

A kreativitás veszélyei

A kivételesen tehetséges, kreatív emberek veszélyeztetett személyiségek. Jellemzőjük a problémaérzékenység, ami ráérezteteti őket az emberiség és a társadalom kínos, fájdalmas vagy félelmetes gondjaira, amelyek fölött a civil ember elsiklik vagy észre sem veszi azokat. A problémaérzékenység mellett az érzelmi, indulati hatásokat mélyebben befogadják, sérülékenyebbek. Gyakoribb körükben a hajlam a depresszióra, a hipochondriára, ami azonban nem akadályozza meg őket abban, hogy önártó módon éljenek. Sokan közülük a szokásos mértéket meghaladva élnek önpusztító szerekkel, alkohol, dohányzás, drog. A szélsőséges kedélyállapot sok nagy művésznél szinte foglalkozási betegsége.¹

Az érzékelhető, hogy a kreatív ember konfliktusos, kétféle erő harcol benne, egyik a mindennapi megélhetésre és boldogságra törekvés, másik a kíméletlen kreatív erő hajszolása, mely sokszor eltörli az előbbit. Ebből olykor tragikus sors lesz, ami nem a végzet keze, hanem a teherbírási és az alkalmazkodási hiányossága. Olyan ember ő, aki nagyobb terhet cipel, mint a közönséges halandó. A tudattalanból úgy törhet elő az alkotó folyamat, erősen és öntörvényűen, hogy magával ragad testi, lelki egészséget, hétköznapi boldogságot.

A mi Arany Jánosunk önmagát „túlérző fájvirág”-nak titulálta, neuraszténias, túlérzékeny, fáradékony, szorongó volt, amit ma a-típusos depresszióknak mondanánk, és gyakran küzdött alkotói válsággal.²

Madách Imre a depressziós személyiség minden jellegzetességét mutatta: pesszimista, kedvetlen, humortalan, passzív, határozatlan, panaszkodós, borongó, szinte mindennek a rossz oldalát élte át, majdnem örömét lelta a kudarcban. De az ihletettség mániákus jeleit is mutatta a kedvére való – például irodalmi tevékenységek – során.³

Vörösmarty Mihály szélsőséges kedélyű és depressziós állapotában különösen sokat ivott. A magyar szabadságharc bukása után nagyon keserves és sötét a kedélyállapota, ez időben már betegnek mondható. Rangos irodalmárok (Schöpflin A., Szerb A., Vas I.) azt írták róla, hogy idős korában közel járt a téboly megszűnéhez, az amúgy nagy tudású Babits azt mondta *A vén cigány* c. versre, hogy „Ez a vers egy örült verse”. Ezzel a véleménnyel nem lehet egyetérteni, a vers egy feldúlt lélek, de ép kreatív szellem alkotása.⁴

Ady Endre verseit a borozás segítette kicsiholni véréből, zsigereiből, agyából. Ady szerint számára többféle mámor van a bornak, az egyik, mint mindenkit, feltűzel, fölmelegít. A másik a hajnali föl-fölbredések, az a különös nyugtalan figyelem, mikor képesek vagyunk a legtávolabbi ideák összekapcsolására, majd este a művész-érzés, a legnagyobb emberi érzékenység, ez már nem az alkoholtámor, hanem az idegek bűvészműtávjánya. Ilyenkor kénytelen újat mondani, még ha nem is akar, patológikus kényszer-parancs olyan lelki bukfenckre készíteti, amin maga is elámul, mikor utólag elolvassa, amit leírt.⁵

Nála is jelentkezett a félelem az alkotóerő elvesztésétől, a neuraszténia, az ideges hipochondria, az önpusztító tendenciák, Lédával közös öngyilkosságot terveztek. Maga kétszer kísérelt meg öngyilkosságot, mindkétszer gyógyszerrel.

