

Lét és unalom

KNJ 191

Első elmélkedés – Miért kell foglalkozni az unalommal?

„E sorok, melyek erőtlenek ahhoz, hogy az unalmat igazi jelentősége szerint méltassák, egyáltalán nem kerülnek papírra, ha szerzőjük nem unatkozik. De külön író és magasabb fokú unalom szükséges ahhoz, hogy egy napon igazán, izgalmasan, lobogva, szenvedélyesen megírja valaki az unalmat. Addig is ásítsunk egyet. Püah.” /Márai Sándor¹

Az unalom érzése, hangulata valami olyasmi, ami mindenkit érint. Nincs olyan ember, aki soha ne unatkozott volna. Talán azt is kimondhatjuk, hogy nem szeretjük az unalmat, frusztrál minket, jobb szeretnénk, ha távol maradna tőlünk. Mégis napi szinten meglátogat és befészkei magát az életünkbe.

De miért olyan szorongató és elviselhetetlen ez az unalom? Egyáltalán, mi az unalom? Egy tárgy által kiváltott közöny, közömbösség? Várakozás? A semmi közelsége? Magány, idegenség? Monotonitás? A vágyak, célok hiánya? Kitáguló idő? Motiváció-hiány?

Láthatjuk, hogy az unalom fogalmához nagyon sok élmény társul, melyek nem tűnnek leválaszthatónak magáról az unalomról. Ilyen például a megváltozott idő-tapasztalat. Valahogy az az érzésünk, hogy amikor unatkozunk, megnyúlik az idő, hosszabbá válik számunkra, már-már elviselhetetlennek tűnik. Ugyanígy társul az unalom a magányhoz, az egyedül levés élményéhez. Ez a magány-tapasztalat azonban nem csak egy szokványos elhagyatottság érzés, hanem sokkal inkább valamiféle egzisztenciális magunkra hagyottság, melyben nem csak az emberek, de minden dolog idegenné, megközelíthetlenné, közömbössé válik számunkra. Valahogy azonban érezzük, hogy ilyenkor nem maguk a dolgok unalmasak, hanem, hogy csak számunkra unalmasak, minket nem kötnek le, mi nem tudunk rájuk irányulni. Mintha az intencionalitásunk önmagunkba zárulna, az unalom nem enged kitörni, kifelé irányulni, beszorít bennünket saját létezésünkbe, saját testünkbe-lelkünkbe. A világ megszűnik számunkra érdekesnek lenni. Mintha nem történe semmi. Persze önmagában nem látjuk ezt a világot, de számunkra, csakis számunkra semmitmondóvá, üressé válik, nem tudunk kapcsolódni hozzá. Így megszűnnek a világra irányuló céljaink, vágyaink, egyfajta közönyös tehetetlenségbe zuhanunk bele, sőt, egyenesen beszorulunk ebbe a céltalanságba, ahol a lehetőségek megtagadják magukat tőlünk.

Az unalom valamiféleképpen kapcsolatban áll a vágyainkkal és azoknak a beteljesülésével. Ha vannak vágyaink, van motivációnk az élethez, rögtön van mire irányulni,

¹ MÁRAI Sándor: *Unalom* in: *Panaszkönyv, Medvetánc*, – tárcanovellák, helikon kiadó, 2007, Szombathely 222. o.

mert van életfeladatunk, van kihívás. Ha azonban nincsenek vágyaink, vagy elérhetetlen vágyaink vannak, esetleg éppen betöltöttük őket, a világ elkezd unalmassá válni. A vágy mindig valamiféle úton levés, középben levés. Ha nincs vágy, vagy elnyomás alatt áll a vágy, mintha út se lenne, az ember elveszti az orientációs pontokat, amelyek segítségével tájékozódik. A legfőbb példa erre Don Juan lehetne. Nem véletlen, hogy Kierkegaard filozófiájában az erotikus stádium² egyik jellemzője lesz az unalom. Az érzékiség, a vágy mindig új tárgyat kényszerül keresni magának, s a tárgy birtokbavételével, a vágy kielégítésével beáll az unalom. Főleg azért, mert az érzékiség csak rövidtávú célokat adhat. Így válik Don Juan „tragédiájává”, hogy a végtelenségig ismételni kényszerüli ezt a tárgykeresést.

Ha nincsenek vágyaink, nem marad semmi, csak a várakozás. Ez a várakozás azonban nagyon is nyomasztó, szorongató, megérint minket, türelmetlenné tesz, érezteti velünk idegenségünket, céltalanságunkat, tehetetlenségünket. Ez a várakozás teher. Súlyként nehezedik a vállunkra szabadságunk és végességünk tudatában. Mert a kitáguló, megnyúló, bennünk tudatosuló idő ilyenkor zavar minket, mégpedig kétféle módon. Egyfelől azáltal, hogy tudatosítja: az időnk véges, másfelől azt is jelzi, hogy végessége ellenére is kitöltésre vár. Időnk kitöltése, tartalommal való feltöltése pedig a mi feladatunk, a mi felelősségünk. Ez a felelősség pedig igenis nyomasztó tud lenni számunkra. „A teljes szabadság a legirtózatosabb megkötöttség.”³ A végtelen lehetőségek tudata gúzsba köt, leláncol, megbénít, s a minden egyszerre semmivé válik, nyomasztó beláthatatlansága ahelyett, hogy teret adna, beszorít. Önmagunk boldogsága iránt érzett felelősségünk súlya alatt botladozunk. A „szabadságra ítélhetettségünk”⁴ terhe alatt. Az unalom éppen ezért nem áll messze a szorongástól, az maga a szorongás, noha a pszichológia és sokszor a filozófia is igyekszik ellentétes pólusnak látni ezt a kettőt. Az unalom mégis együtt jár egyfajta egzisztenciális létbizonytalansággal. Szabadság. Kiúttalanság. Önmagunkba szorultság. A halálra való várakozás tehetetlensége. És boldogtalanság. Az unalom boldogtalan létállapot. Annak a boldogtalansága, hogy boldogságom az én felelősségem, mégsem tudok tenni érte.

Az unalom ördögi kör. Sosincs vége, önmagába záródik vissza. Unatkozunk, mert a világ megtagadja magát tőlünk és a világ hidegen hagy, mert unatkozunk. Az unalom én és a

² Sören KIERKEGAARD: *A közvetlen erotikus stádiumok avagy a zenei erotikus* in: Vagy-vagy, ford.: Dani Tivadar, Budapest, Osiris, 2001, 45. o.

³ LUKÁCS György: *Esztétikai kultúra*, in: Ifjúkori művek (1902–1918). Szerk. és a jegyzeteket készítette Timár Árpád. Magvető Kiadó, Bp. 1977. 431. o.

⁴ Jean Paul SARTRE: *A lét és a semmi*, L'Harmattan, Budapest, 2006, ford.: Seregi Tamás

világ kapcsolatának zátonyra futása. De még csak nem is áll meg ott, hogy egyszerűen megtagadja tőlünk a világot a maga teljességében. Az unalom nem a semmi tapasztalata. Mindig hagy nekünk annyit a világból, hogy megragadhassuk a kapcsolat megbomlását. Vagyis: csak annyira helyezi rajtunk kívül a világot, hogy még megmaradhasson a reflexiónk, hogy még tudatosulhasson, hogy unatkozunk, hogy van egy elérhetetlen kívül számunkra. Nem zár ki teljesen, csak éppen annyira, hogy megfoghatatlanná, elérhetetlenné váljon ez a kintiség. Az unalom ebből a szempontból nem más, mint távolság, idegenség. Az otthontalanság (unheimlich) ijesztő, szorongató érzése.

Ez eddig egy negatív kép az unalomról. Az unalom rossz, boldogtalanná tevő, magányos állapot, melyből még kitörni sem lehet, mert saját farkába harapó kígyóként tér vissza mindig önmagába. De azért az unalom mégiscsak jó kell legyen valamire, vezetnie kell valahova. Ha mást nem is adhat, legalább azt, hogy azáltal épülünk, ahogy újra és újra végigjárjuk ezt az ördögi kört. De van itt más is. Az unalom motiváció! Paradox kijelentésnek tűnik, de ha jobban belegondolunk, ez egy tautologikus állítás. Az unalom minden tevékenységünk, minden célunk legalapvetőbb mozgatórugója, motorja. Egyfajta erő, mely arra sarkall minket, hogy töltsük meg értelemmel ezt a véges életet, adjunk neki irányt, tűzzünk ki és valósítsunk meg célokat, merjünk vágyani dolgokra. Karinthy *Unalom* című novellájában szokásához híven kellően frappánsan fogalmazza meg az unalomnak ezt az aspektusát:

Kezdetben volt az Unalom. És mondá az Úr: legyen Szórakozás, mert elalszom. És gondolt magának kis golyókat, és lökdöste őket jobbra-balra. Hat napig így szórakozott az Úr. Hatodik nap délután nagyot ásított, majdnem elaludt megint. És gyorsan gondolt magának embert.

