

Horváth Lajos

FANTAZMATIKUS ÖNAFFEKCIÓ ÉS A JELEN PILLANAT FENOMENOLÓGIÁJA  
TRANZDISZCIPLINÁRIS DIALÓGUSOK A FENOMENOLÓGIA ÉS A PSZICHOANALÍZIS HATÁRÁN

1. BEVEZETÉS

Ludwig Wittgenstein egy különös ambivalenciát körvonalaz a Freud-al kapcsolatos egyik megjegyzésében: „Jellemző az álmokra: az álmodó számára sokszor úgy tűnik, mintha az álmok arra várnának, hogy megfejtsék őket. Arra aligha hajlamos az ember, hogy egy nappali álmodozását leírja, valakinek elmesélje vagy megkérdezze, »mit jelent«. De az álmokban valami rejtelmeset és különösen érdekeset sejtünk – így aztán meg akarjuk fejteni őket”.<sup>1</sup> A kortárs fenomenológiában az ábrándozás, álmodozás lassan legalább akkora relevanciával bír, mint Freud számára az álom bírt a XX. század elején. A próteuszi változékonyságot felmutató fantázia a kortárs fenomenológiai vizsgálódások egyik gyújtópontja. Ebben a tanulmányban a fenomenológia és a pszichoanalízis két esetleges metszéspontját szeretném kiemelni és kritikai elemzésnek alávetni. Dieter Lohmar felveti annak lehetőségét, hogy az ábrándozás fantáziái nem csupán az öröm-kín affektusainak illékony transzmutációi, hanem a fantáziálás egyúttal *problémamegoldó* funkcióval is bír.<sup>2</sup> Az ábrándozás koherensebb lehet az álom változékonnyal szemben, melynek következtében Lohmar elgondolkozik azon a lehetőségen, hogy a fantázia problémamegoldó funkciója folyamatosan zakatol a mindennapi élet meglepetésekkel teli praxisában. A másik transzdiszciplinaris metszéspont melyet e tanulmányban érinteni szeretnék az *időtudat* talapzatán érhető tetten. A népszerű kortárs pszichoanalitikus Daniel N. Stern a jelen pillanat fenomenológiáját elemzi terápiás szempontból és megállapítja, hogy a tudatáram apró szeleteiben élmények igazi sűrítése zajlik, és ezek kibontása legalább olyan komplex pszichoterápiás lehetőségeket nyújthat, mint a freudi álomfejtés.<sup>3</sup> Lohmar és Stern koncepciói különös szakmaközi hibridet alkotnak, melyet érdemes filozófiai-

---

<sup>1</sup> Wittgenstein 1993. 73.

<sup>2</sup> Lohmar 2008., 2012.

<sup>3</sup> Stern 2004.

kritikai szempontból is megvizsgálni. Mindkét alternatíva egyfajta *naturalizált* fenomenológiának tekinthető, ugyanis a szerzők egyaránt merítenek a fenomenológiából, a pszichoanalízisből, és az idegtudomány legújabb eredményeiből. A következő fejezetekben röviden összefoglalom a fantázia lohmar-i és stern-i megközelítését, majd egy összehasonlítás keretében szeretném megállapítani, hogy Stern megközelítése egyelőre kifinomultabb transzdiszciplináris próbálkozásnak tűnik Lohmar fantázia-fenomenológiájával szemben.

## 2. GYENGE FANTÁZIA ÉS AZ ÁBRÁNDOZÁS HEURISZTIKUS ÉRTÉKE?

Dieter Lohmar koncepciója különös interdiszciplináris mátrixot alkot. Úgy véli, hogy a kanti, husserli alapokon nyugvó fantázia-fenomenológia összeegyeztethető bizonyos kognitív-pszichológiai megfigyelésekkel (különösen az alakfelismerésre gondolhatunk), de evolúciós szempontokat és zoológiai eredményeket is beépít rendszerébe.<sup>4</sup> Lohmar megkülönbözteti egymástól az *erős* és a *gyenge* fantáziát. Az erős fantázia tudatos, szándékos elmebeli aktivitásnak tűnik, viszonylag határozottan körvonalazható intencionális tárgygal. Egy mérnök elméjében zajló tervezési folyamat lehet talán az ilyen irányított fantáziaaktivitás legjobb példája, a művészi kreativitás spontán, produktív fantáziáival szemben. A gyenge fantázia ezzel szemben már kevésbé tudatos és irányított, hiszen áthatják az *affektivitás* irracionális impulzusai. Az öröm, szomorúság, kín, és vágy fantáziái elterelhetik a figyelmet egy mindennapi monoton munka közepette. A gyenge fantázia azonban nem merül ki egy szórakozott elme röpké eltévelyedésében, hanem Lohmar szerint mélységesen összefügg a kanti sematizmussal: azt állíthatjuk, hogy a fantázia nem az észlelés derivátuma, elhalványult utóképe, hanem éppen ellenkezőleg, a fantázia és észlelés között mellérendelő viszonyt állapíthatunk meg; a gyenge fantázia kiegészíti, kitölti az üres érzéki mezőket, a hiányzó érzéki önadottságokat.<sup>5</sup> Telefonálás közben szinte magam elé képzelhetem az ismerősöm arcát, vagy gesztikuláló testét. Egy levél olvasásakor szinte hallom az ismerősöm hangját.<sup>6</sup> Az észlelés egészlegességre tör, és egészlegesség alatt nem csupán a Gestalt észlelés

---

<sup>4</sup> Lohmar 2010. 159-160.

<sup>5</sup> Lohmar 2008. 56-58.

<sup>6</sup> Lohmar 2008. 58-59.

pszichológiai törvényeit érthetjük. Gondoljunk bele, milyen nagy kvalitatív különbség adódhat abból, ha szerkesztőként nem vagyok tudatában, vagy éppen tudatában vagyok annak, hogy az elbírálásra kapott írást egy közeli ismerősöm írta. Ha érzelmi viszonyt ápolok az írás szerzőjével, akkor már azonnal búcsút mondhatok a tárgyilagosságnak; az érzelmi elfogultság akár tudattalanul is pozitív megjegyzésekre és nagyon udvarias kritikai megállapításokra ösztönözhet. Az *önaffekció* a gyenge fantázia tipizáló funkciójának egyik eredendő forrása, legyen az adott esetben egy kellemes-kellemetlen érzés befolyásoló tényezője, vagy éppen egy hiányos észlelt alakzat spontán kitöltése.

