

Érints meg!

Az érintés szóról nekem elsőként Ingmar Bergman 1971-es fantasztikus filmje jut eszembe, Bibi Andersonnal, Elliot Goulddal és Max von Sidow-val. Az érintéssel, kézrátétellel való gyógyítás ősidőktől ismert, minden kultúrában.

Uralkodók, nagy emberek kezének érintésétől csodákat vártak. (Jézusnak meg sem kellett érintenie a bénát, a vakot, a némát, már igéje is gyógyító erejű volt.) A püspökök kezük széttárásával érintés nélkül is áldást osztanak. Az ezotéria szerint ez általános emberi tulajdonság, és mindenki képes kézrátétellel gyógyítani, aki azt kellő komolysággal és határozottsággal teszi; ugyanis a körülöttünk lévő elektromos mező, auránk koncentrációjával fejtünk ki gyógyító hatást. (Ez állítólag akkor is hat, ha nem hiszünk benne.)



Évtizedekkel ezelőtt olvastam Erich Fromm híres, a szeretetről szóló kis könyvét. Máig emlékszem egy mondatára, mely megütközést keltett bennem: „... az érett embernek el kell jutnia odáig, hogy ő maga legyen a tulajdon anyja és apja”.¹ Szövegkörnyezetből kiragadva ez számomra azt jelenti, mintha a felnőtt embernek nem lenne szüksége szeretetre, gondoskodásra; mintha az nem lenne elemi igényünk. Szövegkörnyezetben pedig azt, hogy a feltétlen anyai és a követelményeket támasztó, feltételes apai szeretet iránt csak gyermekkorunkban van igényünk, „az érett ember nem függ többé a külső anya- és apafigurától, hanem belül építette fel őket” – folytatódik Fromm fejtegetése.²

Fromm a szeretetről analitikusan gondolkodik, megkülönbözteti a felebaráti és a szülői szeretetet, az önszeretetet, az istenszeretetet és a szerelmet. De akár hogy is csúrrjük-csavarjuk a dolgot, szerintem ezek jelentős részben egybeesnek, és a törődés, a gondoskodás mindegyiknek része, még ha az csupán egy érintésben nyilvánul is meg. Nem tudom elfogadni, hogy felnőtt korban a szeretet-igény vagylagos; ha ki van elégítve, az jó, ha nincs, úgyszintén jó, és az iránta való igény infantilis vágyakozás.³



Love is the only sane and satisfactory answer to the problem of human existence.

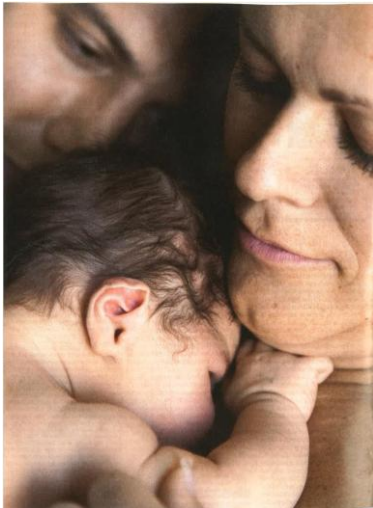
(Erich Fromm)

¹ Erich Fromm: A szeretet művészete, Helikon 1985, 58. old.

² Ugyanott.

³ A tévedés és félremagyarázás jogát fenntartom.

Viselkedésünk, magatartásunk mögött állati ösztönök állnak. A kultúra nem más, mint ezeknek a megregulázása, „szublimálása”, átformálása nemes tettekké. Macskánk dörgölődése, kutyánk igyekezete, hogy elnyerje egy simogatással, paskolással kísért tetszésünket jelzi az állatok alapvető igényét a szeretetre, törődésre, érintésre, mely bennünk is mélyen gyökerezik. Ezt az igényt biztosan nem kell kiiktatni vagy szublimálni. Akár a placebo-hatás, akár az elektromágneses hatás miatt, az érintésre szükségünk van.

