



**Hardi István**

## **Erkölc és lelki egészségvédelem:**

### **Bűn, bűntudat és egyes rendellenességei**

Mindez átvezet a bűntudat kérdéséhez. Normális esetben az elkövetett hiba, vétség vagy akár bűn kellemetlen érzéssel, feszültséggel, esetleg kínos gondolattal járhat. Tudjuk, vagy érezzük, hogy hibáztunk, bánjuk, amit elkövettünk. Esetleg a következményektől, pl. a büntetéstől tarthatunk. Egészséges embernél bűnt bűntudat követ, azonban a kettő nem mindig áll egymással arányban. Az egyéniségtől - a felettes-én szigorától - függően lehet erős a bűntudat, és akár viszonylag jelentéktelen dolgok is okozhatnak lelkiismeret-furdalást. Ennek ellenkezőjével is találkozhatunk - főként személyiségzavarban szenvedőknél -, nagy bűnök után sincs bűntudatuk. Freud szerint (idézi Hole, 1989) "a lelkiismeret igényei és az én tevékenysége közti feszültség bűntudat formájában jelentkezik". Neurotikusoknál - különösen depressziós színezetű panaszoknál - mindez túlmegy a hétköznapi határokon. Nyilvánvaló ok nélkül is jelentkezhet bűntudat. Esetleg apró-cseprő dolgokat felnagyítva, hibásnak érzik magukat, vagy akár minden alap nélkül önmagukat hibáztatják.

A bűntudat gyakran elfojtott tartalmakból, különösen tudattalan agresszióból táplálkozhat. Kifelé sokszor különféle jóvátételi törekvésekben, túlzott szeretetkeresésben, esetleg indokolatlan költsékezésben mutatkozhat. Befelé büntetéstől való félelemben, bűnhődési vágyban, sőt önbüntetésben mutatkozhat. Az elfojtott bűntudat önbüntetésben is megnyilvánulhat hétköznapi kisebb tévccselekményekben, pl. elvágjuk az ujjunkat, de okozhat betegségi tüneteket is. Az elvesztett hozzátartozóval érzett bűntudat a hozzáfűződő ambivalens érzésekből táplálkozhat, halálfélelemben vagy hipochondriás szorongásban jelentkezhet. Így pl. attól tarthat, hogy ugyanabban fog meghalni, mint az eltávozott, vagy talán már ugyanazokat a tüneteket véli magán felfedezni.

Ismeretes a hibákon, bűnökön való rágódás, önmarcangolás (gondoljunk a lelkiismeret-furdalás német megfelelőjére, a "Gewissensbissen" kifejezésre, mely magyarul "lelkiismereti harapást" jelent). A bűntudat önmaga leértékeléséhez, kisebbségérzéshez vezethet.

A legtöbb gyermek, serdülő nemi életének fejlődése folyamán átesik az önkielégítésen, a maszturbáción. Mindez nem kóros. (Inkább akkor szokott problémát jelenteni, ha a nagyfokú szorongás vagy gátoltság miatt ez a fejlődésből kimarad.) Prolongációjának számos oka lehet, kórosra legfeljebb akkor gondolunk, ha a normális szexuális életre lehetőség volna, de az egyén kitart az önkielégítés mellett. Ennek sokféle oka lehet, pl. megfelelő érzelmi, szerelmi, emberi kapcsolatra való képtelenség vagy gátoltság, amely mélyen a tudattalanban gyökerezik (Fenichel, 1945). Ezért van, hogy sokszor az egyszerű felvilágosítás vagy nevelés nem segít, mert az önkielégítés mélyebb okok következménye. Elindul egy küzdelem, amely sajátos ördögi körhöz vezet: mennél inkább szabadulni akar ettől az ifjú, annál inkább folytatja, s annál bűnösebbnek érzi magát. Ez fokozza a szorongást, az izolációt, a bűntudatot, s magát pl. akaratgyengeséggel vádolja. Hozzájárul ehhez a következményektől való félelem, mely nem

egyszer hipochondriás formákat ölt.

