

RICŒUR ÉS A BIBLIOTERÁPIA:

GONDOLATOK A NARRATÍV AZONOSSÁG CÍMŰ TANULMÁNY OLVASÁSA KÖZBEN¹

„A végső kétségbeesés e perceiben a 'Ki vagyok én?' kérdésre adott negatív válasz egyáltalán nem a kérdés felszámolásához, inkább annak legpörébb értelméhez vezet minket.”²

Narratívákban élünk – ez közhely. Már az ősember barlangrajzai is arról szólnak, hogyan ejtette el zsákmányát, hogyan szeretné elejteni, illetve milyen rituálékat hív segítségül a sikeres vadászathoz. A különböző kultúrkörök mítoszai annak az erőfeszítésnek az eredményei, hogy az érthetlent, a megmagyarázhatatlant, a befolyásolhatatlant logikus rendbe szervezze, mindennek megtalálja, vagy megtalálni vélje az okát, és ezzel a világba-vetett lét fenyegetettségét minél inkább kiiktassa.

Narratívákban beszéljük el identitásunkat. Legalábbis pillanatnyi identitásunkat. Az emberi lélek elemi igénye, hogy történeteket mondjon magáról, másokról, utóbbira példa mindennapi kommunikációnk egyik legfőbb szövegszervező „alakzata”: a pletyka. Ahogyan a körülöttünk levő világ jelenségei érthetlenné válnak történetek nélkül, az egyéni és a kollektív tudattalan sem könnyebben felfedezhető szimbolikus sűrítései miatt az arisztotelészi logika szerint működő tudat számára. Az egyéni narratíva folyamatos konstruálása, átkeretezése életbevágó fontosságú, a lelki, sok esetben azonban a lélek és test elválaszthatatlan egysége miatt a testi egészséget is szavatolja, megerősíti, de hiánya éppen fel is boríthatja. Ennek az axiómának a felismerése nem a modern pszichológia vívmánya. A katolikus egyház történetbe foglalva mondatja el évszázadok óta a hívekkel bűneiket a gyónás szentségében, mely aktusban nemcsak a feloldozás és a penitencia adhat megkönnyebbülést, hanem az is, hogy a nyelvi konstrukcióban való megszületése előtt alaktalanul gomolygó bűntudat világos testet ölt. Ez azonban még csak a tudat által hozzáférhetőek elbeszélése. A pszichoanalízis már a nyelvi-gondolati műveletek számára megközelíthetetlen tudattartalmakat kapcsolja be történetalkotásunk folyamatába – nem az eredeti, traumát okozó történetet, hanem a diakrón értelmezés által már átszínezett történetet. Az analízisnél későbbi pszichoterápiás irányzatok is azt a nézetet képviselik, hogy létünk alapjai azok a történetek, amelyeket nekünk meséltek gyerekkorunk óta, akár konkrét értelemben, akár úgy is, hogy a velünk, körülöttünk történelekről belénk ivódtak sémák, alaphiedelmek, s ezeknek a felülírása, új értelmezésekkel való helyettesítése beépülve az egyén identitásába, azt módosíthatja, önértelmező tevékenységét árnyalhatja, és megnyugvást adhat

¹ Ricœur, Paul, A narratív azonosság, ford. Seregi Tamás, in *Narratívák 5. Narratív pszichológia*, szerk. László János–Thomka Beáta, Budapest, Kijárat Kiadó, 2001. 15–25.

² Ricœur, Paul, i.m. 25.

arra a kínzó kérdésre, hogy „ki vagyok én?” Legalábbis átmenetileg.

Paul Ricœur a latin *idem* és *ipse* jelentésének, ellentéteiknek elemzésével, az élettörténetben való keveredésük vizsgálatával³ azt a kérdést teszi fel, „hogyan maradhatna az én a lehető leghasonlóbb önmagához”, ugyanakkor a válasz „egész emberi tapasztalatunk” alapján nyilvánvaló: „A benső tapasztalásban semmi sem menekül meg a változástól.”⁴ Személyiségünknek nincs egy időben változatlan, változhatatlan magja. Bár egész életünk során változatlan nevünk is ennek ellenkezőjéről igyekszik meggyőzni, a belső Lényeg felfedezhetetlen, mintha a hagyma héjait lehántva a Semmivel szembesülnénk. „Ha valaki megkérdezi: ki vagyok én? Azt válaszoljuk neki, hogy semmi vagy majdnem semmi.”⁵ Egyrészt Semmi, másrészt állandóan változó; a létünk alapjait megrengető szorongás tovább talán már nem is fokozható. De hogyan lehet határt szabni ennek, és főleg hogyan lehet elviselhetővé tenni?

