

Stibler Erika

## Miért a népmese? – egy pszichológus érvei

A népmesékkal való foglalkozás titokzatos és bonyolult világba csábít minket, amely izgalmas kincsekkel kecsegtet. A mesék sok formát ölthetnek, a sztoritól a konfabuláláson keresztül a mélyebb tartalmú történetekig. Valamennyi történetből kiszedegethetjük a bölcsesség morzsáit, tanulhatunk, de *nem feltétlenül* tanulunk. Feltételei vannak annak a mesehallgatásnak, ami táplálja a lelket.

Bárki, aki érdeklődik a mesék iránt, és kutatni kezd, számos írással és véleményel fog találkozni, és egyszer csak egy rengetegben találja magát, melyben a megközelítési módok, értelmezési és felhasználási lehetőségek sokasága kínálkozik. Úgy tűnik, hogy egy „egyszerű meséből” kiolvashatunk vallási, antropológiai, pszichológiai üzeneteket, kulturális kapcsolatok nyomait, és így tovább. A magyarázatok néha erőltetettnek, az eredmények ellentmondónak tűnhetnek. Ugyanannak a jelenségnek más értelmet és célt tulajdonít például a pszichológia és más a néprajz, vagy a pedagógia. Jelen cikk célja, hogy ebben a rengetegben eligazodjunk, rendet teremtsünk, és néhány gondolattal találkozzunk a mesék pszichológiai hasznosságát illetően.

A népmesék a határtalan szabadság világát jelentik, és ez a határokat *átívelő* és *ledöntő* jellemvonásuk, mint egy csúfolódó kismanó, fordul szembe a tudományos gondolkodás – de egyáltalán a gondolkodás – törekvéseivel. Ha meg akarjuk *fogni* a mesét, le akarjuk írni törvényszerűségeit, szembesülnünk kell azzal, hogy bármilyen szempontból is indultunk neki, át kell lépünk a tudományterületek, elméletek, nézőpontok határait. Például pszichológiai szempontból vizsgálva egy mesét fel kell használnunk a néprajzi eredményeket, és tiszteletben is kell tartanunk azokat, ugyanakkor a mondanivalóknak lesznek pedagógiai, néprajzi vonatkozásai is. Néha nehéz megmondani, hogy például egy elemzés, vizsgálat meddig néprajz, mennyi benne a pszichológia, és mely ponttól pedagógiai. A vizsgáló területek egymásba fonódnak, sokszor csak didaktikusan választhatók el.

Azonban azt is tudnunk kell, hogy ha pontos, mély megállapításokat akarunk tenni, akkor el kell fogadnunk, hogy nem írhatjuk le egyszerre mindazt, amit tudunk és érzünk, és el kell köteleződnünk egy fogalomkör, eszköztárs mellett. Az útelágazásnál el kell indulnunk valamerre, mint a királyfinak, hogy majd egyszer visszatérjünk, és meglássuk, mire jutottak a többiek.

Ha valamely elméleti keret irányából indulunk, az *egy* eszköztársat biztosít, mely vizsgálódásunkat lehetővé teszi. Gondolati keretet biztosít számunkra, már elért tudományos megállapításokat, melyekre támaszkodhatunk, és melyeket hasznosíthatunk vizsgálódásunk folyamán. De nem szabad elfelejtenünk, hogy rögtön ennek az elméleti *keretnek* a határai közé is kerülünk. Valamennyi elméleti

keret egy-egy *értelmezési síkot* tesz lehetővé. Megállapításai az adott síkon a leg-erősebbek, s bár átívelnek más síkokra, nem ölelik fel egyszerre valamennyit.

Lássunk néhány *megközelítési lehetőséget* (a teljesség igénye nélkül), melyet választhatunk, ha a mesét tudományos szempontból akarjuk vizsgálni. Megközelíthetjük a meséket néprajzi, antropológiai, szociológiai, vallási, mitológiai, filozófiai, irodalmi, pedagógiai, pszichológiai szempontból. Valamennyi területen több *témával* foglalkozhatunk, így például a mese eredetével, életével, változásaival, az elterjedésével, vándorlásaival, a gyűjtésével, tipologizálásával, a kulturális különbségekkel, hatásokkal, melyek a mesét érték, és melyeket a mese segíthetett. Témánk lehet a mese szerepe a közösségben, a tartalma, szimbólumai, világképe, de a nyelve, esztétikája is, a struktúrája, a kommunikáció a mesében, az üzenete, hasznossága, használhatósága.

Pszichológusként azt kerestem, hogy milyen mondanivalót találok a meséről a különféle utakat követve, és „*miért a népmese*” legyen életünk része. Útként, megközelítési lehetőségként tehát a pszichológiai „elágazást” választottam, a talált témák pedig nagyon változatosak voltak.