Az orvosi állásfoglalás egyik érdekes példája Ady Endréhez fűződik, aki 1913-ban Ferenczy Sándor pszichiáterhez fordult, de Ferenczy nem vállalta a kezelését. Azt mondta, ő lángészhez nyúlni nem mer, amit a természet ilyen módon teremtett remekbe – ahol a betegséget is átforgalmazza, a maga módján, alkotó képességgé –, ott az orvos ne kontárkodjon a belső dolgokba.⁶

Szaporíthatnánk bőven a kreatív emberek példáit veszélyeztetett személyiségükről, ami természetesen nem magyar sajátosság. Angol nyelvterületen végzett vizsgálatok kiváló írókra és képzőművészekre terjedtek ki, bizonyos vizsgálatokban az átlag populációhoz mérten 38%-uk volt olyan kedélybeteg, akik orvosi kezelésen is átestek, költők esetében 50% az arány. Egyértelmű volt körükben a mániás-depresszió gyakorisága. A kultúrtörténet sok ismert nagysága volt szélsőséges kedélyállapotú: Balzac, Berlioz, Blake, Byron, Dickens, van Gogh, Gorkij, Handl, Hemingway, Klimt, Luther Márton, Munch, Poe, Schumann, Mark Twain, Walt Whitmann, Tennessee Williams, Virginia Woolf.

Edward Munch, a festő, az expresszionizmus egyik jeles képviselője és megteremtője az önpusztításnak és kedélybetegségnek minden ismérmeivel rendelkezett, jó pszichiáttere lehetett, meggyógyította. Csakhogy ez után Munch már soha többet nem tudott olyan erős hatású képeket festeni, mint korábban.⁷

Federico Fellini filmrendező lejegyezte álmait, rajzolt és képeket is festett ezekről, álomkönyvét Christian Gaillard elemezte. Azt írja többek között Gaillard, hogy oldalról oldalra követhető volt, hogyan harcolt Fellini kreativitásának veszélyeivel. A kétségei, az aggodalmaskodása, a tehetségébe vetett bizalom megingása gyötörte, mint az is, hogy a kreatív munka ritmusa hullámszerű. A termékeny időszakokat természetlenek követhetik, kiszárad a szellem, alkotóképesség jön, ami rémisztő, és ilyenkor betörhet a depresszió. Fellini sikeres volt, mégis rátört olykor a depresszió. A siker sajnos nem biztosíték arra nézve, hogy bárkit is megment a kreativitás veszélyeitől.⁸

Személyes pszichológusi munkámban néhány különösen tehetséges pácienset kikérdeztem afelől: mit tapasztal saját kreativitásának esetleges veszélyéről? Összefoglalva mondandóikat, arról számoltak be, hogy egyszer csak jön egy pillanat, mikortól már szinte droggá válik az alkotás. Mániákusan keresik a lehetőséget és az időt kreatív munkájukhoz, mindent, amit nem

erre a feladatra fordítanak, azt értelmetlen, buta időpazarlásnak érzik és elhanyagolják. Beleértve olykor a táplálkozást és a pihenést. Tudják vagy sejtik, hogy ezzel az attitűddel társas környezetüket és saját egészségüket rombolják, olykor emberi kapcsolataik és intim életük is megszenvedí droggá vált alkotói kényszerüket. Keserű példák előttük azok a művészek, többek között Van Gogh, akik elmenekültek az emberek elől és a világból.

Ezzel a „megszállottan drogos” alkotói állapottal együtt járhat a világ jelenségeinek meg- és túlfigyelése. Csak hogy társas környezetünk nemigen szereti, ha tanulmányozandó élőlényeknek tekintik őket, talán még utálhatják is, ha ezt érzik ki a művész magatartásából. Jellemző erre az eset, ami Simon de Beauvoire-ral történt. Egyszer jegyzetfüzetével ült be egy zártkörű, páros- és csoportsexre szervezett klubba, csak üldögélt a nyugágyban, maga is lenge ruhában, jegyzetett, figyelte a medence szélén és a vízben hancúrozókat. Mígnem két meztelen Adonisz szó nélkül hozzá lépett, nyugágygal együtt fölemelték, kivitték a klubból és letették az előcsarnokban.

