

STIBLÁR ERIKA

KULCSOK A MESÉHEZ

– a szimbólumfejtés lélektani lépései –

Őseink bölcsessége egy kincs, ami által boldognak lehet lenni, benne részesülni áldás. Az életünk folyamán mindig van nehézség, fájdalom, vágy, törekvés, megnyugvás-keresés, amikor alkalmazni kellene ezt a tudást. De hol és hogyan lehet megtalálni a forrásokat, majd a kulcsot, amivel meríthetünk magunknak? Ezek örök érvényű kérdések, mindenkit mindenkor foglalkoztatnak, mert szeretnénk jól élni az életünket és boldognak lenni. Mi végre beszélünk most a népmeséről, és miért gondoljuk, hogy a mesék ilyen tárházak lennének? Hogyan kerülhet a mese a művelődésért, nevelésért, sőt az egészségért dolgozók asztalára?

Manapság sok meseértelmező, mesefejtő munka lát napvilágot, de miért tekintenek a mesére másként, mint szórakozásra?

Sokan leírják, hogy nemcsak a mesékben, hanem a mesék által is csodákhoz juthatunk. Beszélnek arról, hogy a mesei képekben sokkal több van fantáziánál. Az értelmezések megjelennek, a párhuzamok elvezetnek lélektani kérdésekig is. Márpedig lelki tudásra szükségünk van, és általában

elkél ebben egy kis segítség. Ha a mesék segíteni tudnak abban, hogyan legyünk bölcsőbbek és boldogabbak, akkor természetesen érdemes foglalkozni velük. A kérdés, hogy hogyan juthatunk hozzá a rejtett tudáshoz, mit kell tennünk, hogy feltárljon előttünk a sokat említett évezredes és archetipikus mélységű tudás. A mesemunkára is érvényes, hogy kellő tudás és vezetés nélkül tévutakra keveredünk, majd jobb esetben több-kevesebb idő után rájövünk, hogy eltévedtünk a rengetegben, elvesztettük az utat, vagy a már megszerzett kincset. Tudni kell tehát a mesemunka esetén is, hogy mit keresünk, hol és kivel-mivel. Én a mesékben nem hiszek, hanem élem, tapasztalom, hogy érvényes, valóságos tudást hordoznak, ha megértjük sajátos nyelvezetüket. Ebben az írásban a mesék megértésének és a mesével való munkának azt a részét érintem, amit szimbólumfejtésnek szoktak nevezni.

*...a mesék
érvényes tudást
hordoznak...*

A legtöbb mesemunkában eljön az a szakasz, amikor a mesét szimbolikus történetnek tekintik, és ekkor tervszerűen vagy spontánul a meselemben többet vélnek felfedezni, mint képes gondolkodás, metafora, érzékletes kifejezés. Ilyenkor nem csak a történet kézzelfogható elemei jelennek meg, hanem a megjelenő képek mögött rejtett jelentéseket feltételeznek, a jelek jelképekké válnak. Vagyis legtöbbször a mesével való munkának van egy szimbolikus síkja, és ekkor életbe kellene lépniük a szimbolizációs munka szabályainak is a mesei rend mellett. A szimbólumok sűrítettek, többértelműek, jelentésük rejtett mindaddig, amíg meg nem fejtjük. Magunkra vagyunk tehát utalva a megjárando utunkon, elvégzendő munkánkban, mint a mesében. Csakhogy a mesében kapunk segítőket, tanításokat, kapaszkodókat. A közösségépítő, tanító népmesék vezetnek egyéni és közösségi szinten egyaránt, még a velük való munka esetében is. Azt gondolom, hogy a mese megmutatja, miként kell megdolgozni a jelentésekért, majd a megszerzett kulcsokkal, tudással hogyan kell élni. A mesei fordulatok rávezethetnek arra, hogy hogyan kell a titokzatos és csodás képekbe zárt tudáshoz eljutni. Ezért a szimbólumfejtés módjában a mesék segítenek most bennünket, mesei képek által fejtem ki a szimbolizációs munka szakmai tanulságait.