A mese tekinthető *egy* bármilyen történetnek, de figyelembe vehetjük különleges tulajdonságait is, valamint azt, hogy ezen vonásainak milyen szerepük van pszichológiai síkon: a vizsgálható témák közül ebből a szempontból fontosságot tulajdoníthatunk az eredetének, változatosságának és variánsainak, a tartalmának, üzenetének, annak a kapcsolatnak, amit a lélekkel köthet, és ezáltal a használhatóságának.

A népmesék eredetére vonatkozóan világot látott számos elmélet. A meséket eredeztetik mítoszokból, álmokból, de tekintik történeti emlékeknek is, attól függően, hogy melyik elméletalkotó nyomán indulnak el. Pszichológiai úton a mesék létrehozásuk antropológiailag és metafizikailag motivált szükséglete mellett eredeztethetőek mély lelki mintákból, archetípusokból, valamint tekinthetjük olyan történeteknek is, melyek a közösségek lelki igényeire válaszolva formálódtak, és ugyanezen okokból maradtak fenn. Valamennyi elméletben közösnek tekinthetjük, hogy a mesék valahol a múltban, de mindenképpen a lélek mélyén *gyökereznek*, az idők folyamán formálódtak, *csiszolódtak*. Ezáltal függetlenül attól, hogy melyik elméletet tartjuk elfogadhatóbbnak, ami a mesékben fennmaradt, az *általános, közös, lényeges és fontos*. Általános, mert színességükből és változatosságukból fakadóan valamennyi korosztály találhat bennük a legtöbb élethelyzetre valami érdekeset. Közös, mert élete folyamán a mesén történő változások a közösségek kéznyomát viselik, a fennmaradása pedig a közösség részvételével történik. Lényeges és fontos a mondanivaló, melyet rejteget, a – közösségi és pszichológiai – szerep, melyet életünkben betölt.

A népmesék nem csak a mesélő, hanem a közösség lenyomatát is viselve olyan változatosságot mutatnak, mely lehetővé teszi folyamatos fennmaradásukat, de folyamatos aktualitásukat is. Egy-egy mese variánsait követve képet kaphatunk a társadalomról, melyben él, a mesélő személyiségéről és az emberi lélek igényéről is. A jó az európai mesék többségében elnyeri méltó jutalmát, a feszültség feloldódik, a tanulság, ha kimondásra kerül, feldolgozható.

A népmesék világa sajátos, *alternatív* világ, melyben egyrészt felfüggesztjük a valóságot, másrészt bármi megtörténhet, vágyak teljesülnek, szereplők változnak át, születnek újjá. Ez a világ sajátos rendet képvisel, átjárható határokkal és határtalan lehetőségekkel rendelkezik, nagy szabadságot nyújt.

Ugyanakkor az események fordulatossak, a feszültség és vele együtt a beteljesülés ígérete csábít, kalandot kínál. A szereplők színesek, és furcsaságukkal, a valóságtól való távolságukkal biztonságosak is. A mesék ezáltal felkínálják az azonosulás lehetőségét – kinek-kinek igénye szerint.

A mesének ezek a tulajdonságai olyan dimenzióváltást tesznek lehetővé, amely kilépést és áthelyeződést jelent egy másik világba, átlépést szubjektív egyéniből az általános emberi keretek közé. Ugyanakkor párhuzam vonható a külső és belső, történeti és személyes élmények között. A dimenzióváltás szabaddá teszi a gondolkodást, bátrabbá a hallgatót, biztonságosabbá az azonosulást. A párhuzam lehetővé teszi az esetleges üzenetek „meghallását” – a kollektív tartalom egyénivé tételét –, az azonosulás révén a belső feszültségek kivetítését és levezetését.

A mesék tartalmát szimbolikusan is értelmezhetjük – tehát feltételezhetünk olyan mondanivalót a szövegben, ami a szó egyértelműségén túl van. A szimbólumok olyan komplex „jelek” – szavak, képek –, melyek az egyetlen jelentésen túlmutatva több dimenziósak – vagyis nemcsak több értelmezési lehetőséget hordoznak, hanem azok több síkon is jelentkezhetnek. A szimbólumok értelmi, logikus szinten nem feldolgozhatóak, kell hozzájuk az érzelmi sík, az azonosulás, az élmény, ezáltal az egyéni és általános, a nyilvánvaló és rejtett egymásra vetül, s értelmet nyer a jel. A kommunikáción túl energiát is ad az azonosulás, így a szimbolikus síkon is megélt mesék erőt adnak.

A szimbólum megélése és megfejtése „munkát” igényel, ahhoz, hogy különféle jelentésréteghez hozzáférjünk, rá kell hangolódnunk, kockáztatunk kell személyes élményeink kiszabadítását és egybevetését az általánossal. Ehhez a munkához idő és lehetőség kell. Ezt az időt megadhatják az ismétlődő mesei fordulatok, a leírások, melyek az üzenetek világában elkalauzolnak, s egyre pontosabban, de fokozatosan vezetnek közelebb a megértéshez. A kockáztatáshoz biztonságot nyújthat a mese fikatív, titokzatos világa, és bátorságot adhat a hőssel, varázslással, szerencsével való azonosulás.