Akár a túlhasznált akkumulátor, lemerül a lélek, kimerül a szellem. Szentkuthy Miklós írói életében volt egy szakasz, amikor mindenki elől elzárkózott, mély letargiába esett, deprimált lett, sirógörcsök kínozták, nem bírt kikapaszkodni az alkotói válság és kimerültség mélységes verméből. Önértékelése nullára csökkent, a regényírás galaktikus távolságra volt tőle. A vanitatum sikertelene érzése gyötörte, egész életművét feleslegesnek, hiábavalónak látta. A kezelés teljesen sikertelennek látszott. Évek múltán mégis hirtelen eltávozott a betegség, visszatért a természetes lelki állapot és munkavégzés. Minden valószínűség szerint a lélek kipihente az évtizedeken át tartó hajszolettságot, a láthatatlan akkumulátorok feltöltődtek.⁹

Az analitikus pszichológia *autonóm komplexnek* nevezi azt az alkotói folyamatot, amely elkülönült részként kivonódik a tudat hierarchiája alól, esetleg zavarja a tudatos folyamatokat.

„A művészek gyakorlati analízise során mindig újra és újra megmutatkozik, milyen erősen tör elő a művészi alkotófolyamat ösztöne a tudattalanból, s mennyire szeszélyes és öntörvényű. A nagy művészek életrajzai már régen bebizonyították, hogy az alkotás iránti készletés néha oly hatalmas, hogy szinte minden emberit magához ragad és a mű szolgáltatába állít, még az egészséget és hétköznapi boldogulást is. A meg nem született mű természeti erőként lakik a művész lelkében, amely vagy zsarnoki erővel, vagy a természet céljának finom cseleivel érvényesül, mit sem törődve annak az embernek üdvével és fájdalomával, aki a teremő erő hordozza.”¹⁰

Az egyik alkotó azonnal engedelmesskedik az autonóm komplex hajszolettsának, a másik idegennek érzi és ellenáll. C. G. Jung a létrehozott alkotásokkal kapcsolatban azt mondja, vannak művek, amelyek szinte rátukmálják magukat a szerzőre, kezét szabályosan elragadják, tolla olyan dolgokat ír le, amin maga is csodálkozik. Közben a kreatív ember szelleme tanácstalan, szinte üres, de áramlanak a képek és gondolatok, melyeket nem akarattal hozott elő. El kell ismernie, hogy legbensőbb természete nyilvánult meg, ám ezeket, ha rajta múlik, nem mondta volna ki. Időlegesen mintha idegen hatalom irányítaná.¹¹

Erre a jungi gondolatra rimel az amerikai író, Norman Mailer vallomása. Úgy tapasztalja Mailer: az ember felébred reggel, elkezd írni, és észreveszi, hogy amit ír, az olyasmi, amire nem is gondolt. Úgy tűnik, az ember legjobb írásművének nincs kapcsolata azzal, amit éppen gondol, amin tőri a fejét. Van egy tudattalan folyamat, ami az ember álmában zajlik tovább. A munkát akkor végezzük, amikor alszunk, és az írás fegyelme azt jelenti, hogy nem engedünk beavatkozást a tudattalan által végzett alkotó tevékenységbe. Mailernek ezek a gondolatai egy bostoni bírósági tárgyaláson hangzottak el, ahol Williams S. Burroughs *Meztelen ebéd c.* könyvéről kellett nyilatkoznia. Ezt a könyvet be akarták tiltani, obszcénnek tartották. Norman Mailer a bírónak kívánta megvilágítani az alkotás folyamatát, többek között elmondta William S. Burroughsról, hogy a kábítószertelenségét felajzotta, tűzbe hozta, miközben sérült is. A könyv, amit be akarnak tiltani, a szerző által átélte mély tapasztalás, az a különleges megpróbáltatás, amely ennek az embernek az életében kijutott.

Williams S. Burroughs egyike azoknak, akik valóban áldozatai saját tehetségüknek és a veszélyes kreativitásnak. Könyve iszonyatos élményeket mutat be, belső képeket, fantáziákat, drog okozta örületeket és a drogba belemocskolódtott emberi roncokat, ezek egyike volt a könyv szerzője. Az obszcenitás vádjá és tárgyalása során mégis azt mondta az egyik író tanú, hogy ez a könyv vallásos könyv. Noha a drog volt a beteg szerző eszköze, ő akkor is vallásos író. Könyve a lélek pusztulását érzékelteti, annak megjelenítése, hogy *miképp cselekszik az emberiség, ha elvált az örökkévalóságtól*. Pontosan leírt visszatérítő eseményeket maró szókészlettel társítva, minden komoly tárgyat a legdurvább tapasztalat savával mar szét. Fölkelti az emberekben, az olvasókban a pokol rémségeit, fejbevá, mert kimondja, mi vár rájuk a pokol keservei között.¹²

Ha valakinek tehetséget ad az Isten, korbácsot is ad hozzá, a korbács kizárólag önostorozás-ra szolgál – Truman Capote mondata ez, ami pontosan illik szegény Burroughs-ra.

