

## **12. Balesetek**

Sokan csodálkoznak azon, hogy a baleseteket ugyanúgy értelmezzük, mint más megbetegedéseket. Úgy gondolják, a baleset más – végül is kívülről jön, így nem lehetünk vétkesek benne. Az ilyen okfejtés csak arra mutat rá, milyen zavaros és inkorrekt a gondolkodásunk általában, illetve, hogy mennyire tudattalan vágyainkhoz igazítjuk gondolatainkat s elméleteinket. Mindannyian rendkívüli módon kellemetlennek tartanánk, hogy létünkért és annak tapasztalataiért minden felelősséget mi vállaljunk. Állandóan megtaláljuk a lehetőséget arra, hogy projiciáljunk, hogy a vétkest a külvilágban keressük. S mindig haragszunk, ha valaki projekciónkat leleplezi. A tudományos törekvések többsége is azt a célt szolgálja, hogy projekcióinkat tudományosan alátámassza, s így legalizálja őket. Ha a dolog „emberi” oldalát nézzük, mindez nagyon is érthető. Mivel azonban ezt a könyvet olyan embereknek írtuk, akik az igazságot keresik, és tudják, hogy ez csak őszinte önismerettel érhető el, nem futamodhatunk meg gyáván a balesetek témája elől sem.

Világosan látnunk kell, hogy mindig van valami, ami látszólag kívülről érkezik hozzánk, s ezt a valamit mindig is „ok”-ként interpretáljuk. E kauzális interpretáció azonban csak az egyik lehetőség az összefüggések magyarázatára, s mi azt határoztuk el, hogy ebben a könyvben e szokásos látásmódot egy másikkal váltjuk fel, illetve egészítjük ki. Ha tükörbe nézünk, látszólag a tükörkép is kívülről néz ránk, mégsem nevezhetjük a tükörképet arcunk okának. Megfázás esetén a baktériumok jönnek kívülről, s bennük látjuk a megfázás okát. Autóvezetésnél a részeg vezető az, aki az előzésre vonatkozó szabályokat nem tartotta be, s máris benne látjuk a baleset okát. Funkcionális szinten mindig van magyarázat. Ettől azonban még nem tilos a történeteket tartalmi szinten értelmeznünk.

A rezonancia törvénye gondoskodik arról, hogy semmivel se kerüljünk kapcsolatba, amihez nincsen közünk. A funkcionális összefüggés mindenkor az az anyagi médium, mely a korporális (testi) szinten történő manifesztációhoz szükséges. Ahhoz, hogy fessünk egy képet, vászonra és festékre van szükségünk – ezek azonban nem a kép okai, csak azok az anyagi közvetítők, melyek segítségével a művész a benne levő belső képet megvalósítja. Ostobaság lenne, ha a kép kifejezőerejét érintő értelmezésünket azzal az okfejtéssel mosnánk el, hogy a kép tulajdonképpeni oka a festék, a vászon és az ecset.

Baleseteinket ugyanúgy mi keressük magunknak, ahogyan betegségeinket, és semmitől sem riadunk vissza, amit „ok”-nak használhatunk fel. Mindazért azonban, ami életünkben történik velünk, a felelősséget egyedül mi magunk viseljük. Ez alól nincs kivétel – így fel is hagyhatunk a kivételek keresésével. Ha valaki szenved, mindig magától szenved (ami semmit sem von le szenvedése nagyságából!). Mindenki tettes és áldozat egy személyben. Amíg valaki e kettőt nem ismeri fel önmagában, nem lehet egészséges. Azon az intenzitáson, amellyel az emberek a saját projekciójukkal megalkotott „tettet” szidják, könnyen leolvasható, milyen ellenséges érülettel viseltetnek a magukban hordott tettel szemben. Hiányzik a belátás, amely lehetővé tenné, hogy a kettőt egynek lássák.

Nem új az a felismerés, miszerint a baleset sosem véletlen. Már Freud is, A mindennapi élet pszichopatológiájában a hibás cselekvéseken (mint elszólás, felejtés, tárgyak elrakása) kívül a baleseteket is tudattalan szándék eredményének tartotta. Azóta a pszichoszomatikus kutatás statisztikai értelemben is igazolta az úgynevezett „baleseti hajlamos személyiség” létét. Ezen olyan speciális személyiségstruktúrát értünk, amely hajlamos arra, hogy konfliktusait balesetek formájában dolgozza fel. K. Marbe német pszichológus már 1926-ban közzétett A balesetek és az üzemi balesetek gyakorlati pszichológiája című munkájában azt a megfigyelést tette, hogy az az ember, aki már balesetet szenvedett, nagyobb valószínűséggel szenved el további balesetet, mint az, aki még sosem volt baleset áldozata.

