

A mártírok dédunokái

– A holocaust hatása 50 év után –

A tízéves *Palkó* nagyon szereti a nagymamáját. Ha szüleinek esti programjuk van, barátaikhoz vagy színházba mennek, ő vigyáz rá. A nyári iskolai szünetben két hetet mindig együtt töltenek. *Palkó* egyszer csak rádöbbedt, hogy édesanyja soha nem beszél a saját nagyszüleiéről.

A nyolcéves *Zsófi* szüleiivel együtt közös lakásban lakik a nagyszülőkkel. Ő is, *Palkó*hoz hasonlóan, „fehér foltra” bukkant, ha rákérdezett édesapja gyermekkorára, nagyszüleinek történetére. Apjának nincsenek emlékei nagyszüleiéről. A nagyszülők múltja, tragédiája e két családban, mint a legtöbb magyar zsidó családban, elhallgatott titok.

Sorolhatnám a hiányzó dédszülők történetét, de az említett két példa talán elegendő annak érzékeltetésére, hogy a holocaust, a vézskorszak tragédiája, az 50 éve történt emberirtás korszaka szinte karnyújtásnyira van a ma élő, több mint 40 évvel a háború befejeződése után született gyermekek életétől.

Mint pszichológus, 1982-ben találkoztam először az úgynevezett harmadik generációs holocaust-szindrómával.

Emese tízéves cigány kislány, asztmás köhögés miatt került terápiába. Egy korábbi álmáról így számolt be: „Egyszer rosszat álmodtam a kórházban. Éjjel volt, későn tudtam elaludni. Féltem, anyával együtt lágerbe vittek, és jött Hitler, és azt parancsolta a katonáknak, hogy vessenek a tűzbe. Hirtelen felébredtem – akkor még engem nem öltek meg, mert hallottam anyukám sikítását, és befulladtam és kaptam két spray-t.” Kérdésemre, hogy mit tud Hitlerről, a következőket mondta: „A lágerbe Hitler vitte el a zsidókat.” A nagymama mesélte, mikor *Emese* látott egy filmet és utána megkérdezte, hogy igaz-e, ami a filmben volt. A nagymama azt mondta, igaz. „Az embereket a Duna szélére állították, lenyírták a hajukat. Mama azt is mondta, hogy még rohadtabb dolgokat is csináltak. Csillagot tettek ide nekik a szívükre.”

A nyolcéves *Dávid*dal azért keresett fel édesanyja, mert bár igen jó képességű gyerek, iskolai teljesítménye nagyon gyenge. Már első beszélgetésünk alkalmával *Dávid* elmondja a „világ legrosszabb álmát”. Álma a horogkeresztesekről szólt: „A horogkeresztesek nagyon csúnya emberek voltak, nem a szívükben, hanem a csúnyságukban.” Álmában egy csontváz jött felé, mellén egy szaggatott fekete anyag volt, és annak a közepén volt a horogkereszt. „A zsidókat és az ártatlan embereket bántották. Nagyon csúnyán bántak velük, a zsidókat szolgálókká akarták tenni.” *Dávid* álma elbeszélése közben horogkereszteket rajzolt. Anyját érthető módon nagyon nyugtalanná tette *Dávid* rajza. Jelezte, hogy az iskolában is gyakran firkál horogkeresztet a füzetébe, könyvébe. *Dávid* – persze figyelte, amiről beszélgetünk – közbeszólt és váratlanul kijelentette, hogy az ő kis jelecskéje egy

nagyon szép jel, de ahogy lerajzolja, hirtelen mindig úgy érzi, hogy azonnal el kell tüntetnie ezt a jelecskét. De abban a pillanatban, hogy eltűnteti – azaz átfirkálja –, megint le kell rajzolnia a „jelecskét”. Vágya, hogy rajzoljon – majd az öncenzúra, hogy eltüntesse rajzát –, teljesen lekötötte a figyelmét. Így már első találkozásunk alkalmával megjelent előttünk iskolai figyelmetlenségének oka: belső harca kötötte le figyelmét, ezért nem tudott a tananyagra figyelni. Szerencsére Dávid tanító-nője nem bélyegezte meg a gyereket; abban az iskolában, ahová járt, nem volt titok a tantestület előtt, hogy Dávid zsidó vallású. Ők javasolták a szülőknek, hogy keressenek fel egy pszichológust. Így kerültek hozzám.

