

Jelen tanulmány az analitikus pszichológia személyiségmodelljét elsősorban a kollektív tudattalan és az archetípusok világa, valamint az archetípus, komplexus és individuáció kapcsolata felől közelíti meg.

A PERSONA, AZ ÉN ÉS AZ ÁRNYÉK KAPCSOLATA

Személyiségünk – mint egységes egész – több összetevőből épül fel. Fejlődése kezdetén egy homogénnek tűnő egységből differenciálódik, aminek az első, de egy egész életre szóló megnyilvánulási formája a tudatos és tudattalan világ elkülönüléséből adódó kettősség.

A tudatmező központjában elhelyezkedő én – mint szervező és irányító központ – feladata a külvilág és a személyiség tudatos része közötti egyensúly megteremtése. Ezen feladat betöltéséhez az én-t segítő személyiségrészek a persona és az árnyék. Ezek én-hez integrált együttese a külvilágba való beágyazódással együtt képezi identitásunkat, önazonosságunkat.

A jungi lélektan az én-t komplexusként értelmezi. Komplexus alatt az ellentétekből eredő, lényegében feloldhatatlan feszültséget érti, amely energia-csomópontot alkot. Ebben az értelemben az én a külvilág és a személyiség határán elhelyezkedő „ütközőpont”, változó tónussal és feszültséggel. Probléma, ha az aktuális én-komplexus a tudattalanba süllyed és patológiás elhárító mechanizmusok töltik ki a helyét, illetve veszik át a szerepét.

Az én, az ego veleszületett tendenciával rendelkezik: védőfalat emel a külső és belső „inváziók” ellen (Hannah, 1996). A persona (szerep-személyiség) és az árnyék (az én számára elfogadhatatlan impulzusok és tulajdonságok) szintén ún. védőpajzsfunkciót töltenek be, az én köré szerveződve. A külvilágból és a belső világunkból érkező impulzusokkal szemben mintegy szűrőfunkciót látnak el. A külvilágból érkező hatásoknak a befogadója és egyben szűrője a persona, míg a belső világunkból érkező készletések az árnyék. Ugyanakkor a persona mint archetípus a tudattalanból érkező impulzusok, készletések, lehetőségek és vágyak hordozója is lehet, amennyiben optimális kapcsolat van a tudat és a tudattalan, az én és a mélymag (mély-én) között. Ellenkező esetben, ha a persona maszkként működik, a mélymagból érkező, önmegvalósítást szolgáló impulzusok megrekedhetnek álmok, fantáziaképek, illúziók, valamint a valóság elemeit figyelmen kívül hagyó irracionális ideálok formájában. Ebben az esetben elmarad perszonifikációjuk, s vele együtt a személyiségváltozás (fejlődés) és az identitásváltás is.

Az archetípus kifejeződhet, azaz aktualizálódhat tehát a külső viselkedés objektív szintjén (lásd persona), vagy a belső, tudatos tapasztalat szubjektív szintjén (vágy, képzelet, én-ideál stb. formájában). Az archetípus a viselkedésbeli és pszichikai történések közös gyökere.

Antalfai Márta

IV.2. SZEMÉLYISÉG ÉS ARCHETÍPUSOK JUNG ANALITIKUS PSZICHOLOGIÁJÁBAN

BEVEZETŐ GONDOLATOK

Carl Gustav Jung (1875–1961) a 20. század kiemelkedő gondolkodója, az analitikus pszichológia megteremtője; a lélektanhoz való viszonyát Bennet (1997) egy folyamhoz hasonlította, ami szakadatlanul áramlott majdnem hatvan éven át. Freud mellett a mélylélektan egyik legjelentősebb alakja, nevéhez fűződik többek között a kollektív tudattalan s az ahhoz kapcsolódó archetípusok világának felfedezése. Először komplexustanáról (1904), majd típusanáról (Lélektani típusok, 1921) vált széles körben ismertté. Jung a pszichikai valóság egészének körbejárását kísérelte meg, az egyetemeset próbálta megragadni az emberben. Empirikus tapasztalatait 17 kötetes összegyűjtött életműve örökíti meg. Ma már tudjuk, hogy Jung korát majd száz évvel haladta meg, intuíciói és empirikus úton nyert tapasztalatai jórészt mára értek be a tudományos vizsgálatok számára csakúgy, mint a közgondolkodás területén. Ide tartoznak többek között az egészség–betegség kapcsolatáról, valamint az egészségmegőrzésről írt munkái. Az analitikus pszichológia lényegében abban tér el a freudi pszichoanalízistől, hogy a lelki működést nem a patológia, hanem az egyetemes emberi kultúra irányából közelíti meg. Hangsúlyozza a tudattalan fejlődésre inspiráló, a személyiség kiteljesedését elősegítő, valamint kompenzáló, s ezzel az egészségmegőrzést szolgáló szerepét.

Személyiségmodellje a freudi pszichoanalízis alapjaira épül, de mesterét meghaladva és elméletét tovább építve, új felfedezésekkel, fogalmakkal gazdagította a lélektant. Közülük legismertebb az én köré szerveződő persona és árnyék fogalma, valamint a tudattalan mélyebb, a személyes élményeket meghaladó területe, a kollektív tudattalan, azon belül az archetípusok széles köre, amelyek közül elsősorban az emberi kapcsolatokat meghatározó és működtető anima és animus archetípusa emelkedik ki. Új entitásként meg kell említenünk még az individuáció (önmegvalósítás) fogalmát, a komplexustant, valamint az egész személyiség szervezésében és integritásában központi szerepet játszó mélymag (Selbst) fogalmát. A jungi lélektannak a személyiség és az emberi kapcsolatok működéséről feltárt törvényszerűségei mára már közkinccsé váltak.

Az én köré szerveződő persona, mely az identitás meghatározó része, akkor válhat maszkká, ha kívülről meghatározott, ránk kényszerített, így nem tudunk vele azonosulni, csak hasonulni. Azonosulásról akkor beszélhetünk, ha a külvilág elvárásai és a bensőnkől érkező vágyak egybecsengenek. Ilyen lehet például egy foglalkozással való azonosulás, ami hivatástudattal párosul, de a foglalkozás lehet csak egy szerep is, ha kizárólag a környezet elvárásaiból fakad. A környezet nyomására (pl. családi hatásokra) létrejövő persona a mélymagtól legtöbbször idegen, ezért irreális, megvalósíthatatlan ideálkép épül köré.

Az én-fejlődés során a külvilágból eredő pozitív visszajelzések ún. „önmegvalósító kört” építenek a személyiségbe. Ezen alapul az én-integritás és én-erősség. A negatív visszajelzések vagy a visszajelzések elmaradása ún. „önrontó kört” hoz létre, ami én-gyengeséghez, az én-határok labilitásához vezet. Ennek kivédésére, kompenzálására a personára nagyobb teher hárul, át kell hogy vegye mintegy az én-határ szerepét is a külvilágból érkező negatív impulzusok kivédéséhez. Így a persona az én-nel összenőve az én-t rugalmatlanná, merevvé, változásra, alkalmazkodásra képtelenné teszi. Ebben az esetben azonban nem csak az én lesz rugalmatlan, merev, hanem a hozzátapadt persona is.

A rugalmatlan persona mögött tehát az én-integritás zavarát, illetve gyenge én-határokat feltételezhetünk. Az én-gyengeség kompenzálására kiépült túl erős, maszkyszerű persona rugalmatlanságánál, merevségénél fogva a külvilág ingereiből, a külvilágból érkező élményekből sokkal többet kizár, mint egy rugalmas persona. Sőt, ezáltal – áttételesen – erős zárat képez a személyiség árnyék-része felé is. Ugyanis, az utóbbi esetben a tudattalantól feltörekvő impulzusoknak így nincs kapcsolódási lehetőségük sem az én-hez, sem a külvilághoz. Létezésük olyan, mint a mesebeli palackba zárt szellemé, amely ha egyszer kitör, elárasztással fenyegeti a tudatot vagy megszállhatja a külvilág egyes tárgyait, személyeit, de kapcsolódhat eszmékhez, ideákhoz is. (Antalfai, 2001)

A TUDATTALAN TERÜLETE

Az érzés, intuíció és vágy szintjéről érkező érzeteket és képzeteket a lélektan mint az ún. tudattalan területéről érkező jelenségeket fogadja. Tudattalan, tehát a tudatunk számára ismeretlen terület. Létezésére indirekt úton, produktumai-ból következtethetünk. Kicsit hasonlóan vagyunk vele, mint egy áruházból vásárolt tárggyal. Tudjuk, hogy nem az áruházban tervezték, valaki készítette, valahol gyártották, valaki „megálmodta” stb. Számunkra azonban csak az áru érdekes. Készítőit felkutatni nem lenne egyszerű vállalkozás, de feltétlen több eredménnyel kecsegtetne, mint a fantáziáinkat, képzeletünket, meséinket szülő Ismeretlen felkutatása. Mivel jobbra csak következtetni tudunk működésére, hajlamosak vagyunk kétségbe vonni létezését.

Az ember által teremtett világ, az életünket körülvevő tárgyak világa bizonyíthatja a legegyszerűbben a tudattalan területének létezését. Bizonyára ihletője és mintaadója volt a mindenkori alkotóknak a természet is a maga változatos forma- és színvilágával, mégis az emberi fantázia által alkotott tárgyak kimeríthetetlen gazdagsága, ötletessége és esztétikája már nem, vagy csak kevésbé hasonlítható a természethez. Vegyük például a házakat, közlekedési eszközöket, könyveket, zenei alkotásokat, ételeinket stb. Vagy vegyünk példaképpen egy poharat. A pohár formájának lényege, hogy a folyadékot megtartsa, s annyi férjen bele, amennyit egy alkalommal meg tudunk inni. Minden pohár eleget tesz mindkét elvárásnak, mégis megszámlálhatatlanul sokféle alakú, színű, mintájú pohár születik a készítő fantáziájának és a pohárról megjelenő lelki képek kimeríthetetlen sokaságának megfelelően.

