

A mai kor embere nem érzi annyira függését Istentől, mint az elmúlt korok emberei. Azelőtt az ember teljese- sen ki volt szolgáltatva a legkülönböz- zőbb inségeknek, csekélyek voltak a védekezési lehetőségei, meg volt győ- ződve arról, hogy menekvését leg- többször csak közvetlenül Istennél ke- resheti. Az emberek imádkoztak. Kér- lelő és engesztelő áldozatokat mutat- tak be. Búcsújárásokban zarándokol- tak a szent helyekre és az ereklyék- hez. Ma a technika, az orvosi tudomá- ny és a társadalomszervezés sike- rei oly nagyok, hogy gyakran jó idő- be telik, míg az ember, a konkrét egyén, felfedezi azt a korlátozottságát, ami arra ösztönözheti, hogy utolsó re- ménységként Istenhez folyamodjék.

Ez a nagy mértékben megnöveke- dett látszólagos függetlenség fölöttébb alkalmas arra, hogy az embert ben- sőleg is elszakítsa Istentől. Mutatja ezt, hogy a természetfölöttinek érté- kelése aggasztó módon süllyed napja- inkban. A materialisztikus és a „csak- természetes” gondolkodás tisztán em- beri megoldásokat ajánl, amelyek a hasznosság szubjektív értékeit fölébe helyezik a kereszténység által vallott objektív isteni rendnek. Minthogy pe- dig mi magunk is benne élünk ebben a világban, kihát ez reánk, katolikusok- ra is. Még azokban is, akik őszin- tén és törhetetlenül ragaszkodnak hi- tükhöz, könnyen vagy könnyebben megcsappan a hit melegsége. S mi- helyt a hit boldogító átélése gyöngül, távolabbra húzódik a tartalma is, s a keresztény remény is, amellyel Isten- re tekintünk, elveszíti belső alakító, teremtmő erejét. Így azután, ha komoly megpróbáltatások vesznek elő ben- nünket, velünk is megeshetik, hogy szánnaszegett lélekkel, üres és sivár szívvel hanyódnak az egzisztenciális szorongás és a teljes érzéketlenség, az apáthia között.

*Albin Flury* berni plébános bocsátja mindezt előre tanulmányában, ame- lyet az *Anima* a keresztény reményt tárgyáló különszámában tett közzé. Ennek a számnak több közleményé- vel: *Franz X. von Hornstein*, *Werner Schöllgen* és *Hermann Dobbelsstein* írásaival már a legutóbb foglalkoz- tam. Az akkor mondottakból csak a „keresztény remény” fogalmát szeret-

ném újból hangsúlyozni: jelenti a bi- zodalmat abban, hogy szemtől-szem- ben meg fogjuk látni Istent, megnyil- vánulni pedig egész lényünk olyan alakításában fog, amely megadja maj- dan a képességünket is erre. Flury ab- ból az általános helyzetképből kiin- dulva, amelyet az imént vázolt föl, annak szükségére figyelmeztet, hogy erre a keresztény reményre támasz- kodva tudatosan építsük ki belső egyensúlyunkat, amelynek birtoklása egyedül óvhat meg bármiféle lelki ki- fáradástól, elkéseredéstől vagy éppen kétségbeeséstől.

Ami elsősorban fontos, annak fel- ismerése, hogy az emberi élet formá- lásának és biztosításának összes mo- dern vívmányai ellenére a végső dön- tések Isten titkai. Ami a világnak egyáltalán értelmet adhat, az ő ren- dező szeretete. Ha ténynek fogadjuk el a teremtést, akkor ténynek kell te- kintnünk a fenntartást és irányítást is. Teremtett voltunkból következik egész egzisztenciánk függése Istentől s ugyanígy a hit az ő gondviselésében. Nem szabad beérnünk Isten tulajdon- ságainak csupán elméleti felsorolásá- val, de magunk elé kell állítanunk azok gyakorlati jelentőségét is. Ha Isten mindenható, akkor magában fog- lal minden lehetőséget, olyan vonat- kozásokban is, ahol az emberi képes- ség véget ér. Ha Isten mindentudó, akkor magában foglal minden lehetősé- get, olyan vonatkozásokban is, ahol az emberi képesség véget ér. Ha Isten mindentudó, akkor nem ismeret- lenek előtte az összes életfunkciók legbensőbb összefüggései sem. Ha Isten végtelenül bölcs, akkor rendelkez- sei soha sem véletlen jelenségek, hanem rendező szellemének tévedhe- tetlen utasításai. Ha Isten maga a jó- ság, akkor jószágos a sorsunk éjsza- káiban és rejtélyeiben is. A kis em- bernek tehát teljességgel a nagy Isten- hez kell kapcsolódnia.