Fenomenológiai szempontból nyilvánvaló, hogy a tudatélet alapja, hogy „valamit mint valamit” látunk, soha sem láthatjuk a dolgokat önmagukban véve. Ha a kutyám széttépi az újságot, akkor csupán barátságos, pajkos jószágként tekintek rá, de ha esetleg saját pórázát rágja széjjel apró darabokra, akkor azonnal kártékony dögge válik a korábban elragadónak tartott kölyökkutya. A fenomenológiai *öneszmélés* segítségével talán láthatóvá válnak bizonyos mértékben a sematizmus és a tipizálás *egologikus* struktúrái. A *transzcendentális lényegtörvények* Lohmar szerint a fantáziaélet építőkövei, a már korábban látott tipikus minták elraktározódnak az agyban, és rugalmas változáson esnek át az újabb tapasztalatoknak köszönhetően. Ebből a szempontból Lohmar a fantázia problematikáját összefűzi a Gestaltpszichológia és a kognitív pszichológia eredményeivel. A pszichológia és a fenomenológia közötti metszéspontok egyáltalán nem új eredmények. Husserl a „figurális mozzanat” kifejezést használja *Az aritmetika filozófiája* című könyvében szinte a *Gestalt* szinonimájaként. A faszor, a madár-raj, vagy az almakupac nem érzetadatok tömkelegeként tolul a látómezőmbé, hanem az érzéki önadottságok spontaneitásával egyetemben hirtelen alakzatokat is látok.<sup>7</sup> A gyenge fantázia esetében azonban nem csupán az észlelés egészlegességéről van szó. A külvilágból érkező ingerek afficiáló

---

<sup>7</sup> „Az alakminőség és a figurális mozzanat fogalmi egy olyan specifikus minőség megragadására utalnak, amely ugyanolyan közvetlenséggel adódik, mint az érzetminőségek, ugyanakkor egyetlen érzéki benyomáshoz sem sorolható és nem is valamiféle magasabb, kategoriális konstitúció eredménye. Köztes jellege, vagyis az, hogy bizonyos értelemben félúton van a fogalmi forma és az érzéki benyomások formátlan masszája között, mégis rendkívül érdekessé teszi és a sematizálás – husserli kifejezéssel: a genetikus értelemképződés – egy sajátos változatára utal.” Ullmann 2010. 251-252.

hatását egyben önaffekció is kíséri, pontosabban fogalmazva nincs olyan afficiáló hatás, mely nem váltana ki egyben egy spontán önaffekciót; a fenomenális mezőmben látott dolgokat, vagy a hírekben hallott információkat, vagy az ismerőseim gesztusait önkéntelenül is *kvalitatív tartalmakkal* ruházom fel.

A fantázia *tipizáló* funkciója és az egészsleges struktúrák keletkezése a tudatéletben nem csak Lohmar számára érdekesítő kérdés. Arnold Gehlen filozófiai antropológiája szintén egyfajta antropológiai állandónak tekinti a fantáziát.<sup>8</sup> Ha át akarunk ugrani egy árkot, akkor szinte már elővételezzük a mozgást, illetve a mozgást egy „képzeltbeli ugrás” kíséri vagy előzi meg. A tipizáló funkció szintén jelen van Gehlennél: a szenzoros és motoros fantázia mindig egészslegességre tör a cselekvésben. Ha az észlelés és a tapintás között nem lenne egy kölcsönös *anticipációra* épülő viszony, akkor nem tudnánk ösztönösen, hogy az előttem fekvő kávéspohár szilárd, súlya van, és nem csupán hallucináció. Ha a látvány nem irányítaná a mozgáskoordinációt, akkor egy járdán sem tudnánk úgy végigsétálni, hogy bele ne ütköznénk az emberekbe vagy lámpaoszlopokba.

A gyenge fantázia szinonimája Lohmar koncepciójában a *fantazmatikus önaffekció*. Nem csupán arról van szó, hogy saját affekcióink fantáziálásra készítetnek, hanem mások gesztusai, cselekvései hatására ún. fantazmatikus (önaffektív, kvázi-érzéki) érzetek keletkezhetnek bennünk. A fantázia ezen aspektusa szintén releváns Gehlennél, kifejezetten a mozgásfantázia kapcsán: „A mozgásfantázia segítségével beleéljük magunkat – nem csupán belegondolunk – egy mozgásba, anélkül, hogy végrehajtanánk ezt a mozgást.”<sup>9</sup> Gehlen Palágyi Menyhértre hivatkozik, aki megállapítja, hogy a képzeletben végrehajtott mozgás sokrétű érzeteket kelthet bennünk, sőt Lohmar kedvenc példája a citrom ízének fantazmatikus megjelenése is szerepet kap: „...helyezzünk képzeletben egy citromszeletet a szánkba, ami rendszerint akkor történik meg, amikor valaki a szemünk előtt megteszi ezt: a képzelt mozgás olyan eleven ízérzetet, olyan savanyú citromízt kelt a szánkban, hogy a kiváltott érzet szinte megközelíteni látszik a valódit.”<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> Gehlen szintén Kant nyomain halad, amikor azt állítja, hogy Kant intellektualizmusát ki kell egészíteni az állatpszichológia és a nyelvelmélet eredményeivel. Gehlen 1976. 254.

<sup>9</sup> Gehlen 1976. 257.

<sup>10</sup> Idézi Palágyit Gehlen 1976. 259.