A kollektív tudattalan szokványos körülmények között nem tudatképes, nem valami elfojtott vagy elfelejtett tartalom, és nem lehet felidézni úgy, ahogyan az emlékeket. Nem más, mint lehetőség, veleszületett elképzelések lehetősége. Csak a befejezett alkotásokból tudunk visszakövetkeztetni tartalmukra, az ősi képekre, az archetípusokra. Ami lehet ember, démon, alak, folyamat stb., ami megérint. Ezeket a kreatív tett lefordítja a jelen nyelvére azzal, hogy formába önti. Ez társadalmi tett, mert így mindenki számára hozzáférhetővé válik visszatérni az élet ősi forrásához. A művész és más kreatív ember számára a nonkonformizmus áldás és előny, így maradhat távol a nagy utaktól, amin mindenki közlekedik, elcsalinkázhat, elbolyonghat, így találhat új dolgokat, és olyanokat, amik a többieknek hiányoznak anélkül, hogy erről a hiányról tudtak volna.¹³

Amikor a kreativitás veszélyeiről, elsősorban a művész emberről gondolkodunk, szeretnénk itt kiemelni két markáns veszélyzónát. Ezek egyike az *agresszió-önagresszió*, a másik pedig a személyiség jungi értelemben vett *Árnyéka*.

Az analitikus pszichológiában a C. G. Jung által megalkotott személyiségkonstrukción van egy sajátos eleme: az Árnyék (Schatten). Ez a személyiség alsóbbrendű része, benne minden olyan személyes és kollektív pszichikus diszpozíció, amelyeket nem élünk meg. Azért nem, mert azok összeegyeztethetetlenek a tudatosan vállalt életformánkkal, és amelyek viszonylag autonóm részszemélyiséggé szerveződtek a tudattalanban. Az Árnyék kompenzálovan viselkedik a tudat irányába, hatása lehet pozitív vagy negatív. Ha figyelmen kívül hagyják vagy elnyomják az Árnyékot, netán identifikálják az énnel, az veszélyes disszociációkra vezethet. Az ösztönvilághoz áll közel, ezért folyamatosan figyelembe kell venni.¹⁴

Az Árnyék olyan lélekrészünk, amelyről nem akarunk tudomást venni, elutasítjuk, elfojtjuk, olykor utáljuk. Ha nem is egyértelműen negatív figura, de rendszerint primitív, zavaros, rendezetlen, piszkos, ordenáré, nem alkalmazkodik. Ráadásul nem tudjuk mindig féken tartani. Előfordul, hogy amikor kiborulunk, az Árnyék elszabadul, felborítja az önfegyelmet, a tudatalatti struktúra veszi át a vezénylest, a cselekvést (acting out), majd ezek után, amit az Árnyék realizálódott, visszaáll az egyensúlyi állapot.

Ha alkotó az ember, különösen ha művész, akkor a személyiség jungi értelemben vett Árnyéka számára különös jelentőséggel bír. Hiszen az Árnyéknak elévülhetetlen érdemei vannak. Az egyik az, hogy irányt ad a vágyaknak. Ha tudjuk és merjük tudatosítani vágyainkat, a bevallottakat és a titkosakat is, akkor talán tudunk következtetni saját Árnyékunk arcára és tartalmaira. A másik érdem az, hogy a Perszónával együtt a kétpólusú feszültség energiát hoz létre. És az alkotáshoz sok energia kell. Jung szerint: „*Faust, az ostoba, gyanútlan filozófus összeütközésbe kerül a maga sötét oldalával, a tulajdon, félelmetes árnyékával, Mefisztófeléssel. Tagadó természetével ellenére Mefisztófelész tulajdonképpen az életerőt képviseli a kiszikkadt tudással szemben, aki már az öngyilkosság határán áll.*”¹⁵

Am az Árnyék energiája szét is tépheti a személyiséget. Például akkor, ha az energia nem talál magának jó utat a megvalósuláshoz, a kiteljesedéshez. Ezzel kapcsolatban a művészterápiának fontos kérdése lehet, hogy tudatos énként milyen mélyen menjen bele az Árnyékba, és mennyire vállalja fel annak tartalmait.