Z. Z. 23 éves egyetemi hallgató, skizoid határeset, aki nagyfokú bizonytalansága, pályaválasztási dilemmái, szexuális problémái s hipochondriás panaszai miatt keresi fel gondozónkat, ahol a következőkről számol be: Nemrégiben nősült, de önkielégítést végez, amit még nem tudott feladni. Hiába jó a felesége, akinek kezdetben ezt a készletét megmondta. Állandó lelkiismeret-furdalása van, magát akaratgyengének tartja. Vallásos nagybátyja, Dezső bá' szerint "halálos bűnt" követ el ezzel. Ettől szabadulni nem tudott, ez is fokozza bűntudatát. Ugyanakkor féltékenykedik feleségére, Noémira, akinek őelőtte volt egy szerelmi kalandja Lászlóval. Állandóan faggatja, hogy "László jobb volt-e, mint ő" "Milyen volt? Hogy volt?" Nagybátyja ellenezte a házasságát Noémi "előélete" miatt, s mivel ő őszinte feleségéhez, ezt meg is mondta neki. Az emiatt teljesen "kiborult". Egyébként is folyton féltékenykedik rá, attól tart, hogy más férfiak jobbak, többek, "jobban beszélnek a művészetről", szebbek nála stb.

Rendkívül nagy benne a bizonytalanság, pl. Noémiről néha azt gondolja, hogy "utcanő", hogy "gonosz", mivel előtte mással volt. Ugyanakkor szégyelli, hogy ilyet gondol. Bizonytalansága pályaválasztásában is megnyilvánul, többször gondol rá, hogy helyes-e, hogy fizika-matematika pályára készül, és nem volna-e pl. pszichológusnak mennie. Különösen nehéz vizsgák előtt merülnek fel ezek a kételkedő gondolatok. Mindennel szemben ilyen bizonytalan.

Állandó hipochondriás szorongásokkal küszködik, daganatoktól (ráktól) fél, agydaganattól, végbélráktól, szívbajtól stb. Orvosi könyveket bújja, s azokat a bajokat kapja meg, amiket ott éppen olvas. Mindezek részben orvosi vizsgálat után, részben pedig maguktól is elmúlnak. Egyik nagyapját nagyon szerette, aki végbélrákban halt meg.

Családjában apja és anyja folyton veszekedtek, apja kötekedő, de meglehetősen passzív. Anyja viszont féltékenykedő természet. Nemegyszer őt küldte el kémkedni apja után, hogy távolmaradásakor nincs-e nőnél. Örökös veszekedések, viták nyomán azt a következtetést vonta le, hogy ő nem akar olyan lenni, mint az apja.

Állandó bűntudattal küszködik egyfelől önkielégítése, másfelől szavai miatt, hisz "nem szabadna Noémiről és szüleiről rosszat mondani". Bűntudatának gyermekkori gyökerei között akadt egy fontos óvodai emlék: egyetlen igaz barátját ígérete ellenére nem tudta meglátogatni, mert szülei máshova vitték. Az az egész nap a kapuban várta.

Összefoglalva: sajátos skizoid határeset, ahol egyfelől az emberi kapcsolatok zavarával s ennek számos megnyilvánulásával, intenzív önkielégítéssel, hipochondriás panaszokkal találkozhatunk, s kóros bűntudattal, mely egyfelől feleségével, szüleivel kapcsolatos kritikai gondolataiból, másfelől önkielégítéséből származik. A megindult pszichoterápiás munkánkban már a kezdeti néhány megbeszélés után kedvező enyhülés, feszültségcsökkenés tapasztalható.