A variációk, a végtelenségig gazdagodó formák, színek, ötletek, amelyekkel tárgyaink rendelkeznek, mind a fantázia és képzelet szülöttei, akárcsak a mesék világa. A tárgyak, formák, hangok először képként jelennek meg gondolatainkban, ebben a minőségükben lényegében megfoghatatlanok, csak elmesélhetők, lerajzolhatók, megkomponálhatók, kifaraghatók stb.

Tudattalan világunk megközelítéséhez a következő példát hozza segítségül Müller, svájci meseterapeuta „Az útmutató mesék” c. könyvében: „A tóparton ülve a vízben először a tükörképemet szemlélem, tovább figyelve mélyebben egy-egy halat veszek észre, kicsit még mélyebben hínárokat, türelmesen nézgetve egyre több hal, majd néha más állat is előbukkan.” (Müller, 1998:13) A Holle anyó című mese lányai bizakodva mennek le a kútba, ahol csodálatos virágmezőt találnak. A mesék nem csak a földön játszódnak, behálózják a teret vertikális és horizontális irányban egyaránt. A mesék tanítása szerint megéri a kútmélyi utazás, lelkünk és tudattalan világunk felfedezése.

A mesék, mondák, mítoszok szimbólumvilága – ide vehetjük az egyetemes kultúra alkotásait is – az ismert és ismeretlen, a tudatos és a tudattalan tartomány között helyezkedik el, így megvan bennük az a lehetőség, hogy mindkét területre rávilágítva bővítsék róluk alkotott tudásunkat. A csak áttételeken keresztül megragadható tudattalan titokzatos mélyéből eredő információk közül a legfontosabbakhoz tartoznak az általa létrehozott képek. Mivel tudattalan folyamatokat ábrázolnak és jelenítenek meg, egyben hidat is képeznek a tudat és a tudattalan között. Újra- és újramondásuk „újraéledésüket és az ismételt emlékezést, és ily módon a tudat és tudattalan újbóli összekapcsolását eredményezi”. (Jung, 1993d:151)

A kettő elszigetelődése pedig – mint ismert – pszichés betegségekhez, enyhébb esetben a személyiség disszociációjához vezethet.

A KOLLEKTÍV TUDATTALAN

Jung elméletében a tudattalan két nagy részre osztható, a személyes és a kollektív területre. A személyes tudattalan – mint ahogy a neve is mutatja – az egyéni életét eseményeit őrzi, a kollektív pedig az a terület személyiségünkön belül, amely közös az emberiséggel. Ezért érintenek meg bennünket azok a művészi alkotások melyeknek gyökere, alapstruktúrája, alaptörténete az emberiség múltjából ered, közösségi ihletésű, mint a mesék, mítoszok, de ide tartoznak mindazon irodalmi művek, azaz műalkotások is, amelyeknek gyökere az ősi időkbe nyúlik vissza.

A népmesekutatók véleménye megegyezik abban, hogy a műalkotások, így a műmesék is a népköltészetből, azaz ősi, mitikus alaptörténetekből származnak. Az alaptörténet kollektív, ezért olyan lelki struktúrát érint, ami mindannyiunkban közös, a homo sapiens sajátja csakúgy, mint az azonos morfológiai felépíttségünk, alapérzelmeink, gondolkodási alapstruktúránk és a beszéd. Von Franz (1998a) különböző – európai, japán, kínai, afrikai – mesék elemzése után arra az eredményre jutott, hogy a meséknek van valamilyen alapvető struktúrájuk, ami örök. Az alapstruktúra sokszor redukálódik, de gyökere, az archetípikus anyag megmarad, egyfajta „örök” dolog benyomását keltve.

Az alaptörténet tehát ősi, mitikus, kollektív. Jellemző a feldolgozásukra, hogy az alkotó bár variálta és kibővítette az alaptörténeteket, lényegüket megtartotta. Ez talán nem véletlen, hiszen maga az ősi történet, illetve cselekmény az, amely hatással van az olvasóra, mivel mély, belső, archaikus húrokat szólaltat meg a lelkében.

Életünk során néhányszor valamennyien átéljük ezt az érintést, érintettséget, lelkünk rezonál a hallott, látott műre, a mű azon üzenetére, amely tudattalanunk adott tartalmával közös, struktúrájára nézve pedig vele azonos. Jung a kollektív tudattalánról írja, hogy rezonátorként működik, s a vele azonos külvilági ingereket, hatásokat felnagyítja, míg a vele ellenkezőket lecsökkenti (Jung, 1971b).

A kollektív tudattalan tartalmi megjelenhetnek negatív érzéseink, félelmeink, szorongásaink által keltett ősképekben – ilyen képek pl. a mesékben a boszorkány, sárkány, szörny –, de megjelenhetnek pozitív vágyképekben is, mint a tündér, sellő, csodaerővel bíró növények, állatok, tárgyak. Mitológiai hősök, mesebeli lények, bibliai alakok a kollektív tudattalan alakzataiként az álmokban is előjöhethetnek. Jungot egyik saját álma vezette a kollektív tudattalannak mint lelkünk mélyén lévő addig ismeretlen entitásnak a felfedezéséhez. Jung szavaival, a kollektív tudattalan „kiapadhatatlan kincsesbánya, ahonnan az emberiség belső képeit és ösztönzéseit meríti, s amelyet aztán a legkülönbözőképpen tolmácsol”. (Jung, 1999:380)

Ez az a terület az emberben, ahol akár csak a komputerekben, évezredek információi tárolódnak ősi-mintázatokba, archetípusokba kódolva, amelyek azután szimbolikus képek formájában aktiválódnak. A kollektív tudattalan tartalmi: az

archetípusokban őrött anima (a férfiban lévő női minőség) és animus (a nőben a férfi minőség) lélekképe, de megjelenhet a persona vagy az árnyékszemélyiség alakjában is. Ezen tartalmak azonban csak akkor tűnnek elő és csak addig működnek, ameddig a tudat és a tudattalan között fennáll a kapcsolat (Jung, 1993d). Amint fentebb már írtuk, ezen kapcsolat megteremtésére kiválóan alkalmasak a mondák, mesék, összességükben a művészi alkotások és minden alkotó folyamat.

AZ ARCHETÍPUSOK MINT ŐSI MINTÁZATOK

A jungi lélektan a kollektív tudattalan tartalmaként tartja számon az archetípusokat, amelyeknél tetten érhető az ember lelki dichotómiája, és az arra épülő „kétarcúsága”, a világ és önmaga jóra–rosszra, ellentétpárokra hasítottsága, a fejlődést szolgáló megkülönböztetés hajtóerejeként. Az archetípusok – mint az álmokban, fantáziákban, tágabb értelemben az egész életprogramunkban megjelenő intenzív energiatöltettel rendelkező intuíciók, érzések, motívumok, képek, szimbólumok – jellemzői után Jung több mint 50 évig kutatott. Először (1912) ősképeknek (J. Burckhardt nyomán), később (1917) „a kollektív tudattalan dominánsainak” nevezte őket, majd 1919-től archetípusoknak.

Az archetípus görög eredetű szó, ami kezdetet, eredetet, őseredet, lenyomatot jelent – eredeti kéziratra utal, amelyből másolások készülnek, az eredeti, ősi forma mintájára. Az archetípusok mint ősi lenyomatok, pszichikai és viselkedési formák egyedileg és kollektíven is jellemzők az emberre. Ezek a tudattalant kitöltő minták csak mint potenciálok léteznek, a megjelenésükhöz a külvilágból érkező ingerekre, külső aktiválásra is szükség van. Az archetípusok belső hajtóerői az ösztönök, amit Jung tudattranszcendensnek is hív. Az archetípus tehát nem maga az ösztön. Jung az ösztönt nemcsak a külvilágra irányulóként értelmezi, hanem a személyiségre ható szervezőerőként is, sőt a fentiek értelmében transzcendens funkcióval is felruházta.

Tehát az archetípus az ösztön egyik megjelenési formája, olyan ősképp, amely analóg lehet a kristályszerkezettel, de nem maga a kristály. Formájuk – mondja Jung – a kristályforma tengelyrendszerével hasonlítható össze, amelynek a kristályképződése az anyalúgban bizonyos mértékig preformált, anélkül, hogy önmaga anyagi léttel rendelkezne.

Jung megkülönböztette „az önmagukért való archetípusokat”, vagyis a csak potenciálisan létezőket (amelyek minden fizikai struktúrában megtalálhatók, de meg nem nyilvánulók) az aktualizált, észrevehetővé vált, a tudatmezőbe már belépett és tartalmat öltött archetípusoktól. Utóbbiak formája és tartalma is állandóan variálódik a mindenkori konstellációtól függően, amelyben manifesztálódik (Jacobi, 1972).

Az archetípus nem is az alakító erő, és nem is maga a megjelenő kép. A kettő között álló forma vagy alakzat, amit nevezhetünk közvetítőnek vagy katalizátornak is. Ami megjelenik, az a szimbolikus kép.