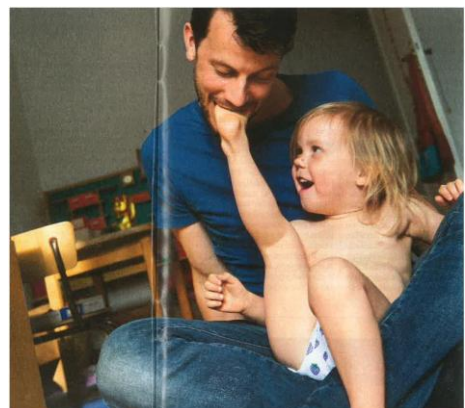


Közel két négyzetméternyi bőrfelületünkön 900 millió érintést érzékelő idegvégződés helyezkedik el. Ez az érzékünk fejlődik ki a legelőször (már a nyolchetes, 1 centiméteres embrió is megérzi, reagál rá, ha megtapintják) és halálunkkor ez huny ki utoljára. Az érintés hatására – ha azt az agy kellemesnek találja – a hipotalamusz oxitocint termel, melyet a hipofízis (agyalapi mirigy) raktároz el. Ezt „varázshormonnak” is nevezik. Simogatás hatására egy kevés oxitocin lebomlik, s ez csökkenti a vérnyomást, megnyugtatólag hat a szívre, mivel csökkenti a stresszt okozó kortizol hormont is. A testi szerelem csúcspontján egy jó nagy adag oxitocin szabadul fel. Ez a hormon az immunrendszert is erősíti.

Az érintésnek, a testiségnek minden korban fontos szerepe van. A csecsemőt ez nyugtatja meg. A gyerekek kevésbé érzik fájdalmasnak a szurit, ha közben anyjukkal vagy apjukkal testi kontaktusban vannak. Az a pincéernő, aki enyhén megérinti a vendéget, több borralalót kap. Azoknak a pároknak, akik gyakrabban ölelkeznek, alacsonyabb a vérnyomásuk és kevesebbszer kerülnek stresszes állapotba. Az intézeti öregek jobb étvágyal esznek, ha gondozójuk időnként megérinti alkarjukat.

Manapság már a csecsszopótól is megvonják a testiséget. A németeknél a csecsemő, a piciny gyermek szinte már alkalmilag sem feket a szülői ágyba. Most hallom, hogy a tanítónők már nálunk sem simogathatják meg a kisiskolásokat.

Charles walesi herceg, az angol trón örököse gyermekkorában különösen sokat szenvedett a testiség hiányától, hiszen a monarcháknál nem divat a babusgatás. Egyszer egy róla szóló képes riportban sokkoló képet láttam: II. Erzsébet találkozik fiával, a walesi herceggel: az anya kezét fog (!) a kétéves kisfiúval. (Vajon hogy lehet normális lélekkel túlélni egy ilyen gyermekkort?)



Érik a felismerés, hogy az érintés, a testközelség *létszükségletünk*. Ezért amit az idióta modernitással kiűztek az emberi kapcsolatokból, azt most művi úton igyekeznek visszacsempészni. A nyugati országokban gyorsan szaporodnak az „érintés-kiképzők” és



„szexológus testmunkások”. Jelentős bevételt hozó párnapartikat rendeznek, ahol lazító gyakorlatok és misztikus zene után az – egyébként egymásnak idegen – résztvevők hatalmas matracokon egymás hegyén-hátán fekvé elégítik ki érintés-igényüket. „Az ember mint nyájállat” – olvasható az egyik képfelíraton.

A német állami társadalombiztosítás 2014 első felében 265 millió eurót fizetett ki ún. manuális terápiákra. Ebbe beleértendő a hátfájás elleni masszázs, de az ún. szexuálterápia is, amikor a terapeuta testi közelségben és simogatásban részesíti a rászorulókat. (A szexuális kapcsolat nem része a kezelésnek, azt a biztosító nem fizeti.)

Németországban 760 ezer gondozásra szoruló idős ember él otthonokban. Mindenük megvan, de

ami a legjobban hiányzik az életükből: a közvetlen fizikai kontaktus, a simogatás. Az „érintésdeficit” nagy piaci lehetőséget jelent a vállalkozóknak.

Bp, 2015. július 17.

Kiss Károly
univerzalista
(azaz mindentudós)

*Készült a Stern 2015/28. számában megjelent **Berühre mich!** című képes riport felhasználásával. (Tobias Schmitz, Anne Schönharting)*

Utószó utódaimnak: Ha öreg koromra menhelybe adtok, örökségeket ilyen szexterapeutákra és szexmunkásokra fogom elverni.

