

ANTALFAI Márta

A női kiteljesedéshez vezető út meghatározó állomásai

*„Mert bár a külső ember romlásnak indult bennünk,
a belső napról-napra megújul.”
(Szent Pál)*

Absztrakt

A tanulmány a szerző népmese kutatásaira és pszichoterápiás tapasztalataira épülve a női kiteljesedéshez vezető út mint individuáció fázisspecifikus állomásait ismerteti. A fejlődést kibontakozásként értelmezi, hatásában az élethosszon is túlmutató transzformációk sorozataként. A mélylélektanra épülő meseelemzések arra hívják fel a figyelmet, hogy a fejlődési periódusokon mint identitáslehetőségeken belül eltérés mutatkozik a két nem között. A kutatás elsősorban az átmeneti korra vonatkozóan tárt fel újabb fejlődési fázisokat a női lélek működésében. Az egyes fázisspecifikus állomásoknál archetípusok aktiválódnak, melyek egyben új képességek és megvalósításra váró életfeladatok hordozói. A személyiség és a közösség vonatkozásában értékkepzők és értékalkotók.

Kulcsszavak: individuáció, transzformáció, identitás, archetípus, komplexus.

The Defining Stages in the Path to Female Fulfilment

Abstract

The study describes the phase-specific stages of the path to female fulfilment as individualization, based on the author's folklore research and psychotherapeutic experience. She interprets development as unfolding, in its effect as a series of transformations that extend over the lifetime. Fairy tale analyzes based on deep psychology call attention to the fact that there is a difference between the two sexes within development periods as identity possibilities. The research revealed new developmental phases in the functioning of the female soul, mainly in relation to the transitional age. At each phase-specific stage archetypes are activated, which are also carriers of new capabilities and life tasks to be implemented. They are value formers and value creators in terms of personality and community.

Keywords: individuation, transformation, identity, archetype, complexes.

1. BEVEZETÉS

Jelen tanulmány több mint két évtizedes népmese kutatásaimra és pszichoterápiás tapasztalataimra épül. A női személyiségfejlődés fázisspecifikus szakaszait tárgyalja.¹

A kutatás középpontjában a magyar mese- és mondavilág, valamint a különböző népek azon meséi állottak, amelyekben főszereplőként vagy meghatározó alakként jelenik meg a nő. Elsőként arra a számszerű adatra lettem figyelmes, amely szerint a világirodalom mesekincséből kigyűjtött 3500 tündérmesének mindössze 10%-a rendelkezik női főszereplővel.

A női személyiségfejlődés sajátos vonulatára *Az istenhegyi székely leány* című monda, illetve mese elemzése során figyeltem fel. A főszereplőnél végigkövethető individuációs út olyan sajátos lelki törvényszerűségekre hívta fel a figyelmemet, amely a többi női főszereplővel rendelkező népmesében (szám szerint 350) is felfedezhető volt.²

2. A NÉPMESÉK ÜZENETE³

A népmesék, azon belül is elsősorban a tündérmesék, az emberi életút egy-egy szakaszának vagy egészének szimbolikus tükörképei, illetve sűrítvényei. Intuitív tudást rejtenek magukban az élet misztériumáról. A legtöbb népmese alaptörténete szinte valamennyi nép mesekincsében megtalálható, ami arra utal, hogy bio-pszicho-szociális működésünket közös, egyetemes törvények uralják. Ez érvényes a személyiségfejlődés vonatkozásában is.

A népmesék üzenete alapján a női és férfi fejlődés hasonló dinamikára épül, egymással ölelkező, hullámtermészetű folyamat, amely különösen az életút fordulópontjainál figyelhető meg. Ezért a nő személyiségfejlődésének kiragadása létezésünk végtelenül bonyolult hálójából pusztán a kutatás és a vizsgálódás érdekében, elméletileg történik. A népmesék ugyanakkor arra is felhívják figyelmünket, hogy az egyes fázisspecifikus fejlődési állomásoknál aktiválódó képességek, tulajdonságok és életfeladatok terén már *eltérés mutatkozik a két nem között*. Ehelyütt szükséges megjegyezni, hogy a bemutatásra kerülő fejlődési-kibontakozási út nem pszichoszociális, hanem mélylélektani alapokra épül, ahol a belső lelki dinamika, a tudattalanból érkező indíttatások, motivációk játszik a meghatározó szerepet.

A személyiségfejlődés folyamatában tetten érhető életszakaszváltások esetében olyan specifikus, érzelmekkel telített (libidinózus) energiákkal találkozhatunk, amelyek a psziché alapstruktúráit alkotó archetípusok sajátja. Az életút kiemelkedő fordulópontjainak megélést és kiteljesedését ezen „libidóval feltöltött” archetípusok aktiválják. Carl Gustav Jung az individuációs (fejlődési, önmegvalósítási) folyamat és a libidó⁴ egymásra hatásáról a következőt

¹ A tanulmányban Carl Gustav Jung nevéhez fűződő kollektív tudattalan archetípusaira, a pszichológiai típusokhoz kapcsolódó fogalmaira, valamint saját mesekutatásaimra és a több évtizedes pszichoterápiás tapasztalataimra támaszkodok.

² Antalfai Márta előadásának prezentációja a képi illusztrációkkal az alábbi linken tekinthető meg: <https://www.femmeharmonie.com/a-noi-dimenzio/ii-efolyam-kulonszam/noi-kiteljesedes/antalfai-marta-a-noi-kiteljesedeshez-vezeto-ut-meghatarozo-allomasai/>

³ Mesekutatásaim népmesékre épülnek, ezért a tanulmányban többször említett *mese* szón a népmesét értem.

⁴ A libidó fogalmán pszichikus energiát értünk, „ami mindenütt jelen van, ami valami felé vágyik, törekedik” (Laplanche-Pontalis, 1994: 287.).

írja: „Az egyén növekedésével és szervi fejlődésével párhuzamosan a libidó keresni kezdi működésének új útjait...”⁵

Az archetípusok mint az ösztönök lelki képei, az emberiség lelki morfológiai azonosságáról tanúskodnak.⁶ Létezésükről csupán működésük eredményei tudósítanak: életvitelben, életmódban, belső indíttatásokban, vágyakban stb. érhetőek tetten. Szimbolikus formában azonban megjelennek álmokban, művészeti alkotásokban, de különösen a népmesékben.

Kutatásaim eredményeképpen az elemzett mesékből a női személyiségfejlődés, azon belül is elsősorban az átmeneti kor eddig feltáratlan lehetőségei, megvalósítandó életfeladatai rajzolódnak ki. Koraserdülő kortól fiatal felnőttkorig sűrűn egymást követő krízisekkel és átváltozásokkal találkozhatunk. Minden fejlődési szakasz esetében egy korábbi fázisspecifikus identitást kell elhagynunk, illetve meghaladnunk. *A fejlődési út egy-egy állomásánál archetípusok (mintázatok, prototípusok) aktiválódnak, amelyek egyben új identitáslehetőségek hordozói.*

Meseelemzéseim során továbbá az is felkeltette figyelmemet, hogy a mesék szereplőinél a személyiség kognitív (gondolkodó), szenzoros (érezkelő), emocionális (érző) és intuitív (megérző) funkcióinak a fejlődése életkorhoz, életszakaszhoz kapcsolódik, illetve a mese cselekménye során több funkció is aktiválódik. Kibontakozásukat részben az archetípusok, részben a külvilág elvárásai formálják. A két út összekapcsolódhat, kiegészítheti egymást, de szemben is állhatnak egymással, ütközhetnek, illetve egyik a másik rovására elhatalmasodhat. A mese elején a főszereplőt általában egy meghatározó funkció jellemzi, például az Okos lány típusú mesékben a gondolkodó, a Világszépe típusúak esetében pedig az érezkelő. Majd a próbatételeket végigjárva a főhősnél az érezkelő és/vagy érző funkció is aktiválódik.

3. A FEJLŐDÉS MINT KIBONTAKOZÁS

„Célja, hogy az ember a valami módon beléoltott személyes küldetését – a vallás nyelvén szólva az isteni tervet – megközelítőleg beteljesítse. Ez az önmegvalósítás.”
(Bodrog Miklós)

A személyiségfejlődés, amelyet ma már tudományos megközelítésben is sokszor kibontakozásként definiálnak – úgy a nőknél, mint a férfiaknál –, belső növekedést és minőségi változásokat foglal magában. Ez egy életen át tartó folyamat, melyet Carl Gustav Jung óta összességében *individuációnak*, önmegvalósításnak hívunk, ami nem képzelhető el a másik, illetve a közösség nélkül, melynek visszatükröző funkciója van. A mesék szereplőit legtöbbször cselekedeteik alapján ismerhetjük meg. A sokszor lehetetlennek tűnő feladatok elvégzése ad visszajelzést magának a főhősnek is önmagáról, s ez alapján kap visszajelzést környezetétől is.