A gondviselésben való hitet szilár- dítják bennünk a bizalom átélésének ragyogó példái. Bármennyire kidom- borítja Krisztus tanítása az Atyában való bizalmat és kárhozatja napi gondjainkban a túlságos aggályosko- dást, mégis nem egyszer megkísért bennünket a félelem: hátha megfede- kezik rólunk az Isten. Holott nemcsak

a szentek története, de az Istenben örvendezni, nyílt szívű mai emberek életfolyása is tanúsítja, hogy mennyire boldogíthat ez a bizalom a legnyomasztóbb és szinte kilátástalan körülmények között is. Az ilyen bizalom láttán — mondja Flury — talán már szégyelni is fogjuk a magunk apró szatócskodását s megerősödik bennünk a hit, hogy a legnagyobb emberi okosság: a rákulcsolódás Isten vezető kezére.

Ha hisszük, mint ahogy hinni tartozunk, hogy Krisztus az összfoglalata vágyainknak, kéréseinknek és reményeinknek, akkor nem tekinthetjük csupán retorikai szólamnak az útról, igazságról és életről, a sarokkőről és a szőlőtőről elhangzott ígéket, hanem valóságoknak vesszük azokat. A Krisztus iránt való szeretetnek Krisztus-élménnyé és lelkesedéssé kell válnia. Krisztusban örvendezni annyira, mint örömmel élni Krisztus igazságából és Krisztus hűségében. Ilyenkor azután mindenekelőtt azok a buzdító szavak fogják nyugtatni és melengetni szívünket, amelyeket Krisztus a gondviseletről és a bizakodásról mondott. Elmélkedjük csak át a hegyi beszédet, amely egyetlen felhívás erre a keresztény reményre.

A kinyilatkoztatások és ígéretek hatásos hátterüket kapják Krisztus bátorító tetteiben. A hatalmas Üdvözítő megmutatja csodálatos uralmát a természet, a betegség és a halál fölött. A jóságos Üdvözítő segítő szeretetét gyakorolja a betegek és elesettek iránt. A megbocsátó Üdvözítő lehallik a bűnőshöz is, aki alig merészel feltekinteni reá életének félresiklott szakaszán. A keresztihordozó Üdvözítő a végső megváltó szeretetet testesíti meg s ezzel forrása lett minden erősségnek és újakezdesnek. A vigasztaló felszólítás mindazokhoz, akik törődöttek és szenvednek, nemcsak egy könyörület és együttérző szív megnyilatkozása, hanem világos ígérete a megnyílt szívnek és segítségek is. S mint a keresztény remény alapvetése, egészen külön fontossággal bír Krisztus feltámadása. A „sperare contra spem”, a reménytelenül is remélni nyert ebben igazolást. A kereszténység látszólagos paradoxonja kötelez arra, hogy emelt fővel, derűsen végezzük kötelességeinket és soha semmiféle helyzetben se vesztjük el bizodalalmunkat.

S ne feledjük el, hogy Jézus Krisztus titokzatos módon tovább él egyházában. Ezen keresztül tanítja az embereket, megáldja, erősíti és vezeti őket. Örömet találni az egyházban ugyanannyira, mint örömet találni az Úrban. Az egyházzal való közösség — közösség Krisztussal és Krisztusban. A számunkra adott keret pedig, ahol mindezt megtapasztalhatjuk, a plebániánk, mert ez iktat bele minket az egyház élő szervezetébe. A plebánia tanító egyház, amely hirdeti Krisztus üzenetét, tolmácsolja ígéreteit. A plebánia szentségi hely, ahol az „élő vizek” forrásznak. A gyónás szentsége biztosítja az Úr bocsánatát s ezzel a bűnök törlését, amelyek felmorzsolnák a lelket. Az Oltáriszentség az Úr közelségével ajándékoz meg és beemel a bárkába, amelynek nem ártanak a viharok. A „Dominus vobiscum” beteljesedés itt, nem csupán kívánság. Az élettől való keresztény megváltás is annak a páratlan reménynek szentségi útja, amelyen még a halál és a temető is a végső védettséget jelentő mennyei otthont sugározta. S az egyház nagy közösségén belül a mi közvetlen ünneplő közösségünk is a plebánia. A szertartások megannyi együttes kiáltásai a hívőknek Istenhez, telítve oly sok gondolatla, kéréssel, örömmel és reménnyel. Ha valakinek tehát, akkor elsősorban a plebánosnak, a papnak feladata és hivatása, hogy példát mutasson a Krisztusban való örvendezésre. Minél jobban érzik a hívők, hogy papjuk az Istenben való bizakodás embere, akiből az áhitat mellett életkedv és munkakedv is árad, annál inkább hajlannak a tanításra, veszik igénybe a szentségeket s válnak erőssé maguk is a keresztény reményben.

\*

A belső eredetű, az úgynevezett „endogén” depresszió többnyire komoly betegség. Oda kell hatnunk, hogy az ilyen ember mihamarabb pszichiáter orvos elé kerüljön. Ennek a dolga eldönteni, hogy — különösen öngyilkosság veszélye esetén — szükséges-e a beteget intézeti kezelésbe utalni. Vigasztaló, hogy a mai orvosi tudomány a súlyos állapotokat is képes gyógyítani vagy legalább javítani. Másfelől azonban azt mutatja a tapasztalás, hogy az öngyilkosság ve-

szélye észrevétlenül lappanghat s ilyenkor a katasztrófa hirtelen bekövetkezését, miután nem vettük számításba, meg sem akadályozhatjuk. Hívó embereknél sok esetben csak a pap, jelesen a gyónató gyaníthatja meg a veszélyt, mert gyakran ő az egyetlen személy, akihez a beteg még bizalommal fordul. Ebből persze külön lelkipásztori feladatok és lelkiismereti kötelességek hárulnak a papra — állapítja meg tanulmányában *Gebhard Frei* schönecki teológiai tanár.

