Nyíri Kristóf

A képtelen Jung

Fehér Csilla

Egy mandalafestő feljegyzései

Dunabogdány 2020

Nyíri Kristóf referátuma és Fehér Csilla prezentációja a BME MPT Képi Tanulás Műhelye (Visual Learning Lab, VLL) 2020. febr. 6-iki összejövetelén hangzott el. Nyíri Kristóf jelen füzetben közölt tanulmánya a referátum jelentősen kibővített változata.

Nyíri Kristóf az MTA rendes tagja, nyugalmazott filozófiaprofesszor.
Fehér Csilla mandalafestő, mandalafestés-oktató.

https://www.facebook.com/BudapestVisualLearningLab/

Nyíri Kristóf, A képtelen Jung
Fehér Csilla, Egy mandalafestő feljegyzései
© a szerzők 2020

Dunabogdány 2020

Nyíri Kristóf

A képtelen Jung

0. A Jung-rejtély
1. A Jung-kód
2. A Jung-őskép
3. A Jung-kifestőkönyv

0. A Jung-rejtély

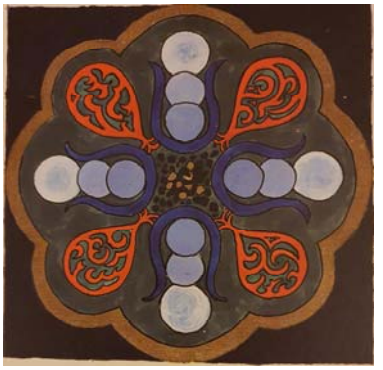
A Képi Tanulás Műhelye 2020. február 6-iki összejövetelén a magam témája Carl Gustav Jung archetípus-elmélete volt. Közelebbről azt a kérdést igyekeztem megválaszolni, hogy mi a viszony a jungi archetípusok, amelyeket szerzőnk az úgymond „őskép”-kel azonosított, és a ténylegesen vizuális képek között? Referátumomat Fehér Csilla mandalafestő és mandalafestés-oktató prezentációja követte, ő a saját gyakorlatáról beszélt, Jungot közvetlenül nem érintve, én viszont bevezetésképp jeleztem, hogy életének egy erősen neurotikus korszakában maga Jung is készített számtalan mandalát.

Jung 1916-ban festett első mandalája, a „Systema munditotius”

Jung a mandaláknak terápiás funkciót tulajdonított. Hadd idézzem néhány vonatkozó megfogalmazását. Már túl neurotikus válságán, így írt: „Tapasztalatból tudjuk, hogy a ’védelmező kör’, a mandala a kaotikus lelkiállapot hagyományos ellenpontja. … Az emberiség soha nem volt híján az erőteljes képeknek, amelyek mágikus védelmet ígértek a lélek mélységeinek szörnyűségei ellen. A tudattalan alakjait mindig is védelmező és gyógyító képekben fejezték ki, s így a koz-

mikus, lelken kívüli térbe helyezték őket."[1] Egy következő idézet, egyik legismertebb művéből, ahol Jung úgy fogalmaz, hogy a szemé-

Jung 1917. augusztus 2-ikán ezt a mandalát rajzolta az egyik ún. Fekete könyv-*be*



Az előbbi rajz Jung által kifestett változata az ún. Vörös könyv-*ben*

lyiség célja: az „eredendő, potenciális *teljesség* megvalósítása és kifejlesztése... A tudattalan e célból ugyanazokat a szimbólumokat használja, mint az emberiség ősidők óta, ha valami egységet, teljességet, befejezettséget akart kifejezni: rendszerint a *négyesség és körszimbólumok*at."[2] A harmadik: „a kör elrendezésű képeknek a szigorú rendje … kompenzálja a pszichés állapot rendetlenségét és zűrzava-

[1] „A kollektív tudattalan archetípusairól" (első megjelenés 1934, átírva 1954-ben), a C. G. Jung *Összegyűjtött Munkái* [a továbbiakban: ÖM] sorozat 9/I-es félkötetében: *Az archetípusok és a kollektív tudattalan*, Budapest: Scolar Kiadó, 2011, 18. sk. o. A „lélek mélységeinek szörnyűségei ellen" fordulat a német eredetiben így szól: „gegen das unheimlich Lebendige der Seelentiefe" (vö. „Über die Archetypen des kollektiven Unbewussten", C. G. Jung, *Gesammelte Werke* [a továbbiakban: GW] 9/I, Olten – Freiburg im Breisgau: Walter-Verlag, 1976, 22. o.), azaz talán: „a lélek mélyében félelmetesen elevennel szemben".

[2] *A tudattalan pszichológiájáról* (legújabb kiadását ld. a *Két írás az analitikus pszichológiáról* c. ÖM 7-es kötetben, Budapest: Scolar Kiadó, 2016). Az idézett szövegrész (105. o.) lényegtelen stilisztikai javításoktól eltekintve megfelel az első magyar kiadások (ld. pl. Budapest: Bibliotheca, 1948) vonatkozó részletének. Ezek a kiadások (amint az Európa Könyvkiadó által 1990-ben megjelentetett kiadás is), még a *Bevezetés a tudattalan pszichológiájába* címet viselték. Jung rendszeresen újraírta-átírta és gyakran címüket is megváltoztatva publikálta munkáit, erre a jelenségre rövidesen visszatérek.

rát, mégpedig azáltal, hogy létrejön egy középpont, amelyen minden rend alapul, vagy a rendetlen sokaságnak, az egymással szembehelyezkedő és összeegyeztethetetlen pólusoknak koncentrikus elrendezése".[3] És végül egy negyedik idézet: „Az én mandala-képeim a tulajdon mély-énem állapotát tükröző kriptogrammák, rejtett értelmű jelek voltak, amelyek naponta eljutottak hozzám. Láttam, miként munkálkodik a mély-én, vagyis a magam teljessége."[4]

Jung 1927-ben készített mandalája, publikálva a Das Geheimnis der goldenen Blüte *(Az aranyvirág-fakadás titka) című, Richard Wilhelm sinológus-teológus-hittérítő által kiadott kötetben (1929), melyhez Jung kommentárt írt*

A „mély-én", vagy inkább „mély-önmagunk" egy Jung által igen homályosan – mondhatni misztikusan – előadott fogalom, mely fogalomra jelen referátum 2. pontjában térek majd vissza. Valamiféle miszticizmus, ezotericizmus, Jungot kisgyermekkora óta kísérte, ezt az ezotericizmust a fentebb említett neurotikus korszak, amely 1913-tól úgy 1918-ig tartott, csak felerősítette. Életművének egyik rejtélye, hogy miszticizmusba hajló munkái, a keleti vallások iránti vonzalma, és 1927-től kezdve az alkímiával való szenvedélyes foglalatossága mellett hogyan volt továbbra is – mindvégig – képes arra, hogy érthető, világos és érdekes esszéket írjon.

Mandalákon innen és túl, mind a kisgyermek mind a felnőtt Jung általában is szeretett rajzolni, festeni, szobrokat faragni, és ezeket a tevékenységeket betegeinek is ajánlotta – a témakört lentebb úgyszintén a 2. pontban érintem. Abban a pontban tárgyalom az ősképek, az archetípusok, és az ún. kollektív tudattalan jelentését

[3] Jung, „Mandalák" (1955), ÖM 9/I, 373. o., a fordítást a jobb érthetőség kedvéért két helyen – egy-egy raggal – kiegészítettem.

[4] C. G. Jung, *Emlékek, álmok, gondolatok*, feljegyezte Aniela Jaffé, fordította Kovács Vera, Budapest: Európa Könyvkiadó, 1987, 240. o. Eredetileg: *Erinnerungen, Träume, Gedanken*, feljegyezte és szerkesztette Aniela Jaffé, Zürich – Stuttgart: Rascher Verlag, 1962.

is. A kérdéssel amúgy nem először foglalkozom. Ha nem is a mostani részletességgel, de említettem „Elfelejtett képelméletek" című dolgozatomban,[5] ahol Frederic Bartlett híres könyvére, a *Remembering*-re is hivatkoztam.[6] Bartlett, írtam itt, „noha ismételten panaszkodik Jung igencsak homályos stílusára, a kollektív tudattalan fogalmát és Jung őskép-gondolatát kifejezetten elemzendőnek tartja". A könyv magyarul *Az emlékezés: Kísérleti és szociálpszichológiai tanulmány* címmel jelent meg,[7] fordította és a bevezető tanulmányt írta Pléh Csaba. Közvetlenebb találkozás történik Jung és Pléh között utóbbinak *A lélektan története* című nagyszabású munkájában.[8] Pléh itt nagyon tömören és nagyon érthetően összefoglalja a jungi *asszociációs teszt* lényegét, valamint persze a *személyes tudattalan*, a *kollektív tudattalan* és az *archetípusok vagy ősképek* eszméjét.[9] Az összefoglalás a *Bevezetés a tudattalan pszichológiájába* 1990-es magyar szövegéből idéz – és ennek kapcsán térek akkor most vissza a fentebb a 2-es jegyzetben jelzett problematikára.

Jung 1912-ben „Neue Bahnen der Psychologie" címmel rövid cikket jelentetett meg az ún. Rascher-évkönyv III. kötetében (Zürich: Verlag von Rascher & Co., *Jahrbuch für Schweizer Art und Kunst*). Ezt a cikket 1916-ban átdolgozta és kibővítette, az új munka előszava 1916 decemberében kelt, a 135 oldalas kötet *Die Psychologie der unbewussten Prozesse: Ein Ueberblick über die moderne Theorie und Methode der analytischen Psychologie* címmel 1917-ben került kiadásra (Zürich: Verlag von Rascher & Co.). Egy második – változatlan – kiadás 1918-ban jelent meg. A 3. kiadást Jung átírta, és új címmel látta el: *Das Unbewußte im normalen und kranken Seelenleben* (1925). A negyedik – a harmadikhoz képest változatlan – kiadás évszáma 1936. Az ötödik – tetemesen átírt – kiadásnak Jung az *Über*

[5] *Képi Tanulás Műhelye Füzetek*, szerk. Benedek András és Nyíri Kristóf, 3. sz. (2016/3), 16. sk. o. Online elérhető: https://www.academia.edu/29571702/Forgotten_Theories_of_the_Image_in_Hungarian_.

[6] Cambridge: Cambridge University Press, 1932, újra kiadva 1995-ben.

[7] Budapest: Gondolat, 1985.

[8] Budapest: Osiris, 2000, ld. 414–415. o.

[9] Ehelyütt fejezem ki köszönetemet Pléh Csaba barátomnak, az MTA rendes tagjának, a Jung-érdeklődésemhez nyújtott támogatásáért.

die Psychologie des Unbewußten címet adta és 1942-es keltezésű előszóval jelentette meg (a kiadó mindvégig a Rascher maradt), a további kiadások szövege innentől már változatlan. Az 5. kiadást fordította magyarra 1944-ben dr. Nagy Péter, a fordítást dr. Jacobi Jolán felügyelte, a magyar kiadáshoz Jung 1944 januárjában külön előszót írt. A 2016-os ÖM-kiadásban a munka, ahogyan azt fentebb idéztem, már *A tudattalan pszichológiájáról* címet viselte.