⁵ (Jung, 2018: 167.)

⁶ (Stevens, 1982).

Feltűnt számomra a vizsgált népmesékben, hogy az egyes életszakaszokhoz más-más próbatételek, megküzdési feladatok kapcsolódnak, s ezáltal úgynevezett lélektani mesekategóriákat alkotnak. Kutatásaim eredményeképpen az eddig ismert fejlődési szakaszokon belül több kisebb fázisspecifikusnak elnevezett fejlődési állomás tárult elém. Ezen szakaszok az individuáció szempontjából fontos motivációkat, képességeket, készségeket rejtnek magukban, így kibontakozásuk egyben értékőrző és értéktalkotó. Megjelenésüket a *fejlődés fázisspecifikus szakaszainál aktiválódó (a tudattalanból feltörő) archetípusok generálják, amelyek a viselkedésben is megjelenhetnek, majd megélésük eredményeképpen integrálódhatnak a tudatba*. Személyiségbe épülésük során rész-identitásban ölthetnek testet. Az archetípusokhoz⁷ úgynevezett *fejlődési komplexusok*⁸ kapcsolódhatnak, pl. az irigység, féltékenység archetípusához a testvérkomplexus – ami a mindennapi életben kapcsolati konfliktusként jelentkezhet. Tehát a komplexus lényegét tekintve a tudattalanba került vagy onnan aktiválódó (esetenként az ősöktől adoptált⁹) fel nem dolgozott konfliktus. „Jelentkezhet az élet átmeneti szakaszainál, és vannak a mindennapoknak is ún. kis komplexusai. A komplexusok interakció-termékek. Vannak gyenge és erős érzelmi töltésű komplexusok.”¹⁰ Az erős érzelmi töltésű komplexusok – felfogásom szerint – archetípusokhoz, ősi működésmódokhoz kapcsolódnak. Ilyenek a kutatott meséimben feltárt úgynevezett *„fejlődési archetípusok”*, mint pl. az *Okoslány*, a *Jószívű-lány*, vagy az *Erős János, Sárkányölő Vitéz* „korszakok” mint archetípusok, amelyekhez komplexus is kapcsolódhat. Főként abban az esetben, ha az adott életszakasz nem tud kibontakozni, vagy nem sikerül meghaladni azt. Komplexus létrejöttékor az *Okoslány* archetípus esetében például a gondolkodó, a *Jószívű lány* esetében pedig az érző funkció eluralkodásával vagy rögzülésével találkozhatunk. Fiúknál viszont a fenti példa alapján a fizikai erő, illetve az ego túlhangsúlyozottságával, ami ha rögzül, egyoldalú fejlődéshez vezethet. Így pl. az *Okoslány*-komplexussal élő nő majd minden élethelyzetben okoskodó, a *Jószívűlány*-komplexus esetében viszont akkor is az érzelmek kerülnek előtérbe, amikor pedig racionális megoldásokra lenne szükség.

Pszichoterápiás tapasztalataim alapján az archetípushoz kapcsolódhat az ősöktől, felmenőktől származó úgynevezett *öröklött komplexus* is, melynek lépései nagyvonalakban: öröklött kapcsolattörténet (komplexus) → erős érzelmi töltés (archetípus aktiválódása) → ismétlődési kényszer. A viselkedésben, életstílusban, kommunikációban megjelenő komplexus esetében az adott archetípus is életre kel. Fordham szerint, amikor azt mondják, hogy az archetípusoknak örökletes funkcióik vannak, ezen azt értik, hogy a gensejtekben reprezentálódnak és ennek folytán minden archetipikus kép, amit a tudat rögzít, tartalmaz genetikai tényezőket is, illetve ezek hatásában is megragadható.¹¹ Ennélfogva *analógia szinten* ismételhetjük (tudattalanul) egy-egy felmenőnk életmódját, azon belül is elsősorban annak komplexusait, tekintettel arra, hogy az archetípus elemi erejénél fogva megszállva tarthatja a tudatot, majd az egész személyiséget, s a további fejlődés gátjává válhat. Ezért az egyik identitásból a másikba történő átmenetnél az ősök életéből érkező transzferhatás is érvényesül. A következő

⁷ Jung „archetípusokon azokat a velünk született pszichés hajlamokat vagy viselkedésmintákat értette, amelyek az emberi fajban közösek” (von Franz, 2009: 45.).

⁸ (Antalfai, 2006).

⁹ (Antalfai, 2018:137–188.)

¹⁰ (Verena, 2012.)

¹¹ (Fordham, 1957: 11. Idézi: Knox, 2005. 18.)

pszichés fejlődési szakaszt az egyén először elődei mintájára és nem az individuációt elősegítő módon próbálja megoldani, ami gyakran tévútra vezet.

Nem feledhetjük azonban, hogy az archetípus, ami Skar megfogalmazásában a tapasztalat esszenciája,¹² egyben a fejlődés katalizátora és új képességek hordozója is! Fontos ezért, hogy a benne rejlő pozitív lehetőségeket felismerjük és megvalósítsuk, majd idővel meg is haladjuk.

A fejlődési krízisek és komplexusok életünk azon fordulópontjainál jelentkeznek, amelyek során a belső fejlődés és kibontakozás átalakító, átformáló hatására az addigi értékrendek, érzések, viselkedés és életforma megkérdőjeleződik, így tehát elbizonytalanodunk, válságot élünk át. Ugyanakkor éppen ezek a válságok hozhatják felszínre azokat a kreatív erőket is, amelyek a személyiség és vele együtt az élet kiteljesedéséhez vezetnek.

Jelen tanulmány a női életúton haladva végig azokra az életszakaszokra, rész-identitásokra igyekszik felhívni a figyelmet, amelyeket szükséges, illetve szerencsés megélni, majd meghaladni a kiteljesedés érdekében. Az ezen szakaszok által kínált lehetőségek megvalósításának elmaradása esetén nyilvánvalóan szegényebbek leszünk. Ugyanakkor benne ragadva az egyes életszakaszokba, nem csupán a fejlődés és vele együtt az önmegvalósítás folyamata reked meg, de pszichés és pszichoszomatikus betegségek is felléphetnek, karöltve különféle alacsony szintű elhárító mechanizmusokkal. Fontos tudni, hogy a megélt, majd meghaladott életszakasz, amelytől sokszor krízisek közepette válunk meg, nem tűnik el nyomtalanul az életünkből – ellenkezőleg: beépül, integrálódik személyiségünkbe, s az élet adott szituációiban szükségszerűen újra-aktiválódhat.

4. A NŐI KITELJESÉDÉSHEZ VEZETŐ ÚT FÁZISSPECIFIKUS SZAKASZAI

A nő élete, a női sors az évszakokkal analóg fejlődés útján teljesedik ki. Hasonlóan az örökkévalóságot szimbolizáló évkörhöz, szövi-fonja a sorsot az egymásba fonódó nemzedékekért felelős nőiség. Kezdet és vég, bölcső és koporsó, tavasz, nyár, ősz, tél magába foglalja mindazt a teljességet, ami a nő számára is megadatik. Ám ennek eléréséhez a fejlődés nem egyszer krízisekkel teli rögös útját kell végigjárni.

Az egymást követő évszakok jól érzékeltetik, hogy a fejlődés lényegében a belső lehetőségek, analógiás szinten a személyiségünk mélyén szunnyadó magok felszínre törése és kibontakozása. Az életkor előrehaladtával egyre több és több képesség, működési mód megjelenésére nyílik lehetőség. Minden életszakasz fontos minőségi változást rejt magában az életútra vonatkozóan. A lelki fejlődés szükségességét a biológiai változás is alátámasztja. Ezzel szemben viszont jellemző manapság, hogy sok fiatal csak a következő hónapra vagy évre tervezi, képzelel el életét, vagy még addig se. Mintha a tavasz vagy a nyár, vagy az éppen adott időszak, életszakasz örökké tartana. Ebből következően az élet tavaszának, nyarának elmúlásával az üresség érzése lesz úrrá rajtuk.

A tanulmány fő témája a női léleknek a kisgyermekkortól a bölcsesség koráig tartó archetipikus fejlődési állomásainak ismertetése. Bemutatásra kerülnek a különféle fejlődési elakadások, zsákutcák, útvesztők, illetve a sikeres megküzdés eredményeként a testi, lelki

¹² (Skar, 2004: 247–248. Idézi: Merchant, 2009: 340.)

újjászületést hozó újfajta szerepek, új identitások. A személyiségfejlődést a bennünk lévő képességek és személyiségfunkciók (gondolkodó, érző, érzékelő, intuitív)¹³ kibontakozási folyamatoként tárgyaljuk.