Gazdag mesetárunkból választunk egy mesét és néhányra még kika-csintunk, hogy általuk fogalmazzunk meg magunknak javaslatokat.¹ (Barcsa, 2005) Élünk a mesékben rejlő lehetőséggel, hogy a mesemunkára (és nem csak arra) rátanulhassunk, ezért a lelki munkára tanítás elemeit emeljük ki (de nem állítjuk, hogy ezek a mesék csak erről szólnának). Jelen esetben magyar népmesékkal dolgozunk, mert úgy gondolom, hogy a legfinomabb rezdülései a történetnek közelebb állnak hozzánk, ha a saját gyökereinkből fakadnak, ezért mélyebben és összetettebben hatnak. Akinek lehetősége van egy mese több változatára ránézni, megtapasztalhatja a meseváltozatokban rejlő összefonódásokat, a különböző részek kibontásából eredő gazdagodást. A mese a táptalaj, a lélektan kikristályosodott elméletei és bejáratott forgatókönyvei pedig legyenek a tudatosításunk szikrái, hajsálai, kulcsai.

FELKÉSZÜLÜNK AZ INDULÁSRA

Most már evidenciaként kezelhető, hogy a mesehallgatást, mint sajátos – akár szakrális – tevékenységet, elő kell készíteni. Ki-ki a maga tapasztalata szerint tesz erre javaslatot, a tér berendezésével, gesztusok, rituálék kialakításával, mesekezdetek fordulataival, előadásmóddal. Mindezzel a mesemondó (foglalkozást vezető) segíti a hallgatóságnak az új helyzetbe való megérkezését, a történetbe helyezkedést, a hozzáállás alakítását. A történetnek – és a történetmondónak is – jót tesz, ha a hallgató jelen van lélekben is.

Lélektani munka bármilyen eseményen, foglalkozáson belül elindulhat, hisz a gondolatok, érzelmek áramlása a külső eseményekkel párhuzamosan jelen lehet. Ha van a megélt helyzetnek számunkra fontos mondanivalója, arra ráébredhetünk „véletlenül” is. Azonban ahhoz, hogy a hallottaknak maradandó haszna legyen, legtöbbször szükség van munkára, jelenlétre, odafigyelésre, valami többre, mint passzív befogadás. A mese sokrétű használhatóságához vezető úton elindulni – tudatosan vagy spontánul – szükség van több segítőre. Nézzük meg, hogy a mese szerint mi kell a sikeres elinduláshoz.

A rab királykisasszony című mesében az elrabolt lány megmentésében csak egy legénynek lesz esélye a próbák teljesítésére. Ez a legény elindul a saját szegénységéből szerencsét próbálni, és a király lányát megmenteni, vagyis a király szegénységét is megszüntetni. A mese elején még nincs arról szó (ebben a változatban), hogy a lányt elveheti feleségül. Több mesében is tapasztaljuk, hogy úgy harcol a hős, hogy a jutalom nagyságáról nem is tud, vagy nem magának szerzi meg. Milyen legény lehet az ilyen? Egészen biztosan nem a megszerző, birtokló, hanem inkább a részvevő és megosztó állapot áll hozzá közelebb (Wass, 2005). Ez a hozzáállás nyitottságot feltételez, és a saját „kevéske”, valamilyen értelemben szegényes vagy nonon való túllépést. Hogy mennyire nem a birtokló és csak magára figyelő, hanem megosztó, adakozó, részvétellel és (külső ingerek felé) ér-



zékenységgel teli a fiú, meglátszik a következő meselemből, amikor az állatoknak enni ad. Mire lehetnek kiéhezve azok az állatok, amelyek később a maguk alaptulajdonságaival csodákra képesek? Miről is szólhat a kiéhezettség? A lélektani munkák során az állatokat az indulati élet jelképeinek tekintik.² Ezek alapján az állatok az érzelmek, ösztönös megérzések, indulati erők képviselői a történetek szimbolikus síkján. Lélektanilag nézve az érzelmek megerősítése, táplálása, a nyitott (szívvel való) lelkiállapot érvényesítése a kulcsa a sikeres indulásnak. Ebben az állapotban testi-lelki-szellemi szintű próbák sikeres teljesítésére van egyáltalán esély. Ha a mindennapjainkat nézzük, valóban szükség van az érzelmi túlfűtöttségre egy különleges helyzetben, ugyanis a nyitottsághoz bátorságra, kíváncsiságra, valamilyen hevítő-fűtő-előre vivő érzelmi állapotra is szükségünk van, ami viszont lelki síkon érzelmi alapokból táplálkozik.