Alexandernek a pszichoszomatikus orvostudományról szóló alapvető művében, mely 1950-ben jelent meg, témánkhoz a következő utalásokat találjuk: „A connecticuti autóbalesetek elemzése során bebizonyosodott, hogy a hatéves vizsgált periódusban a balesetek több mint egyharmadát ugyanaz a csaknem 4% okozza. Egy vállalat, mely számos teherautó-vezetőt foglalkoztatott, nyugtalan lett az autóbalesetek okozta magas költségek miatt, és a balesetek csökkentése céljából kivizsgáltatta a baleseti okokat. Egyebek közt megvizsgálták az egyes autóvezetők baleseti előtörténetét, s ennek eredményeképpen azokat a vezetőket, akik a legtöbb balesetet szenvedték el, más munkakörbe helyezték át. Ezzel az egyszerű intézkedéssel a baleseti gyakoriságot a kiinduló érték egyötödére sikerült csökkenteni. E vizsgálat eredményének érdekessége még, hogy ezek az autóvezetők baleseti »szokásaikat,« új foglalkozásukban is megtartották. Ez megdönthetetlenül bizonyítja, hogy vannak *balesetre hajlamos emberek*, s hogy az ilyen egyének e tulajdonságukat minden foglalkozási formában és mindennapi életükben is megtartják.” (Alexander: *Pszichoszomatikus orvostudomány.*)

A továbbiakban Alexander azt a következtetést vonja le, „hogy a legtöbb baleset szándékos motívumot is tartalmaz, még ha ez a szándék aligha tudatos is. Más szavakkal: a legtöbb baleset tudattalanul motivált.” E visszapillantás a pszichoanalitikus irodalom kezdeteire többek között azt is jelzi, hogy szemléletünk a baleseteket illetően semmi esetre sem új, s azt is, hogy milyen soká is tart, míg bizonyos (kellemetlen) felismeréseket a nagy többség tudatosít (ha egyáltalán megteszi).

A továbbiakban kevésbé érdekel bennünket a baleseti hajlamos személyiség leírása, inkább azzal foglalkozunk, mi a baleset jelentősége életünkben. Ha valaki nem is tipikus baleseti hajlamos személyiség, a megtörtént balesetnek mindenesetre van valami mondanivalója a számára – s azt akarjuk most megtanulni, hogyan értsük meg ezt a mondanivalót. Ha egy ember életében egyre gyakoribbak a balesetek, ez csak azt jelenti, hogy ez az ember problémáit még mindig nem oldotta meg tudatosan, s a szükséges tanulságot a balesetből kényszerül levonni. Az egyik ember baleseteken keresztül helyesbíti azt, amit a másik az úgynevezett „locus minoris resistentiae” problematikájában fejez ki. A baleset közvetlenül és hirtelen megkérdőjelezi az érintett személy bejáratott cselekvési és magatartási mintáit. Cezúrát jelent életünkben, ekként kell tehát vizsgálni. Tekintsük balesetünket színdarabnak, próbáljuk megérteni a folyamat pontos struktúráját, s alkalmazzuk azt saját helyzetünkre. A

baleset mindenkori problematikánk karikatúrája – s ugyanolyan fájdalmas és találó, mint minden karikatúra.

## **A közlekedési balesetek**

A „közlekedési baleset” olyan absztrakt gyűjtőfogalom, amelyet nem lehet értelmezni. Ahhoz, hogy megmondhassuk, milyen üzenetet hordoz a baleset, minden egyes esetben tudnunk kell, hogy pontosan hogyan játszódott le. Amilyen nehéz vagy akár lehetetlen a balesetek általános értelmezése, többnyire annyira egyszerű a konkrét eseté. Csak jól oda kell figyelni, amikor elmesélik a történetet. Nyelvünk kétértelmősége mindent elárul. Sajnos, mégis újra és újra tapasztaljuk, hogy nagyon sok embernek nincsen füle a nyelvi összefüggések meghallására. Így például gyakran arra kérjük páciensünket, hogy elbeszéléséből egy bizonyos mondatot addig ismételjen, amíg valami meg nem világosodik számára. Ilyenkor aztán ismételten elcsodálkozhatunk azon, milyen tudattalanul bánnak az emberek a nyelvvel, illetve hogy milyen nyilvánvalóan jól működnek az emberbe épített szűrők, ha saját problémáiról van szó.