Az egyes életszakaszokban rejlő lehetőségek megismerését azért kívánom hangsúlyozni, mivel azok egyben sorsunk végső irányát is jelölik. Nem feledhetjük, hogy azon élelcélokban, amelyek az egyes életszakaszok megvalósítandó feladataiban megfogalmazódnak, egyben bizonyos értékek is rejlenek. Érvényre juttatásuk elmaradása ezért értékvesztésnek minősül. Mivel ezen élelcélok elsősorban nem a külső világból érkeznek, hanem belső indítatásból, motivációból, így nem a mindenkori társadalom által meghatározottak, illetve elvártak, ezért örök értékeknek is tekinthetjük őket. A fentiekből is adódik, hogy az archetípusokra épülő fejlődési szakaszok egyben kreatív életlehetőségek hordozói.

A személyiségfejlődés szakaszolásának többféle változata van. A legismertebbek: Erikson (1963), aki nyolc, Havighurst (1967), aki hat, Levinson (1978), aki négy (azokon belül 5–7 éves) szakaszt állított fel az életfeladatokra vonatkozóan. Az általam felállítottakhoz legközelebb álló John W. Santrock kilenc szakaszt különít el.¹⁴ Megjegyzem, hogy a felsorolt szerzők a fejlődést pszichoszociális megközelítésből tárgyalják. Az átmeneti korból csak két szakaszt vizsgálnak, a serdülő és ifjúkort, melyet egybevesznek. A felnőttkor után már csak egy szakaszt említenek, a késő felnőttkort, illetve Erikson az időskort.

Mesekutatásaim elsősorban az átmeneti, azaz a koraserdülő kortól a fiatal felnőttkorig tartó időszakra vonatkozóan újabb, eddig feltáratlan kisebb életszakaszokra hívták fel a figyelmemet. Ezeket fázisspecifikus szakaszoknak, illetve részidentitásoknak is nevezhetjük, amelyekkel együtt 15-re bővül a fejlődési periódusok száma. Mindegyik esetében új képességek kimunkálására nyílik lehetőség. Ugyanakkor minden új életszakaszt megelőzően átmenetileg identitásvesztést, vele együtt kisebb-nagyobb krízist élünk át. Ám csak ezen krízisek hatására aktiválódhat a következő életszakaszhoz kapcsolódó ősi, a felmenőktől öröklött archetipikus működési mód (viselkedésminta), amely támaszt nyújt az egyén számára az új, saját identitás felépítéséhez – még abban az esetben is, ha a felmenőktől „hozott” minta korrekcióra szorul.

A mesekutatásaim során feltárt fejlődési szakaszok a személyiségben rejlő lehetőségek és képességek aktiválódásának megközelítéséből a következők:

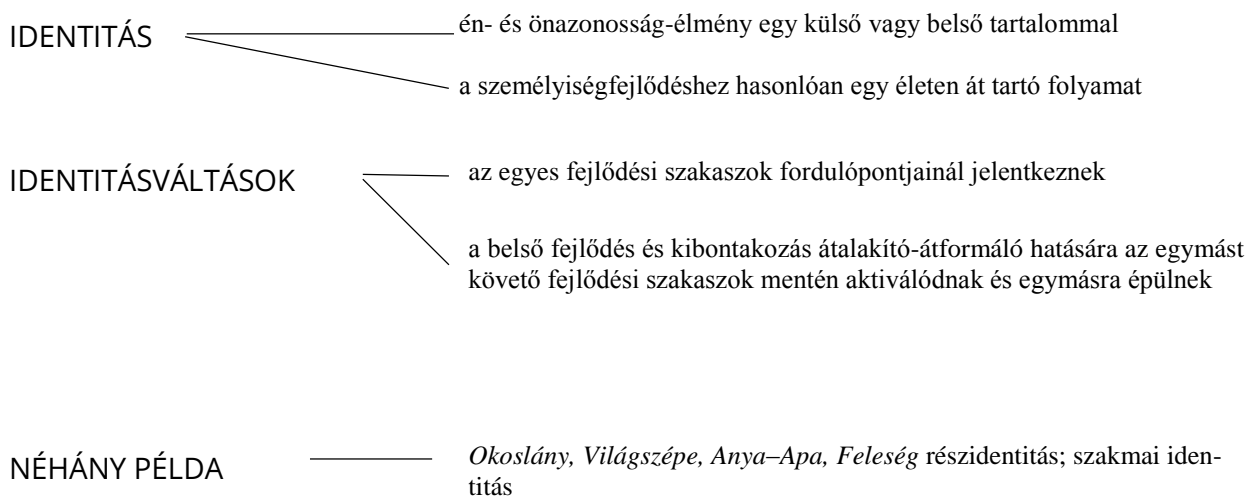
1. *Fogantatástól, kb. 1,5–2 éves korig* – fejlődési egység időszaka: ebben a szakaszban mind a négy személyiségfunkció (érezékelő, gondolkodó, érző, intuitív) együtt fejlődik
2. *Koragyermekkor:* kb. 2–4 éves kor között
3. *Kisgyermekkor:* kb. 4–7 éves kor között
4. *Közép és késő gyermekkor:* kb. 7–11 éves kor között (kisiskoláskor)
5. *Koraserdülőkor:* kb. 11–14 éves kor között
6. *Serdülőkor:* kb. 14–17 éves kori között
7. *Későserdülőkor:* kb. 17–19 éves kor között
8. *Koraifjúkor:* kb. 19–22 éves kor között
9. *Ifjúkor:* kb. 22–25 éves kor között
10. *Fiatal felnőttkor:* kb. 25–35 éves kor között

¹³ A személyiségfunkciókat az analitikus pszichológia fogalomrendszerére épülve használjuk. Vö. Jacobi (2009).

¹⁴ Erikson (1991), Havighurst (1967), Levinson et al. (1978), Santrock (1983).

11. *Érett felnőttkor*: kb. 35–45 éves kor között
12. *Életközép*: kb. 45–55 éves kor között
13. *Késő felnőttkor*: kb. 55–70 éves kor között
14. *Időskor*: kb. 70–80 éves kor között
15. *Bölcsesség kora*: kb. 80 éves kortól

A személyiségfejlődés szakaszai és az identitás



Idekívánkozik *Nyíri Tamás* megállapítása: „A szerep, illetve az identitás tudatos vállalása tesz személyiséggé.”¹⁵ Ehhez talán hozzátehetjük, hogy viszont csak abban az esetben, ha legbelül igent mondunk a vállalt szerepre, azaz, ha azonosulunk vele. Amikor a belső hang is megerősít bennünket: „igen, ez az én utam, mert ez vagyok én.”

Ugyanakkor az adott életszakaszban megélt identitás (fázisspecifikus vagy rész-identitás) – ami által azzá válhatunk, aminek érezzük magunkat – sem tart persze egy életen át, noha a belülről érkező hívás hatására az éppen adott időszakot véglegesnek éljük meg. Ebből fakadóan a változás, azaz az adott, aktuális identitás feladásához kapcsolódó identitásvesztés földrengésszerűen rázhatja meg a személyiséget, amit természetsszerűen különböző mélységű krízis követ. Minden új identitás érvényre jutását búcsú, fájdalom, veszteségélmény előz meg. Megrekedvén viszont egy – az életkort tekintve – korábbi identításban, ez komplexus(ok)hoz, vagy még súlyosabb pszichés zavarokhoz is vezethet.

A fentiekből is látható, hogy a fejlődési krízisek és transzformációk során nehezen követhető, mély és komplex folyamatok játszódnak le a személyiségben. Tanulmányomban ezért hívom segítségül mesék és mítoszok szereplőit, hogy láthatóvá és megragadhatóvá váljanak a női psziché archetipikus struktúráiban rejlő élethosszig tartó fejlődési, kibontakozási lehetőségek. A mesék egyik legfontosabb sajátossága, hogy a kríziseket és komplexusokat fejlődési lehetőségként kezeli. Megfigyeléseim alapján a tündérmesék legnagyobb részének

¹⁵ (Nyíri, 2006: 218.)

cselekménye éppen azon kritikus életszakaszokhoz kapcsolódik, amelyek az életút sorsfordító állomásainak tekinthetők. Az *Okoslány, Jószívűlány, Hófehérke, Napleánya, Világszépe* című mesék egyben lélektani mesekategóriákat is alkotnak. Az egyes mesekategóriák történeteiben a főszereplők esetében egy-egy részidentitás válik uralkodóvá, amelybe a mesebeli szereplő – hogy úgy mondjuk – nem csupán „berendezkedik”, de könnyen benne is ragadhat. Hasonlót fedezhetünk fel az életben is. Ilyen pl. az *Okoslány*-identitás, amelyben, bennerekedvén a nő, viselkedésében az okoskodás dominánssá válik, s felnőttként is arra törekszik, hogy a legkülönbözőbb élethelyzetekben fölébe kerekedjen környezetének, aminek sokszor az a végeredménye, hogy érzelmeiben magára marad.