Az ember nagyot ásított, és majdnem elaludt. Gondolt magának istent, és hintázott rajta, célba lőtt vele hatezer évig a Városligetben. Én is köztük voltam, és eluntam magam. Gondoltam magamnak Igazságot, Életet és Halált, csak hogy el ne aludjak. Gondoltam magamnak szeretőt és könnyeket és rettenetes fájdalmakat, hogy el ne aludjak.⁵

Az embert az unalom sarkallja arra, hogy keressen, hogy próbálja megszüntetni, felszámolni ezt az unalmat, hogy valahogyan kitörjön ebből a szorongatottságból. Az unalom minden cselekedetünk Alfája és Omegája. Ebből a szempontból pedig azt mondhatjuk, – Heideggerrel karöltve – hogy az unalom a létünk alapjait érinti. Éppen ezért a filozófiának foglalkoznia kell az unalommal. Mert az unalom „alaphangoltság” és mint ilyen, kapcsolódik a filozófiai legfőbb kérdéseihez, felhívja a figyelmet a szabadság, a végeesség, az idő, a

⁵ KARINTHY Frigyes: *Unalom*, in: Válogatott versek és novellák, Osiris, Budapest, 2011, 118.o.

boldogság problémáira, mert nem leválasztható róluk. Létezésünk központjában már mindig is ott van az unalom.

Második elmélkedés- Az unalommal kapcsolatos tévhitek

Az unalomról szóló filozófiai- és, művészeti alkotásoknak se szeri se száma. Valahogy hangsúlyosabb lett az unalom témája az utóbbi időben, amit sokan az ipari forradalomhoz és a szabadidő, illetve a szabadidős tevékenységek, a szórakoztatóipar megjelenéséhez kötnek. Unalom azonban mindig is volt és lesz is, bármennyi eszközt talál is fel az ember önmaga szórakoztatására.

Fontos viszont látni, hogy az unalom nem egyszerűen a szórakozás ellentéte, nem pusztán semmittevés, vagy lustaság, hanem valami több annál. Az unalmat többféle aspektusból lehet vizsgálni, az egyszerű időtöltéshez, mulatozáshoz való kapcsolata az unalomnak csupán egy hétköznapi síkja, ettől persze érdemes lehet ezzel is foglalkozni, hiszen még ha ez a nézőpont nem is a létezésünk legmélyét bolygatja, azért elmondhat valamit mindennapi életünkről.

Pascalt például kifejezetten foglalkoztatta unalom és szórakozás viszonya. *Gondolataiban*⁶ újra és újra felbukkan ez a motívum, s mindig más-más oldalról próbál közelíteni hozzá. Elsősorban a folyamatosságban látja az unalom forrását, melyet időnként meg kell szakítani, különben az ember megcsömörlik. „Az ember állapota állhatatlanság, unalom, nyugtalanság.” – írja 127-es töredékében. Ahogy Heideggernél is alaphangoltság lesz az unalom, úgy Pascalnál is valamiféle alapállapotként működik, mely minden szándékot, célt mozgatni fog. Emellett megmarad viszont egy pesszimista hozzáállás az unalomhoz, melyben a szenvedéshez fog kapcsolódni. „Unalom. -- Semmi sem olyan elviselhetetlen az ember számára, mint a szenvedélyek, ügyes-bajos dolgok, szórakozás, iparkodás nélküli teljes tétlenség. Ilyenkor átérzi semmi voltát, elhagyatottságát, elégtelenségét, függőségét, tehetetlenségét, ürességét. Lelke mélyéről azonnal rátör az unalom, a gyászos hangulat, a szomorúság, a bánat, a bosszúság, a kétségbeesés. (131.)”⁷ Később azt is hozzáteszi, hogy az emberben kettős ösztön munkál, részben vágyik a nyugalomra, részben folyamatosan ellene dolgozik, tevékenységet, szórakozást keres. S mindkét törekvésében a boldogságot reméli. Az unalom mindenesetre az ő interpretációjában is megőrzi kettősségét: egyrészt szomorúvá,

⁶ Blaise PASCAL: Gondolatok, Gondolat Kiadó, Budapest, 1978, ford.: Pödör László

⁷ PASCAL, u. o. 57. o.

szerencsétlenné tesz, másrészt arra ösztökél, hogy tartalmasabb életet építsen magának az ember.

Az emberi életet Pascal szenvedés és unalom közti hánykódásnak, ingázásnak írja le. Ez azért is érdekes, mert Arthur Schopenhauer egy bő évszázaddal később ugyanezt a gondolatmenetet folytatja és fejti ki *Életbölcsség*⁸ című művében.

„Futólagos áttekintés is megmutatja, hogy az emberi boldogságnak két nagy ellensége van: a fájdalom és az unalom. E kettőnek megvan az a végzetes kapcsolata, hogy amily mértékben sikerül az egyiktől eltávolodnunk, szükségképpen ugyanoly mértékben közeledünk a másikhoz. Életünk valósággal gyöngébb vagy erősebb ingás a kettő között. Ez abból ered, hogy kettős ellentét van köztük, egy külső, azaz objektív és egy belső, szubjektív. Külsőleg tekintve ugyanis a szükség és nélkülözés fájdalmat okoz, biztonság és bőség ellenben unalmat. Ezért látjuk az alsóbb néposztályt örökös harcban a szükséggel, vagyis a fájdalommal, a gazdag és előkelő világot ellenben tartós, gyakran kétségbeesett küzdelemben az unalommal.”

A schopenhaueri unalom-filozófia hajlamos mindent bináris oppozíciókba rendezni és ezzel nagyban leegyszerűsíteni ezeket az állapotokat, folyamatokat. Az ő rendszerében a gazdagok unatkoznak, a szegények nélkülöznek, vagyis szenvednek. A magasabb szellemi képességű ember képes értelmesen kitölteni a szabadidejét, a szerényebb képességűek unatkoznak. A fájdalom és unalom két ellentétes pólusként jelenik meg, melyből vagy az egyik, vagy a másik érinti az embert. Az unalom nála szellemi üresség, elmebeli tompaság, mely az érzéki gyönyörök hajszolásába, fényűzésbe, pazarlásba vezet csupán. Az értelmesebb elme egyben érzékenyebb is, ezáltal erősebb a fantáziája, az akarata, vannak valódi motivációi. Az unalom Schopenhauernél a korlátolt elme betegsége.

Ez azonban így túl egyszerű, túl sematikus. Miért ne fordulhatna elő, hogy a legnagyobb elme unatkozik a legjobban? És miért ne lehetnének valódi céljai egy gazdag embernek, amik kitöltik az életét? Akkor már valószínűbbnek tartom, hogy egy butább ember boldogabb lehet, kevesebbet unatkozik, mert kevésbé cizellált szórakozás is ki tudja tölteni teljesen, csupán azért, mert kevésbé reflektált a létezése. De unatkozni mindenki tud és mindenki szokott, kortól, nemtől, intelligenciától, társadalmi helyzettől függetlenül. Nyilván lehetne szociológiai kutatásokat végezni, hogy mely társadalmi rétegek unatkoznak jobban vagy többet, de valójában ez érdektelen az unalom felderítése szempontjából.

Attól is óvakodnék, hogy az unalmat és fájdalmat ennyire elkülönítsük egymástól. Ugyanúgy, ahogy unalom és szorongás sem elválasztható, úgy ez a kettő is egybetartozhat. Az unalom önmagában fájdalom, s sokszor a fájdalom az unalom leggyakoribb előidézője.

⁸ Arthur SCHOPENHAUER: *Életbölcsség*, Szukits Könyvkiadó, 2001, ford.: Dr. Kelen Ferenc

Gondoljunk például a depresszióra, vagy a melankóliára. Ebben a betegségben unalom és fájdalom kéz a kézben jár, egymást erősítik. A depressziós ember tragédiája, hogy nem tud kilépni állapotából, mert a fájdalom megöli motivációit s egyfajta végtelen unalomba süpped bele. Beszorul az unalom ördögi körébe, s szinte lehetetlen a kijutás. A fájdalom erősíti az unalmat, az unalom a fájdalmat.

