

## *Harcolj vagy menekülj*



*“Bravery is the capacity to perform properly even when scared half to death.”*  
*[A bátorság annak a képessége, hogy akkor is megfelelően teljesítsünk ha halálra vagyunk rémülve.]*  
*Omar Bradley, a normandiai partraszállást vezető amerikai tábornok*

A bátorság a félelem teljes hiányát takarja? Bátorság vagy botorság a Summariumban leírt passzus, miszerint az orkok inkább csonkig égetik a kezüket becsületből és bátorságból, minthogy meghátráljanak? Hogyan jelenik meg a félelem és ennek a kóros formája, a fobia és a paranoia a szerepjátékban? Meg KELL-e jelenjen egyáltalán, vagy a hősök sosem félnek? Ezt a kérdést akarom boncolgatni egy kicsit az alábbi oldalakon.

A félelem, mint előző cikkemben írtam, minden legalább kezdetleges tudattal bíró érzelmekre képes élőlénynek alapvető képessége a félelem. Ez egyfajta védekezési mechanizmus, az öfenntartás ösztönéhez kapcsolódik. Ez összekötte egy érzelmi memória nevezetű képességgel segít megvédeni, életben tartani az adott élőlényt ami hosszú távon evolúciós előny. Aki fél az elkerüli az ismeretlennel a potenciális veszéllyel való találkozás lehetőségét is. A félelem mellett, hogy ösztönös, tanult viselkedés is és itt kell visszatérni az érzelmi memóriára.

Érzelmeinket agyunk amygdala nevezetű része dolgozza föl, vezényli az erre adott reakciókat. Ha az adott érzelmet többször tapasztaljuk meg egy adott dologgal kapcsolatban és megerősítést is kapunk rá [visszacsatolást] akkor az amygdala érzelmet társít hozzá, ez esetben félelmet. Ha nincs visszacsatolás egy adott dologra, akkor nem félünk tőle, viszont nem is vagyunk elővigyázatosak vele kapcsolatban tehát potenciális veszélyforrás. Remek példa erre a kismacska. Neki nincsenek tapasztalatai és a felnőtt állatra jellemző ösztönös paranoia még nincs meg benne, ezért kell minél hamarabb minél több emberrel megismertetni, különben egész életére félni fog az emberektől. A macska eredendően kíváncsi, ezért kell vigyázni, hogy a kisállat ne kerüljön vezeték közelébe, mert megrágja, de ne kerüljön egyéb veszélyforrás közelébe sem. Az édesanyja segítségével nélkül igen kicsik a túlélési esélyei, pedig a kismacska a legbátrabb élőlény a világon. Ebből is látszik, hogy az az ork aki fájdalompróba címén csonkig égeti a kezét az nem bátor, hanem hülye. Nem fél, mert a Summariumban benne van, hogy nem fél, akárcsak a kismacska de mivel felnőtt élőlény, volt annyi tapasztalata, hogy tudja, hogy a tűz ártalmas. Ezután neki logikus döntés kell hogy legyen a dolog.



Az adott ork erre azzal reagálna, hogy pofán vágja a bírót, vagy büntetésnek fogja föl a dolgot és elviseli a törzsért a harcképtelenséget. Becsületből még a jakuza sem teszi harcképtelenné a tagjait, csak csökkenti a harci értéküket a fogás stabilitásának csökkentésével. [Kisujj önamputánó.]

A félelemre adott választ "fight or flight" reakciónak hívják, ami szabad fordításban harcolj, vagy menekülj jelent. Az adott élőlény a lehető legősibb módon általában méret sebesség agresszió mértéke alapján fölméri a saját esélyeit és ha menekülni könnyebb igyekszik elkerülni a sérülést és menekülőre fogja a dolgot. Ha valami sarokba szorítja akkor támad. Ehhez egy embert már nem kell szó szerint sarokba szorítani, saját meggyőződése, érzelmei is képesek erre egy bizonyos mértékig lásd harci morál. Becsületesen fog harcolni amíg képes rá de egy bizonyos mértékű inger után teljesen a létfenntartási ösztön veszi át az irányítást és a csapat egysége fölbomlik, az egyedek túlélési esélyei romlanak, tehát ők is nagyobbak fogják érezni a veszélyt és rövid időn belül a fél hadsereg menekülőre fogja a dolgot. Ez már egy kicsit kalandozóorientáltabb megközelítés, nem?