A bűntudat egyik fő oka a maga ellen fordított agresszió. Ezt különösen depresszióban látjuk, ahol nagyon súlyos önvádak is megjelenhetnek. Pl. a beteg hozzátartozójának haláláért önmagát érzi felelősnek. Egy orvosnő - aki maga is koncentrációs tábor foglya volt - nem vitte onnan időben kórházba anyját, tehát "felelős haláláért". Általános ez a koncentrációs tábor túlélőinél: bűntudatuk van, mert "ők maradtak meg", míg számos társuk elpusztult. Tudunk olyan elmebántalomban szenvedőkről, pszichotikusokról, akik a kóros bűntudat nyomán akár gyilkosságot is magukra vállalnak, ahogy ezt Dosztojevszkij "Bűn és bűnhődés"-ében vagy nem egy bűnügyi krónikában olvastuk. A kóros bűntudat súlyosabb gyászreakcióban szenvedőknél is szerepel, főként ha az eltávoztathoz ambivalens érzések fűzték, s a szeretet mellett

nemegyszer kívánta annak halálát, de az impulzusait többször elfojtotta.

Egyes felfogások szerint bizonyos bűncselekményekben a kóros bűntudatnak is van szerepe, a bűnös ennek nyomása alatt követ el krimet, s így próbál feszültségétől szabadulni.

Ugyanakkor a felettes-én sajátos "áruló" viselkedést idéz elő: a "legtökéletesebb" bünténynél is hátrahagyhat a tettes valamilyen nyomot, aminek alapján mindenre fény derül. Máskor a tett színhelyére való visszatérés kényszere miatt lepleződik le.

Ismertünk régebben is hanyag, nemtörődöm embereket, akiket nemegyszer "lelkiismeretlen" kifejezéssel illettek. Modern korunk "vívmánya" a felettes-én meggyengülése vagy hiánya. Ez nemegyszer a szabadosság sajátos "szabadság-világnézetének" ideológiai védőpajzsa alatt jelenik meg: "bűn nincs", "mindent szabad", ami pillanatnyi örömet s előnyt jelent, és legfőképpen, ha nem jönnek rá. Eddig is ismertek voltak indulatos, ingerlékeny személyiségzavarban szenvedők (a régebben pszichopátáknak nevezettek) erőszakos cselekményei, akár gyilkosságai is, amelyeket legtöbbször erkölcsi gátlás nélkül követtek el. Újabban az úgynevezett határeseteknél (borderline) találkozunk a lelkiismeret hiányával, a ki nem alakult ("archaikus", Kernberg, 1983) felettes-énnel.

Sokan a felettes-én részének, mások a mellette kialakult - bizonyos funkciókkal rendelkező - külön állomásnak vélik az én-ideált. Freud (1914) eredetileg a felettes-énnel együtt, vagy azzal felváltva működő jelenségről szólt. Ma kiemelten foglalkozunk az én-ideál jelentőségével (Chasseguet-Smirgel, 1984). Ez az egyén előtt lebegő -- tudatosan vagy tudattalanul - követésre készítő modell. Szabályzó hatása is ily módon érvényesül. Meglepő az a Freud i megállapítás, hogy az én-ideál alapjául tulajdonképpen az ember saját maga, saját csecsemőkora szolgál. Az anya-csecsemő kapcsolatban a csecsemő mindenhatósági érzése érvényesült. Szükségeit kifejezései, hangja, szava nyomán anyja maradéktalanul kielégítette. A felettes-énhez hasonlóan az egyéni élet élményei, tapasztalatai az én-ideál fejlődésében is változást, gazdagodást, bővülést hoznak. Mindez azonban behelyettesítése, pótlása annak, hogy egykor "ő saját maga volt az ideál".

Erkölcsi világunkban fontos szerepe van a szégyen érzésének. Az ember szégyelli magát valamilyen cselekvésért, tettért, vagy pedig azért a helyzetért, amibe került. Ez utóbbi is utal a társadalmi vonatkozásra. A hátrányos helyzet, kigúnyoltság megszégyenüléssel jár.