Dávid horogkeresztrajzainak megértéséhez ismernünk kell családi körülményeit. Szülei elváltak nem sokkal azelőtt, hogy ő elkezdte ezt a rajzolást. Több alkalommal megfigyeltem, hogy a régi, fájdalmas emlékek nem mindig jelentkeznek a tudatban egyforma erővel. Egy-egy, a jelenben zajló traumás esemény hatására felerősödhetnek. Így történt Dávid esetében is. A világ legrosszabb álmában csúnya emberek szerepeltek. Álmának kettős értelme bontakozott ki előttünk. Nyíltan nem tudta elmondani, hogy milyen csúnya dolog, hogy szeretett szülei elváltak, de álma egyben utal arra a szörnyű műltra, melyet nagyszülei mindkét ágon valóban átéltek. Ahogy őt bosszantották szülei a válással, úgy bosszantotta Dávid a szüleit a horogkereszt rajzolásával. A beszélgetés során bontakozott ki az 1986-ban született gyermek esetében az a lelki történet, hogy bár az álmában látott eseményekről közvetlenül semmit nem tudhat, a szülőknőn, nagyszülőknőn, esetleg a televízió keresztül a látottak összefüggésbe kerültek élete aktuális szorongásaival.

Péter tízéves, mindkét szülője keresztény. A tv-ben látja a Duna-parti tömegsírokról készült riportot. Anyjának a következőket mondja: „Ha a nagypapám zsidó lett volna, nekem nem élne a nagypapám.”

Megkísérlem egy rövid esetismertetés keretében bemutatni, hogyan jutnak el a gyerekekhez a szülők feldolgozatlan traumái.

A négyéves Ágnest székletproblémák miatt első alkalommal apja hozza pszichoterápiába. Ágnes hol bekakil, hol 4-5 napig nincs széklete. Utóbbi esetben az apa bélsavarodástól fél, ezért kúppal, hashajtóval próbálják a székleést megindítani. A hashajtást bekakilás követi otthon is és az óvodában is, emiatt a közösség előtt megszégyenítik. Az a legnagyobb fájdalma, mondja az apa, hogy képtelen megvédeni Ágnest a megszégyenítéstől. Az apa a gyerek soványsága miatt is panaszkodik, kiállnak a csontjai, mondja, úgy kell beletönni az ételt.

Terápiám során megfigyeltem, hogy mindig megjelenik egy olyan utalás, mely megkönnyíti a neurotikus tünet megértését. Ágnes esetében ez az utalás az apa tehetetlensége volt amiatt, hogy nem tudja lányát megvédeni a lebűdösözéstől. A kiálló csontok is azt a gyanút ébresztették, hogy ebben az esetben holocaust-túlélési szindrómáról van szó.

Már az első találkozón fény derült az apa tragédiájára. Apját deportálták, a bécsi országúton halt vérhasban, amikor 6 nyolcéves volt. Néhány hét múlva kiderült, hogy Ágnes 1950-ben született keresztény anyja is érintett a társadalmi traumatizálódásban. Egyéves volt, amikor apját a munkahelyén politikai okokból letartóztatták. Anyja hetekig szaladgált különböző intézményekbe, hogy megtudja, mi történt a férjével. Ezalatt az egyéves kislányt a szomszédasszony gondozására bízta. Szomorúan emlékszik arra, hogy amikor apja két év után, 1953-ban kiszabadult a börtönből, sokáig nem ismerte meg.