Egy másik schopenhaueri tévhit, hogy létezik objektív unalom. Ezt egy tanulmányában⁹ fejti ki, melyben az érdekesről és az unalmasról értekezik. Az ő interpretációjában érdekes az, ami együttérzést vált ki, s ezáltal felébreszti az egyéni akarat érdeklődését, fogékonnyá teszi a lelket a részletekre. Az unalmasságot ezzel szemben két irányból közelíti meg. Lehet maga a tárgy unalmas, például, ha egy adott mű szerzőjének nincsenek közlendő gondolatai, akkor maga az alkotás válik unalmassá. Létezik viszont szubjektív unalom is, melyben az unalmasság viszonylagos, hiszen egy tárgy, egy írás hiába érdekes, ha az olvasója korlátolt és nem képes befogadni azt. Így a legjobb mű is lehet szubjektíve unalmas.

Objektív unalom azonban nincs, ahogyan objektív érdekesség sem létezik. Nincs olyan, hogy unalmas tárgy. Bármilyen dolog csak számunkra lehet unalmas vagy érdekes. Nyilvánvalóan ebből a szempontból is lehetne pszichológiai vagy szociológiai kutatásokat végezni, hogy mik azok a dolgok, amik a legtöbb ember számára unalmasnak bizonyulnak. Kiderülhetne, hogy kultúrától, műveltségtől, kortól függ, hogy ki mit talál izgalmasnak és mit semmitmondónak. De a lényeg ettől nem változik. Lehet, hogy az, ami számomra a világ legunalmasabb dolgának tűnik, egy másik ember egész életét kitölti. Önmagában semmi sem lehet unalmas.

Ugyanúgy, ahogy nincs egy legmélyebb unalom sem. Heidegger volt az, aki elkülönítette az unalom felületesebb és mélyebb formáit, nagyjából egyébként a schopenhaueri rendszert továbbfejlesztve, csak ő jóval összetettebben közelíti meg az unalmat. Három kategóriát különít el, amikor az unalomról beszél. A valamitől való unottá válás, a valami közben való unatkozás és a mély unalom lesz az a három fő típus, melyet *A metafizika alapfogalmai*¹⁰ című művében leír. Mindegyik típust a jelenvalólét és az időtapasztalat viszonylatában közelíti meg, de nem húz szigorú határokat a három csoport között. Heidegger szerint a felületesebb unalom el tud juttatni minket a mély unalomba, hogy aztán ott áthangoljon minket a jelenvalólét alapjába.

⁹ Arthur SCHOPENHAUER: *Az érdekesről és az unalmasról*, in: Művészeti tanulmányok. Knoll Galerie, Budapest – Bécs, 1992

¹⁰ Martin HEIDEGGER: *A metafizika alapfogalmai*, Osiris kiadó, Budapest, 2004

Az unalom első formájában, a valamitől való unottá válásban hosszúvá válik számunkra az idő, ezért el akarjuk üzni azt, el akarjuk altatni unalmunkat. Az unalomnak ez a formája heideggeri kifejezésekkel élve, hitegetve feltartóztat és üresen hagy. Ez hasonlít legjobban Schopenhauer objektív unalom-fogalmához, mert itt egy unalmas tárgy által kiváltott közönytől van szó. Ebben az aspektusban unalmas az, ami nem ösztönöz, nem kelt érdeklődést, mert nincs mondanivalója, monoton, sivár, semmi közünk hozzá. Heidegger hozzáteszi a schopenhaueri tézishez, hogy objektív jellege ellenére, ez a fajta unalmasság is a szubjektumra vonatkozik, csak éppen az unalmas dolog az, ami nem bilincsel le, hanem helyette hitegetve feltartóztat, majd üresen hagy. Heidegger példája a pályaudvaron való várakozás, amikor az idő kitágul, és nem tudunk úrrá lenni türelmetlenségünkön. Ez az unalom keltette tehetetlenség pedig bénító és nyomasztó, hiszen hozzá vagyunk láncolva az idő múlásához és nem találunk semmit, ami lekötne. „Üresen hagyva annyit jelent, mint meglévőként nem kínálni semmit.”¹¹.

Az unalom második formájában, a valami közben való unatkozáskor már viszonyba kerülünk ezzel az állapottal, belehelyezkedünk az unalomba. Ezt lehetne Schopenhauer szubjektív-unalmának megfeleltetni, mert ilyenkor már nem egy tárgy váltja ki az unalmat, hanem az unalom mintha belőlünk jönne, minden dologra kisugárzik. Ilyenkor a körülöttünk lévő dolgok ott vannak, csak éppen az unalmas szituáció környezetéhez tartoznak, nem segítenek nekünk, s ezzel átengednek minket önmagunknak.

Míg Heidegger itt csak arról a csalódásról beszél, melyben a környezetünk megtagadja magát tőlünk, s ezáltal átenged minket önmagunknak, szerintem ennél többről van szó. Az unalom egyenesen beletaszít saját magunkba, belevet egzisztálásunk könyörtelenségébe azáltal, hogy nem engedi meg, hogy a világra, a világ dolgaira irányuljunk. Tulajdonképpen végtelenül magányossá tesz, bezár önmagunkba, s szembesít saját magunk unalmasságával is. Ebből fakad szerintem az unalom szorongató, nyomasztó jellege.

Heidegger szerint, ha valami közben válunk unottá, az unalom mélyebbé válik, s ezzel saját lényegünk irányába mutat. Ha valamitől unottá válunk, akkor egy meghatározott dolog untat minket, így ezáltal sajátos módon kötődünk a környezetünkhöz, hiszen éppen a rögzített szituáció egyértelműsége untat és az idő lassú múlása. Ha valami közben unatkozunk, akkor viszont előfordulhat, hogy bár semmi sem untatott minket, mégis unatkozni kezdünk. Heidegger példája erre, amikor unatkozunk vendégeskedés közben, ásítunk, dobolunk az ujjainkkal, dohányszunk, csak, hogy elfoglaljuk magunkat. Ebben a szituációban sajátos

¹¹ HEIDEGGER, u.o. 145.o.

módon olvad össze unalom és időűzés. Nem egy konkrét, hanem egy meghatározatlan untatóval találkozunk. Az üresen-hagyottság itt a mélyből tör elő, egyfajta tehetetlenségként, hiszen az ottlétben való kitöltöttség látszata valójában egy sajátos kielégítetlenség. Valójában magunkat unjuk el, s a nyugtalanság forrása, hogy bár nem vagyunk feltartóztatva, semmire sem törekszünk.

Ilyenkor az üresen-hagyottság és feltartóztatottság strukturális mozzanatai változnak meg, mert rejtettebben vannak jelen. Ebben a tehetetlenségben valami akadályba ütközünk, és közben elsiklunk önmagunk elől. Az üresség a „magunkat hátrahagyó átadásban”¹² születik meg. Az idő itt nem tart fel, hanem átenged önmagunknak, szabadjára enged az ottlétbe, de mégsem tölt ki. Az idő ilyenkor úgy tűnik, mintha nem lenne jelen, ilyenkor nem folyik, hanem megáll, s az időnek ez megállása szorongat minket az unalom második formájában. A jelen önmagába szorul, a most kitágul, s csak úgy vagyunk önmagunk, mint „önmagunk eredetének és jövőjének hátrahagyottai.”¹³

„Az unalom a jelenvalólét időbeliségéből ered.”¹⁴ A valami közben való unatkozást Heidegger az unalom mélyebb formájának tartja, mert míg az első esetben az untató kívülről jön, a másodikban magából a jelenvalólétből emelkedik ki. Az unalom ilyenkor kevésbé szituációhoz kötött, sokkal inkább önmagunk elunását jelenti, melyben nem elvesztjük, hanem elpazaroljuk az időt.

Az unalom harmadik formája a mély unalom, vagyis amikor az emberen eluralkodik az unalom. Heidegger szerint a mély unalom a jelenvalólét egyik alaphangoltsága, ugyanis minél mélyebb az unalmunk, annál teljesebben gyökerezik az időben, mely mi magunk vagyunk és annál csendesebb, feltűnésmentesebb. A mély unalom meglepetésszerűen uralkodik el az emberen, s közben indifferens senkivé válunk, ám ez egy kitüntetett megértés helyzetébe hoz minket. Ennek az unalomnak a túlerejét kell megértenünk Heidegger szerint. Ilyenkor már nem akarjuk elűzni az időt, nem akarjuk kitölteni az ürességet, már semmit sem akarunk. Felülemelkedünk a mindenkori szituáción, a minket körülvevő létezőkön és minden iránt közömbösek leszünk, minden ugyanannyit ér számunkra. Az üresség ilyenkor a közömbösségben áll, mely egészében fogja át a létezőt. Átadjuk magunkat az unalomnak, meghalljuk, amit mond nekünk, belekényszerülünk sajátos igazságába és megnyíltságába.