Kellő pszichológiai tájékozottság birtokában a pap is meg tudja ítélni a depresszió súlyosságának fokát s aszerint fogja rábeszélni a gyónót, hogy orvossal is vizsgáltsassa meg magát. Súlyos depressziónál a pap számára is megnyugvás, hogy nem egyedül neki kell viselnie a felelősséget. Nem nagyon súlyos esetekben azonban, s ott, ahol az orvos igénybevétele valami okból nehézségbe ütközik, legyen tisztában a pap azzal, hogy neki is segítséget kell nyújtania. Lényegében két csoport adódik ebben a kategóriában: olyanok, akik a depresszió miatt már nem tudnak másokhoz kapcsolódni, s olyanok, akik éppen ellenkezően, mentőhorgonyként kapaszkodnak bele a papjukba.

A lelkipásztori tevékenységben ebben a részletében is együttesen kell felhasználni a természetfölötti és a természetes tényezőket — hangoztatja *Frei*. Minél jobban áthatja a papot a természetfölötti segítségbe vetett hit, annál inkább fogja is kérni azt, mert hiszen ha valakinek, akkor a papnak meg kell értenie, hogy emberi erők nem mindig elegendők azoknak a lelki mélyrétegeknek befolyásolására, amelyekből a betegség felszínre tör. Ami viszont a természetes tényezőket illeti, messze a legfontosabb magának a papnak a személye és az érintkezés módja a beteggel. Fontosabb ez minden pasztorális vagy pszichológiai „technikánál”. Nem egy öngyilkosság elmaradt volna, nem egy depresszió gyógyult volna, ha a beteg nem éri magát annyira magányosnak, ha rátalál egy általa is tisztelt emberre, aki jó szívvel van irányában és némi időt is rászán a vele való foglalatosságra.

Vannak emberek, akiknek búskomorsága abból ered, hogy nem tudnak szabadulni a bűntudattól, amely

mögött régebbi valóságos vagy képzelte bűneik húzódnak meg. Nagy türelemmel kell itt újból és újból előhozakodnunk az objektív vigasszal, a központi üzenettel „Isten bárányáról, aki elvette a világ bűnét”. Minden lehető módon igyekezzünk gyakorlati élménnyé érlelni ezt a hitigazságot, amelyet elméletben a beteg is elfogad.

Gyakran vált ki depressziót a gazdasági fenyegetettség és a pénztelenség, a létbizonytalanság, betegség, házassági viszály és sok egyéb földi gond. Amit ilyenkor tehetünk, legfőképpen az élő hit melengetése, meggyőzése a betegnek arról, hogy Isten gyermeke ő, megbízhatik ebben a mindenható és szerető atyában, akinél — bármilyen bajai legyenek — föltétlenül védelemre talál. Mutassunk rá arra, hogy a földi dolgok túlértékelése gyakran megfosztja belső szabadságától az embert. Ugyanakkor azonban ne ütközzünk meg azon, hogy pártfogoltunk túl nagyoknak állít be olyan veszteségeket is, amelyek nevetésesek a mi szemünkben. Itt ugyanis mindig a szubjektív érzés a döntő. Nap-nap után tapasztalhatjuk, hogy ugyanolyan mérvű anyagi veszteségek vagy egészségi romlások az egyik embert majd hogy sírba viszük, míg a másik szinte játszva békél meg velük, vagy azért, mert lelkiileg erősebb és a sors eddig sem kényeztette el, vagy mert megszokta, hogy az életet magasabb szempontból, relativitásában nézze. A keresztény lelki vezetés célja éppen az, hogy megtanítsa az embert „igen”-t mondani a keresztre, megértesse a földi értékek kicsinységét szemben az örökkévalóval s így lassacskán hozzásegítse a belső egyensúlyhoz.

Vannak azután, akiket azért lett urrá a depresszió, mert értelmetlennek hiszik az életüket. Talán arra voltak bensőleg beállítva, hogy feleség és anya legyen belőlük, amint azonban foszlik a reménye ennek, s mindentől a lelkük látóhatára is. Vagy a férfi, aki arra döbben, hogy ő bizony már soha nem futja be az áhított karriert, visszatekintve hibáztatni kezdi magát, úgyannyira, hogy egyszerre csak minden tartás összeomlik benne. A pap még az ilyeneken is segíthet, ha megmagyarázza nekik, hogy a földi célok mind relatív értékkel bírnak, mert ami abszolút értékkel bír, az a túlvilági cél: az örök boldogság,

utóbbi pedig minden hivatásban és állapotban elérhető.