Még a „Neue Bahnen der Psychologie" előtt látott napvilágot Jung *Wandlungen und Symbole der Libido* című – néhány illusztrációt is tartalmazó – munkája, amelynek a szerző életművében és az életmű hatástörténetében döntő jelentősége van. A munkát Jung 1911-ben írta, a *Jahrbuch für psychoanalytische und psychopathologische Forschungen*-ban 1911-ben és 1912-ben publikálta, illetve könyvformában (*Beiträge zur Entwicklungsgeschichte des Denkens* alcímmel) 1912-ben tette közzé (Leipzig – Wien: Franz Deuticke). A második – változatlan – kiadás (az ehhez a kiadáshoz írt előszóval) 1925-ben jelent meg, a harmadik (a hozzá tartozó előszó szerint csupán néhány lényegtelen, szövegkiigazító változtatással) 1938-ban. Viszont a negyedik kiadást Jung teljesen átírta, bővítette, továbbá a könyvnek új címet és alcímet adott: *Symbole der Wandlung: Analyse des Vorspiels zu einer Schizophrenie* (Zürich: Rascher Verlag, 1952), dr. Jolande Jacobi (Jacobi Jolán) pedig 300 illusztrációval látta el azt. Már 1917-ben megjelent az első angol fordítás, *Psychology of the Unconscious: A Study of the Transformations and Symbolisms of the Libido: A Contribution to the History of the Evolution of Thought* címmel (New York: Moffatt Yard and Co., és London: Kegan Paul Trench Trubner), 1956-ban pedig az átírt változat fordítása: *Symbols of Transformation: An Analysis of the Prelude to a Case of Schizophrenia*.[10]

A Jung-írások kusza kiadástörténetének két jeles példáját mutattam be; további példák bőségesen felsorolhatóak volnának. A CW, GW és ÖM rendszerező törekvései dacára Jung életművének nehezen átlátható volta nemcsak az egyszerű olvasót, de a szakképzett könyvtárost is valóságos rejtély elé állítja – ezt a helyzetet tekintem referá-

[10] *The Collected Works of C. G. Jung* (a továbbiakban: CW), V. köt., Princeton, NJ: Princeton University Press.

tumomban a második Jung-rejtélynek. Következzen most maga a referátum. Három pontból áll. Az 1. pont címe, „A Jung-kód", Jung asszociáció-elméletére utal, a szó-asszociációkra mint kódolt elfojtásokra, de a háttérben a mandalákra is mint kriptogrammákra – mint a lélek egyfajta titkosírására. A 2. pont címe – „A Jung-őskép" – mögötti sugallat egyfelől persze a fő témámat jelentő jungi őskép-fogalom, másfelől azonban az a kép, amelyet Jung a világ felé magáról kezdettől fogva és mindvégig mutatott. A 3. pont címe – „A Jung-kifestőkönyv" – a Jung halála után iskolája (vagy iskolái; van aki úgy mondaná, hogy szektái) által róla festett képre vonatkozik.

1. A Jung-kód

Jung 1911-ben ausztrál kollégák meghívására Sydney-ben előadást tartott „A komplexum-elmélet rövid áttekintése" címmel.[11] Munkásságának kezdeteire – asszociáció-kutatásaira – visszatekintve itt így fogalmazott:

> Korábban az asszociációs kísérletet arra gondolták használni, hogy bizonyos intellektuális típusokat felállítsanak, és eközben egy fontos jelenséget figyelmen kívül hagytak, nevezetesen a kísérlet *zavarait*. … Kutattuk, hogy mely helyeken, azaz mely ingerszavaknál lépnek fel a zavarok, és azt találtuk, hogy főleg akkor ez az eset, ha az ingerszó valamilyen személyes ügyre vonatkozik. Az ügynek rendszerint valahogyan kínos jellege van. … erre a „személyes ügyre" a *komplexum* terminust alkalmaztuk, amennyiben egy ilyen „személyes ügy" mindig különbözőféle elképzelések [Vorstellungen] közös érzelmi hangulat által összetartott komplexuma.[12]

Két megjegyzés: 1) A német „Vorstellung" szó magyar megfelelőjét notóriusan nehéz kiválasztani, általában „képzet"-nek fordítják, ám

[11] Ld. GW 2, Ostfildern: Patmos Verlag, 1995, 622–628. o.
[12] Uo. 622. sk. o., saját fordításom. Két oldallal lejjebb Jung a komplexumot „a tudat központi ellenőrzésétől viszonylag független elképzeléstömeg"-nek [Vorstellungsmasse]" nevezi.

annak *kép*-konnotációja a „Vorstellung”-ból teljesen hiányzik, és Jung a fenti magyarázatban nem (vagy csak részben, és semmiképpen sem kifejezetten) utal mentális képekre. Az „elképzelés”-nek talán kevésbé van képies sugallata. 2) A magyar mélylélektani nyelvhasználatban a német „der Komplex”-et – a szó eredeti latin formájára tekintettel – *komplexus*nak[13] mondják, én megtartottam a homályos megfogalmazásokat nehezebben megengedő, mert egyértelműbb, „komplexum” – *összesség* – alakot.[14]

Előadásának végén Jung kitér azokra az ideg- sőt elmebetegségekre, amelyeknek diagnózisához és jobb megértéséhez az asszociációs módszer elvezette: jelesül a skizofrén látásmódról azt írja, hogy az „egészen elfordul a világtól, és olyan gondolati formákat és anyagokat részesít előnyben, amelyek a modern embert már nem érdeklik, miáltal számos fantázia teljesen mitologikus formában lép fel. Úgy látszik, hogy a maihoz alkalmazkodó gondolkodás kiesésével a gondolkodás egy régebbi formája lép be helyettesítőleg.”[15] Befejező szakirodalmi utalásként itt azután említés történik a megjelenés alatt

---

[13] Vö. *Duden: Das Herkunftswörterbuch – Eine Etymologie der deutschen Sprache*, Mannheim: Bibliographisches Institut, 1963, 351. o.: „das Substantiv *lat*. complexus ’das Umfassen; die Verknüpfung’ … Komplex *m* ’Zusammenfassung … Gesamtheit…’… das auch als psycholog. Terminus zur Bezeichnung einer Gefühlsgebundenen und affektbetonten Verknüpfung verschiedener in sich zusammenhängender Vorstellungs- oder Erlebnisinhalte gilt”, az utóbbi definíció teljesen megfelel az eredeti junginak.

[14] Némi homállyal találkozunk például *A tudattalan pszichológiájáról* magyar kiadásának (ÖM 7-es köt.) 26. sk. lapján: „a zürichi elmekórtani klinikáról indult ki … az ún. *asszociációs módszer*. Ez a módszer egzakt módon mutatja ki a konfliktusok jelenlétét az érzelmi színezetű képzetek úgynevezett *komplexusaiban*, amelyeket a kísérlet tipikus zavarai árulnak el.” A német szöveg (GW 7-es köt., 30. o.) így hangzik: „aus der Zürcher Psychiatrischen Klinik [ging] hervor … die sogenannte *Assoziationsmethode*. Diese Methode zeigt in exakter Weise das Vorhandensein von Konflikten in Form der sogenannten *Komplexe* gefühlsbetonter Vorstellungen, die sich durch typische Störungen des Experiments verraten.” Az „úgynevezett” szó beszúrása a „komplexumok” előtt már a németben is a szakzsargon vonzerejét jelzi, hiszen miért volna valamely összesség „úgynevezett”; a magyar fordításban azonban végképp elhomályosul az eredeti képlet, amely tehát helyesen: „érzelmileg hangsúlyos elképzelések összessége”.

[15] GW 2-es kötet, 626. sk. o.

álló *Wandlungen und Symbole der Libido*-ra[16] – azaz már felsejlik a későbbi Jung. Mi azonban maradjunk még az asszociáció-elmélet analitikus pszichológiájánál. 1909-ben Jung az amerikai Clark Egyetemen tartott előadást.[17] Itt így fogalmazott: „A szavak voltaképpen összesűrített tettek, helyzetek és dolgok. Ha a kísérleti személyt valamely tettet jelentő szóval szembesítem, az olyan, mintha magával a tettel szembesíteném… … meg kell elégednünk a valóság nyelvi pótlékaival...".[18]

Mostani nézőpontunkból feltűnő lehet, hogy Jung ebben az előadásában még mennyire a *szavak* funkciójára összpontosított – hogy nem merült fel publikációiban a *vizualitás* jelentősége, miközben tudjuk, s erre referátumom következő pontjában rövidesen visszatérek, hogy saját lelki életében a képek döntő szerepet játszottak. Asszociáció-kutatásainak hátterében ugyanakkor kezdettől fogva ott rejlik a kép-téma. Hadd utaljak 1905-ben írt „Über das Verhalten der Reaktionszeit beim Assoziationsexperimente" című tanulmányára.[19] A tanulmány tartalmazza a mélylélektani értelemben vett „komplexum" egy a korai Junghoz méltó igen szabatos meghatározását[20] – „ein gefühlsbetonter Komplex, das heißt eine durch einen bestimmten Affekt zusammengehaltene Vorstellungsmasse", tehát „érzelmileg hangsúlyos komplexum, azaz egy bizonyos affektus által összetartott elképzeléstömeg" –, amire azonban itt valójában fel kívánom hívni a figyelmet, az az a körülmény, hogy Jung a reakcióidők kapcsán Francis Galton 1879-ben publikált, „Psychometric Experiments" című írását is említi.[21] Viszont Galton ama írása, miközben megannyi asszociációs statisztikát közöl, észrevételeit éppen a belső mentális képek jelenségével kapcsolja folyamatosan össze.

---

[16] „Die Nachweise für die Wiederaufnahme alter Denkformen sind erst zum Teil publiziert", uo. 628. o.

[17] „The Association Method", megjelent az *American Journal of Psychology*-ban, 21. évf., 2. sz. (1910. ápr.), 219–269. o.

[18] Jelzett hely, 223. o.

[19] GW 2-es kötet, 239–288. o.

[20] Jelzett hely, 253. o.

[21] Uo. 242. o. – Galton cikke a *Brain*: *A Journal of Neurology* 2. évfolyamában (1879) jelent meg, a 149–162. lapokon.