A szimbolikus síkok megtapasztalásához, valamint a megértésükhöz vezető munkához szükség van tehát lélek-jelen-létre, arra a lelkiállapotunkra, amikor keresünk, elviseljük a bizonytalanságot, az újdonságok izgalmát, de egyúttal félelmetesen édes feszültségét, és ugyanakkor kíváncsiak vagyunk, nyitottak bármilyen régi-új gondolatunkra, érzésünkre. A mesei munka során feltáruló összefüggések (lelki értelemben) munka által kerülnek elő, és ugyancsak munka kell a feldolgozáshoz, értelmezéshez, beillesztéshez. A munkához szükséges energiát a magunk részéről a saját érzelmeinkből nyerjük, míg a mese a maga részéről biztosítja nekünk a kereteket, célt, izgalmat. (Stiblar, 2005)

ELINDULUNK KÜLSŐ ÉS BELSŐ UTAKON

A mesékben az elindulás a hiány vagy cél észlelésével kezdődik. A vágy vagy a hiány is sokféle lehet: szegénység, terméketlenség, elkárhozott (elátkozott, ellopott) állapot, valami jobbnak a hiánya. A mesemunkánál is a megélt motiváció jelentősen alakítja az utunkat. Belecsöppenni egy feladatba, vagy vállalni azt természetesen egészen más lélektani folyamatokat indít el, és mindenkinek a maga módján kell haladnia már az indulástól. A személyes megérintődés az első lépésektől kijelöli azokat az értelmezési hangsúlyokat, amiket majd mindenkinek magának kell kidolgoznia. Ugyanakkor általános feltételek és javaslatok találunk az induláshoz.

Elkezdjük a mesénket úgy, hogy „volt egyszer egy szegény...”³ Aztán elgondolkodunk jó esetben, hogy milyen az a szegény, miben szegény, hol is volt, és hol nem, mi miben vagyunk szegények. Ha ez így történik, akkor az elindulás első lépése meg is történt. Saját élményt és érzést idézünk fel, és ezzel érzelmileg megérkezünk. A gondolatokban pedig dimenzióváltás történik, más szemmel nézünk, a távoli történetre jelenlévőként figyelünk. Amint érvényesül az átélés, a történetből saját történetet formálunk, érzelmeink, emlékeink, tudásunk mozdul meg, a passzív hallgató-

ból aktív történetformáló részvevő lesz. Megalkotjuk belső képek által a saját mesénket, és ezáltal valósítjuk meg az első nézőpontváltást. Az „egyszer volt” jelenné válik, vagyis a meseidőt saját idővé formáltuk. Hasonlóképpen a mese helyszíne lélektani térré változik, a történesek lelki folyamatokat tükröznek. Mindez hozzásegít ahhoz, hogy úgy tekintsünk a történetre, mint ami valamilyen értelemben a saját történetünk.

A szimbolizációs munkának a műveletein alapulnak azok a gondolatmenetek, amikor a történet szereplőit én-részeknek tekintik, a helyszíneket lelki térnek, különféle szereplőket az élet adottságainak. Ebben a gondolkodásmódban az ok-okozati összefüggéseken túllépve összefüggés rendszereket próbál meglátni a részvevő, ahol kontextusfüggő az értelmezés, sokrétű és egyéni színezetű, habár általános érvényű. Így jut el az mesével dolgozó ahhoz, hogy több legyen, mint hallgató. Eljut a beleélésen át a megélésig, aztán önmagára vonatkoztatja a történetet, és ezáltal személyes történetté válik a mese, a „múltbeli” vagy „képzeletbeli” történet lélektani értelemben jelen idejű történéssé alakul.⁴ (Szőnyi, 1995). Ha ez sikerül, akkor a történetet nem a fordulatok sorozatának tekintjük, hanem a legnagyobb mértékben egyéni optikán keresztül nézzük, és engedünk a személyes megélésnek, átélésnek. Ezzel meg is érkezünk ahhoz a „hozzáálláshoz”, ami a mesemunkát lehetővé teszi.