Bármilyen legyen a forrása a depresszió-  
nak, helyesen jár el a pap, ha igyek-  
szik elterelni betegének figyelmét a  
saját énjéről, s megpróbálja rávenni  
arra, hogy fokozott erővel és áldozat-  
tossággal segítse hozzátartozóit és áll-  
jon a közösség szolgálatába. Az „át-  
irányításnak” és a „szórakozásnak” ez  
a formája kétségkívül hatásosabb,  
mint csupán az üdülés, utazás vagy  
mozi szerepe kikapcsolódás, bár eze-  
ket az eszközöket sem szabad csak  
úgy egyszerűen félretolni.

Nem kétséges — fejezi be Frei —  
hogy a küldetését átélő papnak külön-  
ös szeretettel kell felkarolnia a dep-  
resszív lelkeket, akiket meg is fog  
gyógyítani, mihelyt fel tudta fedzete-  
ni velük a keresztény örömök útját.  
Ennek a különös szeretetnek felkel-  
tése annál könnyebben megy, minél  
inkább meggondoljuk, hogy különböző  
sejtek, különböző „állapotok” vannak  
Krisztus titokzatos testében, az egy-  
házban — miként a francia spirituáli-  
tás mondja: „états de Jésus” —, ame-  
lyek folyvást tovább élnek Krisztus  
földi létének fázisait: gyermekségét,  
tanításait, pásztori gondjait, de szen-  
vedéseit is az Olajfák hegyén, és misz-  
tikus elhagyottságát a keresztén. A  
depresszíveknek, a szinte kétségbe-  
esetteknek is megvan a titokzatos  
„helyettesítő” feladatuk az egész kö-  
zösségben s az övek nyilván a legne-  
hezebbek közé tartoznak.

\*

A szellemileg egészséges ember egy-  
általán nem, vagy csak részben és  
tökéletlenül tud behelyezkedni az  
elmebetegnek lelki világába, amelyet  
érthetetlennek, idegennek, titokzatos-  
nak talál. Arra gondolhatnánk, hogy  
azok, akik maguk is átestek ilyen be-  
tegségen, gyógyulásuk után leginkább  
adhatnának felvilágosítást róla. Ez  
azonban nincsen így — jelenti ki ta-  
nulmányában *Florin Decurtins*, a lu-  
zerni elmegyógyintézet igazgató-főor-  
vosa —, mert a beteges állapotok em-  
léke gyorsan megfakul vagy egészen  
eltűnik, s azok a beszámolók, amelye-  
ket kaphatunk tőlük, mindig torzak  
és pontatlanok. Bizonyos azonban,  
hogy az orvost, aki éveken át kezeli  
az ilyen betegeket, a legkülönbözőbb  
feltételek mellett figyeli reakcióikat s

igyekszik megelni az okot, amely a  
tünetek mögött rejtőzik, legjobban  
megrendíti azoknak a betegeknek  
mélységes szomorúsága és határtalan  
kétségbeesése, akik depresszív zava-  
rokban szenvednek. Ellentétben  
ugyanis a szkizofrénekkel, akik a sa-  
ját világukban élnek s akiknek lelki  
élményei távolosok és átérzhetetlenek  
számunkra, a depresszív ember va-  
lahogy rokon velünk és közel áll hoz-  
záink. Létezési módja hasonlít a mi-  
énkhez, panasza együttlérzést keltenek  
bennünk, sorsát szívünkre vesszük.

A depresszív szellemi alkot a leg-  
különbözőbb árnyalatokat és fokoza-  
tokat mutatthatja. Határozatlan testi  
és lelki panaszok, fáradtság, levertség,  
munkához való kedvetlenség, a bizton-  
ságérzet hiánya jelezhetik. Szembe-  
tűnőbb esetekben a gátlás és a szomo-  
rúság lép az előtérbe. A betegek nem  
tudják semmire sem elszánni magu-  
kat, nem jutnak előre, minden kicsi-  
ségből súlyos gondokat kovácsolnak.  
Bátortalanok, kedélytelenek, remény-  
telenek, kisebrendűnek érzik magu-  
kat, félnék a nyomortól és az éhenha-  
lástól, azt hiszik, hogy gyógyíthatat-  
lan betegséggel bajlódnak. Többször  
túlzott bűnértékek is kínozzák őket,  
főleg vallási és szekszuális téren. Vá-  
dolják magukat, hogy nem helyesen  
gyóntak, méltatlanul áldoztak, s attól  
tartanak, hogy örökre elkárhoznak.  
Szemrehányást tesznek maguknak ré-  
gebbi tisztátalan vágyakért, gondolat-  
ban elkövetett házasságtöréseikért. Fel-  
tűnően gyakori a bűnértézés a serdülő-  
kori onánia miatt. Minden vétküik, hi-  
bájuk és mulasztásuk a groteskségig  
nagygyá és mérhetetlenné dagad előt-  
tük. Végül már víziók és üldöztetési  
rögeszmék támadnak, amibe rendsze-  
rint más lelki zavarok is belejártsza-  
nak. Súlyos depresszív állapotokban  
úgszólván ellenállhatatlan a belső  
ösztönzés arra, hogy eldobják maguk-  
tól az életet. Szerencse még, hogy a  
betegséghez tapadó gátlás és határo-  
zatlanság megakadályozza a romboló  
tendenciák tevőleges érvényesülését.