2. A Jung-őskép

Az *Emlékek, álmok, gondolatok*-ban írja Jung, kisgyermekkoráról beszámolva: „Már olvasni is tudtam, mielőtt iskolába kerültem volna. Emlékszem azonban azokra az időkre, amikor még nem tudtam olvasni, ehelyett anyám vesződött a felolvasással, éspedig az *Orbis pictus*-ból, régi gyerekkönyvből, amely egzotikus vallások ismertetését [is] tartalmazta, különösen az indiaiakét. Voltak benne képek Brahmáról, Visnuról és Siváról, és kielégíthetetlen érdeklődéssel töltöttek el. Anyám mesélte később, hogy újra meg újra visszatértem rájuk.”[22] A következő bekezdésben pedig ezt olvashatjuk: „Nyolcadik és tizenegyedik életévem között szakadatlanul csataképeket, ostromokat rajzoltam, ágyúzásokat, de tengeri csatákat is. Aztán telemásoltam egy

„A város ostroma”. Kép az Orbis pictus *1664-es kiadásából.*

[22] *Emlékek, álmok, gondolatok* (ld. fentebb, 4-es jegyzet), 30. o. A gyerekkoráról szóló fejezetet Jaffé tájékoztatása szerint még Jung maga fogalmazta (uo. 6. o.). Az idézetbe az „is” szót én szúrtam be – az *Orbis sensualium pictus* fametszetekkel illusztrált, Comenius által gyermekek számára készített egyfajta kisenciklopédia, amely mindent tárgyal, a Jóistentől kezdve az erkölcsi parancsokon át a természeti jelenségekig, a növényekig, állatokig, mesterségekig, földrajzi tájakig, és persze a nagy vallásokig. A könyv a századok során számos nyelven, számtalan változatban, többszáz kiadásban jelent meg. Az első – 1658-as, nürnbergi – kiadás latin–német kétnyelvű. Ugyanígy az 1664-es nürnbergi. Alcímük: *Die sichtbare Welt*. Ezek a kiadások a vallások közül a „pogány” (részletesebben a görög), a zsidó, a keresztény és a mohamedán hitvilágnak szentelnek címszót. Hasonlóképpen mondjuk az 1777-es londoni angol–latin kétnyelvű kiadás (alcíme: *Visible World*), vagy úgyszintén a legújabb latin–német változat (2017, Uvius Fonticola kiadásában). Jómagam mindeddig nem találtam olyan kiadást, amelyben Brahmáról, Visnuról és Siváról is szó esett volna, de nem kételkedem abban, hogy 1880 tájt a kis Jung láthatott ilyet.

teljes füzetet festékfoltokkal, amelyeknek fantasztikus értelmezése elgyönyörködtetett."[23]

Mint fentebb jeleztem, a felnőtt Jung – az orvos Jung – a rajzolásnak és hasonló tevékenységeknek a gyógyítómunkában is szerepet juttatott. Legtanulságosabban „A pszichoterápia céljai" című 1929-es előadásában beszélt erről.[24] Betegei nem ritkán olyan álmokról számoltak be, amelyekben a színek különösen erősek voltak, vagy sajátságos alakzatok tűntek fel, és a beteg így szólt: „Látja, ha most festő volnék, festményt készítenék erről."[25] Volt, hogy az álmokban közvetlenül fotók, festett vagy rajzolt képek, esetleg iniciálékkal díszített kéziratok, vagy akár a mozi szerepeltek.[26] Jung bíztatta betegeit: ne törődjenek azzal, ha munkájuk úgymond művészileg értékelhetetlen lesz, fessék csak le bátran álmaikat-látomásaikat. A betegek próbálkoztak. Igyekezetük eredményeképp „a kimondhatatlant, gyermeteg gyámoltalansággal, látható formára" sikerült lefordítaniok. „De miért indítom a betegeket egyáltalán arra", folytatja Jung, „hogy magukat ecsettel, ceruzával vagy tollal kifejezzék?"[27] A magyarázat: éppenséggel nem marad hatástalan, ha valaki „makacskodó ecsetekkel és színekkel fáradozik órákon keresztül…

---

[23] *Emlékek…*, 31. o.

[24] „Ziele der Psychotherapie", megjelent Jung *Seelenprobleme der Gegenwart* című kötetében, Zürich – Leipzig: Rascher Verlag, 1931. Magyar fordítás az ÖM 16-os kötetben (*A pszichoterápia gyakorlata*), a GW 16 (Walter-Verlag, 1995) alapján. A fordítást nem tartom megfelelőnek, ezért az itt következő idézeteket saját fordításomban közlöm.

[25] *Seelenprobleme der Gegenwart*, 106. o.

[26] Uo. – Jung nagy hatással volt a filmrendező Fellini-re, mind személyes életére, mind képi világára. Részletesen ír erről Peter Bondanella *The Films of Federico Fellini* című munkájában (Cambridge: Cambridge University Press, 2002, ld. az 5., 10., 27. és 29. o.-t, ill. különösen a 94. és 96. o.-t: „Jungian psychoanalysis defined the dream not as a symptom of a disease that required a cure but rather as a link to archetypal images shared by all of humanity. … Under Jung's influence, Fellini began to rely more and more heavily upon the irrational quality of his own fantasy, images inspired by his dreams…").

[27] *Seelenprobleme*…, 107. o.

> … A kép fizikai megalkotása arra kényszerít, hogy azt minden részletében kitartóan szemléljük… Ezáltal a puszta fantáziához a valóság mozzanata társul, miáltal a fantázia nagyobb súlyra, éppenséggel nagyobb hatásra tesz szert. És ezekből a magunkkészítette képekből mármost valóban hatások indulnak ki… Ha a beteg … csak néhányszor is látta, hogyan váltja meg nyomorúságos lelkiállapotából az, hogy szimbolikus képet készít, úgy máris ehhez az eszközhöz nyúl, amint rosszul érzi magát.

… A beteg teremtőleg függetlenné teheti magát. … amennyiben magát festi meg, önmagát alakíthatja. … ami benne hat, az ő maga, de immár nem a korábbi félreértés értelmében, midőn személyes énjét a mély-önmagának tartotta."[28]

Jung ezen 1929-es előadásából rövidesen még idézni szeretnék, előbb azonban meg kell állnunk – ahogyan azt korábban előlegeztem[29] – a „mély-önmagunk" kifejezésnél. Jung egy eredetileg 1916-ban Zürichben tartott és abban az évben franciául, majd 1928-ban bővített és átírt formában németül megjelentetett[30] előadásában szembeállította a „das Ich" – az *én* – és a „das Selbst" – az *önmagunk* – jelentéseket. A jungi *das Selbst* fogalmat azonban az „önmagunk" kifejezés voltaképpen nem adja vissza, olyannyira nem, hogy az ÖM 7-es kötetbeli fordításban végül megtartották a német „Selbst" alakot, ezzel meglehetős nyelvi szokatlanságot hozva létre: „a Selbst az élet célja … a Selbstet valamiféle irracionálisként, meghatározhatatlan létezőként érzékeljük, mint ami az énnek nem áll útjában, és annak nincs alávetve, hanem hozzákapcsolt."[31] Egy másik Jung-mű magyar kiadásának utószavában ehhez képest a „das Selbst" fordításaként a „legbensőbb önmagunk", „mélymagunk", „személyiségcentrumunk" és végül a „mély-önmagunk" lehetőségekkel találkozunk,[32] jelen re-

[28] Uo. 108. sk. o.
[29] Ld. jelen referátum, fentebb 5. o.
[30] *Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten*, Zürich: Rascher Verlag, a további könyvészeti részletekre vonatkozóan ld. ÖM 7-es kötet, 7. sk. o.
[31] ÖM 7-es köt., 227. o.
[32] C. G. Jung, *A lélektani típusok*, fordította, az utószót és a jegyzeteket írta Bodrog Miklós, Budapest: Európa Könyvkiadó, 1994, 167. sk. o.

ferátumomban ezt az utóbbi kifejezést választottam. Ami a kérdéses fogalom tényleges tartalmát illeti, arra Jung viszonylag érthetően utal „A mandala szimbolikájáról" című tanulmányában, ahol így fogalmaz: Az alapmotívum

> egy olyan személyiségközpont megsejtése, mondhatni a lélek bensejében egy központi helyé, amellyel minden kapcsolatban van, amely mindent elrendez, s amely egyúttal energiaforrást is jelent. A központ energiája abban a csaknem ellenállhatatlan kényszerben és vágyban fejeződik ki, hogy azzá váljunk amik vagyunk… Ezt a centrumot nem énnek érezzük vagy gondoljuk, hanem, ha mondhatjuk így, mély-önmagunknak.[33]

Mély-önmagunk a személyiség kiteljesedése, mely teljesség a tudatos énen túl magában foglalja a személyes tudattalant és a kollektív tudattalan határtalan ősi világát.[34]

Ezen a ponton alkalmas visszatérnünk „A pszichoterápia céljai" előadáshoz. A betegei által készített festményeket, fogalmazott Jung,

> egyfajta primitíven szimbolikus jelleg jellemzi, amely éppúgy világít a rajzból, mint a színből, A színek rendszerint barbárul intenzívek. Gyakran találkozunk félreismerhetetlen archaizmussal. … Így feltételezhetjük, hogy képeink a léleknek főleg ama régióiból származnak, amelyeket a kollektív tudattalanként jelöltem meg. Ezzel a megjelöléssel tudattalan, általános emberi, lelki működésre utalok… Olyan, mintha az őskorba visszanyúló lélek ezekben a képekben fejezné ki magát…[35]

---

[33] „Über Mandalasymbolik" (1950), ld. ÖM 9/I-es kötet, 343. o., ott a mondat befejezése: „ha mondhatjuk így, a Selbstnek".

[34] Vö. ÖM 9/I, 343. o.

[35] *Seelenprobleme der Gegenwart*, 111. sk. o. – „Jung műveiben", írja egyik legközelebbi munkatársa, Jacobi Jolán, „sehol sem találunk rendszeres útmutatásokat arra nézve, hogy hogyan kell értelmezni 'a tudattalanból jövő képeket'. Így azután húszévnyi munkával igyekeztem olyan vezérfonalat összeállítani, amely mentén közelebb juthatunk ezen képek megértéséhez." (Jolande Jacobi, *Vom Bilderreich der Seele: Wege und Umwege zu sich selbst* [1969], Olten: Walter-Verlag, 1981,

A „kollekív tudattalan” kifejezést Jung az 1916-os zürichi előadásban használja először,[36] de a fogalmat magát egyértelműen előlegezi a *Wandlungen*-ban, ahol már alkalmazza az „őskép” („Urbild”) és „őseredeti kép” („urtümliches Bild”) kifejezéseket is. Az „őskép” kifejezést vehette az általa eszményített Goethe-től,[37] vagy jelesül a *Wandlungen*-ban folyamatosan idézett Friedrich Nietzsche-től.[38] Az „urtümliches Bild” forrása Jacob Burckhardt. Őt Jung itt így citálja: „Faust ugyanis valódi és igaz mítosz, azaz nagy őseredeti kép, amelyben mindenkinek a maga módján újra kell sejtenie a maga lényegét és sorsát.”[39] Vagy ahogyan majd a *Tudattalan pszichológiájáról*-ban írja: „A személyes emlékeken kívül mindenkiben adva vannak a nagy, ősi képek, ahogy Jakob Burckhardt egyszer találóan megfogalmazta: az emberi elképzelés örökölt lehetőségei arról, ami ősidők óta mindig

---

51. o.) Könyve bevezető fejezeteiben Jacobi lenyűgözően vázolja a képi ábrázolás pszichológiáját, középkori történetét, de őstörténetét úgyszintén, utóbbihoz megjegyezve: „A fogalom-előtti nyelv, amely képekben fejeződött ki, már évezredekkel ezelőtt a primitívek nyelve volt. Sziklarajzok és mítoszok tudósítanak bennünket erről” (uo. 28. és 30. o.). Ősi sziklarajzok képeivel indít Theodor Abt *Introduction to Picture Interpretation:According to C. G. Jung* című könyve is (Zurich: Living Human Heritage Publications, 2005). Képfilozófiai és kép-pszichológiai bevezetőt ad. „Velünkszületett képességünk”, írja a 17. o.-n, „hogy olvasni tudjuk a képeket. A kisgyermek és anyja megértik egymást a testbeszéd segítségével, amely nem más, mint a képek nyelve. És minden gyermek természetes örömforrása, szüksége lete és képessége, hogy rajzoljon és fessen.” Megjegyzem mindazonáltal, hogy Abt könyvének fő fejezetei voltaképpen jungiánus rajztanárokhoz szólnak, olyan rajztanárokhoz, akik járatosak Jung személyiségtipológiájának részleteiben.