5. KISGYERMEKKORTÓL FIATAL FELNŐTTKORIG

Minden életszakasznak megvan a maga küldetése. A *koragyermekkortől fiatal felnőttkorig* tartó fejlődési periódusok esetében olyan képességek kibontakozási lehetőségeivel találkozhatunk, amelyek szükségesek ahhoz, hogy érett felnőttkorra a nő már sikeresen alkalmazhassa gondolkodó, érzékelő, érző, és intuitív funkcióit, illetve ezekre építkezve a kognitív, praktikus, emocionális és spirituális intelligenciát mint a személyiség legfontosabb működési eszköztárát.

Ebben a kb. 3 éves kortól 25–30 éves korig tartó időszakban a mesék üzenete és pszichoterápiás tapasztalataim alapján *hét archetipikus fejlődési szakasz*, illetve rész-identitás különíthető el.

Az egyes fejlődési állomások – a legtöbb esetben – nemcsak a nevüket kapták a meséről, illetve a mesék főszereplőjéről, hanem a mesék maguk is hozzájárultak egy-egy fejlődési szakasz feltárásához és mélyebb megismeréséhez. Az ismert mitológiai szereplők a fejlődésben történt megrekedést, illetve kisiklást illusztrálják.

A következőkben az egyes fejlődési szakaszok a teljesség igénye nélkül kerülnek bemutatásra.

5.1 KISGYERMEKKOR – IRIGYSÉG ARCHETÍPUSA, TESTVÉRKOMPLEXUS

A kora- és kisgyermekkorban (kb. 2–7 éves kor) aktiválódó féltékenység és rivalizáció érzése legtöbbször testvérkomplexusban ölt testet. Megjelenése fontos szerepet játszik az önérvényesítés képességének elsajátításában, az énhatárok, énerő, önvédelmi mechanizmus kiépülésében, a külvilág „meghódításában”. A szülők és a környezet által jól kezelt testvérféltékenység ugyanakkor a testvériesség, empátia, részvét alapja lehet. A testvériesség érzésének ki-fejlődésére épülhet később a barátság képessége, ami egyben segítheti a birtoklási vágyról való lemondást.

Milyen lelki tulajdonságokat és érzelmeket aktiválhat bennünk a testvérkomplexus, illetve a testvérkapcsolat? Az irigység és rivalizálás érzése akkor is fellép, ha nincs testvérünk, áttevődhet ez az iskolatársakra, barátokra, munkatársakra, sőt a párkapcsolatra is. Testvér megléte lehetőséget adhat ugyanakkor arra, hogy dolgozzunk a velünk született féltékenység archetipikus érzésével. Amennyiben a komplexus felnőttkorra is fennmarad, át- meg átszőheti a felnőtt kapcsolatokat, akadályozva ezzel a fejlődést. A „másik kertje mindig zöldebb” életérzés és a hozzá kapcsolódó irigység hatására elmaradhat a saját értékek kifejlesztése, az

önmegvalósítás. Számos példával találkozhatunk a mesékben arra vonatkozóan, hogy hogyan lehet a testvérkomplexusból kikerülni: megbocsátás, saját magunk háttérbe állítása, áldozathozatal (pl. *Mese a két testvérről*, a *Rózsakirályfi* vagy a *Zsoltáréneklő madár*). A mesékkel ellentétben viszont a mitológiában sok olyan testvérpárról olvashatunk, akik a féltékenység, birtoklási vágy áldozatai lettek.

Testvérkomplexus – a fel nem dolgozott irigység, ami féltékenységben ölthet testet. Amennyiben rögzül és kiterjed másokra is, ez esetben a gyermekben, később a fiatalban elhatalmasodik az a vágy, hogy mindenki fölé kerüljön, ami fokozott stresszel jár. Utóbbi felnőttkorban magas vérnyomáshoz, alvászavarhoz és egyéb pszichoszomatikus betegségekhez is vezethet.

Esetrészlet: 48 éves férfi, először csak az egyik munkatársával rivalizált, később úgy érezte, hogy „senki nem dolgozik a munkahelyén rajta kívül”. Mindennek bizonyítása olyan erőfeszítésbe került, hogy előbb magas vérnyomás, majd infarktus lett ennek a munkamegcsállottságnak az eredménye. Ezt követően került terápiába.

5.2 KISISKOLÁSKOR – OKOSLÁNY-ARCHETÍPUS ÉS -KOMPLEXUS

A *kisiskoláskorban* (kb. 7–11 éves kor) *aktiválódó gondolkodási funkció* kiteljesedése a női személyiségfejlődés fontos állomása. Ez teszi lehetővé a helyes önértékelést és a kompetencia-érzés kifejlődését, valamint a gyakorlati életben való jártasságot. Az *Okoslány*-identitás kialakulását és kibontakozását hátráltathatja, ha nincs megfelelő szülői, illetve nevelői támogatás, hiányzik az elismerés, dicséret. Így a szociális környezetnek köszönhetően, vagy az előző fejlődési szakaszban való megrekedtség miatt kisebbségi érzés, önbizalomhiány alakulhat ki.

Okoslány-komplexus – akkor alakul ki, ha az *okoslány*-identitás rögzül, s archetípusként foglyul ejti a tudatot. Ez esetben gátlás alá kerülhet a többi személyiségfunkció (érző, érzékelő, intuitív). Ez a személyiség egyoldalú fejlődését, fokozott teljesítmény- és környezetfüggőséget, azaz az okosságért való állandó elismerés vágyát vonhatja maga után.

A mitológiában Athéné alakja szimbolizálja talán a legjobban ezt az archetípust. Páncélba öltözött harcosként áll elénk. Atyja fejéből születése is már jelzi, hogy a gondolkodás, a ráció lesz a meghatározó személyiségfunkciója. Az *Okoslány*-komplexusban megrekedt nőt sokszor felnőttkorára is csak a munkája, hivatása foglalkoztatja. Amennyiben nem szingliként él, hanem párkapcsolatban, illetve családban, ez esetben gyermekei érzelmi elhagyatottságban nőhetnek fel, mivel anyaként is jórészt csak az eszével, illetve csupán fizikailag van jelen a családban. Az *Okoslány* típusú (sokszor azonos vagy hasonló című) mesék az egész világ mesekincsében megtalálhatók (pl. *Eszes Marcsa*, Grimm, *Az okos lány* kínai, tuvai mesék). A főszereplőnél a mese cselekménye során elindul az érző és intuitív funkció fejlődése. Szép példája ennek a *Mátyás király és a székely ember lánya* című népmese.

5.3 KORASERDÜLŐKOR – JÓSZÍVŰLÁNY-ARCHETÍPUS ÉS -KOMPLEXUS

A gyermekkor elhagyásával és a biológiai változással együtt *a lányok fejlődése során az érzelmi élet kerül előtérbe*. Fontos ezen belülről fakadó készletnek a környezet általi támogatása. Az átmeneti korból lépő fiatalnál ezen változásokkal párhuzamosan veszi kezdetét a szülővel kiépült szoros lelki kapcsolat lazulása, és az addig érvényes vonatkoztatási rendszer átalakulása..

A koraserdülőkorban (kb. 11–13 év) aktiválódó érző funkció hatására a Jószívűlány-archetípus aktualizálódik, segítve az érzelem, az empátia, a gondoskodó, védő, ápoló attitűd ki-fejlődését és differenciálódását. Hiánya esetében, például, ha az előző fejlődési fázis, az Okoslány-archetípus, illetve rész-identitás rögzül – tekintettel arra, hogy a környezet nem biztosít teret a gondoskodó, segítő szándék cselekvésbe fordításához –, az érzelmi élet fejlődése szenved hátrányt. Viszont, ha a jószívűség megszállja a tudatot, s rész-identitásként uralja a személyiséget, ez esetben az a további fejlődés és kiteljesedés gátjává válhat.

Jószívűlány-komplexus – akkor alakul ki, amikor a lány a segíteni akarás megszállottjává válik, szinte csak másokkal foglalkozik, másokra figyel. Ennek folytán nehezen jut el az önmegfigyelésig, önreflexióig, önismeretig. Amennyiben férjhez megy, sokszor asszonyként is ebben a szerepben működik, ami egy ideig összetartja a családot, később azonban a túlzott gondoskodó, anyáskodó és kontrolláló szerep terhére lesz partnerének és a gyermekének is, ami konfliktusokhoz, sőt váláshoz is vezethet. A Jószívűlány típusú mesékben (pl. *A jószívű árva lány*, *A tiszta lány*, *A fatálas lányka* japán mese) a cselekmény során a lány gondolkodó és érzékelő funkciója is kibontakozik. A mitológiában ennek ellenkezőjével találkozhatunk: olyan jószívű lányokkal, akik az anyjuknak, majd párjuknak szolgálva (lásd Perszephonét) élik le életüket, nem jutva el személyiségük kibontakoztatásáig.

