

MESE

ÖSSZMŰVÉSZETI FOLYÓIRAT

– Visszapillantás –
2024

Lapunk munkatársai

A fantázia és a mesék

Rendben lenni

Utak találkozása

A mese morfológiájáról

Mintázatok felismerése

Amália vándorútja

Jobb helyé tenni a világot

3. évfolyam | 2024 | április

*A MESE folyóirat létrehozásán lapunk munkatársai PRO BONO PUBLICO,
anyagi ellenszolgáltatás nélkül dolgoznak.*



Morcsányi Géza és Tick Ervin emlékére

Jártam a világ végén

nahhija nahaó

jártam az utak végén

nahhija nahaó

jártam a vizek végén

nahhija nahaó

jártam az erdők végén

nahhija nahaó

jártam a hegyek végén

nahhija nahaó

jártam a folyók végén

nahhija nahaó

jártam a menny végén

nahhija nahaó

jártam a mesék végén

nahhija nahaó

és senkit nem találtam

nahhija nahaó

aki ne lenne a barátom

nahhija nahaó

(navahó ének)

– Visszapillantás –

Szemelvények a MESE összművészeti folyóirat
eddig megjelent lapszámainak írásaiból

Beköszönő

Boldizsár Ildikó

A *MESE* folyóirat képe álmomban jelent meg előttem 2021 őszén. Ébredés után azonnal felhívtam Luzsi Margót, és megkérdeztem tőle, lenne-e szerkesztőtársam egy folyóirat létrehozásában. Gondolkodás nélkül igent mondott.

Azonnal munkához láttunk. Csak úgy ömlöttek belőlünk az ötletek: röpködtek a nevek és a címek, több évre való tartalom állt össze néhány óra alatt. Arról azonban fogalmunk sem volt, hogyan kell pontosan és hivatalosan lapot alapítani, nyomdát keresni, árajánlatot kérni, példányszámot beállítani, előfizetőket szerezni, adminisztratív ügyeket intézni, postával tárgyalni, lapszámokat kipostázni, elkallódott lapokat pótolni. De akkor még nem nagyon törődtünk ezekkel, fogalmunk sem volt róla, hogy mekkora kockázat elindulni egy ismeretlen területen mindenféle segítség, támogatás nélkül.



Ma már csodálkozom azon, hogy ennek ellenére minden azonnal körénk simult. Nagyon gyorsan lett nyomda, és néhány nap leforgása alatt lett ezer előfizetőnk. Lelkesedésünk az egekig ért, s mi éjt nappallá téve dolgoztunk. Tick Ervint kértük fel művészeti vezetőnek, Benedek Ágnes vállalta a szerkesztőségi titkári teendőket. Meghatódtunk, amikor felkért szerzőink honorárium nélkül is vállalták a publikálást, és minden erőnkkel és tudásunkkal azon igyekeztünk, hogy valamennyi ötletünket megvalósítsuk. Négyen vittük a folyamatot, a szerkesztéstől a postázásig mindent magunk csináltunk. Az első számunk 2022. március 10-én jelent meg. Boldogok voltunk.

Az első nehézségek akkor jelentkeztek, amikor a papírárak váratlanul elképesztő mértékben emelkedni kezdtek. A nyomda kétszer emelt árat év közben, a posta szintén. Támogatók felkutatásában reménykedtünk, amikor rettenetes dolog történt: negyedik számunk megjelenése után elvesztettük Tick Ervint, akinek a *MESE* teljes arculatát, nyomdai előkészítését köszönhattük.

Egy év kellett ahhoz, hogy Ervin halála után talpra álljunk, és folytassuk mindazt, amit elkezdtünk. A főszerkesztői teendőket Luzsi Margó vette át, mert az időközben megnyílt Nemzetközi Meseiskola és a Metamorphoses Meseterápiás Egyesület vezetése rengeteg figyelmet és munkát kíván tőlem. Jelenleg – remélem átmenetileg – csak a háttérből tudok segíteni a folyóirat megújult csapatának.

Bízom benne, hogy a *MESE* az online térben is megtalálja a helyét, és továbbra is örömforrás lesz azok számára, akik kíváncsiak a nép- és műmeséket érintő kérdésekre, a meséket kísérő illusztrációkra, a meseadaptációra és azokra az emberekre, akiknek a mesék fennmaradását és hagyományozását köszönhetjük napjainkban is.

Kísérje áldás és szerencse az új szerkesztőség munkáját és minden Olvasónkat!

Választott írások: *A könyvben élő kép művészete. Interjú Révész Emesével (2022/2) ■ Tick Ervin: Mintázatok felismerése (2022/4)*



Ha kérdezik tőlem, ki vagyok, legszívesebben csak annyit mondanék: Margó – ami kis és nagy kezdőbetűvel írva egészen mást jelent, de mindkettőt a sajátomnak érzem. Sajátomnak, mert akik a nevemet adták, azok szerettek, aki pedig megtartotta, azt megkedveltem. Sokáig könyvtáros voltam és ez jó volt, most meg „emeritus”-ként afféle „hajós” vagyok, s ez is jó. Akkoriban – könyvtárosként, gyerekkönyvtárosként – ezerféle dolgot keresgéltem, most meg kikötőket keresek. Ilyen kikötő a MESE is, ilyen kikötők a mesék is, és amíg meg nem érkezem az utolsóba, addig mindig új utakra indítanak.

„Szükségét látjuk egy olyan fórumnak, amely hiteles tájékozási pont lehet a mesékkel kapcsolatban mind a szülők, mind pedig a szakemberek számára, ráadásul felöleli a mese valamennyi területét a folklorisztikától a számítógépes játékokig, a szájhagyományban élő szövegektől az írott szövegen át az illusztrációkig.”



2022 márciusában ezzel a ma is érvényes gondolattal indítottuk a *MESE* összművészeti folyóiratot, decemberben pedig azzal zártuk, hogy nem tudjuk, hogyan tovább. Aztán 2023-ban megjelent egy különszám Boldizsár Ildikó születésnapja tiszteletére. Később a Metamorphoses Meseterápiás Egyesület FB oldalán a *MESE* folyóiratban megjelent cikkekből válogattunk szemelvényeket, hogy megmutassuk azt a sokszínű és gazdag kincsesbányát, ami egyetlen esztendő leforgása alatt a lapban megjelent. Biztosak voltunk benne – a kapott visszajelzések alapján is –, hogy a *MESÉ*-t folytatni kell. Most itt vagyunk, bizakodva a folytatás stabilitásában.

A lap szerkesztésének felelősségteljes munkáját az első hívó szóra vállalta Hunya Csilla pszichológus, Fekete-Szabó Viola gyógypedagógus, Komló-Szabó Ágnes könyvtáros és Csörgő Zoltán buddhista tanító, akik e lapszámban mutatkoznak be.

A fájdalmasan korán eltávozott Tick Ervin tördelői munkáját Tömösközi Péter veszi át.

A közös munka összehangolását Boldizsár Ildikó rám bízta.

Visszapillantással kezdjük az online megjelenést. A *MESE* eddig nyomtatásban megjelent cikkeiből a szerkesztők választották ki azokat az írásokat, amelyek különösen kedvesek voltak számukra.

Terveink szerint 2024-ben a „Visszapillantás”-t még két lapszám követi, az egyik nyár elejére, a másik karácsonyra tervezett megjelenéssel.

Köszönettel fogadunk minden visszajelzést és ötletet, ami további közös munkánkat segíti.

Választott írások: Zárógondolat (2022/1) ■ Boldizsár Ildikó: *Metamorphoses Meseterápiás Módszer* (2022/2) ■ Tick Ervin: *Mintázatok felismerése* (2022/4)



Tartalomjegyzék

22 A fantázia és a mesék

Mikszáth Kálmán (*Új Idők*, 1909. november 14.)

27 Rendben lenni

Boldizsár Ildikó

30 Utak találkozása

Béni Gabi

34 A mese morfológiájáról

Bárdos József

38 Mintázatok felismerése – A jungiánus asztrológia önismereti modelljének segítségével

Tick Ervin

46 Amália vándorútja

– Egy illusztrátor szubjektív recenziója

Szegedi Katalin

49 Metamorphoses Meseterápiás Módszer

Boldizsár Ildikó

53 Jobb helyé tenni a világot

Interjú Juhász Attilával,
a börtön meseprogram elindítójával

58 Karácsony a rácsok mögött

Luzsi Margó

62 Spirituális meseiskola

Pressing Lajos

66 Larin Paraske ének- és mesemondó – a 100 legnagyobb finn egyike

Luzsi Margó

69 Hét női út

Kusper Judit

71 Az óriásfiú

olasz népmese (Sebők Zsigmond feldolgozása)

76 Gombolyító Terápiás Műhely – Pécs

Alföldi Linda – Holcsik Erzsébet – Standovár Ágnes

80 Mese – Zene – Gyermek

– A Kokas-pedagógia és a
Metamorphoses Meseterápiás Módszer
összehangolása

Farnadi Tamara

84 A könyvben élő kép művészete

Interjú Révész Emese művészettörténésszel,
a Magyar Képzőművészeti Egyetem
Művészettörténeti Tanszékének docensével



Fekete-Szabó Viola



Gyógypedagógus, mentálhigiénés szakember vagyok. A munkám során naponta találkozom olyan halmozottan sérült gyermekekkel és fiatalokkal, akik mozgásukban akadályozottak, emellett hagyományos módon kommunikálni sem képesek. Az én feladatom „a léleknek a kiszabadítása”. Bejutni a néha bozótoktól, szúrós tüskéktől elzárt és megközelíthetetlen várba, amelynek kapuját ezernyi és ezernyi lakat őrzi. Ahhoz, hogy bejuthassak oda, ezernyi és ezernyi kulcsra van szükségem. Kicsikre, nagyokra, fényesekre és kopottakra, köztük jó, ha van egy olyan kulcs is, amelyet, ha beleillesztek bármilyen zárba, az azonmód felpattan. Ez a kulcsom a mese. Amikor mesélek, vagy mesét hallgatok, magam is megtanulok élni. Lélegezni.

Úgy hiszem, mindannyian ezt tanuljuk.

Szerkesztőként nagyon nehéz feladat néhány írást kiválasztani a *MESE* folyóirat eddig megjelent több mint száz izgalmas írása közül. Szinte képtelenség. Ezért, mint ahogy ilyenkor tenni szoktam, ezúttal is a szívemre hallgattam.

A mese arra tanít, hogy nincs lehetetlen, mert a legnehezebb, legkilátástalanabb helyzetben is szabadok maradhatunk a cselekvésre. Ez igaz akkor is, ha mi magunk vagyunk foglyai ennek a helyzetnek, és akkor is, ha éppen kívülállóként van lehetőségünk tenni valamit.

Választásom két írása (*Jobb helyé tenni a világot; Karácsony a rács mögött*) egy olyan különleges meseprogramhoz kapcsolódik, melynek résztvevői az egri börtönben fogvatartott anyák és nagymamák voltak. A harmadik írás (*Mese-Zene-Gyermek*) a Kokas-pedagógia és a Metamorphoses Meseterápiás módszer összehangolására vállalkozik. Mindig nagyon izgalmas kihívás a különböző módszerek ötvözése a meseterápiával. A Kokas-pedagógia a meseterápiához hasonlóan nagyon mély hatást gyakorolt rám, s életem egyik meghatározó élménye volt. Mindkét módszer által azt tanulhatjuk, hogyan tudunk támaszkodni arra a gyermeki, egészséges lélekrészre, ami élő, lüktető, eleven valóság bennünk. Abban segítenek, hogy kíváncsisággal, szabad lélekkel, valódi figyelemmel tudjunk egymás felé fordulni. Kokas Klára gyönyörű szavaival szólva: „Ne kérdezd az eszközt, ezer eszközöd támad, mihelyt kiástad önmagad a rád sepert por alól.”

Választott írások: Farnadi Tamara: *Mese-zene-gyermek* (2022/3) ■ *Jobb helyé tenni a világot. Interjú Juhász Attilával* (2022/4) ■ Luzsi Margó: *Karácsony a rácsok mögött* (2022/4)



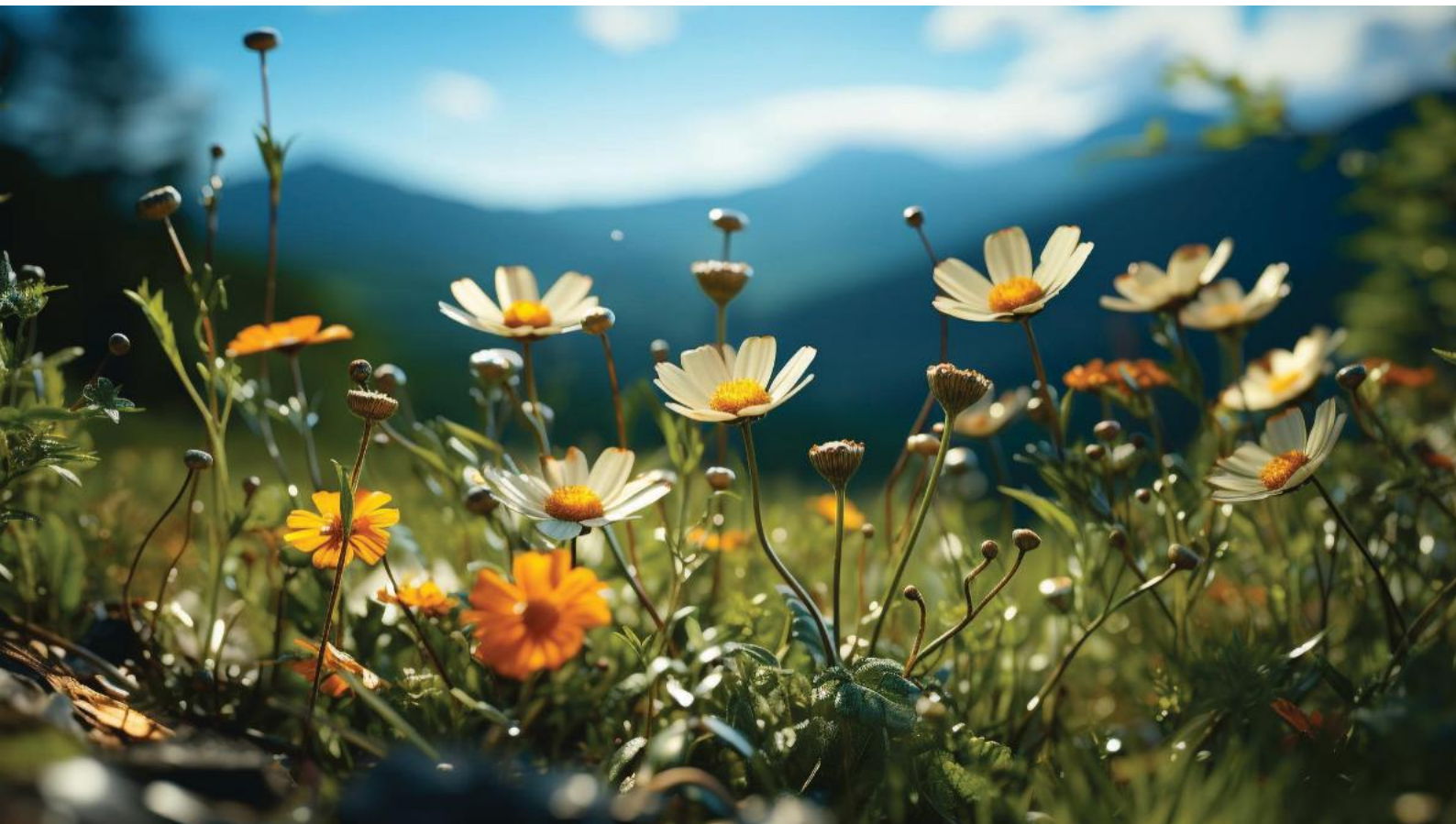


Kettős nagyanyai áldás hozott ide. Apai nagyanyám napló formájában érkező felhatalmazása gyerekkoromban arra, hogy gondolataim, megéléseim, apró-cseprő dolgom komolyan vegyem és szavakba öntsem, illetve anyai öreganyám tanítása arról, hogy a mese és a benne őrzött tudás nem a könyvekben, de még csak nem is az ágyam mellett, hanem a hétköznapijaimban: a reggelimben, egy kalapácsban, a kertemben – bárhol lakik. Nagyanyámnak a betűk és az élet, öreganyámnak pedig a történetek és a mesék iránti múlthatatlan szerelmemet köszönhetem. Kettejük összjátékának pedig számos döntést és irányt az életemben, például a hivatásomat (pszichológusként, meseterapeutaként, kiképző dramatistaként tevékenykedem) legfrissebben pedig éppen ezt: a Mese folyóirat szerkesztői feladatát, ahol ígérem, velük együtt tevékenykedem majd. Alig várom.

Két megtisztelő rovatot vigyázok itt, a *Mesében*. A *Mese, mint felnőtt műfaj* rovatában a mesék eredeti elrendelésével és a róluk felhalmozott tudással kapcsolatos írásokat, míg az *Illusztráció recenzió*ban a mára már egészen autonóm, de a mesékkal mégis szervesen kapcsolódó művészeti ág, a meseillusztrációval kapcsolatos cikkek útját egyengetem. Ehhez a visszatekintő lapszámhoz nem a szívem, hanem a hitem szerint választottam írásokat. Azokat hoztam ide, amelyek e két rovat lényegiségét ragadják meg és amelyek így visszatekintve is iránymutatnak.

Boldizsár Ildikó *Rendben lenni* című írása a meseterápia alapvetése is lehetne, úgy vagyok vele, mint az érett személyiség kritériumrendszerével a fejlődéslelektanban, vagy a Tízparancsolattal a Bibliában: a hideg ráz tőle a szó legszentebb értelmében. Mert véges számú kritériumba foglalja azt, aminek végtelen formában megyünk mellé életünk során. Bárdos József *A mese morfológiájáról* írt tanulmánya a mesék proppi alapszereplőit és azok funkcióit veszi sorra, ami nélkül a mesék mély megértése, használata a segítői munkában ma már elképzelhetetlen. Hisz ezek az archetipikus szereplők valamennyiünkben ott élnek, folyamatosan velük dolgozunk. Harmadik választottam pedig Szegedi Katalin írása *Amália vándorútjáról*. Itt író és illusztrátor, szöveg és képek egymásra találásának, összetartozásának és függetlenségének csodálatos történetét olvashatjuk, ami legalább olyan viszonzásos és olyan nyílegyenes, mint az egymásnak elrendelteké általában. De a mesékben mindenképp.

Választott írások: Bárdos József: *A mese morfológiájáról* (2022/1) ■ Boldizsár Ildikó: *Rendben lenni* (2022/4) ■ Szegedi Katalin: *Amália vándorútja* (2023 különszám)



Komló-Szabó Ágnes



Általános iskolásként egy olyan tízemeletes házban éltem, amely alatt egy könyvesbolt volt, és olyan napközibe jártam, amely a városi könyvtárral egy épületben működött. Nem tudom, hogy ez a két tény határozta-e meg a könyvekhez való kapcsolatomat, de azt tudom, hogy felnőtt életemben is mindennap jelen vannak a könyvek: fizikai valójukban és a bennük rejlő történetekkel. Könyvtárosként és a Mustármag mikroműhely tagjaként is fontos számomra, hogy megmutassam: az irodalom (főként a kortárs irodalom) is lehet közösségi élmény. Hogy a versek ott vannak a minket körülvevő természetben, a regények szereplői ott állnak mellettünk a boltban, a novellákban vázolt problémák a mi életünk problémái. S a mesék? A mesékben a kortárs irodalomhoz való kapcsolódásukat szeretem: azt, hogy amit az előbbi az egyénre szabottan mutat meg, azt az utóbbi a közösségre szabottan teszi. S erre mindig nagyon jó érzés rácsodálkoznom.

Melyiket válasszam? Turkáltam kislányként nagymamám számomra kincseket rejtő, a fölöttem toporgó, hazaindulást sürgető szüleim szerint csak egyszerű gombokkal teli dobozában. Volt abban nagy és kicsi, kerek és négyzetes, csillogó és fekete, kétlukú és négylukú gomb is. Mindet meg kellett vizsgáljam. Nem dönthettem meggondolatlanul – még úgy sem, hogy tudtam, következő látogatáskor újra felnyílik előttem a fénykorában édes bonbonokat rejtő csodadoboz.

Melyiket válasszam? Pakolom körbe magam öt-hat könyvvel minden alkalommal, amikor kiolvasok egyet. Nehéz eldönteni, melyik új kötet fogja betölteni azt az űrt, amelyet az éppen befejezett hagy maga után minden alkalommal. Gyakran hosszan, akár napokig is elnyújtom a választást – jól esik bele-beleolvasni a jelöltekbe, nem ejtethem ki könnyelmű döntéssel egyiket sem.

Melyiket válasszam? Lapozgattam heteken át a *MESE* korábbi számait, színes post it lapokkal ragasztva tele az egyébként is sokszínű oldalakat. Elmerengtem egy-egy szón, mondaton, hol új megvilágításokat keresve, hol csak hagyva, hogy belém épüljenek a gondolatok.

Ez a lapszám a választásainkat mutatja. Nagy gonddal válogattunk bele minden írást. Ezzel mutatkozunk be, ezzel jelöljük ki az újra induló *MESE* útját. Bízom benne, hogy a ezek a cikkek, melyek most egy teljesen új közegben, azaz a korábbi megjelenéshez képest másabb írásokkal körbe öelve jelennek meg, tudnak újat adni azoknak is, akik már olvasták őket. Új kapcsolódási pontok jelennek meg így, új színek, hangulatok, értelmezések.

Olvasóinknak jó olvasást, kellemes elmélyülést kívánok a sorok között!

Választott írások: Luzsi Margó: *Larin Paraske ének- és mesemondó* (2022/1) ■ Boldizsár Ildikó: *Rendben lenni* (2022/4) ■ Alföldi Linda – Holcsik Erzsébet – Standovár Ágnes: *Gombolyító Terápiás Műhely Pécs* (2022/4) ■ Az óriásfű (mese) (2022/4) ■ Béni Gabi: *Utak találkozására* (2023 különszám) ■ Kusper Judit: *Hét női út* (2023 különszám) ■ Navahó ének (2023 különszám)



Csörgő Zoltán



Sokáig az határozta meg szenvedélyes életélmény- és tapasztalatgyűjtésemet, hogy ahol megnyílt egy ajtó, ott beléptem. Voltam újságíró, idegenvezető, kulturális programszervező, kutató, mentálhigiénés szakember, tanár... Minden elem jövő feladatba beleálltam. Most is ezt teszem. Minél inkább és sűrűbben bukkannak fel személyes életutunk feladataiban és kihívásaiban mesei szimbólumokkal összevethető és értelmezhető elemek, minél jobban hasonlít életünk egy mesehőséhez, annál biztosabbak lehetünk abban, hogy jó úton járunk, kiemelkedünk az egyszeri, itteni és mostani létezés korlátai közül. Tapasztalom és vallom, hogy a mesehősökben magunkra: saját való lényegünkre és lehetőségeinkre ismerhetünk. Ennek segítségével időben és térben is kitágíthatóvá, „mesésebbé” válik létezésünk, benne mi magunk egyre meseibbé: többé és teljesebbé, „hétszerte erősebbé” válhatunk.

A világunk „visszavarázsosításának” egyik leghatékonyabb eszköze mára a mese lett. Miért kell visszavarázsosítani világunkat? Az elmúlt 300 év igyekezett mindent a logika és a racionalitás kontrollja alá vonni. Hamar kiderült azonban, hogy az „ésszerűség” révén elveszítjük a kapcsolatot a teljesebb, csodás valósággal, a létezés valódi titkaival. Ez a „tisztá ész” által meg nem ismerhető világ más nyelven, a képzelet belső képei által szól hozzánk. A modern ember tragédiája a racionális fogalmi gondolkodás nagy ellenfele, a képi gondolkodás megtagadása.

Korunk, kultúránk és életünk ki van éhezve, hogy töltekezzen a szimbólumok, mítoszok, mesék bölcsességéből. Arra vágyik, amit a materiális szinten fejlettebbé vált civilizált társadalom nem tudott megadni neki: olyan útmutatásra, amely segíthet nekünk a természethez, embertársainkhoz és önmagunkhoz fűződő mélyebb, természetesebb és igazabb viszony kialakításában, a teljesebb, harmonikusabb, rendezett élet megteremtésében.

Ilyen bölcs útmutatást adó szellemi kincs a mese is. Jelen lapszámba az eddig megjelent írásokból a szimbolikus három kívánság jegyében Pressing Lajos, Mikszáth Kálmán, Tick Ervin írásait választottam, mert mindhárman a mesék nyelvéről, gazdag szimbólumvilágáról, a mesei jelképekről, archetípusokról írtak. Arról, ami képes hidat építeni a látható, tényszerűen érzékelhető, anyagi és a láthatatlan, játékosan szabad szellemi világ között.

Választott írások: Mikszáth Kálmán: *A fantázia és mesék* (2022/3) ■ Pressing Lajos: *Spirituális meseiskola* (2022/3.)
■ Tick Ervin: *Mintázatok felismerése* (2022/4)



Tömösközi Péter



Szeretem, amikor valamit sokáig nem értek, aztán egyszer csak hirtelen rájövök a megoldásra. Az nagyon jó érzés. Viszonylag hamar megfigyeltem, hogy bennem ugyanilyen jó érzést kelt az is, ha valakinek el tudok magyarázni valamit úgy, hogy benne ezt az érzést keltsem – valószínűleg ezért lettem tanár. Természetes dolog volt gyerekkoromban az olvasás. Bele kellett írni a magyarfüzetünkbe az utolsó lapra, hogy milyen könyveket olvastunk el abban az évben, mi meg versenyeztünk az osztály- és padtársammal, hogy kinek lesz több sora év végére. Nem volt ez komoly verseny, imádtunk olvasni. De viszonylag hamar megfigyeltem azt is, hogy bennem már maga a betű látványa is jó érzést kelt. Szeretem a betűket, annyi munka, annyi bölcsesség és annyi szépség van bennük... – valószínűleg ezért lettem nyomdaipari mérnök.

Édesanyám gyógypedagógus volt, én meg negyedik gyerek a családban. Az óvoda, ahová jártam, szemben volt az iskolával, ahol az édesanyám dolgozott, így sok időt töltöttem mindenféle tantermekben már óvis koromban is. Akkor még volt időm mindenfélére, így jobb híján megatanultam – többé-kevésbé – magamtól olvasni Meixner Ildikó legendás olvasókönyvéből és Benedek Elek *Deszkavári királyfi* című mesekönyvéből. A három testvéremtől pedig úgy-ahogy írni is. Azt mondták, biztos unatkozni fogok majd az iskolában, de nem így lett. Mindig találtam magamnak valamit, ami érdekelt.

A MESE folyóirathoz Luzsi Margó és Komló-Szabó Ági invitálására csatlakozom. Harmincöt éve, gimnazista korom óta foglalkozom tipográfiával, a nyomda és a könyvnyomtatás ez alatt az idő alatt többet változott, mint Gutenberg óta az első ötszáz évében – sajnos nemcsak előnyére. Ha inspirációra van szükségem, sokszor inkább Kner Imre, Haiman György vagy akár Misztótfalusi Kis Miklós munkáiban keresem azt, semmint sok mai kiadványban.

Szeretem a rendet. Sokáig hittem azt, hogy a tipográfus dolga az, hogy elrendezze a lapon a betűket. Virágvolgyi Péternek, a Magyar Iparművészeti Főiskola fiatalon elhunyt tanszékvezető egyetemi docensének munkájából értettem meg, hogy sokkal inkább a betűk közötti üres terek, térközök, az üres helyek – mondhatni: a *semmi* elrendezése a feladat. Olyan ez, mint amikor a ki nem mondott szó többet jelent a kimondottnál. Viszonylag könnyű felismerni azok munkáját, akik hasonlóképp gondolkodnak. A MESE első évfolyamát olvasva is épp ez járt a fejemben...

A lap alapító művészeti vezetőjét, tervezőszerkesztőjét, Tick Ervint nem ismerhettem személyesen, de igyekszem továbbvinni azt az örökséget, amelyet a MESE arculatának kialakításával ránk hagyott.



MESE

Alapítók

Boldizsár Ildikó

Luzsi Margó

† Tick Ervin

Benedek Ágnes

Lapgazda

Boldizsár Ildikó

(mesefolyoirat@gmail.com)

Főszerkesztő

Luzsi Margó

(mesefolyoirat@gmail.com)

Szerkesztők

Csörgő Zoltán

(mesefolyoirat.csz@gmail.com)

Fekete-Szabó Viola

(mesefolyoirat.fszv@gmail.com)

Hunya Csilla

(csillahunya@gmail.com)

Komló-Szabó Ágnes

(agikomlo@gmail.com)

Tördelőszerkesztő

Tömösközi Péter

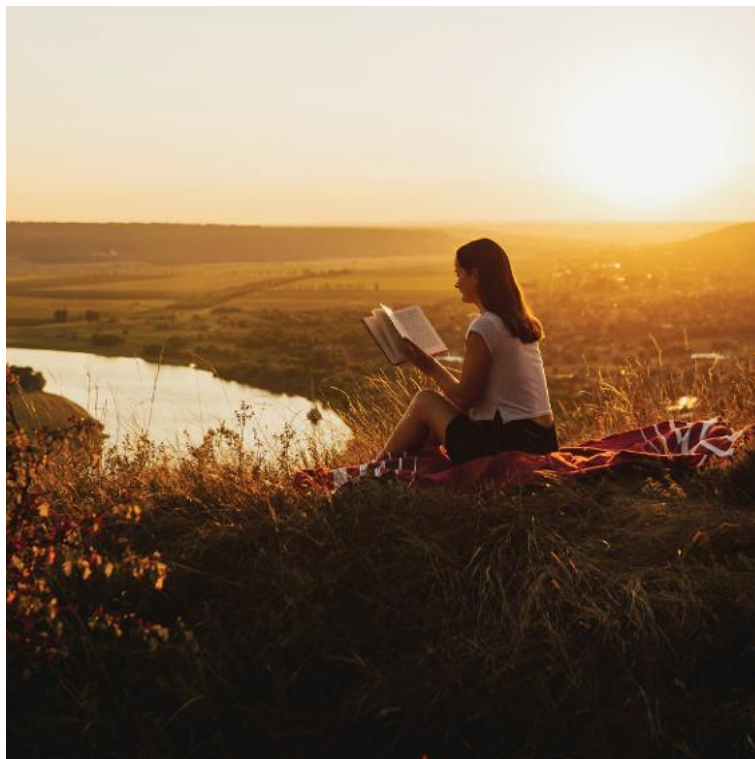
Felelős kiadó

Boldizsár Ildikó

Kapcsolat

mesefolyoirat@gmail.com

ISSN 2786-4316





A fantázia és a mesék

Mikszáth Kálmán (Új Idők, 1909. november 14.)