Összefoglalóan elmondhatjuk, hogy az archetípus az egész életciklus alatt a „színpad” mögött áll, és szerzőként, avagy rendezőként viselkedik: az élettörténetek archetipikus kontroll alatt fejlődnek ki azokban az univerzális formákban, képzetekben és gondolatokban, amelyek minden emberi közösséget jellemeznek (Stevens, 1982). A közösségen belül pedig jelen vannak minden ember kollektív tudattalanjában is. Ezért mondhatjuk, hogy éppen a mesék, mondák, mítoszok azok, amelyekben – szimbolikus formában – talán a legjobban megragadhatók.

A mitológiai alakok kettős aspektusa az archetípusnak is egyik lényegi sajátja: az építő, növesztő, pozitív attitűd, és a romboló, destruktív, aktuálisan ártó, negatív tulajdonság.

A negatív szerep azért csak aktuális, mert hosszabb távon a fejlődést és a belső pszichés egyensúlyt egy magasabb szinten történő újra-visszaállítását szolgálhatja. A Rossz legtöbbször valami olyat rombol le az egyénben vagy a környezetében (család, társadalom), aminek a megléte akadályozza a fejlődést. Az archetípus kettős aspektusa legjobban az anima és animus archetípusok aktiválódásakor felszínre kerülő feminin és maskulin szimbólumokban ölt testet. A mesékben ilyen kettős szimbólumok a pozitív és negatív anima, illetve a pozitív és negatív animus vonatkozásában pl.: Tündér–Boszorka, Sárkányölő Vitéz–Ördögfi.

AZ ARCHETÍPUS MEGJELENÉSI FORMÁI: ANIMA ÉS ANIMUS

Az anima, illetve animus archetípus egy olyan alapstruktúra, amely a feminin, illetve a maskulin minőség „kristályszerkezetét” foglalja magában. Ez a szerkezet általában – de nem mindig – az adott biológiai nemhez köthető.

Mindenki magában hordoz kvalitásokat az ellenkező nemből, nemcsak géneket, hormonokat, hanem velük logikusan analóg pszichés attitűdöket, érzelmeket és elképzeléseket, ideákat is. A feminin archetípus a férfi tudattalanjában az anima, a maskulin archetípus a nőben az animus nevet kapta Jungtól, hogy a tudatos, manifesztan megjelenő lelki habitust (esetünkben a feminint és maskulint) elkülönítse a tudattalanban létezőtől. Jung úgy látta, hogy ezek a másik nem lényegi „mássága” megértésének az eszközei. Amikor egy férfi szenvedélyes vonzalmat érez egy nő iránt, akkor saját animáját, tudattalan feminin minőségét látja a nőben megtestesülni, így ez a belső kép ideaként jelentkezik, és sokkal szebbnek látja a nőt minden más nőnél, sőt annál is szebbnek, amilyen a nő valójában. Gyakran a környezet megrökönyödésére, akik nem tudják, „mit eszik rajta”. A férfi érzelmi életének érettségétől is függ, hogy a megszállt nőben szöke tündér testesül-e meg, csábító szirén, vagy „nagy anya”. Ez az archetipusos projekció jelensége, amely a másik nemnél ugyanúgy működik. A nő tudattalan „maskulin minősége”, animus archetipusa is különböző, a női lélek fejlettségi szintjének megfelelően. Így a női lélek animus-része megszállottan keresheti a fehér lovon

érkező herceget, de keresheti a megmentő Vörös Lovagot is, mint a Hős archetipusát. Az 1. táblázat a sokféle anima- és animushordozó közül – a fejlődés megközelítéséből – négy személyiségtypust emel ki. A férfi lélekben élő animaideálót Jung, a női tudattalanban élő animusképeket Greenfield alapján mutatja be, párhuzamba állítva és szemléletessé téve a görög mitológia alakjaival.

1. táblázat. Női és férfi alaparchetipusok: fejlődésük és a négy pszichés funkció kapcsolata (Antalfai, 2004)

<i>Anima archetípusok Jungnál</i>	<i>Görög istennő megfelelői</i>	<i>Domináns pszichés funkciók</i>	<i>Animus archetípusok Greenfield nyomán</i>	<i>Görög isten megfelelői</i>
testi nő Éva	Déméter	intuitív	testi férfi Tarzan	Herkules
csábító nő Heléna	Aphrodité	érzékelő	csábító férfi Don Juan	Dionüszosz
érző nő Mária	Psziché	érző	érző férfi Orfeusz	Ámor
bölcs nő Szófia	Athéné	gondolkodó	bölcs férfi Don Carlos	Apollón

Akire az archetipust kivetítik, az rendkívüli hatalommal bír a kivetítő(k) felett. Nemcsak szerelmi kapcsolatokban érvényesül ez az archetipusos kivetítés és egyben megszállottság, hanem sokszor kisebb vagy nagyobb csoportok, néha egy egész társadalom vezetőinél is. A közösség vagy az egyén kollektív tudattalanjának projekciója által bizonyos értelemben megszállottá válhat mind a proiciáló, mind a proiciált (gondoljunk az egyes irracionális hatalommal bíró népvézérekre).

Különösen szerelem vagy gyűlölet esetén az archetipusos projekció „csak úgy” megtörténik az emberrel, ez az állapot nem az akarat, nem is a tudatos választás eredménye. A „szerelemben esés” kifejezésünk jól érzékelteti az esemény mögött lévő alany tehetetlenségét, amit Jung a kollektív tudattalan autonóm működéseként ír le. A kollektív tudattalan autonóm működése az anima és animus alakjában, illetve annak projekciójában fejlődik ki: a „tudattalan tartalmát személyesítik meg, amely a projekcióból visszahozva integrálódik a tudatba” (Jung, 1993d:25), ezáltal növelve annak tartományát és vele együtt a tudatosságot-megvilágosodást.

NŐI ÉS FÉRFI PRINCÍPIUMOK

– AZ ARCHETÍPUSOS FEMININ ÉS MASZKULIN

A taoizmusban szereplő jin és jang szimbólumban egyszerre érhető tetten a változás, az átmenet és az örök, a megváltoztathatatlan. A két egymásba kapcsolódó,

sötét és világos elemre osztott kör, amely a női és férfi princípium szimbóluma is, minden átalakulásnak, változásnak ellenáll, ugyanakkor önmagán belül változó.

A kínai kultúrának már a legkorábbi időszakától kezdve a jint a femininnel, a jangot pedig a maskulinnal társították. A személyiség sem a férfiaknál, sem a nőknél nem egy statikus entitás, hanem egy dinamikus jelenség, amelyet a feminin és a maskulin elemek közötti kölcsönhatás hoz létre. Kultúránkban a nőt hagyományosan passzívként és befogadóként, a férfiakat pedig aktívként és kreatívként jellemzik. Mind a kínai jin–jang archetípusban, mind pedig Jung anima–animus megközelítésében megtalálhatjuk a manifeszten passzív, feminin tulajdonságokat hordozó nők személyiségében (tudattalan világában) a jang, férfias aspektust is; a maskulin, illetve jang-tulajdonságokat hordozó férfiak személyiségében pedig a jin-elemeket.

Ezen ellentétpárokból még egy érdekességre figyelhetünk fel. Az egész világ-mindenséget átfogó kétfajta erőre: a centrifugális, illetve a centripetális erő két ellentétes sajátosságára, amelyeknek egyensúlya a világ létezésének is alapja. A centripetális erő a jinhez, az animához tartozó erő, míg a centrifugális a férfias aspektushoz, a maskulinhoz (lásd 2.a. és b. táblázatot).

A jang princípium energikus, dinamikus, magabiztos, a hő és a fény az attritútuma, amit a nap és a napsugarak szimbolizálnak. Agresszív alakjában harcoló, pusztító. Már a kínai taoizmusban szerepel centrifugális működési elve. A janggal ellentétben a jin passzív, visszahúzó, birodalma a föld, a természet. Szimbóluma a hold és a barlang. Fő feladata a jang energiájának formába öntése, az élet létrehozása a sötétségből. Mozgása centripetális, befelé fordul, introvertált (Capra, 1993).

Az archetípusok fenti felosztása egyetemes, a legtöbb kultúrában jelen van, eredete ismeretlen. Ugyanakkor a két minőség nem különül el kizárólagosan nemek szerint. Mindkét nem rendelkezik a másik nem tulajdonságainak egy részével. Az arányok eltolódhatnak, de a személyiségfejlődés lényege, hogy mindkét nem megerősítse a saját neméhez tartozó tulajdonságait, mielőtt az ellentétes tulajdonságok is helyet kapnak az életükben.

Tehát pl. olyan nőknél, akik nem bontakoztatják ki nőiségüket, gyakori az archetípusos maskulin dominancia. „Az ilyen nő, annak a munkamegszállottságban élő dolgozó nőnek a szimbóluma, aki azt az animust kelti életre magában, aki az atya ösképe, ezzel a Hőst utánozza, de ez nem a saját animusa.” (Jung, 1999:44) A saját animus, illetve anima lélek rész előhívása és projekciója, majd tudatba integrálása és beépülése a személyiségbe, mindkét nemnél hosszú fejlődési út és lényegében élethosszig tartó feladat eredménye.