Így tehát, akár a közlekedésben, az életben is letérhetünk a helyes útról, visszafarolhatunk, kicsúszhat a talaj a lábunk alól, elveszthetjük az uralmunkat vagy a kontrollunkat magunk fölött, kizökkenhetünk a kerékvágásból, nekimehetünk valakinek stb. Mit kell itt még értelmezni? Elég, ha a nyelvre hallgatunk. Valaki olyannyira felgyorsul, hogy nem képes lefékezni magát, s az előtte levőhöz (vagy talán hölgy az illető?) túl közel kerül, sőt neki is megy, így teremt intim kapcsolatot (ezt némelyek úgy nevezik, hogy löknek). A heves összeütközést megbotránkoztatónak tartjuk, s az autótulajdonosok nemcsak autójukkal mennek egymásnak, hanem szavakkal is.

Gyakran elég, ha megkérdezzük: „Mi volt a baleset oka?”, s máris megkapjuk a leggyakoribb választ: „nem tudtam idejében fékezni”, ami arra mutat, hogy az illető életében (például foglalkozásában) a fejlődés folyamatát annyira felgyorsította, hogy az már önmagát veszélyezteti. Az ilyen embernek meg kell értenie, hogy felgyorsult életét ellenőrzés alá kell vonni, s tempóját még idejében mérsékelnie kell.

Ha valaki azt válaszolja, hogy „egyszerűen nem láttam a másikat”, ez azt jelenti, hogy az illető saját életében is átnéz valami számára fontos dolgon. Ha egy előzési kísérlet balesetben végződik, a lehető leggyorsabban ellenőriznünk kell gondolatban minden „előzési manővert”, melyet életünkben alkalmazunk. Aki a kormány mellett elalszik, annak saját életében is a lehető leggyorsabban fel kell ébrednie, mielőtt még kevésbé szelíden ébresztgetnék. Ha valaki éjjel autójával elakad, gondoljon bele, melyek azok a dolgok, amelyek a lélek éjszakai területén feltartóztatják. Az egyik belevág valakibe, a másik áttöri valaminek a határait vagy a terelőpalánkot, a harmadiknak a kátyúból kell kihúznia a kocsiját. Hirtelen nem látunk tisztán, hirtelen elnézzük a „Megállj!” táblát, eltévesztjük az irányt, ellenállásba ütközünk. A közlekedési balesetek majdnem mindig igen intenzív emberi kontaktushoz vezetnek –

többnyire túl közel is kerülünk egymáshoz –, a közeledés azonban mindig túlságosan agresszív.

Most bemutatunk és értelmezünk egy konkrét közlekedési balesetet, hogy az olvasó a példán át még inkább követni tudja szemléletmódunkat. Ez a baleset megtörtént, s a közlekedési balesetek igen gyakori típusához tartozik. Két személygépkocsi akkora lendülettel ütközik össze egy jobbkézsabályos kereszteződésnél, hogy az egyik a járdára repül, s átfordul a tetejére. Többen benn rekednek az autóban, és segítségért kiabálnak. Az autóból hangos zene szól. A járókelők lassan kiszabadítják fémbörtönükből a bezártakat – nyolc napon túl gyógyuló sérüléssel kerülnek kórházba.

A baleset lefolyása a következő értelmezést sugallja: a baleset összes résztvevőjének élethelyzetére jellemző, hogy életútjukat a kipróbált irányban akarták folytatni tovább. Ennek felel meg az a kísérlet, hogy járművükkel megszakítás nélkül, egyenesen továbbhajtottak. Kereszteződések azonban nemcsak az utcán vannak, hanem az életben is. Az egyenes utca az életben a norma, az, amit már megszokásból is követünk. Az a tény, hogy a résztvevők egyenes irányú utazása a baleset következtében megszakadt, arra utal, hogy egyikük sem érezte meg: életútját meg kell változtatnia. Az életben minden norma s minden irány egyszer csak túléli önmagát, s így maga teremti meg a változtatás szükségességét. Minden, ami helyes, idővel hibás lesz. Az emberek általában azzal védelmezik normáikat, hogy azok a múltban beváltak. Ez azonban nem indok. A csecsemő számára az a norma, hogy a pelenkába csinál, és ez így rendjén is van. Az ötéves ágybacsinálók ugyanakkor nem igazolhatják többé ezzel a normával a tettüket.