A gyenge fantázia és a fantazmatikus önaffekció jelenségei a pszichoanalízis szempontjából is mérvadóak lehetnek. Lohmar szerint a gyenge fantázia ugyan *szolipszizmusra* ítélt, de az ábrándozás világa egy érdekes színtere lehet az önanalízisnek. A *neurotikus torzítások* (neurotic displacement) különféle formái (eltolás, tagadás, megfordítás, tartalmak sűrítése) mögött rejtőző tudattalan tartalmak a pszichológiai mélyhermeneutika segítségével rekonstruálhatók, de Lohmar meglátása szerint nem csak a terápiás viszony manipulálhatja tudattartalmainkat, hanem a gyenge fantázia – mint pre-verbális kognitív képesség – maga is hasonló funkcióval bír.<sup>11</sup> A fantáziában megjelenő néha erős érzelmi töltettel rendelkező fantazmatikus események állandóan *ismétlődnek* lelki szemeink előtt. Minden egyes ismétlés azonban az „eredeti élmény” apró módosulását vonja magával; maga az eredeti szituáció vagy a cselekvő és szenvedő személyes pozíciója is állandóan változhat, ennek ellenére Lohmar úgy gondolja, hogy körvonalazódni látszik egy „karakterisztikus jelenet” (characteristic scene), mely a múltbéli tapasztalat hamis emlékének is tekinthető. Ez a hamis emlék mintha belesimítaná a tudatélet áramába az inkompatibilis affektív-töltettel rendelkező traumatikus emléket.<sup>12</sup> Lohmar provokatív koncepciója szerint az ábrándozás nem is szakad el annyira a valóságtól, mint amennyire azt első látásra gondolnánk. Az érzelmileg megalázó szituációk gyakran előbukkannak, láthatatlan szöveget ütnek a tudatélet folyamatosnak tűnő szövetébe. Lohmar szerint talán megkülönböztethető az ábrándozás két típusa, a „vagy-ábrándjai” és a „félelem-ábrándjai”.<sup>13</sup> Ha megvernek az utcán egy teljesen váratlan helyzetben, akkor az a traumatikus esemény állandó fantazmatikus átalakításon megy keresztül. Megfordulhat a szituáció, a fantáziámban én kerülhetek ki győztesként, esetleg tudatosítom, hogy hibát követtem el, amikor beléptem a sötét aluljáróba, egy szóval az ábrándozás célja Lohmar szerint a *habitusunk* megváltoztatása. Az analógiás gondolkodás és a sűrítés nem csak az álomra, hanem a fantáziaéletra is jellemző. Lohmar második példája az, amikor egy ellenszenves munkatárs jellemvonásait és arcvonásait a fantázia összemosza egy gyerekkori ellenséges iskolatárs alakjával. Ebből az analógiából egy jellegzetes jelenet bontakozik ki, mely a jelenbeli szituációban is kontextusként szolgálhat, tehát adaptív

---

<sup>11</sup> Lohmar 2012. 149-150.

<sup>12</sup> Lohmar 2012. 150-151.

<sup>13</sup> Lohmar 2012. 158.

funkcióval bírhat. A fantazmatikus kompenzáció sajátosságaival természetesen Freud is tisztában volt, a sürgető vágyak imaginatív átalakítása irányából közelítette meg az ábrándozást.<sup>14</sup> Lohmar a traumatikus élményekben és a fantazmatikus átalakításban felbukkanó érzéseket (harag, düh, kellemes érzések) nem önálló reprezentációknak tekinti, hanem az érzés az esemény „értéke”, mely hozzájárul annak jelentéséhez. Az affektív-érzelmi komponens ezért – szinte jungiánus szellemben – kiértékelő funkcióval bír.<sup>15</sup>

Lohmar fenti fantázia-konceptiója különös egyvelege a pszichoanalitikus gondolkodás, a kognitív pszichológia, és az evolúciós biológia bizonyos eredményeinek. Összegzésképpen talán azt állíthatjuk, hogy a gyenge fantázia működésében legalább három, konstitúciós tevékenység zajlik: (1) Az észlelés és a fantázia egyfajta *háttérfantáziaként* kitölti az üres, hiányos érzéki benyomásokat és egészes alakzatokat alkot a tudat számára, valamint fantazmatikus önaffekció által megalapozza a tükrözés és empátia bonyolult fenoménjeit. (2) A vágy és félelem affekciói állandó jellegű *érzelmi sematizmusoként* kísérik a tapasztalati életet a mindennapokban is, az ábrándozás elszakadhat a valóságtól. (3) A fantázia az eltolás, sűrítés, *situáció elemzés* mechanizmusai segítségével megpróbálja meggátolni az identitás széttöredezettségét, az én-koherencia érdekében belesimítja a traumatikus eseményeket a narratív identitás mátrixába, csökkenti az affektív megrendülések intenzitását.

### 3. IDŐTUDAT ÉS A JELEN PILLANAT TRANSZFORMATÍV HATÁSA

Úgy gondolom, a Lohmar féle interdiszciplináris megközelítés egyik hátránya, hogy néhol elmosódnak a határok a heurisztikus értékkel bíró kategóriák között. Például a gyenge fantázia működése tekintetében igen nehéz kérdés lehet (fenomenológiai beszámolók alapján) megállapítani, hogy a fenti három funkció közül vajon melyik lépett életbe. Ráadásul a freudi életműből Lohmar csak a „A Kis Hans” esettanulmányra hivatkozik tanulmányában, és nem mindig világos, hogy a gyenge fantázia aktivitásában csupán az *elsődleges folyamatok* mechanizmusait pillanthatjuk meg, vagy pedig a későbbi *elhárító mechanizmusokat* is felfedezhetjük. A fantázia *terve-*

---

<sup>14</sup> Lohmar 2012. 159.