*„Az emberiséget
legpraktikusabb
találmányiban
a fantázia segítette.
A világ gyönyörűségeinek,
a művészetnek,
az irodalomnak pedig
egyik fő alkotó eleme.
Fantázia nélkül nagy
emberek nincsenek, se nagy
dolgok. S a fantázia
nemhogy szaporodóban,
inkább fogyatékán van.”*

Hol volt, hol nem volt, egy előkelő lapban volt, amelyben magam is húsz évig dolgoztam, polémia folyt az idén két tekintélyes tanfőú között, melyet nagy érdeklődéssel figyeltem. Az egyik azt vitatta, hogy nem való meséket fölvenni az iskolai olvasókönyvekbe, mert ezek a gyermek fantáziáját hizlalják, holott annak zsugorítása volna kívánatos.

A szavakat nem bírom visszaadni, de az értelem ide ment ki. Ügyszólván lihegve vártam, melyik győzi le a másikat. A meseellenes úr állott jobban, a másik erősen hátrált, hátrált, és már éppen a segítségére akartam rohanni, mikor egy betegség levett a lábamról, s a felém kinyújtózkodott Halálnak a szétterpesztett palástja végképp eltakarta előlem a két vitázót.

Felgyógyulván, eszembe jutott utánanézni a két szakember küzdelmeinek. Hát az volt az eredmény, hogy a fantáziaellenes úr győzött, a fantázia barátja ellenében ott hever a fekete betűk erdejében összetört lándzsával, agyonütve.

Sehogy se tudok azóta belenyugodni. Hiszen ennek a győzedelmes úrnak nem volt igaza, sőt, az a leghelytelenebb állítás, mióta a könyvnyomtatást feltalálták. Valaki gondolkozhatik így, ha egyetlen beteges szellemű

hipochonder gyerekről van szó (ennek csakugyan nem kell nevelni a túlcsapongó fantáziáját), de nem egy ép lelkű, ép testű generációról. Hiszen az arany se volna jó például kaszapengének, a fogsorban sem kívánatos (ez a hely, ahol a csont többet ér az aranynál), de bolond volna, aki azt hirdetné, hogy a háztartásnál nem szükséges.

És mégis csodálkoznám, ha ennek a nézetnek nem támadnának hívei, mert a népek pszichológiája, hogy az igazságok nehezen, lassan jutnak el hozzájuk, míg a tévtanokat nem kell automobilra ültetni. Megtörténhetik már legközelebb, hogy a mesék száműzetnek az olvasókönyvekből és a gyermekszobákból. Ami egy helyütt lehetséges volt, másutt sem lehetetlen. Japánban évezredek óta kicsinyítik a lábat, hát itt meg a fantáziát fogják kisebbiteni. Ott is bizonyosan valami nevelésügyi tekintély gondolta ki először a lábak nyomorítását. A szép kis mandolaszemű japán lányok csak tipegnek, nem tudnak járni. Itt a lelkeknél áll be majd az az eredmény, nem fognak tudni röpködni.

Mily piramidális pazarlás! Minden adományok közül a legnemesebbet pusztítani, mint ahogy az állatokból is a legnagyobbakat irtotta ki legelőször az ember, a mammutokat, bölényeket; a poloskák, patkányok megmaradtak. Isten, mikor a tehetségeket kiosztotta az emberek közt, úgy képzelem, az ő számukra félretett edényekből merített, csak egyetlenegyszer nyúlt a saját bögréjébe, mikor a fantáziából loccsantott nekik valamennyit, legyen egy kis teremtmény erejük. Nem adott nekik tényleges szárnyakat, hogy ne mehessenek feljebb a földnél (melyet donációba kaptak), de adott nekik fantáziát, amellyel szárnyakat érezzenek, és abban az illúzióban ringathassák magukat, hogy az Istennek külön fenntartott területein járnak és vadásznak.

A fotót készítette Pauer Erika és Bálintné Fadgyas Eszter az egri gyermekkönyvtár családi meseprogramján



Az emberiséget legpraktikusabb találmányiban a fantázia segítette. A világ gyönyörűségeinek, a művészetnek, az irodalomnak pedig egyik fő alkotó eleme. Fantázia nélkül nagy emberek nincsenek, se nagy dolgok.

S a fantázia nemhogy szaporodóban, inkább fogyatékán van. Olyan, mint a baraboly: magától is egyre kevesebb. A nagy mesemondók kihaltak. Öreg Dumas, Dickens és Jókai mögött bezáródott a végzetes kapu, mely eddig csak a visszajövőknak nem nyílt meg – de a bemenőknek se fog ezután, mert senki nem marad kívül. Az angolok vették észre legelőbb. A Shakespeare országa praktikus nevelés úttörője szisszent fel legélénkebben. Hopp. Baj van. Fogy a fantázia. Aggsági tünet-e ez, vagy az egyszeregy tiporta le, mint a patkós cipő a virágágyat? John Bull már öreg, szent igaz, de jól táplált gentelman, aki érzi, hogy nagy dolgot veszített, mialatt folyton a pénzét csörgette. Nosza, hamar egy kigondoló albizottságot küldött ki a parlament közoktatásügyi bizottsága, amely segítsen, de könnyebb száz dreadnought-ot építeni, mint egy uncia fantáziát becsempészni a számokkal megtöltött koponyákba. Mindegy. Azért a mi tanügyi bácsink mégis azt mondja, hogy nem szabad a fantáziát nevelni a gyermekben. Ki kell dobni a mesét az olvasókönyvekből.

...Hej pedig rendkívül fontos szerepet szánnék én, ha tőlem függne, a mesének, különösen a népmeséknek, különösen Magyarországon. Kedves zsuzsu a népmese mindenütt, a nép lelke, fantáziája, érzés-és gondolatvilága és abban, nálunk ezenkívül a nemzeti nyelvnek is a népmese a fő forrása. Mondhatnám, szinte egyetlen forrása. Mert hát mitagadás, még mindig csehül állunk a magyar nyelvvel. A képviselőházban, ahol leginkább kellene ragyogtatni szónokainknak a nyelv ékességeit, ha valaki egy idegen nyelvű idézetben hibát ejt, mint műveletlent, kinevetik, ha ellenben a magyar szöveg-

ben nem ejt hibát, megcsodálják: „Nini, hiszen ez még magyarul is jól beszél.”

Egy hajjal se különb (egy hajszállal helyett használtatik a Házban) a tudományos könyvek nyelve annak a megemlékezésével, hogy nem mindig tudósok írják, hanem inkább „lopók” (tolvajok, plagizátorok helyett használtatik a Házban), s a ha valamelyik könyv nem ilyen, azt külön emeli ki a kritikus, hogy „jó magyarsággal van írva”... És éppen ez az! Hát mondják azt Angliában vagy Franciaországban, hogy hibátlan angolsággal vagy franciasággal ír a szerző?

A tudományos nyelv mellett a tanügyi nyelv lepi be a nyelvérzéket, mint penész, beleveszi magát a színtelen, száraz, érthetetlen aktanyelv, mint rozsdá, az újságok németből fordított pongyola nyelvezete fölveri, beborítja, mint a burján, hát még a lipótvárosi zsúrnyelv és egyéb fillozerák? Szegény magyar nyelv! Csak a nemes szőlővenyigének vannak annyi ellenségei és betegségei, mit neked. De azt legalább szénkénegezetni lehet.

Az úgynevezett kabátos ember nyelvére ezer ragály üllepszik éppen a műveltség megszerzésével. Magyarul jóformán csak a nép tud. S innen van, hogy mikor a nyelv pallérozása felülről indul, olyanforma képet nyújt, mintha a cylinderkalapot a szőrével szemben kefélik.

Minélfogva semmi nem nyilvánvaló, mint hogy lent kell keresni az arkánomot. Lehet, lent a legelején. A népmesén kell kezdeni és a gyereken. Ez a csálhatatlan mód. A kisgyermeknek már a bölcsőben meg kell kóstolni a csalimeséket. Aztán a népmesékre kell őt fogni, hogy mindjárt frissiben azokból szívja be a magyar nyelv titkos szépségeit, csodálatos meleg színeit, fönséges pompáját, szóval hogy fölszívja nemzete lelkét és észjárását.

Tisztelet tehát a meséknek, különösen a népmeséknek, tanügyi urak. Nemhogy kidobnák az olvasó-

könyvekből, inkább meg kell rakni velők még jobban, persze megtisztítván őket a póriasságtól és a frivolitásoktól, mert csak ez metódus eredményezheti, hogy a jövő generációk már gyönyörű magyarsággal fognak beszélni. De ehhez éppen a fogékony gyermekkort kell felhasználni. Hiába argumentálna egy-egy Pestalozzi, hogy hiszen megérett ifjú majd később úgyis megtalálja a népmeséket, és főleg megtalálja, melyeket a gyermekkorban nem lett volna képes élvezni, az irodalom, a művészet alkotásait, a földszagú és akadémiaszagú írókét egyaránt; a rózsákat, melyekre rászállnak a méhek, habár ezek csak vadon nőttek és a rózsákat, melyeket a műgond, az ízlés, tanultság és izzadás alkotott – csakhogynem szállnak rá a méhek.

Ha igen, ezeket kétségkívül megtalálja az ifjú, de már későn. A nyelv struktúrája már akkor kialakult benne. A nyelv tündére még talán leveti előtte titkos fátyolát, kitárja édes formáit: „nézd, milyen tudok lenni”, de már nem lehet többé az övé, lényének alkotórészévé, s a bezáródó könyvvel elillan, mint egy álom.

Nem kell lenézni, és jó volna nagyobb nemzeti szolgálatra felhasználni. Azért, hogy ő csak csecse-becse,

kunyhók mosdatlan szülöttje s unaloműző mulattatója volt, esetleg megrázkódik, mint táltos lovacska, s csodákat tud művelni.

Hiszen régi szerepében is kedves volt ő. És vannak, akik tartanak rá valamit. Van egy politikus ismerősöm, aki sokat gondolkozik, míg valamit mond, amin viszont sokat lehet gondolkozni, ha már mondott valamit. A szocialista tünetek izgatják, az örökös kapaszkodás, a börzei zaj, a pénz utáni lótás-futás kihozza a sodrából, a mai politikai helyzet is bántja, szóval nincs meglegegedve, és arról beszél, hogy öreg napjaira itt hagyja az országot.

– Egy kis birtokot veszek valahol. Talán már tavaszra elköltözőm az országból.

– És melyik országra gondol excellenciád?

– Nem tudom még. Éppen ebben sem vagyok elhatározva. Olyan ország szeretnék...

– Ahol enyhébb az éghajlat – szóltam közbe, Szomorúan mosolygott.

– Egy olyan országot – folytatta –, ahol még mesélnek az emberek.

A fotót készítette Pauer Erika és Bálintné Fadgyas Eszter az egri gyermekkönyvtár családi meseprogramján





Rendben lenni

Boldizsár Ildikó

Nemrégiben izgalmas kérdést kaptam egy hallgatótól. Azt kérdezte, mit értek az alatt a „Rend” alatt, amire oly sokszor hivatkozom a mesék kapcsán, s amire a meseterápia módszerét is építem. Mit jelent az általam használt mesedefinícióban az a mondatrész, hogy *„a mese a Rend elvesztésének és újramegtalálásának forgatókönyve”*, egyáltalán miként lehetnek a mesék a Rend forgatókönyvei.

Remek kérdésnek bizonyult, nem is tudtam röviden válaszolni rá. Ezt követően napokig csak azzal foglalkoztam, hogy kigyűjtöttem a mesékből a „Rend” építőköveit, no meg azokat a motívumokat, amelyek ennek útjában állnak. A lista nem akart véget érni, s amikor egy ponton mégis abbahagytam a további keresgelést, nyilvánvalóvá vált számomra, tulajdonképpen arról van szó, hogy a mesék a rend vagy a rendetlenség fokozatait mutatják meg az egyes történeteken keresztül. Tükörként fordítják felénk arcukat, lehetőséget teremtvé az embernek, hogy rálásson saját zavaros gon-

dolataira, kaotikus lelkiállapotaira, vagy fizikai síkon megnyilvánuló rendetlenségeire.

Arra is rájöttem, hogy megközelítőleg ugyanannyi mesében lesz Rend a mese végére, mint amennyiben nem, amiből arra következtettem, hogy ennek valószínűleg jelentősége van. A tréfás mesékben például a rend hiánya humorforrás, komikus elem, amit megkövetel a műfaj. A falucsúfolók, hazugságmesék is hasonló műfaji törvényszerűség miatt nem rendezik hőseik életét. A legendamesék egy történeten belül mutatnak kétféle viselkedést: az egyik szereplő jelesre vizsgálja az univerzális értékrendből, a másik belebukik. Ha az ördögmesében az ördög győz, az mélyen tragikus, ha a varázsmese hőse bukik el, az mélyen drámai. A novellamesékben – főleg a keletiekben – a Sors rendező elve miatt nem tud helyreállni a Rend, a láncmesékben logikai vétség miatt történik ugyanez. Az állatmesékben ritkán marad rendetlenség, de ha mégis, az burleszk-szerű jeleneteket szül. Jó példa erre a *Kacor*

király című magyar népmese, amelynek végén mindenki összeverekszik mindenkivel, majd futnak, amerre (nem) látnak.

Ha elkezdjük megvizsgálni, hogy mi gátolja a rend kialakulását ezekben a rosszul végződő történetekben, emberi gyengeségek, tévedések és hibák valóságos tárházára bukkanunk. És fordítva is ugyanez a helyzet: ha megértjük, hogy más mesékben viszont miért alakul ki a Rend a mese végére, valóban megkapjuk *„a Rend elvesztésének és újramegtalálásának forгатókönyvét”*. Néhány példa arra, mikor mondhatjuk egy mesehősre, hogy „Rendben van”:

- stabil és tudatos kapcsolata van az ősökkel, istenekkel, természetfölötti lényekkel
- ismeri a teremtés ősmintáját, s erre fűzi fel az életét
- rendelkezik a történetmondás és a történethallgatás képességével
- érti a képes beszédet
- hierarchikus gondolkodás helyett a komplex gondolkodás jellemzi
- a gondolat – szó – tett összhangjában él
- érzékelő jelenléttel van jelen a világban
- kirekesztés helyett tisztelettel fordul minden élőlény felé

Kristály folyó (Caño Cristales, Kolumbia – Wikipédia)



„Külön figyelmet érdemel a »mesei Rend« fogalmával kapcsolatban az a tény, hogy a mesék végén sohasem ugyanaz a Rend áll helyre, mint amivel a mese indult. »

- ismeri a hálaadás fontosságát
- hebehurgya cselekvések helyett a célra vezető cselekvés jellemzi (pl. Pancsatantra meséi)
- ismeri és tiszteli az emberen és természetén túli, mindent átható erőket (pl. szanszkrit mesék)
- a Sors és a szabad akarat összefonódásában megtalálja élete értelmét és cselekvési erejét (pl. Ezeregyéjszaka meséi)
- ismeri az élet rendjét, a természet rendjét és a kozmosz rendjét
- pszichés rendre törekszik (pl. Grimm-mesék)
- felismeri a „rendetlenség” okait, és képes felszámolni ezeket
- felülbírálás nélkül elfogadja és betartja az „egységes és egylényegű világképnek való alávetettséget, belesimul a közösség rendjébe
- kitüntetett figyelmet szentel a függőleges dimenzióknak
- képes a világot „hármasságában” érzékelni
- egyensúlyra törekszik „jó” és „rossz” erők között
- úgy él/beszél/cselekszik, hogy az ambivalens természetfölötti lények a segítő arcukat fordítsák felé
- hatékony módon tud bánni mind a hirtelen felbukkanó veszélyes erőkkel, mind pedig a hirtelen megjelenő segítő erőkkel: felismeri, fogadja, integrálja vagy legyőzi őket
- összekapcsolódik a megfelelő segítővel
- kitüntetett figyelmet szentel a táltos paripának (megszerzi, eteti, gondozza, hallgat rá)
- organikus létezési minta szerint találja meg a helyét a teremtet világban
- rendezett viszonya van a Halállal

- tud élni a csodával, képes túllépni a megszokotton, sztereotípiákon, közhelyeken
- tiszteletben tartja és követi az irányok rendjét: alulról felfelé; perifériáról a középpontba
- képes hozzáférni önmaga „legszebb részeihez”
- kívül és belül is rendet tart
- gyakorlati megvalósítás útját járja

Külön figyelmet érdemel a „mesei Rend” fogalmával kapcsolatban az a tény, hogy a mesék végén sohasem ugyanaz a Rend áll helyre, mint amivel a mese indult. Fizikai síkon biztosak lehetünk benne, hogy a bejárt út során megváltozik a hős társadalmi szerepe és vagyoni helyzete, eléri a legmagasabb méltóságot, megházasodik, övé lesz a fele királyság vagy éppen az egész. Lelki értelemben sem ugyanaz az ember áll előttünk, aki a mese elején volt: gazdagodik tapasztalatokban, érzelmekben, megküzdési stratégiákban is, és sorolhatnánk, mennyi mindenben még. Útjának épp az volt a tétje, hogy megszerzi-e azt a tudást vagy képességet, aminek híján volt a mese elején. Szellemi értelemben is több lesz, mint aki volt: minden részletre kiterjedő tudást szerez a szellemi dimenziók határtalanságáról, az „Óperenciás tengereken”, „Üveghegyeken túli” világok létezéséről. Ha ugyanaz a Rend állna helyre a mese végére, mint amivel a történet indult, nem beszélhetnénk fejlődésről, s a mese nem lenne alkalmas terápiás célokra sem. Unalmas történeteket hallgatnánk, amelyek azt súlykolnánk belénk, hogy minden úgy jó, ahogy van, a világnak mozdulatlanak és mindig ugyanolyannak kell lennie.

Ki szeretné ezt?

Utak találkozása

Béni Gabi

Van a betű, szó és mondat, és mindezek előtt a gondolat – a hegy oldalán cikázó szél. Lásd meg, érezd meg, merre mozog, honnan ered, miért.

A mesék és a chen stílusú taijiquan (陈式 太极拳) érdeklődési köröm két meghatározó részét képezi már régóta és ahogyan az évek telnek, egyre több kapcsolódási pontot fedezek fel köztük.

A taiji gyakorlásakor egyik fontos alapelv, hogy az üres állásból induló első mozdulat a szívből jövő gondolatból formálódjon. Talán ez az alapelv érvényesül akkor is, amikor a mesemondó mély levegőt vesz és elhangzik a meseindító mondat: „*Egyszer volt, hol nem volt ...*”, és indul a történet. A különböző helyszíneken egymást követik az események, haladunk a mesében egy olyan forгатókönyv szerint, amely az idők során formálódhat, de lényegi elemei változatlanok maradnak. A jó mesemondók tudják, melyek azok az alkotóelemek a mesékben, amelyeken nem szabad változtatni.

A chen taijiquan gyakorlatai meghatározott mozgásformákból állnak. A lépéseknek neve van, sorrendje, tradicionális végrehajtási módja. A forma minden eleme kötelező, egyetlen mozgásrész sem hagyható ki, a lépéseket felcserélni, megváltoztatni nem szabad. Alapszabály a tudáselemek meghatározott sorrendjének betartása.

A Mester megmutatja a mozgássort, a tanítvány megfigyeli, értelmezi és saját képességei szerint meg-

próbálja lemásolni, megvalósítani mindazt, amit Mesterétől látott. Ez a gyakorlási metódus ismétlődik egészen addig, amíg a tanítvány képes lesz önállóan gyakorolni. Mesterré akkor válik valaki, ha akad legalább egy olyan tanítvány, aki a tudását szeretné megismerni és tanulni tőle.

A mesemondáshoz hasonlóan a taiji oktatásában is meghatározó jelentőségű a Mester tudásátadási képessége. Ahhoz, hogy valaki Mesterré váljon, először is időre van szükség. Sok időre, amely az odaadó tanulásra, gyakorlásra és elmélyült ismeretszerzésre szentelhető. A kitartó és szorgalmas munkára épülhetnek és ahhoz társulhatnak a személyes adottságok: az intuíció, a jó helyzetfelismerés, az inspirációs képesség, továbbá a tanításhoz kapott áldás, az egyéni revelációk útján szerzett tudás, tehát mindazok az addicionális vonások, amelyek végül a Mestert különlegessé és utánozhatatlanná teszik.

A tradicionális tudás áthagyományozásának módszere főként a szóbeliségre és a mester-tanítvány személyes kapcsolatára épül. Talán azért, mert az igazi varázslathoz megfelelő jelenlét és kommunikáció is szükséges.

A tanítás akkor adható át sikeresen generációról generációra, ha az ismeretátadás olyan, mint a patak vize: jön valahonnan és tart valahová, áramlása áttetsző, sodrásában múlt, jelen és jövő összegződik. Megfigyelésem és tapasztalatom szerint a mesemondás tudománya is valahogyan így öröklődik át mesemondóról mesemondóra.

„A taiji és a mese(mondás és -hallgatás) egyik legfontosabb közös jellemzője, hogy mindkettő a világmindenséggel, mint összefüggő egésszel foglalkozó bölcséleti, önművelési tevékenység. Amikor mesét hallgatunk vagy taiji formagyakorlatokat végzünk lehetőségünk van elidőzni egy különleges érzékelési rendszerben.”

A MESE folyóirat 1. évfolyamának 4. számában Boldizsár Ildikó Rendben lenni című írásában olvastam, hogy „A mesékben akkor mondhatjuk egy mesehősre, hogy rendben van, ha a gondolat, szó és tett összhangjában él”.

A taoista hagyományban és később a kínai orvoslásban is elterjedt, hogy az emberi létezés „három kincse” a jing (精), a qi (氣) és a shen (神), három olyan energiaminőség, amelynek összhangját igyekeznünk kell életünk során folyamatosan megteremteni.

A jing a tetterő, öröklött tulajdonságaink hordozója, gyökere. A qi azt az életenergiát jelenti, amelyet belélegzünk, tápanyag formájában befogadunk és saját emberi szervezetünk működéséhez hasznosítunk. A shen a szellem energiaminősége, tudatos létezésünk éltető eleme – az Égbolt érintése.

A „három kincs” működtetése a taiji gyakorlása során hasonlatos lehet ahhoz, ahogyan a mesehős megvalósítja a gondolat, szó és tett egységét.

Az elmúlt években sokat kerestem azokat a megküzdési technikákat, amelyek segítenek az életben való eligazodásban és ahhoz szükségesek, hogy önmagamra, kapcsolataimra, a körülöttem lévő világra ráláthassak, hogy rendben legyek. A mese és a taiji világában találtam meg ezeket a kapaszkodókat.

A módszeres gyakorlás célja mesehallgatás és a taiji gyakorlása közben is ugyanaz: egy olyan különleges állapot (mesehallgatási transz, meditációs jelenlét)

elérése, amelyben összekapcsolódhatunk lényünk univerzális részével. Emberi létezésünk ezen lényegi minőségére való rátalálás segíti a tisztánlátást, a gyógyulást, annak megtapasztalását, hogy mit jelent, rendben lenni.

A taiji és a mese(mondás és -hallgatás) egyik legfontosabb közös jellemzője, hogy mindkettő a világmindenséggel mint összefüggő egésszel foglalkozó bölcséleti, önművelési tevékenység. Amikor mesét hallgatunk vagy taiji formagyakorlatokat végzünk, lehetőségünk van elidőzni egy különleges érzékelési rendszerben.

Úgy van ez, ahogyan Boldizsár Ildikó meséli: „Az emberi testben van egy piciny lótoszvirág házikó, abban a piciny lótoszvirág házikóban van egy kicsiny belső tér. Ez a kicsiny belső tér akkora, mint a világűr. Benne van az Ég és a Föld, Nap és Hold, tűz és víz, a villám és a csillagok, minden, ami van, volt, lesz, benne van.”

Ugyanezt a gondolatot Han Kui Yuan, chen taijiuan Mesterem így szokta megfogalmazni és sokszor megismételni a közös gyakorlások alkalmával: „A nagy körből kis kör lesz, a kis körből nagy kör.”

A Metamorphoses Szabadegyetem¹ "Szakrális meseföldrajz – A mesei helyszínek jelentősége" című előadásán hallottam és fel is jegyeztem magamnak ezt a mondatot: „A mesei helyszínek, mint belső tájak, lelki és szellemi tényezők átalakulásának stádiumai”.

Tapasztalatom szerint a mozgásmeditáció is hordozza a belső tájak felfedezésének lehetőségeit. Ha a gyakorlatokat tudatosan végezzük és a mozgást belső figyelemből indítjuk, akkor testünk harmonikus működési módba kapcsol. A jól megvalósított mozgássor megfelelő helyzetekben lehetőséged ad személyes elakadásaink korrekciójára, a változashoz, a belső átalakuláshoz vezető felismerésekre. A mesei helyszínek mint belső tájak ebben az esetben a formagyakorlat egyes elemeinek, lépéseinek, kisebb mozgásrészeinek feleltethetők meg.

A szakrális meseföldrajzhoz hasonlóan az emberi szervezet működésére vonatkozó elképzelések képi megjelenítése a tradicionális formagyakorlatok esetében is a kozmológia fogalmi rendszerével hozható összefüggésbe.

„Aki nem hiszi, járjon utána” – zárul a mese, s ha minden jól alakul, a mese vége egyben egy új kezdetet is jelenthet.

web:

Boldizsár Ildikó: Metamorphoses Szabadegyetem előadásai,

Tudás- és Mesetár:

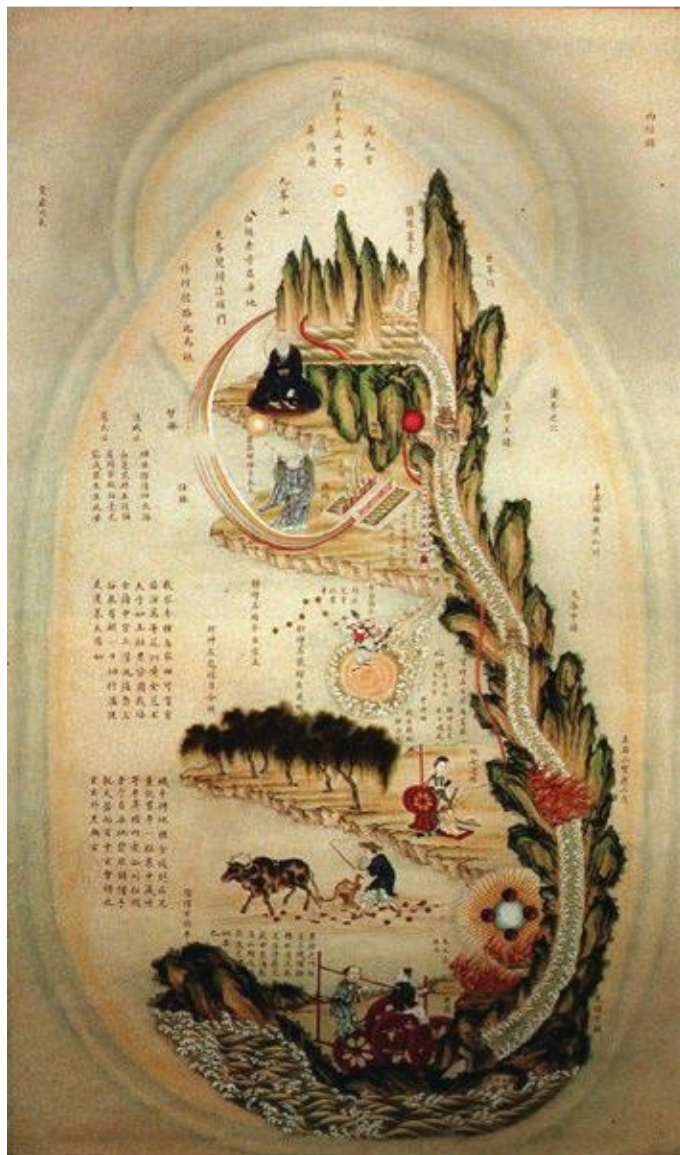
www.boldizsarildiko.com

Chen Stílusú Taiji Szeminárium Han Kui Yuan Nagymesterrel. Magánkiadás:

www.chen.hu

Jegyzetek:

(1) Boldizsár Ildikó online előadás-sorozata a mesékről



Nei jingtu (内经图), taoista „belső tájkép” az emberi test ábrázolására, Wikipédia

A kép eredete még ismeretlen. A Kao-sung hegy (高松山) templomának könyvtárában találták meg egy régi selyemtekercsre festve. Ha a taoista belső tájképet alaposan megsejleljük, láthatjuk, hogy felvázolja az emberi test működését és támpontokat nyújt az egészséges (és transzcendens?) létezési mód eléréséhez.



Bárdos József

A mese morfológiájáról

Fiatalként elköteleződtem az új módszerek iránt, tekintve, hogy a tankönyvek akkor is laposak, semmitmondók voltak. Újat akartunk tanulni, tanítani. Propp könyvében elsősorban a meseszerkezet univerzalitása ragadott meg. Ennek eredete, magyarázata azóta is izgat. A másik, ami a reveláció erejével hatott, hogy a hétszereplős mesemodell, és az így kibontakozó szüzsé váza is sokkal általánosabban érvényes az epika különböző műfajaiban.

