekkor azonban rémületes gyorsasággal darabjaira hullik szét. Sok embernek a sorskönyve az “üzemanyaga”, és ha célhoz ért, gyors rozsdásodásnak indul. Amint már említettük, rengeteg “öreg” vagy “nyugalmazott” ember sorsa ez szerte a világon – és nem csak “a mi fejlett társadalmunkban”.

Maga a sorskönyv a görög végzetistennő, Ananké védelme 388alatt áll. A pszichoanalitikusok úgy mondanák, a sorskönyvet az ismétlési kényszer vezérli. A rövid lefutású sorskönyv egy élet során többször is megismételhető (a nő férjhez mehet egyik alkoholistához a másik után abban a reményben, hogy a következővel majd minden egészen más lesz; a férfi elveheti egyik beteg feleséget a másik után, így egy idő után a fél temető az ő rokonaival lesz tele). Kicsinyített formában akár évenként is megismételhető a sorskönyv (karácsonyi depresszióként például), s az egész sorozat remekül beletorkollhat egy Látványos Karácsonyi Öngyilkosságba. Ugyanez a sorskönyv havi bontásban, is elképzelhető (menstruációs kiborulások formájában), sőt kisebb adagokban akár naponta is lepergethető.

395.oldal
A JÁTSZMÁK ADAGOLÁSA

Klinikus körökben jól ismert a szólás, hogy a neurotikus nem azért jön terápiába, hogy jobban legyen, hanem hogy megtanulja, hogyan válhat jobb neurotikussá.

A játszmaelemző szakember is hasonlóképpen vélekedik: a páciens nem azért jön, hogy kigyógyuljon, hanem hogy tökélyre vigye a már létező játszmáit. Ezért meg is szokik, ha azt látja, hogy a terapeuta egyáltalán nem játszik vele semmit, s akkor is, ha orvosa olyan tollas hátú verébnek bizonyul, akit már a kezdet kezdetén le lehet söpörni a pályáról.

A terapeuta sorskönyvét leginkább a csábító nőpáciens teszi próbára. Mindaddig, amíg csábítás van a dologban, legyen az bármily finom vagy plátói jellegű, a terapeuta csupán a ráosztott szerepet játssza, a páciens részéről pedig szóba sem jöhet a gyógyulás. A páciensnő ilyen esetekben a “javulás” legváltozatosabb formáit produkálja, hogy a terapeuta kedvére tegyen és önmagát szórakoztassa, ám nem teszi meg a “nagy ugrást” a sorskönyvi világból a valódi életbe. E tény alkotja a Freud által említett “analitikus tartózkodás” és “analitikus frusztráció” hátterét. Ha az analitikusról lepereregnek a páciens manőverei, és következetesen ragaszkodik ahhoz, hogy csupán a munkáját végezze – analizálja a páciens ellenállását, ösztönsorsát és esetleges indulatáttételét –, akkor megmenekül attól, hogy fizikailag, lelkileg vagy erkölcsileg elcsábítsák. A viszontáttétel annyit tesz, hogy nemcsak az analitikus játszik szerepet a páciens életében, hanem a páciens is az övében. Ez esetben mindketten sorskönyvi válaszokat kapnak egymástól, az eredmény pedig az a “kaotikus helyzet”, melyben az analízis mindent elér, csak az eredeti célját nem.

A fenti nehézségek elkerülésének legegyszerűbb módja, ha rögtön az elején, a terápiás szerződés megkötésekor a páciensnek szegezzük a kérdést: “Mondja, valóban megengedi, hogy meggyógyítsam?”

A legvégletesebb eset az, amikor a terapeuta nemi kapcsolatba bonyolódik

a páciensével – ez kéjes szexuális és sorskönyvi gyönyörök forrása lehet, ám lehetetlenné teszi, hogy bármelyiküknek is előnyére váljon a kezelés. A közép-veszedelmes kategóriába tartozik az a technika, amelyben a terapeuta bevallja a páciensének, hogy vonzódik iránta. Ezt rendszerint azért teszi, hogy “javítsa kettejük kommunikációját”. A kommunikáció sokszor meg is javul, s ez a végtelenségig elnyújthatja a terápia időtartamát – feltéve, ha a közlést jól időzítették, és a páciensnő nem szaladt el a kapcsolatból.