[36] Ld. fentebb, 29-es jegyzet. A vonatkozó bekezdés: „A kollektív tudattalan legfontosabb tartalmainak az ’ősi képek’ tűnnek, vagyis a tudattalan kollektív ideák és életösztönök (mitikus gondolkodás és élet.)” („A tudattalan szerkezete”, ÖM 7-es kötet, 297. o.)

[37] „Und die seltenste Form bewahrt im geheimen das Urbild”, hangzik Goethe „Metamorphose der Tiere” c. tanköltemények ismert sora.

[38] Vö. pl. Nietzsche, *Die Geburt der Tragödie* (A tragédia születése, 1872), 8. szakasz: A görögök számára a *szatír* „az ember ősképe volt” („war das Urbild des Menschen”). Nietzsche Jungra gyakorolt hatását kiválóan elemzi Paul Bishop, *The Dionysian Self: C. G. Jung’s Reception of Friedrich Nietzsche*, Berlin – New York: Walter de Gruyter, 1995.

[39] C. G. Jung, *Wandlungen und Symbole der Libido*, Leipzig – Wien: Franz Deuticke, 1912, 35. o., 1-es jegyzet.

is volt. Ennek örökletes volta", teszi még hozzá Jung, „magyarázza meg azt az alapjában véve különös jelenséget, hogy bizonyos mondatémák és motívumok az egész Földön azonos formákban ismétlődnek. Azonkívül azt is megmagyarázza, hogy miért reprodukálhatják az elmebetegek pontosan ugyanazokat a képeket és összefüggéseket, amelyeket már régi szövegekből is ismerünk."[40]

Vegyük észre, hogy sem az „őskép", sem az „őseredeti kép" Jung által átvett kifejezései alapvetően nem vizuális képekre utalnak. Ehhez képest a *Wandlungen*-ban kétségkívül megjelennek vizuális sugallatok, már eleve abban az értelemben is, hogy ez a könyv – mint korábban említettem[41] – illusztrációkat is tartalmaz: az első, a 196. oldalon, Jung által későrómai feliratok nyomán készített, sajátos szimbólumokat ábrázoló rajzsor, a második, a 231. oldalon, egy Mithrász-dombormű fényképe, majd a 411. oldalig bezárólag még hét illusztráció következik. Ám összpontosítsunk most a szöveges tartalomra. A könyv egyik nyitógondolata a nyelvkeletkezés kérdésével kapcsolatos. „A nyelvet", írja Jung, „tágabb terjedelemben kell felfognunk, mint pl. a beszédet, mely utóbbi csupán a megfogalmazott, a közlésre a legszélesebb értelemben alkalmas gondolat folyománya. Hiszen különben a süketnémának a maga gondolkodóképességében rendkívül korlátozottnak kellene lennie, ami pedig nem áll fenn. A beszéd ismerete nélkül is megvan a saját 'nyelve'."[42] Mármost a siketek „saját" nyelve, amint ezzel Jung természetesen tisztában volt, *képnyelv*: arcjáték- és taglejtésnyelv.[43] Röviddel később James-hivatkozás kö-

[40] ÖM 7-es kötet, 67. o.
[41] Ld. jelen referátum, fentebb 7. o.
[42] *Wandlungen*…, 13. sk. o.
[43] Jung az imént idézett passzust közvetlenül követően Wilhelm Wundt *Grundriß der Psychologie* c. munkája 1902-es kiadásának (Leipzig: Wilhelm Engelmann) 365. oldalára hivatkozik, arra a bekezdésre, ahol Wundt a szavak nyelvfejlődés során konkréttól elvont irányba végbemenő jelentésváltozását érinti. Három oldallal korábban Wundt siket gyermekekről ír, olyanokról, „akik célzott oktatás nélkül nőnek fel, de akik között mégis eleven szellemi kapcsolat alakulhat ki. Ez azonban, mivel a süketnéma kizárólag *látott* jelekre van utalva, jelentésteli kifejező mozdulatokból összetevődő természetes *taglejtésnyelv* kialakulásán alapszik. Az érzelmeket itt általában mimikus, a megjelenítéseket [die Vorstellungen] pantomimikus jelek fejezik ki, midőn a süketnéma ujjával a gondolt tárgyakra [die Vor-

vetkezik, Jung a *Psychology: Briefer Course* 1909-ben megjelent német fordításából idéz: „Gondolkodásunk nagyrészt képek sorozataiból áll, ahol egyik a másikhoz vezet, egyfajta önkéntelen álmodozásként…”[44] Jung hozzáteszi: „Itt megszűnik a nyelvi formában történő gondolkodás, kép képre tolul, érzés érzésre… Az ilyen gondolkodás anyaga … természetesen csak a múlt lehet, a maga ezer emlékezeti képével.”[45]

Mármost a nappali álmodozás – a fantázia – és az éjszakai álom közötti határvonal, fejtegeti azután Jung, szinte elmosódik. Ez a fejtegetés vezet el a *Wandlungen* első Nietzsche-idézeteihez – és a háttérben a kollektív tudattalan mint az őstörténet őrzője fogalmához. *Menschliches, Allzumenschliches* című, először 1878-ban megjelent művében írta Nietzsche: „ahogy az ember ma az álomban következtet, úgy következtetett az emberiség *éber állapotban is* sok-sok évezreden át… Az álomban az emberiségnek … ősrégi lényege munkál bennünk továbbra is, mert ez az alap, amelyen a fejlettebb értelem kialakult, és minden emberben alakul még ma is. Az álom visszavisz minket az emberi kultúra régmúlt korszakaiba, és eszközt ad kezünkbe e korszakok jobb megértéséhez.”[46] Egész életünket végigkíséri, írja Jung, egyfajta fantáziáló gondolkodás, amely „az ókornak és a barbár kornak felel meg. … szellemünk, noha látszólag túlhaladta ama archaikus ösztönirányokat, még mindig hordozza a megtett fejlődési út jegyeit, és legalább fantáziákban, az ősrégit álmodva, megismétli azt. … a lélek”, olvassuk néhány bekezdéssel lejjebb, „történeti rétegződést mutat, aholis a legrégebbi rétegek a tudattalannak látszanak

---

stellungsobjecte] mutat, vagy az elgondoltnak [der Vorstellung] hozzávetőleges képét a levegőbe rajzolja.” A taglejtésnyelv témáját Wundt igen részletesen tárgyalja *Völkerpsychologie* című munkájának első kötetében (*Die Sprache*, Leipzig: Wilhelm Engelmann, 1900), idézem ezt a munkát „Arcjáték és gesztus: Konzervatív nyelvfilozófiai kísérlet” című esszémben (*Korunk*, 2016. ápr.).

[44] William James, *Psychologie*, fordította Marie Dürr, Leipzig: Quelle & Meyer, 352. o.

[45] *Wandlungen*…, 18. sk. o.

[46] *Emberi – túlságosan is emberi*, fordította Romhányi Török Gábor, Szeged: Szukits Könyvkiadó, 2000, 22. o., a fordításban néhány szót megváltoztattam, az idézet a *Wandlungen* 25. o.-n szerepel.

megfelelni."[47] Itt szükségképpen nem a személyes, hanem a kollektív tudattalanról van szó, melynek tartalmát az ősképek alkotják.

Alapvető őskép az *anya* ősképe, „az anya 'nagy, őseredeti képe', azé, aki előbb egyetlen világunkat jelentette számunkra, és utóbb az egész világ szimbólumává vált".[48] Ahogyan Jung majd az 1916-os zürichi előadásban fogalmaz: „mindenkivel vele születik 'az anya utáni vágy', visszatekintésként arra a forrásra, melyből egykor létrejöttünk".[49] Ez a formula megismétlődik az előadás 1928-as bővített változatában,[50] ott a hangsúly azonban a *nő* ősképére kerül:

> a férfi egész lénye feltételezi a nőt, úgy testileg, mint lelkileg. Rendszere a priori módon a nőre hangolt… És ugyanígy a szülők, a nő, a születés és a halál veleszületett mint virtuális kép, mint pszichés készültség. Ezek az a priori jellegű kategóriák természetesen kollektív természetűek, a szülők, a nő és a gyermekek képei általában… Így ezeket a képeket tartalmatlanoknak, és ezért tudattalanoknak kell gondolnunk. Tartalmat, befolyást és végül tudatosságot csak azáltal nyernek, hogy empirikus tényekkel találkoznak, melyek a tudattalan készenlétet megérintik, és életre keltik. … – A férfi tudattalanjában megtalálható a nő öröklött kollektív képe, melynek segítségével megragadja a nő lényegét.[51]

Feltűnő, hogy szemben a *Wandlungen*-ban fel-felcsillanó vizuális értelmezéssel, az ősképeknek Jung ehelyütt már egyáltalán nem tulajdonít látványjelleget. Az őskép pusztán „virtuális" kép, *tartalmatlan*, tudattalan, csupán „készültség". Elérkeztünk Jung tényleges archetípus-fogalmához.