Különböző lelki, de testi betegségek-  
nél is fordulnak elő depresszív zava-  
rok. A búskomorság klasszikus képét  
figyelhetjük meg a mániás-depresszív  
háborodottságnál, amely rövidebb  
vagy hosszabb tartamú szakaszokban  
időleges szünetekben folyik le. Ha  
még oly valószínűtlennek látszik is el-

ső hallásra, tudományosan igazolt tény, hogy a két egészen ellentétes betegségforma, a mániás és a búskomorság együvé tartozik s ugyanannál a személynél léphet fel. A mániás elmebeteg határtalanul felfokozott optimizmust tanúsít, pihenés nélkül szorgoskodik, mértéktelenül túlbecsüli a saját képességeit és lehetőségeit, ami alkoholisus és szekszuális kicéapongásokba, pazarlásba, a környezetével való marakodásba és esztelen vállalkozásokba sodorja. Mániás és melankóliás fázisok, amelyek rendszerint heteken, sőt hónapokon át tartanak, a huszadik és az ötvenedik életév között jelentkeznek először, s egy és ugyanazon betegnél váltakozva léphetnek fel. Vannak azonban betegek, akiknél csak mániás vagy csak melankóliás tüneteket észlelhetünk. Különösen fontos az körülmény, hogy ennek a betegségnek öröklés-biológiai tekintetben igen nagy az átütő ereje, lényegesen nagyobb, mint például a szkizofréniának. Az átlagos megbetegedési valószínűség a mániás-depresszív ember testvéreinél 12.7%, gyermekeinél 16%. Ha figyelembe vesszük, hogy Svájcban az egész népességet nézve a mániás-depresszív megbetegedés valószínűsége csupán 0.4%, akkor kitűnik, hogy egy ilyen betegnek a gyermeke mintegy negyvenszer veszélyeztettebb, mint az öröklésileg nem terhelt egyén. Ha ugyanabban a családban több öngyilkosság történt, közzelfekvő a feltevés, hogy depresszív fázisok családi felhalmozódásával állunk szemben.

Kretschmer kimutatta, hogy a mániás-depresszív elmebajra való hajlam meghatározott testi és lelki alkatához kapcsolódik. Az úgynevezett „pyknikus” alkatról van szó, amelyet külsőleg kerekded testformák, zsírlerakódás könnyűsége, korai kopaszodás, gömbölyű fej jellemez. A pyknikus ember társulékony, jószívű, barátságos, kedélyes — vagy vidám, tréfálkozó, eleven szellemű, könnyen hevülő — vagy csendes, nyugodt, mindent szívére vevő, puha. Különböző fokban és módon mutatkozhatnak náluk az ellentétes hangulatváltozások, olyan csekély mértékben is, hogy még pszichikai rendellenességről sem beszélhetünk. Ide tartoznak azok is, akikről mondani szokás, hogy örömükben a plafont verdesik, bánatuk-

ban a földig horgasztják az orrukat. A pyknikusok között találjuk a tett-erős, lendületes, optimista, vállalkozó szellemű, társaságkedvelő természeteket, akik a gazdasági életben és a politikában vezető szerepet visznek, magukkal ragadni és lelkesíteni tudnak, szemben az örök habozókkal, akik mindenütt nehézségeket szimatolnak. Ha ismerjük ezeket az összefüggéseket, nem csodálkozunk azon, hogy éppen a pyknikus alkatú férfiaknak és nőknek vannak gyakran átmeneti időszakaik, amikor visszavonulnak a nyilvánosságtól, feltűnően elcsendesednek, komoly filozófiai és vallási kérdésekkel bibelődnek. Sokszor gyötirik őket hipochondriás félelmek, emiatt felkeresnek minden elképzelhető szakorvost, ezek azonban a legmodernebb vizsgálati módszerekkel sem találhatnak náluk semmit. Az ilyen állapotokat többnyire a túlságba vitt munka és az idegkimerültség számlájára kell írniuk.

Ezekből az alkatilag megalapozott depresszív állapotokból folyamatos átmenetek nyílnak az úgynevezett depresszív reakció-formákhoz, azaz depressziókhöz, amelyeknek külső okaik vannak. Endogén tényező itt is közrejátszhatik, például azon a módon, hogy a lelkiileg nyomasztó külső eredetű — egzogén — mozzanat különös erővel hat. Hogy valaki egy szomorú vagy kellemetlen élmény következtében lehagolt és deprimált lesz, önmagában olyan reakció, amely a normális pszichológiai jelenségek körébe esik. Úgynevezett depresszív reakcióról csak akkor beszélhetünk, ha a depresszív rossz hangulat abnormisan erős vagy szokatlanul sokáig tart. Ez akkor szokott előlépni, ha valami feldulja vagy fenyegeti az egyéni egzisztencia különösen fontosnak látszó vagy különösen fontosnak érzett alapjait. Érintheti az életet, az egészséget, a szerelmi viszonyt, a becsületet, a vagyont. A nemek lelki sajátosságának megfelelően a férfiaknál főleg hivatási és pénzügyi nehézségek, a nőknél a szerelemmel összefüggő csalódások és konfliktusok váltanak ki súlyos lelki depressziókat. Különösen akkor, ha a lelki ellenálló erőt testi betegségek, terhesség, álmatlanság csökkentették. Elősegítő tényezők az emberi életnek azok az átmeneti fázisai is, amelyek hormonális átálláson nyugszanak: pu-