Lehetséges, hogy a sötét és szennyes Árnyékunk elzárja az utat a lélek fejlődésének emelkedett, magasztos tájai előtt. Ezért van, hogy vallási rendszerekben a megtérés a lelkiismeret-vizsgálattal kezdődik, vagyis az Árnyék tudomásulvételével, és amennyire egyáltalán lehetséges, tartalmának feltárásával. Majd a bűnbánattal folytatódik, ami felfogható az Árnyék „leszerelésének”, a vele való kiegyezésnek. Az analízisben pedig az Árnyék feldolgozása a megfelelő indulás a terápiához. Voltaképp az Árnyékba sűrítettük letagadhatatlan ősi állati lényünket, ennek olyan „cselekedeteit”, amelyeket valaha, a ködös múltban természetesnek tartottunk, de emberi fejlődésünk során elhagytunk (emberevés, incesztus, emberölés). Ha valaki ezeket mégis elköveti, azt ma véteknek tartjuk és a társadalom törvénnyel bünteti.

Lehetnek egyének, csoportok, akik ellen erős ellenszenvet érzünk, erre, ezekre vetítjük rá az Árnyékunkat. Ez a projekció a belső, Árnyék-adta feszültségünket csökkenti, így pszichés megkönnyebbülést hozhat. Jeles önismereti szempont lehet itt az, ha meggondoljuk: kit, kiket utálók a legjobban? Valószínűleg ők azok, akik az Árnyékunkra emlékeztetnek. Valószínűleg a fehér ember Árnyékát alaposan felhízta a tudattalanban az, hogy a Politikailag Korrekt beszédet és magatartást szinte kötelezővé tették. Elterjedt ennek társadalmilag az erőszakos megkövetelése, valamint az ugyancsak kötelezővé tett multikulturális felfogás. A fehér ember, ha akarja, ha nem, rákényszerül bizonyos egyének, csoportok iránti ellenszenvét eltüntetni, elnyomni. Ezek csupán véletlenül vagy acting out csatornákon át enyhülhetnek.

Az Árnyék szemlélfelhető különféle aspektusból, a kellően gazdag önismerettel rendelkező személy számára ez érdekes út lehet az önfeltáráshoz. Árnyékának három aspektusát elemzi Erel Shalit, ezek: az Ellenség, a Kripli és a Koldus, érdekes beszámolót ír erről Howard Hamburger.¹⁶ Az én egyik kliensem a maga Árnyékát a következő aspektusokból szemlélte: az Agresszív, az Önpusztító, a Dicsőség-hajszoló.

Az archetípusok közül a Hős archetípusával analóg a művész archetípusa. Ahogyan a Hős bejárja a maga útját, harcol, sérül, gyógyul, megment másokat, bukik, feláll, meghal, hivatását megszenvedti és beteljesíti, mindezek az erős és dinamikus élethullámok nem csupán a Hős, hanem a művész küldetéséből is következnek, nála is hasonlóképp megjelennek. A Hős addig hős, amíg az Árnyéka színezi, szennyezi, feltűzeli, felidézi a veszélyt, amin a Hős felülkerekedhet, a harcot, amit megvívhat, a gyengeségeket, amiket ki kell bírnia, meg kell szenvednie, hogy meglegyen tudatos jutalma, amely megnöveli a lélek mélységét, és ez kincs. Hasonlóképp van a Művész is. Addig művész, amíg az Árnyék színezi, mocskolja, szennyezi, enélkül nincs veszedelem benne és körülötte, amin felülkerekedik, nincs harc, amit megvív magával vagy a világgal, sem gyengeségek, bűnök, amiket megszenved, nincs a tudatnak jutalma, ami növeli művészetét, nem lesz a léleknek mélysége, ami kincs. Az Árnyék szennye nélkül csupán bájos és giccsbe hajló kellemesség születik a művészi kreativitásból, ami valami, de ritkán mondhatjuk művészetnek.