A terápia során megértettük, hogy az apa számára milyen ősfélelmet jelentettek Ágnes székletevel kapcsolatos bajai, hiszen számára apja halálát is egy, a széklettel kapcsolatos betegség okozta. Az anya, akit egyéves korában otthagyt

az anyja, hogy bebörtönzött férjét megkeresse, az anyai-apai gondoskodással együtt elvesztette az ösbizalmat, mely Erikson szerint a mentális épség legalapvetőbb előfeltétele. Az anya „ösbizalmatlansága” Ágnessel szembeni türelmetlenségében nyilvánult meg. A terápia előtt önmagát tartotta rossz anyának, aki képtelen arra, amit más anyák könnyűszerrel elérnek: gyermekük szobatisztaságra szoktatását és egészséges táplálását. Attól kezdve tudtak csak a szülők Ágnes felé megértő, elfogadó attitűdöt közvetíteni, miután el tudták mondani gyermekkorukban átélt traumájukat. Ezzel párhuzamosan Ágnes szobatiszta lett, és soha többé nem szegényítették meg az óvodában.

A 14 éves Sárát bórpanaszok miatt hozta édesanyja pszichoterápiába. Anyja elmondása szerint Sára „születésétől kezdve” bórpanaszoktól szenvedett. Először azt figyeltem meg, hogy amikor Sára kiütéseiről beszéltek, mindketten az alkarjára tekintettek, az anya gyakran meg is simította lánya karját. Megkérdeztem, hogy miért néznek mindketten Sára karjára, hiszen a kiütések máshol is, arcán, nyakán is megjelentek. E kérdés után derült ki a család tragikus múltja: az anyai nagymama karján ezen a helyen van az auschwitzi tetovált szám.

Sára nagyanyját fiatal lányként anyjával és nővérével Auschwitza deportálták. Anyját, nővérét és annak karon ülő kislányát Mengele gázhalálra ítélte. Az 1947-ben született anyának – szülés után – első gondolata a kétség volt, hogy ő vajon fel tudja-e nevelni lányát. A terápia során jól követhető volt, hogy az apró, jelentéktelen börtünet az anyából – hasonlóan Ágnes édesapjához – milyen extrém izgalmat váltott ki, felnagyítva ezzel lánya tünetét.

Az említett esetekben a gyógyulás folyamata akkor kezdődött el, amikor a szülőkkel együtt felismertük, hogy a gyermekek tünetei összefüggenek a szülők múltjával.

Ágnes székletproblémája összekapcsolódott egyik nagyapja halálával, másik nagyapja meghurcolásával.

Sára bőrbetegése összefüggésben volt nagyanyja családjának tragédiájával.

A terápiás beszélgetések során mindig megjelent a nagyszülők rettenetes halála vagy halálközelsége. Mivel a szülő közvetítő személy saját szülei és gyermekei között, saját feldolgozatlan traumáját anticipált (előrevetített) szorongás formájában gyermekeire vetíti. Ezt a generációk között ható traumaindukciós folyamatot az angol „folyamatos jelen” fejezi ki a legmegfoghatóbban, mivel a múlt történéseit az emlékezés a jelenben is fenntartja. Kövessük gondolatban, hogy a traumaátadás esetében a múlt hogyan kerül át a jelenbe.

Sára homlokán születése pillanatában anyja megpillantotta a „foltot”. Ettől a folttól kétségbeesett izgalomba jött, hiszen – mint kétségemre elmondta – ő hároméves kislányként pillantotta meg anyja karján a beégetett szímodatokat, a „foltot”, amely nemcsak a deportálásra, nagyanyja, nagynénjei, unokahúga gázhalálára emlékeztette, de emlékeztette a sárga csillagra, amit szegényfoltként kellett nagyszüleinek és minden, zsidónak minősített magyar állampolgárnak viselnie. Jól követhetővé vált, hogy Ágnes székrekedése és bekakilása az apját saját anyja halálára emlékeztette. A terápiák során az derült ki, hogy az indukált tünetképzés összefüggésben volt a szülők tudattalanba szorított halálfélelmével.

Megkísérlem nyomon követni, hogy a terápia folyamán mi is történt köztem és az említett családok tagjai között. Világossá vált előttem, hogy Ágnes székletével kapcsolatos bajokkal egy, a holocaustot és a Rákosi-rendszerben elszenvedett meghurcolást túlélő család fordul hozzám segítségért. Ezzel a felismeréssel Ágnes neurotikus tünete egészen más rendszerbe kerül számomra.

Sára csillapíthatatlan, fájdalmas vakarózdása mögött felrémlett a mártírhálált halt közeli rokonokat elemészto gázkamrák, krematóriumok emléke.