Ebben a mély unalomban nem csak magunkat hagyjuk el, hanem egészében vagyunk cserbenhagyva, a jelenvalólét csak lebeg a megtagadó létezők közt, az üresség az egész

¹² HEIDEGGER, u.o. 164. o.

¹³ HEIDEGGER, u.o. 173. o.

¹⁴ HEIDEGGER, u.o. 174. o.

létezőre vonatkozik, ám ez mégsem a semmi tapasztalata. Az unalom eluralkodása itt már nem kétségbeesés, bár a jövő lehetőségei cserbenhagynak minket. A mély unalomban nincsen idővonatkozás, hanem olyan, mintha kiemelkednénk az idő folyamából. A szituáció teljes tágasságába állít minket, ám ez juttat el Önmagunkhoz, mint a jelenvalólétet magára vállaló létezőhöz. Ez lenne az eredendő módja az unalomnak. Ilyenkor az idő „egyszeri és egyetlen össz-horizontjában” nyilvánul meg az egészében vett létező. A jelenvalólét idejének teljes tágassága van jelen, anélkül, hogy tagolva lenne múlt és jövő szerint. „Az üresen hagyottság az unalom e harmadik formájában a jelenvalólét kiszolgáltatottsága a magát egészében megtagadó létezőnek.”¹⁵

Fontos azonban belátni, hogy ez a létező sosem tagadja meg magát teljes egészében. Ha így lenne, az unalom elvezetne bennünket valamiféle semmi-tapasztalathoz, vagy misztikus-élményhez, teljes feloldódást adna a világegészben, vagy Istenben, elmosná az énhatárunkat, feloldódnánk valamiféle igazságban, de nem így van. Az unalom lényegéhez hozzátartozik, hogy meghagyja a tudatot: én unatkozom, én vagyok üresen hagyva, én szorultam be magamba, s nem hagyja, hogy feloldódjunk benne, mert mindig meghagy számunkra egy kicsit a külvilágból. Unatkozás közben nem válunk „senkivé”, ahogy Heidegger mondja, pont az baj, hogy csak magunk vagyunk. Külsőnek tűnik ez a világ ilyenkor, de van rálátásunk, tudjuk, hogy ott van és nem, hogy nem vagyunk vele egyek, de kapcsolódni sem tudunk hozzá, ahogy a semmihez sem. Ebből a szempontból nincs „unalmon túliság” sem, ahogy Pilinszky mondja. Az unalomban pont az az ijesztő, hogy nem vezet el semmilyen transzcendenciához, nem ígér semmit önmagán túl, beszorít a földi, anyagi létezésbe és nem kínál kiutat.

Harmadik elmélkedés – Az unalom és az idő

Míg Pascal és Schopenhauer az unalmat csak egyszerűen hozzácsatolták az időtöltés, főleg a szabadidő értelmes kitöltésének kérdéséhez, addig Heidegger sokkal szisztematikusabban kapcsolta hozzá az unalomhoz az idő-aspektust. Mindenki számára alapélmény, hogy az időérzékelésünk korántsem egyezik meg az óra által diktált idővel, s ennek legfőbb példája pont az unalom, amikor az idő megnyúlik, és végeérhetetlenül hosszúvá válik, megáll, vagy egy helyben toporog, nem mozdul, vagy csak iszonyatosan lelassul. A szubjektív időnk nagyon sokféle időérzetet tartogat számunkra. Ha jól

¹⁵HEIDEGGER, u.o. 189. o.

szórakozunk, észre sem vesszük az időt, ha viszont unatkozunk, kegyetlen társ tud lenni. Ezek már szinte közhelyszerű kijelentések.

Heidegger rendszerében az unalom három formájához három féle időérzékelés társul. Az unalom első formájában, a valamitől való unottá válásban az idő hosszúnak tűnik (németül az unalom *Langweile*, s a *lang* annyit tesz, hosszú). Az unalom második formájában, a valami közben való unatkozáskor az idő megáll, beletart minket a jelenbe. A mély-unalomban viszont egyenesen kiemelkedünk az idő folyamából és egyfajta tagolatlan-egység-horizont részei leszünk.

Ez egy lehetséges leírása annak, hogy mit művelhet velünk és az időérzékelésünkkel az unalom, de meg lehet közelíteni ezt a kérdést egy másik nézőpontból is. Viszonylag nehéz egyébként az unalommal kapcsolatban típusokról, vagy fajtákról beszélni, mert az unalomnak végtelenül sok arca van, mindig máshogy jelenik meg számunkra.

Heidegger sokszor használ olyan kifejezéseket, mint például, hogy az unalom feltartóztat, üresen hagy, valamit megtagad. Az unalom legtöbbször a jelenünket érinti. A jelen az, ami ilyenkor nem ad számunkra semmit, ami közömbössé válik.

Az unalomban a jelen ideje és tere megtagadja magát tőlünk, ezért sokszor egy másholban és máskorban építjük fel magunknak azt az illúziót, amire szükségünk van, az élet értelmének illúzióját. „Az idő a maga részéről az unalom viszonyában áll kapcsolatban velünk.”¹⁶

Unatkozás közben elveszítjük a jelenünkkel való kapcsolatunkat. Ennek legfőbb tünetei a nosztalgia, illetve egy szebb jövő iránti állandó vágyakozás, ábrándozás, reménykedés. Heidegger szerint az ember egyik legfőbb képessége máshol-lenni-tudása. Ez a képességünk azonban csapdába is ejthet minket, mivel kiüresítheti jelenlétünket. Máshol-lenni-tudásunk nagyon meghatározó és fontos képesség, nem másodlagos jelen-lenni-tudásunkhoz képest, hanem vele egyenrangú, hiszen ugyanannyira meghatározza az életünket, élményvilágunkat. Arról nem is beszélve, hogy képzeletbeli történéseink éppen úgy hatnak testünkre, éppen olyan fizikai változásokat hívhatnak elő, mint a valós események. Bizonyos szempontból kiutat jelenthet jelenünk terének és idejének szorongatásából, unalmából, hogy közben tudunk egy másik térben és időben is gondolkodni, jelen lenni.

Az idő az unalomban azért áll meg, mert bennragad valami múltbeli vagy jövőbeni képzetben, azért tűnik hosszúnak, mert eltörli a jelent és végtelen várakozássá degradálja az életet, azért szünteti meg az időt, mert beszorít egy másholba, egy virtuális térbe és ezzel

¹⁶ HEIDEGGER, u. o. 117. o.

eltűnteti előlünk a jelenbeli lehetőségeinket. Az unalom elhomályosítja, szinte eltörli a jelenidőt, de ezzel egyidőben bele is tart, beleszorít minket ebbe a jelenbe.

Pontosan emiatt-, az unalomnak nagyon paradox, torznak tűnő formái is lehetségesek. Előfordulhat például, hogy egy diáknak bent kell ülnie az egyetemen egy rémesen unalmas előadáson. Persze az óra valaki más számára lehet, hogy nagyon is érdekes és izgalmas, de ezt a diákot egyáltalán nem köti le, közömbös a téma iránt. De az is lehet, hogy máskor még érdekelné is az óra anyaga, csak most nem bír odafigyelni rá, mert éppen mondjuk szerelmes és csak az álmodozás foglalkoztatja. Visszaemlékszik az előző estére, amit a szerelmével töltött, vagy arról ábrándozik, hogy mit fognak csinálni aznap este. A lényeg, hogy egyszerre két időben és térben létezik ilyenkor. Az egyikben mintha csak részben, fizikailag lenne jelen, de maga a szituáció megtagadja magát tőle, unalmas és idegen lesz számára, de az unalom mégsem járja át egészen, mert csak látszólag van magába zárva, valójában egy másholra, máskorra vagy másikra irányul, ami, vagy aki nagyon is leköti a figyelmét. Úgy unatkozik, hogy közben nem unatkozik.

Azért fontos az unalom kérdésébe bevonni a nosztalgia, illetve az álmodozás kérdését, mert az unatkozás nem csak akkor jöhet létre, ha semmire nem tudunk irányulni. Az unalom magánya mindig adott, mégis érinti a Másikhoz való viszonyunkat is. Az is lehet unalom, ha csak egy dolog foglalkoztat minket, minden más viszont üresen hagy, untat. A szerelemben például a Másikon kívül minden eltörpül, elveszti jelentőségét. A gyászban szintén eltűnik minden hétköznapi cselekvés, probléma súlya. Az ilyen esetekben minden unalmassá válik, ami én és a Másik viszonyán kívül van. Az unalom így akkor is eljőhet, ha érdeklődésünk végletesen beszűkül, s világunk egyetlen egy személyre, vagy eseményre korlátozódik.