Nemcsak a mitológiai, illetve az archetipikus Hős veszélyeivel analóg a művész veszélyeztetettsége. A gyógyító, a varázsló Sámánnal is van analógia. A Sámán úgy dolgozik saját Árnyékával, hogy előbb feldarabolódik. Ez valójában kontroll alatt tartott extázis folyamat, melynek során a Sámán identitása szétesik, majd a szétesés és gyógyítás vagy varázslás után ismét összerendeződik. Az alkotó művész is olykor szétarabolódik, átvitt értelemben szét-

szórja, átadja, felgyűjtja magát, máskülönben nem tudna katarzist kiváltani. Terhelhető, erős idegzetre van ehhez szükség. A Sámán kiválasztásához voltak jelek, ilyen az egy kézen hat ujj (a költő Ady Endre is hat újjal született). Am, hogy a terhelhetőséget miképp állapították meg, foglalkoztak-e ezzel egyáltalán, azt nem tudom.

A közösség és a közösségek Arnyéka rendszerint keres magának egy kiválóságot, aki őt, a közösséget, illetve a kor jellegzetes problémáját ki tudja fejezni. Friedrich Dürrenmatt *A fizikusok* c. drámájában a modern tudomány világnézeti csődjéről beszél, a felelősség elől a bolondokházába menekülő tudósokról. Oda vonulnak vissza, nehogy zseniális találmányaik embertársaik ártalmára legyenek. Látják, hogy a politika felhasználhatja találmányaikat embertelen célok szolgálatában, a tudósok gondolatai így robbanóanyagok, csak a bolondokházában szabadok, szabadon itt gondolkozhatnak. A közösségi tudattalan Dürrenmattot választotta, hogy az író a közösség valós rettenetét kifejezze – a dráma szereplőin keresztül. Ugyanakkor ebben az alkotói folyamatban az író a maga Arnyékát szublimálja azzal, hogy sötét oldalát kifejezi, kiéli, még hozzá úgy interpretálja, hogy a társadalom számára is hasznos, jobban megérthető, segít szembenézni a valósággal.

A terhelhetőség egyike a kulcskérdéseknek nemcsak a Hős, a Sámán, a Művész, hanem valamennyi kreatív ember életében. A zseni-őrült „rokonság” csupán hiedelem, a zseni nem őrült, de az biztos, hogy nagyon érzékeny személyiség és sérülékeny. Több problémát lát, kényszerül szinte azok felfogására, megemésztésére, nagyobb rajta a teher, mint a köznapi emberen, nagyobb tűrőképességgel, terhelhetőséggel lenne jó rendelkeznie, hiszen teste, lelke, szelleme nagyobb kopásnak, veszélynek van kitéve.

Ezzel már az önpusztítás közelébe értünk, a művész önmaga kíméletlen, sőt agresszív, önagresszív felszámolásához. Mivel ő érzékenyebb, így erősebben frusztrálják a személyes és társadalmi konfliktusok. A frusztráció pedig agressziót kelt. A szabadságharcok bukása, a háborúk veszteségei és nyomora után a civil lakosság előbb-utóbb visszatér köznapi életéhez és gondjaihoz, a művész még sokáig kínlódik. Vörösmarty Mihály *A vén cigány* c. verse megrendítően mutatja ezt a frusztrált állapotot. Fájdalmas föleleveníteni azt a színhagyomány útján terjedő hírt az ötvenhatos magyar forradalom bukása után, miszerint a magyar írók egy csoportjában azt javasolta valamelyikük: minden héten legyen öngyilkos közülük valaki. Így hívják fel az ENSZ figyelmét a szovjet megszállás igazságtalanságára. Az önagresszió az a látványos formája utólag, évtizedek múltán is mehökkentő, sajnos fogékonyak rá a frusztrált művészek.