Számomra az első „felfedezés” az volt, hogy Petőfi *János vitéze* tökéletesen megfelel a tündérmese proppi szerkezetének. Csak itt két, egymásból kibontakozó első menet szerepel, melyek alakjai pontosan megfeleltethetők egymásnak, s mindezt úgy, hogy a romantika világmegkettőzése abszolút eredeti, ma is aktuális üzenetet hordoz:

Akiből itthon csak öreg betyár vagy kiszolgált katona válhat, az egy másik világban (francia földön vagy Tündérországon) képességei, tettei alapján Franciaország vagy Tündérorság királyává lehet. Próbáltam ezt megmutatni diákjaimnak, kollégáimnak is. Petőfi zsenialitását jelzi: a „népiesség” nála nem valami külsődleges utánpótlás, hanem mindent meghatározó világnézet.

Visszatérve *A mese morfológiájára*: Amikor aztán gyermekirodalommal kezdtem foglalkozni, Bettelheim mellett természetesen Propp volt a kiindulópontom.

V. J. Propp, *A mese morfológiája*, Bp., Gondolat, 1975.

Az idézetben a táblázatokra utaló zárójeles betűjeleket elhagytam. A fordító – sajnos – ezeknél meghagyta az orosz ábécé betűit, ezzel az átlag olvasó számára jócskán megnehezítette az eligazodást. Holott Propp egyszerűen az ábécé sorrendjében haladt.



V. J. Propp: A mese morfológiája (1928)

VI. A funkciók megoszlása a szereplők között

A mese a következő szerepköröket alkalmazza:

1. Az ellenfél (károkozó) szerepköre. Idetartozik a károkozás, a viadal vagy a hőssel folytatott küzdelem más formája, az üldözés.

2. Az adományozó (felfegyverző) szerepköre, ide tartozik: a varázseszköz átadásának előkészítése, a hős ellátása, felfegyverzése a varázseszközzel.

3. A segítőtárs szerepköre. Idetartozik a hős térbeli helyváltoztatása, a baj vagy hiány megszüntetése, a megmentés az üldözéstől, a nehéz feladat megoldása, a hős átváltoztatása.

4. A cárkisasszony (keresett személy) és apja szerepköre. Idetartozik: a nehéz feladat kiszabása, a megbélyegzés, a leleplezés, a felismerés, a második károkozó megbüntetése, az esküvő. A cárkisasszony és apja funkcióit nem lehet egész pontosan elválasztani egymástól. Többnyire az apa rója ki a nehéz feladatot, mivel ellenséges viszonyban van a vőlegénnyel, többnyire ő bünteti meg, vagy az ő parancsára büntetik meg az álhóst.

5. Az útnak indító szerepköre. Csak az útnak indítást foglalja magába (bekapcsoló mozzanat).

6. A hős szerepköre. Magába foglalja az útnak indulást, a reagálást az adományozó kívánságára, az esküvőt. Az első funkció a kereső típusú hősre jellemző, az áldozat típusú hős csupán a többit teljesíti.

7. Az álhős szerepkörébe tartozik ugyancsak az útnak indulás, a reagálás az adományozó kívánságára – ez a reagálás az ő esetében mindig negatív – és mint specifikus funkció, idetartozik a jogtalan követelés.

Ily módon a mese hét szereplőt mozgat. Ezek között a szereplők között oszlanak meg az előkészítő szakasz funkciói, de a megoszlás itt nem annyira egyenletes, és ezek szerint nem lehet meghatározni a szereplőket. Ezenkívül van néhány szereplő, akik az összekötő elemeket valósítják meg (panasztevők, feljelentők, rágalmazók), valamint árulók, akik az (értésülés átadása) funkciót teljesítik – ilyen a tükör, a gyalu, a seprő, amely megmutatja, merre található a keresett áldozat. Ugyanide tartoznak az olyan szereplők, mint az Egyszeműcske, Kétszeműcske, és Háromszeműcske.

A funkciók megoszlásának kérdésére a szerepkörök megoszlásának meghatározásával adhatunk választ.

Hogyan oszlanak meg a fentebb vázolt szerepkörök az egyes mesebeli szereplők között?

Három eset lehetséges.

1. A szerepkör pontosan megfelel egy bizonyos szereplőnek. A vasorrú bába, aki próbára teszi, majd megjutalmazza a hőst; az állatok, amelyek kegyelmet kérnek Ivántól, majd megajándékozzák, tiszta adományozók. A ló, amelyik eljuttatja Ivánt a cárkisasszonyhoz, segít elrabolni a lányt, megoldja a nehéz feladatot, megmenti a hőst az üldözés elől, stb. – tiszta segítőtárs.

2. Egy szereplő több szerepkört tölt be. A vasmuzsikocsk, aki könyörög a hősnek, hogy szabadítsa ki a toronyból, majd erőt ad Ivánnak, és megajándékozza a terület-terület asztalkámmal, később pedig segít

megölni a sárkányt, egy személyben adományozó és segítőtárs. Külön kell vizsgálnunk a hálás állatok szerepét. Ezek kezdetben adományozóként viselkednek (segítségért vagy kegyelemért könyörögnek), majd önmagukat a hős rendelkezésére bocsátják, és ezzel segítőtársakká válnak. Alkalmanként az is előfordul, hogy az állat a megszabadítás vagy megkegyelmezés után nyomban eltűnik, és még a varázsigét se árulja el a hősnek, amivel elő lehet hívni, de a kritikus pillanatban felbukkan, és segítőtárs lesz a hősnek. Vagyis közvetlen cselekvéssel jutalmazza meg a hőst. Segítheti például a hőst abban, hogy eljusson a másik birodalomba, vagy megszerzi számára keresése tárgyát stb.

Ugyancsak különleges figyelmet érdemel a vasorrú bába (vagy az erdei kunyhó más lakója), aki összezsap Ivánnal, majd menekül előle, és ily módon mutatja meg az utat Ivánnak. Az útmutatás a segítőtárs funkciója, de a vasorrú bába itt akaratlanul (sőt, mondhatni akarata ellenére) a segítőtárs szerepét játssza. Először ellenséges adományozóként jelenik meg, majd akaratlanul segítőtárssá változik.

A többszerepűség néhány más esete: az apa, aki útnak indítja a fiát, és tölgyfabotot ad neki, egy személyben útnak indító és adományozó. A három leány, aki az arany, ezüst, és rézpalotában lakik, megajándékozza Ivánt varázsgyűrűvel, majd hozzámege feleslegül, adományozó is, cárkisaszzony is. A vasorrú bába, aki elrabolja a kisfiút, kimenébe akarja vetni, majd akit a kisfiú meglop (ellopja a varázskendőt), károkozó és az – akaratlan, ellenséges – adományozó szerepét egyesíti. Tehát ismét azt tapasztalhatjuk, hogy a szereplők akarata,

szándéka nem tekinthető lényeges vonásnak meghatározásuk során. Nem az a fontos, mik a szándékaik, milyen érzelmek vezetik őket, hanem az, hogy mit tesznek. Tetteik meghatározásának alapja az, hogy mi ezek jelentősége a hős, valamint a cselekmény menete szempontjából. Itt ugyanazt a képet kapjuk, mint a motivációk tanulmányozása során: az útnak indító érzelmek lehetnek ellenségesek, közömbösek vagy barátiak, ez azonban nem befolyásolja a cselekmény menetét.

3. Az előbbi eset fordítottja: egyetlen szerepkört több szereplő tölt be. Így például ha a sárkány elpusztul a küzdelemben, ő maga tovább nem üldözheti a hőst. Ezért az üldözés funkciójának betöltésére újabb szereplők lépnek színre: a sárkány feleségei, nővérei, lányai, anyósa, anyja, vagyis nőrokonai. A hős próbára tétele, reagálása a próbára és megjutalmazása némely esetben szintén több szereplő között oszlik meg, bár ezek az esetek művésziileg többnyire nem szerencsések. A hőst az egyik szereplő teszi próbára, de a jutalmazást – véletlenül – egy másik szereplő végzi. Már említettük, a cárkisaszony és apja szerepköre közös. A szerepkör megoszlása azonban legtöbbször a segítőtársak esetében fordul elő. Itt mindenekelőtt meg kell vizsgálni, mi a különbség a varázseszköz és a csodás segítőtárs között. Vessük össze a következő eseteket: A. Iván megszerzi a repülő szőnyeget, és azon repül el a cárkisaszonyhoz vagy haza. B. Iván lovat kap, annak hátán elrepül a cárkisaszonyhoz vagy haza. Ebből látható, hogy a tárgyak ugyanúgy viselkednek, mint az élőlények.





Mintázatok felismerése

A jungiánus asztrológia önismereti modelljének segítségével

Tick Ervin

A genetikai adottságainkon és a személyiségünket formáló szocializációnkon túl – úgy gondolom – létezik egy velünk született személyiségstruktúránk, amit a jungiánus asztrológusi énem szívesen nevez „ kozmikus karakternek”. Ez utóbbiban olyan mintázatok, formák fogalmazódnak meg, melyek végigkísérik életünket; tartalmat a szocializációnk, a családi mintáink adnak nekik. Később, ahogy újra és újra ismét megszólítódnak és megmutatkoznak a mintázataink, úgy megismétlődnek a hozzá tartozó tartalmak is. Meggyőződésem, hogy érdemes ezekre az úgynevezett archetipikus formákra figyelni, hiszen tartalmi jellegük a különböző korokban és kultúrákban eltérő lehet ugyan, de formai adottságaikat megőrzik.

C. G. Jung erről így ír: *„Ismételten szembetalálom magam azzal a félreértéssel, hogy az archetipusok tartalmilag meghatározottak, azaz tudattalan képzet-félék volnának. Ezért hangsúlyoznom kell: az archetipusok nem tartalmilag, hanem csupán formailag meghatáro-*

zottak, mégpedig csak nagyon feltételes módon... Az archetipus önmagában véve üres, formális elem, mint valami facultas praeformandi, a képzetformának a priori adott lehetősége. Nem a képzeteket öröklük, hanem a formákat, amelyek e tekintetben pontosan megfelelnek a szintén formálisan meghatározott ösztönöknek”¹. S ezen úgynevezett formai meghatározottságuk ad lehetőséget a velük való önismereti munkára, és ez a formai adottság jelenik meg mind a mesében, mind az asztrológiai önismereti modellben. Ahogy a morfológiai megközelítés meghatározó eszköz a Metamorphoses Meseterápiában, úgy nagy potenciállal bír a karakter mintázatainak asztrológiai feltérképezésében is.

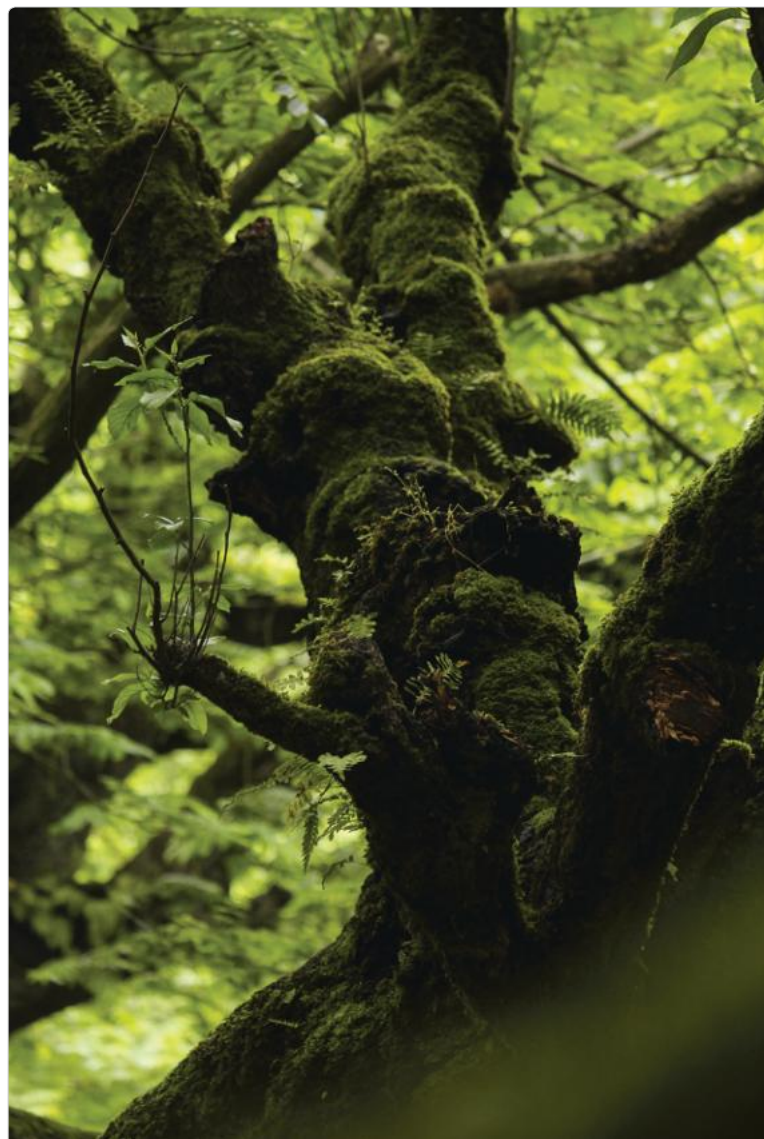
Következésképpen a tartalom az, ami változik, ami egyénre szabott. A forma archetipikus, ismétlődő jellegű a karakter és az élethelyzet szintjén egyaránt. Az életünk során van módunk kisebb vagy nagyobb erőfeszítésekkel átkeretezni a tartalmakat. Nem szükséges, hogy egy kemény apa fiából újra rideg apa legyen,

nem szükségszerű, hogy egy áldozati szerepben élő szülői minta tovább éljen egy későbbi felnőttben. Nem szükségszerű, hogy egy a családon végig vonuló önszabotázs totális automatizmusával megjelenjen bennünk is. Ha felismertetem és tudatosítom a formát, a mintázatot, akkor van esély újragondolni a tartalmat is. A cél tehát az, hogy egy archetipikus formába zárt helyzet, történet, ismétlődő megoldás átkereteződjön bennünk a mese konstruktív példája alapján. Kulcsfontosságú tehát a mintázat (archetipikus forma) lehető legpontosabb felismerése, azaz a legmegfelelőbb mese kiválasztása az önismereti munka során. Egy személyes történetnek az archetipikus szintre emelése (jelen kontextusban: összekötése egy adekvát mesével) „gyógyító erővel” bírhat.

C. G. Jung: „A modern terápia már nem tudja ezt, de az antik medicinában ismerték, hogy gyógyhatású az, amikor a személyes betegséget magasabb és személytelen szintre emelik. Az ókori Egyiptomban például, ha valakit kígyó mart meg, odahívták az orvosként tevékenykedő papot, aki a templom könyvtárából kivette azt a kéziratot, amely Rének és anyjának, Ízisznek a mítoszáról szól, és felolvasta. Ízisz eszerint teremtett egy mérges kígyót, azt elrejtette a homokban, Ré isten rálépett a kígyóra, amely megmarta; szörnyű fájdalmak voltak, közel járt a halálhoz, de ekkor az istenek felszólították Íziszt, hogy végezzen varázslatot, amely kivonta a mérget Ré testéből. (...) A kígyómarás például archetipusos szituáció, ezért is fordul elő motívumként sok elbeszélésben. Ha a betegséget okozó archetipusos szituációt megfelelő módon ki tudjuk fejezni, a páciens meggyógyul. Ha nem találunk megfelelő kifejezést, a páciens magára marad, visszasüllyed beteg voltának izolált állapotába, egyedül lesz, és nem lesz kapcsolata a világgal.”²³

„A kiválasztott archetipikus forma (komplexus, élettéma, konstelláció, mintázat) alapos »morfológiai« vizsgálat alá kerül, aminek a végeredményeképpen megfogalmazódnak azok az archetipikus formai jellemzők, amely alapján kiválasztjuk a mesét, amivel dolgozni fogunk. Jellemzően nem az élethelyzetre fókuszálódik a keresés, hanem sokkal inkább a személyiség azon mintázataira, melyek elkísérik őt egész élete során, hiszen sok esetben a karakterjellemzőkből fakad az élethelyzet kialakulása.”

Égigérő fa (forrás)



Úgy vélem itt tökéletes példáját láthatjuk annak, amit az *Metamorphoses* Meseterápia, illetve megalkotója, Boldizsár Ildikó a mintázatban rejlő kód automatikus működéséről megfogalmaz.³ A hatékony terápiás, valamint az alkotó-fejlesztő önismereti folyamat szempontjából meghatározó, hogy a felnőtt kliens megoldási stratégiáját leginkább szolgáló algoritmus „fusson le”. C. G. Jung szerint *„a pusztán személyes szenvedést fel kell emelni egy általánosan érvényes szituáció szintjére. (...) A kollektív képnek vagy alkalmazásának természetesen összhangban kell lennie a páciens különös pszichológiai szituációjával. A mítosz vagy legenda a betegségben konstellálódó archetípusanyagból keletkezik, és a lelki hatás lényege az, hogy a pácienset hozzákapcsoljuk az ő különleges szituációjának általános emberi értelméhez.”*⁴

Több mint két évtizedes jungiánus asztrológusi praxisom is tulajdonképpen az egyén belső mintázatainak felismerésére, illetve az élethelyzetek mintázatokhoz való kötésére alapult; így vált hasznos eszközzé az alkotó-fejlesztő meseterápiás munkámban is. A gyakorlati folyamat a következő:

Első lépésben egy alapos mélyinterjú, hogy ráláthassunk az archetipikus formák mögött meghúzódó egyéni tartalomra (családi minták, szocializáció, ismétlődések, aktuális élethelyzet stb.). Második lépésben a karakterben megjelenő mintázatok felismerése, szerkezetük definiálása, archetipikus működésük leírása a jungiánus asztrológia rendszerének felhasználásával.

Jellemzően több karakterbeli mintázat is felismerhető egy egyénnél. Ezért kiemelt feladat annak a formának a konzultatív módon történő kiválasztása, amelyben az aktuális élethelyzetbeli, vagy éppen az általános elakadás tetten érhető. A kiválasztott archetipikus

forma (*komplexus, élettéma, konstelláció, mintázat*) alapos „morfológiai” vizsgálat alá kerül, aminek a végeredményeképpen megfogalmazódnak azok az archetipikus formai jellemzők, amely alapján kiválasztjuk a mesét, amivel dolgozni fogunk. Jellemzően nem az élethelyzetre fókuszálódik a keresés, hanem sokkal inkább a személyiség azon mintázataira, melyek elkísérik őt egész élete során, hiszen sok esetben a karakterjellemzőkből fakad az élethelyzet kialakulása.

A továbbiakban kísérletet teszek a jungiánus asztrológiai önismereti modell mintázatainak bemutatására, összetevőinek, szerkezeti logikájuknak a leírására – szándékom szerint közérthető módon. Végül egy esetleírás segítségével gyakorlati szinten is közelebb hoznám a mintázat kiválasztásának folyamatát.

A jungiánus asztrológia (JA) „morfológiája”

A jungiánus asztrológia „térképe” személyi jelölőkre, illetve kollektív jelölőkre osztható. Mindkét csoport planétákkal képviselt (az asztrológia rendszerében planétaként kezeljük Napot és a Holdat is). A személyi jelölők a karakterünk látható, megnyilvánuló részeinek (szerepjáték, célorientáció, tudatosság, vitalitás, énközlés, percepciók, szükségletek, hangulatok, biztonságigény, kapcsolatkézség, stílus, akaratérő, térfoglalás, agresszió, drive) képviselői. A kollektív jelölők (*a külső planéták*: Jupitertől a Plútóig) archetipikus formákat, energiákat, alakító erőket képviselnek a modellben. Ez utóbbiak azok, amelyek a személyes részeinken keresztül megnyilvánulva mintázatokot, komplexusokat hoznak létre; ők tehát az úgynevezett mintázatalkotók.

A jungiánus asztrológiai modell kollektív archetípusként értelmezhető elemei jól körbeírhatóak néhány alapvető szempont alapján. Ezek a szempontok a következők:

- racionális vagy irracionális;
- férfielvű vagy női elvű;
- energetizál vagy energiavesztést okoz (lelassít);
- megerősít vagy megkérdőjelez.

Vegyük sorra tehát ezeket a kollektív archetípusokat, mint mintázatalkotókat (v. komplexusalkotókat):

• **JUPITER** (a „Bölcs”)

Racionális, férfielvű, energetizáló és megerősítő.

Ő képviseli a bölcs megerősítő apai elvet. Hitet ad, lelkesít, elismer, támogat, távlatot ad, sikerorientálttá tesz.

• **SZATURNUSZ** (a „Törvény”)

Racionális, férfielvű, energiavesztést okoz és megkérdőjelez.

Ő képviseli a szigorú, törvénykező apai elvet. Perfekcionista, elváró, vizsgáztató, korlátokat vagy kereteket képvisel. Ő a szabálykövető és a szabályt elváró, az elégedetlen, a szigorú, a depresszív realista. Ő a struktúra teremő.

• **URÁNUSZ** (a „Bolond”)

Racionális, férfielvű, energetizáló és ambivalens (egyszerre megmozgató és kinevető).

Ő képviseli az innovatív, ötletekkel teli férfielvet. Eredeti gondolkodás, szuverenitás, szabadság és egyedi megoldások jellemzik. Efemer, impulzív, türelmetlen, rendhagyó. Ő a kívülláló, a besorolhatatlan, az önjáró. Ő áll minden „heuréka-effektus” mögött.

• **NEPTUNUSZ** (a „Tündér”)

Irracionális, női elvű, energiavesztést okoz, de megerősítést ad egészen az illúzióig.

Ő képviseli az ösztönös ráérzéseket. Empatikus vagy azonosuló. Megérintődő vagy bevonódó. Szelíd és bizonytalan, képlékeny és spontán, határtalan és definiálhatatlan. Ő a strukturálatlanság, az átláthatatlanság. Ő a káosz.

• **PLÚTÓ** (a „Boszorkány” / a „Javasasszony”)

Irracionális, női elvű, energetizáló, megkérdőjelező.

Ő képviseli a határhelyzetbe hozó, transzformatív, ösztönös, megmozgató energiákat. Válságot teremt és válságot menedzsel. Választásra, illetve elengedésekre kényszerít. Ő teremti meg a minőségi megújulás lehetőségét. Formailag félelmetes, de egyben nagyon hatékony tud lenni.

Mintázatalkotó kollektív archetípusok (www.stelliumpress.hu)



Önmagában ez az öt forma elvont absztrakció. Ám amikor kapcsolódik egy személyes részünkhöz vagy jellemez egy élethelyzetet, akkor megfoghatóvá, értelmezhetővé, átélhetővé válik. Például, ha kapcsolódik a Mars által képviselt akaraterőnkhez, hajtóerőnkhez, akkor annak karaktert ad és mintázattá lényegül. Ugyanis – kiragadva a Mars széles analógiaköréből – az *akaraterőnk*: lehet lelkes és hitteli (Jupiter kapcsolódás), lehet feszes, fegyelmezett, lelassult (Szaturnusz kapcsolódás); lehet impulzív, innovatív, türelmetlen, szuverén vagy szabados (Uránusz kapcsolódás); lehet bizonytalan, érzékeny, befolyásolható, inspiratív, ráérző (Neptunusz kapcsolódás); s végül lehet ösztönös, radikális, határhelyzetet teremtő, kamikáze (Plútó kapcsolódás).

Ráadásul mindezeket a lehetséges variációkat megélhetem konstruktív, építő módon és feszült, görcsös, kényszeres módon is sok-sok hibalehetőséggel. Úgy remélem, hogy lassanként érzékelhetővé válik a rendszerben rejlő potenciális sokszínűség és differenciáltság.

Ha egy személyiség részünkhöz vagy egy élethelyzetünkhöz egyetlen kollektív archetípus kapcsolódik, akkor a mintázatunk karakteresen egy irányba mutat és a hozzá kapcsolódó feladatunk a konstruktív irányba való terelés lesz (tudatos átkeretezéssel, illetve az érzelmeinkben és/vagy a testünkben őrzött emlékek újraélésével és feloldásával). Ám az esetek többségében a mintázatokban több *komplexusalkotó kollektív tartalom* is jelen van egyszerre. Ezek a helyzetek elég pontosan rámutatnak azokra az ellentmondásokra, amelyek karakteresen kísérik az élethelyzeteinket és személyes megoldásainkat. A meseterápiás konzultációnak ezen előkészítő jungiánus asztrológiai szakaszában éppen ezeket az ellentmondásokat járjuk körbe a klienssel. Megpróbáljuk az egyes mintázatok jellemzőit, kollektív összetevőit definiálni. Kiválasztani

ni közülük azt a mintázatot, amelyik a legnagyobb kihívást jelenti éppen most (vagy egész eddigi élete során). Ezután fel kell emelnünk a hétköznapi történés szintjéről egy archetipikusabb forma szintjére. S így a jungiánus asztrológia kollektív archetípusainak segítségével már ott is vagyunk a megfelelő mese kiválasztásának előszobájában.

A folytatásban egy esetleíráson keresztül szeretném megmutatni, hogy miképpen találtunk rá a klienssel az elakadását leginkább jelképező mintázatára a jungiánus asztrológia segítségével, illetve milyen szempontok alapján választottam aztán mesét. Magát az alkotó-fejlesztő meseterápiás folyamat teljes történetét nem célom leírni, hiszen jelen írás célja a mintázat felismerésének bemutatása. Az eset közlésére természetesen engedélyt kaptam a kliensemtől és értelemszerűen egy kitalált nevet használok.

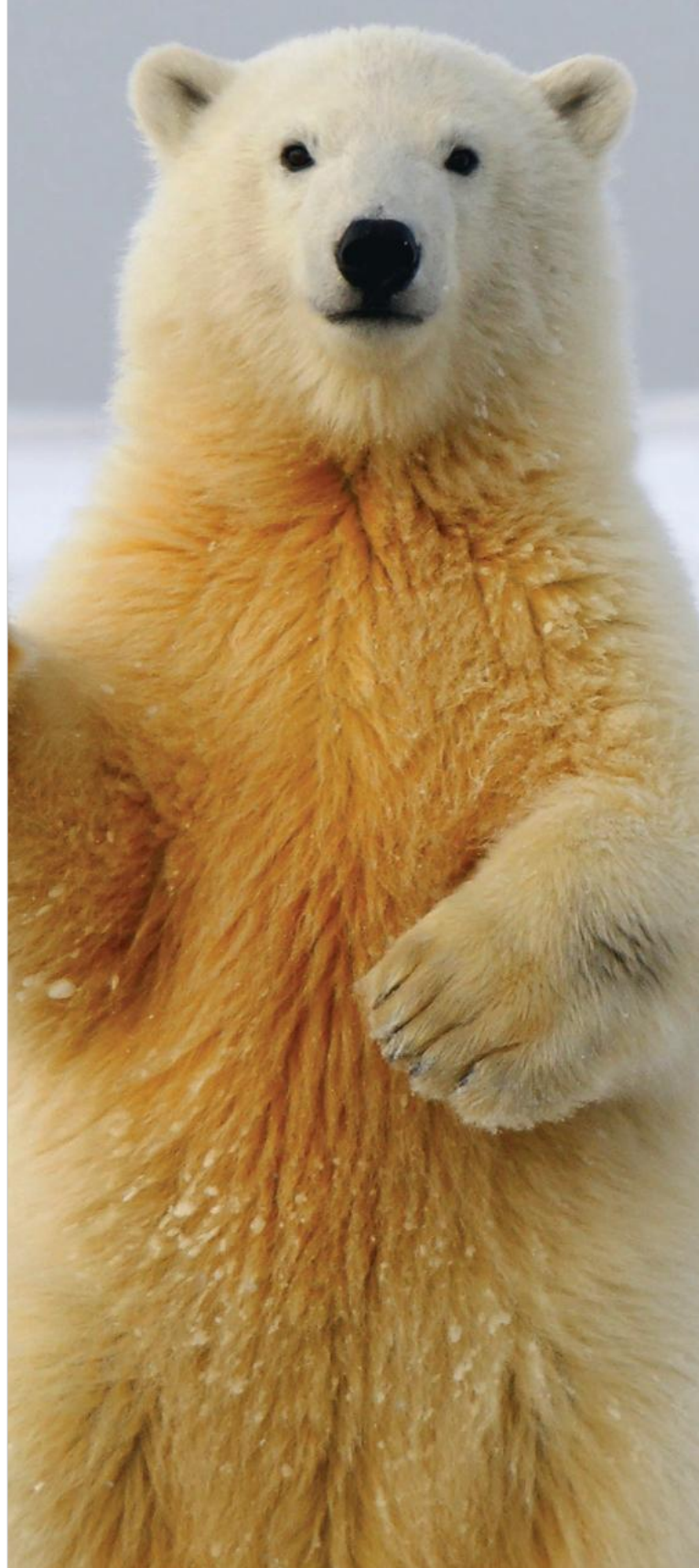
Albert, 30 éves férfi meséje: „Az árva Kagzagzuk”

A közös munkát megelőző beszélgetéseink (interjú) hosszabbak voltak a megszokottnál. Albert kérte ezt tőlem, aki nem akart sietni, de én is örültem, hogy több időnk van az egymásra hangolódásra. A konzultációnk során fokozatosan bontakozott ki előttem Albert élethelyzete, viszonya az őt körbevevő világhoz és az egésztest kísérő megoldatlan testi tünet. Albert elvesztette a bizalmát a környezetét illetően. Hiteltelenné vált az apja és megszakadt vele a kapcsolata már gyermekkorában; hiteltelenné vált a bátyja; hiteltelenné váltak a tanárai, nem bízott a környezetében és egyre kevesebb toleranciája volt az édesanyja felé is. Elárultnak, becsapottnak és tehetetlennek érezte magát. Mindez sok türelmet igényelt a partnerétől is, így tulajdonképpen veszélyben volt a párkapcsolata is. Mindehhez társult egy rejtélyes nyakfájás, amin az az orvosok sem tudtak

segíteni. Egy olyan ember képét mutatta, aki beszorult a csalódásai, az elárultsága, a kényszeres szabálykövetései, a pesszimizmusa kerítése mögé, miközben intenzív álmiai voltak, melyekben állatokkal küzdött – nem sok sikerrel.