Vannak azonban az ilyenfajta máshollevésnek kóros, hosszan tartóbb, szinte állandósuló változatai, melyek olyannyira kiüresítik a lét jelenidejét, hogy szinte felszámolják a valósággal való jelenbeli kapcsolatot, s így a létezést egy idealizált, valójában sohasem létezett múltra, vagy pedig egy soha létezni nem fogó jövőre szűkítik. Ez a fajta beszűkülés az unalom legfőbb forrása lehet. Persze megint csak nem tudni, hogy melyik volt előbb, a tyúk vagy a tojás, a valóság elsorvadása, beszűkülése következtében fordulunk-e a múlt vagy a jövő felé, vagy azért lesz érdektelen a jelenünk, mert már mindig is a jövőnkben vagy a múltunkban élünk. Mindenestre lehet patológikus, ha a jövő vagy a múlt teljesen elfedi számunkra a most-ot.

Az unalom betegessé válásáról sokszor olvashatunk például Csehov műveiben. A XIX-XX. század irodalmának egyébként is kiemelkedő témája az unalom, főleg az orosz realista regényeknek, kisemberekkel foglalkozó elbeszéléseknek lesz apropója, de a nyugat-

európai művészetet is nagyban foglalkoztatja a tematika ezidőtájt. Csehovnál valahogy mindig előkerül ez a kérdés, drámákban, elbeszélésekben egyaránt foglalkozik az unalommal, mely elsősorban a nosztalgiához és az időskorhoz kötődik nála.

Ilyen például az *Unalmas történet* című novella is, mely nagyon jó például szolgálhat az unalomnak erre a fajtájára. Az elbeszélés főhőse, Nyikolaj Sztjepanovics, idős orvosprofesszor, aki gyötrő álmatlanságban szenved. A hatvankét éves doktor beszűkült, rutinba zárt, unalmas élete még azt sem engedi meg, hogy nyugodtan, tartalmasan aludhasson éjszakánként. Az álmatlanság az a terület, ahol unalom és szorongás leegyezteltműbben találkozik, együtt van jelen. „Amikor megunom a járkálást, leülök az asztalomhoz. Mozdulatlanul ülök, nem gondolok semmire, nincs semmi kívánságom. Ha könyvet látok az asztalon, gépiesen magam elé húzom, és a legcsekélyebb érdeklődés nélkül olvasni kezdem.”¹⁷

Az unalom forrása itt egy gépiesen boldogtalan élet, melyben minden egyes nap ugyanúgy zajlik, minden beszélgetés ugyanúgy végződik, s minden változtatás lehetetlen. Az unalom halálra várakozó aspektusát Csehov egészen konkrétan megrajzolja ebben a történetben. Egy olyan életbe pillanthatunk bele, amely érzelmileg teljesen kiüresedett, közömbös a világ és önmaga iránt. Egy múltba révedő, nosztalgizáló, a végességtől és az élet kényszerétől egyszerre szorongó alakot látunk, akinek a jelene kiüresedik az emlékezés és a várakozás együttesében: „valahányszor hazafelé megyek, mindig felnézek az égre, és arra gondolok, hogy a halál nemsokára eljön értem.”¹⁸ vagy: „Én pedig úgy érzem, minden engem figyel, és azt nézi, hogyan fogok mindjárt meghalni...”¹⁹

A világ itt is megtagadja magát, Sztjepanovics soha semmit nem talál érdekesnek, semmilyen hatást nem tesz rá környezete. Unalma időnként gyűlöletbe fordul át, hiszen egyre sűrűbben, egyre fojtogatóbban veszi körül. Az idő kitágul, minden örökkévalóságnak tűnik, mégis könnyen megbékél az idő múlásával. „Azelőtt, ha a pályaudvaron vonatra kellett várnom, vagy ha vizsgáztam, egy negyedórát is örökkévalóságnak éreztem; most képes vagyok egész éjszaka mozdulatlanul ülni az ágyamon, és tökéletes közönnyel gondolni arra, hogy holnap ugyanilyen hosszú, egyhangú éjszaka vár rám, és valószínűleg holnapután is...”²⁰

Közönyösségét azonban nem pozitívnak látja, hanem azt érzi, hogy az unalom a lélek betegsége, paralizise, melyből nem lehet kigyógyulni, de abban segít, hogy önmagunkat

¹⁷ Anton Pavlovics CSEHOV: *Unalmas történet – Elbeszélések 1887-1891*, Osiris, Budapest, 2005, 561.o.

¹⁸ CSEHOV, u. o.593.o.

¹⁹ CSEHOV, u. o.602. o.

²⁰ CSEHOV, u. o.605. o.

megismerjük – unalmunkban. Az elbeszélés legfőbb érdekessége, hogy egy olyan karaktert ismerünk meg, aki nem csak a környezetét, az embereket, vagy önmagát, de még saját unalmát is elunta.

Hasonló világot rajzol meg Csehov *Unalmas élet* című művében is. Egy idős, nyugdíjas házaspár mindennapjai jelennek meg előttünk, miután elvesztették egyetlen gyermeküket, s ezzel életük célját is veszítette. A jelen unalma sokszor abból táplálkozik, hogy megszűnik a jövő értelmének lehetősége, hogy nincsenek már beteljesíthető, elérhető vágyak, s ez kiüresíti a most-ot, melyben ezekért a célokért cselekedhetnénk. Úgy tűnik nekem, Csehovot leginkább az unalomnak ez a fajtája érdekli, történetei főleg ezért foglalkoznak az időskori unalommal, melyben a legszembetűnőbb ez az aspektus.

Az elbeszélés fő unatkozója Arkagyij Petrovics, nyugdíjazott ezredes lesz, akinek munkája megszűntével, s egyetlen lányának halálával egycsapásra eltűnik minden életcélja, s mindennapjai értelmetlenné válnak, létezése beszűkül.

Rendesen nagyon korán, már hajnali négy órakor ébredt; fűlsértő, öreges köhögéssel kezdte a napját, felverte vele Anna Mihajlovna-t és az egész cselédséget. Hogy valamivel agyonüsse a hosszú időt hajnaltól ebédig, ha csak ágyhoz nem szögezte a reuma, végigbolyongta az egész házat, és szóvá tett minden rendetlenséget, amit pedig mindenütt felfedezett. (...)

Elfoglaltsága nem volt. Anna Mihajlovna szerette volna bevonni a munkájába, de a tábornok már az első rendelésen ásitott és unatkozott. A könyvekre sem sikerült rákapatni. Nem tudott hosszan, órákig olvasni – szolgálata alatt hozzászokott, hogy minduntalan félbeszakították.²¹

Az unalom elleni taktikázásról szól ez a mű. Hogy hogyan próbál meg ez az idős pár célt keresni magának, mindhiába. Arról, hogyan próbálják felépíteni maguknak azt az illúziót, hogy az életük még mindig értelmes és fontos. A feleség gyógyítani kezd, betegeket fogad, annak ellenére, hogy csöppet sem ért az orvostudományhoz. Az ezredes váratlanul templomba kezd járni, aztán társasági életet akar élni, máskor csak a betegeket piszkálja a rendelőben, de még így is a tétlenség tölti be mindennapjait. Mindketten keveset és rosszul alszanak, s így főleg evéssel foglalják el magukat, amikor csak lehet.

A történet nem is tud máshogy véget érni, mint az ezredes halálával. Nincs más kiút ebből a fajta nyomasztó unalomból. A halálra való várakozás unalma csak a halállal szűnhet meg.

²¹ A. P. CSEHOV: *Unalmas élet*; Regény, nagybögrével. Elbeszélések 1885-1886, Osiris klasszikusok, Budapest, 2007, 535. o., ford.: Rab Zsuzsa

Negyedik elmélkedés – Az unalom és a végesség

Az unalom átenged minket önmagunknak. Valahol ebben rejlik az unalom minden szorongatása és minden jótékony hatása is. Az unalom nem csak úgy általában teszi fel nekünk a lét kérdéseit, hanem a mi egyedi létezésünkre kérdez rá, s ezzel egyidőben a mi saját végességünkre hívja fel a figyelmet. Ettől olyan ijesztő. Az embernek úgy kell célokat és vágyakat találnia és azokért kitartóan, elkötelezetten küzdenie, hogy közben tisztában van vele, hogy mindez legkésőbb halálával felszámolódik. Ez a felismerés az unalom legfőbb forrása lehet, mert kiüresíti a létezést. Nem csak arról van szó, hogy mi vagyunk a felelősek saját, értelmes életünk kialakításáért, valamivé válásunkért, hanem egyben arról is, hogy mindez értelmetlennek tűnik a végesség tükrében.