A magyar nyelvben az agresszió szónak a holdudvara és csengése nem jó, inkább pejoratív. A közbeszéd és olykor a szakmai nyelv is negatív értéktartalommal ruhazza fel. Érdemes megtisztítani ezt a fogalmat az előítélettől, gondolkozzunk róla előjelek nélkül. Az agresszió: minden kezdés energiája. Aggredi (latin) nekifogni, hozzálátni, megragadni. A teremtéstörténet a természettudományban is a Nagy Bummal kezdődik. Minden kezdethez, még a pelyhes csirke tojásból kikeléséhez vagy a tavaszi rügyek kipattanásához is kell a kezdő energia. A szülés és a születés agressziós folyamat. Ha akarunk valamit tenni, létrehozni, művészként vagy civilként, el sem lehet kezdeni bizonyos mértékű agresszió nélkül. Ami lehet nyílt vagy mélyen elrejtett, mindenképp az a döntő, ahogyan az ember kezeli saját agresszióját. Ahogyan szublimálja, ahogyan felhasználja, jó esetben beledolgozza a létrehozandó opuszba, rossz esetben önmaga ellen fordítja.

Az első kérdés az, hogy alkotásának folyamata egyáltalán beindul-e, más szavakkal mondván: át tudja-e helyezni a művész az agresszió keltette energiáit a kreativitás mezőire, és bele tudja-e dolgozni a produktumba. Vagy pedig az agresszió ereje visszaáramlik az alkotóba, az agresszió keltette energiákat és belső elválasztású nedveket lenyomja a testébe, és ezzel fizikumát megbetegíti. A másik aspektus az, hogy az alkotás folyamatában az alkotó személyisége növekszik-e vagy felőrlddik, és önrombolás, önpusztítás lesz belőle.

A kreatív ember különféle minőségű agresszióval veselkedhet neki a „teremtésnek”. Mars, a háborúk antik istensége, ő az agresszió férfias aspektusa és archetípusa. A Mars őselv kicsapódása minden harc, minden háború. De ez a harci erő munkál a családi harcokban is, nem az elkerülhetetlen vitákra, egyezkedésekre gondolunk, hanem amikor a hosszan szőnyeg alá söpört, elleplezett elégedetlenségek felrobbannak. Amikor minden recseg-ropog, csak reménykedni tudunk, hogy a felek nem irtják ki egymást. Az agresszió férfias aspektusát jellemzik: a bátorság, a forróság, az áthatoló erő, a kitartás, a küzdőképesség. E minőségek hiányában aligha jöhetett volna létre Madách Imre műve, vagy Richard Wagner *Ringie*, sorolhatnánk a nagy és kis opuszok seregét. De ez is elegendő, hogy elképzeljük: a művek megszületéséhez mennyi forró indulat és érzelem kell, intellektuális bátorság, szellemi energikusság, rámenősség, küzdőképesség a saját korlátokkal, a szellemi kifáradással és a külvilág ellenállásával, hogy végül megszülessen és a közönség elé kerüljön a produktum.

Ha pedig a felsorolt Mars-i minőségek hiányoznak, netán az ellentétük van jelen valakiben, a gyávaság, a hidegség, és hiányzik az energikusság, a rámenősség, a küzdőképesség, akkor bizonyára csupán ábrándozni lehet az alkotásról.

Az agresszió másik, a női aspektusa plútói. Plútó az alvilág ura (a rómaiaknál Hádész). Óriási birodalom királya, övé a Holtak Birodalma, az antik mitológia szerint aki meghal, hozzá megy, ott fogják őt megítélni. A plútói agresszió nem látványos, nem nyílt, mint a marsi, ez utóbbi nyíltan, katonásan vív, „gyere ki a hóra!”, „szétkapom a pofád”, mondja a kocsmatöltelék vitapartnerének, és ebből mindenki előre láthatja, miféle agresszió várható. A plútói agresszió más. Homályos, rejtett, máskor egyenesen sötét és látványosság nélkül, titkosan zajlik. Az emberrablás tipikusan plútói agresszió. Az emberrablás egyik őstípusa Persephoné elrablása,

aki a tengerparton játszik társaival. Az alvilág ura, Hádész elővágta a mélységből fekete fogatával és elviszi magával. A lány anyja, Démétér, a magvak és növényfélék istene, telesírja az eget, a földet. Nem leli a lányt. Keserűségében megparancsolja a magvaknak és más növényeknek, hogy ki ne keljenek, amíg nincs meg a lány. A Föld emberei már szinte éhen vesznek, amikor Zeusz végre segít, megalkuszik az anyával, hogy Perszephoné az év bizonyos részét idefenn töltheti az anyjával, ilyenkor kivirágzik a természet, az esztendő más szakaszát pedig a mélyben, Hádész birodalmában tölti, és akkor idefenn alszik a természet. A plútói agresszió tele van kacskaringókkal, buktatókkal, összetett, rejtélyes és ravasz.¹⁷