A jungiánus asztrológiai konzultáció során aztán felvázolódott egy meglehetősen összetett mintázat, amit alaposan körbejártunk Alberttel, majd közös munkával meg is fogalmazódott a komplexustéma. A fókuszba az énképviselő és a külvilághoz való kapcsolódás tengelye került, melyet két meghatározó kollektív archetípus erőtere határozott meg. A *Szturnusz* kontrolláló, bekerítő, bénító, leértékelő erőtere egyrésről, másrésről a *Plútó* animisztikus, energikus, ösztönös életereje és félelmetessége. Bővebben lásd feljebb az archetípusok kulcsszavainak leírását. Jól érzékelhető volt és Albert maga is kommunikálta, hogy a kontrolláló, gátlásos („szturnuszi”) énje a domináns fiatal felnőtt kora óta – és az erőteljes, ösztönös, végletes („plútói”) énje elfojtott, nem kap szerepet, miközben rendszeresen álmainak témája. Leginkább a „gonosz és primitív világra” való kivetítéseiben volt tettenérhető.

Így találtunk rá az ismert eszkimó mesére *Az árva Kagzagzuk*-ra. Már a mese közege is egy kemény, behatárolt világot mutat, de Kagzagzuk („szturnuszi”) árvasága, kivetettsége, korlátai, hiányállapota is szinkronban volt Albert alaphangulatával. Mintegy ráadásként szomatikus tüneteit (nyakfájás) is visszatükrözte a mese: *„De még ez se fáj nekik annyira, mint az, hogy ha bármit kértek tőle, vagy ha csak épp elmentek mellette, mindig megtaszították a vállát, hol jobbról, hol balról – s ettől a folytonos taszigálástól ferde lett a válla, de még a nyaka is egy kicsit.”* Albert magáénak érezte a mesét, amely tükrözte számára mind aktuális élethelyzetét, mind általános viszonyát a világhoz.



Medveforma hatalmas állat (Cibi Chakravarthi – Unsplash)





Jéghegyeken túl (Yvette Zhang – Unsplash)

Ezenfelül megjelenik a mesében Albert feladata is a („plútói”) ösztönös életerővel, energiával, átalakulással kapcsolatban, aminek meg kellett találnia a helyét az életében.

„Egyszer aztán nagyot gondolt, elszökött otthonról, és kiment a hegyek közé, hogy keressen magának egy csendes zugot, ahol senki se láthatja, hallhatja, mit csinál – s ott nagy bátran így kiáltott fel: – Erő ura, gyere elő! Erő ura, mutasd magad! S abban a szempillantásban megjelent egy medveforma, hatalmas állat. Kagzagzuk rettentően megijedt, és el akart futni, de a szörnyeteg menten utolérte, mellső lábát a dereka köré csavarta, és jó alaposan odanyekkentette a földhöz a fiút.”

Ez volt Albert elakadási pontja. Már az interjú és később a jungiánus asztrológiai vizsgálódások során világossá vált, hogy nem engedi meg magának a „medveforma hatalmas állattal” való találkozást. Megérkeztünk tehát az alkotó-fejlesztő meseterápiás folyamat központi témájához. Itt egy hosszú, tartalmas beszélgetéssorozat vette kezdetét, amelynek során az összes „kipotyogó csontocskát” felfejtettük, és ahol ez indokolt volt, más értelmezési keretbe helyeztük.

„Kagzagzuk egy darabig se látott, se hallott, még a tagjait se érezte, csak a szeme káprázott. Aztán egyszerre észrevette, hogy a saját tulajdon testéből apró kis cson-

tocskák potyognak ki, de nem ám egy-kettő, hanem egy egész halom! A medveforma állat erre így szólt: – Ne sajnáld ezeket a csontocskákat, ezektől voltál gyöngye!”

A közös munka során, ha apró lépésekben is, de Albert fokozatosan engedte meg magának, hogy egyrészt hangot merjen adni a véleményének és konstruktívabb módon viszonyuljon a környezetéhez. Másfelől lassanként eltűntek vagy éppen emberi alakokká alakultak át (*humanizálódtak*) az álmaiban korábban megjelenő állati erők és még párbeszédese viszonyba is került velük, ami az ösztönös („plútói”) energiák integrálásának elindult folyamatát is jelezte számunkra.

Összegzésképpen

Tisztában vagyok vele, hogy nem mindenkinek van módja a jungiánus asztrológia eszköztárával dolgozni a mintázatok felismerésében a meseterápia során. Viszont úgy vélem, hasznos elemelkedni a hétköznapi történetektől az archetipikus formák irányába (s úgy hiszem, erre mindannyiunknak lehetősége van), mert ez megkönnyíti a mintázat megfogalmazását a terápiás munkában. A meseterápiás önismereti munkában előbb vagy utóbb elérkezik az a pont, amikor a már felismert vagy felismertett mintázat szereplőivel közelebbi kapcsolatba is kell lépünk.

Ezért érdemes képet alkotnunk mintázataink szereplőiről, és előrevívó, ha „szóba is állunk” velük. Bár időnként legszívesebben megszabadulnánk tőlük, hiszen nem mindig könnyű együttélni ambivalens energiáikkal. Mégis teremtsünk inkább kooperatív jellegű kapcsolatot velük, hiszen fontos pszichés energiaforrásokhoz juttatnak el minket. A felszólítás, hogy párbeszédbe lépünk velük, elsőre talán meglehetősen furcsán hangzik, ám a tudatos énünk több mindenre képes, mint amit gondolnánk róla. Használjuk képalkotó fantáziánkat a mese segítségével!

Jung elgondolása szerint úgy tudunk a tudattalanunk tartalmaival kapcsolatba lépni, ha megszemélyesítjük őket és aztán a tudat felől kapcsolatot létesítünk velük. További könnyítést jelent szerintem, ha a megszemélyesítésen túl (mesei) történetbe is helyezzük őket.

A további lépés a (mesei) belső képek tudatosabbá tételéhez vezető úton, ha komolyan odafigyelünk az érzelmeink és a testünk jelzéseire. A belső képeink rejtőzködők és mégis – paradox módon – a tudatosság irányába törekvők. Itt teremtdődik meg a párbeszéd esélye, itt van lehetőség az úgynevezett *aktív imagináció* segítségével a kapcsolatteremtésre. Ahogy azt az írásom elején is Jung-ra hivatkozva jeleztem: ezeknek a belső képeknek gyógyító ereje van – megéri hát a lelki erőfeszítés. Elaine N. Aron megfogalmazása szerint *„az aktív imagináció nem álmodozás vagy egyszerű fantáziálás, hanem párbeszéd elméd tudatos része és tudattalanod azon része között, mellyel fel akarod venni a kapcsolatot.”*⁵

Gondoljunk a felismert mintázat nehezen integrálható szereplőjére úgy, mint egy bennünk rejtőzködő másik emberre. Hívjuk elő, aztán figyeljünk oda rá (mit akar mondani?, mit szeretne tenni?). Így elindul a pozitív kapcsolódás folyamata. S ha már jobban megis-

mertük őt, akkor elkezdődik a kontrollált beépülése a tudatos életedbe annak, amit ő képvisel. Aron szerint a kulcsmozzanat az, hogy amikor feltesszük a kérdést a nehezen integrálódó személyiség részünknek, akkor valóban számítsunk is a válaszára.

*„... a fő cél, hogy tudatossá tedd őt, és megengedd neki, hogy kifejezze magát úgy, ahogy van. Ahhoz, hogy ezt elérdd, pozitívan kell kapcsolódnod hozzá. Ne felejtse el, hogy pozitívan kapcsolódnod hozzá annyit tesz, mint szeretni őt – elfogadni olyannak, amilyen, az érzéseivel együtt. Öszintén igyekezned kell megismerni őt és kielégíteni a szükségleteit, amennyiben erre képes vagy. Ez a feltétel nélküli elfogadás sokkal többet segít, mint ha kioktatnád vagy megpróbálnád megtanítani neki, hogy másképp gondolkodjon (...) Amikor biztonságban és elfogadó közegben érzi magát, a természetes gyógyító folyamat beindul.”*⁶ (Elaine N. Aron)

A képalkotási gyakorlat kapcsolódási terület a tudatos és a tudattalan, a kint és a bent, az én és a világ között. S erre az általános emberi képességre ma már a legtöbb önismereti folyamatban építenek; s különösen kiemelkedő hangsúlyt kap véleményem szerint a Metamorphoses Meseterápiában.

Jegyzetek:

- (1) Carl Gustav Jung, GW. 9/I. köt. 95-96. old.; Grundw. 2. köt. 147-148. old.; Mélységeink ösvényein. 90-91. old.
- (2) Carl Gustav Jung, GW 18. kötet
- (3) Dr. Boldizsár Ildikó, ???
- (4) Carl Gustav Jung, GW 18. kötet
- (5) Elaine N. Aron, A szeretet és a hatalom válasútján, Sensum Donum, Budapest, 2014.
- (6) Elaine N. Aron, A szeretet és a hatalom válasútján, Sensum Donum, Budapest, 2014.

Weboldal: www.stelliumpress.hu

Amália vándorútja

Egy illusztrátor szubjektív recenziója

Szegedi Katalin

Sok évvel ezelőtt, még egyetemista koromban olvastam egy cikket egy fiatal lányról, aki írt egy mesét. *„Amália álmai – mesék a világ legszomorúbb boszorkányáról”* – ez volt a címe. Én akkor látatlanban beleszerettem ebbe a mesébe, és a lányba is, aki ilyen dallamos nyelven tud mesélni. Attól a perctől fogva vágytam rá, hogy én ezt a mesét valaha illusztráljam.

Évek teltek el e cikk olvasása óta, szebbnél szebb feladatok jöttek-mentek, de Amáliáról soha nem feledkeztem meg. Ott lapult titokban valahol a szívem mélyén.

Egyszer aztán felhívott a Móra Kiadó akkori főszerkesztője azzal, hogy volna-e kedvem Amália meséit illusztrálni...

Megfordult velem a világ.

Megbeszéltük, hogy másnap bemegyek a kiadóba, ott majd átvehetem a kéziratot. Érthető módon annyira izgatott voltam, hogy előző éjjel nem tudtam elaludni. Csak forgolódtam, és kattogott az agyam. Vajon milyen lehet az a mese, amiből még egy sort sem olvastam? Vajon milyen borítót tervezek majd hozzá...? Amikor végre elnyomott az álom, lassan előúsztak a képek. Amália jött elé, ott merengett azzal a titkatos mosolyával, a szomorú-szép szemével. Vörös

bozontja - ami szakasztott olyan, mint Ildikóé - hullámzott, mint a tenger, és kígyók-békák, bogarak tanyáztak benne. Az álombéli kép még reggel is velem maradt, és egészen addig motoszkált a fejemben, amíg be nem értem a kiadóba. Ott aztán megkaptam a kéziratot, amibe tizenöt évnyi várakozás után végre mohón belelapoztam. Ez állt benne:

„Mert szép volt Amália lány korában, a boszorkányok között ő volt a legszebb! ... Nem is féltek tőle az állatok! Békák ugrabugráltak a szoknyája körül, bogarak bújtak meg a ruhája fodrain, s a legszebb kígyók ékesítették a nyakát minden boszorkányszombaton.”

Eldőlt hát: ez lett a borítóképe annak a mesekönyvnek, amit a Móra Kiadó *„Boszorkányos mesék”* címen jelentetett meg.

Tizenöt évnyi várakozás bizony hatalmas elvárásokat támasztott bennem azok felé a történetek felé, amelyeket addig még nem ismertem. Próbáltam elképzelni, vajon milyenek lehetnek ezek a mesék? Amit aztán a kéziratban láttam, az minden elképzelésemet felülmúlta. Én még ilyen szépet előtte nem, és utána is csak elvétve olvastam. Azt éreztem, hogy ez a szöveg tökéletes! A mondatok, a szavak, minden patikamérleg



"Tizenöt évnyi várakozás bizony hatalmas elvárásokat támasztott bennem azok felé a történetek felé, amelyeket addig még nem ismertem. Próbáltam elképzelni, vajon milyenek lehetnek ezek a mesék? Amit aztán a kéziratban láttam, az minden elképzelésemet felülmúlta. Én még ilyen szépet előtte nem, és utána is csak elvétve olvastam."

van kiegyensúlyozva. Az természetes, hogy nyelviileg és stilisztikailag minden a helyén van, de a történeteket is jó dramaturg módjára építette fel a szerző.

Amália. Számomra a legszebb mese a világon.

Igen, a világ legszomorúbb boszorkányának meséi szomorúak. Szomorúak, milyenek is lennének? Ám éppen akkor, amikor a legmélyebbre süppedne az olvasó a főhős – vagy éppen a saját – melankóliájának dédelgetésében, akkor hopp!, egyetlen szóval, egy apró kikacsintással, egy csipet finom humorral visszabilentli a történet egyensúlyát az író.

A „Boszorkányos mesék” című kötet megjelenésének persze voltak előzményei. Először az „Amália álmai” jelent meg 1991-ben, ennek folytatásaként pedig később „A Fekete Világkerülő Ember meséi”. Ebből a két könyvből válogatta össze a történeteket a Móra Kiadónál megjelent kötet szerkesztője.

Az eredeti „Világkerülő-könyv” egyik legfontosabb formai és tartalmi eleme a keretes szerkezet volt, melyben megkerülhetetlen szerep jutott Amáliának. Az ő lényé és a keretes mesék átfogó szerkezete gyakorlatilag egy összefüggő mesefolyammá tapasztotta a látszólag különálló meséket. Nem tudom, miért, talán terjedelmi okoknál fogva, de sok mese, így a keretmesék is kimaradtak a „Boszorkányos mesék” című válogatásból. Ez bennem is, de elsősorban persze Ildikóban erős

hiányérzetet okozott. Ennek enyhítésére azt találtam ki, hogy az illusztrációkba becsempészem Amália figuráját a könyvben ott is, ahol egyébként nem szerepel a szövegben. Ezzel a kis vizuális játékkal idéztem meg a korábbi mesekönyv láthatatlanná vált keretmeséit. A „Boszorkányos mesék” illusztrálása vitathatatlanul a legboldogítóbb feladat volt az életemben, amiről azt hittem, hogy ezt nem lehet felülmúlni.

Egészen addig hittem ezt, amíg tavalyelőtt fel nem hívott a Magvető Kiadó főszerkesztője azzal, hogy szeretnék kiadni Boldizsár Ildikó Amália-meséit, és engem kérnének fel a leendő trilógia illusztrálására. Az eredeti, az igazi, a megmásíthatatlan Boldizsár-szövegek illusztrálására!

Ismét megfordult velem a világ. Amália hazaért.

Amália - Bibliográfia

Boldizsár Ildikó: „Amália álmai – mesék a világ legszomorúbb boszorkányáról” – Szalma János illusztrációival, Lánchíd kiadó, 1991

Boldizsár Ildikó: „A Fekete Világkerülő Ember meséi” – Ese Kata illusztrációival, Elektra Kiadóház, 1997

Boldizsár Ildikó: „Boszorkányos mesék” – Szegedi Katalin illusztrációival, Móra Kiadó, 2006

Boldizsár Ildikó: „Amália álmai – mesék a világ legszomorúbb boszorkányáról” – Szegedi Katalin illusztrációival, Magvető Kiadó, 2021

Boldizsár Ildikó: „Fekete Világkerülő Ember meséi” – Szegedi Katalin illusztrációival, Magvető Kiadó, 2022

Boldizsár Ildikó: „Az igazi vándorút” – Szegedi Katalin illusztrációival, Magvető Kiadó, 2023 (Előkészületben)

Metamorphoses Meseterápiás Módszer

Boldizsár Ildikó

Mesekutatóként egyik első feladatomban tekinttettem a népmesék körül kialakult tévhitek eloszlatását. Ma már közhelynek számít mindaz, amivel negyven évvel ezelőtt az előadásaimat kezdtem, jó nagy meglepetést okozva a közönségnek: 1. a népmese nem a gyerekek műfaja 2. nem is az illúziók és a vágyteljesítések világa 3. a mesemotívumok nem a fantázia termékei 4. a mesékben semmi sem magától lesz rendben 5. a mesékben nem csak passzív nőalakok szerepelnek. Sok év kellett ahhoz, hogy ezek a vélekedések bekerüljenek a köztudatba, de még manapság is sokan elcsodálkoznak rajtuk, különösen az utolsón.

Meseterapeutaként most hasonló helyzetben vagyok, csak most a meseterápia körül kialakult tévedések felülírásával kezdődnek az előadások. Ezek közül is a legfontosabb az, hogy nincsenek „gyógyító mesék”. Egyetlen mese sem gyógyított meg senkit, és nem is fog, mert nem a mese gyógyít, hanem az a világkép és szemléletmód,

amelyet a mese külső és belső világunk megértéséhez felkínál. Tulajdonképpen a mesével való kapcsolat alakul át gyógyító erővé. Ez a kapcsolat főként a befogadótól (mesehallgatótól) függ, attól, hogy mit kezd egy hallott történettel: elutasítja vagy rábízta önmagát. Mindkettőt megteheti. A meseterápia csupán egy lehetőség arra, hogy egy már meglévő történet segítségével felülírjunk, átformáljunk, megváltoztassunk valamit önmagunkban vagy élethelyzetünkben, vagy – ha ilyen történetet nem találunk – létrehozzunk egy egészen újat. Azaz: megnyissunk egy kódot, lemásoljunk egy cselekvési forgatókönyvet vagy megalkossunk egy még nem létező, saját verziót a mesék nyelvén.

A meseterápia a mesék *tudatos* használatát jelenti, az életút mesékkel való kísérését a fogantatástól a halál pillanatáig. Minden élethelyzetnek van egy mesebeli párja, legyen szó különféle nevelési helyzetekről, személyiségfejlődési szintek átlépéséről vagy súlyos

krízisekről. Mindig szem előtt tartjuk azonban, hogy mese alapvető funkciója az örömszerzés, a szokatlan, új formákkal és lehetőségekkel való találkozás felszabadító öröme, valamint közösségi ereje és ismerőssége révén a biztonság megteremtése, a szorongások oldása.

A tudatos összekapcsol(ód)ás csak

ezek után következik.

A tudatos kapcsolódás – és ez a következő félreértés a meseterápiával kapcsolatban – nem meseértelmezést vagy szimbólumfejtést jelent. A meseterápiában egyiket sem alkalmazzuk. Ehelyett rejtvényként, titokként, iránytűként, belső világunkat lefestő ecsetként és mindennapi tapasztaláson túli üzenetek közvetítőjeként – egyfajta

csatornaként – tekintünk a mesékre, és saját létezésünk lehetőségei felől faggatjuk őket. A tét csupán ennyi: hogyan élhetünk jobb, nemesebb, igazabb életet? Ezt mutatják meg a mesék hősei a maguk egyszerű (vagy nagyon is bonyolult) módján, s a történetekkel való találkozás életkortól függetlenül elementáris módon képes mozgósítani belső erőforrásainkat és passzív életenergiáinkat. Ráadásul a meséken keresztül létfontosságú információkhoz juthatunk a világ és önmagunk működéséről, közelebb kerülhetünk életfeladatainkhoz, saját érzéseinkben és vágyainkban éppúgy eligazodhatunk, mint másokéiban, és átléphetjük fizikai, lelki és szellemi korlátainkat.

A metamorphoses-meseterápia három alappillére a *morfológia*, a *hermeneutika* és a *beavatási szertartások rítus-rendje*. Legtöbbet Vlagyimir Jakovlevics Propp orosz mesekutatónak köszönhetünk, aki *A mese morfológiája* (1928) című művében azzal inspirálta a me-

seterápia megszületését, hogy az orosz varázsmesékben kimutatta a hét állandó szereplő egymáshoz való viszonyát, a szereplők funkcióit s azok kötött sorrendjét, valamint a hős és a segítője közötti kulcsfontosságú kapcsolatot. Mindezek megjelennek az egyéni mese-

terápia módszertanában, miképpen Hans Georg Gadamer „hermeneutikai spirálja” is, amely egyrészt a mesék megértéséhez nyitott utat, megmutatva a végső megértés lehetlenségét is, másrészt pontosan leírja azt a folyamatot, ahogyan a mese hatni kezd egy terápiás folyamatban. Minden apró részlet felülírja a mese egészéről alkotott képünket, s ez újabb rétegeket hánt le a történet mélységeiről, ami

viszont újabb és újabb részletek megértését eredményezi. Így, ebben a mese és befogadó között oda-vissza ható folyamatban, miközben egyre mélyül a mesével való kapcsolat, a mese hallgatója is egyre többet ért meg önmagából és a világból. A meseterapeuta úgy tudja ezt a folyamatot kísélni, hogy egyrészt megtalálja a megfelelő mesét, másrészt az élet minden területére kiterjedően segít megeleveníteni a mesék rendjét, amely már a megoldásokra törekvő mesei szerkezetben is megnyilvánul. Ezt a „rendet” erősítik a mese további elemei és motívumai, valamint az a harmonikus kapcsolat, amely a mese végére a hét állandó szereplő között kialakul, s amely a személyiségrészek közötti kapcsolatnak is megfeleltethető.

Propp másik inspiráló műve, *A varázsmese történeti gyökerei* (1946) a beavatási szertartások szerkezetét és elemeit mutatja be, amelyek a mesecsoporthoz és az alkotó-fejlesztő meseterápiás foglalkozások alapjaiként

épültek be a metamorphoses-meseterápiába. Ezeken az alkalmakon a résztvevők az általuk vagy a meseterapeuta által választott és előszóval elmondott mesén keresztül néznek rá saját életükre, mégpedig szintén kötött forgatókönyv szerint. Más forgatókönyvet használunk nép- és műmesék (utóbbiakhoz tartoznak a klasszikus és kortárs mesék) esetén, mivel mindkettő más-más befogadói attitűdöt kíván. Ezeken a – többnyire tematikus – csoportokon/foglalkozásokon szintén belső képeken, testi modalitásokon, érzékszervi megtapasztalásokon és testtudati technikákon keresztül kapcsolódunk össze a mesékkel. Az időkeret függvényében művészetterápiás eszközöket is használunk: megszülethet egy kép, dallam, tárgy vagy megszülethet egy új történet... A legfontosabb cél, hogy a csoporttagok – éppúgy, mint a mesehősök – szert tegyenek olyan felismerésekre, képességekre, tudásra, amellyel nem rendelkeztek a mesével való találkozás előtt.

Negyven éve foglalkozom mesékkel, a metamorphoses-meseterápia a legkeményebb terepeken született és formálódott. Beteg gyerekek és felnőttek ágya mellett. Súlyosan bántalmazott, elhagyott és elhanyagolt, gyerekotthonokban élő kicsik és nagyok, valamint ott élő

lányanyák körében. Női és férfi börtönökben. Szeretteiket vagy mindenüket elvesztő idősek és gyászolók között. Drog- és alkoholfüggők csoportjaiban és haldoklók közelében... Kilenc éve oktatom is a módszert, ez idő alatt négyszázan szerezték meg a metamorphoses-meseterapeuta címet a Semmelweis Egyetem és az Oktatási Hivatal által akkreditált képzéseken, további hatszázan pedig elvégezték az alapképzést. Ötvenhat könyvem jelent meg a mesékkel kapcsolatban, és tervben van még néhány fontos, a módszertant kiegészítő kötet. Több mint ezer előadást tartottam a mesékkel kapcsolatban itthon és külföldön egyaránt. Tanítványaimmal – a 2014-ben megalapított egyesület színeiben – az élet minden területén ott vagyunk, és az eredmények azt mutatják, szükség van ránk és a történetekre. De a módszert érintő legnagyobb elismerés mégiscsak az, hogy tanítványaim körében egyre újabb és újabb nagyszerű irányzatok hajtanak ki abból a törzsből, amely 2009-ben a Szabadalmi Hivatal által védjegyzoltalom alá helyezve, Metamorphoses Meseterápiás Módszer néven került be a terápiás módszerek közé.

www.boldizsarildiko.com | www.metamese.hu

Hayravank monostor (9-12. század) a Sevan-tó partján, Örményország.





Jobb helyé tenni a világot

Interjú Juhász Attilával, a börtön meseprogram elindítójával

Mottó: „- Mit gondolnak, mire emlékeztünk ma? – teszem fel utolsó kérdésemet, amit hirtelen meg is bánok, amikor egyenesen a szemembe nézve a fiatal lány azt mondja nekem: – Ma arra emlékeztünk, hogy emberek vagyunk. Emberek, emberi érzésekkel. Én már azt hittem, hogy nincsenek is emberi érzések. Hogy elmúlt mind, nincs! Ezen pörgök sokszor... Hogy hogy lehet, hogy nincsenek emberi érzések? ... és miért nem lehet az, hogy fájjon valami? Erről még csak beszélni se lehet. Margó néni, tudja maga, milyen nagy dolog az, hogy erre emlékezhettünk? Hogy emberek vagyunk? Már egészen elfelejtettük. De jó, hogy nem hagyta. – A többiek bólogatnak és ismétlik a szavait. Emberek vagyunk” (egy fogvatartott gondolatai)

Juhász Attilát 2010 szeptemberében ismertem meg, ő akkor az egri Büntetés – Végrehajtási Intézet parancsnoka volt. „Meseügyben” kért segítséget könyvtáramtól, s mivel a könyvtárban én voltam a „mesefelelős”, leültünk beszélgetni. Hamar világossá vált, hogy jóval többről van szó, mint egy egyszeri mesemondós alkalomról. Miről?

Anyákról, gyerekekről, családokról. Törődésről, emberségről és szeretetről. Nem ködös szölamokról, hanem cselekvésről. A parancsnok elképzelése az volt, hogy a fogvatartott anyák karácsonyra olyan CD-t ajándékozzanak gyermekeiknek, amelyen ők mondanak mesét. Nagyon hamar egymásra hangolódtunk, mert egyfelől én felmértem ennek jelentőségét, másfelől ő meg pontosan értette, hogy a CD csak akkor lesz valódi ajándék, ha a nők személyre szabottan, a saját gyermekeiknek tudnak mesét választani. Ehhez pedig idő kell.

Így történt, hogy Juhász Attilának köszönhetően elindult a börtönben az „Esti mese”-program, majd a fogvatartottak kérésére, de az ő parancsnoki támogatásával folytatódott, immár meseterápiás programmá alakulva.

Juhász Attila – noha már más területen dolgozik –, ma is sokat tesz a fogvatartottak re-integrálásáért, s ebben a munkában a mesék segítő-tudásának is szószólója.



Juhász Attila

„2010 óta van jelen a meseterápia a magyar büntetés-végrehajtásban. Nem fogja mindenki problémáját megoldani, de vannak fogvatartottak, akiknek pont erre van, vagy lesz szüksége, hogy átsegítse az életének egy problémáján, hogy új dimenziókat nyithasson az életükben.”

Kezdjük egy játékkal, amivel gyakran éltem a börtön csoportfoglalkozásain, akkor, amikor új tag érkezett közénk. Mutasd be magadat, úgy, mint azt az embert, aki egyike a barátaidnak, és mutasd be magadat úgy, mint azt az idegen embert, akit szeretnél jobban megismerni.

A barátaim talán azt mondanák, hogy mindig számíthatnak rám, és akinek adhatnak a szavára, aki szívesen tölt időt a családjával és szeret nagyokat futni a Bükkben.

A hozzám legközelebb állók szerint általában nem tűnök barátkozónak ezért néha tartanak tőlem az emberek, csak tetézi a „bajt” mikor szóba kerül, hogy közel 20 évig voltam bévés és ebből több mit 10 évig parancsnok.

Hogyan, és mikor kerültél kapcsolatba a mesékkel?

A mesékkel kapcsolatos találkozásom sorsszerű volt. Parancsnokként először egy nemzetközi konferencián hallottam a „Storybook Dads” programról (magyarra fordítva, talán: „Esti mese apáknak”), ami aranyos dolognak tűnt, de akkor még elképzelésem sem volt arról, hogy, hogyan is lehetne használni az angol elgondolást Magyarországon. Egyébként is akkor már voltak más, sikeres kezdeményezéseink az egri börtönben. Aztán egy látogatófogadás alatt „megvilágosodtam” és megértettem, hogy mennyi stigmát viselnek azok a gyermekek, akiknek a szülei börtönbüntetésüket töltik, mennyi nélkülözésben, igazságtalanságban és kirekesztésben részesülnek, valami olyanért, amihez egyébként nem sok közük van. „Not my crime, still my sentence” – „Nem az én bűnöm, mégis az én büntetésem” ez egy nemzetközi kezdeményezés mottója és tökéletesen leírja azt a helyzetet, amelyben ma Magyarországon közel 40.000 gyermek él. Nem mellékesen egy angol kutatás szerint, azoknak a szülőknek a gyermekei, akik börtönben vannak 60%-kal nagyobb eséllyel kerülnek maguk is rácsok mögé. Úgy gondoltam, hogy valakinek tennie kell valamit ez ellen és a mesékben jó szövetségesre találtam...

Mi volt számodra a mesék legnagyobb kihívása?

Elsősorban a mesék felszín alatti, rejtett értelmének a megértése. Mindig csodálattal hallgattam azokat, akik képesek voltak megérteni ezeket a titkos rétegeket, mert az igazi hatás, az igazi varázslat ezeken a szinteken történik. Ez a kezdeményezés egy hatalmas önismereti utazás is volt és nagyon hálás vagyok mindenkinek, akikkel együtt járhattam be az utat. Aztán idővel megtaláltam a saját mesémet is és hiszem, hogy annak is köszönhettem, hogy egy megszorult, beragadt helyzetből új irányt tudtam adni az életemnek. Hatalmas tudás rejlik a mesékben és ha valaki tudatosan használja őket, akkor – mára már megtanultam – minden élethelyzetben iránymutatást jelenthetnek.

Rabmesék kötetemből választottad a mottót beszélgetésünk vezérfonalálul. Miért ezt tartod fontosnak kiemelni?