Ha egy élőlény nagyobb ingert kap ugyanazzal a dologgal kapcsolatban, akkor nagyobb a válaszreakció mértéke, lásd pánik. Szupernormális ingerre szupernormális válasz. A sokkal nagyobb piros stop jelzőfényre az autós reflexesen beletapos a fékbe. A nagy tojásra a kismadár sokkal nagyobb gondoskodással reagál, pedig a nagy tojás a kakukké. A kakukkfőka nagy csőrébe fogja a több élelmet pottyantani és nem a fiókái kisebb csőrébe. A "nagy csöcs mániának" és a pornográfának is ez az alapja. Az a bizonyos testrészt a reprodukciós esélyekre utal, akinek nagyobb van az jobban el tudja látni az utódokat, tehát ezt kell preferálni. Azt sajnos a természet nem programozta belénk, hogy szilikonprotézisre ne mozduljunk. Szupernormális ingerre szupernormális válaszreakció. Ugyanez vezérli a junk food ipart is, hisz az adott élelem teli van mesterséges nátrium glutamáttal ami a fehérjéket, a tápláló élelmet jelzi [fehérje eredetű, aminosav származék, a glutaminsav nátriumsója], emellett zsírokkal és persze szénhidrátokkal. Ez is egy ilyen inger és erre a válasz az hogy extra étvágygerjesztőnek látjuk az élelmet és jól befaljuk. Mivel minőségi értéke szinte semmi, nem táplál de mesterségesen még étvágygerjesztőbb, természetesen tovább eszünk és jól meghízunk.

Hála a félelemmemóriának ez egy idő után meg is maradhat, ekkor fóbia alakul ki. Ha egy kicsit mélyebben pillantunk bele az eredetébe, akkor a fóbiához kell egy feltételes inger [magasság] egy feltétlen inger ami erről visszacsatolást ad [például a vizsgált személy gyerekkorában lezuhant valahonnan]. Erre egy feltételes reakciót kapunk, ami úgy működik, mint a pavlovi reflexek [acrophobia, félelem a magasságtól]. Ez alapján bármely karakternél kialakulhat fóbia, azaz patológiás [kóros] félelem bármely dologra. Ezt nem E-ben vagy sanityben kell mérni, hanem ki KELL játszani.

A fóbia, mint bármely feltételes reflex sikeresen eltörölhető. Ha az adott fóbia feltételes reflex és nem neurobiológiai okai vannak, kétséges, hogy illene rá az az adott 100E amit a MAGUS ír. Ami a karakter adott része, ami karmikus átok [a neurobiológiai ok az egy átok a fizikai világban való megtestesülése, míg a mágikus rész az ideák világán van jelen, bár erősen gyanított, hogy bizonyos fóbiáknak lehetnek ilyen okai, erre utal a családi halmozódás]. A többi mind a hagyományos deszenzitizációs pszichoterápiával, kognitív viselkedésterápiával kikúrálható. Az élőlény az akaraterije segítségével legyőzheti a félelmet ami visszatérő elem a fantasy művekben. MAGUS-ban erre egyébként az inger erejétől függően adnék mínuszt vagy pluszt.

A szenzitizáció egy LTP [long term potentiation] nevezetű folyamat miatt jön létre ismételt inger hatására. Jelen esetben az amygdala területén játszódik le, de egyébként ha a fájdalomérző központban van ez jelen, akkor krónikus fájdalom alakulhat ki. Pozitív formája ennek a tanulás, ekkor az említett folyamat a hippocampusban játszódik le és a szinaptikus jelek erősödéséhez vezet. [A hippocampus felelős a memóriáért.] A deszenzitizációs terápia ennek a folyamatnak a megfordítása, ami a habituáció [megszokás] nevezetű folyamaton alapul. A szervezet tisztába kerül azzal a ténnyel, hogy az adott inger számára nem jelent semmit, így egyre kisebb választ fog adni a stimulusra. A terápia abból áll, hogy a fóbiás vagy virtuálisan vagy fizikálisan de egyre erősebb ingerekkel szembesül, amíg teljesen le nem tudja őket

küzdeni, meg nem szokja őket. A viselkedésterápia abban segít hogy a beteg figyelmét az ártalmas vagy helytelen gondolatokra irányítja, arra készítve a páciens, hogy a fölismerés segítségével változtatni tudjon magán. A fóbia jelentős hátrány, de ha természetes eredetű, leküzdhető.

A fóbiáknak van egy érdekes fajtája a szociális fóbia. Ennek az egyik fajtája az gyerekkorban még megvan, ez a kisgyerek bizalmatlansága másokkal szemben. Probléma csak akkor van ha a szociális interakciókkal kapcsolatos aggodalmat, félelmet nem növi ki az illető. Ezek a félelmek akkor jelentkeznek amikor mások értékelik, vagy csak figyelik a beteget, vagy ismeretlen szociális helyzettel kell szembenéznie. Van egy specifikus is, ami olyan mint a többi fóbia, kell hozzá egy jellegzetes kiváltó inger. Ilyen a paraurézis amikor az illető képtelen úgy vizelni, hogy mások is tartózkodnak az adott helyiségben. Gondolom a lámpaláz mindenkinek ismerős. Ha nem, akkor álj ki a színpadra és próbálj meg énekelni. Biztos hogy az lesz az első gondolatod, hogy: „Á, hát én nem, mert kiröhögnek.” Ez is ide tartozik.