Sok mesénkben a feladat megoldására többen vállalkoznak. Fontos számmunkra, hogy mi nem vezet sikerre, és még fontosabb, hogy mi segíti azt a szereplőt, akinek sikerül megoldani a feladatot, megszerezni a teljességhez vezető kincset. A mesei események több irányból indulva fonódnak össze, akárcsak a szimbolizációs munka, amely két irányban és több szinten ható lelki műveleteket épít magába. A munka során egyszerre haladunk kívülről befele és belülről kifelé. A befele irányuló befogadás során jelentéseket keresünk, és ennek során megértünk számmunkra fontos összefüggéseket. A belülről kifelé irányuló személyes jelentések megtalálásakor az egyéni jelentések kialakítása történik. A jelentések keresése és kialakítása több lépésben ragadható meg, s mesei képekkel élve több próbán keresztül kivitelezhető.⁵

MEGDOLGOZUNK A TUDÁSMORZSÁKÉRT

A mesében feladatokat kell teljesíteni, amik valószínűtlennek és lehetetlennek tűnnek, akárcsak a szimbolizáció folyamán magunknak adott feladatok. A mesénkben az első feladat: rengeteg mag összegyűjtése lehetetlenül rövid idő alatt. Kilátástalanul hosszúnak és értelmetlennek tűnhet ez a munka. Miért szedjük össze újra a már összegyűjtött magokat. Egyáltalán miért kevertetett el kosszal, vagy miért öntetett ki? Először azzal foglalkozzunk, hogy a munka elején miért kell válogatni és gyűjteni?

A szimbólumok olyan jelek, amik képeket rejtenek magukba, olyan ké-

peket, amelyeknek (akár több) jelentésük és jelentőségük van.⁶ A szimbólumok kialakulása és változása előre vetíti azt a tulajdonságukat, hogy rejtett jelentések több szinten jelenhetnek meg, több értelmezési vonalon lehet hozzájuk férni, sűrítettek, ki kell fejteni őket, és csak munka által fejthetőek ki. A szimbolikus munka feltétele többek között a személyes részvétel, a munkára való készség. Ez jelen esetben megvan a fiúnál, és vele együtt mi is megteremtjük a magunk részéről. További feltételek között megjelenik a szövetségesek, segítők szerzése. Ez érzelmileg a nyitottság és a részvételi készség (a régi élmények felidézésére és az újak megdolgozására egyaránt), gondolati síkon pedig az előző tudás aktivizálását és az újdonságok iránti nyitottságot egyaránt jelenti.

*...rendet
tudunk
teremteni ...*

A szimbolizáció első lépése mesei képekben a morzsák összegyűjtése, a magok kiválogatása. Ez a közös és egyéni tárházból a tiszta, értékes és aktuálisan fontos ismereteknek, tudáselemeknek a megkeresését jelenti. Munkánk ezen szakaszában a hangyákhoz hasonlóan érdemes dolgozni. A hangyák nagyon gyorsan, állhatatosan dolgoznak. Az áldozatos és szorgos együttműködés mögött bölcsesség és tapasztalat van. A tudás, hogy a rendszerben a legkisebb elem is fontos, sokszor jelentéktelennek tűnő apróságon múlnak nagy eredmények. Így aztán nem hagyható a földön egyetlen teremtett szem sem. Az a mód, ahogyan a magok összegyűjtendők, a következő: aktív, szorgos munka és a felelősségvállalás, teljes részvétel abban a dologban, amiben épp vagyunk, tűnjön az kicsinek vagy nagynak.⁷ (Ruland, 2005)

A konkrétumok (ismeretek, tények, alap-összefüggések) összegyűjtése a konkretizálás szakasza a szimbólumfejtés során. A gyűjtögetéssel szerteágazó és sokféle jelecskét találunk magunknak. Ezek sokszor egymásnak ellentmondónak tűnnek, összefüggés közöttük nem egyértelmű, és főképp nem látni, mi lesz a vége. Továbbá a konkrét tényekhez, vagyis a magokhoz kapcsolódnak élmények, érzések is. Ezeket szintén ki kell válogatnunk, összevetnünk a személyeset az általánossal, majd a meséhez kapcsolódó munkába illeszteni, de hogyan? Az ismeret és élmény összegyűjtése még nem elegendő a felismeréshez és hasznosításhoz. A személyes bevonódás, az érzelmek és gondolatok együttes „aktivizálása” megtörtént. A továbbhaladáshoz nézzük a következő próbát.