Az agresszió az alkotás egyik forrása, lehet marsi agresszió, a férfias vagy a plútói agresszió, a nőies, és a kettő keveréke, vagy változtatott alkalmazása. A szublimálás konstruktív lehetősége ez. Árnyék személyiségünk jó szolgálatot tehet ebben a folyamatban.

A kreatív ember az életrajza szerint lehet jovialis kisember, derék polgár, drogos, örült, deviáns, neurotikus vagy szent, ezek csupán információk róla, ám a létrehozott alkotások szempontjából nem ezek a fontosak. Amelyek fontos adottságok a kreativitáshoz, azok közül a mentális tulajdonságokról meglehetősen sokat tud a lélektan. Sajátos terheket raknak a művészre és a tehetséges emberre a kreativitás mentális jellemzői: *a divergens gondolkodás, az originalitás, a fluens és a flexibilis képzettársítás*. De bármily ügyesen gyűjtögetjük a mentális tulajdonságokat, maga az alkotás lényege transzcendens jelenség. A teremtő erő transzcendentális, olyan, akár az akaratszabadság. A pszichológia a kreatív embert csak leírni tudja, de lényegében nem igazán érti. Tisztelni tiszteli, Sigmund Freud a szépirokat értékes kollégáknak tartja, akik olyan forrásokból merítenek, amiket a tudomány még nem tett hozzáférhetővé.

Elhangzott a budapesti Kongresszusi Központban, a II. Művészetterápiás Világkongresszuson, 2011. augusztus 31-én.

JEGYZETEK

- 1 Dr. Czeizel Endre, *Aki költő akar lenni, pokolra kell annak menni? Magyar költőgénuszok testi és lelki betegségei*. Budapest: GMR Reklámügynökség DTP: Sticker, 2001, 268–293.
- 2 I. m. 67.
- 3 I. m. 93.
- 4 I. m. 47.
- 5 I. m. 102.
- 6 I. m. 112.
- 7 I. m. 291.
- 8 Christian Gaillard, *Taking Wing and the Ordeal of Immersion: Reflections on Federico Fellini's „Il Libro dei sogni”*. Rizzoli, 2007. *Le livre de mes rêves*. Paris: Fammation, 2007, *The Book of Dreams*. New York: Rizzoli, 2008. In: *Jung Journal, Culture and Psyche*, Spring 2010, Vol. 4., No. 2., 49–50.
- 9 Fekete J. József, *Elmélet helyett: koreográfia. Újabb Szentkuthy-olvasatok*. Budapest: Cédrus Művészeti Alapítvány – Napkút Kiadó, 2010, 22.
- 10 C. G. Jung, *A szellem jelensége a művészetben és a tudományban*. Budapest: Scolar Kiadó, 2003, 72–73.
- 11 I. m. 70–71.
- 12 William S. Burroughs, *Meztelen ebéd*. Budapest: Carthaphilus Könyvkiadó, 2010, 11–14.
- 13 C. G. Jung, i. m. 78–80.
- 14 C. G. Jung, *Emlékek, álmok, gondolatok, Följegyezte Aniela Jaffé*. Budapest: Európa Könyvkiadó, 1987, 441.
- 15 I. m. 285.
- 16 Howard Hamburger, *Shadows and Interpretations*. Review of *Erel Shalit: Enemy, Cripple and Beggar: Shadows in the Hero's Path*. Carmel, California: Fisher King Press, 2008. In: *Jung Journal, Culture and Psyche*, Fall 2010, Vol. 4., No 4., 82–84.
- 17 Rüdiger Dahlke, *Az agresszió mint esély*. Budapest: Bioenergetic Kft., 2004, 36–78.



三
一
二
一
K