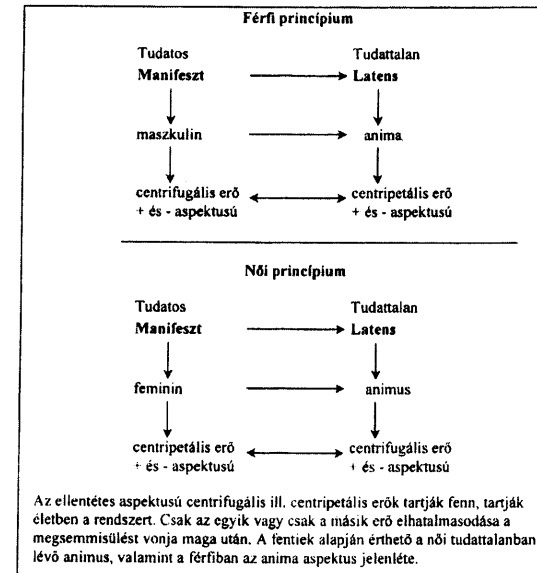
Jung szerint a férfi–női princípiumok kölcsönösen kiegészítik egymást. Ebben megegyezik Freuddal, aki szerint szintén minden emberi lény biszexuális alkat, és a keresztezett öröklődésnek köszönhetően férfi és női tulajdonságokat egyesít magában. (Freud, 1993b)

2.a., b. táblázat. A férfi és női princípiumhoz kapcsolódó centrifugális és centripetális erők (Antalfai, 2004)

a)

<p>Centrifugális erő = Férfi (férfi archetípusok)</p> <p>Pozitív archetípus = építő, alkotó, kifelé hajtó, differenciációra törekvő erő (férfias aspektus)</p> <p>Negatív archetípus = romboló, széthúzó erő (férfias aspektus)</p>
<p>Centripetális erő = Női (női archetípusok)</p> <p>Pozitív archetípus = tartó, védő, gondoskodó, növesztő, fejlesztő erő (nőies aspektus)</p> <p>Negatív archetípus = elnyelő, beszívó erő (nőies aspektus)</p>

b)



A kölcsönös kiegészítés alatt Jung nem egyformaságot ért, „Nem is lehetnének, hisz az egyiknek mindig magában kell foglalnia a másikat. [...] De fokozati kérdés, kiben mennyi a nőies elem.” (Jung, 1999:367–368)

AZ ANIMA ÉS ANIMUS ARCHETÍPUS JELLEGZETES MEGJELENÉSI FORMÁI

Az alábbiakban, a tudatos és tudattalan lelki dinamika közötti kölcsönhatás megvilágítására néhány, a mindennapjainkban is meghatározó szerepet játszó archetípus kerül bemutatásra.

A királyi esküvő, a szent menyegző archetípusa

A jin és jang által szimbolizált nő–férfi egységet mint archetípust Neumann (2005) az Uroboroshoz, a saját farkába harapó kígyóhoz hasonlítja, amelyben egyszerre van jelen kezdet és vég, pozitív és negatív, férfias és nőies. Annak az állapotnak a szimbóluma, amelyben a káosz uralkodik, a tudatos és tudattalan differenciálatlanul van jelen, olyan formában, amit az ego borderline állapotként tapasztalhat meg. Neumann-nál a kígyó a szimbóluma az ősszülőknek, őspanának és ősapának. A szétválaszthatatlan szülői páros archetípusa, ami tetten érhető úgy a pszichében, mint a gyermek tudattalanjában, illetve fantáziájában.

A férfi–nő ősegyeség mint archetípus megjelenik a Mysterium coniunctionisban, az egyesülés misztériumában, a mesebeli Királyi Esküvőben, a holtodiglan-holtomiglan kapcsolatban, az individuáció különleges formájában. Az évszázadok, évezredek megpróbáltatásait túlélő őskép a férfi–nő ellentét egyesülési vágyának örök szimbólumaként értelmezhető. Az egyesülést nem elsősorban és nem csak biológiai, azaz testi értelemben használjuk: testi, érzéki, érzelmi, szellemi, sőt spirituális beteljesülést értünk alatta. Kast (2000) több olyan álmot is elemez, amelyekben olyan mitológiai párok jelennek meg, akik az álmodót „megbabonázzák”, villámcsapásként érintik. Ezen álmokban – csakúgy, mint a mesékben – a szerelmesek egyesülését különleges misztikus érzés, valamiféle földöntúliság, az „örökkévalóság” szele érinti meg. Az egyesülés ilyenkor a személyiség teljességének ún. spiritus rectorának, a mélymagnak (Selbst) a bevonásával történik. A férfi–nő kapcsolatnak ez a sejteken is túli mélységeit szimbolizálja. Ez a fajta – örökön vágyott – elemi szintű egyesülés a mesebeli Istenpárok, Királyok privilégiuma.

Jung szerint a legfontosabb archetípusos rendszerek a másik nem felé irányuló kapcsolatteremtést szabályozzák. Nem véletlen, hogy minden mesének, mondának, mítosznak az „egymásra való rátalálás” a fő cselekménye és motívuma. Az egymásra való rátalálásnak – úgy a mesékben, mint a valóságban – sokszor szenvedéssel teli útja individuációs út is egyben. A tudattalan lélekrészünkre (anima vagy animus) való rátalálás az önmegvalósítás kikerülhetetlen lépcsőfoka.

Stevens kontraszexuális archetípusnak nevezi a fenti rendszert, amely filogenetikusan megszerkesztett: felelős a heteroszexuális kapcsolat létrejöttéért.

Szólnunk kell a „Szent Menyegzőnek” (mint minden archetípusnak) – a mesékben is gyakran megjelenő – negatív aspektusáról, az ún. halált hozó alakzatról is. Az esküvő ilyenkor gyászszertartás kíséretében zajlik, mint pl. Ámor és Psziché mítoszában Psziché esküvője.

Az említett mítoszban az esküvő, amelyben a szülők feláldozzák lányukat, a gyermekről való leválást, elszakadást is szimbolizálja, ami mindkét fél számára fájdalommal jár. Ugyanakkor az esküvővel és az azt követő nászéjszakával válik a lány asszonnyá. A defloráció szó pontosan kifejezi, hogy a „virágzás időszakától” el kell búcsúzni. El kell búcsúzni és el kell temetni a lányságot. Neumann

megközelítéssel – meglátásunk szerint – ez is egy transzformáció, amihez szintén vér kapcsolódik. Sok nőnek ez csak biológiai szinten sikerül, pszichésen nem történik meg az átváltás, átalakulás. Erős a nosztalgia a sugárzó, üde, még minden irányban „illatozó” identitás után – így feladása is nehéz. Az elvirágzás és a lányság meggyászolása tudattalanul megjelenik majdnem minden nép folklórájában, meséjében és mondájában.

A Nagy Anya archetípusa

Az analitikus mélylélektan a Nagy Ósanya fogalmán az anyakép különleges, kettős aspektusát érti. Az őskép mint istenanya transzperszonális szimbólum. Életet ad, táplál, oltalmaz, ugyanakkor fogva tart. Ölel és öl, tartó edény és koporsó. Pozitív aspektusa: bölcsesség és értelmén túli szellemi magasság, átváltozás, növekedés, negatív aspektusa: elnyelő, elcsábító, megmérgező. A nagy ósanya, nagyanya gyakran ölti magára a bölcsesség vagy boszorkányság vonásait. Az anyai elem túlfokozása viszont már szemben áll a bölcsességgel.

Estés (1996) szerint meg kell tanulni szembenézni az ősboszorkával, meg kell tanulni a természetben élni, megküzdeni az energiáival. Baba Jaga fenyegetései ellenére igazságos. A nagy hatalom iránti tisztelet lényeges eleme a tanulásnak. Az ősi hatalom a mindentudást szimbolizálja, tiszteletet ébreszt és fejlődésre inspirál.

Neumann a női princípium, női minőség két alaptípusát különíti el. Az egyik az ún. ősi karakter, amely a Nagy Kör (The Great Round), a Nagy Magába Fogláló (The Great Container) archetípusa. A statikusság, változatlanúság, az egység, az időtlenség jellemzi, valamint a Nagy Egésszel, a kozmosszal való kapcsolat.

A másik karakter – itt a hangsúly a dinamikus elemeken van – a változást teszi lehetővé. Elemi szinten az ősi karakter is magában foglal bizonyos mozgást, amit Neumann a Nagy Körön – az uroboros szimbólumon – belüli dinamikus mozgásnak tulajdonít, ami lényegében a női minőség transzformatív természetét adja, de még nincs saját formája vagy alakja. Mozgása is primitív: kihord, szül, elnyel. Láthatjuk, hogy a neumann-i két típus lényegében egy egységen belül van, a nőiségnek a két aspektusa.

A transzformatív karakter – ahogy a szó jelentésében is benne van – a változást, átalakulást, átváltozást foglalja magában. Ezt az átváltozást a mesék szimbolikusan ábrázolják, bizonyítva, hogy a kollektív tudattalan intuitíve ráérezett – messze a tudományos felfedezés előtt – a fejlődésben rejlő nagy titokra, az ún. misztikus ugrásokra. Ezek a misztikus „ugrások” mesebeli átváltozások állatból emberré, szörnyből királyfivá, békából királykisasszonnyá stb. vagy fordítva – a világ összes népeinek meséiben vezető motívumként megtalálhatók.

A nő és a férfi eltérően éli meg a transzformációt. A transzformatív karakter mint női átalakulást és átváltozást hordozó szimbólum a pszichés változásokkal

párhuzamosan futó biológiai átalakulások miatt jobban definiálható és látványosabb, mint a férfié.