5.4 SERDÜLŐKOR – HÓFEHÉRKE-ARCHETÍPUS ÉS -KOMPLEXUS

A serdülőkorban (kb. 13–16 év) előtérbe kerülő intuitív funkció hatására a mesék üzenete alapján az úgynevezett Hófehérke-archetípus aktiválódásával találkozunk, amelynek megjelenése a befelé fordulást, az inkubációt segíti elő, ezzel együtt a belső világ felfedezését, valamint a nő tudattalanjában élő férfiideál (animus lélekrész) felismerését, megjelenését.

Hiánya esetén – amennyiben az előző életszakasz, a Jószívűlány-identitás rögzül (lásd Jószívűlány-komplexus) – nem csupán a partnerválasztás nehezül meg (férfiideál hiányában), de, a belső világ felé fordulás is nehézségekbe ütközik.

Hófehérke-komplexus – esetében a Hófehérke-archetípus rögzülésével találkozhatunk. A lány fantáziákban, álmokban él (lásd a mesékben a száz évig tartó alvást, kamrába, toronyba zárást, állatbőrbe, faodúba bújást stb., pl. *Csipkerózsika*, *Galambbegy*), nehézségekbe ütközik a külvilághoz való kapcsolódás. Az intuitív funkció egyeduralkodóvá válhat, s ellenkezőjére fordulhat az inkubációs időszak pozitív aspektusa. Tetten érhető ez a folyamat a testre, illetve a biológiai működésre való fokozott fókuszálásban, de a serdülőkori étkezési zavarokban is. A leány ez esetben már felnőtt nőként sem mer kilépni az életbe, s a külvilágban (vagy akár a saját családjában) is csak fizikailag van jelen, érzelmileg-lelkileg viszont elzárkózik az élet színességétől és lehetőségeitől.

Esetrészlet: háromgyermekes anya párkapcsolati problémával érkezik a terápiába, amelynek folyamatában döbben rá, hogy Hófehérkeként él a világban; átélés nélkül vesz (vett) részt saját és családja életében, kapcsolataiban. Férje kb. fél éve lépett ki a házasságból. Kénytelen volt rádöbbsenni, hogy érzelmileg nem vonódott be a hétköznapiakba, nem tudott megnyílni sem a párja, sem a külvilág felé. A mitológiában szintén Perszephoné példáját említhetjük, aki belső világába (alvilág) menekül, fél kilépni az életbe, s csakis anyjával együtt mutatkozik.

5.5 KÉSŐSERDÜLŐKOR – NAPLEÁNYA-ARCHETÍPUS ÉS SZINGLI-KOMPLEXUS

A késő serdülőkorban (kb. 16–19 év) újra-aktiválódó, majd domináns szerepet betöltő *gondolkodó és érzékelő funkcióval együtt jelenik meg az úgynevezett Napleánya-archetípus*. Ebben az archetípusban a kettős férfi aspektus (az apai maskulin persona és a saját animus-rész ötvözete) uralomra jutása szellemi tündöklést, harciasságot, erőt, „hősies” fellépést, társadalmi téren sikereket kölcsönöz a nőnek.

A *Napleánya-*, illetve szingliidentitás megjelenése – elsősorban a társadalom elvárásaival való sikeres megküzdés és a saját tudattalan lélekrész (animus) megismerése miatt – éppoly fontos, mint meghaladása. Elmaradása esetén sokszor hiányzik a nőknél a kitartás, felelősségérzet, küzdőképesség. Utóbbi tulajdonságok később a nőiség érvényre jutásában is fontos szerepet játszanak, s a további fejlődés hajtóerejévé válhatnak.

Napleánya-komplexus – amikor az apja mellett tündöklő nő minden férfit részint az apjához mér, részint belső ideáljához. Ám ilyet a valóságban nem talál, ezért sorban elutasítja (lefejezteti) a kérőket. Ő hordja a fején a kalapot, a mesékben a koronát. (lásd a világ legkülönbözőbb tájairól az azonos című és hasonló cselekményű meséket, illetve az ősi kínai mesét, a *Turandot*-ot). Sokszor csak későn veszi észre, hogy elszaladt fölötte az idő. A Napleánya-komplexusban megrekedt nők egyszerre élhetik át a kapunyitási és kapuzárási pánikot. A közties időszakban animus-megszállt szingliként a teljesítményt és a sikert hajszolják. A kapunyitási pánik akár 10 évig is eltarthat, egészen fiatal felnőttkorig. Ebben az esetben mintegy kimarad az ifjúkor, az az életszakasz, amikor a fiatal nő megnyílik az életre. A kapuzárási pánik az életközép idején (40–50 éves kor között) jelentkezik, amikor ráeszmél, hogy mi maradt ki életéből.

A mesékben a Napleányok „leteszik a fegyvert”, s elindul személyiségük érzelmi oldalának fejlődése. Egyben párra is találhatnak. A mitológiában az ellenkezőjével találkozhatunk: pl. Artemisz megmarad független, de másokat segítő, ugyanakkor távolságtartó, magányos „vadásznak”.

5.6 KORAIJÚKOR – VADRÓZSA-ARCHETÍPUS ÉS -KOMPLEXUS

A lányok fejlődésében a *koraifjúkorhoz* (kb. 19–22 év) a Vadrózsa mesekategória és archetípus kapcsolható. A *koraifjúkorban* (kb. 19–22 év) *újraaktiválódó és domináns szerepet betöltő érző funkció az intuitív segédfunkcióval együtt*, a Hófehérke-archetípusnál leírtakhoz hasonlóan, de már egy magasabb szinten jelenik meg. Ehhez járul az önállóság, a szülőkről való leválás folyamata, továbbá az én és a mély-én (önmaga) közötti kapcsolat megerősödése. Jól példázza ezt a *kis vadrózsa* című mese, amely a sok más, hozzá hasonló üzenetet hordozó mesék közül egyben a nevezett mesekategória nevét is adja. Vadrózsa kilép a szülők hatóköréből – s mint anyai mesében a lányok –, a szellemi magaslatot szimbolizáló fa tetejére kerül. Itt épül ki belső világa, formálódik önmege. Vadrózsa kivonulása az élet forgatagából (akárcsak a hasonló korban lévő lányok) már-már a megszállottságig fokozódik, ám ekkor érkezik segítségére a bölcsességet is magában rejtő öreg boszorka, aki visszacsalogatja a földre. Ugyanakkor a *Vadrózsa* típusú mesékben a Sárkányok általi elragadás, illetve elragadtatás, az otthonról való kirepülés adja meg a végső lökést a lánynak az apaarchetípusról mint ideálról történő leváláshoz, valamint a családi fészekből való „kirepüléshez” és az önálló, saját életvitel elkezdéséhez. A mesék Vadrózsái végül rátalálnak saját útjukra, miközben „leszállnak a földre”. Ellenpéldája a mitológiában Elektra, aki apja és anyja életét rendezve benne ragad a szülői házban.

Vadrózsa-komplexus:

a) a korai ifjúkorban lévő lány a szülői házról, illetve a szülőarchetípusokról, szülőreprezentánsokról történő leválást, a családból való „kivonulást” csakis a velük szemben gyakorolt túlzott kritika révén képes elérni, ami a környezetére is kiterjed, aminek következtében *elidegenedik* a körülötte lévő világtól;

b) *megreked a Vadrózsa fejlődési szakaszban*, ami a valóságból való kirekesztettséget, légvárakban, fantáziákban élést, egyben a kívülállást vonhatja maga után, amelynek jelentkezése egyébként nem túl ritka a korai ifjúkorban;

c) amikor a nevezett archetípus aktualizálódása elmarad, s ez akadályozza az ifjúkorba lépő lány önmagára találását, belső világával történő kapcsolat kiépülését, egyben kilépését a külvilágba. Megnehezíti továbbá az önállósodást, későbbiekben pedig a szellemi, spirituális dimenzióhoz való kapcsolódást.

5.7 IFJÚKOR – VILÁGSZÉPE-ARCHETÍPUS ÉS -KOMPLEXUS

A fejlődés következő fázisában, az *ifjúkorban mindkét nemnél az egyik legfontosabb feladat a saját nemi identitás elfogadása és kimunkálása*. Nőknél (kb. 22–25 éves korra) az *érző és érzékelő funkció kerül előtérbe*, amely együttesen segíti kibontakozni az úgynevezett *Világszépe*-archetípust, amely a nő életében a „virágba borulás”, a „május” időszaka.