Mindezek által a mese mint szimbolikus történet pszichológiai értelemben lehetőség a fejlődésre, tanulásra, és olyan tanácsokat, „forgatókönyveket” tartalmaz, melyek lelki feszültségek feloldására, levezetésére is alkalmasak lehetnek, és ugyanakkor kikapcsolódást is jelentenek. Az egyéni élmények által a mesének aktualitása lesz, és mindig újraaktualizálható, valamint általános, az élethez szükséges ismereteket hallhatunk ki belőle, és általános igényeket elégít ki. Biztonságot ad, megnyugtat, a szimbólumok megéléseivel erőt ad. Ugyanakkor nem ér véget a „boldogan éltek, míg meg nem haltak”-kal. A mese tovább él és dolgozik, az érzések, melyeket előhívott, újra jelentkeznek, a képek előjönnek, és erejükkel újra feltöltlenek.

A mese értelmezhetőségét, hasznosságát, mondanivalóját több pszichológiai irányzat kutatta. A legismertebb irányzatok Bettelheim pszichoanalízise, valamint

C.G. Jung és M. L. von Franz révén az analitikus pszichológia. Beszélnek a mese hatásairól és szerepéről szociálpszichológiai irányzatok is, a mesében levő nyelvhasználatról, szereplők közötti kapcsolatokról nyilatkoznak a különböző kommunikációelméletek és a tranzakció analízis is. A lélektan ezen iskolái nemcsak írnak a meséről, hanem használják is azt, terápiában, csoportos és egyéni technikák alkalmazásakor.

A lélek tehát dolgozik a mesével, és ha időt és lehetőséget kap rá az ember – akár pedagógiai, akár családi környezetben –, a meséből személyes élményeket felidéző történet válik, melyből mindig azok az elemek emelkednek ki és fogalmazódnak meg üzenetként, melyekre a léleknek akkor a leginkább szüksége van. Éppen ezért a mese átélése, életre keltése legtöbbször fontosabb, mint értelmezése, avagy a tanulság kiemelése. A meséről való szabad beszélgetés rávilágíthat arra, hogy akkor éppen kinek mi a fontos, nem hangoztatva, hogy mit „jelent” a mese, hiszen mindenkinek azt jelenti, amit. Így mindenkinek lehet igaza, a mese fiktív volta és gazdagsága megengedi ezt a szabadságot.

A mesében önmagában megvan egyszerre az összes lehetőség, mégis, ha valamely lehetőségét kibontjuk, a többit egy időre el kell engednünk. Miközben kincsünket vizsgáljuk, tudnunk kell, hogy csak *egy* lehetőséget tartunk a kezünkben, mely ugyan kapcsolatban van a többivel, de nem foglalhatja magában az egészet, mert az már *mese*.

Többször hallva, olvasva, újraélve és életre keltve egy mesét megtapasztalhatjuk, hogy egyre mélyebben tárja fel magát előttünk, egyre több jelentéssel bír. Azt a színes palettát, amit először csak ötletbörzével tudtunk volna összegyűjteni, mi magunk éljük meg. A mese dolgozik a lélekkel, a mese ismeretekhez, felismerésekhez segíti a lelket, miközben erővel tölti el. A gazdag képek, megvalósuló vágyak, levezetett feszültségek jelenetei mind-mind alkalmasak arra, hogy a léleknek táplálékul szolgáljanak.

A fent említett nyitottsággal „használva”, olvasva a mesét az értelmezési síkok tág palettája nyílik meg, egyre mélyebb és komplexebb értelmeket találva igaznak. Általában azonban egyszerre csak néhány értelmet élünk, értünk meg. Így áttekintve az értelmezési lehetőségeket, azt tapasztaljuk, hogy azok nem zárják, hanem más és más szempontokat kiemelve ugyanarról szólnak, és sokszor kiegészítik egymást. Az összes lehetőséget egybevetve is lehet az az érzésünk, hogy valami kicsúszott a kezünk közül. Ez így is van, és ez így van rendjén. Ha meg tudnánk magyarázni egyszerre minden oldaláról a mesét, a csoda megszűnne. Ha a lélek tudatalatti végtelenségét egyszerre teljesen átlátnánk, a „tudatalatti” megszűnne.

Van egy pont, ahol a magyarázatoknak véget kell vetnünk, és el kell fogadnunk, hogy a mesét nem *csak* a gondolat alkotta, így pusztán azzal nem is foghatjuk meg. Ha már a mesében vagyunk, elhagytuk a világunkat, szabályaival, rendszereivel együtt, és már nem akarjuk magyarázni. Csak éljük, haladunk egy úton, és örülünk, hogy ezen legalább haladhatunk, remélve, hogy ez a Mi utunk. A mese élete tovább tart, és minél tovább élünk mi is vele, annál több oldalát mutatja meg.