A köteted olyan egyedi lenyomata a büntetés-végrehajtás és a mesék világának, amely remélem minél szélesebb körhöz elér. Parancsnokként is azt gondoltam, hogy a börtönökben folyó munkát minél több embernek meg kell(ene) ismerni, mert mindenki tehet azért, hogy a jelenleg börtönbüntetését töltő közel 18.000 fogvatartott egy más, egy magasabb minőséget képviseljen a szabadulása után. Mert akár tetszik nekünk, akár nem, ez a közepes város lakosságának megfelelő populáció egy napon visszatér közénk. Szembetalálkoznak a gyermekeinkkel, a szeretteinkel, a barátainkkal az utcán. A büntetés-végrehajtás hatalmas – és sokak által fel nem ismert – szerepe, hogy segítséget nyújtson ebben az átalakulásban. Ha minden ember, aki megteheti, annyi időt áldozott volna egy fogvatartott életének megsegítésére mint Te, vagy Ildikó, mostanra egy egészen más világban élhetnénk. És ezért örökre nagyon hálás leszek nektek...

Udvariaskodhatunk egymással Margó, de 10 éven át jártál be mesélni a rabokhoz hétről-hétre. Ha valaki tudja, hogy mi működik a fogvatartottakkal az Te vagy és ez a részlet olyan tisztán és egyszerűen adja vissza a büntetés-végrehajtás reintegrációs tevékenységének a lényegét. Ez a rövid részlet összefoglalja mindazt, amiért érdemes a fogvatartottak társadalmi visszailleszkedéséért dolgozni. A meseprogram – egyik – erőssége, az egyszerűsége volt, épp mint ennek az idézetnek.

Hogyan kerültek a mesék az Európa Tanács látóterébe, s milyen hozadéka van ennek?

2010 óta van jelen a meseterápia a magyar büntetés-végrehajtásban. Nem fogja mindenki problémáját megoldani, de vannak fogvatartottak, akiknek pont erre van, vagy lesz szüksége, hogy átsegítse az életének egy problémáján, hogy új dimenziókat nyithasson az életükben. Mert a mesék erre is képesek...

2013-tól dolgoztam az Európa Tanács büntető-igazságszolgáltatással foglalkozó 9 fős bizottságában (Council for Penological Co-operation – PC-CP), ezidáig egyetlen magyarként (a testület a közelmúltban ünnepelte megalakulásának 40. évfordulóját) 4 évig mint tag, majd további két évig mint alelnök. Feladataink közé tartozott azon stratégiai irányok kijelölése, amelyek meghatározták az egyes tagállamok büntetés-végrehajtási feladatait. Ezen kívül ajánlásokat készítettünk a tagállamok részére. Büszke vagyok rá, hogy az egri tapasztalatokra alapozva az én javaslatomra került napirendre az igény egy, a fogvatartottak gyermekeivel foglalkozó ajánlás megalkotására. Ha mindenáron értelmet akarnék keresni abban, hogy 2002-ben miért léptem a büntetés-végrehajtási pályára, akkor azt mondanám, hogy ezért. Nekem a bévében ez volt a feladatom.

A 2018-ban kiadott ajánlás¹ az egyik legpozitívabb dokumentuma a PC-CP-nek, mindenki nagyon közel érezte magához az ügyet. Úgy gondolom, hogy a 47 tagállam közel 800.000.000 lakosának sikerült felhívni a figyelmét a problémára. A fogvatartottak gyermekeinek a száma óvatos becslések szerint is elérheti a 2 milliót. Európa számos országában szerveződtek olyan egyesületek, amelyek azt tűzték ki célul, hogy segítenek ezeknek a gyermekeknek.

Ma már ugyan nem a büntetésvégrehajtásban dolgozol, de ezt a területet nem hagytad el végleg. Mi az, ami erről tudható számunkra?

A fő állásom a katasztrófavédelemhez köt, de mind a mai napig dolgozom büntetés-végrehajtási témákban tanácsadóként, jellemzően az Európa Tanács tagállamaiban. Amikor csak a téma megengedi (és általában megengedi) mindig büszkén hozom fel az egri éveket, a közös programokat, az általad vezetett terápiás csoportot, Boldizsár Ildikót és az Európában is egyedülálló

meseterápiás tábort², ahol a büntetésüket töltő anyák és gyermekeik tölthettek el 10 napot a Balatonnál, a családok bevonását a társadalmi visszailleszkedésbe... Ezek a programok a mai napig példaértékűek és akármerre járok nagy sikerük van. A napokban Közel Keleten oktatok helyi szakembereket a fogvatartottakat támogató pozitív környezet kialakítására. Számomra elképzelhetetlen lett volna, hogy a program ne érintse a meséket és azt tapasztaltam, hogy a helyi kollégák tökéletesen megértették azt a nagyon különleges szerepet, amelyet a mesék tölthetnek be legjobban. Talán ez nem is csoda az ezeregy éjszaka meséinek hazájában...

Ezen a területen sem felejtkeztél el a mesékről, úgy is lehet rád tekinteni, mint a mesék jószolgálati nagykövetére. Mi az, ami erről publikus lehet?

Nagyon megtisztelő ez a cím, de inkább úgy fogalmaznék, hogy minden olyan ügy mellé örömmel odaállok, amely pozitív változásokat indukálhat az emberek életében, amelyek által egy kicsit jobb hely lehet a vilá-



Rabosítás

gunk. Sokat köszönhetek a meséknek, azt gondolom, az a legkevesebb, hogy népszerűsítem őket, ahol lehet.

A mesék – amikkel azért erőteljesen hivatalból is kapcsolatba kerültél – milyen hatással voltak rád?

Engem a mesék az első pillanattól fogva magukkal ragadtak. Emlékszem, hogy a hétfői hivatali napjaim fénypontját jelentették, amikor a fogvatartottakkal együtt beülhettem hozzád mesét hallgatni. Igyekeztem a gyermekeimet is bevonni ebbe a kalandba amennyire csak lehetett, a lányom a balatoni táborba is jött velem. Aztán eljött az idő amikor megtaláltam a saját mesémet, ami egy katartikus pillanat volt...

Nehogy bárki is félre értsen: valóban mesét hallgatni jöttél, nem ellenőrizni, nem a fogvatartottakat vizslatni. Ők többnyire nem is vették észre a jelenlétedet. Elmerültek a mesében – veled együtt. Szimbolikus jelentése is volt ezeknek az alkalmaknak: a börtön parancsnoka és a fogvatartott ugyanolyan meselátó szemmel, a mesében rabul ejtve figyelnek. Magánemberként milyen kapcsolatot van a mesékkal?

2010-ig (a Meseprogram kezdete) maximum úgy definiáltam volna magam, mint felszínes érdeklődő, de ez mostanra mindenképpen tudatos felhasználóvá módosult.

Az egyik tibeti mesében azt kérdezi a boldogság madara az érte útnak induló Vangcsiától: „Mit kívánsz tulajdonképpen?” Mi lenne a válaszod a madárnak?

Ez nagyon jó kérdés, mert amennyire kézenfekvő elsőre, legalább annyira összetett is, ezenfelül mutatja azt is, hogy sokan a nagy keresgélésben már el is felejtették,

hogy miért is indultak el az életben. Szeretném, a létezésemmel és a munkámmal egy picit jobb helyé tenni a világot. Akkor meg már a boldogság is jön magától...

Te mit kérdeznél a boldogság madarától, mit kérdeznél egy éppen szabaduló fogvatartott-tól, és mit kérdeznél egy mesékkal foglalkozó embertől?

A boldogság madarától: hogyan találhatják meg a gyermekeim, illetve hogyan segíthetek én ebben nekik? Egy éppen szabaduló fogvatartotttól: Mit tanult a börtön évekből? Mi az, amivel jobba teheti a saját és a családja életét azok után, amin átment, és amin ők is átmentek? Soha ne felejtse el ezt... Egy mesékkal foglalkozó embertől: Melyik az a mese, amelyik a legközelebb áll a szívéhez?

Mit adnál útravalóul olvasóinknak?

Ide szívesen idézném az *Élet meséjét*³, az mindig nagyon erősen működött a fogvatartottaknál is...

Olvasóink nevében is köszönöm a beszélgetést.

Az interjút Luzsi Margó készítette.

Jegyzetek:

(1) Az Európa Tanács ajánlása itt olvasható: <http://rm.coe.int/cm-recommendation-2018-5-concerning-children-with-imprisoned-parents-e/16807b3438>

(2) A programról írt ismertetőt a Fordulópont XVI. évfolyam 2014/1 számában és a Börtönügyi Szemle 2014/3 számában lehet olvasni = Boldizsár Ildikó – Luzsi Margó – Juhász Attila: „*Felboldogulni*”

Az Élet hatalma mese itt olvasható: Boldizsár Ildikó: *Mesék életről, halálról és újjászületésről*. Bp. Magvető Kiadó

Karácsony a rácsok mögött

Luzsi Margó

Több, mint egy évtizeden át dolgoztam önkéntesként az egri Büntetés-végrehajtási Intézetben fogvatartott nőkkel.

Az egri börtön mesecsoportjának tagjai önként jelentkező fogvatartott nők voltak. „Felvételi” nem volt, a fogvatartottak a börtön szokásos rendje szerint kérve nyeltek a csoportba lépés lehetőségét. Az újak kötelezettség nélkül próbálhatták ki a mesecsoportot, majd eldöntötték, hogy maradnak-e. Jutalmat, dicséretet a tagságért nem kaptak. Aki jött, azért tette, mert fontos volt neki, ami ott történik. A csoport többsége szabaddalásáig a mesekereső közösség tagja maradt.

A börtön szabályai mellett a fogvatartottak a csoport szabályait is betartották.

1. Csak magammal foglalkozom, a saját gondolataimmal, képzeletemmel, érzéseimmel.
2. Öszinte vagyok.
3. Társaim felé rosszakarattal, rosszindulattal nem fordulok.

Cél volt többek között az is, hogy tudjanak, merjenek mesélni, ezért a mesemondás hármas szabálya is vonatkozott rájuk.

- Olvasom a meséket.
- Hallgatom a meséket.
- Mondom a meséket.

A szabályok betartása mindenkinek annyi lehetőséget adott és ad, amennyire szüksége van, amennyivel élni tud.

Egyet egészen biztosan: belső szabadságot.

Rabkoszt és Rabmesék köteteimben ennek a csoportnak a munkájáról írok, arra (is) törekedve, hogy a bemutatott munka használható legyen minden mesével foglalkozó ember számára.

A „Karácsony a rácsok mögött” ebből a munkából villant fel egy képet.

„A karácsony, s az azt megelőző időszak mindig nagyon nehéz a fogvatartott asszonyoknak. A család, a gyerekek hiánya felerősödik, az elkeseredés csillapítha-

tatlannak tűnő erővel tör magának utat. Ilyenkor advent idején, decemberben már minden alkalommal az ünnepre készülünk. Mindig úgy, hogy ez a készülődés kapcsolódjon az otthonhoz, a régi karácsonyok emlékeihez, a leendő karácsonyok majdani örömeihez, de semmiképpen ne maradjon ki az aktuális, kö-

zelgő karácsony sem. Énekeket tanulunk, karácsonyi versikéket gyűjtünk, színezőket s nyomtatott meséket viszek be, amiket haza lehet küldeni. Ezek bármennyire konvencionális apróságnak tűnnek, ott benn, a rácsok mögött értékük megnő, fontos kapcsolódási pont a gyerekhez, családhoz, a szabadsághoz.

Advent idején

A bevezető játék után, ami most kendőjáték – a kendő változik át szavukra valami ünnepi dologgá –, elmondom, mit fogunk csinálni.

Egy karácsonyi készülődés és közös Szenteste előtt állunk. Először meglepődnek, aztán szégyenlős öröm ragyog fel mindenkin.

Karácsonyfát választunk. Részletesen leírják, milyen. »Felállítom« a fát a fotelom mellett. Díszítünk. Jönnek ki boldogan, eljátsszák mély átéléssel, hogyan tesz rá a díszeket, tartják a képzeletbeli létrát – Le ne ess nekünk, itt Szentestén! –, nevetnek. Közben ki ki elmondja, otthon milyen a fa, kinek mi a dolga. E gömböket aggat a fára. Családjukban mindenkinek van gömbje, azoknak is, akik már nem élnek. Erre nagy lesz a csend. I. elmeséli, ők először a temetőbe mennek, ott gyűjtanak gyertyát, s majd csak utána otthon. Sokáig tart a fa díszítése, hosszú a vita: kerüljön rá gyertya, vagy se, legyenek égők, vagy se.

„A karácsony, s az azt megelőző időszak mindig nagyon nehéz a fogvatartott asszonyoknak. A család, a gyerekek hiánya felerősödik, az elkeseredés csillapíthatatlannak tűnő erővel tör magának utat.”

Papírgyertyákat adok, kérem, írjanak rá bármit, amitől fényesebb lesz a lángja. Nagy csöndben körmölnek hosszan, majd hazaküldik, mondják nekem.

Megterítünk, azt kéri, az asztal legyen kerek, hogy lássuk egymást.

Öltözzünk fel ünneplő ruhába. Behunyt szemek, hosszú csönd,

megfényesedő arcok – mire »felöltöznek«, mindenki megszépül. Akinek kedve van, elmondja, mit vett fel az ünnepi alkalomra. Kérem őket, tereljenek az asztalunkhoz mindenkit, akit meghívtak, akit szeretnek, akikkel együtt szeretnének lenni. Potyog a könnyük, a »kultúr« tele lesz a láthatatlan vendégereglettel. Leülünk az asztalhoz, kérdelem, mi kerül az asztalra, ünnepi ételként. Számos szokás – számos étel. Van, ahol soha nem kerülhet karácsonykor szárnyas az asztalra, mert bajt hozhat. Van, ahol csak a templom után jöhet hús, előtte soha... Szokások és csodálkozások röppenek a levegőben. Lassan-lassan feledik az ámuldozást, elfogadják egymás szokásait, ámbár a magukét tartják csak igazinak.

Mielőtt enni kezdünk, »italt« kérek – s azt, hogy mondjanak áldást a vacsoránál jelen levőkre – gyerekeikre, szeretteikre. B. váratlanul egy hosszú jókívánságot mond kizárólag azoknak, akik benn, a rácsok mögött lesznek karácsonykor. Aztán közli, itt boldog karácsony nem lehet, ezért kíván békését. És még azt is, aki egyszer benn volt a börtönben, az mindig fog gondolni mindazokra, akik itt vannak – akkor is, ha ő már kinn lesz. Mert aki nem ezt mondja, az hazudik.

Végül azt kérem, hunyják be a szemüket, gondoljanak, akikre akarnak, és mondják ki hangosan: »Legyetek áldottak.«

Felszabadultan mondják.

A »vacsora« után mesélek. Ropog a tűz a képzeletbeli kályhában. *A kovács lányát* mondom el. Hallgatnak. Nagyon nagy a csend, nagyon halkan mesélek. Kintről zajok, kiabálások szűrődnek be, de senkit nem érdekel.

Énekelünk, legkedvesebb karácsonyi éneküket, egy lovári cigány népdalt.

*Ez az este olyan este,
ez a szent karácsony este,
a jászolban megszületett,
Krisztus urunk megszületett.*

*Az ökrök szarvukra vették,
És a mennybe fölemelték.
A mennybe őt fölemelték,
Szülei elé letették.*

*A jó Isten ül a házban,
Aranyvirágos a háza.
Fekete kakasok szóltak,
A harangok megkondultak.*

Fenyőerdő (Haseeb Jamil – Unsplash)

A dallam – frissen tanultuk – vidám, gyors, pergő ritmusú. Mire végére érünk, mindenki felpezsdül, a karácsony könnyes áhítata örömnéppé változik.

Következő alkalomra is ezt a mesét viszem, s bár ismerik, a csönd talán még nagyobb mesehallgatás közben, mint előzőleg. Kis figurákat, un. biblikus figurákat viszek be, lehet velük játszani, tudnak ülni, állni, térdepelni, imádkozni, ölelni. Mindenki választ magának egyet, s elmondja ki az ő figurája. Végigjátsszák a mesét. Lassanként előttünk a betlehemi jelenet.

– Jé! A Kisjézust körbeállja a szeretet – sikkant fel valaki.

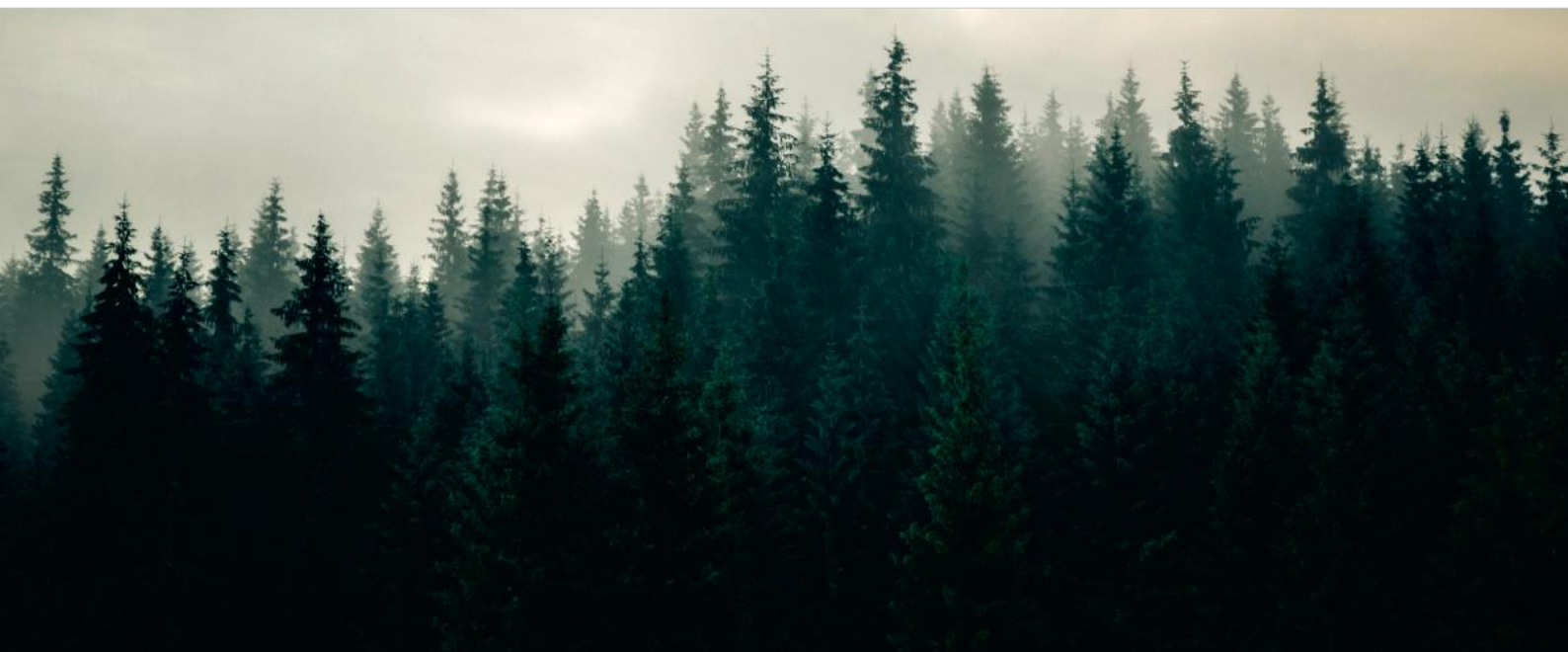
Csak egy figura áll távol mindenkitől. »Gazdája« egy fiatal lány, lehorgasztott fejjel mondja: – Nem mehetek oda. Én vagyok az, aki nem engedtem be – és csendben nyeli a könnyeit.”

Irodalom:

– Luzsi Margó: *Rabkoszt – testnek és léleknek. A Heves Megyei Büntetés-végrehajtási Intézet mesecsoportjának laktató meséi és receptjei*. Illusztrálta Dániel András. BSMVK. Eger, 2020.

– Luzsi Margó: *Rabmesék. Mesék és történetek az egri Büntetés-végrehajtási Intézet mesekörének életéből*.

Illusztrálta: Dániel András. BSMVK. Eger, 2020.





Spirituális meseiskola

Pressing Lajos

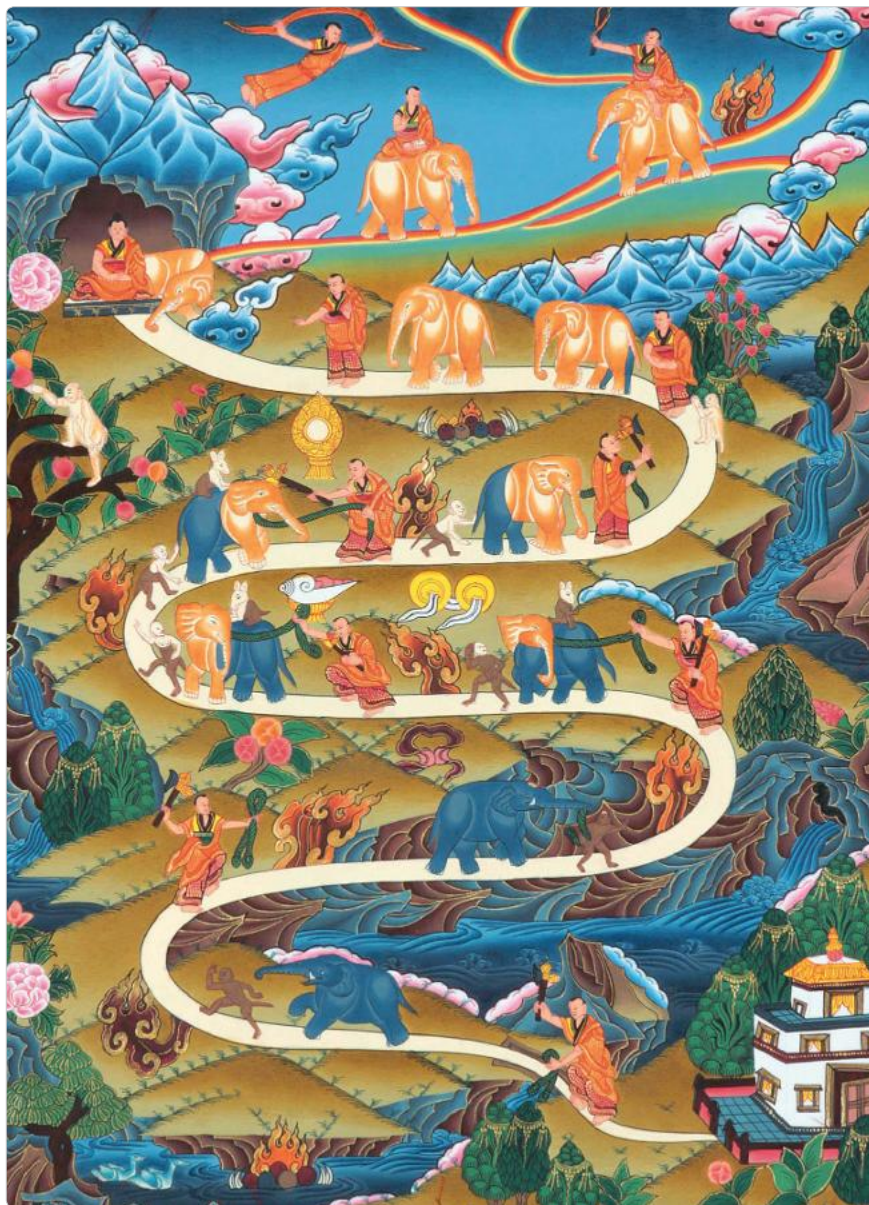
*A nem buddhista varázsmeséktől
a Buddha tanításának mélyebb megértéséig.*

A mikor felnőttkoromban elkezdtem a mesékkel foglalkozni, klinikus pszichológusként elsősorban a mélylélektani vonatkozásaik érdekelték. A pszichoanalitikus vizsgálódás az emberi képzelet más alkotásaihoz, például az álmokhoz hasonlóan a tudattalan lelki tartalmak és feszültségek kifejeződésének tekintette őket. Ebben a megközelítésben „a mesék és mítoszok a tudattalan tartalmakat megjelenítő szimbólumok nyelvén szólnak hozzánk... a mesék tartalmában pedig a lelki jelenségek szimbolikus formában öltenek testet.”¹

A népmesék gazdag szimbólumvilága már önmagában is az értelmezés sokféle lehetőségét nyitja meg, hiszen a lélektanilag fontos jelképeknek nincs egy meghatározott jelentésük. Mint képi jelölők egyfajta érzéki teljességet képviselnek, amelyre számtalan

nézőpontból tekinthetünk, fogalmi meghatározásuk ráadásul a kontextustól és az alkalmazott nyelvezettől is függ. A kontextusnak az értelmező szubjektum beállítódása, kérdésfeltevése, értékrendje, indítékai és története is része, így a szimbólumok jelentése és jelentősége mindig személyes – éppen ezáltal bővülnek el az egyént, és ragadják meg képzeletét.

Környezetüktől függően a szimbólumok akár ellentétes jelentéseket is felvehetnek: a hegy éppúgy jelképezhet akadályt, mint a felemelkedés lehetőségét; az erdő egyaránt lehet az eltévedés és az új lehetőségekkel való találkozás helye, a női-anyai archetípus megszemélyesítője a természet vagy a tudattalan segítő erőit és a lélektani regresszió veszedelemét is megjelenítheti és így tovább. A szimbólum lényege ugyanis nem a *jelentése*, hanem – amint ezt C. G. Jung pszichológiája megfogalmazza – a benne rejlő *transzformációs erő*: az, ahogyan a szimbólumot magába fogadó, magában megformáló és vele foglalkozó tuda-



Samatha – a higgadt elmélyedés meditáció fokozatainak képi illusztrációja, a majom és az elefánt közismert meséje alapján.

A majom a rakoncátlan figyelmet, az elefánt pedig a tudatot jelképezi. A szerzetes kezében lévő kötél és ösztöke a figyelem megzabolázására és a tudat irányítására szolgáló módszerek szimbóluma, amelyek segítségével egyre feljebb jut a szellemi ösvényen. Az állatok kezdeti sötét színe a szellemi út akadályaira utal, kivilágosodásuk pedig ezek sikeres eloszlátását jelzi.

Forrás: <https://twitter.com/BuddhaQuotes>

tot átváltoztatja.² Ugyanez érvényes a szimbólumokat történeti keretbe ágyazó varázsmesékre is. A mesemondás és -hallgatás hagyományos gyakorlata – legyen szó akár beavatási funkciójukról, akár a nevelésben vagy a kisközösségekben betöltött szerepükről – világosan mutatja, hogy a népmese elsősorban nem irodalmi műfaj, hanem a tudat fejlődését vagy sajátos problémáinak megoldását elősegítő *módszer*. Mivel a mesék célja nem valaminek az ábrázolása, nincs

egyetlen helyes „megfejtésük”. A fontosabb kérdés velük kapcsolatban inkább az, hogy mire és miként alkalmazhatók.³ Eme jellegük tette alkalmassá őket a különféle modern meseterápiás és transzformációs eljárások kidolgozására.

A mesei jelképek nemcsak a lélektani és szociális érés, hanem a spirituális fejlődés és átalakulás katalizátoraiként is szolgálhatnak, amint ezt a görög *σύμβολον* szó eredeti értelme – hitvallást, kultikus lényegét ki-

fejező kép – is kifejezi. Első népmesei tárgyú vizsgálódásomban *Az égig érő fa* elemzésén mutattam meg, mennyire változatosan fejthető ki releváns mondánivaló ugyanabból a meséből az alkalmazott nézőponttól függően, s milyen lényegi útmutatásokat kaphatunk a spirituális útra vonatkozóan is.

Azt a feltevést, mely szerint a magyar őshagyományt a honfoglalást megelőző időkben történelmileg befolyásolhatták ázsiai eredetű eszmerendszerek, a buddhizmus vonatkozásában nem sikerült a népmesék vizsgálatával igazolnom. A magyar tündérmesék szimbólumvilága sokkal inkább samanisztikus gyökereket mutat, de meglepően sok hasonlóságot találunk a nem buddhista indiai szellemi hagyománnyal is. Ez utóbbiak annyira szembeötlőek, hogy az ember elbizonytalanodik, hátha mégiscsak van alapja Theodor Benfey 19. századi elméletének az európai mesei motívumok indiai eredetéről.⁴

Tapasztalataim szerint a népmesék ugyanakkor rendelkeznek egy olyan általános „metabölcsességgel”, amely kitűnően alkalmazható a szellemi út kérdéseire – így a buddhista ösvényre is – függetlenül attól, hogy mely konkrét hagyomány vagy világnézet keretei között járjuk. Ez az általános bölcsesség nem vezethető le a szimbólumvilágukból, amely részint speciális és kultúrafüggő, részint a természetéből adódóan inkább kinyit és inspirál, mintsem hogy határozott útbaigazításokat adjon. A szimbólum a meséknek csupán nyelvezete vagy kifejező közege, titkuk azonban máshol rejlik.