Az első ilyen transzformáció – Neumann-nál –, amikor a lányból nő lesz, a menstruáció időszakára esik. A második nagy változás a szüléskor következik be. A harmadik, szintén a vérrel kapcsolatos transzformáció, amikor a vér – ami a méhen belül táplálta a magzatot – tejjé válik. Ez az anyává érés időszaka. A negyedik átváltozás a menstruáció elmaradása (Neumann, 2005). Tanulmányunkban a felsoroltakhoz kapcsoljuk még a deflorációt, a menyasszonyból asszonnyá válás misztériumát mint transzformációt, amihez szintén a vér kapcsolódik. A felsorolt biológiai érési folyamatot a valóságban nem mindig kíséri vagy követi a lelki érés és transzformáció.

A női testhez kapcsolódó szimbólumok: sír, barlang, víz (magzatvíz), szarvasmarha (a vizet tejjé transzformálja), továbbá a gyümölcsstermő életfa mint ősanya: kihord, átalakít, táplál, de koporsó is egyben, tehát a halál szimbóluma is. A föld és a föld átalakulásai tekinthetők még analógnak a női minőséggel. A föld és a benne lévő víz mint női elem a megtermékenyítő égi tűz, a nap hatására életet fogan.

A női transzformatív karakterhez tartozik még – neumanni megközelítésben – az elutasítás mint elemi anyai funkció. Csak ennek révén lehetséges, hogy az élőlények természetes fejlődésük során eljussanak az önállóságig, még akkor is, ha ezt a fejlődő szervezetek distresszként élik meg.

Isten- és istennő-archetípusok

A neumanni felosztásra és elemzésre szinte ráfűzhetők a mesék, mítoszok klasszikus istennői. A legteljesebbnek mondható összefoglaló jellemzésüket Bolennél (1997) olvashatjuk. Ezen istennők, akár pozitív, akár negatív tulajdonság hordozói, istennői minőségüknel fogva az emberek védelméül szolgáltak. Az ösztönvilágból fakadó egy-egy archetípus, azaz jellegzetes mintázat, karaktervonal, tulajdonság egyoldalúvá válása és elhatalmasodása ellen védelmeztek. Ha egy archetípus megszállja a tudatot, az veszélyes elragadtatásokhoz, a személyiség széteséséhez vagy életút-kisikláshoz vezethet. Jól példázza ezt Hófehérke mostohája, aki lehetne Aphrodité vagy szép Heléna archetípusa is. A saját szépségének megszállottjává vált királynő büntetése a tüzes cipő. A megszállottsághoz mint szenvedélyhez a tűz, a szexualitáshoz pedig a cipő kapcsolódik, mint szimbólum. A mostoha a mese végére egyoldalúsága és egyben megszállottsága áldozatává válik: a lábára égett tüzes cipővel halálba táncolja magát. Ezért jó, ha az archetípusok felettünk álló védő vagy megrovó Isten-nők, illetve Istenek maradnak. Ahogy Bolen írja, az ókori görögöknél (később a rómaiaknál is) a megszabott szerepükben élők egy bizonyos istennő uralma alatt álltak, akit tiszteltek. Később, a kereszténységénél ezt a szerepet a védőszentek töltötték be. Bolen az istennő-archetípusok jellemzésén kívül azonban nem utal azok egyol-

dalúság ellen védő, így egészségőrző, mentálhigiénét betöltő szerepére. Például az otthon Hesztia védte, mint a háztűz őrzője. A tűz a szenvedélyek, indulatok, hangulatok szimbóluma, de a szeretet, melegsége is, testi és lelki értelemben egyaránt. Ahogy a tűz, úgy a szeretet is elhatalmasodhat, ilyenkor már éget, szenvedéllyé, indulattá válik, s nem véd, hanem pusztít.

Hesztia védelmet adott az én, az ego elhatalmasodása, az ún. ego-felfuvalkodottság ellen is. Az ego mindenhatóvá válása korunk emberének árnyoldala. Az otthon melegét őrző Hesztia a családi közösségnek a szimbóluma is, ami figyelmezteti a benne élőket, hogy egymásért, a szeretet melegeért „fejet kell tudni hajtani”. Az ego-felfuvalkodottság szimbóluma – a 20. század egyik legismertebb katasztrófájaként – a Titanic pusztulása. A tragédia arra hívja fel a figyelmet, hogy az ókor emberénél nem volt véletlen a hajósok védőszentjével, Poszeidónnal, majd a középkorban a Szűz Máriával való jó „kapcsolat”.

Poszeidónnak, avagy a természetnek mint a tenger istenének respektálása megvédte az ókor, később a középkor emberét attól, hogy eluralkodjon lelkében és megszállja tudatát az egyes istenek és istennők által képviselt archetípus mint ösztönkésztetés. Az emberi lélek alkotó fejlődésének köszönhetően ez a belső készítés kihelyeződhetett pozitív és negatív aspektusával együtt mitológiai és mesei alakokra, ami által kontrollálhatóvá vált. Ebben a folyamatban megtapasztalható és tetten érhető az élet fenntartását szolgáló enantiodromia, azaz az ellentétek egyesítésére és egyben megtartására való törekvés kettőssége, ami egyben a tudat fejlődését is szolgálja. Istenek és istennők „létrehozása” a ma emberének már nem adatott meg, de az annál inkább, hogy nagyítóüveg és elemzés alá vegye saját alkotásait, amelyeket az elmúlt századokban, de különösen korunkban teremtett. Ez egy olyan önismereti folyamatot jelentene, amelynek eredményeképpen növekedhetne tudatának fényessége, aminek mentálhigiénés hatása pedig „elődeivel”, az istenekével vetekedhetne.

A női minőség Jungnál három ősi alakban manifesztálódik: *anyai* – tápláló, nevelő, fejlesztő; *csábító* – tündér, szirének; *démonikus* – elnyelő, pusztító. Jung négy, a történelem folyamatában is megjelenő, a fejlődés szempontjából is meghatározó női archetípust különböztet meg. Az elsőt Éva, a testi nő szimbolizálja, a második Heléna, az esztétikumával ható és csábító nő, a harmadik Mária, az érzelmi nő, s végül a negyedik Szófia vagy Sapientia, a bölcsesség archetípusa. Sajátságos módon, mindegyik archetípushoz egy-egy domináns pszichés alapfunkció kapcsolható: Évához mint az anya archetípusához az intuitív; Helénához mint a csábító nőhöz az érzékelő; a szeretetet, érzelmet képviselő Máriához az érző; Szófiához, a bölcsesség archetípusához a gondolkodó funkció. Ez a Jung által ábrázolt út egyben a nő történelemben betöltött szerepének a fejlődési útja is (lásd újra az 1. táblázatot).

A manifeszten megjelenő női archetípusokkal analógnak tekinthetők a férfiban élő anima archetípusok. A férfi animája egyfajta belső nőként jelenik meg, és ha tudattalan, akkor egy differenciálatlanabb nő módjára „viselkedik”:

hisztérikus hangulatváltozások, túlérzékenység, hiúság, intrikák jellemzik. A nő animusa – ha nem integrálódik a tudatba – a fentieknek megfelelően szintén alacsonyabb minőségben jelenik meg: vitázási hajlamban, kritikusságban, makacs véleményekben, merev intellektuális beállítottságban, brutalitásig fokozódó csökönyösségben (von Franz, 1996).

A férfi egy nőben keresi és véli megtalálni a lelkében élő sokoldalú anima archetipusát. Egyik megragadó kifejeződését Petőfi Júliához írt szerelmes versében olvashatjuk: „És egy személyben te / Vagy mindenem nekem: / Lyányom, anyám, húgom, / Szeretóm, hitvesem!” (Petőfi Sándor: Szeretlek, kedvesem!) Felsorakoznak itt a görög istennők: a lány archetipusát Perszephoné szimbolizálhatná, a testvér lehetne Artemisz is, az anya Démétér, a szerető Aphrodité, a hitves Héra. Sokszor a feleség szerepét Démétér és Perszephoné együtt tölti be. Jung 1950-ben írt művében, az Aionban (Petőfihez hasonlóan) már szintén öt, illetve hat anima-archetípust említ, amelyek „a legmélyebben hozzátartoznak a férfi lényegéhez”. A férfi lelki tartományában „ott van az anya imágója, és nemcsak az övé, hanem a lányé, a nővére és a szeretője, az égi istennő és a ktonikus Baubóé, a mindenhol jelen lévő kortalan képmásé” (Jung, 1993d:18).

Petőfi ráérezett az örök férfivágyra: szerelme a mindene legyen, maga a mindenség. Az egység, a teljesség, az Egész. Ezt a kozmikus egységet a kunyhó, a ház mint teljességszimbólum jeleníti meg a legjobban, ami egyben a nőiségnek az egyik legősibb szimbóluma. Pl. az etruszkok kőfaloszt állítottak fel a férfi sírokon, és az etruszk házak egy kicsinyített másolatát a női sírokon. A női jin princípium kínai definíciója szerint a nőiség térbeli és időtlen – ellentétben a férfi princípiummal.

A nőiség – az előzőekben írtakból kiindulóan – tehát magában foglalja a világmindenséget szimbolizáló Egységet. A ház, csakúgy, mint a nő, teljességszimbólum. Az egész, mint tudjuk, mindig több mint a részek pusztja összessége. A nő ezért egyszerre több is és kevesebb is a férfi számára. Amit lényével szimbolizál, az mindig több, mint amit a férfi megragadhat belőle, és amikor már elnyerte őt magának, akkor mindig kevesebb annál. A nő szimbolizálja és meg is jeleníti irracionálisával, időtlenségével, térbeli kiterjeszkedésével az elérhetelent, a „mindenütt jelen való” létével a megfoghatatlant.

A 3. táblázat a női és férfi identitás fejlődésének alaparchetipusait mutatja be, amelyek egyben a férfiban élő anima és a nőben élő animus lélekképek.