Ezeknek a tényeknek ismeretében a hozzám forduló családoknak abban tudtam segíteni, hogy gyermekük bajait összefüggésben lássák családjuk elszenvetett sérelmeivel, és mint Dávid esetében, aktuális félelmeivel, és ne személyes kudarcként éljék meg.

Jó lenne, ha az ilyen túlélési szindrómát nemcsak az orvosi és pszichológiai rendelőkben ismernék fel. A nevelők, az iskolák sokat tehetnek e téren. A mai nyíltabb társadalmi légkörben mind gyakrabban szembesülhetünk az 50 évvel ezelőtti holocaust mindmáig érvényesülő hatásával. Ahhoz, hogy felismerjük ezt a szindrómát, szembe kell néznünk a fájdalmas múlttal. A tanítványainal azonosulni tudó pedagógus képes arra, hogy megtalálja az első pillanatban megmagyarázhatatlannak tűnő gyermeki viselkedés mögött a család elszenvetett múltjának „hangtalan” megjelenítését. Emesének sajnos „jó oka volt” arra, hogy az iskolában eltitkolja cigány származását. Sem Ágnes, sem Dávid szülei nem avatták be félelmetes múltjukba a pedagógust. Sára osztályfőnöke semmit sem tudott tanítványa múltjáról, vallásáról. Amikor azonban kérdeztem a véleményét Sáráról, „olyan furcsa, más, mint a többi lány” – mondta, a másságot sajnos nem pozitív értelemben használva.

A pedagógusoknak nyitottnak kell lenniük arra, hogy a „furcsa, más” viselkedés mögé pillantsanak; nem munkálkodik-e a „furcsa” viselkedés mögött a tudatlanságba szorított múlt tragédiájának az öröksége.

Dávid történetéből jól következtethető, hogy a felszín – a gyenge iskolai teljesítmény – mögött a gyerek jelenben megjelenő bajait milyen mértékben fokozta fel a család elszenvetett múltja.

Terápiás munkám egyik legfontosabb megfigyelése, hogy a tünet enyhülésének, majd megszűnésének az a feltétele, hogy a család történetéről nyíltan tudjunk beszélni. Az elmúlt 50 évben sok-sok családban elmaradt a mártírhálált halt rokonok, barátok, ismerősök meggyászolása. Ezért, ha megkésve is, segíteni kell ezt az utólagos gyászt s a feloldódást. A fasiszta diktatúra korszakát nem lehet és nem szabad kitagadni a magyar történelemből. Annak is szembe kell néznie az 50 évvel ezelőtti történetekkel, aki elszenvetted, annak is, aki tanúja volt, és annak is, aki elkövette a bűnöket.

De nemcsak az elkövetőkről és az áldozatokról, hanem azokról is meg kell emlékezni, akik a élszokszakban saját életük veszélyeztetésével a meghurcoltak segítségére siettek. Izrael állam „Igaz Emberként” emlékezik meg azokról a nem zsidókról, akik zsidókat mentettek a biztos kínhaláltól.

„Nem néztünk máig sem szembe azzal, mi, miért és hogyan történt... Szerintem most jött el annak az esélye, hogy a görcsök feloldódjanak Elképesztő a helyzet, hogy évről évre úgy hagyják el az érettségizett diákok a gimnáziumot, hogy soha az életben nem kaptak kimerítő felvilágosítást a holocaust traumarendszeréről. Hogy milyen az előítéletes gondolkodás, mihez vezetnek a társadalmi előítéletek, mi az antiszemitizmus gyökere, mi van a cigánykérdéssel.”¹

E sorok azt sugallják, hogy azt a légkört, mely egy-egy pszichológiai rendelőkben megvalósulhat, át lehet – és át is kell – vinni az egész társadalmi életre. Az antiszemitizmus, a cigánygyűlölet a társadalom betegsége, ezért tömegesen csak társadalmi szinten lehet gyógyítani. A gyógyulás feltétele – egyénileg és társadalmilag is – a múlttal való nyílt, őszinte szembenézés.

¹ Fodor Gábor: Itt szörnyű bűn történt. Múlt és Jövő. 94/2. 10–11. oldal.