Az „archetípus" kifejezést Jung „Instinct and the Unconscious" című, 1919-ben Londonban tartott előadásában használta először, maga a kifejezés történetileg az ókorig nyúlik vissza. Az előadás első per-

---

[47] *Wandlungen*…, 30. és 32. o.
[48] Uo. 245. o.
[49] ÖM 7-es kötet, 282. o.
[50] Uo. 160. o., a bővített változat adataira vonatkozóan ld. fentebb, 29-es jegyzet.
[51] Uo. 181. o., a fordításhoz képest néhány helyet módosítottam.

ceiben/lapjain, a címnek megfelelően, Jung az ösztönök és a tudattalan kapcsolatáról beszél, majd a vonatkozó terminust, mint mindjárt látni fogjuk, egyfajta váratlansággal vezeti be:

> a tudattalan a befogadója minden elveszett emléknek, és mindama tartalmaknak, amelyek még túl gyengék ahhoz, hogy tudatossá váljanak. … a tudattalan fontos részét képezik a fájdalmas és összeférhetetlen gondolatok és érzések szándékos elfojtásai. A most említett tartalmak egészére a „személyes tudattalan" megjelölést alkalmazom. Ez az egyéni élet során megszerzettek foglalata, szemben a tudattalan egy másik rétegével vagy formájával, amely az örökölt, nem pedig elsajátított, „egyénfeletti" vonásokat tartalmazza, ilyenek például az ösztönök, azaz tudatos indíték nélküli cselekvési indíttatások. Továbbá ebben a rétegben fedezzük fel a megragadás-fölfogás eleve-létező formáit, avagy az intuíció velünkszületett feltételeit, vagyis a megértő észlelés „archetípusait", amelyek minden tapasztalat *a priori* meghatározó alkotóelemei. Épp ahogyan az ösztönök az embert arra kényszerítik, hogy sajátosan emberi életet éljen, úgy kényszerítik *a priori* az archetípusok vagy kategóriák az intuíciót és megragadást-fölfogást sajátosan emberi formákba. Az olyan öröklött lelki vonásoknak mint az ösztönöknek és a megragadás-fölfogás archetípusainak összességét a „kollektív tudattalan" terminussal javaslom jelölni. „Kollektív"-nak nevezem, mivel nem szórványosan előforduló egyedi tartalmakkal, hanem egyforma és általános vonásokkal bír.[52]

[52] „Instinct and the Unconscious", *British Journal of Psychology*, X. köt., I. sz. (1919), újra megjelentetve Jung *Contributions to Analytical Psychology* című kötetében (International Library of Psychology, Philosophy and Scientific Method), fordította H. G. Baynes és Cary F. Baynes, London: Kegan Paul, Trench, Trubner & Co., 1928, újranyomtatva 1942, 275. sk. o. – A némileg kantiánus terminológiát visszhangzó szövegben az „apprehension" kifejezést fordítottam „megragadás-fölfogás"-nak, az „apperception" kifejezést „megértő észlelés"-nek. A vonatkozó szövegrészek az angol eredetiben: „we discover the pre-existent forms of apprehension, or the congenital conditions of intuition, viz. the 'archetypes' of apperception… … compel intuition and apprehension to forms specifically human. … psychic qualities as instincts and archetypes of apprehension… … The archetypes of apprehension…"

Az ösztönök és az archetípusok problémája, folytatja Jung, alapjában véve egyazon probléma. És fel kell tennünk a kérdést, írja, hogy vajon az ember a megragadás-fölfogás archetípusainak csupán néhány, avagy éppenséggel számos őseredeti formájával bír? A választ Jung számára Platón filozófiája, jelesül az idea-elmélet adja meg.[53] A platóni idea-fogalom kétértelmű, amennyiben egyfelől képszerűséget sugall – *eidos*, alak, forma –, másfelől az *idéa*, alapmeghatározása szerint, nem az érzékelhető világ része. Hasonlóan kétértelmű Jung archetípus (= őskép[54]) fogalma; az archetípus nem kép, hanem tudattalan készenlét arra,[55] hogy tudatos – akár vizuális – tartalommal telítődjék. A jungi filozófiatörténeti rekonstrukció végül Platóntól Kantig vezet. Kant szerint a valóságról önmagában semmilyen szemléletes ismeretünk nincs, ilyen ismeretekre egyáltalán csak tudatunk közreműködésével tehetünk szert. Az idea-tan és a saját törekvései közötti részleges párhuzamra már Kant maga felhívta a figyelmet,[56] ezt a párhuzamot használta ki Jung a londoni előadásban – és azt követően az archetípusokról szóló írásaiban vissza-visszatérőleg.

Röviden idézek „A kollektív tudattalan archetípusairól" című 1934/1954-es tanulmányból.[57] „Az 'archetípus'", fogalmaz itt Jung, „a platóni εἶδος magyarázó körülírása. Céljaink szempontjából azért találó és hasznos ez a megjelölés, mert azt közvetíti, hogy a kollektív tudattalan tartalmai esetében réges-régi vagy – még pontosabban – ősi típusokról, vagyis időtlen idők óta meglévő általános képekről van szó. … Az archetípus lényegében olyan tudattalan tartalmat jelenít meg, amely megváltozik, amint tudatosul…" Ide Jung még jegyzetet fűz: „A pontosság kedvéért meg kell különböztetnünk egymástól az 'archetípus'-t és az 'archetipikus elképzelések'-et [archetypische Vorstellungen]. Az archetípus önmagában hipotetikus, nem szemléle-

[53] „Instinct and the Unconscious", 278. sk. o.
[54] Az „Instinct and the Unconscious" 280. oldalán is így szerepel: „the archetype, the primordial image".
[55] Vö. jelen referátum, fentebb 18. o.
[56] Vö. Immanuel Kant, *Kritik der reinen Vernunft* (A tiszta ész kritikája, 1781 [A] és 1787 [B]), ld. különösen A 313 / B 370: „Die Ideen sind bei [Plato] Urbilder der Dinge selbst" („Az ideák [Platónnál] a dolgoknak maguknak ősképei").
[57] Ld. jelen referátum, fentebb 1-es jegyzet.

tes minta…”[58] 1938/1954-ből származik azután Jung „Az anyaarchetípus lélektani aspektusai” című írása, amelyből úgyszintén idézni szeretnék. „A letűnt korokban”, olvassuk itt, „nem volt nehéz megérteni Platón vélekedését, mely szerint az idea minden jelenség létét megelőzve … létezik. Az ’archetípus’ mármost nem más, mint egy már az ókorban is használt kifejezés, amely a platóni értelemben vett ’idea’ szinonímája. … Napjainkban … Kant kategóriatana az, amely … előkészíti a talajt a platóni szellem újjászületése számára…”[59] Majd Jung így folytatja: „Újra meg újra találkozom azzal a félreértéssel, hogy az archetípusok tartalmilag meghatározottak, vagyis valamiféle tudattalan ’elképzelések’. Ezért ismét ki kell emelnem, hogy az archetípusok nem tartalmilag, hanem csupán formailag meghatározottak, és így is csak nagyon feltételes módon. Tartalmilag csak akkor meghatározott igazolhatóan egy őskép, ha tudatos, és ezért a tudatos tapasztalat anyaga tölti ki.”[60]

3. A Jung-kifestőkönyv

Jung 1961-ben elhúnyt, de a halálát követő három évben két olyan – hamarosan igen híressé vált – kötet is megjelent, amely címlapján az ő nevét viseli: az Aniela Jaffé által 1962-ben szerkesztett *Emlékek, álmok, gondolatok*,[61] ennek angol fordítása már 1963-ban napvilágot látott és azóta számtalan kiadást megért; továbbá az 1964-ben kiadásra került *Az ember és szimbólumai*.[62] Az *Emlékek* bevezetésében Jaf-

[58] ÖM 9/I-es kötet, 12. sk. o. A szövegrészletet a magyar fordításhoz képest néhány helyen módosítottam, többek között „körülírás”-ra változtattam a félrevezető ’”átírás”-t, „elképzelések”-re a „képzetek”-et, és „nem szemléletes”-re a téves „nem nyilvánvaló”-t.

[59] „Die psychologischen Aspekte des Mutterarchetypus” („Az anyaarchetípus lélektani aspektusai” (ÖM 9/I), 85. sk. o.

[60] Uo. 89. o. Ezt a szövegrészletet és a megelőzőt a magyar fordításhoz képest néhány helyen módosítottam.

[61] Ld. fentebb, 4-es és 21-es jegyzet.

[62] *Man and his Symbols*, a címlap és az impresszum szerint a kötet (első) szerkesztője (és megtervezője) Carl G. Jung, annak halála után pedig – John Freeman közreműködésével – Marie-Louise von Franz (magyar fordítás: Budapest: Göncöl

fé azt írja, hogy a könyvet Jung „nem tekintette tudományos műnek, még csak a tulajdon könyvének sem, hanem szóban és írásban egyaránt csak mint ‘Aniela Jaffé vállalkozását’ emlegette, amelyben ő legföljebb közreműködött. Kívánságának megfelelően nem is kerül bele az *Összes művek* sorozatába.”[63] Jaffé közlése szerint

> Jung átolvasta és jóváhagyta a kéziratot. Itt-ott javítgatott és kiegészítéseket javasolt vagy iktatott be. Én viszont az általa írt fejezeteket egészítettem ki beszélgetéseink jegyzeteiből, kidolgoztam gyakran csak címszószerű utalásait és kiirtottam az ismétléseket. Minél inkább előrehaladtuk a könyvvel, annál erőteljesebben ötvöződött eggyé a kettőnk munkája.[64]

Amit az *Emlékek* olvasója a kezében tart, az tehát – az egyesszám első személyben történő elbeszélésmód dacára – életrajz, nem pedig önéletrajz. A művelt köztudatban Jungról élő kép mindenesetre tetemes mértékben a Jaffé által megfestetten alapszik. Így az a kép is, amellyel Jung 1913 és 1918 közötti időszakáról rendelkezünk. Jungot fantáziáktól felbolygatott érzelmek gyötörték, azonban, mint a beszámoló hangzik,

> [a]milyen mértékben sikerült az emóciókat lefordítanom a képek nyelvére, vagyis megtalálnom a mélyükön rejlő képeket, úgy következett be fokozatosan a belső megnyugvás. Ha meghagyom őket emócióknak, minden bizonnyal összetörtem volna a tudattalan tartalmainak súlya alatt. … meg kellett kockáztatnom, hogy úrrá legyek ezeken a képeken.[65]

Néhány oldallal később pedig:

Kiadó, 1993). Nem említem itt az 1961 óta megjelentetett olyan köteteket, amelyek ténylegesen a korábbi életmű alapján összeállított válogatások, és természetesen nem számítom ide a CW-t, GW-t és ÖM-et.

[63] *Emlékek…*, 9. o.

[64] Uo. 7. o.

[65] Uo. 218. sk. o.