Hasonlóképpen a társadalom által előírt szemérem megsértése, a test fedetlenné válása szégyenérzést okoz. Érdekes beszédünkben a "leleplezés" kifejezés: szoborleleplezésnél a megmutatás pozitív értékű, míg valamilyen sötét ügy "leleplezése" szégyenteljes dolgokat hoz napvilágra. Mindkettő a megmutatással, az exhibícióval kapcsolatos, csak ellenkező előjellel. A szégyen pirulással járhat, ahogy régebben vidéki serdülő lányoknál ez oly gyakran tapasztalható volt. Hermann Imre (1984) a szégyenben "a tüzes szemektől való félelmet" tartja alapvetőnek, a "nem tudok szemébe nézni" érzését. (Ismerjük a "szemlesütve" vagy "kisül a szemem" kifejezéseket. Nyelvtudományunk szerint a magyar "szemérem" főnév talán összefügg a szem szóval (l. Magyar nyelv történeti-etimológiai szótárát). Ugyancsak kiemeli a szégyen társas vonatkozásait, a lemeztelenítettség és kítaszítottság élményét. Hermann foglalkozik a megszégyenítés kórokozó szerepével is.

Egy később nagy hírűvé vált matematikatanár a gimnázium első osztályos drukkoló diákját felelteti a tábla előtt. Az izgalmban egyik lábáról a másikra áll. A tanár ironikusan megjegyzi: "Mondd, nem kell neked WC-papír?" Az egész osztály harsány hahotája közben a gyermek megszégyenülten áll. A tanár egy életre tönkretette "szellemes megjegyzésével" tanítványának a számokhoz, a matematikához való viszonyát.

Egyesek félnek a szégyentől, mondhatnánk a szégyentől szégyenkeznek. A nevetségesség válás aggodalma miatt isznak, gyógyszert szednek stb. (Lückert, 1954).

A bűnbánat, a megbánás, a jóvátétel egészséges embernél a tudatosság, az átgondolás erejével is vezethet megnyugváshoz. Sajátos mechanizmus neurotikusoknál s más kóros esetben a "meg nem történtté tétel". Úgy kell viselkedni, gondolkodni, "mintha mi sem történt volna", az egészet "jobb elfelejteni". Ebben feltehetően a tagadásnak is van szerepe: "ne foglalkozzunk ezzel a dologgal", "ott semmi sem zajlott". Ez akár mágikus jellegű is lehet, ahogy ezt egy értelmi fogyatékos betegemnél láttam.

Szenvedélye az ostorcsattogtatás, melyet felkérésre a vendégek szórakoztatására hatalmas lendülettel végez. A nagy hangerő nyomán azután kezével az egészet a levegőben "eltörli".

Fiataloknál tűnt fel, de sajnos felnőtteknél is terjed a sajátos közöny, mely a magatartásban "nemtörődömségben", hanyagságban vagy akár érzéketlenségben is mutatkozik. Erkölcsi világunkban az egész személyiségünknek van szerepe: ebben igen jelentősek az érzelmeink. Elég a nyelvhasználatban a "jó érzésű" kifejezésre utalnunk. A mindennapi élet változásaiban a különösen fontos érzelmi elszegényedés jelenségekörére nálunk Vértess O. András (1987) mutatott rá. A beszéd érzelmileg elszíntelenedik. Tapasztalható ápolási munkában is annak elgépiesedő, mechanikus végzése, közönyös viselkedésben. Ez a "kiégés", az ún. "burn out" (Aronson, 1983). Ugyancsak ismert a saját és más emberek érzelmi világának elhanyagolása, tudomásul nem vétele, amely a kapcsolatok zavarával jár. Alexithymiáról beszélünk ilyenkor (Sifneos, idézi Von Rad 1983). A másik ember - miként saját maga - érzelmi rezdüléseit "nem érti meg". Főként pszichoszomatikus betegnél írták ezt le, továbbá azt, hogy az így elfojtott affektív impulzusok testi tünetek formájában adnak hírt létezésükről. A személytelenség, az érzelemtelenség, az arc kifejezésetelensége jellemző betegsége korunknak.

Itt kell foglalkoznunk a szociopátiás személyiséggel. A WHO meghatározása szerint (idézi Benesch, 1987) ez a személyiségzavar a szociális kötelezettségek semmibe vételével, mások iránti érzelm hiányával és mértéktelen erőszakossággal vagy szívtelen részvétlenséggel határozható meg. Főként csavargók, a társadalom peremére kerültek s a súlyosabb alkoholisták között találkozunk velük.