KULCSOK A RENDHEZ

A továbblépéshez szükségünk van valamire, ami által rendet tudunk teremteni (újrate teremteni) az aktivizált tudás- és élményhalmazban. A összefüggések meglátására van szükségünk, ahhoz hogy ne csak adathalmazunk legyen, hanem tudássá épüljön össze. Egészet kell alkotnunk a részletekből, ennek módját kell megtanulnunk második lépésként. A mesében a második lépés a kulcs visszaszerzése. Általában a mesékben a kulcsokat a hősök kapják vagy ellopják, de ilyenkor mindig el is veszítik, és egészen addig, amíg ők maguk (újra) meg nem szerzik, nem lehetnek valódi tulajdonosai. Azonban amikor már maguk szerzik meg, sokkal többet kapnak, mint a kulcs, akkor már képességeket és tudást szereztek. Ez a fordulat is megerősíti az előbbieken már hangsúlyozott személyes munka szerepét. A mi mesénkben a fiú már bizonyította, hogy tud a valódi részvétel jelentőségéről, és hajlandó is rá. Azonban a kulcsok többet képviselnek, mint megszerzést, valaminek a tulajdonlását. Nem csak rendelkezünk valamivel a kulcs esetében, hanem a szabályozás képessége is a mienk. A kulcs bebozsáttatást, megnyílást vagy elzárkózást tesz lehetővé, ezáltal hatalmat jelent a tudásunk felett. Ha kulcsunk van valamihez, akkor rendelkezünk vele, vagyis *rendet teremthetünk*, dekódolhatjuk a rejtett értelmeket is.⁸

*...megtalálja
a maga egyéni
és aktuális
jelentését...*

A kulcsok esetében a részvétel egy másik formáját ismerhetjük meg. Az összegyűjtött gondolatok és felidézett érzések között a kapcsolatokat úgy láthatjuk meg, ha eltávolodunk és másik szintről nézzük. Ugyanis a ráközelítés, belemerítkezés és átélés után az eltávolodással vagy éppen mélyebbre merüléssel tudunk rálátást nyerni a továbblépéshez. A tóba dobott kulcsokat csak úgy lehet megszerezni, ha a hős (vagy szövetségese) lebukik a vízbe. Egy szinttel lejjebb megy, mint ahol a hősünk mozog. Szintváltás történik.⁹ Ez a szintváltás a munkafolyamatban változást hoz a tapasztalatok minőségében, amik így megfoghatóbbak, egyénibbek és differenciáltabbak lesznek. Az összefüggések megtalálásához egybe kell vetnünk az ismereteket érzéseinkkel, az általános síkot az egyénivel, a különböző értelmezési lehetőségeket a magunk kérdéseivel.

A szimbólumok komplex „jelek”, egy jelentésen túlmutatva több dimenziósak, ezáltal nem csak több értelmezési lehetőséget hordoznak, hanem azok több síkon jelentkeznek egyidejűleg. A konkrétumokból ki lehet



emelni részeket, az adott tudományág elméleti és gondolati modelljei szerint értelmezni a jelképeket, fordulatokat. Így aztán a segítségként és kitekintésként alkalmazott szemléletnek és elméleti modelleknek megfelelően adhatunk értelmet a mesei elemeknek. Közösségi szinten nagyon sok jelentés kapcsolódik a gyakoribb elemekhez, és ezt legjobban a szimbólumszótárak tárházai mutatják. Azonban a mesemunka során meg kell találni azt az ajtót, amelyen be kell nyitni, azt az útvonalat, amit követni kell, mert a résztvevő számára aktualitása és ezáltal jelentősége is csak annak van. Bármilyen izgalmas okfejtés lehet egy meseértelmezés, a személy

számára az lenne hasznos, ha mindezt csak bátorítónak és ihletőnek használná, és a saját kódrendszerét kidolgozva haladna sorban a témáiban.

A kulcsnak találnia kell a zárba, a válaszunknak a kérdésünkhöz. Az egybevetés művelete során a személyes jelentéseket a közösségi ismeretekkel szembesítjük, és csak azt tartjuk meg, aminek akkor és ott jelentősége is van. Így az általános értelmezési bokor nagyon gazdag lehetőségei között megtalálja a hallgató a maga egyéni és aktuális jelentését, azt az értelmezési útvonalat, amit ekkor, ebben a munkában követnie kell. A keresgélés során sok forrásra akadhatunk, de a munka folyamán csak annyi az érvényes, amennyit aktuálisan érinteni és feldolgozni tudunk. Ha megtaláltunk egy összefüggést, akkor a felismerés örömeinek és a mondanivaló jelentőségének is energetizáló ereje van. Lelkesedünk, örülünk a felismerésnek. Így maga a munkafolyamat megerősíti önmagát, és segít abban, hogy egyre tovább haladjunk. Nemcsak a jelek értelmét, hanem a jelentőségét is meg kell értenünk. Így az egyéni értelmezések összefüggés rendszeréből felismerés születhet.