A NÉGY PSZICHIKAI ALAPFUNKCIÓ ÉS AZ ARCHETÍPUSOK KAPCSOLATA

A négy jungi pszichés alapfunkció – tudati beállítottság – az érzés (magyar megfelelője inkább az érzelem), gondolkodás, intuíció (megérzés) és érzékelés. Közülük minden egyénben csak az egyik a domináns (ún. főfunkció), egy a segéd,

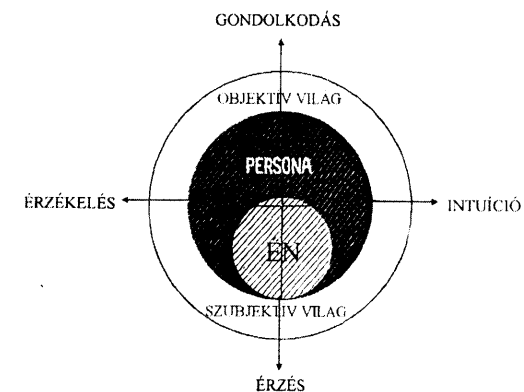
3. táblázat. A női és férfi identitás fejlődésének alaparchetipusai, valamint a nőben élő animus- és a férfiban élő anima-ideálok (Antalfai, 2004)

Női identitás archetipusa	Archetipus ideálok	Férfi identitás archetipusa	Archetipus ideálok
1. Testi nő	→ Éva (ősanya) Millendorfi Vénusz	1. Testi férfi	→ Herkules Tarzan
2. Lány	→ Tündér Perszefoné	2. Fiú	→ Orfeusz Adonisz
3. Küzdő nő (testvér)	→ Amazon Artemisz	3. Hős	→ Akhilleusz Odüsszeusz
4. Csábító nő	→ Szirének Heléna	4. Csábító	→ Don Juan Dionüszosz
5. Érző nő (Anya)	→ Hesztia Szűz Mária	5. Gondolkodó	→ Faust
6. Hitves	→ Héra Pénélopé	6. Apa	→ Apollón Don Carlos
7. Bölcs asszony	→ Szófia Athéne	7. Öreg bölcs	→ Sarastro Salamon

a többi pedig az ún. mellékfunkció. Mindegyik hatékony módja lehet a tudatos észlelésnek. Összefoglalóan a következőképpen jellemezhetjük a négy funkciót: az érzékelés megállapítja, ami lényegileg adott, a gondolkodás lehetővé teszi, hogy jelentést adjunk neki, az érzés megmondja az értéket, végül az intuíció a „honnan hová” lehetőségeit, amelyek a közvetlen tényekben rejlenek.

A négy funkció közül az egyik a tudattalanban helyezkedik el, nem aktív – inferior funkció. Közvetlen kapcsolatban mindig az egymás mellett lévő funkciók állnak, míg a szemben elhelyezkedők egymás ellentétei is egyben, így az egyik közülük az „árnyékban” lévő, tudattalan, ún. inferior funkció. Működési sajátjuk, hogy a fő, azaz domináns funkcióval ellentétes inferior funkció tartalmi elemei projekció vagy acting out formájában jelenhetnek meg. A négy alapfunkciót és a jungi személyiségmodellt mutatja be az 1. ábra.

1. ábra. A jungi személyiségmodell és az alapfunkciók (Jacobi, J., 1972)



A személyiségnek mind a női, mind a férfi oldala rendelkezik mind a négy funkcióval. Tehát egy személyre nyolc funkció jellemző, amelyből négy manifeszt, négy pedig latens (anima, vagy animus). A négy-négy is megoszlik a fentiekben már leírt módon: fő-, segéd-, mellék- és inferior funkcióra. Ez a nyolc funkció természetesen nem mind aktív, a dominanciájuk és megjelenésük is időben változó. Mégis mind lehetőség, és kapcsolatfelvétel szempontjából elvileg 64-féle kölcsönhatást alakíthatnak ki.

ARCHETÍPUS ÉS SZIMBÓLUM KAPCSOLATA

Az archetípus szimbólumokban manifesztálódik. A szimbólumok lelki élményvilágunk sűrítményei, ezeket a sűrítményeket, amelyek elődeink életében, az évszázadok során felhalmozódtak, ősképek formájában génjeinkben hordjuk. Ezen lelki élmények mint szimbolikus sűrítmények alkotják tudattalanunk végtelenbe vesző világát, ahol meséink, mondáink, mítoszaink ősvázai is megtalálhatók.

A szimbólumoknak számunkra elsősorban emocionális jelentőségük van, ún. jelentéstöbblettel rendelkeznek, ami arra utal, hogy bár egyetemes, kollektív üzenetet hordoznak, minden egyén számára egyedi jelentésük is van, így lényegük a maga teljességében nem ragadható meg. Ebben rejlik a teljességélményhez hasonló numinozitásuk, amelynek jelentését a tudatunkkal felfogni nem tudjuk, mivel az ember – ahogy Jung írja – „nem rendelkezik a tudat ama tágasága fölött, amely az emberi természetben rejlő tényleges ellentétek megvalósulásához szükséges lenne.” (Jung, 1993d:280)

A szimbólum a tudatos és tudattalan, ismerős és ismeretlen között a „híd” szerepét tölti be. Mivel mindkét terület az emberi létezés során állandó mozgásban és változásban van, a szimbólumok hatása – mégoly ősi képekkel (meséképek, mitológiai alakok) rendelkezzenek is – az évszázadok során nem csökkent, hanem mindig új és új, azaz aktuális érzelmekkel töltődött fel.

A SZIMBÓLUM EGÉSZSÉGVÉDŐ SZEREPE

– HÍD A TUDAT ÉS TUDATTALAN TERÜLETE KÖZÖTT

Ahogy az előző fejezetben már érintettük, a szimbólum összekötő szerepet játszik a tudattalan és tudatos psziché között. Akár a tudat, akár a tudattalan területéről ered, a megjelenésében már ötvözi mind a két tartományt, illetve azoknak egy-egy aspektusát. Vegyük pl. a szív szimbolikáját. A szív stilizált formája (♥) majd' mindenkinek a szerelmet juttatja eszébe. A szeretet, szerelem érzését az emberiség ősidők óta a mellkas tájékára helyezte, ott érezvén, onnan „jövőnek” tulajdonítván. Ez az egyetemes tapasztalat (lásd pl. a keleti kultúrák-

ban a csakra-tan érzelmközpontja is erre a területre esik, vagy ha a Bibliában előforduló szív szavakat kigyűjtjük, megfigyelhetjük az érzelmekkel való kapcsolatukat) az érzésből indult ki, azt követte a formaézés, formaérezékelés, amelyhez már az anatómiai felfedezések is hozzájárultak.

Láthatjuk, hogy a belső – mint ézés – vált külsővé, amihez a stilizált forma kettősségét már a külvilágból nyerte a szerelmet szimbolizáló szív alakja, amelyen a „két fél” egyesülését nem nehéz észrevenni.

A szimbólumnak egy másik változatára az a jellemző, hogy a szimbólum tárgya és tartalma közvetlenül nem származtatható sem a belső (tudattalan), sem a külső (tudatos) világból. Vegyük példának a Ház szimbolikáját. A ház pszichológiai megközelítésben nagy általánosságban a személyiséget szimbolizálja. Példaként utalhatunk itt Avilai Szent Teréz „A belső várkastély” c. munkájára. Ha konkrétan vizsgáljuk a Ház képzeletünkben megjelenő képét, az vagy a sajátunk, amiben lakunk, vagy egy ház a millió ház közül, ami a képzeletünkben megjelenik, és szinte az összes általunk ismert és látott ház lényegi sajátosságait foglalja magában: külső falak, belső tér, ami védelemül szolgál és ahol berendezkedhetünk, bejárati rész (ajtó), kapcsolat a külvilággal (nyílászárók, ablakok), kapcsolat a földdel (pince), kapcsolat az éggel (tető). Megjelenhet ez a ház sematikusán, mint egy pár éves gyermek rajzában, de megjelenhet a legkülönbözőbb stílusban, formában, nagyságban kunyhóként, de palotaként is.

A képzeletünkben megjelenő Ház egyrészt a külső életünk során látott házak összességéből formálódik. Ezek a látott házak azonban nem tartoznak csak a külvilághoz, valamikor (akár a közelmúltban, akár századokkal ezelőtt) valakinek, valakiknek a képzeletében, belső világában éltek. Egy építész lelkének intuícióit, érzelmeit, gondolatait, érzékelő funkcióját és kreativitását tükrözik. Az intuitív rész az inferior funkció, az archetípushoz kapcsolódik. Tehát a ház-szimbólumnál mint emberi alkotásnál (ide vehetjük mindazon tárgyait a körülöttünk lévő világnak, amelyeket valaha is ember alkotott!) elődeink archetípus-konstellációival, azaz pszichés struktúrájával, a négy alapfunkció sajátos ötvözetével találkozunk. Ez az elődeinktől „örökölt” lelki konstitúció, amely a valóságban tárgyiasult, kapcsolódik a saját jelenlegi egyéni fantáziánkhoz, belső „ház”-képünkhöz, a saját „lelki várkastélyunkhoz” – ahhoz az aktuálisan aktiválódott archetípushoz, amely itt és most (pl. ha házépítés előtt állunk, vagy lást választunk, vagy ha álmunkban jelenik meg egy ház képe) megjelenik.