<sup>15</sup> Lohmar 2012. 159.

zű-problémamegoldó funkciója, melynek során egy (adaptív funkcióval bíró) „lecke” artikulálódik az ábrázolásban talán összemérhető Winnicott „játék” fogalmával. Ebben a pszichoanalitikus koncepcióban a „kreatív játékot” az választja el az életvilágtól elidegenítő, patológiás fantáziától, hogy a játék az adott szituációnak megfelelő lehetőségeket mérlegeli, és a szolipsizmus helyett ez a fajta (realitásra irányuló) „tárgyhasználat” figyelembe veszi, hogy a másik személy váratlan reakciói hogyan befolyásolják a róla alkotott képemet.<sup>16</sup> Bizonyos helyeken mintha Lohmar is hasonló koncepcióval állna elő, amikor a fantázia sűrítő, eltoló, elemző funkcióira mutat rá, Winnicott helyett azonban kizárólag Freudra hivatkozik; talán érdemes lenne koncepcióját összemérnie a poszt-freudiánus pszichoanalízis bizonyos alternatíváival is. Az alábbiakban ezt a vezérelvet követve szeretnék körvonalazni egy újabb transzdiszciplináris metszéspontot, ezúttal azt vizsgálom Daniel Stern munkáján keresztül, hogy a husserli időtudat problémája milyen heurisztikus értékkel bírhat a pszichoterápiában.

A fenomenológia és a pszichológia közötti viszony tisztázása külön tanulmányt érdemelne, hiszen a fenomenológia maga egy megalapozó tudomány a husserli program tekintetében, mely programadó a naturalista pszichológiai koncepciók számára is. Ugyanakkor a freudi pszichoanalízis is megalapozó tudományként definiálta magát bizonyos esetekben.<sup>17</sup> Az összemérhetőség dilemmáit figyelembe véve nyilvánvaló, hogy Stern terápiás szempontból vizsgálja pácienseinek élményáramát, és nem valamiféle genetikus fenomenológiai vizsgálódás a célja. Ugyanakkor fenomenológiai szempontból is érdekes megfigyeléseket fedezhetünk fel munkájában, hiszen a jelen pillanatban összpontosuló élmények kibomlása (és terápiás potenciálja) releváns az időtudat vizsgálatában is. A jelen pillanat vagy a találkozás pillanatai, melyek dinamikájára a következőkben rátérek, így egyfajta – tudományfilozófiai kifejezéssel élve – „határtárgyat” képeznek, melyek pszichológiai és fenomenológiai perspektívából is vizsgálhatók.<sup>18</sup>

Ha újra megvizsgáljuk a gyenge fantázia fenti három funkcióját, akkor láthatjuk, hogy fenomenológiai szempontból a harmadik pont izgalmas kérdéseket vet fel. Lohmar gyakorlatilag azt állítja, hogy a gyenge fantázia

---

<sup>16</sup> Winnicott 1999.

<sup>17</sup> Lohmann 2008. 189.

<sup>18</sup> Határmunkálatok és határtárgy részletes tudományfilozófiai problémáit lásd Kutrovácz és mtsai 2010. 11.

pszichointegrációs funkcióval bír, a traumatikus élmények apróbb szigeteit belesüllyeszti az élményáram és az élet folyamába. Daniel Stern viszont kifejezetten hangsúlyozza, hogy a pszichoanalízis elkerülhetetlenül találkozik a traumatikus események integrálhatatlanságának dilemmájával. A trauma gyakran egy „időben nem rögzíthető” múltként funkcionál, ha az időtudat felől közelítjük meg a problémát: „Ezek a tapasztalások »csak vannak«. Nincsenek időhöz kötve. Normális működés esetén a munkame-móriából felbukkanó emlékek belépnek a »jelen termébe« és elfoglalják a számukra kijelölt helyet. Az epizodikus emlékek vagy az elfojtás alól szabadulók ebbe a terembe teljesen szervezetlenül robbannak be, és szétzilálják a helyet, ahová lepuffannak.”<sup>19</sup>

Véleményem szerint, az időben rögzíthetetlen múlt problematikája bizonyos megszorításokkal összemérhető a *retroaktivitás* fenoménjével.<sup>20</sup> A retroaktivitás fenoménjének kulcsa, hogy az affektív erő nem csak a jelenben érezteti hatását, hanem képes az éppen múltba süllyedő és észre nem vett tartalmakat is visszarántani a *jelen pillanat* mezejére. A jelen pillanat alatt az aktuális élményáram (vagy időmező) igen keskeny szeletét értem, melyet Daniel Stern kognitív pszichológiai kutatások alapján 1 és 3 másodperces időintervallumokként képzel el; ezek a jelen pillanatok képesek horizontálisan kibővülni (észleleti és affektív tartalmakkal gazdagodni), és bizonyos esetekben akár 10 másodperces intervallumokról is beszélhetünk. Gondolhatunk itt talán egy kép szemlélésére, vagy egy elragadó dallam hallgatására, melyek valamiképpen kiszakítanak a kronológiai idő mókuskerekéből és a megélt pillanat (*kairosz*) szubjektív élménygazdagságát tárják fel. Az ún. retroaktív ébresztés fenoménje maga is a kairosz-pillanatok gazdagodásához, átlényegüléséhez vezethetnek. Nézzünk egy gyakorlati példát: Ülök egy csendes tóparton és békésen horgászom. Hallgatom a madarak csicsérgését, tekintetem végigvonul a tó lágy hullámain, figyelem, ahogy a napfény megcsillan a víz felszínén. Miközben így békésen szemlé-

---

<sup>19</sup> Stern 2004. 172.

<sup>20</sup> Ullmann 2010-ben megjelent könyvében külön fejezetet szentel a Husserl nyomán a retroaktivitás fenoménjének és megállapítja, hogy az újdonságélmény és a tárgyi értelem tapasztalata szempontjából a retroaktivitás legalább olyan alapvető konstitúciós tényező (genetikus fenomenológiai szemszögből), mint az intencionalitás vagy az időtudat. A retroaktivitás valójában a változás tapasztalatának mindennapi élménye, mely kvázi-tudattalan módon kíséri, láthatatlanul sematizálja tudatéletünket. Lásd Ullmann 2010. 275-282.

lódöm néhány hal fel-felbukkan a víz felszínére, ami reménnyel tölt el, hogy talán nagy fogás lesz a mai. De lassan valami beárnyékolja a természetben töltött órákat, furcsa égető, szűrő kellemetlen érzetre leszek figyelmes. Nem csak a hőség zavar hirtelen, hanem van itt még valami, amint rápillantok a karjaimra rájövök, hogy iszonyatosan leégtem a napon és az égési sérülés már visszafordíthatatlan. Hirtelen előnt a harag és a csalódottság, a falevelek susogása és a tó vizének hullámozása már a háttérbe húzódik, a karomon érződő égő fájdalom beárnyékolja az elmúlt 10-15 percet; a korábban békés hangtalan múlt hirtelen komorrá és borússá válik. Az égető érzés azonban végig ott volt, szép folyamatosan afficiálta tudatom, csak éppen figyelmem perifériájára húzódott, de a tudatba tört fájdalomélmény affekciója visszafelé is sugárzott a múltban, a horgászat idilli képe semmivé foszlik, a korábbi harmonikus élményeim aspektusváltáson mennek keresztül, viszonyom a horgászathoz finoman szólva ambivalenssé válik...