Az unalom ezért leggyakrabban akkor támad, amikor ez a végesség közelségbe kerül. Ez a forrása az említett Csehov művek unalmának is. Az élet ilyenkor a halálra való várakozás élményére degradálódik, s ez maga az unalom.

Szintén egy irodalmi példával szeretném megvilágítani ezt az állításomat. Camus *A pestis*²² című regényével foglalkoznék kicsit, mely számomra az unalom egyik modelljét jelenti.

Minden várakozás halálra való várakozás. Ahányszor csak feltartóztatnak, az időnk végessége frusztrál minket tudatalatt. „Erre nincs időm!” – szoktuk mondani ilyenkor. Bár Camus regényének témája nem konkrétan az unalom, maga pestis mégis lehetővé teszi, hogy az unalom elkerülhetetlenné váljon, hiszen mindent megad, amiből az unalom táplálkozik: a halál közelségét, a bezártságot, a tehetetlenséget, a semmittevést, a mindennapok monotonitását, az emberi kapcsolatok beszűkülését és végül a közömbösséget, s a véget nem érő várakozást. Camus többször is hangsúlyozza, hogy a pestis alatt az egész város olyanná válik, mint egy nagy váróterem.

Egy körülzárt, beteg város patológikus unalmával találkozunk ebben a regényben. A nagyvárosok megszokott, mindennapos, poros unalmasságát váltja fel egy mindent átható, minden más érzelmet felülíró mély unalom. „Igen, a pestis, akár az elvont világ, monoton volt.”²³ Ebben a világban az unalom két irányból is közelít: az egyik forrás az átlagember teljes tehetetlensége, passzivitása, beszorított várakozása, a másik pedig a cselekvő emberek (orvosok, hivatalnokok) sziszifoszi, állandóan újrakezdődő, reménytelen küzdelmének

²² CAMUS: *A pestis*, Regények és elbeszélések, Európa Könyvkiadó, Budapest, 1979

²³ CAMUS: *A pestis*, u. o. 317. o.

közömbössége. Évek telnek el úgy, hogy nincs érdemi változás. A tömeges halál és betegség a mindennapok részévé válik. Oran városának lakói hamar kimerülnek, az érzelmi energiák is elmosódnak, már nincs erő érezni a gyászt, a félelmet, a vágyakat. „Egyhangú érzelmeket élt át mindenki.”²⁴ A pestis egy állandósult, tömeges levertséget idéz elő, a maga „végeláthatatlan topogásával”. A hosszú távú szorongás unalma ez. Egy beláthatatlan időtartamú, kényszerű szünidőt jelent ez a város lakóinak, egyfajta száműzetést, melyben a kezdeti izgalmak után már csak egyfajta fáradt közöny marad meg az emberekben, s az empátia képessége totálisan felszámolódik: „senki sem képes igazán a másakra gondolni, még a legnagyobb szerencsétlenségben sem.”²⁵

Azért gondolom, hogy ez a regény az unalom modelljéül szolgálhat, mert felnagyítva, tömeges jelenséggé kerül bemutatásra mindaz, ami az unalmat előidézi, s szimbólumrendszere számomra egy az egyben az unalom okait, illetve „tüneteit” testesíti meg.

A mű azzal kezdődik, hogy a nagyvárosok poros, átlagos unalmát megzavarja egy furcsa jelenség, patkánytetemek tűnnek fel tömegesen az utcákon, a házakban, vészjósló előjelként, hogy valami készülődik, valami történni fog. Később megjelennek az embereknel is az első pestises megbetegedések, s a kór diagnosztizálásával az első korlátozó intézkedések. A város életét mégiscsak akkor kezdi igazán befolyásolni a pestis jelenléte, amikor lezárják a területet. Egy lélek sem hagyhatja el innentől kezdve Orant. Se ki, se be. A vesztegzár a kezdeti feszültségeket követően, csak tehetetlenséget hagy maga után. Nem lehet kitörni. Ez az unalom magányának szinonimájaként értelmezhető. Az önmagunkba való bezártság jelképe lehet. Van egy szereplő, egy újságíró, Rambert, aki pont a városban rekedt, amikor bevezették a vesztegzárat. Minden lehetséges módon megpróbál kitörni ebből a helyzetből, kijutni a fertőzött területről, hogy távollévő szerelmét újra láthassa, de nem sikerül neki. Végül feladja a küzdelmet és ő maga is beáll a betegség ellen harcoló mentőosztagba. Az unalomban minden szabadulási kísérlet meghiúsul.

A vesztegzár bevezetése után lassan tudatosul a lakókban, hogy életveszélyben vannak, össze vannak zárva egy halálos betegséggel, amit ők is, szeretteik is bármikor megkaphatnak. Páni félelem és szorongás váltja fel a kezdeti nemtörődömséget. A halál mindennapos közelségbe kerül. Az emberek először a vallás felé fordulnak, de aztán az is kiüresedik, ahogy minden érzelem is. A végesség és bezártság tükrében értelmetlenné válnak a hosszabb távú célok. Marad a mulatozás, az érzéki örömök hajszolása. Végül eltűnik az

²⁴ CAMUS: *A pestis*, u. o. 396. o.

²⁵ CAMUS: *A pestis*, u. o. 448. o.

aggodalom, eltűnik a szórakozás is. Egy bamba, közönyös, érzelemmentes társadalom képét látjuk. A betegség elleni küzdelmet lassan feladják az orvosok is, egyre több a beteg, a halott, nincs mit tenni. A város végül elfárad az unalom elleni monoton küzdelemben. A sorozatos és tömeges halálesetek még a halál egyediségét, a temetés, a gyász személyességét is eltörlik. Minden nap a halottak napja lesz. Eltűnik mindenfajta jövőperspektíva, s ezáltal a jelen is kiüresedik, megszűnik értelmesnek lenni, mert változatlanságával önmagába zárul, ismétlődik. A létezés álomszerűvé, abszurdá válik. És amikor már végképp belesüpped az egész város a halálra való tehetetlen várakozásba, az unalomba, akkor kezd csitulni a betegség, majd tűnik el, felszámolva a korlátokat, a bezártságot, a magányt, az unalom és szorongás nyomasztó terhét.

Ebben a történetben az unalom legtöbb aspektusa bemutatásra kerül, de legfőképpen a saját végességünkbe való bezártság ábrázolása miatt tartom fontosnak. Mert annak minden szorongását és unalmát, minden fájdalmát és közönyét egyszerre képezi le.

Ötödik elmélkedés – Az életunalom

Mint már említettem, az unalom ördögi kör. Kitörni belőle külső segítség nélkül lehetetlen. Miközben az unalomban pont, hogy a külső tagadja meg magát, így aztán valójában segítséget kapni sem lehetséges. Az unalom felszámolásához önerő kell, maga az unalom viszont éppen ezt az önerőt törli el. Ezt a boldogtalan állapotot csak a hosszú távú célok szüntethetik meg, hiszen csak ez teheti értelmessé számunkra a jelen pillanatot. Közben azonban az unalom felőrli ezeket a célokat és vágyakat, mert a végesség tudatával felszámolja értelmességüket. Az unalomnak ez a fajta megszüntethetlensége hívta elő az életunalom jelenségét, melynek rengeteg példája fellelhető a világirodalomban.

Ha már szó volt Csehovról, érdemes beszélni például az orosz irodalom tradícióiról, mely bővelkedik az unalom leírásában. A felesleges ember hagyománya Puskindól Lermontovig végigkíséri az orosz írók elbeszéléseit, drámáit. Az életunalom legfőbb megtestesítője ezen a területen mégis leginkább Goncsarov *Oblomovja*²⁶ lehetne. Bár Oblomov alakját gyakran inkább a lustasághoz és nem az unalomhoz szokták hozzákapcsolni, semmittevése mégis abból a felismerésből fakad, hogy az emberek által kitűzött célok; a szórakozás, a munka, a művészet, valójában értelmetlenek, s ezáltal végtelenül unalmasak.

²⁶ GONCSAROV: *Oblomov*, Európa Könyvkiadó, 1960, ford.: Németh László

Úgy tenni mintha ezek fontosak és érdekesek lennének, semmivel sem jobb, mint egész nap az ágyban feküdni és nem csinálni semmit.