Az emberi életben az egyik legnehezebb dolog idejében felismerni a változások szükségességét. Biztosak lehetünk benne, hogy az előző baleset részesei ezt nem ismerték fel. Megpróbáltak egyenesen hajtani az (eddig) bevált úton, és elfojtottak mindent, ami arra irányult, hogy normáikat eleresszék, kurzust váltsanak, kiugorjanak szituációjukból. A kiugrásra motiváló készítés azonban tudattalanul mindig jelen van. Tudattalanul valami már nincs rendben azzal az úttal, amelyet követünk, de nincs bátorságunk hozzá, hogy tudatosan kérdéssé tegyük, megváljunk tőle. A változások szorongást váltanak ki. Szeretnénk – de nem merjük. Lehet, hogy egy partnerkapcsolatról van szó, amely túlélte önmagát, de lehet ez egy foglalkozás vagy világszemlélet is. Közös bennük az, hogy elfojtjuk vágyunkat, amely arra irányul, hogy a megszokottból egy ugrással az ismeretlenbe lépjünk. A nem kiélt vágy a tudattalan eseményvágyon keresztül keres megvalósulást, amit a tudat mint „kívülről jövő”-t él meg: a talaj kicsúszik a lábunk alól – példánkban az autóbaleset révén.

Aki őszinte magához, egy ilyen esemény után megállapíthatja, hogy legmélyebb bensejében már réges-régen nem volt elégedett azzal az úttal, amelyen járt; már időtlen idők óta el akarta hagyni, csak a bátorság hiányzott hozzá. Mindig csak az történik az emberrel, amit tulajdonképpen ő akar, s bár a tudattalan teljesítések sikeresek, mégis megvan az a hátrányuk, hogy a problémát végső soron nem oldják meg. Ez pedig egyszerűen azért van, mert a problémák csak tudatos előrelépéssel oldhatók meg, a tudattalan teljesítések csak materiálisan valósítják meg őket. Bár a materiális megvalósítás jelenthet készletét, informálhat, a problémát azonban egészen nem oldhatja meg.

Így esetünkben az autóbaleset megszabadít ugyan a bejáratott úttól, ugyanakkor azonban még nagyobb rabsághoz vezet, ugyanis az autóba való bezártsághoz. Ez az új, váratlan helyzet egyrészt rámutat arra, hogy e folyamatok a tudattalanban zajlanak le, másrészt arra is figyelmeztet, hogy a bejáratott útról való letérés nem a vágyott szabadságba, hanem újabb rabságba vezet. Az autóba zárt sebesültek segélykiáltásait szinte túlharsogta az autó belsejéből bömbölő zene. Aki a dolgok kimenetelét, manifesztációit példázatoknak tekinti, ebben a részletben azt fogja látni, hogy a résztvevők külsőségekkel próbálják meg elterelni figyelmüket saját konfliktusaikról. A rádióból bömbölő zene túlharsogja azt a belső hangot, amely segítségért kiált, s melyet sürgősségi helyzetben tudatunknak kell meghallania. A felsőrendű tudat (Oberbewusste) elterel, nem akarja meghallani a segélykiáltást, s a konfliktus, a lélek szabadságvágya ott marad bezárva a tudattalanban. Önmaga nem tud kiszabadulni, meg kell várnia, míg az események kívülről kiszabadítják. A baleset itt az a „külső esemény”, mely csatornát nyitott a tudattalan számára, hogy azon át artikulálhassa magát. A lélek segélykiáltásai átkerültek a hallható világba. Ez a baleset hozta őszinteség.

### **Otthoni és üzemi balesetek**

Miként a közlekedési balesetek, a háztartás és a munka során bekövetkező balesetek lehetőségei és szimbolikája is szinte határtalan, így minden egyes esetet önmagában kell megvizsgálni.

Az égési balesetek szimbolikája igen gazdag. Sok beszédfordulat használja fel az égés, a tűz szimbólumait pszichikai folyamatok kifejezésére: *megégeti a száját (e jár a szája) megégeti a kezét (tiltott dologhoz nyúlt) – forró vasat érint (kényes témát pendít meg) – a tűzzel játszik – valakiért tűzbe menne stb.*

A tűz itt mindig veszélyt jelent. A megégés ezek szerint azt jelzi, hogy nem helyesen becsültük fel, illetve egyáltalán nem láttuk a veszélyt. Talán észre sem vesszük, milyen forró is egy bizonyos téma. A megégés hívja fel figyelmünket arra, hogy veszélyes dologgal játszunk. Ezenfelül a tűznek igen jelentős vonatkozásai vannak a szerelem, a szexualitás témájához. Beszélünk *forró szerelemről és égő szerelemről – mintha tűzhez nyúlnánk – lángra gyúlunk a szerelemben – tüzel és lángba borul a szívünk* –, sőt a német nyelvben szerelmünket *lángnak* nevezzük. A tűz szexuális szimbolikája abban a szeretetteljes viszonyban is megnyilvánul, amellyel a fiatalok motorkerékpárjukat becézik: a németek *tüzes kemencének, forró kályhának*, nálunk inkább *tüzes lónak*. (A tűz kívül van, ahelyett hogy belül lenne!)