> Ma már közvetlenül tudatosodnak bennem az ideák, mert megtanultam a tudattalan tartalmakat elfogadni és megérteni. Tudom, miként kell viselkednem a belső képekkel szemben. … A fantáziákat, amelyek akkoriban bukkantak fel bennem, először a „Fekete könyv"-be írtam be, később átírtam őket a „Vörös könyv"-be, amelyeket képekkel díszítettem.[66] Ebben van mandala-rajzaim többsége. A „Vörös könyv"-vel reménytelen kísérletet tettem fantáziáim esztétikai kidolgozására, amit soha nem fejeztem be.[67]

A „Vörös könyv"-ben szereplő egyik képet fentebb bevezetésképp már közreadtam,[68] a könyv néhány lapját kisvártatva, referátumom végéhez közeledve, részletesebben is bemutatom, most azonban egyetlen mozzanat erejéig hadd maradjak még az *Emlékek*-nél. Ez a mozzanat: Jung felgyógyulása, 1913 körül kezdődött neurózisából. Fantáziákkal telt életszakasza során, közli Jaffé, „családja és hivatása" Jung számára „mindig boldogító realitást jelentett" és úgymond „garanciát arra, hogy normális módon és valóságosan" létezik.[69] A „sötétségből" azonban csak 1918–1919-ben került ki: „minden reggel felvázoltam a noteszomba egy kis kör alakú rajzot, egy mandalát, amely az éppen adott belső szituációmnak szerintem leginkább megfelelt. A képek révén azután napról napra megfigyelhettem a lelki változásokat."[70] Ezek a változások a „mély-önmagunk" fogalmához vezették el Jungot,[71] s végül ennek a fogalomnak a megalkotása és átélése hozta el számára, ahogyan az *Emlékek*-ben áll, a pszichikai felszabadulást.

---

[66] Ehhez a helyhez Jaffé jegyzetet fűzött: „A 'Fekete könyv' fekete bőrbe kötött hat kisebb kötetet tartalmaz, a 'Vörös könyv' egy piros bőrkötésű fólió kötet, ugyanezeket a fantáziákat foglalja magában, kidolgozott formában és stílusban, kalligrafikus gót betűkkel, akárcsak a középkori kéziratos művek." (Uo. 231. o.)
[67] 230. sk. o.
[68] Ld. 4. o.
[69] Vö. *Emlékek*…, 232. sk. o.
[70] Uo. 239. o.
[71] Vö. fentebb a jelen referátum 4-es jegyzetéhez tartozó idézettel.

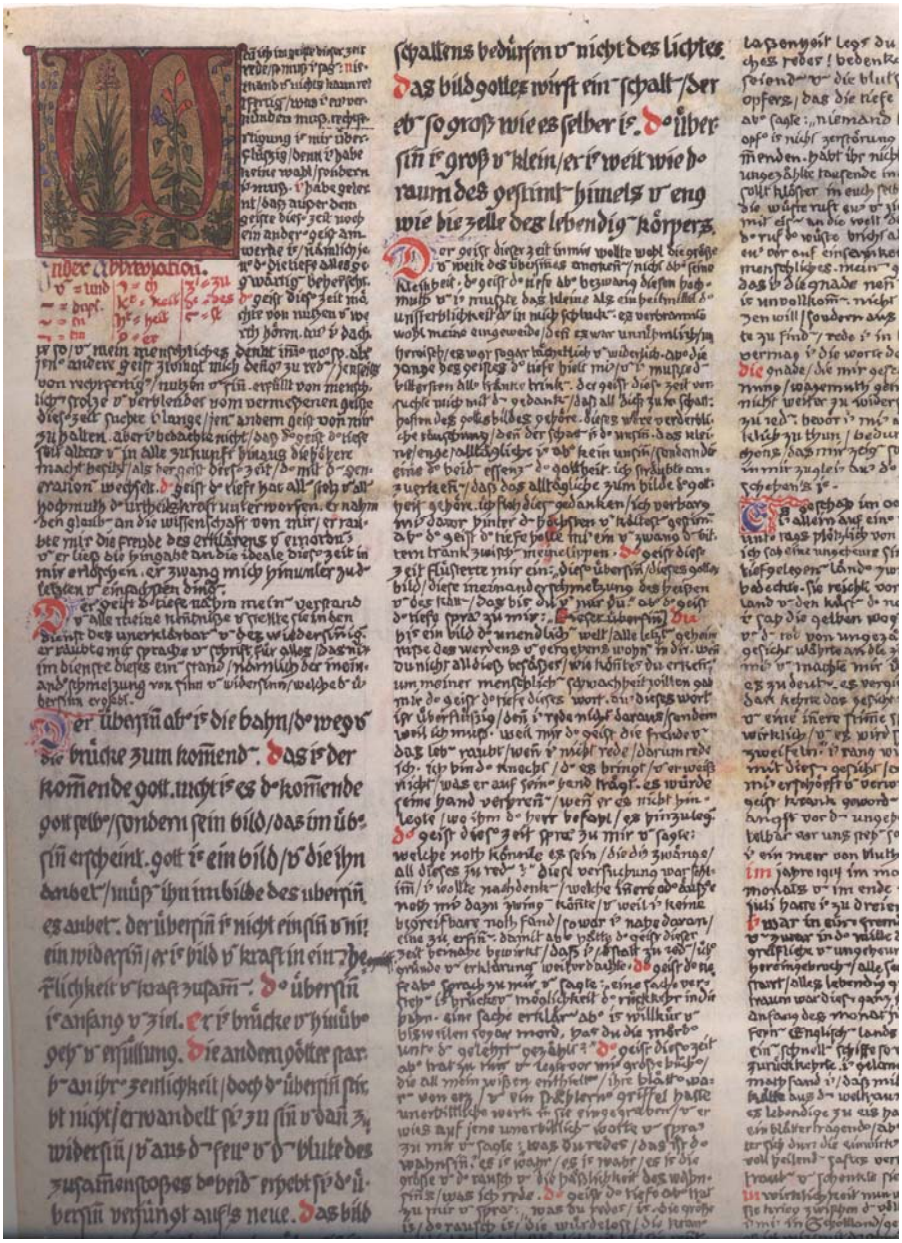
Az ember és szimbólumai kötet[72] sikeres médiaeseményből nőtt ki, és mint nagy példányszámokban eladott könyv maga is a médiatörténelem sikeres részévé lett. 1959 tavaszán a BBC megbízásából John Freeman interjút készített az idős Junggal annak zürichi kertvárosi otthonában, a filmet levetítették és az széles körökben tetszést aratott. Ennek nyomán, némi rábeszélés után, Jung beleegyezett, hogy résztvegyen egy kifejezetten a nagyközönséghez szóló, népszerűsítő kötet összeállításában. Az egyes fejezetek szerzőit legszűkebb baráti-kollegiális köréből választotta, ő hagyta jóvá – Freeman elmondása szerint – a szerzők tervezeteit, és ő írta, eleve angolul, az első – igen hosszú – fejezetet, amelyet napokkal halála előtt, 1961 júniusában zárt le. Freeman – úgymond az egyszerű olvasó szempontjait képviselve – Jung szövegét azután „a közérthetőséget kimunkáló, meglehetősen kiterjedt"[73] szerkesztésnek vetette alá. A fejezet valóban jól olvasható; ám – közvetlenül jelen referátumom témájánál maradva –, amikor mondjuk ilyenfajta érdekes megfogalmazásba ütközünk: „Az archetípusok egy időben: képek és érzelmek",[74] akkor persze szeretnénk tudni, hogy a megfogalmazás kitől ered: Jung-tól, Freeman-től, esetleg Marie-Louise von Franz-tól?

A „Vörös könyv" valamikori megjelentetésének gondolatát az 1920-as években Jung nem zárta ki, beszélgetett erről hozzá közel állókkal, egy követőjét másolat készítésére is megkérte,[75] ám végül ezt a különös kódexet nem fejezte be. Sok évtized elmúltával, az 1970-es esztendőkben, a Jung-hagyaték birtokosainak/gondozóinak/kihasználóinak köréből már nyilvánosságra került a kézirat néhány illusztrációja. Még húsz év telt el, és 1997-ben mind Marie-Louise von Franz, mind a Jung-kutató Sonu Shamdasani bemutatta a kódex egy-egy átiratát Jung örököseinek, akik végül 2000-ben Shamdasani-t megbízták a publikáció előkészítésével. A 2009-ben megjelent kötet első lapjá-

[72] Ld. fentebb, 61-es jegyzet.
[73] *Az ember és szimbólumai*, 12. o. (John Freeman, „Előszó").
[74] Uo. 97. o. (C. G. Jung, „A tudattalan megközelítése").
[75] C. G. Jung, *The Red Book: Liber Novus*, ed. by Sonu Shamdasani, New York – London: W. W. Norton & Co., 2009, a szerkesztő utószava, 212. o.

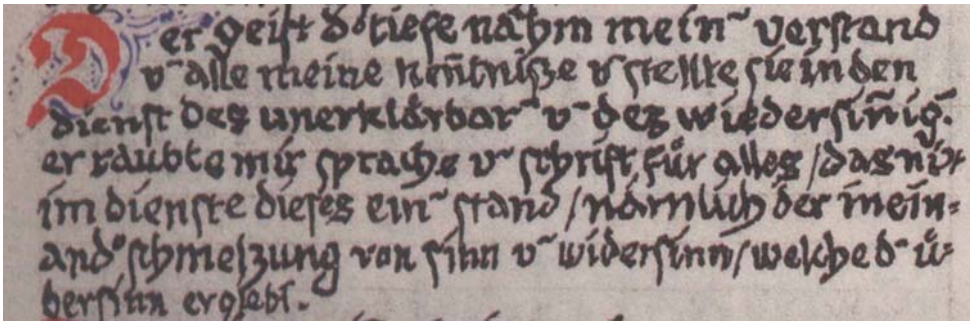
nak elülső (recto) és hátulsó (verso) oldalát itt szkennelve bemutatom, a szöveg néhány sorát magyar fordításban közölve.