„A paranoia vagy üldözési mánia túlzó és irracionális szorongás vagy félelem, ami gyakran az üldözöttség érzésében nyilvánul meg. Jelenleg elsősorban olyan téveszmék megnevezésére használják, amelyekben az érintettet üldözi valaki. A tipikus paranoid tévhitek közé tartozik, amikor valaki úgy érzi, üldözik, megmérgezték, valaki (általában egy híres ember) titokban szerelmes belé, beteg vagy parazitái vannak, Isten kiválasztotta, a gondolatait vagy a cselekedeteit távolról befolyásolják. A hétköznapi életben gyakran használják a kifejezést mindenféle túlzott félelemre, például a posztjukért túlzottan aggódó politikusokra vagy az összeesküvés-elméletek hívőire.

A pszichiátriai diagnózis felállításához az alábbiak közül legalább négy szükséges.

## A,

- Megfelelő tényszerű összefüggések alapja nélkül feltételezi, hogy mások kihasználják, vagy ártanak neki.
- Bizonyítékok hiányában is megkérdőjelezi barátai, munkatársai megbízhatóságát és lojalitását.
- Általánosan ártatlan megjegyzésekből vagy hétköznapi történekekből rejtett rosszindulatot vagy fenyegetést olvas ki (pl.: az a meggyőződése, hogy a bankalkalmazott "tévedése" csak szándékosságából fakadhatott)
- Haragtartó, hosszú ideig képtelen megbocsátani, elfelejteni az őt ért sérelmeket, bosszúságokat.
- Nem hajlandó másokban megbízni, mert attól fél, hogy a tőle származó információt később felhasználják ellene.
- Könnyen megsértődik, sértődés esetén azonnal dühös támadással válaszol.
- Valós okok hiányában is megkérdőjelezi házastársa vagy szexuális partnere hűségét.

## B,

A fenti karakternvonások nem kizárólag szkizofrénia vagy téveszmés zavar fennállása idején jelennek meg.

" [Wikipédia]

Megfigyelhető, mennyire hasonlít a kórkép a fóbiákéra. Eredete elméletek szerint a szociális fóbia és a bizalmatlanság. [Ellentéte a pronoia, a tünetek ugyanazok, csak pozitív irányban. A beteg azt képzelet, hogy üldözői jót akarnak neki. Hogy az egész világ azért esküszik össze titokban, hogy neki jó legyen.]

A mágiától rettegő ork példájára kitérve, orkunkat egy modern pszichológus fóbiával diagnosztizálná, még hozzá igen erőssel. A feltétlen inger az mondjuk egy gyertya vagy egy pár rúna és a traumatikus élmény azaz a feltételes inger az az elszenvedett ilyen jellegű sérülés, vagy majdnem végzetes támadás. Orkunk stresszreakcióval reagál és mivel igencsak ösztönlény, minden ami ismeretlen számára és gyanúsnak tűnik, azt megtámadja vagy elmenekül előle. Attól függően,

hogy mivel volt dolga, rúnákkal, varázshasználókkal vagy gyertyákkal vagy egyéb kellékekkel, ezekkel szemben viselkedik ellenségesen. Mivel se írni, se olvasni nem tud, a levél számára varázstekercs, tehát megtámadja a hordozót, de az idegen számára mágikusan hangzó szavakat használók ellen is agresszívan lép föl, vagy a gyertyákat valamilyen alakzatban elrendező papot is leüti. Ha egy szerinte számára legyőzhetetlen erejű jelenséggel vagy varázslóval találkozik, aki mondjuk lehet ennyi erővel egy csomó látványos villámot vagy tűzlabdát elsütő tehetséges mágus vagy egy illuzionista is aki ezt elhitei vele, hát ő bátorság és becsület ide vagy oda, visítva fog elmenekülni. Ne gondoljuk, hogy ez csak orkkal fordul elő. Akármelyik lovag így tett, innen van a szégyen a futás de hasznos angol nyelvű

megfelelője a "running is the better part of valor" [a futás a vitézség jobbik fele].

2011.03.08.

Szerző: Nyarlathotep

Forrás: Kalandmester.hu

Szerkesztette: Magyar Gergely