Ebből a megközelítésből az élőket mindenkor körülvevő ember alkotta világ – ami száz százalékgig látható és tapintható, tehát objektív: valamikor szubjektív volt. Őseink archetípusai között élünk. Ez hat a saját képzeletünkre, fantáziánkra, ez érinti meg belső lelki világunkat, azaz a csak potenciálisan létező archetípusokat aktualizálja. Lényegében a képzeletünkben és egyben tudatunkban megjelenő ház képe így egyrészt a saját archetipikus képünkből (amely szintén kollektív), másrészt elődeinknek a külvilágban objektiválódott lelki képeinek ötvöződéséből eredő szimbolikus kép. Ebből a megközelítésből az álmunkban

megjelenő Ház képe is szimbolikus, mindkét aspektus – a külső és a belső – ötvöződéséből épülhet fel. Ámbár az álmokképpen, de az éber víziókban is megvan a lehetőség arra, hogy tudattalanunk uralja a külső tapasztalatot. Ebben az esetben a Ház, ami megjelenik, lehet olyan extravagáns is, amilyen a valóságban nemcsak nem található, de fel sem építhető. Ilyen pl. a mesebeli víz alatti üvegpalota, vagy a víz alatti gyémántpalota, a pókhálóból szőtt kastély stb.

A szimbólumok – ahogy Jung kifejezi – „átformálóként” funkcionálnak, amikor a libidót (életenergiát, érzeteket) egy „alacsonyabb” minőségből egy magasabbra emelik fel. (Jung, 1952b) „Ez az átformálódási folyamat az évszázadok során észrevétlenül ment végbe.” Majd az idézett tanulmányában így folytatja: „A szimbólum alapja az archetípus, megjelenési formája pedig ama képzetekből születik, amelyeket a tudat meghódított.” (Jung, i. m.: 280)

Ezért a szimbólumokat hordozó meséknek, mondáknak, mítoszoknak (csak úgy, mint az álmoknak, fantáziáknak) egészségvédő és gyógyító szerepük van. A pszichoterápiák különböző módszereket fejlesztettek ki a szimbólumok megjelentetése és az azokkal való munka érdekében. Ilyen a jungi aktív imagináció, a leuneri imaginatív terápia, a meseterápia, a művészeti terápia, és általában a nonverbális terápiák.

A SZIMBÓLUM MINT A FEJLŐDÉS KATALIZÁTORA, A SZIMBÓLUM ÉS A TRANZSCENDENS FUNKCIÓ

A jungi filozófia egyik alapelve, hogy személyiségünk fejlődő, mozgásban lévő és saját magát szabályozó rendszer, aminek lényege, hogy a tudattalan állapot (azaz a teljességre, az univerzumra való ráhangolódás) és a tudatosság viszonylagos egyensúlyára törekszik. Ha bármelyik terület egyoldalúvá kezd válni, a psziché automatikusan korrigálni igyekszik azt, felhasználva eszközül úgy kreatív (álom, mese, mítosz, alkotói folyamatok), mint destruktív megoldásokat (neurózis, pszichózis, szomatikus betegségek stb.).

A jungi terápia célja is a fenti elgondoláson alapul, a fejlődést foglalja magában. A fejlődés lényegében a szimbólumok segítségével valósul meg. A szimbólumképzés folyamatát Jung az alkotó folyamathoz hasonlította, azaz vele feleltette meg. A szimbólumképzés folyamatával az 1916-ban megjelent „Tranzscendens funkció”-ról szóló tanulmányában foglalkozott. A tranzscendens funkciónak Jung megközelítésében nincs vallási jelentősége (Kast, 1987). A tranzscendens funkció úgy lép be a képbe, hogy ha két ellentét egymásba ütközik – itt a tudatos és tudattalan ellentétéről van szó –, akkor a kiutasított, a tranzscendált a harmadikat konstallálja, amely mindkettő ellentétes pozíciót magában foglalja.

Ez a különlegesnek tűnő „fenomén”, a tranzscendens funkció, vagy „második rend”, második választás, ahogy Kast is írja, nem is olyan ritka, sőt minden-

napos. Ide tartoznak ugyanis azok a célszerű és kreatív megoldások, amelyekkel a problémáinkat kezeljük. Ilyenek a társadalmi rendszerek önszabályozása, a tudományos felfedezések, művészi alkotások. Ezek az ún. „alkotó ugrások” szerepelnek a szimbólum keletkezésénél is. Ezen „alkotói ugrás” mint szimbólumképzési folyamat a terápia lényege is: a szimbólumképzésen és feldolgozáson keresztül – ami a tudattalan és tudatos szféra összekapcsolásának folyamata is egyben – történik a személyiség alkotó fejlődése. Ennek lényege az új idea felvillanásában, s az azt követő új életérzés megélésében definiálható. Ez az „alkotói ugrás” tulajdonképpen minőségi változást foglal magában.

A SZIMBÓLUM MINT A KOMPLEXUS MEGJELENÉSI FORMÁJA

A szimbólum tartalma nemcsak fejlődésre sarkallhat, hanem ugyanúgy lehet fékező hatása is. A szimbólum keletkezésénél nemcsak az archetípust fedezhetjük fel, hanem a komplexust is. Maga a komplexus sajátos fantáziatévékenységet fejleszt, mivel a komplexusok érzelmmel teli energiaközpontok, amelyek egy jelentésmag köré épülnek. Mindig összeütközés eredményeképpen „keletkeznek”, ahol az „ütközés” (feszültség) révén az energia is összpontosul. Ezek megjelenési formája szimbolikus. Ez elsősorban kép, de kifejeződésként pl. zenében is. Gondoljunk pl. a később betiltott „Szomorú vasárnap” c. film zenéjére, amely öngyilkossági hullámot váltott ki. A dallam olyan kollektív archetipikus struktúrát érintett, amely érzelmmel/indulattal teli jelentésmag – a mindannyiunkban ott élő, a maga teljességében elérhetetlen ideálkép utáni beteljesülhetetlen vágyakozás – köré épült. Ez a valóság és vágy közötti fájdalmas összeütközés, amelyet a nevezett dallam felerősített, előhívta a hozzá kapcsolódó „viselkedésmintát”, az öngyilkosságot. Természetesen elsősorban azoknál, akiknél a szimbólum (ez esetben a dallam) által aktivált archetípusnak személyes életükben aktualitása volt.

Láthatjuk, hogy jelen példában az adott archetípushoz olyan komplexus kötődött, amelyet a személy fejlődése során nem tudott meghaladni, elsősorban érzelmi életének fejletlensége miatt. Így az ösképp és a valóság képe nem közeledett egymáshoz, hanem divergált. Ez a hasítottság és a benne rejlő feszültség (a két ellentétes irány miatt) egy „ugrást” hozott létre, de nem „alkotói ugrást”, hanem a regresszió irányába hatót. Ugyanis a dallam éppen a két egymástól elszakadt (tudatos és tudattalan) területnek azt az aspektusát szimbolizálta, ami összekapcsolhatatlan. Az ösképphez – mint ideához (ebben az esetben partnerideálhoz) – kapcsolódó komplexus emóciókat és energiát köt meg, amely – jelen példában a dallam hatására – felszabadult és a tudatot is elárasztotta (vagy Jung kifejezésével „magához húzta”), ami által a tudat szintje „alászállt”, lásd: öngyilkosság-sorozatok.

A KRÍZIS, A KOMPLEXUS ÉS ARCHETÍPUS SZEREPE A TRANSZFORMATÍV FEJLŐDÉSBEN ÉS IDENTITÁSVÁLTÁSBAN

A fejlődés mindig változást hoz magával, a változás viszont nem mindig jár együtt fejlődéssel. Megszokott helyzetünkől – jelen megközelítésünkben az önzonosságunkból, identitásunkból – való kimozdulást válságként, krízisként éljük meg, sokszor pusztán maga a változás is szorongást kelt bennünk. A krízisállapot többféle kimenetelhez vezethet: ideális esetben sikeres megküzdéshez és magasabb életminőséghez, a sikertelen megküzdés vagy a megküzdés hiányának következményeképpen regresszióhoz, a régi állapot görcsös fenntartásához, ami a személyiség rigiditását vonhatja maga után. A krízis, a válság, a „halál” majd „újjászületés” felvállalása, azaz a megküzdés és önmegvalósítás helyett sok esetben egészségkárosító magatartással (mint pl. alkohol, drog, anyagi javak hajszolása, a legkülönbözőbb megalkuvások), vagy a krízisállapot elmélyülésével, rosszabb esetben szuicídiumba való meneküléssel találkozhatunk.

A változást és fejlődést megelőző krízis esetén létrejövő átmeneti dezintegráció és regresszió lehetőséget teremt arra, hogy a tudat aktivációs szintje csökkenjen, és a tudattalan „vegye át” a vezető szerepet. A személyes tudattalanban az összegyűlt tapasztalatok azonban nem mindig képesek az új helyzettel megküzdni. Már csak azért sem, mert az én számára egy olyan magasabb szintre való „feljutás” a cél, amelyhez a korábbi (a fiatalabb korban átélt) személyes tapasztalatok nem hozhatnak sikeres megoldást. Ezért fordulnak a mesebeli fiatalok a 100 éves öreg bölcsekhez, anyókákhoz, remetékhez, akik tanácsot és útbaigazítást adnak. Ezek az öreg mesebeli tanácsadók a lélekben az ősök tapasztalatait hordozó kollektív tudat reprezentánsai, akik felé mély válság, krízis és változás előtt megnyílik egy láthatatlan hasadék az út. Ez az út – az én mint koordináló és a tudatot kontrolláló központ dezintegrációjának „segítségével” – a tudattalan archaikus (kollektív) mélységeihez vezet. A kollektív tudattalanban a krízis hatására aktiválódnak azok az archetípusok, amelyek az adott életkori (fejlődési) szakasznak megfelelnek. Intrapszichés szinten ezek az archetípusok szimbolikus megjelenésükkel (pl. a remete vagy szellem „üzenete” az álmon keresztül) segítik az egyik fejlődési szintről a másikra való transzformációt. (Antalfai, 2004.)