bertás, férfi és női klimaktérium, kezdődő öregség s ugyanígy az érlelmeszesedéses agybántalmak. Teljesség kedvéért meg kell említenünk, hogy a kezdődő szkizofrénia is nem ritkán a depresszió képében jelentkezik.

Normális mértéket meghaladó reakciók legtöbbször abnormis személyiségeknel, az úgynevezett pszichopatháknál fordulnak elő. Ezek közt is vannak megint külön típusok, amelyek hajlamosak rá, nevezetesen a gyenge akaratúak, puhányok, egyensúlytalanok, aggályoskodók, szentívek és becsvágyók. Depresszív lelki alkathól kiindulva kell megértenünk az úgynevezett honvág-reakciókat is, amelyeknek a törvényszéki pszichiátriában van bizonyos jelentőségük. Szellemileg még kevésbé fejlett fiatal háztartási alkalmazottak, akik azelőtt még nem voltak távol otthonról, felgyújtják gazdájuk házát vagy megmérgezik és megfojtják a reájuk bízott gyermeket, mert a honvág olyan kétségbeesésbe vitte őket, hogy már nem tudnak magukon segíteni és impulzív módon, fontolgtatás nélkül olyan cselekedetet hajtanak végre, amelyetől remélik, hogy nyomban hazaküldik őket övéikhez.

Az öngyilkosság, amelyhez oly sok emberi tragédia fűződik, a legszorosabb kapcsolatban van a depresszív állapottal. Az öngyilkosoknak csupán kis hányada szenved tulajdonképpen elmebajban, amilyen a mániás-depresszív háborodottság vagy a szkizofrénia. Az esetek túlnyomó többségében többé-kevésbé abnormis személyekről van szó, akik lelki depresszióban véletlenszerűen életüknek, mert erősen túlértékelik a pillanatnyi helyzetet. Súlyos depresszióban az öngyilkosságra való ösztönzés és a kétségbeesés oly hatalmas lehet, hogy elmentéses képzetek, vallási és családi kötöttségek elvesztik minden súlyukat. Ez az eset például, amikor egy gyakorló katolikus rózsafüzérrel és feszülettel a kezében lövi agyon magát, vagy az úgynevezett bővített öngyilkosságoknál, amikor az egyén a legkedvesebb hozzátartozóit is magával rántja a halálba. Decurtins elmondja, hogy egyszer egy 36 éves asszonyról kellett olvasni véleményét adnia, akit 13 éves, házasságon kívül született leányának megölése miatt állítottak bíróság elé. Minden szeretetével csün-

gött ezen a gyermekén, voltaképpen az egyetlen lényen, akivel meghitt kapcsolata volt, egy mély depresszióban mégis megmérgezte gázzal magát és gyermekét. Az anyát meg tudták menteni, a gyermeket nem.

Gyakran összefügg az öngyilkosság az egyénnek azzal az alapvető beállítottságával, amely a világ és Isten iránt nyában alakult ki nála. Kitűnik ez már abból is, hogy jelentősen több öngyilkosság történik a nagyvárosokban, mint a mezőségeken, főleg azokon a vidékeken, ahol magas a vallásgyakorló lakosok arányszáma. A vallás fékező befolyását kétségtelenül megállapíthatjuk — mondja Decurtins. Akkor is kérdéses persze, hogy létezik-e valóban úgynevezett „mérlelő öngyilkosságok”, azaz olyan öngyilkosságok, amelyeknek végrehajtója előzetesen hideg ésszel leméri a mellette és ellene szóló érveket. Ha ritka esetekben meg is van a némi valószínűsége ennek, mint amikor például az elkövetett bűncselekmények miatt hosszú szabadságvesztés várható — emlékezzünk csak Ivar Kreuger 1932. évi öngyilkosságára, amely akkora szenzációt keltett — akkor sem szabad elfelejtenünk, hogy az ember önfenntartási ösztöne rendkívül erős, annyira erős, hogy normális motívumokkal aligha nyomható el teljesen. Bár azok az öngyilkosok, akik búcsúlevelet hagynak hátra, többnyire igyekeznek megmagyarázni elhatározásukat, orvosilag és lélektanilag őket is csak úgy érthetjük meg, ha emellett még a normális mértéken túlmenő depresszív reakciót is számításba vesszük.