FELISMERÉS ÉS MEGNEVEZÉS

A mesénk harmadik próbája a lánnyá változtatott macskák közül a valódi lányt felismerni. Meglátni a felszín mögött rejtőző valódi tartalmat akkor, amikor minden ugyanolyannak tűnik. A szimbólumfejtés munkájában a visszacsatolás szakaszában vagyunk, amikor a jelentések összefonódnak, s átalakulnak mondanivalóvá. A mesének nem egy általános tanulsága kerekedik ki, hanem a személy élete szempontjából lényeges tanítás. A személyes mondanivalónkat nevén kell neveznünk, és habár úgy tűnhet, hogy bármi bármivé alakulhatott volna, meg kell találnunk a kapcsolódási pontjainkat, amelyeken keresztül az értelmezésünk érvényessé válik. De a kikacsintgató jelentést meglátni sokszor egy véletlenre, szerencsére, vagy egy apróságra van szükség, ami által megmutatkozhatnak a kulcsfontosságú összefüggések. Ebben a próbában sem tesz látszólag mást a fiú, csak figyel, és a kisegér, mint szövetséges, a segítségére siet. Ezt a nyitott és befogadó figyelmet teszi lehetővé az elfogadó hozzáállás és elcsendesülés akkor, amikor már teljes részvétellel vagyunk jelen.

A cselekvésnek és ellazulásnak jó példája a fonás tevékenysége is. Ezért idézem fel a „jól fonó leány” meseleletet. A fonni (főképp aranyfonalat vagy óriási mennyiséget) nem tudó lány eladja a lelkét az ördögnek, manónak. Csakis akkor menekülhet meg, ha a manó nevét kitalálja. A teljes mesét is tekinthetnénk a fenti példánkhoz hasonlóan mesemunkára tanítás lehetőségeként, de most csak két vonatkozását emeljük ki. A fonást mint átalakítási tevékenység, melynek során a kócos, strukturálatlan állapotból a kóc rendezett és egyúttal erősebb, terhelhető, (több célból) használhatóbb állapotba kerül. A sok apró szál egyenként széthúzható, szakít-

ható, gyenge. A fonás során, a körkörös mozgás mintegy felfele mutató spirállal egy másik fizikai állapotba helyezi ugyanazt az anyagot. Hasonlóképpen az a résztvevő, aki tapasztalatait és tudását összesodorja, rendszerbe rendezi, így az egyenként gyenge részecskék egymást erősítik. A lánynak szerencséje is van, és ez a tudáshoz jutás egyik módja. Egy sodró erő a véletlenek során juttatja ilyen helyzetbe, és juttatja is ki belőle. Az utolsó pillanatban nevéen nevezi a kétes szövetségesét, így elkerül további nehézségeket, és megtartja életében a változást. Nekünk is nevükön kell neveznünk a felismeréseinket, hogy megarthassuk őket.

A SZIMBOLIKUS MUNKA HASZNÁLHATÓSÁGA

A szimbólumok sajátossága az értelmezésre váró dimenziók homályossága és rejtettsége (épp ettől tűnnek titokzatosnak), ami a lélektani munka szempontjából fontos, ugyanis csakis azzal kell dolgoznunk, amit képesek vagyunk meglátni. Egyrészt biztonságban vagyunk, hogy nem kell számunkra túl sok, túl veszélyes tartalmakkal szembenéznünk, másrészt teljesen személyre szabott lesz a feladatok sora, amivel találkozunk. A lélektani munkában kapcsolat épül a résztvevő és a vezető, valamint a résztvevő és a mese között. A munkamód kialakul, az egyéni kulcsok előkerülnek, szövetségesek születnek, és mire a felismerésekhez eljutunk, vagyis mire megkapjuk a munkánk gyümölcsét, jó esetben azt is tudjuk, hogyan és mit kell kezdenünk vele.