*„Valódi jelentőséggel
a választásaink bírnak,
melyeket minden
pillanatban teszünk
vakság és tudatosság,
gyűlölet és kedvesség,
függőség és szabadság
között. Rajtuk múlik,
hogy utunk virágzó
tájakon vagy sivár,
pusztuló vidékeken át
vezet-e, márpedig az
életnek e tapasztalásokon
kívül nincs más tartalma.”*

A választ Vlagyimir Propp közismert munkáiban találtam meg⁵, de csak jóval később, a buddhista tanítások fényében értettem meg mélyebb jelentőségét. Propp a varázsmesék tanulmányozása során rájött, hogy jól körülhatárolható cselekménypanelekből és szerepfunkciókból épülnek fel, melyek mintázatai alkotják formai szerkezetüket. A mesék e sajátos formai megjelenése azonban valójában azonos a lényegi tartalmukkal, hasonlóan ahhoz, mint ahogyan a mahájána buddhizmusban a szubsztanciátlan forma az egyetlen valóság, amely

saját ürességének végső igazságát egyszerre elrejtí és megjeleníti. *A mese lényegi tartalma nem a szimbólum, amely csak eszköz, hanem a szüzsé, vagyis maga a cselekmény.*

A tündérmese elsősorban magatartásmintákat tár elénk, bemutatva azok lehetséges következményeit. A mese szereplői csupán szerepek, amelyek belépési pontként szolgálnak a cselekménybe, illetve azonosulási támpontként működhetnek. A varázsmese szüzséjének Propp által leírt jellemző témája, az elveszett vagy sóvárgott kincs felkutatásáért és megszerzéséért folytatott küzdelem és ennek jellemző bonyodalmai áttételesen a boldogság kereséséről szól, amely a való életben is minden emberi cselekvés fő mozgatórugója. Azonosak az alternatívák is, melyeket a mese és az élet felkínál: a hamisságot vagy az igazságot, a talmi csillogást vagy az igazi értékeket választjuk-e; megelégszünk-e meglévő szerepeinkkel és hajlamainkkal – a múltunkkal –, avagy megszerezzük azokat az erőnyeket és képességeket, amelyek segítségével ki-

bontakoztathatjuk valódi természetünket. Ugyanebben foglalható össze nemcsak a buddhista ösvénynek, hanem minden más hiteles szellemi megvalósítási útnak a cselekménye is, hiszen az üdv nem más, mint a boldogság tiszta, tartós és végső állapota.

Van azonban a buddhizmusnak egy különleges, csak rá jellemző tanítása, aminek a jelentőségét a nem buddhista tündérmesék segítettek megértenem: Amint a mese valódi tartalma a cselekmény, úgy az emberi élet lényege is a történet, a karma, melyet cselekedeteinken és döntéseinken keresztül szabadon alkothatunk. A származás, a vagyon, a társadalmi helyzet, de még a személyiség is csupán e történet átalakuló kellékei vagy a népmesei szerepekhez hasonló belépési pontjai, ame-

lyeknek nincs semmiféle független, önmagukban vett létezésük. Valódi jelentőséggel a választásaink bírnak, melyeket minden pillanatban teszünk vakság és tudatosság, gyűlölet és kedvesség, függőség és szabadság között. Rajtuk múlik, hogy utunk virágzó tájakon vagy sivár, pusztuló vidékeken át vezet-e, márpedig az életnek e tapasztalásokon kívül nincs más tartalma. Ahogy az egyik buddhista szent irat fogalmazza:

„Pusztán szenvedés létezik, de szenvedőt nem találunk.

Cselekvés van, de hiányzik a tett tevője.

Van nirvána, de nincs, aki oda belépne.

Ösvény van csak, de utazót rajta senki se lát.”⁶

Jegyzetek

(1) Bruno Bettelheim: *A mese bűvölete és a bontakozó gyermeki lélek*. Budapest, Gondolat Kiadó, 1985. 51. p.

(2) A szimbólum fogalmát itt értelemszerűen nem szemiotikai, hanem hagyományos, szűkebb értelmében használjuk. Jung szimbólumelméletét illetően lásd például C. G. Jung: *On Psychic Energy*, 1928, Coll. W. vol. VIII.; *On the Nature of the Psyche*, 1947/54, Coll. W. vol. VIII.; *Symbols of Transformation*, 1911-12/1952, Coll. W. vol. V., *A Study in the Process of Individuation*, 1934/50, Coll. W. vol. IX., sít.

(3) A karcsai hagyományörző mesemondó Pápai Istvánné Páhi Emma néninél például alkalmam nyílt megfigyelni, hogy bár a történeteit hagyományos panelekből építette fel a népmese szigorú dramaturgiai szabályai szerint, sohasem mondott el egy mesét

kétszer ugyanúgy, hanem azt mindig a hallgatósághoz vagy a tőle mesét kérő személy sajátos problémájához igazította. A mesék leírása – ha nem is tüntette el teljesen – nagymértékben korlátozta a szájhagyománynak ezt az élő, állandóan alakuló jellegét.

(4) Lásd Maximilian Mehner: *Märchenhaftes Indien – Theodor Benfey, die indische Theorie und ihre Rezeption in der Märchenforschung*. Indologica Marburgensia, Band III., P. Kirchheim Verlag, München 2012.

(5) Vlagyimir J. Propp két legfontosabb műve magyar nyelven: *A mese morfológiája*, Budapest, Osiris-Századvég, 1995. és *A varázsmese történeti gyökerei*, Budapest, L'Harmattan Kiadó, 2005.

(6) Bhadantacariya Buddhaghosa: *The Path of Purification (Visuddhimagga)*. Boulder & London, Shambhala 1976.

Honlap: <https://dakiniland.net>

Témába vágó könyvei:

Az égig érő fa. Szellemi tanítások a magyar népmesékben I.

Budapest, Pilis-Print Kiadó, 2009.

Az élet vize. Szellemi tanítások a magyar népmesékben II.

Budapest, Pilis-Print Kiadó, 2011.

Luzsi Margó

Larin Paraske

ének- és mesemondó

a 100 legnagyobb finn egyike



Larin Paraske Sakkolan puvussa by Linsén,
Natalia – Finnish Heritage Agency,
Finland – CC BY.

Akkor ismertem meg **Larin Paraskét**, ezt a páratlan tudású, csodálatra méltó nőt, amikor sok évvel ezelőtt a Bébillér-családi mesekör „Megtartó meseföld” program-sorozatát állítottam össze.

„Anyaföldünk tájain járunk majd egyszerű emberek, nagyszerű mesemondók nyomába szegődve. Megismerjük küzdelmes, dolgos életüket; a földet, ahol éltek, amit szerettek; a kultúrát, ami az övék volt. Csodálatos meséiből válogatva velük együtt mi is eljutunk a megtartó meseföldre” – szólt az invitáló.

A felkészülés során válogatásom egyik szempontja az volt, kiről tudnak valamit az emberek, hogy az ismert és a kevésbé ismert mesemondók közül jó arányban választhassak. Kérdezgettem – választalanul maradtam.

Ekkor kezdtem el utánanézni, hogy is van ez máshol. Így bukkantam egy televíziós versenyre, melynek során 2004-ben a finn szavazók a 100 legnagyobb finn közé választottak egy mesemondót: Larin Paraske asszonyt.

Azóta néha arról álmodom, egyszer a 100 legnagyobb magyar között ott lesz majd egy mesemondó.

Természetesen nem Larin Paraske indított el a mesék útján. Mégis őt választottam ki bemutatásra, mert szeretném, ha széles körben megismernék a mesekezdőket. (Bán Aladár írása a legelső híradás a finn mesemondó asszonyról.) Abban is bízom, hogy történetére fókuszálva sokakban felmerül majd a kíváncsiság a – méltatlanul kevésbé ismert – magyar mesemondók iránt is.

Az én indulásomat emberek és könyvek segítették: Útnak indítottak és úton tartottak rokonok, szomszédok, utcabeli emberek, útitársak, idősek és fiatalok,

akik történeteket meséltek emberekről, életről, halálról, háborúról, békéről, álmokról. Személyes életidővé téve a múltat, a homályba hulló „régvolt”okat.

Útnak indítottak és úton tartottak gyerekek, akik kérdeztek és kértek meséket, el- és kimondott emlékeket.

Útnak indítottak és úton tartottak a könyvek, a könyvekben rám várakozó történetek, amelyek között aztán sok volt, ami elmondandóra formálódott.

És úton tartottak és tartanak mindazok, akik meghallgattak, és meghallgatnak.



Bán Aladár: Paraske asszony, a finnek híres énekmondója

Ethnographia. 24. évfolyam (1913) p. 119-120

A finn nemzet abban a szerencsés helyzetben van, hogy oly nótaírói vannak, kik egyenként, a maguk tudásával egész népköltési gyűjteményt képviselnek. A Kalevala létrejöttének történetéből oly kiváló népénekeseket ismerünk, kik valóságos csodaszámba mennek a folklór történetében. A Kalevala anyagának összegyűjtése azonban nem merítette ki a finn népköltés gazdag forrásait. Azóta is föl-fölbukkan egy-egy kiváló énekes, kinek dalai részint becses változatai a mai ismert s a Kalevalába beillesztett runóknak, részint eddigelé ismeretlen, de nem kevésbé értékes és ősi eredetre valló anyagot szolgáltatnak. Ez újabb énekesek között a legelső helyek egyikét foglalja el Larin Paraske, az az egyszerű parasztasszony, kinek életéről eredeti adatgyűjtés alapján Uotinen – Krohn Károly tanítványa – egy elevenen megírt könyvecskét bocsájtott közre azon alkalomból, hogy a karjalai ifjúság emlékkövet állított sírjára.¹

Ismerkedjünk meg, legalább fővonásokban e mindenképen érdekes nő életével.

Larin Paraske 1833. decz. 27-én született az oroszországi Ingermanland (Inkeri) Sakkola nevű finn falujában, hol szülei szegény jobbágyok voltak. Gyermekkorában, a sok nyomorúság mellett is vidám, derűs lelkű volt s már akkor kedvelte a dalokat, nótaikat. Igazi népénekessé azonban csak a finnországi Vaskela faluban lett, a hová húsz éves korában, szüleinek korai halála után, egy Stepanoff nevű koros és beteges földműveshez férjhez ment. Egész családja görög keleti volt, mint az oroszországi finnek általában. Több gyermeke lett, kikkel együtt nagy szegénységben élt, úgy hogy élete utolsó éveiben csak abból a segítségből tengődött, melyet egyes finn családok s a Finn Irodalmi Társaság juttatott az akkor már nagy hírű énekesnek.

Hogy a szegény parasztasszony nem vitte sírjába dús költői kincseit, az Neovius Adolf evangélikus lelkész érdeme, ki ekkor segédlelkész volt Sakkolában. 1887-ben fedezte föl Paraske nagy daltudását. Hogy miként, ő maga így beszéli el: „Nyári est volt, ha jól emlékszem 1887-ben, midőn Paraske a lelkési hivatalba jött egy vak asszonyt vezetve, ki nek valami iratra volt szüksége. Oly megindítónak és szépnek találtam azt, hogy Paraske azt a vak asszonyt távoli falujából ide vezette. Köszönetet mondtam neki, mire ő néhány talpra esett közmondással felelt. Szavai és külseje elárulták, hogy nem közönséges parasztasszony. Kérdeztem, tud-e verseket, mire ő versben felelt. Kérésemre pár napig énekelt, majdnem megszakítás nélkül, úgyszólván éjjel-nappal... Szívesen énekelt s tudta, hogy e régi verseknek nagy becse van.”

Neoviusnak mindössze 1152 népéneket, 1750 közmondást és 336 találós-mesét mondott tollba, melyek 32,670 sort tesznek ki, tehát körülbelül 8000 sorral többet, mint a Kalevala s 12,000-rel többet, mint a Kalevipoeg. Kár, hogy e nagy gyűjteményből eddig csak egy füzetnyi – egy tizenötödrész – látott napvilágot, a többi a Finn Irodalmi Társaság kéziratárában várja a nyomdafestéket. Nagy örömmel olvassuk tehát Uotinen ígéretét (26.1.), hogy a hatalmas gyűjtemény tartalmát egy újabb munkában meg fogja ismertetni velünk.

Paraske érdekes alakja több finn festőt foglalkoztatott – többek között a kiváló Eero Járnefelt és a nagy Edelfelt is megörökítette a nagytudású asszonyt, ki nek jellemzetes arcza is elárulta a mély költői kedélyt.

Hogy Paraske versei tiszta népies eredetűek, annak főbiztosítéka az, hogy sem olvasni, sem írni nem tudott. Csak hatvan éves korában tanult meg írni-olvasni és pedig játszva és tökéletesen. A költészeten kívül foglalkozott kézimunkával is ; öreg napjaiban ebből éldegélt. A régi népies viseletet és hímzést oly alaposan ismerte, hogy a híres finn archeológus, Schwindt Teodor az ő segítségével rendezte a finn néprajzi múzeum anyagát és írta meg alapvető művét a finn díszítő motívumokról (Suomalaisia koristeita). 1904 január hó 3-án hunyta be szemét kicsiny kunyhójában azon népénekesek egyike, kik a finn nemzet költői dicsőségét a késő századokban, sőt évezredekben is fennen fogják hirdetni a folklór kimeríthetetlenül gazdag világában.

1. *Larin Paraske, eldmakerrallinen kuvaus. Kirjoitti Mikko Uotinen. Viipuri, 1911. (Larin Paraske, életrajz. Irta M. Uotinen, Viborg.) 40. lap. Hogy e könyv kezembe jutott, azért Krohn Károly professzor úrnak tartozom hálás köszönettel.*



„Mesemondó az, aki mesél. A szikla, a fák, a szél, a felhők, a vihar, a madarak, a fűszálak, a bogarak, egy porszem az ujjunk begyén.”

Luzsi Margó

Hét női út

Kusper Judit

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer hét királylány. Az első jó nővér volt, lázadó és célratörő, nőtársai hű barátja. A második helyesen gondolkodó, jó problémamegoldó, fiútársai szövetségese. A harmadik kedvelte a magányt, bölcs volt, a tűzhely hű őrzője. A negyedik hűséges volt, párja mellett mindig kitartó. Az ötödik anyáskodó, másokat segítő, nagylelkű nő volt. A hatodik anyja lánya volt, mindent pontosan értékelt, hatalmas volt a fantáziája. A hetedik élvezte a szépséget és az örömet, szerető és kreatív leány volt. E hét archetípus segítségével megláthatjuk, hogy a mesehősnők mi vagyunk, a nők, akik hét fő női szerepminta közül választunk – mindannyian annak megfelelően, milyen belső késztetést érzünk, milyen élethelyzetben vagyunk. Mert, ahogyan e mese hősnői vagy éppen a görög istennők, mi sem vagyunk egyformák. Van, aki vakmerő kalandokra vágyik, mások inkább félrehúzódnak egy jó könyvvel, van, aki gyerekként is anyáskodó, gondoskodó, vagy éppen az érzékei vezetik.

Ha rájuk találunk a mesékben, azonosulhatunk velük, követhetjük útjukat, hiszen egy történet vagy egy hős szerepe nem kívülről hat ránk. Azért van ránk hatással, mert belülről, belső késztetésből megtaláljuk, mivel tudunk egy történetben vagy hősi szerepmintában azonosulni. Fogadjuk el a jó tulajdonságait, értsük meg hiányosságait, s járjuk be vele együtt a rá

kiszabott utat. Ez a velünk azonosuló hősnő persze változhat életünk különböző szakaszaiban, hol az egyik típus, hol a másik kerül előtérbe, ám útjuk mindig viselkedésmintákkal, megoldási javaslatokkal is szolgál számunkra.

Önmagunkat történeteken keresztül értjük meg, ugyanakkor történeteinket mi magunk hozzuk létre, s ahogyan mi teremtyük meg saját démonainkat, úgy teremtyük meg saját rossz történeteinket is. A gyermekkorban megismert szerepminták örökre velünk maradnak, s mivel a mesehallgatás transzállapotában a fülünkön kívül az elménket és a szívünket is kinyitjuk, a befogadott ismeret tudatunk legmélyéig hatol, az élményszerű befogadás miatt jobban beépül, majd éppen ezért könnyebben elő is hívható.

De mi történik akkor, ha e szerepminták hiányosak vagy éppen torzultak, azaz a történetek nem működnek jól? Ebben az esetben téves önkép alakulhat ki, ami nem segíti önmagunk megértését, a saját helyünk megtalálását a világban.

Sok mesegyűjtemény és tankönyv, olvasókönyv megváltoztatta a női hősökről szóló meséket, különösen a befejezéseiket finomította, lágyította – talán azért, mert az elmúlt évszázadok társadalmaiban kialakult nőképhez nem illettek a mesék sokszor drasztikus, vagy éppen az adott társadalmi elvárást nem követő megoldásai. A Békakirály történetének több befejezé-

„...Hófehérke vagy Csipkerózsika tetszhalott állapota ugyancsak komoly belső munkát takar: a zord erdőben vagy éppen a túskebokrok között bezárják magukat, s – bár biológiailag érettek egy kapcsolatra – belső, lelki és szellemi építkezésbe kezdenek, míg el nem jön az ideje a valódi egymásra találásnak. A hősnők ilyenkor nem csak a megmentőt várják: ők maguk saját életük tervezői és megmentői...”

se is ismert, s egyáltalán nem mindegy, hogyan dönt a királynő. Nálunk elsősorban az a változat terjedt el, melyben a királynő megcsókolja a békát, míg angol nyelvterületen három éjszakán át az ágyába engedi, mire az végül királyfivá változik, Grimmék eredeti gyűjtésében pedig a királynő falhoz csapja a követelőző békát, mely csak ennek hatására változik királyfivá. Három különböző szerepmintát látunk, s egyáltalán nem mindegy, melyikkel azonosulunk. A békát falhoz csapó lány fel meri vállalni, hogy könnyelmű ígéretet tett, s egyben függetleníti is magát atyja parancsától, míg a békát csókoló és ágyába fektető lány nem tudja saját útját követni, meghajol a követelőző béka és a zord atya akaratának.

Persze nem csak ilyen látványos tettekkel találkozunk, ám Hófehérke vagy Csipkerózsika tetszhalott állapota ugyancsak komoly belső munkát takar: a zord erdőben vagy éppen a túskebokrok között bezárják magukat, s – bár biológiailag érettek egy kapcsolatra – belső, lelki és szellemi építkezésbe kezdenek, míg el nem jön az ideje a valódi egymásra találásnak.

A hősnők ilyenkor nem csak a megmentőt várják: ők maguk saját életük tervezői és megmentői, akik nem csak szép díszletei egy izgalmas történetnek, éppen ezért elhibázott a belőlük készült rajzfilmek megoldása, melynek során az őket megmentő királyfik lépnek elő főszereplővé.

A másik nehézség női mesék látókörön kívül kerülése, azaz a lányok nem vagy csak igen ritkán találkoznak róluk és nekik szóló történetekkel. A lányok önbizalma kilencéves korban a legerősebb, ezért kifejezetten fontos, hogy a kiskamaszkor felé indulva ne veszítsék el saját értékeikbe vetett hitüket. Ha azt tapasztalják, hogy az általunk képviselt vagy vágyott értékek nem találnak megerősítést, önbizalmuk csorbulni kezd, kevesebbnek érzik magukat. A mai iskolai olvasmányok egyáltalán nem segítik e gazdag kép kialakulását, ezért lenne fontos, hogy minél több olyan mesével ismerkedjenek meg lányaink, melyek a lehetséges archetípusok mindegyikét megmutatják nekik, azzal együtt, hogy mindegyik női hőstípus érvényes és értékes világot épít.

Az óriásfiú

olasz népmese

Élt egyszer egy aranszívű gróf az aranylelkű, feleségével. Mindenki szerette a jóságos grófi párt, nekik is meg volt mindenük, amit szemük-szájuk kívánt. Volt kastélyuk, kincsük, nagy földbirtokuk, száz nyájuk, száz gulyájuk, csak gyerekük nem volt. Pedig éppen a gyereket kívánta volna legjobban a grófi pár. Mentől jobban kívánták, annál jobban késlekedett a gólya a várt babával. Bezzeg volt elég gyerek a faluban. Annyi volt ott a gyerek, hogy a szegény szülők azt sem tudták, honnan szerezzék meg az ennivalót abba a tömérdek éhes szájba. Karácsony táján persze kétszeres volt a nyomor a kis kunyhókban, mert nemcsak éheztek, hanem fáztak is a gyerekek. Hát mondja a gróf a feleségének:

– Mindenünk van, amit szemünk-szánk kíván, gyerekeink pedig nincs; jobbágyaink kunyhója azonban tele van éhes szájacskával, de alig jut a gyomrukba étel, a testükre ruha, a kályhájuk pedig hideg. A mi kastélyunkban sok a terem. Rakjuk tele az egyik termet asztalkával és paddal, hadd jöjjön az apró nép, napjában háromszor, enni és melegezni.

– Nagyon örvendek édes férjem, hogy erre gondoltál – felelt a fiatal grófné – és mert a szegény kicsikének nincs tisztességes ruhájuk és cipőjük, ide rendelek egy pár szabót, meg egy pár vargát, hadd varrjanak a szabók kis kabátot, nadrágot, szoknyácskát, a vargák pedig cipőcskét számukra.

Így hát a gróf meg a grófné berendezte a termet a gyermekek számára és száznál több fiúcska meg leányka evett, ivott meg játszott ott egész nap, mert volt sok játék ám ott is: képeskönyv, ólomkatona, baba és mindenféle. Aztán jött három szabó, az ruhát szabott a gyermekeknek, jött három varga, az meleg cipőt varrt nekik. Karácsonykor pedig a környék összes jobbágygyerekeivel ünnepelték a szent estét. Tizenkét óriási asztal tele volt gyönyörűbbnél gyönyörűbb játékkal, képeskönyvvel, cukorral, meg sok hasznos tárggyal, amire az egész esztendőben szükség van. A grófi pár ezt a sok ajándékot kiosztotta a gyerekeknek.

Elképzelhetitek, micsoda ujjongás volt a grófi kastélyban, mikor karácsony este a gyerekeket magához hívatta a grófi pár és ők bevonultak a szobába. Mikor a gyerekek már eleget gyönyörködtek a játékban, bevezették őket a másik terembe, ahol pompás vacsora várakozott rájuk. Oly boldogak voltak a gyerekek, hogy a grófné így szólt az urához:

– No, ilyen szép karácsonyesténk még sohasem volt!

– Ezentúl minden karácsonyestére itt tartjuk a gyerekeket – mondotta a grófné.

Hát így volt ez sok esztendeig. Reggel minden szegény gyerek a kastélyban reggelizett, délben ott ebédelt, este ott vacsorált, karácsonykor meg ott ünnepelt. A szükség elhurcolkodott a kunyhókból és máshol kere-

sett lakást magának. És mit gondoltok hova költözött? Nem hinnétek, de bizony a grófi kastélyba. Száz gyereket táplálni, ruházni még egy grófnak is sok, hát lassan csak elfogyott a kincs, üresedett a pénzes szekrény, a gulyát, nyáját el kellett adni, hogy legyen mivel ennivalót vásárolni a sok szájnak, legyen mivel fizetni a szabót, vargát. Meg is öregedett a grófi pár, mikor egy napon csak az utolsó garas is kigurult a házból.

– Édes férjem, most már mi is szegények vagyunk – mondotta a grófné.

– Azok bizony, édes feleségem – felelt a gróf.

– Most hát nem adhatunk többé reggelit, ebédet, vacsorát a gyerekeknek.

– Már miért nem adhatnánk? – kérdezte a férj. – Mi nekünk a nagy vagyon, a roppant erdő, meg a sok szántóföld? Öregek vagyunk, gyerekünk nincs, adjuk el a birtokunkat, az árán bőségesen élhetünk és a gyerekeket is megvendékelhetjük.

Hát kihirdették, hogy eladó a grófi birtok, de az egész vidéken csak egyetlen vevője akadt, akinek elegendő pénze volt. Ez egy öreg óriás volt, aki a hegy tetején, erdő közepén lakott, az óriás fiával. Ennek egyre

növekedett a birtoka s mert azt akarta, hogy valamikor a fia legyen az egész vidék ura, hát megvásárolta a grófi pár erdeit és földjeit. Volt megint pénzük a gróféknak és megint vendégeskedhettek náluk a gyerekek és megint víg karácsonyestéket ünnepelhettek.

Sajna, bizony semmi sem olyan hosszú, hogy vége ne lenne, elfogyott megint a pénz és a gróféknak el kellett adniuk az ökröket, teheneket, lovakat, arany- meg ezüstneműt és végül magát a kastélyt is. Most már semmijük sem volt és két szobácskában laktak, melyet az öreg óriás, a kastély új ura, irgalomból meghagyott nekik. Most aztán nem vendékelhették meg többé a gyermekeket, mert maguknak sem volt mit enniük.

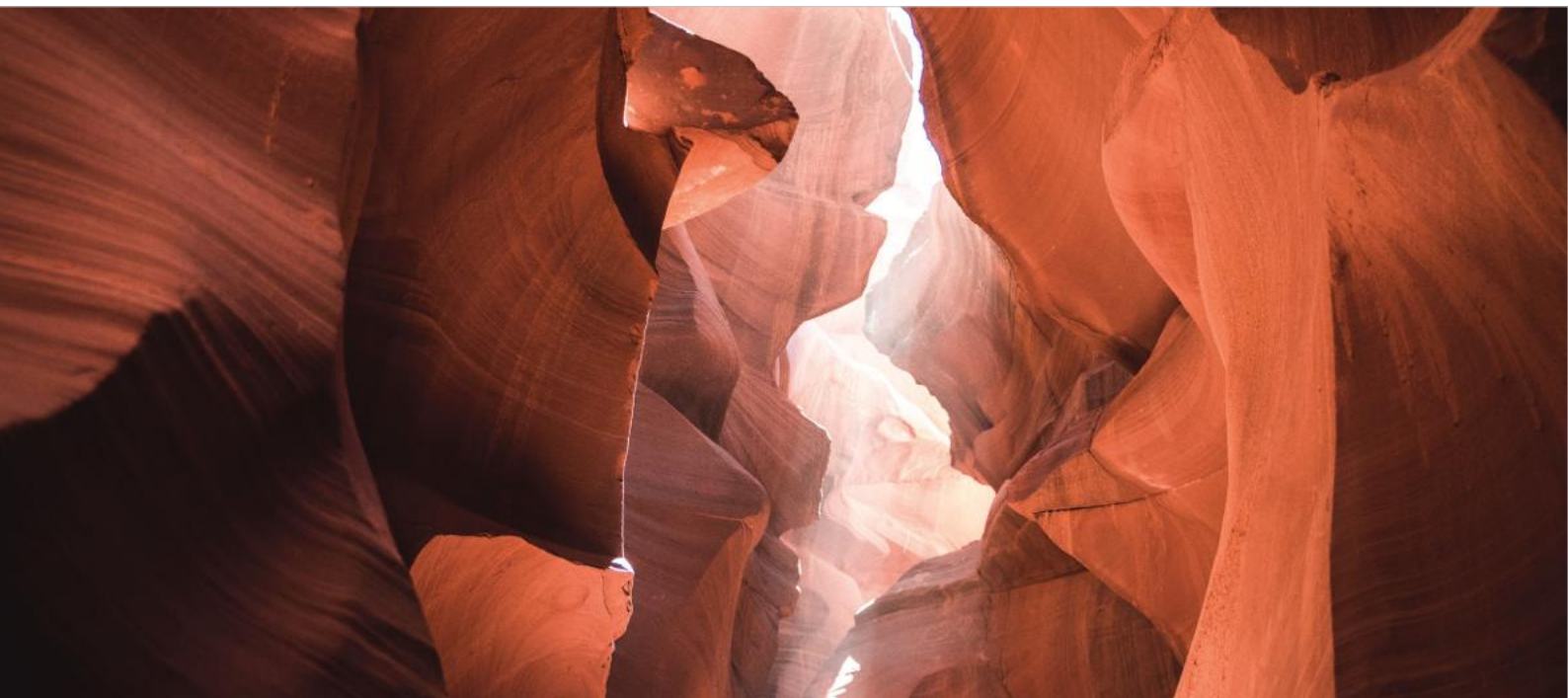
Közeledett karácsony estéje. Egy napon lement sziklavárából a kastélyba az óriás fiú, – aki kétszer akkora volt, mint a gróf – és elpanaszolta, hogy meghalt az apja.

– Olyan egyedül vagyok én abban a nagy nagy sziklavárban – mondotta – szeretnék itt maradni nálatok egy napig.

– Szívesen látunk kedves vendégünknek – felelték az öregek oly vendégszeretően, mint a régi jó időben.

Mindent összeszedtek, amijük még maradt, hogy az

Az óriások földjén (Justin Luebke – Unsplash)



óriás ifjú urat megvendégeljék. Vacsora közben nagyon csodálkozott az óriás, hogy szegényes cseréptányérokat és bádogkanalakat tettek az asztalra.

– Ne haragudjál, kedves vendégünk – mondotta a gróf – hogy nem a porcelántányérokat és ezüstkanalakat tettük az asztalra, de nem tudtuk, hogy ilyes jeles vendégünk lesz és kiadtuk a házból.

– Aha, kölcsönadták valakinek – gondolta az óriás. Azon is csodálkozott, hogy a grófon meg a grófnén nincs díszruha, ahogy dukál, mikor vendéget látnak az asztaluknál. A grófné észrevette, hogy az óriás ifjú a ruhájukat nézi, hát így szólt:

– Ne haragudjál, kedves ifjú, hogy nem a díszruhánkban ülünk a társaságodba, de nem tudtuk, hogy ilyen jeles vendégünk lesz és az intézetbe küldtük.

– Aha, a tisztítóintézetbe – gondolta az óriás ifjú.

A lakoma után így szólt a gróf:

– Kedves vendégünk, meg kell elégedned a mi székény szobánkkal, mert apád a többi termet mind bezárta és a kulcsot a sziklavárba vitte.

– Annál jobb – mondotta az ifjú – legalább közelebb leszek hozzátok.

A gróf a vendéget bevezette az egyik szobába, ahol számára két ágyat tétetett össze hosszában, úgy, hogy az egyik ágy fejét s a másik ágy lábát eltávolította. Egy ágyban nem fért volna el az ifjú óriás. Azután csöndes jóccakát kívánt vendégének a gróf és kiment a szobából.

Hát, alig feküdt le az óriás, megjelent egy tündér az ágya fejénél s ezt kérdezte tőle:

– Tudod-e, kinek adták ki a grófék a porcellán edényüket és ezüstneműeket?

– Nem – felelt az ifjú.

– A te apádnak.

– Az én apámnak ajándékozták?

– Dehogy. A te apád megvette tőlük, valamint meg-

vette az erdőt, szántót, nyáját, gulyát, ménest, meg ezt a kastélyt. A gróféknak nem maradt egyebük két szobáskánál.

– No lám! Nem is tudtam, hogy enyém ez a kastély. Aztán miért adták el mindenüket az apámnak?