A sorskönyv leküzdésére azonban ekkor sincs remény, hiszen a terapeuta pusztán bevallotta, hogy a páciens szerepet kaphat az ő sorskönyvi életervében. A harmadik és leggyakoribb eset az, amikor a páciens nő széttárt lábbal foglal helyet a széken. Ilyenkor nem az a helyes eljárás, hogy a terapeuta beszámol neki a saját szexuális fantáziáiról, hanem hogy megkéri, igazítsa meg a szoknyáját. Ha sikerül kivédeni e provokációt, akkor jó esély van arra, hogy a kezelés ne forduljon át a kegyetlen “Megerőszakolósdi” játszma. Ugyanez az elv érvényes a látványosan kidüllesztett keblek esetére is. Ha pedig a homoszexuális férfipáciens ül le úgy, hogy széttárt lába közül kiduzzadnak a nemi szervei, a terapeuta szóvá teheti: “Érzékeltem a maga óriási méreteit. Mindazonáltal térjünk vissza a hasmenésére.” Ha a páciens felüvölt: “Kapt be!”, akkor a válasz valami ilyesmi: “Én biztosan nem. Én azért vagyok itt, hogy meggyógyítsam. Nos, mi a helyzet a hasmenésével?”

A fentiekben vázolt nehézségek elkerülésének legjobb módja tehát az, ha rögtön a kezdet kezdetén, már a terápiás szerződés megkötésekor megkérdezzük a páciensétől: “Valóban megengedi, hogy segítsek a gyógyulásában?”

450. oldal

A sorskönyvelmélettel kapcsolatos ellenvetések

Sokan nem fogadják el a sorskönyvelméletet, ki-ki a maga meggondolásai alapján. Ám minél kielégítőbben megválaszoljuk e kifogásokat, annál erősebb lesz az elmélet tudományos érvényessége.

A SPIRITUÁLIS ELLENVETÉSEK

Sokan intuitív módon úgy érzik, hogy a sorskönyvelmélet azért nem fogadható el, mert ellentmond annak az elképzelésnek, hogy az ember szabad akarattal rendelkező lény. Az elmélet némelyekben nyugtalanságot kelt, hiszen úgy tűnik, e gondolatmenet az egész emberiséget egyfajta mechanikus szerkezetté redukálja, amely végigrobogja-végigdöcögi előírt pályáját, s végül leáll. A berzenkedők e csoportja hasonlóképpen vélekedik a pszichoanalízisről is – ez nem csoda, hisz bizonyos fokig Freud is zárt, kibernetikus rendszerként tételezi a pszichét, ahol az energia csupán néhány bemenő és kimenő csatornán közlekedik a világgal, és nála sem marad túl sok hely az “Isteni Elrendelésnek”. E kifogás hangoztatói azoknak az embereknek a morális unokái, akik ugyanezt érezték a darwini természetes kiválasztódás kapcsán. A fő érv akkor is úgy hangozott, hogy Darwin pusztá mechanikává silányítja az Életet, s nem enged teret annak, hogy szabadon kibontakozzék Természetanya kreativitása. E régi eleink pedig azoknak az unokái, akik annak idején Galilei arcátlan merészségét kárhoztatták. A “szabad” emberi sors védelméért “emberbaráti” megfontolásból síkraszálló fenti ellenvetéseket megfelelő komolysággal és tisztelettel kell kezelnünk. Válaszom, vagy ha úgy tetszik, védőbeszédem ezzel kapcsolatosan a következő:

1. A strukturális analízis nem kívánja megválaszolni az emberi viselkedés valamennyi kérdését. Pusztán arra szorítkozik, hogy bizonyos megállapításokat tegyen a megfigyelhető társas viselkedésről és a belső élményekről, s e megállapítások, úgy tűnik, helyesnek bizonyulnak. Elméletünk – legalábbis formálisan – nem foglalkozik a lét esszenciájával, a lélekkel. Szándékosan megáll e tartomány határán, s így nem is vizsgálódik azokon a területeken, ahol a filozófusok, a metafizikusok, a teológusok és a költők szorgoskodnak. Meg sem próbálunk beszivárogni e jól őrzött területekre, ám viszontszívességgént ugyanezt várjuk el az Emberi Lényeg, a Lélek, a Self felkent kutatóitól is. Nem ácsingózunk az Elefántcsonttoronyra, a Katedrára, a Szószékre, a Bírói Pulpitusra – másfelől

viszont azt sem szeretnénk, ha akaratunk ellenére felrángatnának bennünket e szent helyekre.

2. A sorskönyvelmélet nem állítja, hogy minden emberi viselkedést a sorskönyv vezérelne. Legalább ugyanennyi helyet hagy az autonómiának, sőt, voltaképpen ideáljának tekinti az autonómiát. Csupáncsak megállapítja, hogy ez utóbbit viszonylag kevés ember éri el, s ők is csak különleges alkalmakkor. Szándéka nem több, mint hogy az autonómia javára billentse a kétfajta működésmód arányát, s eszközt nyújtson ehhez. Az első feladat, hogy megkülönböztessük a hamisat az igazítól, s ha ezt megtettük, szinte már nem is marad dolgunk. A sorskönyvelmélet azonban láncnak nevezi a láncot, s ezt nem kellene, hogy támadásnak vegyék mindazok, akik imádják csörgetni a láncukat, és eszük ágában sincs elveszíteni őket.