A retroaktív ébresztés az éppen lecsengő (retencionális lefutás körül lappangó) tartalmakat hajítja vissza a jelen mezejére, Stern nyomán viszont vegyük észre, hogy a traumatikus élmények nem teljesen illeszthetők bele ebbe a modellbe. Ugyanis az „időben nem rögzíthető” múlt különös ambivalenciája, hogy nem merül a feledés homályába, hanem kínzó affektív erejénél fogva állandóan fantáziálásra késztet, vagy ha konkrét alakot nem is ölt, akkor pedig reagálási mintaként zavarja látásmódunkat. Ezek a reagálási minták szorongásos tünetek, vagy depresszív képzetek (mondhatni negatív protenciók) képében jelenhetnek meg; Stern a „nem létező” múlt kifejezést használja a már figurális mozzanatok nélküli reagálási mintákra, melyek a pszichoterápiában talán feltárhatóvá válnak és korai kötődési minták sérülésére, vagy egyéb érzelmi deprivációkra vezethetők vissza.<sup>21</sup> Míg a retroaktív ébresztés az éppen múltba süllyedő vagy már múltba süllyedt tartalmakat rántja vissza a jelen mezejére egy aspektusváltás kikényszerítése közben, addig a fenti traumatikus emlékek és affekciók egyfajta *temetetlen múltként* lengik körbe az aktuális élményáramot, és hálóként telepednek rá a megismerés folyamatára. Úgy is fogalmazhatunk, hogy a retroaktív ébresztés pszichointegrációs képességgel bír, kisebb traumákat a gyenge fantáziához hasonlóan (vagy éppen annak segítségével)

---

<sup>21</sup> Stern 2004. 163-164.

integrál a tudatéletbe, de a temetetlen múlt árnyai valamiért ellenállnak a retroaktív ébresztés vagy a fantázia problémamegoldó munkájának.<sup>22</sup>

A retroaktív ébresztés a jövőt is átszínezheti (miután leégtem a napon többé már nem akarok horgászni menni), de a temetetlen múlt teljesen beszűkíti a lehetőségek mátrixát *a tudatélet mazochisztikus önmagára-göngyölődését eredményezheti.* (Miért történt ez velem? – kérdezhetem magamtól miután kilakoltattak. Miért kellett mindezt átélnem? Nincs értelme az egész életnek. A múltam semmi, a jövőm kiszámíthatatlan, a jelen nyomorult. stb. – így és még számtalan módon zajlódhat különféle depresszív, melankolikus belső monológ. A pszichogén depresszióra jellemző gondolatok meghíúsítják a lehetőség újbóli megpillantását.) Szorongás, kétségbeesés, halálvágy, belső üresség érzelmi atmoszférái és traumatikus emlékek szüntelenül ismételt fantáziái szűkíthetik be a jelent, melyek feltárása, hermeneutikai elemzése a pszichoanalitikus terápia egyik kulcsmozzanata. Stern innovációja ebben a tekintetben abban rejlik, hogy nem csak az álomfejtés vagy az indulatáttétel terápiás hatásaira fókuszál, hanem úgy gondolja, hogy *a jelen pillanat a maga észleleti- és fantáziaaktivitásával önálló strukturáló erővel bír.* A retroaktivitás alapján láttuk, hogy egy aspektusváltás hatására a múlt teljesen más színben tűnik fel. Durva példával élve egy megcsalás esetén több év együtt töltött idő harmonikus, boldog emlékei hirtelen gyászruhába öltöznek, és szorongató semmivé változtatják a megélt közös pillanatok. A korábban becsben tartott emlékek és érzelmek hirtelen kiszakadnak a megszokott narratív szövedékből és temetetlen múltként, új alakzatokba rendeződve zátonyokat képeznek a pszichés élet áramlásában; sőt organikus, pszichoszomatikus tünetek is hírt adhatnak a narratív identitás széttöredezettségéről. Az elméleti és gyakorlati szempontból érdekesítő kérdés, hogy találunk-e menedéket a temetetlen emlékek támadásai előtt? A jelen újrastrukturálhatja a múltat és talán elbánhat a traumákkal is, de a múlt árnyai nem adják meg könnyen magukat, ha a jelen maga is üres és jelentés nélküli (értelmetlenség-neurózissal átítatott), akkor igen nehéz el-

---

<sup>22</sup> Az újdonságélményeket mindig utólag illesztjük a tudatba: „A tapasztalás ezekben az esetekben is úgyszólván utólag dolgozza fel a történeteket, azután, hogy az előreláthatatlan esemény már megtörtént: a tudat retroaktív módon érti meg az események láncolatát, amibe azután beleillesztjük az előreláthatatlan eseményt, ráadásul olyan módon, mintha ez az esemény bizonyos értelemben a korábbiak következménye lenne, vagyis anticipálható lett volna.” Ullmann 2012. 102-103.

lenállni a nosztalgikus érzelmek, gondolatok jelenbe törésének. Stern szerint a jelen pillanat szinte észlelhetetlen marad, legalább annyira tűnékeny fenoménről van itt szó, mint a husserli ősbenyomás. A jelent a múltbéli minták és a jövőre irányuló elvárások (protenciók) hálója állandóan megsemmisüléssel fenyegeti. Szinte reménytelennek látszik a feladat, hogy képek legyünk a mostban „jelen lenni”...