The Red Book, *1. lap recto. Az Első Könyv címe: „Der weg des komenden" („Az eljövendő útja")*

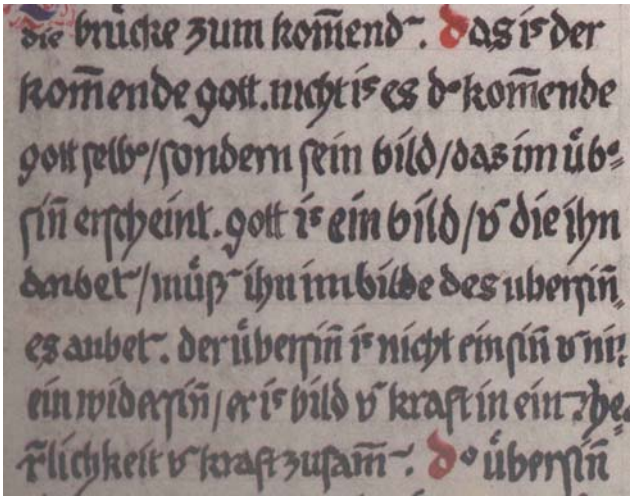


The Red Book, *1. lap verso*

„Wenn ich im geiste dieser Zeit rede” („ha ennek a kornak a szellemében beszélek”) … „i habe gelernt daß außer dem geiste dieser zeit noch ein anderer geist am werke ist nämlich jener der die tiefe alles gegenwärtigen beherrscht.” („megtanultam hogy ennek a kornak a szellemén kívül egy másik szellem is munkál nevezetesen az amely minden jelenleginek mélyét uralmában tartja.”)
The Red Book*, 1. lap verso (az oldal első sorai kinagyítva)*



„Der geist der tiefe nahm meinen verstand und alle meine kenntniße und stellte sie in den dienst des unerklärbaren und des widersinnigen. er räubte mir sprache und schrift, für alles das nicht im dienste dieses einen stand nämlich der … schmelzung von sinn und widersinn welches übersinn ergiebt. („A mélység szelleme elvette értelmemet és minden ismeretemet és a megmagyarázhatatlannak és értelmetlennek szolgálatába állította. elrabolta tőlem a beszédet és az írást, mindarra ami nem ennek az egynek a szolgálatában állt, nevezetesen összeolvasztása az értelmesnek és értelmetlennek ami az értelemfölöttit adja.”) The Red Book*, 1. lap verso (az oldal néhány további sora kinagyítva)*



„das ist der kommende gott. nicht ist es der kommende gott selbst sondern sein bild das im übersinn erscheint. gott ist ein bild und die ihn anbeten müßen ihn im bilde des übersinnes anbeten. der übersinn ist nicht ein sinn und nicht ein widersinn er ist bild und kraft in einem herrlichkeit und kraft zusammen.” („ez az eljövendő isten. nem az eljövendő isten maga hanem a képe amely az értelemfölöttiben jelenik meg. isten egy kép és aki imádja az értelemfölötti képében kell imádja. az értelemfölötti nem értelmes és nem értelmetlen, ő értelem és erő egyben, dicsőség és erő egyben.”) The Red Book*, uo.*

Ezeket a sorokat Jung 1914–1915-ben írta, amikor tehát az „archetípus” kifejezést még nem használta, de az azzal nála azonos értelmű „őskép” kifejezést már igen.[76] Ha Jung most úgy fogalmaz, hogy isten „kép”, nyilván arra gondol, sajátos világnézetével teljes összhangban, hogy isten *őskép*. Van-e az ősképnek, az archetípusnak – tettem fel referátumom bevezetéseképp a kérdést – valóban képi, azaz vizuális dimenziója? Jung válasza, mint láttuk, nemleges: az archetípus a tudatos-tartalmi megragadás-fölfogás meghatározott mintájú őseredeti lehetőségét jelenti, önmagában azonban tartalmatlan.[77] Jung egyik megkapó metaforája az úgymond mindannyiunkban lakozó „kétmillió éves ember”.[78] Ez a metafora akár azt a hipotézist is kifejezhetné, hogy az emberréválás-emberlét többmillió éve során olyan motorikus-vizuális tapasztalatok rögzültek bennünk, amelyek megfelelő helyzetben egyedi belső-mentális képekként aktivizálódnak. És valóban, az oly sokszor idézett Jung-passzus: „az emberi elképzelés örökölt lehetőségei arról, ami ősidők óta mindig is volt”[79], 1916 decemberében még így hangzott: „die potentiell in der Hirnstruktur vererbten Möglichkeiten menschlichen Vorstellens, wie es von jeher war”[80], vagyis „az emberi elképzelés potenciálisan az agyszerkezetben örökölt lehetőségei arról, ami ősidők óta mindig is volt”.

Ebben az 1916. decemberi keltezésű kötetben az “agy” – *Gehirn* – szó az “agyszerkezet” kifejezésen túl még négyszer fordul elő, az 1925-ös kiadásban a vonatkozó szövegrészek változatlanul ott szerepelnek, 1942-re azonban egy kivételével[81] elenyésznek. Valóságos

[76] Ld. jelen referátum, fentebb 16–19. o.
[77] Ld. fentebb különösen a 19–21. oldalakat.
[78] Vö. C. G. Jung, *Psychological Reflections: A New Anthology of his Writings 1905–1961*, válogatta és szerkesztette Jolande Jacobi, London: Routledge & Kegan Paul, 1971, 76. o. Az összeállítás eredetileg németül jelent meg: *Psychologische Betrachtungen*, Zürich: Rascher Verlag, 1945.
[79] Ld. jelen referátum, fentebb 15. sk. o.
[80] *Die Psychologie der unbewussten Prozesse*, 85. o. (a részletes könyvészeti adatokhoz ld. jelen referátum, fentebb 6. o.).
[81] A kivétel: „Diese Idee ist also dem menschlichen Gehirn seit Aeonen eingeprägt” (1917-es kiad. 90. o.; 1925-ös kiad. 101. o.; 1942-es előszóval keltezett kiad. 125. o.). Az 1944-ben készült magyar fordítás itt sajnos félresiklott: “Ez az idea tehát örök időktől fogva rányomta bélyegét az emberi gondolkodásra” – vagyis a

drámának vagyunk tanúi: látjuk, ahogyan Jung egy fiziológiailag legalábbis elvben ellenőrizhető elmélet kidolgozásától fokozatosan az inkább csak átélhető fogalomköltészet felé veszi útját. 1916-ban még az agy által a világ folyamatait befogadott képekről ír, és arról, hogy "[a]z agyban rögzített képek a pszichológiai történések viszonylag hű leképezései"[82]. 1942-re már nem az agy, hanem a „lélek" él meg képeket.[83] 1916-ban Jung még úgy fogalmaz, hogy „a számolatlan évezredek tapasztalatainak bölcsességét" az „emberi agy" őrzi,[84] 1942-re ama bölcsességet már úgymond az archetípusok rejtik magukba.[85]

Azáltal, hogy Jung eltávolodott a biológiai-pszichológiai szemléletmódtól, s ehelyett – 1916-tal kezdődően – a „Selbst" meglehetősen misztikus fogalmát helyezte elméletének középpontjába,[86] voltaképpen elvesztette annak esélyét, hogy az ősképekhez valamilyen megfogható fiziológiai hordozót társítson. Az ősképek problémájával mint létező tudományos problémával végülis nem tudott megbirkózni. Ám azzal, hogy egész élete során szenvedélyesen érdeklődött a képiség iránt, rajzolt, festett, szobrokat formált, képekkel gyógyította önmagát és betegeit, s hogy a *Red Book*-ot oly gazdagon ellátta illusztrációkkal, iniciáléktól mandalákig és fantáziafestményekig, közvetve a huszadik-huszonegyedik század képi fordulatának egyik hatásos szereplőjévé vált. Filozófiatörténeti befolyása is számottevő, bár többnyire inkább rejtett, mint nyílt. Jelen referátum szerzője számára például érdekfeszítő kérdés, hogy hatott-e Jung a múlt század egyik

---

hazai olvasó azóta sem tudhatta meg (vö. ÖM 7-es kötet, 70. o.), hogy legalább ezen a helyen Jung az „agy" szót használta.

[82] „Ablauf der Bilder, die das Gehirn vom Ablauf saekularer Prozesse empfing. … die im Gehirn niedergelegten Bilder [sind] relativ getreue Abbilder der psychischen Geschehnisse", jelzett kiad., 117. o.

[83] „Bilder, welche die Seele immer wieder aufs neue erlebt. … diese Bilder [sind] relativ getreue Abbildungen der psychischen Geschehnisse" (GW 7-es kötet, 102. o.).

[84] "[D]ie Weisheit der Erfahrung ungezählter Jahrtausende, welche niedergelegt ist in den Bahnen und Bahnungs-Möglichkeiten des menschlichen Gehirns", jelzett kiad., 132. o.

[85] "[D]ie Weisheit der Erfahrung ungezählter Jahrtausende, die in … archetypischen Strukturen niedergelegt ist" (GW 7-es kötet, 122. o.).

[86] Vö. jelen referátum, fentebb 13. sk. o.

kétségkívül meghatározó filozófusára, Martin Heidegger-re, közelebbről Heidegger 1938-ban tartott „A világkép kora" („Die Zeit des Weltbildes") című előadására. Néhány Jung-megfogalmazás: „a kollektív tudattalan egy olyan világ képe, amely ősidők óta alakul tapasztalatok lecsapódásából"[87]; a mély-önmagunk felé vezető úton személyiségünk „két világkép" erőtényezői közé ékelődik;[88] és egy skizofrén betegről beszámolva: „*a világ az ő képeskönyve, amelyben kedve szerint lapozhat*".[89] Hogy az ilyen megfogalmazások utalhatnak-e párhuzamokra Jung és Heidegger között, ahhoz persze a tágabb szövegösszefüggéseket kellene szemügyre vennünk, arról nem is beszélve, hogy meg kellene ismerkednünk Heidegger előadásának pontos gondolatmenetével. Ez a feladat azonban már egy másik referátumhoz vezetne át.[90]

[87] 1916-ban írva, vö. ÖM 7-es kötet, 92. o.
[88] 1928-ban írva, vö. ÖM 7-es kötet, 225. o.
[89] 1916-ban írva, 1928-ban átírva, vö. ÖM 7-es kötet, 136. sk. o. és 259. o.
[90] A feladattal időközben szembenéztem „A Note on C. G. Jung, Heidegger, and 'The Age of the World Picture' " című jegyzetemben, ld. https://www.academia.edu/42939334/Jung_and_Heidegger.

Fehér Csilla

Egy mandalafestő feljegyzései

2012-ben készítettem először mandalát. Egy nehéz életszakaszban mentem el egy tanfolyamra Paál Erika festő, oktatóhoz. Ekkor még semmit sem tudtam a mandalákról, csak vágytam egy kis elcsendesedésre és arra, hogy színekkel dolgozzak abban hideg téli sötét és nehéz időszakban. Ahogy festettünk, éreztem, hogy valami történik, valami változik bennem.

Tapasztalataim alapján mandalakészítés közben egy intenzív lelki folyamaton megy keresztül az ember, nevezhetem ezt a folyamatot akár egy érzelmi hullámvasúnak is.

Autodidakta módon fejlesztettem tovább magam, mert azt szerettem volna, hogy a mandala tanítson, vezessen. Idővel már kiállításokat is tartottam. Látván a képeimet, többen jelezték, hogy szeretnék megtanulni a selyem mandala festés technikáját. Ezért 2014 óta tartok kis csoportoknak tanfolyamot. Az így szerzett tapasztalataimat szeretném önökkel megosztani!

Maga a mandalakészítés egyfajta meditatív folyamat, én ezt egy éber meditációnak szoktam nevezni, ami nem egy gondolatmentes állapot, hanem inkább találkozás önmagunkkal, tapasztalataim alapján ez nem mindig könnyű, sokszor olyan érzelmi rétegeket érint, amikre tudatosan nincs rálátásunk. Különböző típusú mandalák vannak, én az úgy nevezett gyógyító mandalák festésével foglalkozom, amit selyemre festek.

Engem a mandalák elsősorban rugalmasságra és elfogadásra tanítottak. Régen nagyon merev voltam és mindennek úgy kellett történnie, ahogy én azt elgondoltam, akkor éreztem azt, hogy valamit tökéletesen megoldottam. Ahogy elkezdetem mandalákat festeni, kénytelen voltam ezeket a tulajdonságaimat elengedni, mert a festékek gyakran elfolynak, átmennek a kontúrvonalakon, ezáltal megdöntik az előre eltervezett színkombinációt, de a végeredmény mégis egy tökéletes remekmű, olyan színvilággal amilyennek lennie kell.