Figyelemreméltó ebből a szempontból Margarethe von Andics dolgozata, amelyben pszichológiai értékeli száz olyan megmentett öngyilkosnak a vallomását, akiket a bécsi egyetemi elmeklinikán kikérdezett. Az ő következtetése az, hogy fáradt rezignáltságon és általános reménytelenségen kívül az öngyilkossági kísérletet minden esetben a kétségbeesés pillanatnyi elhatalmasodása idézte föl. Értelmetlennek érezték életüket, mert nem találták helyüket a személyi és tárgyi környezetben, elvesztették kapcsolataikat embertársaikkal és hivatásukkal. Andics szerint az élet harmadik évtizede és az agg kor különösen veszélyes, mert ezekben a periódusok-

ban vagy még nem találta meg, vagy már elvesztette az ember ezeket a kapcsolatokat. Az öngyilkosság elhatározását rendszerint a szubjektív és az objektív körülményekben levő nehézségekre kell visszavezetni. A diák-öngyilkosságoknál a családi vagy erotikus konfliktusok iskolai konfliktusokkal keverednek. Az újabb gyermekpszichológiai kutatások szempontjából lényeges Andicsnak az a megállapítása, hogy a szeretetet nélkülöző gyermekség, vagyis amikor a gyermek nem érzi magát otthonosan és védettnek a családban, egyenesen kiérleli az öngyilkosságra való hajlamot.

Ami az elmekörtani therápiát illeti — tér rá Decurtins —, a depresszió legsúlyosabb eseteit aránylag rövid idő alatt meg lehet szüntetni az 1938 óta bevezetett, viszonylag veszélytelen görcs-kezeléssel. A görcsrohamokat, amelyek megfelelnek az epilepsziás görcsöknek, kezdetben egy orvosság, a „cardiozol” befecskendezésével, újabban kizárólag elektromos árammal idézik elő. Ezt az utóbbi kezelési módot nevezik „elektro-sokknak”. Ha megfelelő szerekkel elernyeszítik az izomzatot és narkotikus altatást is alkalmaznak, akkor elkerülhetők a csonttörések és félelmi érzések. A kezelés nyomában járó emlékeztetőkésés csak átmeneti s valószínűleg döntő jelentőségű is a kedvező hatás okából, mert megszakítja a depresszív gondolatmenetek zártkörű forgását. A görcskezelés bevezetésével elejét vették az elmeegógyintézetekben az öngyilkosságoknak, amelyekről azelőtt annyira kellett tartani. Legújában kémiai vegyületeket is felfedeztek és kipróbáltak, amelyekkel sok esetben közvetlenül befolyásolhatjuk a depresszív hangulatot. Az úgynevezett serkentő szerek is jó hatással vannak egyes személyekre: emelik a nyomott hangulatot és kiküszöbölik a depresszív gátlásokat. Alkalmazásuk azonban csak könnyebb és különleges esetekben ajánlatos, mert fokozzák a belső nyugtalanságot és szorongást, ami miatt azután fogyasztásuk szenvedélyé válhatik. Hormonális zavarokkal összefüggő depresszióknál sikerrel használhatók hormonkészítmények. Nem nagyon súlyos depresszív állapotoknál a szokásos nyugtató és altató szerek mellett nem szabad figyelmen kívül hagyni a megfelelő

pszichoterápiás befolyásolást sem, amilyen a szeretetteljes gondozás, mentesítés az elhatározások és döntések alól, bátorítás a munkára és annak könnyítése, hozzásegítés a normális élethez, támogatás a konfliktusok legyőzésében.

Romano *Guardini* „A búskomorság értelméről” szóló értekezését ezzel a mondattal kezdi: „A búskomorság túl fájdalmas valami és túl mélyen nyúl bele emberi létünk gyökereibe, semhogy teljesen át szabadna engednünk kezelését a pszichiátereknek.” Megokolásul a szerző részleteket idéz. Sören Kierkegaard naplójából, akinek lelki egzisztenciáját és vallási problematikáját nem választhatjuk külön az egész életén áthúzódó búskomorságtól. Hasonló gondolatokat, mint *Guardini*, fejez ki a pszichiáter *Ludwig Binswanger* is, amikor ezeket írja: „Egy *William James* melankóliája, ha klinikai szempontból egyezik is, egzisztenciálisan más, 'melankólia', sőt teljesen más 'betegség', mint egy átlag emberé, hogy ne is beszéljünk egy olyan szeniális személyiség ciklikus ingadozásairól, amilyen *Goethe*.”

Az igazság valóban az — írja *Decurtins* —, hogy a depresszió mélyebb értelmét nem ragadhatjuk meg az orvostudomány természetudományos-biológiai kutatási módszerével, mert gyökere és alapja az ember lelki világában rejlik. A búskomorság struktúrájának és összefüggéseinek pszichológiai magyarázata nem elégítheti ki a gondolkodó embert. Előtte ez a betegség nem csak egy biológiai törvénynek szerint végbemenő folyamat, mint valamely testi baj. Különös jelentősége van az egyén számára, mert ennek saját lelki egzisztenciájába nyúl bele és teljes élességében állítja szeme elé az emberi lét kérdéses voltát. Nem csodálkozhatunk tehát azon sem, hogy a depresszió olyan értelemben is módosíthatja a szellemi magatartást és a világnézeti beállítottságot, hogy az ember — személyiségének érésén és elmélyülésén át — az el nem múlt értékek felé fordul. Az az ember, aki súlyos depresszióban szenved, szörnyű realitásként tapasztalja meg az emberi mulandóságot s ebből a mulandóságból a reménytelenség és sötétség lehelete csapja meg. „A búskomorság az ember nyugtalan-

ná válása az örökkévalónak szomszéd-sága miatt, lelkesítés és fenyegetés egyszerre” — jelenti ki Guardini. S valahogy így is van — zárja fejtege-

téseit Decurtins —, úgy elvontan ebben kell látnunk a búskomorság mélyebb értelmét, aminek felismerése a pszichiáter számára is hasznos.