A bevezetésül szánt gondolatokból két megállapításra térek vissza. Az egyik a nyelv előtti tudattartalmak kérdése, melyekhez Ricœur szerint visszanyúlni, bármily hívogató is, lehetetlen; minden érzésünk, állandóan változó személyiségünk minden vonása nyelvileg konstruálódik, és élettörténetünk is csak így mondhatja el és írhatja felül folytonosan magát. Az elbeszélői létmód lehet a közvetítő a szubjektum állandóan változó történetének elmesélésében. Ebből következik, hogy amit tehát tapasztalunk, ideiglenes, átmeneti, és a pillanatnyi mintázatot éppen a számos többi történet befolyásolja, amelyekkel akár olvasáson keresztül is találkozunk. A narratívák hálója, amelyen keresztül adott pillanatban megértjük magunkat, a közvetettség vagy közvetítettség következő lépcsője, amelyet az önértelmezésben meg kell tennünk. Az énünk nem *megértett* én, hanem *megalkotott*, még pontosabban folyamatosan *újjáalakított* én, melyet épp ebben az állandó mozgásában kell észlelnünk és értelmeznünk.

Amennyiben megalkotottságról beszélünk, ez aktív, tudatos közreműködést is feltételez(het) a szubjektum részéről. Ez azonban nem egyértelmű, ha csak a felnőtté válás során elsajátított viselkedésmintákról, példaképeinkről vagy azokról az egyéb életutakról, sorsokról gondolkodunk, melyekkel hétköznapi tapasztalásainkban találkozunk. Ricœur az *identifikáció* fogalmával azonosítja az elsajátítás folyamatát, melyet csaknem művészetpszichológiai fogalommal teljesít ki. Az identifikáció során az egyén a számára fontos személyek szerepeit, véleményét, ízlését veszi át és *sajátítja el*. Az elsajátítás folyamata az, amely megegyezik azzal a jelenséggel, melynek folytonosan változó eredményeképpen az újjáalakított én konstruálódik. Az életünkben jelentős szerepet játszó személyek azonban lehetnek fiktívek is, amennyiben egy-egy művészeti, irodalmi

³ i. m. 15.

⁴ i. m. 16.

⁵ i. m. 20.

alkotásban találkozunk velük. Egészen kitágítva a kört: a tapasztalati, reális és irreális úton megismert utak között keresgélve „képzeleti változatok játékanak rendeljük alá magunkat, amiből az én képzeleti változatai jönnek létre”⁶. Ez az út korántsem veszélytelen. Ricœur szerint sok-sok viselkedésminta verseng egymással, és könnyen előfordulhat, hogy hazug képbe vetítjük magunkat, mintegy elrejtőzünk akár önmagunk elől is. Miért történhet ez? Talán mert olykor kényelmesebb lehet, mint a realitás.

Ricœur két elrettentő példát említ a „fiktív személyiség olvasó általi elsajátítására”:⁷ Madame Bovaryt és La Mancha lovagját. Olvasmányélményeink alapján könnyen vonhatunk aktuális párhuzamot arról, milyen „analóg” viselkedést eredményezhet, ha egy mai olvasó regényes szerelemre vágyik a sivárnak érzékelt hétköznapiokból, vagy nem tudja elviselni korunk hősiatlenségét, és inkább kreál hőstörténeteket, semmint szembesülni legyen kénytelen a valóság nevű kalanddal. Mindazonáltal nem arról van szó, hogy a fenti műveket ne olvassuk, hogy biblioterápiás céllal különösen kerülendőek, hanem veszélyes következményekkel járhat a bennük megjelenő viselkedésmintával reflexió nélkül azonosulni. Hogyan lehet elkerülni azt, hogy a képzelet, a minták, az irodalom által kínált lehetséges identitások összezavarjanak önmagunk keresésének az útját? Ricœur ebben borúlátónak bizonyul: „az identitását kereső objektum csak eltévedni képes”⁸. Az eltévedésnek annyiban azonban elejét lehet venni, amennyiben a szubjektum reális referenciákat is megőriz és szem előtt tart; amennyiben a tapasztalati és képzeleti lehetőségek kiegyensúlyozottak maradnak, és amennyiben a mások által létrehozott értelmezésbeli mező reflektáló kapcsolati hálót is jelent. Minél inkább magába zárul a szubjektum, annál valószínűbb az eltévedés, csakúgy, mint abban az – ugyancsak szélsőséges – esetben, ha önmagam definiálásában csak tekintélyszemélyek ítéletére támaszkodom. Ezek az aktusok azonban korántsem zajlanak mindig tudatosan. Ezért is lehet szerencsés az *újjáalakított, megalkotott én* elnevezés helyett a *kiformált, kiformálódott én*. Személyiségalkulásunk, önismereti fejlődésünk során természetesen egyik célunk lehet az, hogy például automatikusan működő negatív gondolataink a napvilágra kerülve átalakuljanak, tehát aktívan teessünk azért, hogy megelégedettségünknek megfelelő modelleket kövessünk, de a teljesen tudatos élet életidegen, és épp idegrendszerünk tiltakozna erőteljesen súlyos megterheléséért. Az emberi lelket azonban nem ez utóbbi, hanem inkább a rutinszerű, rossz beidegződések ellen érdemes védeni, a tudatosságra törekvés felé vezető úton biblioterápiás szemszögből is szükség lehet releváns művek választásának, az általuk felvetett kérdésekkel való szembesítésnek.

⁶ i. m. 23.

⁷ i. m. 23.

⁸ i. m. 24.