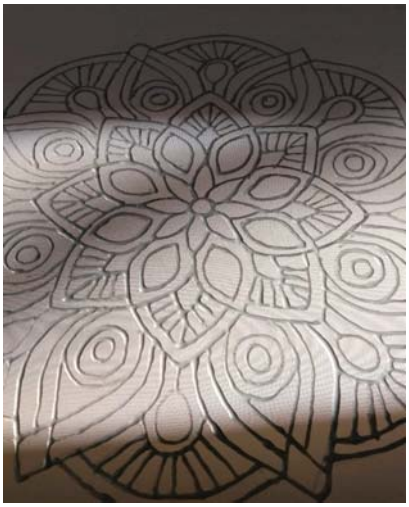
Egy mandalafestés 3 szakaszból áll. Az első szakasz, ami saját és a tanítványok tapasztalatai alapján is a legtöbb kellemetlen, negatív megélést hozza, az a kontúr elkészítése, amit egy rövid ráhangolódás előz meg: fizikai ellazulás, kellemes, nyugtató élmények képzeletbeli vizualizációja. A hangolódás elcsendesülést jelent, amire azért van szükség, mert a legtöbb ember, többek közt én is általában akkor fest mandalát amikor fásult, összeszedetlen stresszes az élete. A második szakasz maga a festés, ami már könnyedebb, de még mindig intenzív folyamatokkal jár. A harmadik szakasz a díszítés, amit a játékosság és a felszabadult kreativitás jellemez. A résztvevőknek tanácsként azt szoktam javasolni, hogy hagyják áramolni a gondolataikat, érzelmeiket a festés közben és ne akarják tudatosan keresni a miérteket, mert megfigyeléseim alapján ezek tudattalanul és sokszor megmagyarázhatatlanul jönnek. Azt is elmondom, hogy a kész mű mindig gyönyörű lesz, mert hajlamosak az emberek részleteiben nézni, a készítési folyamatoknak megfelelően, és általában egyből a hibákat keresik… valahogy az ember így működik. Az én módszerem az, hogy inkább kiemelem a jót, azt, amit jól csinálnak, mert ilyenkor fellelkesülnek és elkezdenek szebben festeni, megszűnik a kézremegés és magabiztosabbá válnak a festők.

Első szakasz: kontúrozás

■ bizonytalanság, félelem, görcsösség, düh

Nekem eleinte az iskolai vagy gyerekkori negatív élmények jutottak eszembe. A tanulóknak sokszor begörcsöl a kezük, nagyon mélyeket sóhajtoznak, és amikor esetleg félremegy a kontúr akkor félelemmel teli szemmel néznek rám, mintha valami bajt csináltak volna. pedig igazából nem tudnak elrontani semmit, mert az összkép teljesen szabályos és gyönyörű lesz. Ez egy csendes szakasz, amikor nem beszélgetünk, csak mindenki magába mélyedve dolgozik, itt még mindenki zárkózott. Magamon megfigyeltem, hogy ugyan túl vagyok már több mint 100 mandala elkészítésen, de néha még mindig egy-egy munkánál én is érzem a feszültséget ebben a szakaszban. Itt figyelhető meg

a legjobban az emberek maximalizmusa, problémamegoldó képessége és az, hogy mennyire hajlamosak az önbírálatra.



FELTÁRULNAK A BELSŐ FESZÜLTSÉGEK
ÉS A FELDOLGOZÁSRA VÁRÓ NEGATÍV ÉRZELMEK

Saját és a résztvevők tapasztalatai is azt igazolják, hogy nagyon megdöbbentően és kontrollálatlanul jönnek fel azok a dolgok, amiket kevésbé szeretünk magunkban, pl.: a saját rugalmatlanságom. Sok esetben ez testi tünetekkel is jár, legtöbbször fejfájás, hányinger, gyomszáji remegésre panaszkodnak a résztvevők.

Amikor kész a kontúr, ami kicsit olyan érzés mintha a saját személyiségünk kereteit festenénk meg, akkor jön egy erős megkönnyebbülés és egy picit nyíltabbá válunk… (vastagabb kontúrkészítés egy kicsit zártabb belső világot tükröz, ez a beszélgetés során ki is derül, stb.)

A mandalák általában szimmetrikusak, koncentrikusan vagy sugarasan kialakított minták, amikben szimbólumok is megjelenhetnek. Megfigyelhető, hogy hasonló problémákkal küzdő emberek hasonló mintákat választanak egymástól függetlenül, ők általában a nap folyamán közelebb is kerülnek egymáshoz, többet beszélgetnek.

Második szakasz: festés

A mások szakasz, ami kicsit olyan mintha életet adnánk a mandalának, amikor már a színekkel dolgozunk. Ez már egy sokkal oldottabb, könnyedebb folyamat. A kontúrozás után, ami sablon alapján történik, tehát követni kell a szabályokat, a festés egy szabadabb, áramlóbb hangulatot ad. Itt már beszélgetünk, nyitottabbak az emberek, elmesélik az előző rész nehézségeit és elkezdenek egymással is kommunikálni, de még mindig vezeti őket egy furcsa, általuk hozott szabály, hogy melyik szín melyikhez passzol. Ez a szakasz arról szól,

A SZÍNEKKEL VALÓ MUNKA SEGÍTI A BELSŐ HARMÓNIA, NYUGALOM ÉS FELSZABADULTSÁG MEGTEREMTÉSÉT

hogy kicsit hasonlóan a ma már az orvostudományban is használt színterápiához, olyan színeket használunk, ami segít számunkra a különböző problémáinkra megoldást találni, pl. a zöld nyugtat, a sárga energetizál, ezért azt kérem ilyenkor, hogy engedjék el, hogy mi mihez passzol és használjak azokat a színeket, ami belülről jön. Mindig belülről, a belső körből kifelé haladunk a festéssel. Az én rendszeremben a mandala belső része, ami mindenkinek más, az ént jelképezi, a külsőbb rész pedig a minket körülvevő univerzumot. A belső rész

festésekor arról szoktunk beszélgetni, hogy milyen jó érzés, hogy magával foglalkozhat az ember, csak befelé figyel mandalakészítés közben, mert a rohanó világban erre kevésbé van lehetőség és ilyenkor sok személyes igény fogalmazódik meg, pl. néha lelassulni, egy picit nem foglalkozni másokkal, nem folyamatosan az elvárásokat teljesíteni. Érdekes megfigyelni ezeket a beszélgetéseket, olyan mintha akkor kristályosodna ki, hogy mi az, ami örömet okoz saját magunknak, és ez döbbenettel tölti el az embert. A külső rész festésénél megint van egy csendesebb munka, ez a rész a környezetünket szimbolizálja, mondhatni a mindenséget ami körülvesz. Itt is megjelennek a belső körben használt színek, de sokan új színt is festenek és megmutatkozik, hogy ami belül van, az van kívül is és ettől szép az univerzumot tükröző mandala. Ekkor egy kis bizonytalanság jelenik meg a résztvevőkben, és ezt sokszor magamon is tapasztaltam. Azok a kérdések, hogy hogyan viszonyul hozzám a környezetem, hogy milyen energia megy ki és jön be, válnak aktuálissá.

Szoktam szülő–gyerekek festéseket is tartani. Megfigyeltem, hogy a gyereknél minden folyamat sokkal könnyedebb, áramlóbb. Náluk minden egyértelmű, nem kérdeznek, csak festenek teljes átéléssel. Egy mandala elkészítése kb. 8 órát vesz igénybe, de ez sem jelent számukra problémát, holott az iskolában még az a 45 perc is néha nehézkes. Még azok, a szülők által elevennek titulált és a figyelemzavaros gyerekek is szépen csendben élvezettel dolgoznak. Több szülőtől kaptam visszajelzést arra vonatkozóan, akár hetekig is a mandalafestést követően sokkal összeszedettebbek és nyugodtabbak a gyerekek.

Harmadik szakasz: díszítés

Ebben a szakaszban már mindenki kellemesen elfáradt, de mégis nagyon felszabadult, jókedvű, szabadon szárnyalhat a fantázia és úgyszólván feldíszítjük a mandalánkat, ami egy pontozásos technikával történik. A csoport felélénkül mint egy hangyaboly, cseverésznek és gyerekek is és a felnőttek is játékosan díszítgetik a művüket. Azon túl, hogy mosoly van arcokon, ez egy megkönnyebbült állapot, mint

TELJES KIBONTAKOZÁS
ÉS ÖNAZONOSSÁG MEGÉLÉSE

mikor egy hosszú útról tér vissza az ember kicsit másképp, mint ahogy nekiindult. Sokan arról számolnak be, hogy minden stressz eltűnt belőlük és nagyon nyugodtnak érzik magukat, mert ilyenkor már érezhető az a teljesség, amit a mandalafestés ad, feloldónak a félelmek és a szorongások. Van, aki megdöbbenve nézni a művét és elmondja, hogy ő határozott elképzelésekkel jött, hogy milyen mandalát fog festeni, és teljesen mást készített, vagy hogy ő azt hitte magáról, hogy akaratos és nem tűri a hibákat és itt rájött hogy ez nem is így van, csak ráhúzták ezt a „kabátot" és ő igazodott ehhez a viselkedésével. Ezek minden esetben pozitív csalódások önmagukkal szemben!

Volt egy számomra nagyon különleges, bírónőkből álló csoportom, akik barátnők voltak. Egy picit tartottam tőle, hogy ilyen felelősségteljes munkakört betöltő hölgyek hogy érezni magukat a festésen, de mindenki át tudta magát adni előbb vagy utóbb a festés által feljövő folyamatoknak. A díszítési szakaszban ők is felszabadulttá váltak, egészen annyira, hogy nem tudtuk abbahagyni a nevetést,

olyan jó hangulat kerekedett. Az egyik hölgy azzal a mondattal búcsúzott tőlem, hogy „ez felért egy pszichoterápiával”.

• EGYSÉGÉLMÉNY • FELSZABADULTSÁG • HARMÓNIA • NYUGALOM

Visszajelzések alapján általános tényként mondhatom, hogy a festést követő pár napban erőteljes fáradtságon kívül érezhető egyfajta változásérzés, amit sokan úgy magyaráznak, mintha összeállt volna egy másik rendszer, amin keresztül tudják szemlélni a problémákat, a reakciójukat és saját magukat. Egyrészt ehhez segítséget biztosít az elkészített mandala lelki támaszként, mert mint tudjuk, az embernek szüksége van kapaszkodókra, hogy biztonságban érezze magát a változáshoz és mivel a mandala ott van szem előtt ezért sarkall a festés alatt bekövetkezett folyamatok véghezvitelére azon kívül, hogy a színek és a formák összessége hatással van az elmére.

Köszönöm a figyelmet!