Világszépe-komplexus

a) amikor a nő menekül a kinyílástól, nőiségének, érzékiségének felvállalásától, s nemcsak külsőleg, de belsőleg is. Nem lép ki a Vadrózsa fejlődési korszakra jellemző, a külvilágtól elzárkózó időszakból. Ezáltal meghíúsul a másik nem teljes el- és befogadása, s a szeretetadás is elmarad;

b) a nőben rögzülhet a Világszépe-korszak, szeretné megállítani az időt, s még 40 évesen is csak a külső megjelenésével foglalkozik. Persze nem forgathatja vissza az idő kerekét. Akár egy-két évtizedet is elvesztegethet anélkül, hogy bármi is változna körülötte. Lelki fejlődésében ekkor is csak még ott tart, hogy válogat a kérők, illetve az egyáltalán szóba jöhetőek között. A *Világszépe*-archetípus által megszállt nő (lásd *Hófehérke* mostoháját) nem képes megszabadulni nárcizmusától, és továbblépni a párkapcsolatig. A Világszépe-kategóriát alkotó mesékben (Pl. *Világ szép Ilonka*, *A szép Cerceruska*, *Az éjszaka szépe* – Fülöp-szigeteki mese) a lány belső értékeire is ráismer.

c) amennyiben ez az archetípus, illetve rész-identitás megélése elmarad, úgy a nőiséghez kapcsolódó értékek felvállalása, s vele együtt az önértékelés, önbizalom is hátrányt szenved.

5.8 ARCHETÍPUSOK ÉS KOMPLEXUSOK FIATAL FELNŐTTKORTÓL A BÖLCSESSÉG KORÁIG

Fiatal felnőttkorban (kb. 25–35 év) a mesék üzenete alapján három archetípus is aktiválódhat a személyiségfejlődés alakulásának függvényében. Ezek: az Ariadné-, a Szendile- és a Menyasszony-archetípus. Ezúttal a két meghatározót: az Ariadné- és a Szendile-archetípust emelem ki.

5.8.1 FIATAL FELNŐTTKOR – ARIADNÉ-, ILLETVE LÓNA-ARCHETÍPUS ÉS -KOMPLEXUS

Sok fiatal felnőttkorba lépő nő önértékelési zavarból, kisebbségi érzésből eredően nem képes megélni és felvállalni ifjúságából eredő szépségét, nőiségének vonzerejét, így – habár tudattalanul – az ebben az életkorban szintén aktiválódó, ősbibb női működésmódba, az anyai gondoskodó, megmentő, átalakító, megváltoztató szerepbe menekül, ily módon téve kísérletet a férfi meghódítására. Kiemelkedő példája ennek Ariadné és Thézusz mítosza. Ariadné

felajánlja Théseusznak, hogy megmenti (Théseusz az ő segítségével jön ki a Szörny labirintusából), ha feleségül veszi. Théseusz azonban – mint annyi megmentésre váró ifjú – nem tartja be szavát, s otthagyja Ariadnét egy szigeten. A mesékben megoldódik a fenti konfliktus, illetve komplexus. Például *Az istenhegyi székely leány* című mesében (amely mese kutatásaim kiinduló pontja volt) a hősnőnek, Ilonának a Lónai személyiségrésze/identitása – amely egyként harcos, artemiszi, valamint anyai – a mese végére eltűnik, hogy Szendilének (Ilona nőies oldalának) adja át helyét.

Ariadné-komplexus – amikor a nő a kiteljesedés, kinyílás, a pozitív önértékelés, a saját női vonzerő felfedezése és felvállalása (lásd Világszépe fejlődési korszak) helyett anyáskodással kísérel meg sikerre jutni a férfinál. Az anya-fiú kapcsolattá redukálódó párkapcsolat nyomán kialakuló alá/fölérendelődő viszony egyik fél számára sem biztosíthatja a fejlődés lehetőségét. A kapcsolatban a függőségre való hajlam oly mértékben erősödhet meg, hogy a férfi egyéb függőségekre is hajlamossá válhat. A feleség esetében viszont nem nyílik alkalom arra, hogy kifejlődjék a felnőtt női identitás és a helyes önértékelés, mivel hol anyaként, hol lányként van jelen a kapcsolatban. A mítoszokban és mesékben felfedezett (ám az utóbbiakban legtöbbször korrekcióra kerülő) jelenséggel a mindennapokban is gyakorta találkozhatunk. A női lélek fejlődési útján – tapasztalataim szerint – az anyaarchetípus megjelenése, s vele együtt a nevelő, átalakító működésmód legtöbbször megelőzi a felnőtt női identitást. Megdöbbentő, hogy az évszázadokba visszanyúló, illetve onnan eredő népmesék mennyire „tisztában voltak” ennek az útnak a jellegével. A világ mesekincse a maga szimbolikus nyelvén arra figyelmezteti a fiatalokat, hogy jó, ha még a házasság előtt megvívják saját sárkányaikkal,¹⁶ legyőzve magukban azt a destruktív erőt (úgy a nőben, mint a férfiban élőt), ami a kapcsolatban vihart kavarva a másik fölé akar kerekedni.

5.8.2 FIATAL FELNŐTTKOR – SZENDILE-ARCHETÍPUS ÉS -KOMPLEXUS

Amennyiben a fiatal felnőttkorba lépő nő le tudja győzni a férfival, így a párjával szemben is az anyáskodáshoz vezető ősi (gondozó, rendező, átalakító, rátelepedő) női működésmódot, ez esetben előtérbe kerülhet és aktiválódhat a Világszépe-identitást követően az azt fémjelző érzékelő funkció mellett az *érző és intuitív funkció* is. Megjelenhet *Szendile* (vagy a *Menyasszony*) archetípusa, amelyet a beteljesedés, a boldogság, a teljességélmény női archetípusaként értelmezünk. Ezek fő jellemzői a megértés, megbocsájtás, szeretet, türelem, együttérzés, szelídség. (*Szendile*, *Az istenhegyi székely leány* című mese főszereplőjének, Ilonának a másik neve, illetve identitása.)

Szendile komplexus:

a) a fentiekben ismertetett archetípus elhatalmasodása a boldogság illuzórikus kereséséhez vezethet. Ez a beállítódás a hétköznapok kríziseinek kezelési nehézségével vagy elutasításával, valamint fokozott elégedetlenség-érzéssel, a problémák háritásával, elfojtásával járhat együtt, ami az életúton való előrehaladást akadályozza;

b) amennyiben viszont az érző és intuitív funkció nem fejlődik tovább, elmaradhat az érzelmekre és intimításra épülő párvalasztás. Ezzel meg is hiúsulhat a „Királyi esküvő”, amire a biztos lábakon álló család épül. Hiszen a „szárnyként emelő” szendilei nőiség, s az „Örök Asszonyi”¹⁷ hatására válhat a férfi életének meghatározójává a feleség és a család.

¹⁶ (Antalfai, 2014: 11–23.)

¹⁷ Goethe: Faust, V. felvonás.

6. A FELNŐTTKOR ARCHETÍPUSAI ÉS IDENTITÁSLEHETŐSÉGEI

A korábban idézett szerzők szakaszolásánál¹⁸ a felnőttkort az időskor követi, van akinél pedig a késő felnőttkorral zárul az életút. Megközelítésemben viszont a felnőttkor is több periódusra oszlik. Ezek mindegyike új életlehetőséget kínál, újabb és újabb belső késztetések, megvalósítandó feladatok kelhetnek életre, amennyiben képesnek mutatkozunk elengedni a már „kiszolgált”, korábbi identitásunkat és érzelmileg is tovább tudunk lépni. Saját szakaszolásaimnál az érett felnőttkort még négy fejlődési periódus követi: *életközépp, késő felnőttkor, időskor és a bölcsesség kora*. Jelen tanulmány keretei nem teszik lehetővé ugyanakkor, hogy a fiatal felnőttkortól egészen a bölcsesség koráig az eddigiekhez hasonló részletességgel mutassam be a női önmegvalósításhoz vezető út élethosszig tartó periódusait. Kivételt képez az anyaarchetípus és -komplexus, mivel tapasztalataim szerint a női kiteljesedésnek ezen biológiai és lelki értelemben is meghatározó időszakát sok fiatal nő éli meg nehezen, ha egyáltalán vállalja azt.

Az esküvőtől/pártalálástól az életközépig tartó időszak vonatkozásában párhuzamos identitáslehetőségekkel találkozhatunk. Ezen igen hosszú periódus során (kb. 25–45 éves kor között) többfajta megvalósítható „szerep” közül is választhat a nő, több identitást is megélhet, tekintve, hogy az aktiválódó archetípusokból érkező belső indíttatás többfelé irányul. A döntés rajta áll, hogy melyiket választja:

- a királyi esküvőt mint a mesében, vagy a párkapcsolatban élést;
- feleségszerepet, otthonteremtést;
- anyaságot;
- családanyaságot;
- szakmát, hivatást.