Az égés először a bőrt érinti, az ember határait. A határ megsérülése minden esetben az én kérdéssé tételét jelenti. Énünkkel határoljuk le magunkat, s éppen ez gátol bennünket a szeretetben. Ahhoz, hogy szeretni tudjunk, én-határainkat kell megnyitnunk, a tűzhez kell nyúlnunk, fel kell lobbannunk a szerelem szikrájától, hogy határainkat leégessek. Aki erre nem képes, azzal megtörténhet, hogy belső tűz helyett külső tűz égeti meg külső határait, azaz a bőrt, tehát erőszakkal nyitottá és sebezhetővé válik.



Hasonló a szimbolikája majdnem minden olyan sérülésnek, amely először a külső határt, a bőrt töri át. Beszélünk *pszichés* sérülésről is, beszélünk arról is, hogy valaki egy megjegyzéstől *sértve érzi* magát. Nemcsak másokat sérthetünk meg, *saját húsunkba is belevághatunk*. Az „elbukás”, „megbotlás” szimbolikája is könnyen átlátható. Van, aki a „tükörjégen” csúszik el, *mert túl sima a parkett*, van, aki *felfelé* bukik, s van, aki *lefelé*. Ha bukásunk eredménye agyrázkódás, az gondolkodási rendszerünket alapvetően megrázkódtatja, kérdéssé teszi. Ha fel akarunk ülni, fáj a fejünk, azonnal le kell feküdnünk. Fejünk, gondolkodásunk domináns vonásai maguktól megkérdőjeleződnek, saját bőrünkön érezzük, hogy gondolkodásunk fáj.

## Csonttörés

A csontok majdnem kivétel nélkül extrém mozgásos helyzetben (autózás-motorozás, sporttevékenység közben), mechanikus külső hatásra törnek el. A csonttörést hosszabb kényszerpihenő követi (ágyban fekvés, begipszelve). Minden csonttörés „*meg-megszakítja*” addigi mozgásunkat, aktivitásunkat, s nyugalmat kényszerít ránk. E kényszerű passzivitást, nyugalmat arra kellene felhasználnunk, hogy újra orientálódjunk. A törés azt jelzi, hogy valamely fejlődési folyamat szükségszerűen végéhez ért, bár nem vettük észre, és hogy a testnek el kell törnie a régit ahhoz, hogy az új áttörhessen, teret nyerhessen. A törés megtöri eddigi utunkat, melyet túlzott mozgékonyság, túlzásba vitt aktivitás jellemezett. Túlmozogtuk és túlterheltük magunkat, túlságosan terjeszkedtünk, s általában felsőfokon tevékenykedtünk. A törésben ez a mozgás, ez a megterhelés összegeződik, s a leggyengébb pont aztán enged ennek a túlterhelésnek.

A testben a csontok a szilárdság elvét képviselik, tehát a tartásunkat biztosító normákat (szabályokat), de a megmerevedést (meszesedést) is. Ha a csontozatban a merevség princípiuma (a méz) kerül túlsúlyba, a csont törekeny lesz, s funkcióját nem tudja betölteni többé. Így vagyunk valamennyi normával: bár a normák feladata az, hogy tartást közvetítsenek, ennek nem tudnak eleget tenni, ha túlságosan elmerevednek. A csonttörés fizikai szinten jelzi, hogy pszichés rendszerünkben normáink észrevétlenül túlságosan is merevek lettek. Túl kemények, túl merevek, hajlíthatatlanok lettünk. Az a tendencia, hogy a korral nézeteinkhez egyre merevebben ragaszkodunk és így pszichés alkalmazkodóképességünk egyre csökken, fizikai szinten azt jelenti, hogy a csontmeszesedés is egyre előrehalad, s a csonttörés veszélye megnő. Ennek ellenpólusát képviseli a kisgyermek hajlékony csontjaival, melyek jóformán képtelenek eltörni. A kisgyermeknek még nincsenek normái és mértékei, melyekhez mereven ragaszkodhatna. Ha valaki túlságosan hajlíthatatlanná válik, egyoldalúságát gerinctörés fogja korrigálni – s ezt csak úgy előzhetjük meg, ha saját akaratunkból meghajlunk!