Stern koncepciója valójában radikális fenomenológiai következményekkel szembesít. „*A kairosz a lehetőség pillanata* – egy olyan pillanat, mely cselekvésre indít. Kedvez a tettnek. Ebben a korlátos időmorzsában úgy találkoznak az események, hogy az egybeesésül tudatossá teszi, cselekedni kell, most, az egyéni sorsot meghatározó módon – szóljon az a következő másodpercről vagy akár az egész életről.”<sup>23</sup> Ebből a nézőpontból a – mondhatni kierkegaard-i értelemben – mazochisztikusan önmagát marcangoló tudat mindig *lehetőségek mátrixában* egzisztál, de a temetetlen múlt megragadhatatlan, integrálhatatlan árnyai olyan nehézkedést, ballasztot képeznek a szellem szárnyalása közben, melynek végkifejlete akár az öngyilkosság is lehet. Itt azonban nem szeretnék a kierkegaard-i útra lépni, nem egy önmagába zárkózott Én szellemi-spirituális ébredése a pszichoanalízis célja, hanem éppen a *társas viszonyulás renovációja*.

Vermes Katalin Stern koncepciója kapcsán írt tanulmányában megállapítja, hogy a posztmodern korszak felpörgött, felgyorsult idejében sem az önismeretre, sem a másik megismerésére nem marad idő; maga a pszichofizikai jelenlét és a másik jelenlétének afirmációja az ami konkrét fenomenológiai problémaként artikulálódik: „A gyanú filozófiái után (Ricoeur, 1987) a posztmodern széttöredezés után a logosz, az érelem keresése mint ha visszakényszerülne, visszacsúszna legelemibb forrásaihoz. Mintha olyan korban élnénk, amikor már nem a jelentés, az értelmezés által hozzáférhetővé váló értelem elérése a fő feladat; ami ma problémává válik az a jelenlét maga.”<sup>24</sup> Az idő problematikája számtalan filozófiai diszkurzív mezőt előhívhat a vizsgálódás kontextusaként, de ebben az esetben elégedjünk meg azzal, hogy a *jelen pillanat* a husserli időmező kibővülése, az újdonságélmény befogadása, a tudat immanenciájának határát széttöredező hületikus többlet, vagy Merleau-Ponty kifejezésével élve a „vad lét” betörése a tudatba. A stern-i pszichoanalízis igazi öneszmélés: mi történik velem miközben

---

<sup>23</sup> Stern 2004. 19.

<sup>24</sup> Vermes 2012. 48.

kinyitom a hűtőt? Mire gondolok éppen? Fantáziálok esetleg valamiről? Milyen az érzelmi atmoszférája a konyhának miközben teát főzök? Valóban csak teát öntök a poharamba, vagy esetleg azon bosszankodom mi történt tegnap este? És a példákat még sorolhatnánk, néhány másodperces élményáram tudattartalmak igen gazdag forrásvidékévé válhat.

Stern azonban nem csupán fenomenológiai öneszmélésre készlet; a jelen pillanat csak akkor írja újra a múltat, ha a *találkozás pillanatává* változik. Stern ezért az alteritás fenomenológiája felé orientálódik: a másik szemében tükröződni, megpillantani valami *tudatidegent*, valami provokatív ellenvéleménnyel találkozni – ezek a „találkozás pillanatok”. Az affektív megérintettség kvázi-öntudatlan pillanatai azok, amelyek talán újraszervezhetik a múltat. A másik mosolyának vagy egyéb gesztusának időbeli lefolyása és formája (időkontúrja) ún. *vitális affektusokat* kelthet a megfigyelőben. Nem arról van szó, hogy egy vicc poénjának átélése közben mindketten „ugyanazt élnék át”, csupán az affektusok átcsapása zajlik személyről személyre. A személyközi tapasztalat ezért apró narratív elemekből áll össze: „A jelen pillanat mint megélt történet, meg is osztható, amikor ez történik belép a személyköziség. Abban a pillanatban, amint valaki részt tud venni egy másik személy megélt történetében, vagy közös történetet képesek együtt kreálni, egy újabb típusú emberi kapcsolat jön létre. Több történik, mint egyszerű információcsere. Ez a titka az itt-és-mostnak.”<sup>25</sup> Stern a figyelem fókuszának kitágítása következtében két tipikus reakcióról beszél a személyközi térben: (1) az egyik az ún. *emocionális pillanat*, ahol az affektív tónus fluktuációjáról beszélhetünk a terápiás környezetben, melyben a páciens eljut arra a pontra, hogy felelevenítsen egy eddig el nem mesélt fájdalmas témát. (2) A másik a *kirobbanó lehetőségek pillanata*, valójában ez a mozzanat egy visszatérés a freudi alapokhoz, a páciens ekkor a bizalom terében érzi magát, rájön, hogy bármit kimondhat szégyen és bűntudat nélkül.<sup>26</sup>

E személyközi mikro-tapasztalatok lényege, hogy a jelen pillanat újrastrukturálja a múltbéli emlékeket, Lohmar gyenge fantáziájához hasonlóan – ideális esetben – elsövi a traumatikus eseményeket egy új narratív háló keretében. A tudatélet különös ambivalenciájával találkozik Stern. Egyrészt elismeri, hogy a traumatikus emlékek nehezen illeszthetők be a rendszerbe, másrészt a mellett érvel, hogy a jelen pillanat mindig gazdagabb (élmé-

---

<sup>25</sup> Stern 2004. 56.