Ezek az identitások önállóan is működhetnek az életében, de kapcsolódhatnak is: gyengítve, vagy erősítve egymást. Sokszor több szerepre, hivatásra (amelyen belülről érkező „hívást”, vágyat, elhivatottságot értek) is erős a belső késztetés. A problémát legtöbbször az jelenti, hogy nem tud választani köztük a nő. Ez esetben fontos a tudatos döntés és az időrendi sorrend felállítása.

Mesékben a következő felnőtt, illetve időskori archetípusokkal találkozhatunk: feleség, anya, mostoha, királynő, ördögös szüle, boszorka, vasorrú bába, öreganyó

7. FELESÉG-ARCHETÍPUS ÉS -KOMPLEXUS

A mitológiában különösen Héra archetípusa képviseli azt a nőt, aki elsősorban mint feleség éli meg önmagát, alakítja ki identitását. Az ő esete is, mint a mitológiai szereplőknél általában, a szélsőséget szimbolizálja, a feleségszerep megszállottjává válik. Szemben a mesékkel, ahol a fiatal feleség az elvarázsolt férje után indul, próbatételeket, áldozatot vállal, hogy megváltsa.

¹⁸ Lásd jelen tanulmány 203. oldalán.

7.1 HÉRA-KOMPLEXUS

- a) Amikor a nő az Ariadné-komplexusban reked meg és csak anyaként funkcionál a párja mellett. Fejlődésében még nem jutott el a felnőtt női identitásig, így se feleséggé, se társként nem képes funkcionálni. Később gyermekeibe kapaszkodik, míg a férje éli külön életét. Utóbbi lehet akár egy internetfüggőség is;
- b) a feleség a kapcsolaton belül is csak önmagával, illetve a munkájával foglalkozik, nincsenek közös célok, együttes élmények. Intimitás és szeretetadás nélkül a kapcsolat rövid időn belül elszürkül és kiürül;
- c) a nő szimbiotikus kapcsolatra vagy annak fenntartására törekedve férje után nyomoz és féltékenység lesz rajta úrrá, fokozott birtoklási vágygal és társfüggőséggel.

8. ANYAARCHETÍPUS ÉS -KOMPLEXUS

Mind a belső, mind a külső természet azt üzeni a nőnek, hogy a májusi nászt a megtermékenyítés kövesse. A felnőtté válás szimbóluma a nyár. Megjelenik a női érettséget, anyaságot szimbolizáló búzakalász. Felvetődhet a fiatal felnőtt nőben: mi az, ami megérett bennem? Korunkban nagy dilemma adódik a nő számára: sokan nem tudnak dönteni a két nagy hivatás között. Az egyik nyilvánvalóan az anyává válás és a családayaság lehetősége, a másik viszont valamely foglalkozáshoz kapcsolódó hivatásérzet. Utóbbihoz társulhat a karrier, teljesítmény, társadalmi siker iránti vágy is. A problémát hosszú távon legtöbbször az okozza, amikor a siker öncélú, s nem fedezhető fel mögötte hivatásra épülő belső hajtóerő. A nőt ez esetben leginkább a protestálás igénye ösztökéli, a férfinemhez hasonló teljesítmény elérése motiválja. A terápiás tapasztalatok azt mutatják, hogy negyven éves korra – sokszor a kiharcolt társadalmi és egzisztenciális sikereket követően – döbben rá sok nő, hogy az elért siker mégsem az igazi, üresnek érzi életét, valami hiányzik. Legtöbbször a szeretetre épülő mély kapcsolat, de megjelenik a gyermek utáni vágy is. Ezek megszerzése azonban már sokkal több nehézségbe és akadályba ütközik, mint fiatalabb korban.

8.1 A MOSTOHA ARCHETÍPUSA

Míg a pozitív anyaarchetípus, anyai attitűd a bizalommal teli, feltétel nélküli elfogadás, nevelés, gondozás, fejlesztés, addig a negatív változatot a beszűkítő, fogva tartó, rátelepedő, fejlődést gátló, függésben tartó, illetve ezek ellenkezője, az elhanyagoló anya képezi. Utóbbihoz tartozik a mesékben a Mostoha archetípusa, az érzelmileg éretlen, nárcisztikus, kritikus, elutasító női minőség.

8.2 ANYAKOMPLEXUS

- a) Amikor a nő mindenkiel szemben anyáskodóvá válik, eluralkodik személyiségén az anyaszerep. A mitológiában ennek talán legjellemzőbb alakja Demeter archetípusa, aki csak gyermekeire figyel, csak velük foglalkozik;
- b) amikor a nő nem érett az anyaságra, megszülvén gyermekét nem tud kellő érzellemmel odafordulni hozzá. Mitológiai változatnak Héra archetípusa tekinthető, aki számára kizárólag csak a férje fontos;
- c) amikor a nő anyaként is elsősorban a szakmai előmenetelével foglalkozik.

9. CSALÁDANYA-ARCHETÍPUS ÉS -KOMPLEXUS

A családanya libidóját képes megosztani a családtagok között, s a „családi egészben” éli meg a teljességet. A családanyaság mint hivatás legfontosabb feladata a család melegének, az ott-honosságnak, az időtlenségnek a megteremtése. A görög mitológiában Hesztia szimbolizálhatja ezt a szerepet. Az általa életben tartott tűz a családi összetartozás szimbóluma is. A környezetében élőkre gyakorolt finom, átformáló hatása folytán a pozitív érzelmekkel való elárasztás jellemzi.¹⁹ Mindezen tulajdonságok azonban nem feltételei az anyaságnak. A pozitív érzelmeket és viszonyulási módokat a nő a társadalom kisebb közösségeiben, baráti, rokoni körökben is érvényesítheti.

9.1 CSALÁDANYA-KOMPLEXUS:

a) Amikor az anya túlzásba viszi a gondoskodást, törődést és benne ragadván ebben a szerepkörben, egyben arról is lemond, hogy a családanyaság mint identitás változhat az életben. Mindez megnyilvánulhat a családtagok túlzott kiszolgálásában, mások feladatainak átvállalásában. Ezzel megfosztja gyermekeit az önállósodástól, akadályozva őket abban, hogy felnőve kiléphessenek az életbe;

b) a nő nem érett a családanya-szerepre, és csakis a szakmájával vagy az anyagiakkal foglalkozik. Ez a működésmód a cserbenhagyó magatartást juttathatja eszünkbe: létrehozok, felvállalok valamit (esetünkben ez a gyermek, a család), majd odahagyom. Az érzelmi elhanyagolás később a gyermek, de a többi családtag életében is a legkülönbözőbb problémákhoz vezethet: érzelmi pótlékot kereshetnek később az alkoholban, drogban, ami majd nem hagyja el őket.

Esetrészlet: a hőn óhajtott, mesterséges megtermékenyítéssel született gyermek 7 hónaposan bölcsődébe kerül, mivel az anya nem tudja elfogadni, hogy a munkahelyén más töltsse be az ő vezetői szerepét. A gyermeknél indokolatlan sírásrohamok lépnek fel a bölcsődében, majd otthon is. A gyermek pszichológushoz kerül az anyával együtt.

10. AZ ÉLETKÖZÉP ÉS A KÉSŐ FELNŐTTKOR ARCHETÍPUSAI ÉS KOMPLEXUSAI

A női életúton az életközép-életforduló időszakára (kb. 46–55 éves kor) esik az „üres fészek” és a kapuzárási komplexus. Az előbbi azon nők életének krízise, akiknek el kell engedni gyermekeiket és addigi családanya-szerepüket. A kapuzárási pánik az életközép válsága, a nőiségben beálló változást, az idő múlását jelzi. Az életút talán legnehezebb szakasza, amiről sokan úgy gondolják (és úgy is élik meg), hogy a fiatalsággal együtt a nőiségtől is búcsút kell venniük. Holott a kiteljesedés meghatározó szakaszai állnak még az életközépbe lépett nő előtt.

10.1 KAPUZÁRÁSI KOMPLEXUS

Az életközépi válság kapuzárási pánikot eredményezhet, amikor a nő úgy érzi, nőiségének vége szakad. Mindezen érzések depresszióval vegyesen uralkodhatnak el rajta. Ez az állapot 5–10 évet is elrabolhat a nő életéből. Ehelyett tudatosítania kellene magában, hogy egy új

¹⁹ Vö. (Bolen, 2008.).

korszak veszi kezdetét számára, új élményekkel, örömmel, kihívásokkal. Felfedezheti „belső várkastélyát,”²⁰ a női misztikumot, megkezdődhet szellemi szárnyalása. Megtalálhatja azonban újjászületett önmagát akár egy új közösségben is, a másokat segítő nő archetípusaként.

11. TANÍTÓ-, NEVELŐ-, SEGÍTŐ-ARCHETÍPUS ÉS -KOMPLEXUS

A klimax és az időskor közötti életszakasz olyan időszakot jelöl a nő számára, amelyben kibontakoztathatja addig rejtett kreatív képességeit. A női princípium sajátja a gondozás, nevelés, fejlesztés, aminek tág tere nyílik a késő felnőttkor (kb. 55–70 év) után egészen az időskorig, vagy még azon is túl. Ez a képesség legjobban talán a kis közösségekben élhető meg, nevelői, tanítói minőségben. A másokért végzett feladatok fenntartják az életkedvet, növelik az életenergiát és értelmet adnak az életnek.