A krízisállapot elengedhetetlen része a gyermekkorból felnőttkorba való transzformációnak, amelynek sikere függ az életszakaszhoz kötődő archetípus megjelenésétől. Az archetípus előrevetíti azt az ideált, azt a jövőképet – érzelmeikkel telített, konstruktív képek formájában –, amelyek inspirációt és motivációt adnak a krízissel való pozitív megküzdéshez és az új identitás kiépítéséhez.

Az alábbi táblázatban is olvasható komplexusok olyan energiákat kötnek meg, amelyek köré egy-egy archetípus szerveződött. Ezek azok a sajátos struktúrák, amelyek a lélek mélyén születésünktől kezdődően adóttak, és jó, ha a megfelelő életszakaszban, és egy adott bio-pszicho-szociális fejlettség szintjén

manifesztálódnak. Lényegi sajátjuk ugyanis – a szerző tapasztalatai alapján –, hogy csak a számukra megnyilvánulásra „megadott” időszak alatt képesek a továbbfejlődésre. A személyiségfejlődés alábbiakban bemutatásra kerülő modellje elsősorban klinikai tapasztalatokra épülve született meg (lásd 4. táblázat).

4. táblázat. A személyiségfejlődés fázisspecifikus szakaszainál megjelenő női archetípusok (Antalfai, 2004)

A komplexusokat és archetípusokat mesék és mítoszok hősei szimbolizálják

Életszakaszok	Előtérbe kerülő funkciók	Aktiválódó komplexusok és archetípusok	
koragyermek-kor	érezkelő	testvér-komplexus <i>Irigység</i> archetípusa	
kisiskolás-kor (közép és későgyermek-kor)	gondolkodó	<i>Okos lány</i> -komplexus és archetípus	
korai serdülőkor	Átmeneti kor	érező	<i>Jószívú lány</i> -komplexus és archetípus
serdülőkor		intuitív	<i>Hőfőhérlé</i> -komplexus és archetípus
késő serdülőkor		gondolkodó és érezkelő	szingli-komplexus <i>Napleánya</i> archetípus
korai ifjúkor		intuitív és gondolkodó	<i>Elektra</i> -komplexus <i>Vadrózsa</i> archetípus
ifjúkor		érezkelő és érző	<i>Világszépe</i> -komplexus <i>Afrodité</i> archetípusa
fiatal felnőttkor	érező és intuitív	<i>Ámor és Psziché</i> -komplexus Menyasszony archetípusa	

**AZ ANALITIKUS PSZICHOLÓGIA FEJLŐDÉSI MODELLJE:
AZ INDIVIDUÁCIÓ**

A jungi személyiségmodell filogenetikai szerkezetéről beszél, amelynek „rései” az ontogenetikus fejlődés során töltődnek fel. A filogenetikai szerkezet archetípusos egységekből áll, amelyek dinamikusak és aktualizálódásra törekszenek. Az archetípusos aktualizálódás és személyiségfejlődés átfogó folyamatának adta Jung az individuáció kifejezést. Az individuáció azt a bio-pszicho-szociológiai folyamatot jelenti, amelynek során minden élőlény azzá válik, illetve azzá válhat, amivé születésétől fogva válnia kell, illetve válnia lehet. A „lifespan”, azaz az élethosszig tartó fejlődés – amelyet Jung fogalmazott meg elsőként – ma már szinte minden fejlődésről szóló szakkönyvben megtalálható.

Jung az egész életen át tartó fejlődést nevezte individuációnak. A fejlődés és az életút lényegében egy paradoxont foglal magában: vissza a kezdetekhez,

az ősegséghez, az eredethez. Ez az út, ami az egységből indul, hasításokon, differenciációkon és integrációkon keresztül visszatérve az egységhez, egy kört ír le, az ősi Uroboros szimbólumát. Ezen körforgás közben minőségi változásokra, transzformációkra, ún. alkotó fejlődésre (Neumann, Erikson, Kast) nyílik lehetőség, amelynek részben kulturális, részben biológiai szinten átörökítő hatása is van. Ez az átörökítés civilizációkon ível át, meghaladva ezzel az egyéni élet Uroborosát.

Jung az életkori szakaszokat a nap járásához hasonlítja. Három kritikus időszakot ír le, a serdülő-, közép- és időskort. Az életciklust négy negyedre osztja. Az első két negyedben biológiai és szociális feladatokat, a második két negyedben kulturális és spirituális feladatokat kell megoldani.

Az individuáció kétirányú folyamat. Az első szakasz célja az „individuáció a külső valóságban”, amely lényegében az életciklus első két negyedét öleli fel, és az én (az ego) kialakításával (itt lépnek be a pszichés alapfunkciók is), valamint a főfunkció differenciálódásával jár. A fő- és mellékfunkciók differenciálódása mellett fontos a persona kifejlesztése is. Lényegében tehát a külvilághoz való alkalmazkodás az egyik fejlődési irány, a másik irány (amelyet az analitikus lélektan lényegében az élet második szakaszába helyez) a befelé irányuló fejlődés, amely önismerethez, a belső világ felfedezéséhez, az ellenkező nemű „lélekkép” alakjainak (anima, animus) mint a psziché tudattalan, egyben komplementer (kiegészítő) részének a megismeréséhez vezet. A belső, ellenkező nemű lélekkép megismerése projekciók (kivetítések) és introjekciók (bevetítések) egymást váltó folyamatában lehetséges.

Az individuációs folyamat egyik fő célja mind a négy pszichés funkció differenciálódása az életfolyamon át. Az intuitív funkció a tudattalan területe, a racionális funkció a külsőé, a tudaté. Ahogy Jacobi megfogalmazza, a „személyiség teljességét”, az individuációt, az önmegvalósítást „akkor értük el, ha a fő ellentétpárokat relatíve differenciáltuk és az össz-psziché két részét, a tudatot és tudattalant összekapcsoltuk úgy, hogy a kettő között az eleven kölcsönhatás megmarad. Ugyanakkor a tudattalan (a belső világ) soha nem válik teljesen tudatossá (külsővé), és a legerősebb energiatöltetet állandóan megtartja. A teljesség tehát mindig relatív marad, ám továbbdolgozni ezen életfogytiglani feladatunk.” (Jacobi, 1972:167)

FOGALOMTÁR

Anima – A női jelleg megszemélyesítése a férfi tudattalanjában.

Animus – A férfi jelleg a nő tudattalanjában.

Archetípus – Ős-„kép”, őslenyomat, amelynek csak a váza van jelen a kollektív tudattalanban, képzetformálási lehetőséggel rendelkezik, a szimbólumban ölt testet.

Árnyék – A személyiség azon része, amely összeegyeztethetetlen a tudatosan választott életformával; az a leplezett, elfojtott, többnyire kisebbségi és vét-

kes személyiség, amely egészen az állati ősök birodalmáig nyúlik vissza, s így módon átfogja a tudattalan teljes történelmi aspektusát.

Átformálódási folyamat – Az alacsonyabb minőségből egy magasabb minőségbe történő felemelkedés, Jung tanítványainál és követőinél transzformációként, alkotói ugrásként, illetve alkotó fejlődésként szerepel.

Extraverzió – Tipikus beállítottság, amely az érdeklődésnek külső tárgyra való összpontosításával tűnik ki (Jung).

Individuáció – Az individuáció jelentése: egyeddé válás, önmagunkká válás. Ezért az individuáció szót úgy is fordíthatnánk, hogy önállósodás, vagy ön-megvalósítás.

Introverzió – Olyan tipikus beállítottság, amely az érdeklődést a lélek belső folyamataira koncentrálja (Jung).

Kollektív tudattalan – Az ösztönöket és archetípusokat magában foglaló személyen túli terület.

Mélymag (vagy mély-én [Selbst]) – Az egész személyiség (tudatos és tudattalan) központját, leglényegét, spiritus rectorát értik alatta. Magyar megfelelői a fordítások alapján: mélymag, mély-én, önmaga, önvaló. A mélymag egyúttal az élet célja is, mivel a legteljesebben fejezi ki azt a sorskombinációt, amit individuumnak neveznek.

Persona – Az a beilleszkedési szisztéma vagy viselkedési mód, ahogy a világban megjelenünk. A persona az, ami tulajdonképpen nem mi vagyunk, hanem amiről magunk és mások azt gondolják, hogy azok vagyunk.

AJÁNLOTT IRODALOM

von Franz, M-L (1998a): *Az árnyék és a gonosz a mesében*. Budapest: Európa.

von Franz, M-L (1998b): *Archetípusos minták a mesében*. Budapest: Édesvíz.

Jung, C. G. (1993): *Mélysegeink ösvényein. Analitikus pszichológiai tanulmányok*. Budapest: Gondolat.

Jung, C. G. (1997): *Emlékek, álmok, gondolatok*. Budapest: Európa.

Jung, C. G. (1997, 1998): *Alapfogalmaink lexikona I-II*. Budapest: Kossuth.

Jung, C. G. (2000): *Bevezetés a tudattalan pszichológiájába*. Budapest: Európa.