– Mert szükségük volt az árára.

– Aztán mire költötték azt a tömérdek pénzt?

– Arra, hogy a környék összes szegény gyermekeinek ők adtak enni, karácsonykor pedig minden szegény gyermek náluk ünnepelt. Aztán, tudod-e, miféle intézetbe küldték a díszruhájukat?

– A tisztítóintézetbe.

– Dehogy. A zálogházba. Kölcsönt vettek föl a ruhájukra, hogy neked vacsorát meg reggelit készíthessenek.

– Ej, a szegény öregek! – kiáltotta az óriás. – Ha tudtam volna, hogy terhükre vagyok, nem mentem volna a nyakukra.

– Hát azt tudod-e, miféle két ágy ez?

– Két összerótt vendégágy.

– Az ám! A gróf meg a grófné utolsó két ágya, melyben ők alszanak máskor.

– Teremtőm! Hát most hol fekszenek?

– A puszta földön.

– Oh, Istenem, azonnal fölkelek és visszaadom az ágyukat.

– Azt ne tedd, mert megbántanád őket.

– De hiszen én tudok aludni a földön is, ilyen öreg embereknek azonban kemény a föld, be sem tudják hunyni a szemüket.

– Azt úgy sem hunynák be – mondotta a tündér. – A gróf napok óta egész éjjel sóhajtozik, a grófné pedig sír.

– Miért?

– Mert holnap van karácsony estéje és az idén nem ünnepelhetnek a szegény gyerekekkel együtt.

A tündér ezzel eltűnt. Másnap reggel elbúcsúzott

az óriás fiú a grófi pártól és visszament a sziklavárba. Amint beállt az esthomály, a gróf szinte megfedkezett a szegénységéről s így szólt a feleségéhez:

– Mindjárt itt a karácsony estéje. Gyerünk, öreg párom, vegyük föl a díszruhánkat.

– Elfelejtetted – mondotta a grófné – hogy tegnap zálogházba vittük a díszruhánkat?

Kip, kop. Valaki kopogott.

– Szabad!

Belépett egy szolga, karján a két díszruha.

– Tessék, visszahoztam a ruhát az intézetből – mondotta és elsietett.

A grófék csodálkoztak ezen dolgon és találgatták, ki válthatta ki a ruhájukat és örvendezve vették föl a kopott hétköznapi helyett. A gróf így szólt:

– Akárki váltotta ki a ruhámat a zálogházból, az Isten áldja meg, mert legalább megint tisztességesen ülhettünk a karácsonyi vacsorához!

– Elfelejtetted, kedves párom – mondotta a grófné – hogy nem készíthettünk vacsorát, mert egy fillérünk sincs.

Kip, kop. Kopogtak.

– Szabad!

Hát, Uramfia, egész had állott az ajtóban. Egy sereg szakács, kukta, inas, mézáróslégény, cukrászinas hozta a húst, lisztet, zsírt, fűszert, fát, vasedényt, porcelánedényt, aranyneműt, ezüsteneműt. A szakácsnál volt a konyha kulcsa, kinyitotta, tüzet rakott és mindjárt nekilátott a sütésnek, főzésnek.

No, hiszen, még csak most csodálkozott igazán a grófi pár, de hasztalan faggatta a jövevényeket, hogy ki küldi ezt a sok jót, egyik sem felelt. Végre így szólt a gróf:

– Akárki küldte, áldja meg az Isten, mert megint meghívhatjuk a környék minden szegény gyermekét és víg karácsonyesténk lesz.

– Elfelejtetted kedves párom – szólt a grófné – hogy csak két kis szobánk van, nem fér el azokba a sok vendég.

Kip, kop. Kopognak.

– Szabad!

Belépett egy szolga és bársonypárnán átnyújtotta a kastély összes kulcsait.

– Tessék, tietek minden szoba – mondotta és elsietett. Álmélkodva járta be a szobákat a grófi pár és meglepetve látta, hogy mind fényesen ki van világítva. Tizenkét óriási asztal tele volt gyönyörűbbnél gyönyörűbb játékkal, képeskönyvvvel, cukorral, meg sok hasznos dologgal, amire az egész esztendőben szükség van. Az ebédlőben is meg volt már terítve az asztal és telerakva tortával meg cukortoronnyal.

Aztán egyszer csak karácsonyi ének hallatszott. A grófi pár az ablakhoz sietett. Hosszú menet közelgett a kastély felé. Száznál több szegény fiú és leány jött s leghátul ballagott az óriás fiú. A gyerekek énekelve vonultak be a kastélyba. Nosza, volt öröm. A gyereksereg ámult-bámult a sok ajándékon és vidám gyermekhangok töltötték be a kastélyt. Ej, de boldog volt a grófi pár! Pedig még nem volt vége a meglepetésnek, mert az óriás fiú a grófi pár elé állt s így szólt:

– Én visszaadom nektek a kastélyt minden bennlevővel és a birtokot minden rajtalevővel, de egy föltétellel.

– Mifélel?

– Hogy fiatoknak fogadtok.

Persze, hogy azonnal fiuknak fogadták a derék óriást, aki ma este mind ezt a sok örömet szerezte, mert ő küldte haza a díszruhát, ő küldte a szakácsokat, inasokat, ő szedte össze a gyermekeket s terítettett asztalt. Nagy vígan ültek a vacsorához, miután a grófi pár szétosztotta az ajándékot az apró népség közt.

Sebők Zsigmond feldolgozása



Gombolyító Terápiás Műhely – Pécs

Alföldi Linda – Holcsik Erzsébet – Standovár Ágnes

„Tíz éve történt, hogy a munkahelyemen egy kedves kolléganőm, nevezetesen Böbe, mellém kuporodott, miközben valami pszichológiai szakvélemény-félén dolgoztam és megkérdezte, elmennék-e vele meseterápiás képzésre. A képzés most indul, ha ketten végeznénk egy időben, nagyon jó gyerekcsoportokat tarthatnánk a nevelési tanácsadóban. Fogalmam sem volt róla, hogy ilyen képzés létezik. Nekem korábban a mesékkel csupán személyes gyermekkori tapasztalatom volt, a munkámban pedig elvétve, korántsem tudatosan alkalmaztam néhány didaktikus célú terápiás műmesét. Ismeretlenül is igent mondtam, hiszen volt már a zsebemben egy képzőművészetterápiás diploma, gondoltam ezt a két módszert akár össze is tudnám kötni. Az elméleti képzés első napján még az ajtóig sem jutottam, rögtön érkezett a megszokott realitásból kizökkentő, új belső világot megnyitó: »Hol jársz itt, ahol a madár sem jár?« kérdés Boldizsár Ildikótól. He-

begve-habogva válaszoltam valamit akkori tudásom és érzésem szerint arról, hogy milyen módszerre, tudásra vágyakozom, de persze éreztem, hogy itt ennél jóval többről lesz szó. A metamorphoses meseterápiás képzés azután hirtelen fejesugrás lett egy korábban alig ismert, kódokat megnyitó belső világba. Minden azelőtt ismert, de a képzés során közösen megdolgozott mese, a titkok és bölcsességek kertjének újabb tereként tárult fel a szemünk előtt.

Ahogy zajlott a képzés, lelkesen el is kezdtük az addig megszerzett tudást a munkánkban alkalmazni. Első csoportjaink óvodásoknak szóltak. A velük és a mesékkel folytatott munka számtalan kérdést hívott elő: Hogyan kell gyermekeknek jól mesélni? Rendben van-e ha a gyerek láthatóan nem figyel, ficereg, bohóckodik mesemondás közben? Miért válaszolnak a gyerekek nehezen a mesével kapcsolatos kérdésekre? Biztos jó mesét választottunk a célunk eléréséhez? Lehet, hogy a

mesékkel való munka előtt jobban meg kellene alapozni a gyerekek belső munkára való képességét? A kérdések mentén minden egyes csoportunkat újraterveztük, finomítottuk, miközben mi magunk is egyre tudatosabbá váltunk a mesék választásában.” – *Alföldi Linda*

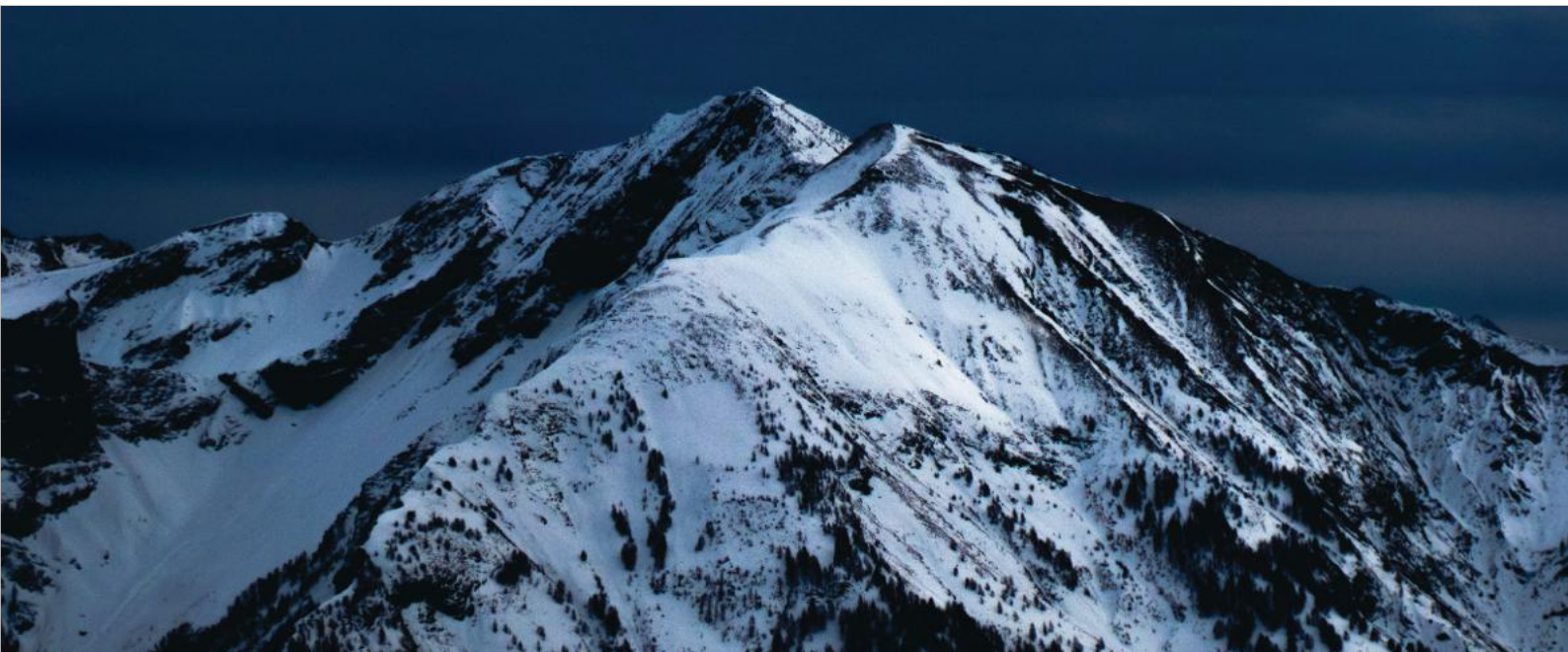
„Mások romantikus füzeteket, én főleg meséket olvastam kiskamasz koromban, és persze előtte is. Már végzett gyerekpszichológusként, 2010-ben kaptam ajánlékba egy könyvet, ez volt a Meseterápia. Tudtam, ha tanulható a módszer, én megyek, de kell útitárs, kell mellém egy művészetterapeuta. Elhívtam Lindát és azóta is hálás vagyok, hogy jött. A munkahelyi mesecsoportok mellett azonban szerettem volna többet, mást. Felnőtteknek mesélni, felnőtt csoportokban dolgozni, visszahozni a városi, modern ember számára a mesék varázsát, a közösségi mesehallgatást. Ekkoriban találkoztunk Ágival, aki felnőtt mesecsoportokat vezetett. Amíg megtettünk egy utat Pécsről Budapestre, a háromból egy lett.” – *Holcsik Erzsébet*

„2013-ban kezdtem el metamorphoses-meseterápiát tanulni, klinikai pszichológusként. Úgy gondolom, hogy

ebben a szakmában a dolgunk nemcsak a gyógyítás, hanem legalább olyan fontos küldetésünk van a betegségmegelőzés, a lelki egészség megóvása területén. A népmesék beemelése a saját eszköztáramba rendkívül inspiráló volt számomra és népmese alapú felnőtt önismereti csoportokat kezdtem el szervezni Pécsen. A kislétszámú felnőtt csoportokat kezdetben egyedül vezettem és egyre inkább megfogalmazódott bennem a vágy, hogy kapcsolódjak másokkal, akik hozzám hasonlóan gondolkodnak a meséről és a segítségről.” – *Standovár Ágnes*

2014-ben találkoztunk össze hárman először. Budapestre utaztunk, a *Meseterápia a gyakorlatban* című kötet bemutatójára, melyben mindhármunknak megjelent írása első meseterápiás szárnypróbálgatásaink kapcsán. Beszélgetések és közös gondolkodások sora után konkrét célokat láttunk magunk előtt. Elsőként a felnőtt meseesteket indítottuk útnak. Pszichológusként társadalmi felelősségünknek érezzük, hogy a mesék segítségével közösségi élményt teremtsünk, a mesemondás rítusát felélesszük, a mesehallgatást, mint lélekfrissítő belső utazást elérhetővé tegyük. Fontos számunkra,

Az üveghegyeken is túl (forrás)



„Pszichológusokként, amikor mesékkel dolgozunk, nagy hangsúlyt fektetünk a belső képekkel való munkára, a mese által előhívott intrapszichés folyamatokra. Igyekszünk minden történetet egy adott ponton belső történetté fordítani, melynek szereplői a pszichénk egy-egy működésmódja, énrésze a lelkünk színpadán.”

hogy a mesékben rejlő megújulási, fejlődési lehetőségeket, erőforrásokat a mesehallgató közönséggel együtt felszínre hozzuk, tudatosítsuk. Mindig összemosisolunk, amikor egy résztvevő elmondja, hogy neki éppen az aznap este hallott mese mennyire „betalált”, mert mi már tudjuk, hogy minden mesében képesek vagyunk meglátni magunkat, minden meséből ki lehet merni olyan tudást, tapasztalatot, ami útmutatásul szolgálhat a hétköznapiakra. Van, akinek ennyi is elég. A meseesten megtölti a képzeletbeli tarisznyáját erőforrásokkal, eszközökkel, útmutatással, felismeréssel és megy tovább élni az életét, mi ezt hívjuk mentálhigiénés prevenciónak. Aztán van, aki ott marad velünk meseest után beszélgetni, vagy levélben keres meg minket, mert az elhangzott mese és a beszélgetés elindított benne egy önismereti munkára való igényt, vagy olyan felismerésre jutott, amit terápiás kapcsolatban szeretne feldolgozni. Mi pedig igyekszünk ilyenkor jó útbaigazítóként a lehető legmegfelelőbb segítőhöz eljuttatni. Pszichológusokként, amikor mesékkel dolgozunk, nagy hangsúlyt fektetünk a belső képekkel való munkára, a mese által előhívott intrapszichés folyamatokra. Igyekszünk minden történetet egy adott ponton belső történetté fordítani, melynek szereplői a pszichénk egy-egy működésmódja, énrésze a lelkünk színpadán.

Csoportmunkáink varázsát az az élmény adja, amit a mesék hívnak életre, hiszen a mesehallgatás, mint együttes élmény villámgyorsan közös nyelvet teremt a korábban ismeretlen csoporttagok között. Megjele-

nik a közös figyelem, az utalásos kommunikáció. A közösségteremtő erő abban is rejlik, hogy a meseesteken egymás mellett, párhuzamosan megférnek különböző nézőpontok, vélemények, érzések. Tapasztalataink szerint erre a fajta érzelmi biztonságra a mai társadalomban hatalmas igénye van a résztvevőknek.

A meseestek és foglalkozások előtt a meséket hárman, közösen dolgozzuk meg. Hárman nyitjuk meg a mesei kódokat, hárman együtt készülünk fel az estre vagy csoportra. Miután a csoportmunkát megterveztük, egymás között megbeszéljük, melyikünk lesz jelen inkább mesemondóként az aktuális csoporton, ő elsősorban a mesei képekben közlekedik, a másik csoportvezető az egyes tagok és a csoport folyamataira figyel, a résztvevőkkel ő tart intenzívebb kapcsolatot, ő vezeti a beszélgetést, ő facilitálja a belső munkát, ő biztosítja az előre egyeztetett kereteket. A sajátélményű műhelyeket igyekszünk az egységes és egylényegű világkép szemlélete szerint megvalósítani: a népmesék mellett dolgozunk mondókákkal, énekekkel, közmondásokkal, szólásokkal, találós kérdésekkel, népzenevel felnőtt csoportokon is. Igyekszünk a verbalitás mellett művészetterápiás, élményterápiás eszközöket is beépíteni, hogy a mese által felkínált belső munka minél több érzékszervi csatornán keresztül váljon átélhetővé. Szeretünk kézzel foghatóan is adni, ezért a meseterápiás sajátélmény után gyakran készítenek a résztvevők olyan hazavihető, használható alkotást, amely emlékezteti őket a megdolgozott mese bölcsességére és saját, bejárt, mesei útjukra.



Mese – Zene – Gyermek

A Kokas-pedagógia és a Metamorphoses Meseterápiás Módszer összehangolása

Farnadi Tamara

Két segítő indított el és kísér engem azon az úton, amelyen járok: Kokas Klára zenepedagógus és Boldizsár Ildikó meseterapeuta. Az ő módszertanuk ötvöztetésével született meg az a különleges harmónia, amit MeseZENGető foglalkozásaim során nap mint nap megtapasztalok.

Mielőtt e két módszer közös rendszerébe lépnék, a Mese folyóirat második számában megjelent egyik írás bevezető sorait szeretném felidézni. Boldizsár Ildikó Metamorphoses Meseterápiás Módszert bemutató összefoglalásával szeretném a Kokas-pedagógiát közelebb hozni az olvasókhoz. Kokas Klára nem hívta módszerét terápiának, ám felismerte és tudatosította tanítványaival annak terápiás hatásait. Boldizsár Ildikó kulcsfontosságú szavai és mondatai pontosan ráillenek a zenepedagógia leglényegesebb elemeire:

1. Nem a zene gyógyít, hanem a zenével való testi és érzelmi kapcsolat alakul át gyógyító erővé. Ez a zenével

való legmélyebb kapcsolat Kokas Klára felfedezésében a természetes, kreatív, játékos énekléssel és a spontán mozdulatokkal kísért zenebefogadással érhető el.

2. A Kokas-pedagógia a zenék, a dalok tudatos használatával tanít és dolgozik, mélyebb értelemben az életút zenével való kísérését jelenti (Kodály szerint is), mely 9 hónappal a gyermek születése előtt kezdődik és haláláig, sőt azon túl is tart.

3. A zene alapvető funkciója az örömszerzés, a hangokkal való találkozás felszabadító öröme, a zene fokozatos felfedezése általi egyre nagyobb biztonság-érzet elérése, a kezdeti káoszról a „Rend” felé haladva.

4. Minden élethelyzetnek van egy mesebeli párja – minden zenének számtalan élethelyzet párja van. A Kokas-pedagógia így lehetőséget ad arra, hogy megváltoztassunk magunkban, életünkben valamit, vagy akár létrehozzuk a saját történetünket is, melynek mi magunk vagyunk a hősei.

5. A zenével való tudatos összekapcsolódás fokozatosan, a zenéhez egyre közelebb kerülve, többszöri meghallgatás útján történik - ami nem zeneértelmezés, hanem a tudattalan feltérképezése. A zenehallgatások során a spontán mozdulatokból egyre tudatosabb mozgások megteremtésével megtörténik a zenével való teljes kapcsolódás. Ilyenkor nonverbális kommunikációval – mint a mesében – érzékszervi megtapasztaláson, testi modalitáson és belső képeken keresztül kapcsolódunk magunkhoz, egymáshoz és a zenén keresztül a Világmindenséghez.

6. A zene megélése és átélése mozgósítja belső erőforrásainkat, létfontosságú információhoz jutunk általa önmagunkról, eligazít érzéseinkben feltérképezi fizikai, lelki és szellemi állapotunkat.

7. Az egylényegű világképbe – Kokas Klára hite szerint – az idők folyamán beleszülettek azok a „szent” zenék, melyeket a legnagyobb mesterek „csatornaként” közvetítettek az emberek számára, melyekben minden hang, ritmus és harmónia vertikálisan, horizontálisan

és időben a „Rendet” képviseli. Mindennapi tapasztaláson túli egyetemes és személyes üzenetek, hogy jobb, nemesebb, tisztább emberekké váljunk. A zene tisztít és átmos, zsigereinkig hat. A zenemű minden egyes újrachallgatása újabb rétegeket hánt le rólunk, egyre beljebb és beljebb jutunk saját lényünkben és a zeneműben: mozdulataink egyre tudatosabbak, addig a pillanatig, amíg egyszer csak a zenemű leghitelesebb tolmácsolójává válunk. Ekkor történik meg a kokasi „átváltozás”, amikor már mozdulatainkkal és egész lényünkkel mi magunk alkotjuk a ritmust, a dallamot, a harmóniát, a formát: eggyé válunk a zenével, egyszerre leszünk befogadók és teremtetők. Ám míg a mesei tér egyből megnyilvánul, úgy a zenei tér a befogadó gyermekekben születik meg és fokozatosan nyílik ki, folyamatosan tágul a zenemű meghallgatása során. Itt található az a pont, ahol a két módszer megsegítheti egymást, kiegészítheti és kétfelől segítheti a gyermek személyiségfejlődésének útját.

Az alkotó-fejlesztő meseterápiás foglalkozás és a Kokas-foglalkozás közös elemei

Alkotó-fejlesztő meseterápiás foglalkozás	Kokas-foglalkozás
Beléptetés a mesei térbe: ismétlődő rítusok.	Beléptetés a zenei térbe: ismétlődő rítusok, (névéneklés) hangolódás.
Bevezetés a mesébe: testtudatosítás, dalosjátékok, mondókák.	Bevezetés a zenébe: testtudatosítás, dalosjátékok, mondókák, majd lecsendesítés – a test összerendezése, nyugalmi állapot – közös csendes várakozás a zenére.
Mesemondás: a) személyre szabott próbák, b) a mese feldolgozása.	Közös mozgásos zenebefogadás. Egyéni, kisebb csoportos táncok bemutatása. Rajzolás, festés, anyagba öntés.
Beszélgetés – Személyes sík kiemelése.	Történetmondás – egyéni, csoportos saját történetek szavakba öntése – beszélgetés.
Elköszönés: kivezetés a meséből.	Elköszönés: kivezetés a zenéből, gyertyagyújtás – meghitt éneklés.

„A zenebefogadás alatti spontán mozgásaink során egyre tágul és mélyül a tudattalan kapcsolat a mese, a zene és az ember között, minden hang és mozdulat azt a »Rendet« erősíti, melyet a mesénk képvisel.”

A titok a tudatos dal-, mese- és zeneválasztásban rejlik, mely egy közös belső képzeletmezőt aktivizál. A dalok, a mondókák és a mese kapcsolata a közös szavakban, tárgyokban, cselekvésekben, történetekben rejlik. De mi alapján keressünk zenét? Ez a Kokas-tanítványoknak is központi kérdés, hiszen zenei kapcsolatot sem könnyű találni egy adott népdal és egy zeneszerző által megkomponált darab között. Ekkor lép be a mese. A megoldás az, hogy mindent a választott mese köré kell gyűjtenünk. A mese képi és érzésvilága, szimbólumai segítenek a keresésben, így a zene a mese „belső világát lefestő ecsetté” válik. Kirajzolódik egy folyamat, amelyben szavainkat, mondatainkat, belső képeinket hangok, hangszínek, dallamok, ritmusok, harmóniák töltik meg.

A mesemondást, a mese befogadását annak szavak nélküli, zenei megerősítése követi. A mesehallgatási transz állapotát a zenehallgatási transz állapota gazdagítja, ezek összeadódnak, egymásra épülnek, egyesülnek. A zenebefogadás alatti spontán mozgásaink során egyre tágul és mélyül a tudattalan kapcsolat a mese, a zene és az ember között, minden hang és mozdulat azt a „Rendet” erősíti, melyet a mesénk képvisel. Ahogyan fokozatosan összhangba kerülnek a mese szereplői, úgy születik meg testünkben és lelkünkben a

harmónia. Ezekben a helyzetekben a szabad, érzelmekkel fűtött mozdulat, vagy a belső világunk képi-vizuális megjelenítése, anyagba öntött kifejezése túlmutat már a beszélgetéseinken. E komplex művészeti élményben újrateremtődik a dal, a mese, a zene, így ebben a kinyíló aktív éberségben (ez a kokasi teljes figyelem állapota) megszületik a katarzis.

Zenénk, dalaink belső utakat járnak, zsigereinkig hatolnak, megtöltenek, elindítanak, átváltoztatnak. Meséinkkel együtt beindítják a bennünk szunnyadó rejtett képességeket, hogy megtapasztalhassuk a világról, az eredetről, a kezdetekről való komplex tudást, és megerősödhessünk testben, lélekben és szellemben.

Felhasznált irodalom:

Boldizsár Ildikó: Metamorphoses Meseterápiás Módszer. Mese összművészeti folyóirat 2. sz, 2022.

Farnadi Tamara: Átváltozás a zenében, átváltozás a mesében. MME konferencia kötet, 2019.

Kokas Klára: A zene felemeli a kezeimet. Budapest: Akadémiai Kiadó, 1992.

Kokas Klára: Öröm, bűvös égi szikra. Budapest, Akkord Kiadó, 1998.

Kokas Klára: Megfésültem a felhőket. Kokas Klára Agape Zene-Életöröm Alapítvány, 2012.



A könyvben élő kép művészete

Interjú Révész Emese művészettörténésszel,
a Magyar Képzőművészeti Egyetem
Művészettörténeti Tanszékének docensével

Révész Emese derűs, nyitott ember. Tűnődtem, hogyan lehetne bemutatni azok számára, akik még soha nem találkoztak vele. Egy játék jutott eszembe, s a játék analógiájára eljátszottam a gondolattal: mi lenne Révész Emese, ha kép lenne; mi lenne, ha illusztráció lenne; és mi lenne, ha eszköz lenne egy illusztrátor asztalán? Azt gondolom, ha kép lenne, a mosoly eleven, ragyogó színekkel megfestett keretezett képe lenne egy falon, ha illusztráció, akkor végtelen történet egy képeskönyvben, ha eszköz egy illusztrátor asztalán, akkor talán digitális rajztábla. Kézenfekvő lett volna azzal kezdeni az interjút, hogy mit takar az illusztráció fogalma? Nem így történt, mégis ez volt beszélgetésünk első lépcsőfoka. Barátaimnak, ismerőseimnek feltettem a következő kérdést: Ha lehetőséged lenne bármit megkérdezni valakitől, aki a könyvillusztrációk avatott szakembere, mit kérdeznél? Néhány órán belül tizenegy ember több mint hetven kérdésért kaptam meg. A gyorsaság és a sok kérdés azt jelezte, a téma közérdeklődésre tart számot. A kérdésekből néhányat elküldtem Emesének. Izgalmas, és avatatlan érdeklődők számára mindenképpen szokatlan a gondolatkör, amit kaptunk.

Az illusztráció fogalmáról – Tudod, mi nagyon jellemző, most, hogy így végig futottam a kérdéseken? Ezek a kérdések azért nagyon tanulságosak, mert a következő tűnik ki belőle: a magyar olvasó az illusztrációt csak a kép szövetségeseként tudja elképzelni. A kérdések többségében arra vonatkoznak, hogy milyen arányú legyen a kép és a szöveg; a kép a szöveget hogyan támogatja, szolgálja, vagy kapcsolódik hozzá. Nemrég jöttem meg Bolognából, a Nemzetközi Gyermek- és Illusztrációs Könyvvásárról, s így van egy nagyon friss élményem arról, hogy mi a helyzet ezen a téren. Más országok gondolkodásában a gyermekkönyvillusztráció felerészben – vagy talán még nagyobb részben is – önmagában képi kifejezést jelent. Tehát az illusztrációra önálló könyvészeti és képzőművészeti műfajként tekintenek.

A magyar gondolkodást nagyon meghatározza – úgy is fogalmazhatnánk, torzítja –, hogy a könyvre még mindig elsősorban mint szöveges oldalakra, mint irodalmi műfajra gondolunk. A közgondolkodásban a könyv kizárólag mint irodalom jelenik meg, s nem jelenik meg mint képzőművészet. Így hát egészen más itthon az illusztrációk pozíciója, elfogadottsága, és mások a velük szemben támasztott várakozások is.