A rejtettség, a jel értékű sűrítettség és tartalmi komplexitás a népmesék hatásmechanizmusának is a kulcsa. Sokszor hallhattuk, hogy a mesék nevelnek, tanítanak, s éppen ott és úgy segítenek, ahol mással nem haladhatunk. Egy ilyen területet képeznek az érzelmek, amiket fel kell felismerni, megnevezni, kezelni, majd megérteni és felhasználni. Ezért szükség van közvetett és összetett eszközökre. A rab királykisasszony című mesében kiemelkedő szerep jut az érzelmeknek.¹⁰ Az irigységből fakadt a kár okozás, majd az érzelmi életet jelképező állatok által érte el a hős a kiteljesülést. A kiteljesedés előtti mozzanat az, hogy királylány a legény ölébe ugrik. A felismerés öröme a résztvevőket legtöbbször a kiteljesülés érzésével tölti el. Ebben a mesében ennek az örömnak a magával ragadó erejét jelzi az, hogy még a boszorkány is elmosolyodott.

A több jelentésrétteg közül a mesénkben az egyik jelentősebb az érzelmi nevelés. Lehet ez férfiúi viszonyulás, a női érzelmek megváltoztatása, nézhetünk itt társas kapcsolatokat, játszmákat, összjátékokat. Illetve aktivizálhatjuk magunkat az érzelmi világunk befolyásolására, és tekinthetjük az összes szereplőt önmagunk részének, a mesei helyszínt a lelki világunk leképezésének. A lelki munka lehetőségei összetettek és sokszínűek ebben a mesében is.

SZIMBÓLUMTERÁPIÁS RENDSZERSZEMLÉLET ÉS A MESEI REND

A fent kifejtett munkamód által a mese lélektani értelemben élővé válik, majd értett és végül megfejtett és alkalmazott mese lesz. A lelki munka eszközeivel lehetőség van arra, hogy a spontán lélekrendező folyamatokat erősítsük és tudatosabban alkalmazzuk. Az elméleti és módszertani tudás kiteljesítéseként a gyakorlati munka teszi hatékonyabbá és maradandóbbá élményeinket. Mesefoglalkozások vezetőiként pedig nem árt tudatosan vezetni a csoport- és mesei folyamatokat, megtoldani az ösztönös ráérzést tudatos szakmai pontossággal.

A szimbólumterápiás munkának lényeges jellemzője a belső rend és egészségre törekvés támogatása a foglalkozások szerkesztettségével is. Mindezt jól kiegészíti a megengedő és elfogadó szemlélet. A csodák tág lehetősége és a mesei rend együttes érvényesülése ugyanezt az egymást kiegészítő kettősséget mutatja. A „Lélekrendező mesemunka” módszerének kialakításakor lehetséges volt a relaxációs és szimbólumterápiás módszertan teljes spektrumának az alkalmazása a mesemunka jellegzetességeivel gazdagítva. A szimbólumterápiás orientáltságú mesemunka szemléleti, elméleti és módszertani alapja egyrészt az egyéni értelmezési folyamat elsődlegessége, ami a legtöbb építő mesei munka jellemzője is. A mesei képek kibontásakor az első lépéstől érvényesül a személyesség és a szimbolizációs munka tudatos támogatása. Másrészt a képekben való gondolkodás és a képek megértése történik az ellazulás és képhívás eszközeivel megerősítve. Harmadrészt a szimbólumterápiás munka részét is alkotó kitekintő-gyűjtő munkának a dinamikája, asszociatív és projektív lépései rendezik a mesei értelmezés folyamatát. A szimbolizációs munka kidolgozott szabályai jól illeszkednek az évezredes mesei rendhez. A sok elmélet külön nem tudna elboldogulni a szimbólumok világával, de amint a szakmai eredmények összefonódnak a közösségi tudással, egymást erősítő erővé válnak.

JEGYZETEK

- 1 *A rab királykisasszony* című mesét a csíki gyűjtésből választottuk. Több lényeges különbséggel találjuk egy másik változatát ennek a mesetípusnak Benedek Elek gyűjteményében *Az elrabolt királykisasszony* címmel.
- 2 Teszik mindezt a pszichoanalitikusi és analitikusi szemléleti alapokra építkező elméleti irányzatok, illetve mindazok, amelyek ha másban nem is, de az asszociációk gondolkodás és képáramlások értelmezésében az előbbi alapokhoz nyúlnak.
- 3 Sokszínű mesei indulásainkat és azok lélektani vonatkozásait ebben a munkában nem tárgyaljuk. A teljes mesemunkát tekintve kiemelt fontosságú a mesének az indítása és a résztvevő kiinduló pontja, habár ezek korántsem esnek föltétlenül egybe.
- 4 A szimbólumterápiás szemléletben a metatörténeti munkának feltételei, lépései, „grammatikája” van, és jelei megfoghatók, akár mérhetőek is. A mesemunka tudatos vezetése, esetleg kutatása során hasznos lehet ennek a többszintű rendszernek a használata.