Az igazmondás egyik erkölcsi alapja mindennapi életünknek. A tényeknek megfelelő közlés, a valóságnak megfelelő beszéd helyesen tájékoztat, megfelelő magatartásra készítet. Az információnak tehát súlya van, megközelítése azonban nem egyszerűen sematikus "fekete-fehér" kérdés. A kisgyermek mesevilágban él, ha tehát pontatlanul beszél, mert kiszínezi a történeteket, fejlődési fokának megfelelően viselkedik. Ha azonban a gyermeknél ez uralkodóvá válik, a fontos történéseket eltagadja vagy zavart keltően adja vissza, elsősorban a szülő-gyermek viszonyban keresendő bajra gondolhatunk. Ha pl. félelmében letagadja iskolai büntetéseit, kudarcait, pl. hogy "rosszul felelt" (s a szülőnek "a tanártól kell megtudnia" az igazat). Az ilyenkor alkalmazott szigorú retorzió nyomán sajátos boszorkánykör alakul ki: mennél inkább hazudik a gyerek, annál erőteljesebb a büntetés, s annál inkább menekül a szerencsétlen újabb hazugságokba. Rendszerint elhanyagolt gyerek vagy túl szigorú szülők esetében találkozunk ezzel.

A kényszerű hazugságot illusztrálja a következő többértelmű vicc is: "Ez a te véleményed?" - kérdezi meghökkenve egy ember a jó barátját.

"Igen, csak nem értek vele egyet" - hangzik a válasz.

Mindezek a mai napig fennmaradt következményei, "a régi reflexek", a szavak hitelességének

megromlásához és sajnos még az írott szó "súlytalanságához" is vezettek (l. pl. a szerződések meg nem tartása az egyes vállalatok között).

Az igazmondás az "őszinteségben" sem egyszerű kérdés. Itt is megvannak a határok. A fecsegő embereknél sokszor sajátos kiélésről van szó, amikor gátlástalanul mondanak el mindent. Néha "csak" a mögöttes tartalom hiányzik. Talleyrand mondása illik erre: "A szavak arra valók, hogy eltitkolják az igazi gondolatokat." A valóság közlése olykor traumatikus lehet, s az agresszió szolgálatában állhat. Így pl. a feszült viszonyban élő - de még egymáshoz ragaszkodó - házastársak egyike "bevallja" hűtlenségét: "hát tudd meg, hogy én ekkor meg akkor..." Békülés helyett ilyenkor fokozódik a sérülés. A tapintat szab határt az őszinteségnek. Előfordulhat az ún. "pia fraus", "kegyes csalás" a másik ember érdekében, a személy kímélésében. Ez azonban inkább kivétel. Ilyen probléma merül fel a súlyos betegeknél, főként rákosoknál: "Mennyire mondható meg az igazság?" (l. még Hárdi, 1987). Pszichológusok, pszichiáterek - de legfőképpen pszichoanalitikusok gyakorlatában nagy kérdés, hogy valami mennyire közölhető, "mennyire tudatképes", s mennyire képes az illető elviselni a közlést. A hazudozás kóros formája a pseudologia phantastica. Híres füllentők, nagyozók nevét említhetjük, mint Hári Jánosét, Münchhausen báróét. Ez utóbbiról szindrómát is elneveztek, amelyben szenvedő betegek mesterséges tünetek vagy kórképek látszatának keltésével akarnak kórházban élni vagy más előnyökhöz jutni (l. még Hárdi, 1987). Már a kriminalitás körébe tartoznak a szélhámosok, akik különféle célból (legtöbbször pénzért) hazug módon viselkednek, pl. Voigt Vilmos, aki mint "Köpenicki kapitány" vált ismertté (l. Hárdi, 1982). A szélhámosok külön válfaját alkotják a házasságszédelgők.

A kriminalitás sokban összefügg a disszocialitással. Részletei azonban túlmennek jelen feladatainkon.

forrás: <http://www.vitalitas.hu/konyvek/lelekegeszseg/lelekeg12-1.htm>