De az európai hagyományban is megtalálhatjuk az „oblomovizmus” párdarabjait, bár nyilván valamelyest változik a nézőpont, amelyből az életunalom bemutatásra kerül. Ott van például Büchner egyik drámája a *Leonce és Léna*, melyben megjelenik a par excellence unatkozó, a herceg, akinek soha semmi dolga sincs. „Mind a két kezem teli tennivalóval, annyi a munkám, hogy azt se tudom, hol áll a fejem. Ide figyeljen, először is egymás után háromezréztötször kell leköpnöm ott azt a követ. Naplopó vagyok? Nincs most mivel töltenem az időmet? Igen, ez szomorú...”²⁷ Leonce és hű társa, Valerio az életunalom megtestesítőjeként gyakorolják a semmittevést napról napra, lerántva ezzel a leplet mindazokról, akik abban az illúzióban élnek, hogy valami értelmeset csinálnak, vagy hasznosan töltik el az idejüket. A darab fő filozófiai tézise az lenne, hogy valójában minden cselekedetünk semmittevés, s minden vágyunk, tettünk mozgatórugója az unalom.

A méhek oly lustán ülnek a virágokon, és a napfény oly lomhán hever a földön. Iszonyú semmittevés grasszál mindenütt. – A semmittevés a bűn kezdete. – Mit meg nem tesznek az emberek unalmukban! Tanulnak unalomból, imádkoznak unalomból, szeretnek, házasodnak, szaporodnak unalomból, és végül belehalnak az unalomba, és – és ez a dolog humora – mindezt fontoskodó képpel, maguk se tudják, miért, s tudja isten, mit gondolnak közben. Mindez a sok hős, zseni, tökfej, szent, bűnös, családapa velejében nem más, mint rafinált naplopó.²⁸

Gyógyíthatatlan melankólia, boldogtalanság és unalom találkozik Leonce karakterében, és persze a végesség tudata, mely minden cselekedetét, vagy épp nem-cselekedetét kíséri. Bezártság érzet, magány és fölöslegesség-tudat: az életunalom biztos receptje.

Egy másik fontos megírója ennek a jelenségnek Alberto Moravia. A XX. századi olasz író talán egyik legismertebb regénye az *Unalom*, mellyel most röviden foglalkozni szeretnék.

Az unalom ebben a műben sem pusztán a mulatságos időtöltés, a szórakozás ellentéte, hanem sokkal inkább a valóság elsorvadásának, beszűkülésének következménye. „Unalmamat a tárgyak egyfajta betegségének is nevezhetném”²⁹ – gondolja a főhős. Számára az unalom abból fakad, hogy a valóság valamely része képtelennek kezd tűnni, megtagadja magát tőle, idegennek látszik, melyhez már semmi köze sincsen. Az önmagába való beszorítottság

²⁷ BÜCHNER: *Leonce és Léna*, Európa Könyvkiadó, 1982, ford.: Thurzó Gábor, 87. o.

²⁸ BÜCHNER, u. o. 88. o.

²⁹ Alberto MORAVIA: *Az unalom – Cecília szerelmei*, Ciceró, Budapest, 1981, ford.: Zsámboki Zoltán 9. o.

érzésének következménye ez. Én és a világ kapcsolatának paradox megbomlását ez a mű írja le a legjobban. „Tehát az unalom nemcsak azt jelenti, hogy képtelen vagyok kilépni önmagamból, hanem azt az elvi tudatot is, hogy valamiféle csoda révén, kiléphetek önmagamból.”³⁰

Főszereplőnk, Dino, gyötrő unalmát semmi sem tudja enyhíteni. A legtöbb idézett történetéhez hasonlóan, itt is csak az unalmat tudjuk meghatározni, mint minden cselekedet mozgatórugóját, s az egész világtörténelmet is csak az unalom szempontjából gondolhatjuk el. Ebben a történelemben is kezdetben az unalom, a káosz uralkodott. Aztán az Úristen ráunt erre az unalomra és megteremtette a Földet. Az első emberpár unatkozott, ezért evett a tiltott gyümölcsből. Aztán Isten megunta az embereket, jött az özönvíz. A pogányság unalma hozta létre a kereszténységet, a katolicizmus unalma a protestantizmust, ez európaiak unalmából fedezték fel Amerikát, és így tovább.

Kierkegaardhoz hasonlóan Moraviánál is a vágyakhoz, vagy azok hiányához kapcsolódik az unalom érzése. Dino egyszer valami ilyesmit fogalmaz meg: „semmit se akartam csinálni, de hevesen vágytam rá, hogy valamit csináljak.”³¹ Valahogy a vágyak meghatározatlanságával és beteljesíthetetlenségével kapcsolódik össze ez az életunalom, melyet semmilyen örömforrás, sem a szexualitás, sem a művészi alkotói tevékenység nem tud feloldani soha.

Moravia úgy írja le az unalmat, mint egyfajta bezártságot, önmagunkba való beszorítottságot, de emellett Heideggerhez hasonlóan azt is hozzáteszi, hogy az unalom olyan, mint egy különös kód, melyben egy-egy másodpercre meglátható a valóság egy része, miközben a fő probléma éppen az, hogy a világgal való kapcsolat szűnik meg, az idő pedig megáll. Az a fajta ellentmondásosság, mely szerintem a leginkább jellemzi az unalmat, ebben a regényben tisztán érzékelhető. Megtagadja a világot, de meghagyja a tudatot, hogy a világ valahogyan még elérhető. Megszünteti a vágyakat, de meghagyja azt a vágyunkat, hogy vágyjunk valamire. Nem tudunk kapcsolódni semmihez, mégis mintha valami felsejlene a létezésből. Minden értelmetlennek tűnik, s mintha mégis ott lenne valamiféle értelem ebben az értelmetlenségben.

³⁰ MORAVIA, u.o.10.o.

³¹ MORAVIA, u.o.23.o.

Hatodik elmélkedés – Unalom és szorongás

Homogén érzéseink, hangulataink nincsenek. Nem létezik tiszta, mély unalom. Rengeteg hatás és érzelem keresztüzében élünk. Az unalomhoz is mindig számos kísérő érzés társul. Ilyenek például a magány, a motivációhiány, a tehetetlenség, a türelmetlenség és a szorongás.

Mint már említettem, unalom és szorongás nem elválasztható egymástól. Nem két ellentétes pólusról van szó. A pszichológiában legtöbbször a motiváció kérdése kapcsolja össze ezt a két fogalmat. Ha olyan feladatot kapunk, mely túlzott kihívást jelent számunkra, nehezebb, mint amivel képességeink elbírnak, szorongani kezdünk, ha viszont túl könnyen boldogulunk valamivel, ránk tör az unalom. Csíkszentmihályi Mihály flow-elméletében³² például a tökéletes élmény akkor jön létre, ha megtaláljuk unalom és szorongás határmezsgyéjén az öröm területét, azaz olyan cselekedetet végzünk, mely megfelel képességeinknek, ezáltal leköti figyelmünket.

A helyzet azonban nem ilyen egyszerű. Unalomnak és szorongásnak is vannak mélyebb rétegei. A mindennapi aggodalmakon túl beszélhetünk egzisztenciális szorongásról és unalomról. A kettő nem választható el egymásról, eredendően együtt vannak jelen.

Heidegger írásaiban szintén elkülöníti egymástól két fogalmat. A mély unalomban szerinte valami megnyílik a létezésből, az idő egyszeri és egyetlen összhorizontja nyilvánul meg, mely nem más, mint a jelenvalólét a maga egészében. „A mély unalom, amely a jelenvalólét szakadékaiban ködként gomolyog, valamennyi dolgot, minden embert s velük együtt önmagunkat is egyfajta furcsa közömbösségbe szorít be. Ez az unalom a létezőt a maga egészében nyilvánítja meg.”³³ A szorongás ezzel szemben a Semmi tapasztalatához kapcsolódik nála. Ebben az alaphangulatban szintén egyfajta közömbösségbe süllyedünk, de éppen azért, mert a szorongás az egészében vett létezőt hagyja elsiklani. Az unalom tehát a létezőhöz, a szorongás pedig a nem-létezőhöz kapcsolódik nála. Ellentétes fogalmak.

Lét és a Semmi azonban összetartoznak. „Az egészében vett létező csak a jelenvalólét Semmijében jön el önmagához a maga legsajátabb lehetősége szerint, azaz véges módon.”³⁴ A Semmi nem a létező ellentéte, hanem hozzátartozik, Heidegger ezt többször is hangsúlyozza. Ha viszont ez így van, akkor az unalomnak és a szorongásnak is szükségszerűen együtt kell jelen lennie. Az egyik nem a másik tagadása, ellentéte, hanem szükségszerűen összetartozó alaphangulatokról van szó.