Akkor válhat komplexussá ez a *hatásában élethosszon is túlmutató archetípus*, ha a segítő-tanítói szerep *kompensációra* épül, s az *üresfészek-komplexus* feldolgozásának hiányából fakad: a nő nem képes libidóját önmaga, illetve belső világa felé fordítani önismeretének továbbfejlesztésére. Ezért a családban betöltött szerepét érvényesíti tágabb környezetében. Ennek a segítői magatartásnak a túlhangsúlyozása sok esetben nem is jelent valós segítséget másoknak – inkább menekülnek előle.

12. IDŐSKORI NŐI IDENTITÁSOK – ARCHETÍPUSOK ÉS KOMPLEXUSOK

Idős nőként (kb. 70 éves kortól) újra felfedezhetjük önmagunkat. Már nem (csupán) valakinek a felesége, anyja, nagyanyja vagyunk. Fontos, hogy pusztán önmagunk lehessünk – amit az idős kor adhat meg számunkra.²¹

Sajnos mindazon értékekkel, tudással, tapasztalatokkal, amit az élet során fáradságos úton szerez meg magának az ember, igen könnyelműen bánik a társadalom, de legtöbbször maga az egyén is. Mintha öncélúan csupán azok megszerzése lenne fontos, hasznosításuk már nem. A természetben a mag hordozza az élet esszenciáját, az átörökítő anyagokat, az információkat, a faj fennmaradásához. A bölcsesség és a tapasztalatok az idős kor magvai azon kincsek, amelyek továbbadandók volnának.²²

12.1. IDŐSKORI KOMPLEXUSOK, MINT AZ ÖNMAGUNKRA TALÁLÁS AKADÁLYAI

12.1.1. ANYÓS-MENY-KOMPLEXUS

A *késő felnőttkorban és időskorban* újra felléphet az irigység archetípusa, ami legtöbbször az anyának a saját lányára vagy menyére irányul. Különösen akkor, ha ez a velünk született életérzés a korábbi életszakaszokban (lásd kisgyermekkor) nem került feldolgozásra. Idősödő

²⁰ (Avilai Szent Teréz, 2015.)

²¹ (Betty Friedau, idézi Bolen, 2008: 243.)

²² (Bolen, 2008: 245.)

nők hosszú éveket elpazarolhatnak életükből azzal, hogy a féltékenységgé megszállottjává válnak és másokkal foglalkoznak, miközben értékes éveik elmúlnak anélkül, hogy energiáikat a bennük lévő, még ki nem bontakoztatott lehetőségeikre fordítanák. Az anyós-meny-komplexus jól kirajzolódik az *Ámor és Psziché* című mitologikus mesében.

12.1.2. FÚRIA-KOMPLEXUS

Amikor az idős nő „mások életében él”, mivel úgy érzi sajátja már nincs, ezzel kísérli meg kitölteni az űrt, s a körülötte élő fiatalokat, hozzátartozóit, gyermekeit mintegy saját élete „meghosszabbításaként” kezeli. Kéretlenül tanácsokat osztogat, ráerőszakolja magát másokra, legtöbbször a fiatalokra. Ezen magatartás mesei megfelelője, amidőn a boszorkány a fiatalok vérével akarja magát megfiatalítani (lásd pl. a *Gyöngyike* című magyar népmesét).

12.1.3 BOSZORKÁNY VAGY ÖREGEDÉSI KOMPLEXUS

Azoknál az időskorúaknál léphet fel ez a komplexus, akik nem vállalják fel azt, hogy túl vannak már a késő felnőttkoron, sőt időskoron is, nem tudják elengedni azt, ami már nem tartozik az életükhöz: parókásan, magukat fiatalosra festve gyűjtögetik tovább az anyagi javakat.

13. A BÖLCSESSÉG ARCHETÍPUSA – A VILÁG ÚJBÓLI FELFEDEZÉSE

A bölcsesség korába lépő nő (kb. 80 éves kortól) – amennyiben végig tudta járni az élet adta fejlődési szakaszokat mint identitáslehetőségeket, képessé válhat arra, hogy egy bizonyos távlatból lássa a körülötte zajló történéseket. Ebből a „magaslatból” olyat is észre vehet, megláthat benne, amire mások, a nála fiatalabb korosztály tagjai még nem képesek, mivel „benne vannak az élet sűrűjében”. Ahogy az őszben ott rejlik a gazdagodás, a tél magában rejti a lemondás bölcsességét, a spirituális út megtalálását, a cselekvés helyett a szemlélődést. Mindezek a bennünk lévő képességek felfedezése a bölcsesség korába érkező nő tanulási feladata. Fontos ebben az életkorban, hogy képesek legyünk visszatekinteni a saját életútra és már egy magasabb szintről tekinteni rá az életre.

A mesékben ide sorolhatók a százéves tanácsadó anyókák, akik nem tukmálják rá magukat az útbaigazítást kérő mesebeli hősökre, nem szaladnak utánuk, ellenkezőleg, a fiatalok keresik fel őket rejtekhelyükön. Barlangokban, hegytetőkön, egyéb titokzatos helyeken tartózkodnak.

Összességében a személyiségfejlődés, mint önmegvalósítás krízisekkel és komplexusokkal teli útja, azt az üzenetet hordozza, hogy adott számunkra a lehetőség kreatív megoldásokra, mivel az egymásra épülő életszakaszokban minőségi változások lehetőségei rejlenek.

A tanulmányban bemutatásra és elemzésre kerülő archetípusok egymást váltó folyamatából is kitűnik, hogy az individuációhoz, azaz a személyiség kiteljesedéséhez vezető út szakaszai a biológiai adottságok, a lelki struktúra és a környezeti hatások kölcsönhatásából eredően humánspecifikusak. Az egyes fejlődési fázisok, illetve korszakok megélése életfeladatként is felfogható, ugyanúgy, mint a teljesítésük utáni meghaladásuk.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Antalfai M. (2006): *A női lélek útja mondákban és mesékben*. Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest.
- Antalfai M. (2014): A sárkány a mesében és az életünkben. *Fordulópont* (16. évf.), №65, 11–22.
- Antalfai M. (2018): A családi tudattalan szerepe az életút alakulásában. *Imágó Budapest*, (7. évf.), №1. 137–188.
- Avilai Szent Teréz (2015): *A belső várkastély*. Sarutlan Kármelita Nővérek, Budapest.
- Bolen, Sh. (2008): *Bennünk élő idősödő istennők*. Stadium Effektive Kiadó, Nyíregyháza.
- Erikson E. H. (1991): *A fiatal Luther és más írások*. Gondolat, Budapest.
- Fordham, M. (1957): *New Developments in Analytical Psychology*. Routledge and Kegan Paul, London.
- Goethe, J. W. (2005): *Faust*. Európa Könyvkiadó, Budapest.
- Havinghurst, R. J. (1967): *Developmental tasks and education*. David McKay, New York.
- Jacobi, Jolande (2009): *C. G. Jung pszichológiája*. Animus Kiadó, Budapest.
- Jung, C. G. (2011): *Az archetípusok és a kollektív tudattalan*. Scolar Kiadó, Budapest.
- Jung, C. G. (2018): *Az átalakulás szimbólumai*. Scolar Kiadó, Budapest.
- Kast, V. (2012): *Krízis és remény. Cselekvés változás idején*. Animula Kiadó, Budapest.
- Knox, J. (2005): *Archetype, Attachment, Analysis. Jungian psychology and the emergent mind*. Brunner–Routledge, Hove and New York.
- Laplanche, J.–Pontalis, J. B. (1994): *A pszichoanalízis szótára*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- Levinson D. J. – Darrow, C. N. – Klein, E. B. – Levinson, M. H. és McKee, B. (1978): *The seasons of a man's life*. Knopf, New York.
- Merchant, J. (2009): A reappraisal of classical archetype theory and its implications for theory and practice. *Journal of Analytical Psychology*, 2009, №54, 339–358.
- Nyíri T. (2006): *Lelkünk démonai és angyalai*. Egyházfórum Alapítvány, Budapest.
- Santrock, J. W. (1983): *Life Span Development*. Brown and Beuchnard, Iowa.
- Skar, P. (2004): 'Chaos and self organization: emergent patterns at critical life transitions'. *Journal of Analytical Psychology*, № 49, 245–264.
- Stevens, A. (1982): *Archetype. A natural history of the self*. Routledge and Kegan Paul, London.
- von Franz, M.-L. (2009): *Álmok*. Ursus Libris Kiadó, Budapest.