<sup>26</sup> Stern 2004. 170-171.

nyekben és lehetőségekben egyaránt) mint a múlt, ezért önálló, autonóm struktúrával rendelkezik, ami azt jelenti, hogy a retroaktív ébresztéshez hasonlóan képes pozitív értelemben újraszínezni, újraalakítani a múltat. Ez az új identitás-stabilizáló erő azonban nem intellektuális-hermeneutikai manőverek eredménye, hanem inkább az affektív kapcsolatok, az empátia és a tükrözés fenoménjének következménye, mely egy teljesen ellentétes pszichointegrációs eljárásnak tekinthető a lohmar-i fantáziaműködés szolipszizmusával szemben. Nem önmagába zárkózott karteziánus egók ön-ésmélése száll szembe a temetetlen múlt árnyaival, hanem a szubjektivitás már eleve megosztott, társas szubjektivitás. A találkozás pillanatai (melyek csoportterápiákban, tánc- és mozgásterápiákban alakulhatnak ki) személyközi tudatosságot alkotnak, mely nem csupán intellektuális megértést jelent, hanem egy összehangolódást a implicit tudás szintjén is: „A találkozó felek lehetnek nagyon különbözőek, de ahogy találkoznak a megosztott jelen pillanatban, visszacsatolt kör keletkezik közöttük, például a közös légzés, a hang, a mozdulatok illeszkedő tónusa, vagy ritmusa. Ez néha nem jelent többet, mint sétálni, vagy csak üldögni valaki mellett érzékelve egy megosztott, közös figyelmet. A személyközi visszacsatolás mindkét ember nézőpontját tartalmazza, kettőjük fölé emeli az élményt.”<sup>27</sup>

Stern kapcsán fontos látnunk, hogy a jelen pillanat éber figyelme nem valami keleti miszticizmus nyugati adaptációját jelenti. Stern maga is felhívja erre a figyelmet.<sup>28</sup> Míg a meditáció az élményáram megfagyasztására, az örökkévaló jelen értelen állapotára kondicionálja gyakorlóit, ezzel szemben a stern-i jelen pillanatok a figyelem fluktuációja közben felfelbukkanó élmények konstellációi. A stern-i koncepció nem megváltásfantázia, mely az evilági és a múltbéli szenvedéstől való megszabadulás ígéretével kecsegtetne, csupán *egy alternatíva a változásra*.

#### 4. ÖSSZEGZÉS

---

<sup>27</sup> Vermes 2012. 54.

<sup>28</sup> „A meditatív vagy flow állapotban az a cél, hogy az ember elveszítse szelférzetét és a tudatosságát, és a koncentrált figyelem állapotába kerüljön, mely más ingerek számára viszonylag áthatolhatatlan. Ezzel szemben a jelen pillanatokban a figyelem és a tudatosság fluktuál, az egyszeri történésre fókuszál rövidebb idő alatt, mely a potenciálisan érdekes vagy elvonó ingerek számára nyitott.” Stern 2004. 45.

A fenti komparatív elemzéssel a tudatélet néhány alapvető konstitutív tényezőjét szerettem volna reprezentálni a teljesség igénye nélkül. A vizsgálódások alapján úgy tűnik, hogy Lohmar maga sem tekinti a fantáziát kizárólag autisztikus tevékenységnek, hiszen a fantazmatikus önaffekció jelensége a személyközi tudatosság egyik kulcsmozzanata. Stern a terápia mikro-dinamikájának és implicit tartalmainak elemzése közben szintén számol a személyközi kapcsolatok affektív dinamikájával. Ugyanakkor mindkét gondolkodó számára – az interdiszciplináris megközelítés ellenére is – különleges problémát jelent a traumatikus események elhelyezése; *a temetetlen múlt szabadon lebegő szorongató alakzatai és affekciói ellenállnak a jelen pillanat esetleges transzformatív erejének és a gyenge fantázia problémamegoldó képességének is*. A pszichoanalízis értelmében vett fixáció, beragadás, a tudatélet zátonyai mindkét elemző számára kisebb-nagyobb kihívást jelentenek. Ugyanakkor érdekes újítás, hogy Lohmar és Stern analízisei egy nem-nyelvi szinten működő pszichoanalízis és fenomenológia irányába mutatnak. Lohmar és Stern a fenomenológia alapkérdéseit feszegeti: az eleven jelen, a pre-intencionális értelemgenezis, a személyköziség pre-reflexív szintje az, amit vizsgálódásaik tárgyának tekintenek, melynek köszönhetően a tudatéletet az észlelés, az emlékezés, a fantázia, és a jelen pillanat szinte már kibogozhatatlan komplexitása jellemzi. Újabb érdekes következmény, hogy Lohmar és Stern esetében nem a tudattalan topográfiai koncepciójával találkozunk, számukra a tudattalan inkább *fenomenológiai tudattalan*; azaz olyan implicit tartalmak, vagy szabadon lebegő integrálatlan emléknymok és affekciók képezik a tudatélet alapzatát, melyek egyfajta atmoszféraként –, vagy klasszikus heideggeri kifejezéssel élve – *hangoltságként* befolyásolják a mindennapi életet.

## Irodalom

BAUER, JOACHIM: A testünk nem felejt. (ford. Túróczi Attila) Ursus Libris, Bp., 2011.