³² CSÍKSZENTMIHÁLYI: *Flow*, Akadémiai Kiadó, Budapest, 1997

³³ Martin HEIDEGGER: *Mi a metafizika?* In: „...költőien lakozik az ember...” – Válogatott írások, T-twins kiadó/ Pompeji, Budapest, Szeged, 1994, ford.: Vajda Mihály, 20.o.

³⁴ HEIDEGGER: *Mi a metafizika?* u. o. 31. o.

Ha jobban megnézzük, hogy Heidegger egyébként milyen fogalmakat használ a két hangulat leírására, azt látjuk, hogy nincs is olyan sok eltérés. Közömbösség, üresség, az én felszámolódása („akárkivé” válás), otthontalanság. A tágasság üressége és a Semmi üressége nagyon is hasonlítanak egymásra. Minden unalomban egyszerre van jelen a végtelenség és a végesség szorongatása.

Az unalom és a szorongás az álmatlanságban találkoznak a legszembetűnőbben. Erről a tapasztalatról beszél Lévinas is, amikor az elhagyatottság kapcsán a létbe való belevetettségéről ír, mely olyan, mint az üresség bősége, a csend morajlása. „A van a tiszta egzisztálás könyörtelensége.”³⁵ Az unalom szerintem éppen ezt az elhagyatottságot, magányt és könyörtelenséget hozza magával. Lévinas példának hozza az álmatlanságot, mint cél nélküli szenvedést, melyben az idő nem tart sehová. A fojtogató, meg nem szüntethető álmatlanság szerintem az unalom egyik tipikus példája lehet. Az eddig idézett irodalmi művekben is, a legtöbb főhős unalmához tartós álmatlanság társul, ami nem véletlen. Az álmatlanságban kitágul az idő, beleszorulunk saját tudatunkba, szembesülünk magányunkkal. Egyetlen vágyunk – az álom – elérhetetlenné válik, céltalanul hánykolódva igyekszünk kitölteni az éjszaka óráit gondolatainkkal, vagy éppen azon vagyunk, hogy lecsendesítsük elménket. Sodródó, tehetetlen állapot az álmatlanság. A kívüliség állapota ez, amikor az éjszaka nem fogad be minket. A rosszalvó nem találja a helyét, forgolódik, mert otthontalan.

Minden unalom és szorongás ősforrása a szabadság és végesség, illetve annak tudata. Minden tettünkkel formáljuk a világot és alakítjuk önmagunkat is. Sartre szerint³⁶ minden cselekedünk intencionális, azaz célja és indoka van. Minden indíték egy nemlegesség, mert csak a cél alapján fogható fel, s a cél nem-létező. A jövő így fordul vissza jelen és múlt felé. A cselekvés dönt saját céljairól és indítékairól, a cselekvés a szabadság kifejeződése, mely minden lényeg alapja. „Egy olyan létező vagyok, aki szabadságáról cselekedetei révén tudomást szerez; ám olyan is vagyok, akinek az individualitása, felcserélhetetlen létezése mint szabadság temporalizálódik”³⁷. A szabadságban találkozunk az egyéni létezés zártsága és a cselekvési lehetőségek nyitottsága. „A szabadság tudata vagyok”³⁸ – mondja Sartre. Ez a szabadság pedig az emberi valóságunk semmije. A nem-létezőre való irányulásunk képessége. Arra vagyunk ítélve, hogy mindig is cselekvéseink indítékain túl kelljen léteznünk. „Az emberi valóság azért szabad, mert sosem elégséges önmagának, mert állandóan el van

³⁵ Emmanuel LÉVINAS: *Az idő és a másik*, <http://www.vilagossag.hu/pdf/20071204090340.pdf>, 40.o. (utolsó letöltés: 2015-01-06)

³⁶ SARTRE: *A lét és a semmi*, u. o. 519. o.

³⁷ SARTRE: *A lét és a semmi*, u. o. 521. o.

³⁸ SARTRE: *A lét és a semmi*, u.o. 521. o.

szakítva önmagától, és mert az, ami volt, mert egy semmi választja el attól, amiként jelenleg van, vagy ami a jövőben lesz.”³⁹ A szabadság az ember létének semmije – mondja Sartre.

Összegzés

Ez a gondolat vissza is kapcsolja a problémát az időkérdéshez. Innen már látható az is, hogy miért nem választható le a szorongás az unalomról. Halandóságunk determináltságának tudata és végtelen szabadságunk gondolata egyszerre nyomaszt minket az unalomban. Ráadásul ebben az érzésben teljesen magunkra maradunk, s érezzük, hogyan szorít be saját létezésünkbe, önmagunkba. Arra vagyunk ítélve, hogy felelősséget vállaljunk ezért a létezésért, mely eltörölhetetlenül és csakis a miénk, úgy, hogy közben tisztában vagyunk az egész mulandóságával és ezáltal értelmetlenségével is. Minden semmittevésünk és minden hétköznapi küzdelmünk ebben a felismerésben gyökerezik. Ez adja meg az unalom dinamikáját. Mert az ember örökké ingadozik a teljes, közömbös tétlenség és az unalom elleni megszállott harc között. De bármelyik irányba is megyünk, cselekvésünk, vagy nem-cselekvésünk mozgatórugója mindig az unalom lesz. Kilépni nem tudunk az unalom ördögi köréből.

Dolgozatomban igyekeztem megvilágítani, hogy milyen problémákkal szembesül a létező ebben a bizonyos ördögi körben. Hogy az unalom meghatározza a világhoz és a Másikhoz való kapcsolódási lehetőségeinket, mozgatja minden boldogságkeresési utunkat és, hogy az unalom által felvetett problémák, így maga az unalom is a filozófia legfőbb kérdéseit érintik.

³⁹ SARTRE, u.o. 523. o.

Bibliográfia

BÜCHNER: Leonce és Léna, Európa Könyvkiadó, 1982, ford.: Thurzó Gábor

Albert CAMUS, *A pestis*, *Közöny* in: Regények és elbeszélések, Európa Könyvkiadó, Budapest, 1979

Anton Pavlovics CSEHOV: *Unalmas történet – Elbeszélések 1887-1891*, Osiris, Budapest, 2005

A. P. CSEHOV: *Unalmas élet*: Regény, nagyböggővel. Elbeszélések 1885-1886, Osiris klasszikusok, Budapest, 2007, 535. o., ford.: Rab Zsuzsa

CSÍKSZENTMIHÁLYI: *Flow*, Akadémiai Kiadó, Budapest, 1997

GONCSAROV: *Oblomov*, Európa Könyvkiadó, 1960, ford.: Németh László

Martin HEIDEGGER: *A metafizika alapfogalmai*, Osiris kiadó, Budapest, 2004

Martin HEIDEGGER: *Mi a metafizika?* In: „...költőien lakozik az ember...” – Válogatott írások, T-twins kiadó/ Pompeji, Budapest, Szeged, 1994, ford.: Vajda Mihály

KARINTHY Frigyes: *Unalom*, in: Válogatott versek és novellák, Osiris, Budapest, 2011

Sören KIERKEGAARD: *A közvetlen erotikus stádiumok avagy a zenei erotikus* in: *Vagy-vagy*, ford.: Dani Tivadar, Budapest, Osiris, 2001

Emmanuel LÉVINAS: *Az idő és a másik*, <http://www.vilagossag.hu/pdf/20071204090340.pdf> (utolsó letöltés: 20154-01-06)

LUKÁCS György: *Esztétikai kultúra*, in: Ifjúkori művek (1902–1918). Szerk. és a jegyzeteket készítette Tímár Árpád. Magvető Kiadó, Bp. 1977

MÁRAI Sándor: *Unalom* in: *Panaszkönyv, Medvetánc, – tárcanovellák*, helikon kiadó, 2007, Szombathely

Alberto MORAVIA: *Az unalom – Cecília szerelmei*, Ciceró, Budapest, 1981, ford.: Zsámboki Zoltán

Blaise PASCAL: *Gondolatok*, Gondolat Kiadó, Budapest, 1978, ford.: Pődör László

Jean Paul SARTRE: *A lét és a semmi*, L'Harmattan, Budapest, 2006, ford.: Seregi Tamás

Arthur SCHOPENHAUER: *Az érdekesről és az unalmasról*, in: *Művészeti tanulmányok*. Knoll Galerie, Budapest – Bécs, 1992

Arthur SCHOPENHAUER: *Életbölcsség*, Szukits Könyvkiadó, 2001, ford.: Dr. Kelen Ferenc