„...önmagunkat létrehozni valójában azt jelenti, azzá válunk, amik vagyunk?”⁹ Akkor mégis: ki vagyok én? Megalkotom, újjáalakítom magam, kiformalódom vagy megértem magam? Létezem-e vagy csak más nyelvi kódokon keresztül konstruálódok? Az identitásvesztés vagy, amennyiben ki sem alakult, az „identitástalanság” az irodalomban és azon kívül is megnehezíti, szinte ellehetetleníti a történetmondást, a szubjektumot azonban nem teszi nem-létezővé. Musil *tulajdonságok nélküli embere* és a mai anómia talajt vesztett vagy értékmentákat soha nem is látott, kallódó, majd az önmegsemmisítést választó emberei egymás negatív tükörképei, de mégsem törlik el, sőt még jobban aláhúzzák, felértékelik az önazonosság keresésére irányuló törekvéseinket.

Ha a személyiség magvát nem is találjuk, a test cselekszik. A test egyértelműen elválasztható más cselekvő testektől, és a nekik tulajdonítható cselekvések is leírhatóak mint tőlem különbözőek. Az önreflexió bizonyos szintjén a szubjektum le tudja írni cselekvéseit harmadik személyben; a történetmesélésben, akár drámáról, akár epikus műről legyen szó, a párbeszéd, monológok különböző formái jelzik a referenciális és reflexív hangok játékát. A két irányultság összeolvadására, a mások gondolatainak jelzés nélküli interpretálására Ricœur a *narratív monológ* (Dorrit Cohn) technikáját említi, mely jól példázza azt a folyamatot, mikor a szubjektum a történetészövéshöz hasonlóan úgy épít be gondolattartalmakat, hogy azokat már nem választja el magától, nem tünteti fel a határt az én és az idegen között, mely így már nem is lesz idegen. Magamat harmadik személyben látni, kívülállóként, mint egy másik cselekedeteit, gondolatait szemlélni krízis idején katartikus is lehet; hirtelen mint egy villám fényénél meglátható a korábban hasztalan keresett megoldás. „Az én az valaki más” – idézi Ricœur Rimbaud enigmatikus mondatát, utalva személyiségünk mások általi építettségére, de a sugallt elidegenítettség mellett olykor nem narratívát, hanem „csupán” narratív technikát váltani is adhat új lendületet.

Bár a személyiség mibenlétén gondolkodni kimeríthetetlen kincsesbánya, a legizgalmasabb kérdés mégis az, mit tehetünk önmagunk megismeréséért, és hogyan segíthetünk másoknak ebben? „...az én mások közvetítésén keresztüli megalkotása lehet önmagunk feltárásának autentikus eszköze”¹⁰, még akkor is, ha az én körvonalazása problematikus. Az olvasott irodalmi szövegek a biblioterápia résztvevőjének rendelkezésére álló problémamegoldási stratégiáit gazdagíthatják, mélyebb önmegértésre vezethetik el, nem egy végső megértéshez juttatva el, hanem inkább pillanatnyi „megvilágosodásokhoz”, ahhoz, hogy az adott időben szerepét, feladatát, erőforrásait definiálni tudja. A szövegnek „csak annyiban van revelatív ereje, amennyiben ez az erő transzformációs erő is”¹¹ – mutat rá Ricœur, hiszen így az öncsalást is elkerülhetjük.

⁹ i. m. 24.

¹⁰ i. m. 24.

¹¹ i. m. 24.

A „ki vagyok én?” statikus és időbeli változatlan-ságot feltételező kérdéséhez képest a „milyen cselekvést tartok adott helyzetben autentikusnak?” sokkal dinamikusabb, és nem üres térbe záruló felvetésként lehet önfeltáró jellege. Erre a kérdésre keresni a választ nemcsak a reflektív készséget, de a valóságérzékelést is kiélesíti, és ezzel a kritika nélküli identifikáció veszélyére figyelmeztető negatív példán túl magasabb szintre emeli Madame Bovary és Don Quijote történetét: tetteiken keresztül óriási áldozatok árán is megóvott, merev, vágyaikat áthangolni képtelen személyiségük is hangsúlyossá válik.

Arisztotelész számára nem volt kétséges, hogy a szereplő mindig a történetnek alárendelt. Az újabb irányultságú kérdésselvetésben a cselekvés módja, annak időbeli változása a szereplő jelleméről, még inkább annak alakulásáról árul el valamit. A fejlődésregényhez képest mégsem a hős személyiségfejlődése áll a középpontban, hiszen leszögeztük, hogy az leginkább megnyilatkozásaiban, aktivitásában érhető tetten. Történet és szereplő egymást feltételezi, nincs alá- és fölérendeltség, hiszen nem ezen a viszonyon van a hangsúly, hanem a változásban nyíló lehetőségeken.

Nem az a fontos, mi a válasz a „ki vagyok én?” kérdésre, hanem az, hogy „a gondolkodás ezen (...) tapasztalata megtisztító erővel” hasson, és megtisztító erővé válhasson az irodalmi szövegek olvasója, és így a biblioterápia résztvevői számára.