- 5 A szimbolizációs munka szintjeinek és lépéseinek követése és támogatása a szimbólumterápiás szakmai munka szerves részét képezi. Éppen ezért ebben a módszerben a foglalkozás jellegétől függően a vezetőnek tudatosítania kell, hogy a résztvevők hogyan haladnak, és kit hogyan kell segíteni.
- 6 Bármilyen válhat szimbólummá egyéni szinten, aminek a megfogható, közvetlen jelentésétől eltérő jelentést is tulajdonítunk, vagyis képet teszünk a jel mögé. Szimbólumterápiás szemléletben képek nevezzük a bennünk megjelenő vizuális élményeken túl az érzelmi, gondolati megéléseket is. Vagyis a jel mögé rejtőző benyomások, élmények, gondolatok, érzések egyaránt részt vesznek a jel egyéni szimbólummá válásában. Amikor a jel közösségi, majd kulturális szinten ugyanazt a gondolatot, értelmet, „képet” idézi fel, akkor beszélhetünk már közösségi szimbólumokról.
- 7 A hangyák a rendet és az ebből eredő termékenységet, jó és rossz megkülönböztetésének képességét képviselik azáltal, hogy a szorgalmat, jó szervezést, együttműködést jelképezik. Lelki szinten egyrészt ez az érzelmeink rendben tartását, helyén kezelését jelenti, másrészt azt az odaadást és aktív részvételt a minket érintő dolgokban, ami szükségeltetik egy olyan komplex rendszer működtetéséhez, mint például a hangyák társadalma.
- 8 További kitekintő asszociációkhoz lásd a szimbólumszótárak vagy a jelképtárak valamelyikét. A személyes jelentések kibontakoztatásához az összegyűjtött szótárszerű lehetőségek nyitogató, gondolatébresztő jelleggel hozzájárulhatnak.
- 9 Mesénkben szereplő momentumban egy elmerülést látunk, amit tovább árnyalunk az érzelmek közegében. Hasonlóképpen a munkán belüli szintváltást jelképezhetik más mesei képek is, amik horizontálisan vagy vertikálisan szándékos elmozdulást képviselnek, és képességek, eszközök megszerzésére irányulnak.
- 10 Legtöbb mesében találunk egy-két fő témát, olyan tartalmi síkot, amelyre vonatkoztatva több felhívó elemet rejt a mese. Az asszociációs gondolkodásra csábítás egyszerűbb feladatától indulva a szellemi útkeresés és teljes átalakulás – beavatódás, újjászületés – tematikájáig mindenre találunk meséket. Figyelnünk kell a mese fő tartalmaira. Ezzel együtt az egyéni értelmezési pontok az elsődlegesek az egyes munkák folyamán.

IRODALOMJEGYZÉK

- Barcsa Dániel (2005):* Üstökös Demeter – Negyedszáz csíki székely népmese, Pomáz, Kráter Kiadó
- Pál József, Újvári Edit (2001):* Szimbólumtár, Jelképek, motívumok, témák az egyetemes és a magyar kultúrából, Balassi Kiadó, http://www.balassikiado.hu/BB/netre/Net_szimbolum/szimbolumszotar.htm#d0e1010
- Ruland, Jeanne (2005):* Az állatok ereje végigkíséri életünket, Budapest, Bioenergetic Kiadó
- Stiblar Erika (2006):* Miért a népmese? – egy pszichológus érvei, In: Könyv és Nevelés, VIII évfolyam, 2006/2 szám
- Szőnyi Magda (1995):* „Metatörténeti” elemzés a szimbólumok eszköztárával. In: Bagdy E. – Bognár A. – Urbáné Varga K. (Szerk.): Művészetek – Szimbólumok – Terápiák. Pszichagógosz Bt. Budapest, pp 49–58.
- Wass Albert (2005):* Mese az erdőről, Pomáz, Kráter Műhely Egyesület