- BAUER, JOACHIM: Miért érzem azt amit te? (ford. Túróczi Attila) Ursus Libris, Bp., 2010.
- BOKOR LÁSZLÓ: Az áttétel idegtudományi megközelítése. *Imago Budapest*, 23 (1): 5–22. 2011.
- BRUDZINSKA, JAGNA: Depth Phenomenology of the Emotive Dynamic and the Psychoanalytic Experience. In.: *Dieter Lohmar & Jagna Brudzińska (eds.): Founding Psychoanalysis Phenomenologically*. Springer, London & New York, 23–52., 2012.
- FUCHS, THOMAS: Body, Memory and the Unconscious. In.: *Dieter Lohmar & Jagna Brudzińska (eds.): Founding Psychoanalysis Phenomenologically*. Springer, London & New York, 69–82., 2012.
- FREUD, SIGMUND: A pszichoanalízis foglalatja. (ford. V. Binét Ágnes) In.: *Sigmund Freud esszék*. Gondolat, Bp. 407–474. 1982.
- FREUD, SIGMUND: Rossz közérzet a kultúrában. (ford. Linczeyi Adorján) In.: *Sigmund Freud esszék*. Gondolat, Bp. 327–407. 1982.
- FREUD, SIGMUND: *Önéletrajzi írások*. Cserépfalvi, Bp. 1989.
- FREUD, SIGMUND: *Az ősválami és az én*. (ford. Hollós István & Dukes Géza) Hermit, Bp. 2010.
- FREUD, SIGMUND: *A halálöszön és az életöszönök*. (ford. Kovács Vilma) Belső Egészség, Bp. 2011.
- FREUD, SIGMUND: *Az álomról*. (ford. Ferenczi Sándor) Hermit, Bp. 2011.
- GEHLEN, ARNOLD: Az emberről. (ford. Kis János) Gondolat, Bp. 1976.
- HUSSERL, EDMUND: A fenomenológia ideája. (ford. Baránszky Jób Zoltán) In.: *Vajda Mihály (szerk.): Edmund Husserl válogatott tanulmányai*. Gondolat, Bp., 27–111., 1972.
- HUSSERL, EDMUND: A filozófia mint szigorú tudomány. (ford. Baránszky Jób Zoltán) In.: *Vajda Mihály (szerk.): Edmund Husserl válogatott tanulmányai*. Gondolat, Bp., 111–192., 1972.
- HUSSERL, EDMUND: Az európai tudományok válsága I-II. (ford. Berényi Gábor, Mezei Balázs, Egyedi András, Ullmann Tamás) Atlantisz, Bp., 1998.
- HUSSERL, EDMUND: *Karteziánus elmélkedések*. (ford. Mezei Balázs) Atlantisz, Bp., 2000.
- KANDEL, ERIC R.: A biológia és a pszichoanalízis jövője: egy újragondolt pszichiátria szellemi keretei. *Imago Budapest*, 22 (1): 5–44. 2011.
- KUGLER, PAUL: Psychic Imaging: A Bridge Between Subject and Object. In.: Polly Young Eisendath – Terence Dawson (eds.): *The Cambridge Companion to Jung*. Cambridge University Press, USA, 77–95., 2008.

- KUGLER, PAUL: *The Alchemy of Discourse*. Daimon Verlag, Canada, 2002.
- KUTROVÁTZ GÁBOR – LÁNG BENEDEK – ZEMPLÉN GÁBOR: *Határmunkálatok a tudományban*. L' Harmattan, Bp., 2010.
- LAING, R. D.: *The Divided Self: An Existential Study in Sanity and Madness*. London, Pengiun Books, 1965.
- LÁBADI BEATRIX: A megérzett Másik – kapcsolat a pszichoanalízis és az idegtudomány között. *Imago Budapest*, 23 (1): 39–50. 2011.
- LOHMAR, DIETER: Phänomenologie der schwachen Phantasie (Phaenomenologica 185). Kluwer Academic, Dordrecht – Boston – London, 2008.
- LOHMAR, DIETER: Psychoanalysis and the Logic of Thinking Without Language. How Can We Conceive of Neurotic Displacement, Denying, Inversion etc. as Rational Actions of the Mind? In: Dieter Lohmar & Jagna Brudzińska (szerk.): *Founding Psychoanalysis Phenomenologically*. Springer, London & New York, 149–168., 2012.
- LOHMAR, DIETER: The Function of Weak Phantasy in Perception and Thinking. In: S. Gallagher – D. Schmicking (Eds.), *Handbook of Phenomenology and Cognitive Science*. Springer, USA. 2010.
- LOHMANN, HANS-MARTIN: *A huszadik század Ödipusza: Sigmund Freud élete és munkássága*. (ford. Dankó Zoltán), Háttér Kiadó, Bp., 2008.
- PETŐ KATALIN: A neurontól a lélekgig: a pszichoterápia neurobiológiai alapjai. *Imago Budapest*, 23 (1): 51–60. 2011.
- PLÉH CSABA: Kísérleti és neurális Freud-értelmezés ma. *Imago Budapest*, 22 (1): 45–76. 2011.
- ROMANYSHYN, ROBERT: Alchemy and the Subtle Body of Metaphor: Soul and Cosmos. In.: Roger Brooke (ed.): *Pathways into the Jungian World: Phenomenology and Analytical Psychology*. Routledge, London & New York, 24–45., 2003.
- ROMANYSHYN, ROBERT: The Body in Psychotherapy: Contribution of Merleau-Ponty. In.: Raya A. Jones (ed.): *Body, Mind and Healing after Jung*. Routledge, London & New York. 41–62., 2011.
- STEELE, ROBERT: *Freud and Jung: Conflict of Interpretations*. Routledge & Kegan Paul, London, 1982.
- STERN, DANIEL N.: *A jelen pillanat: Mikroanalízis a pszichoterápiában*. Animula, Bp. 2004.
- SYMONS, DONALD: The Stuff that Dreams aren't made of: Why Wake-State and Dream-State Sensory Experiences Differ. *Cognition*, 47: 181–217., 1993.

- ULLMANN TAMÁS: *A láthatatlan forma*. L'Harmattan, Budapest, 2010.
- ULLMANN TAMÁS: Az idő mint a szubjektivitás alapja és horizontja. In.: Ullmann Tamás: *Az értelem dimenziói*. L'Harmattan, Bp. 91–109., 2012.
- ULLMANN TAMÁS: Az öncsalás ellen. In.: Ullmann Tamás: *Az értelem dimenziói*. L'Harmattan, Bp. 75–90. 2012.
- ULLMANN TAMÁS: Fantázia és intencionalitás. In.: Ullmann Tamás: *Az értelem dimenziói*. L'Harmattan, Bp. 125–149., 2012.
- VERMES KATALIN: A jelen pillanat. *Imago Budapest*, 23 (2): 47–66. 2012.
- WINNICOTT, D. W.: *Játszás és valóság*. Budapest, Animula. 1999.
- WITTGENSTEIN, LUDWIG: Beszélgetések Freudról. (ford. Bánfai Bea) In.: Szummer Csaba & Erős Ferenc (szerk.): *Filozófusok Freudról és a pszichoanalízisről*. Cserépfalvi, Bp., 1993.

**tárgymutató:** fenomenológia, pszichoanalízis, fantázia, affektivitás

**névmutató:** Dieter Lohmar, Daniel N. Stern, Arnold Gehlen

**tudományterületi besorolás:** fenomenológia