## A KIS ÚT

„Minden jócselekedet együttvéve sem ér föl a szentmiseáldozattal; mert a jócselekedet az ember műve, a mise pedig Istené. Ehhez hasonlítva a vértanúság semmi. A vértanúság az ember áldozata, amelyet élete árán készít az Istennek, a mise az Isten áldozata, melyet saját testéből és véréből készít az embernek...

Mikor Isten az oltárra tekint, ezt mondja: Ez itt az én szeretett Fiam, ki-ben nekem kedvem telik. — Semmit sem tud megtagadni, ha ennek az áldo-zatnak érdemeire hivatkozunk...

Milyen gyönyörű szép is az, hogy Krisztus Urunk az átváltozás után ép-penűgy jelen van itt, mint az égben. Ha az ember jól megértené ezt a titkot, meghalna a szeretettől...

Ugy-e, ha azt mondanák nekünk: Ebben és ebben az órában föl fognak tá-masztani egy halottat, — gyorsan futnánk megnézni. De nem jóval nagyobb csoda-e a halottföltámasztásnál az átváltozás...? Legalább negyedórát kelle-ne fordítanunk az előkészületekre... Meg kellene semmisülnünk a jó Isten előtt az ő mélységes megsemmisülésének példájára, melyet az Eucharisziában lá-tunk. Lelkiismeretvizsgálatot kellene tartanunk, mert a jó misehallgatáshoz a kegyelem állapotában kell lenni...

A szentáldozás után ajánljuk fel neki szeretett Fiát, halálának és szenvedésének minden érdemével együtt. Semmit sem tagadhat meg tőlünk.”

(Vianney Szent János. Monin—Vác: Szól az Arsi Szent. 65—67.)

Valamikor sokszor hallhatta az ember: Én vasárnap kimegyek a nagy természet templomába, ott sokkal jobban tudom az Istent dicsérni, mint a négy fal között. — Ha a nagy természet minden Isten-dicséretét össze-tennénk; a madárdal, a patak-csörgés és a tenger zúgása, a viharok és or-kánok tombolása, a virág-illat, a csil-lagok, a hold fénye vagy a nap ra-gyogása, nem jelent akkora megdicső-ítést a jó Isten számára, mintha egy értelmes teremtmény egyetlen egy-szer mondja: Istenem, szeretlek. — Viszont, ha minden angyal és ember teremtésétől fogva soha nem szűnő időközön keresztül térdenállva imádná Teremtőjét, e dicséret távolról sem közelíti meg a tiszteletet és hódola-tot, amelyet a Szentháromság ölen az örökkévalóság bármely „pillanatában” ad az örök Atyának.

„A mindenség nagy szent dala” min-dig csak véges Isten-tisztelet marad, bármilyen végtelennek látszó világban számunkra megszámlálhatatlan an-gyal és ember zengje is azt. A Másod-ik Isteni Személy, az Ige tisztelete és szeretete az Atya iránt az igazán végtelen, az egyetlen „Istenhez mél-

tó” hódolat és imádás. — E végtelenül értékes istentisztelet a miénk lett a megtestesüléstől kezdve. Nem hiába énekelték az angyalok karácsony éjt-szakáján a glóriát. Azóta mi emberek az Úr Jézus Krisztusban, Vele és Ál-tala igazán végtelen, az Atyához mel-tó és neki minden körülmények kö-zött tetsző hódolatot és dicséretet tu-dunk adni szent Főnségének.

Az Úr Jézus a legtökéletesebb ál-do-zatot a kereszt, a föltámadás és a mennybemenetel egyetlen nagy ál-do-zatában mutatta be. Az ószövetségi ál-do-zatoknál sem csupán az áldozat le-vágása, hanem testének elégetése és verének bevittele a „szentek szentjé-be” is hozzá tartozott a teljesen elégő és a nagy engesztelő áldozathoz. Szent Pál — főként a Zsidókhöz írt levelé-ben beszél legtöbbit az Úr Jézusról, „aki az örök Lélek által önmagát ajánlotta föl szeplőtelen áldozatul I-szennnek”. (Zsid. 9, 14.) Ugyanitt emle-geti legvilágosabban azt is, hogy vé-rének bevittele a mennyekbe, „abba a nagyobb és tökéletesebb sátorba, ame-lyet nem ember keze alkotott” (Zsid. 9, 11.), hozzátartozik az örök Főpap egyetlen áldozatához. — A föltáma-