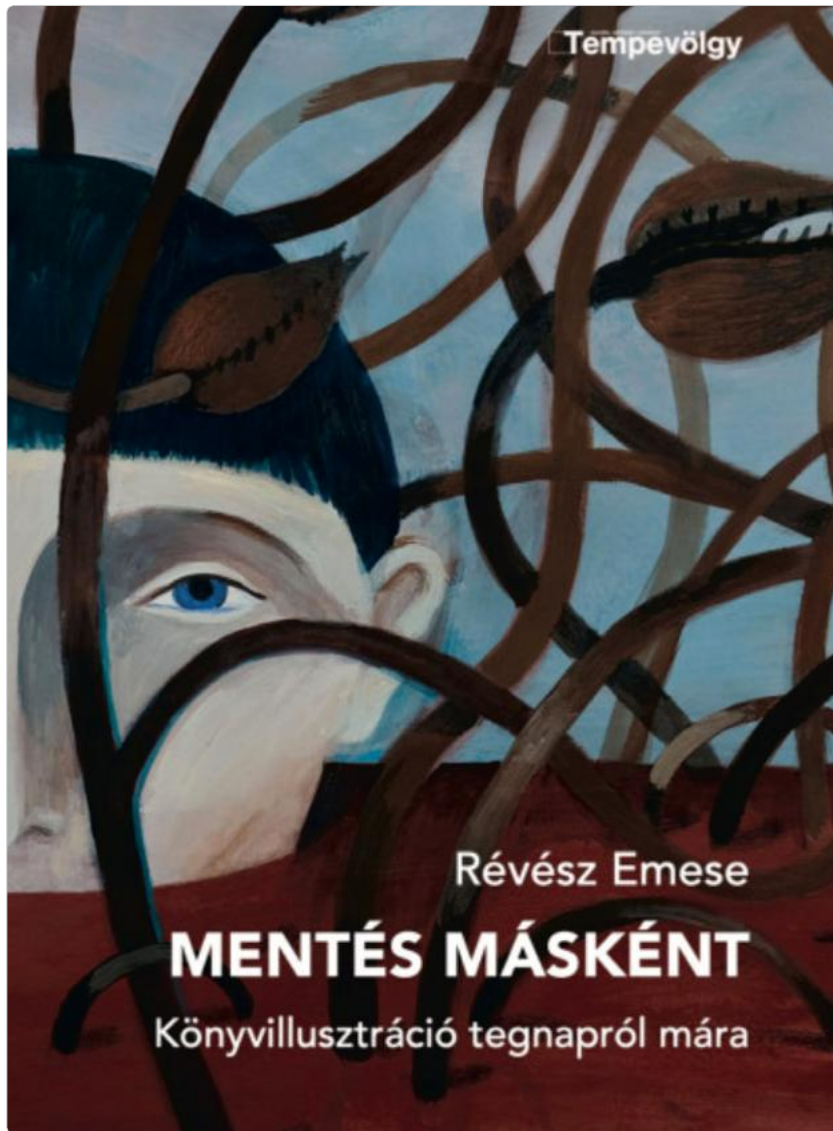
Természetszerűleg azért van ez így, mert a hazai könyvvásárlók többnyire nem találkoznak azzal, hogy a képeskönyv olyan műfajként is létezik, ami 3 éves korosztály fölöttieknek szól. A képeskönyv azonban nem korosztályhoz kötött műfaj. Képeskönyvek készülnek nagyobb iskolásoknak, képeskönyvek készülnek kamaszoknak, és képeskönyvek készülnek felnőtteknek.

Példának szeretném felhozni az idei évben a bolognai könyvvásáron fődíjat³ kapott könyvet. Ez egy olyan könyv, amelyben fekete-fehér képekkel, nagyon kevés szöveggel egy felnőtt nő visszaemlékezik a kislánykorára és arra, hogyan élte meg háborús élményeit. Egy



À qui appartiennent les nuages [Kihez tartoznak a felhők].
A bolognai könyvvásáron 2022-ben fődíjat kapott könyv.

olyan könyv, ami egyszerre tud megszólítani engem, a felnőttet éppúgy, mint egy 14 éves kamaszt. Az igazán jó képeskönyveket az ember magával viszi egy életre. Van az a típusú könyv, képeskönyv, amelynél már nem releváns, hogy gyerekeknek vagy felnőtteknek készült. A magyar könyvvásárlók azonban nem látnak ilyet, így aztán kialakult egy ördögi kör. A kiadók alig adnak ki a „babakönyveken” kívül képeskönyveket, mondván,



Révész Emese könyve

hogy a magyar közönség nem igényli ezeket... De a magyar közönség nem ismeri, nem látja ezeket, ezért nem is igényelheti.

Hogyan lehetne ebből a körből kitörni?

Három dolog határozhatja meg a változást. Az a három – úgy fogalmaznám – pillér, amin az egész illusztrációs hazai kérdéskör áll.

AZ ELSŐ PILLÉR MAGA AZ ILLUSZTRÁTOR. Az, hogy van-e olyan szakirányú képzésünk, ami a mesterséget, ezt a gondolkodásmódot megtanítja. Nyugat-Európában ez kifejezetten kurrens képzéstípus a művészeti intézményekben, ugyanis nagy rá a kereslet, jó a piaci elhelyezkedése.

Az illusztráció sajátos képzőművészeti műfaj, ami az alkalmazott grafika és az autonóm grafika között van. A Képzőművészeti Egyetemen, ahol én tanítok, ma a grafika szak kétféle képzést jelent, két irányba mehetnek csak a hallgatók, s ez a két irány nem találkozik.

Az egyik a tervezőgrafika. Tervezőgrafikus az, aki plakátot, termék megjelenést, bankkártyát tervez. Minden olyan tevékenység az ő köréhez tartozik, ahol a megrendelőhöz kell alkalmazkodni, ahol a megrendelő és a funkció elvárásai mentén kell dolgozni.

A másik grafikai képzés a képgrafika, ami a grafikára mint autonóm kifejezési eszközre tekint. Azt mondja, ké-

szíthetsz litográfiát, kérajzot, vagy bármilyen mű képet, alkotást, ami a te saját gondolataidat fejezi ki azzal a világgal kapcsolatban, amiben élünk. És nem igazodsz senkihez, semmilyen elváráshoz és megrendelőhöz.

Az illusztráció tulajdonképpen a kettő között van. Egyrészt feltételezi, hogy az alkotónak van saját véleménye, álláspontja, nézete a világról és ezeket akár gyermekszemmel is tudja tükrözni, ugyanakkor igazodnia kell a könyvhöz, mint tárgyhoz. A nyomdai fel-

tételekhez, a papír minőségéhez, a színnyomtatáshoz, a mérethez, az oldalszámhoz. Felerészben alkalmazott jellegű, felerészben autonóm jellegű alkotót feltételez. Remélhetőleg hamarosan a MOMÉ-n indul majd felsőfokú illusztrációs képzés, mert nálunk egyelőre még nincs ilyen.

Tehát az nagyon fontos kérdés, hogy tudunk-e olyan alkotókat képezni, akik tisztában vannak a könyvvel, mint sajátos médiummal, sajátos kifejező eszközzel.

Ehhez a gondolathoz tartozóan felhívnám a figyelmet arra – ezt sokszor még a fiatal grafikusok sem tudatosítják saját magukban –, hogy a könyv fele részben kapcsolódik az animációhoz, a mozgó képhez, és fele részben kapcsolódik a fali keretezett képhez. Ez utóbbira számos példa van: vannak olyan illusztrációk, amit kihelyezünk otthon, mint falidísz, mint önálló grafikai munkát. Gondoljunk akár Reich Károlyra, vagy Hincz Gyulára, vagy akár Szegedi Katalin illusztrációira, amelyeket önálló printként lehet kapni. Ugyanakkor a könyv egy olyan tárgy, amit jó esetben elkezdesz az elejétől nézni, te magad forgatod a lapjait míg eljutsz a végéig. Közben kibontakozik előtted egy történet. Írásban és képben, vagy csak képben, és ez a történet lineárisan tárul fel. Ez a linearitás nagyon fontos! Ugyan te megfordíthatod, de a dolgok mégiscsak egymás után bontakoznak ki. Az írott és rajzolt történet a könyv kötött terében bontakozik ki. A könyv kézbe fogható, belejátszik a környező világ, bezavar a kutyaugatás. Leteszed, ha megszomjazol, a ritmusát pedig te határozod meg. Szemben egy filmmel, aminek kötött a menete; jó esetben egy filmnél adott a snittek hossza. A könyvnél viszont te határozod meg, hogy hol állsz meg, hol tartasz szünetet,

*„A szavaknak nagyobb
szükségük van
a képekre,
mint a képeknek
a szavakra.”¹
(Martin Salisbury²)*

hol gondolkozol el; visszalapozol, előre lapozol. Ebből adódóan az illusztrátoroknak ismernie kell ezt a médiumot. Az illusztrátoroknak tudniuk kell, hogy ezzel miként dolgoznak, oldalanként milyen új világokat tárnak elé, hogyan ritmizálják, hogyan teremtenek csendet, hogyan gyorsítják a ritmusát egy történetnek, hogyan hoznak létre drámát és aztán gyászt és örömet, hangulatokat és kifejezési formákat.

A MÁSODIK PILLÉR A KIADÓ. Bármilyen pokoli jó illusztrátoraink vannak – és vannak –, ha a kiadók nem

teremtenek teret, lehetőséget számukra, hogy megmutassák magukat, elmesélik a történeteiket. Akkor olyan könyveink lesznek, amilyenek ma vannak. Magyarországon pillanatnyilag nagyon fejletlen az illusztráció, mert még a jó illusztrátorok is alig kapnak önálló képeskönyvre lehetőségeket. Nem kapnak lehetőséget olyan kötetre, amelyben ők mesélhetnének képi történeteket. A másik nagy gond, hogy a méretek picik. Nagyon kicsik a könyvek, gondolok itt elsősorban a gyerekkönyvekre. Bolognából hazajöve az egyik letragikusabb felismerés a könyvek mérete volt. Nem kell messze menni: Szlovákiában, Romániában, Csehországban, Lengyelországban album méretű könyvekben is gondolkodnak. Azért, mert a képi történetek ezen keresztül bontakoznak ki. Nagyon nagy szerepe van a kiadóknak, hogy ők adnak-e teret ennek, gazdaságilag föl tudják-e vállalni, ki tudják-e fizetni a kemény borítót, a papírt, a drága színes nyomtatást. Mellékszálként pedig természetesen ott van az, hogy a mindenkori kulturális állami támogatások mennyire akarják inspirálni a könyvkiadást, milyen módon, mennyi pénzt raknak bele.



Á qui appartiennent les nuages. Illusztrátor: Gerard DuBois

Végül pedig ott a HARMADIK PILLÉR, A KÖZÖNSÉG. A közönség kiszolgáltatta annak, amit a boltokban talál. Úgy gondolom, hogy olyan könyveket kellene lerakni a magyar közönség elé, amelyek illusztrációs szempontból is izgalmasak, újszerűek, felszabadítóak. Túlságosan szövegközpontúak vagyunk, sokkal inkább, mint a világ nagy részében. A kiadók azt mesélik, hogy sok esetben nem lehet külföldön eladni a jó magyar könyveket. Miért? Mert egyszerűen nem értik, mi ez a sok szöveg, pont fordítva vannak behuzalozva, mint mi.

Hallgatlak, s közben figyelem, ahogy összekapaszkodnak gondolataink, tapasztalataink. Feltűnt, mennyire hasonló módon működnek a dolgok. A jó mesemondó is megadja ritmusát a történetnek, tudja, hogyan teremtsen csendet, mikor tartson szünetet, engedi, hogy akik hallgatják, azok saját ritmusukban kövessék. A jól mon-

dott mese és a jó illusztráció nem gúzsba köt, hanem felszabadít. Mesét, történetet mondani, hallgatni belső képek segítségével lehet. A szavaknak valóban szükségük van a képekre, a belső, vizuális narráció segíti a külső, verbális narrációt. Ugyanez működhet fordítva is.

Igen, és ezt lehet nézni befogadói és alkotói oldalról. Alkotói oldalról az a kérdés, hogy egy verbális történetet hogyan tud megeleveníteni egy rajzoló, milyen technikái, lehetőségei vannak. Befogadói oldalról pedig arról szól, hogy én, mint néző, olvasó, hallgató, hogyan rakom össze a különböző irányból érkező szóbeli, vagy vizuális információkat. Ez azért érdekes dolog különösen a gyerekkönyvnél, mert a gyerekkönyvnél ott vannak egyrészt az alkotók, akik megcsinálták a könyvünket. Író és illusztrátor, akik vagy ismerik egymást, vagy nem, vagy dolgoztak már együtt, vagy nem.

Utána a könyv elkerül a vásárlóhoz. Ez többnyire a szülő, aki már eleve egyfajta cenzúrát gyakorol a könyvek fölött azzal, hogy megveszi vagy nem veszi meg. Számos olyan esetről hallani, amikor a gyerekek kezéből kiveszi a szülő a könyvet, mondván, ez ijesztő, ez csúnya, ez furcsa. Pedig a gyerekek gyakran sokkal nyitottabbak a groteszk, merész, absztraháló képi formák felé, mint a felnőttek, akik egy idealizált gyermekképet kívánnak konzerválni a gyerekkönyvek által. A gyerekirodalomban megtapasztaljuk – főleg kisebb korban –, hogy van egy köztes szereplő az alkotó és a befogadó gyermek között: mégpedig a szülő, aki közvetít azzal is, hogy sokáig ő olvassa föl, ő interpretálja a könyvet gyereknek. A még olvasni nem tudó gyerek, amikor egy könyvvel találkozik – mondjuk olyannal, amelyben egyenlő arányban vannak képek és szövegek –, akkor azt akusztikusan hallja és vizuálisan látja. Számára a könyv egyszerre elevenedik meg a szülő hangján és azokban a képekben, amit ő „kinéz” magának a könyvből. Gondoljunk csak bele, mennyire más az élmény nekünk, akik interpretáljuk a könyvet, s a gyermeknek, aki hallja és

nézi ezt. Nekünk olvasott szöveg, neki képekben megelevenedő, hallott szöveg. Azt pedig különösen fontosnak tartom, hogy mindez a szülő hangján, vagy más esetben a nevelő hangján, a könyvtáros vagy a pedagógus hangján jelenik meg. Többnyire egy olyan ember hangján, akihez érzelmileg, fizikailag is kötődik a kisgyermek.

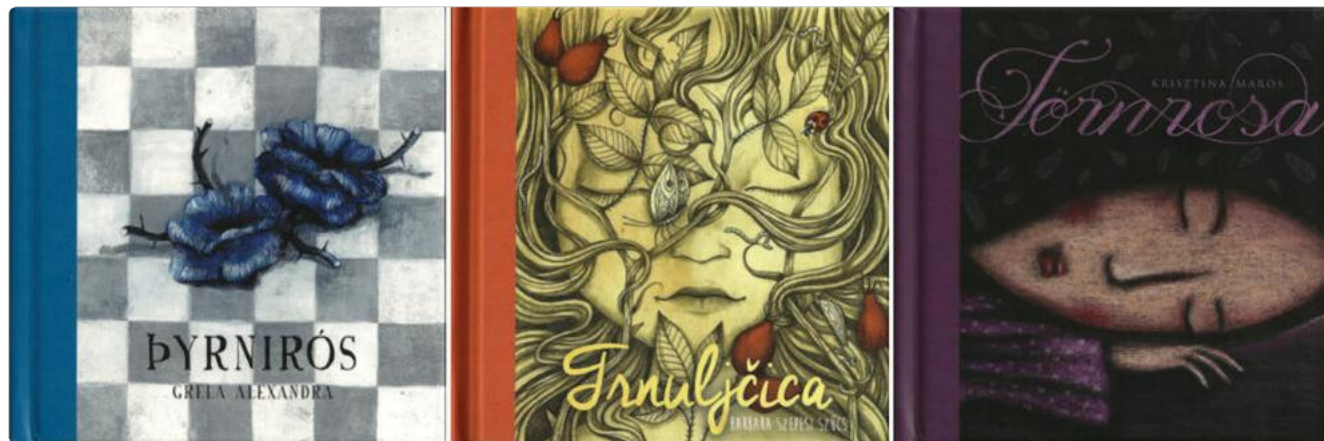
A vizuális narráció egyik legsajátosabb formája a silent book. Azt tapasztalom, hogy trendi a képkönyvek verbalizálása. Forog bennem a kérdés ennek kapcsán: feltétlenül kell ez a verbalizálás?

Nem, dehogy! Egyáltalán nem kell szükségszerűen kihangsúlyozni, sőt pont a csendessége is lehet erénye. Éppen az a lényeg, hogy van ugyan kapcsolódás kép és szöveg között, de ez nem szükségszerű és nem teljes mértékű. Gondoljuk csak végig: le lehet írni mondjuk egy Manet csendéletet vagy egy Picasso képet?

A silent book (az általam javasolt magyar elnevezéssel: képkönyvek) műfaját – különösen itthon – szívesen legitimizálják vagy mentegetik azzal, hogy van

Maros Krisztina: Milyen színű a boldogság





Csimota kiadó Design-könyvek: Csipkerózsika variációk

pedagógiai haszna azáltal, hogy a gyerekeket beszédre, önálló megfogalmazásra készíti. Ez valóban így van, ám a képnézés vagy a könyvnézés összetett, élvezetet is nyújtó tanulási folyamat, a világ befogadásának és megértésének egyik lehetséges útja. A néző szabadsága saját ritmusa és gondolatai szerint fogadni be a könyvet. Gyerekeknél számtalanszor lehet látni, amint hosszan néznek egyes oldalakat. Újra és újra, szinte rituálisan visszatérnek hozzá, mintha valamiféle meditatív állapotban lennének. Van egy belső ventilálásuk, a befogadás sajátos ritmusa a gyerekek részéről, ami a magányos könyvnézés során bontakozik ki. A silent book (képkönyv) azért is érdekes műfaj, mert nemzetek fölötti. Nyelvtől függetlenül értelmezhető, kozmopolita könyv. Sajnos ennek ellenére kevésbé része a könyvtári kultúrának. Ha már itthon nem adnak ki ilyen könyveket, milyen jó lenne legalább a könyvtárakban találkozni velük! Példa erre az egri gyerekkönyvtár, ahol egy csodálatos silent book gyűjtemény található.

Érdekes hazai kísérlet volt e téren a Csimota kiadó Design-könyvek⁴ sorozata. A sorozat lényege, hogy ugyanazt a közismert mesét – mint pl. a Piroska és a

farkas, vagy a Hófehérke – öt különböző illusztrátor fogalmazta meg képekben. Olyan ez látványban, mint amikor ugyanazt a mesét más és más mesemondótól hallja az ember.

Ezt a sorozatot én is nagyon nagyra tartom, de úgy tűnik, valóban kísérlet marad. Nem akarja folytatni a kiadó, mert kicsi az érdeklődés irántuk. Egyetlen nagy hátrányuk van ezeknek a könyveknek. Mégpedig az, hogy rendkívül picik⁵, és így – erről már esett szó – nem igazán tud kibontakozni képileg a történet. A papírszínházra – kamishibai-ra – sokkal nagyobb kereslet van, üzletileg is megéri. A papírszínházban egymás után következő képeket néznek a gyerekek és egy előadói hang kíséretében fogják föl a történetet. Valamelyest rokon ez a silent bookkal, amennyiben képeket látnak a gyerekek, de az a hátránya, hogy kamishibai közös befogadásra készült. Az a szubjektív befogadói magatartás vagy szabadság, ami egy silent booknál megvan, ebben nincs meg. Már tudniillik az, hogy egy kisgyerek egyedül, önmagában leül és nézi a történetet.

A gyerekek – és ennek igazán a könyvtárosok a megmondhatója – szeretnek válogatni a könyvek közül, s abban mélyülnek el leginkább, amit maguk választhatnak

ki nézegetésre. Az alkotó és a befogadó, vagyis a gyerek között azonban ott van a „közvetítő”, a felnőtt, aki már választ, mielőtt a gyermek választhatna. Mit tartsanak szem előtt a „közvetítés” során?

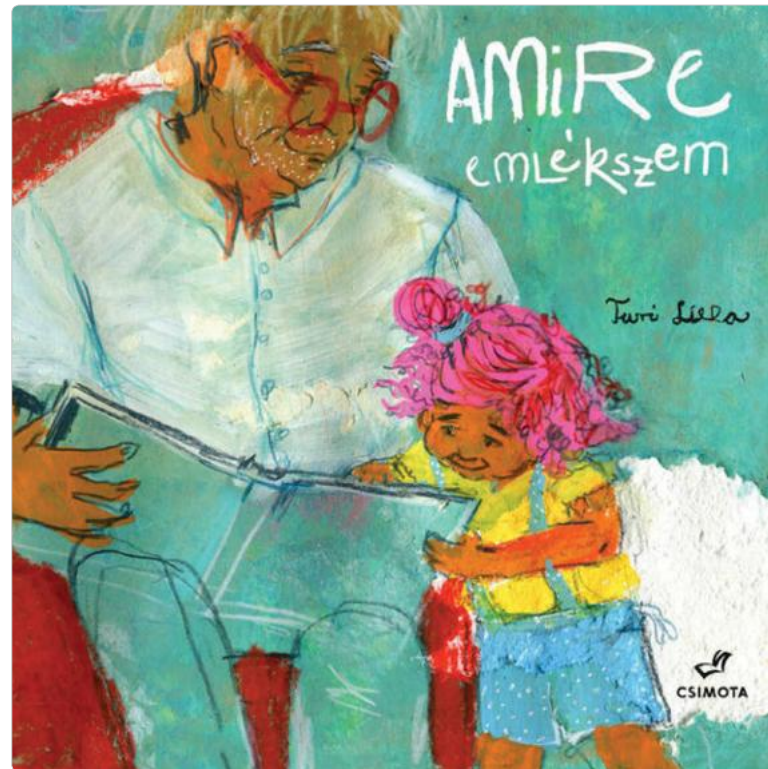
Nem kell félni azoktól a könyvektől, amelyekben sok a kép. Bizonyos érzelmi tartalmakat sok esetben a képek sokrétűbben vissza tudnak adni, mint a szövegek. Nagyobb az értelmezés szabadsága, ezért az ne legyen visszatartó erő, ha sok a kép egy könyvben és kevés a szöveg. Az ma már közkeletű feltételezés, hogy a minőségi gyerekirodalmat olvasó gyerek előbb-utóbb a minőségi felnőttirodalom fogyasztója is lesz. Az, aki ma mondjuk Lackfi Jánost olvas, az holnap Dragomán Györgyöt olvas, aki Szabó T. Annát olvas gyerekként, az majd talán ugyanezt teszi felnőttként is. Ezt az összefüggést kellene látni a képek kapcsán is. Aki például Turi Lilla-képeskönyvet vesz kézbe, mert az nagyon izgalmas, merész, progresszív, remélhetőleg később nyitott lesz a kortárs művészetre. Az én nézőpontomból a jó képek, az izgalmas képek, az újszerű képek, a merész képek bevezetést jelentenek a kortárs művészet felé is, a jó képeskönyvektől egyenes út vezet a múzeumokba, galériákba. Ezért hangsúlyozom, hogy a képeskönyvek nem csak a gyerek kultúra, hanem a mindenkori képzőművészet részei. Persze könnyebb lenne a helyzet, biztosabb a választás a „közvetítők” részéről, ha lenne egy általános képzőművészeti műveltség, ha ez része lenne az általános – és elvárt – műveltségnek.

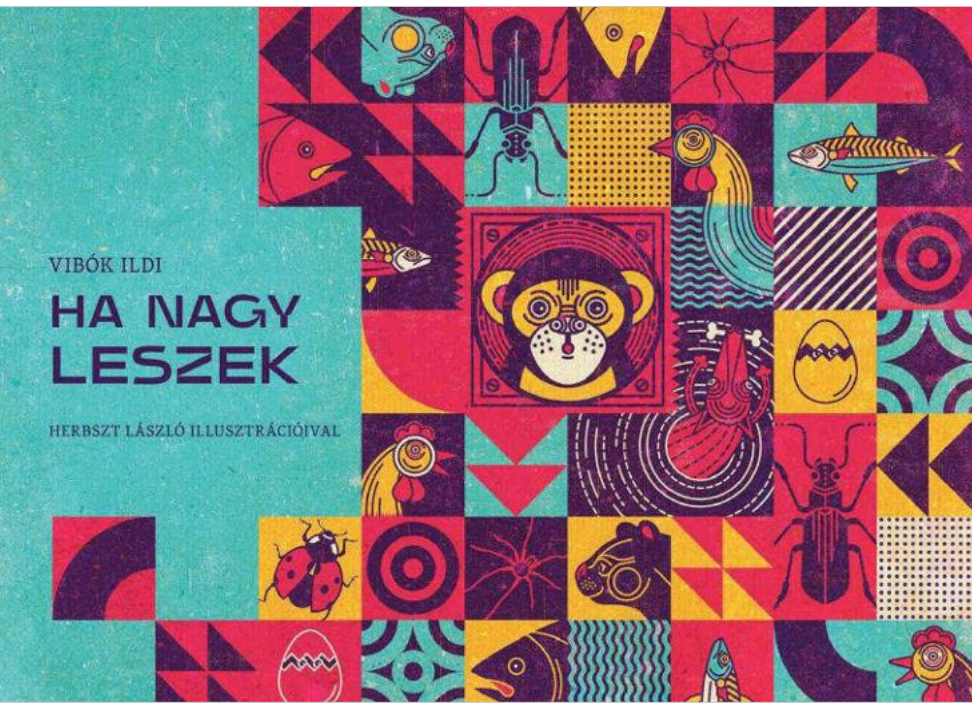
A kérdésedre valamiféle gyakorlati válaszként azt javasolnám, hogy a szülő azokba a könyvesboltokba járjon, amelyek speciálisan gyermekkönyvesboltok. Ezek a többnyire kicsi könyvesboltok jellemző módon válogatott anyagot tartalmaznak. Nem találhatók meg bennük azok a kiadványok, amelyek vizuális, irodalmi „szemétnek” tekinthetők. Aki számára ezek nehezebb-

ben elérhetőek, javasolom hogy kövesse a Kaméleon Olvasóklubot, ahol szintén válogatottan minőségi könyvek vannak. Érdemes követni a legjobb, rendszeresen szakmai díjakkal is elismert olyan kiadók könyveit mint a Móra, a Pozsonyi Pagony, a Csimota, Vivandra, Scolar vagy Csirimojó kiadók. A gyermekirodalom egyik legfontosabb szakmai fóruma a HUBBY (Magyar Gyermekirodalmi Fórum), amely évente megrendezi az év

„Nem kell félni azoktól a könyvektől, amelyekben sok a kép. Bizonyos érzelmi tartalmakat sok esetben a képek sokrétűbben vissza tudnak adni, mint a szövegek. Nagyobb az értelmezés szabadsága, ezért az ne legyen visszatartó erő, ha sok a kép egy könyvben és kevés a szöveg.”

Turi Lilla képeskönyve





Herbszt László

legjobb gyerekkönyveinek versenyét, külön díjazva az illusztrátorokat is. Fontosnak tartom a könyvtárak szerepét is, mert segíthetnek eljuttatni távoli településekre is az igényes képes könyveket. Sokszor egy-egy, az ügy iránt elkötelezett könyvtároson múlik, hogy az adott könyvtárban vannak-e kortárs, jó gyerekkönyvek.

Ha kifejezetten az illusztrációkról szeretne friss képet kapni valaki, hol teheti meg?

2019-ben Herbszt Lászlóval⁶ életre hívtuk a Budapesti Illusztrációs Fesztivált – Billufeszt-et –, amely kétévente kerül megrendezésre. Arra szolgál, hogy áttekintést adjon a legfrissebb hazai illusztrációs munkákról. A Billufeszt anyagát, több mint 500 képből álló nagyon látványos kiállításból válogatást 2022-ben bemutatjuk a főváros után Miskolcon, majd Debrecen, Pécs és Szombathely következik. Terveink szerint végül Székely-

földre is elvisszük. 2023-ban pedig meghirdetjük a Billufeszt harmadik pályázatát. A Pest Text Fesztivál keretén belül olyan kiállításokat szervezünk, amely a régió legjobb illusztrátorait és könyveit mutatja be. Sajnos ezt csak Budapesten lehet majd látogatni. Az elmúlt két évben több mint száz igen különleges, figyelemre méltó gyerek-könyvet hoztunk Lengyelországból, Csehországból, Szlovákiából. Ezeket a könyveket a Képzőművészeti Egyetem és a MOME könyvtárában helyeztük el, azzal a céllal, hogy hozzáférhetőek legyenek.

Érdemes odafigyelni egy idén őszi tervezett kiállításra. Ez a D17 Ifjúsági Galériában⁷ lesz, és a kortárs olasz illusztrációkat mutatja majd be. Rengeteg könyvet is hozunk, aminek az lenne a lényege, hogy kézbe fogható, lapozható legyen és ne csak posztereket lássunk. Ezeket is könyvtárban fogjuk elhelyezni, mint a korábban beszerzett gyermekkönyveket.

Az élő, eleven mesemondás szükségszerűen mindig kortárs nyelven beszél. Milyen nyelvet használ az élő, eleven illusztráció manapság?

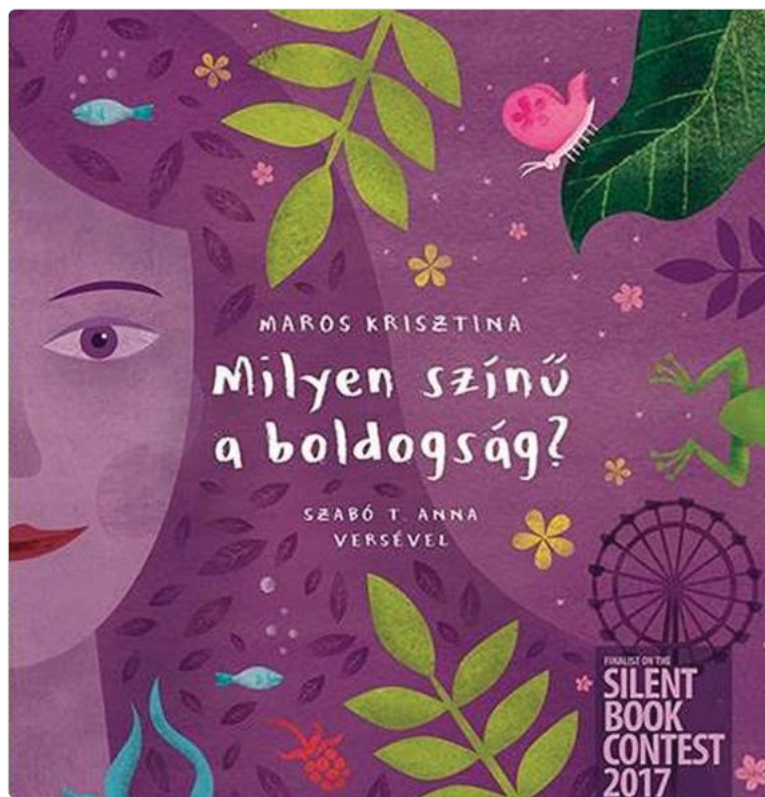
Az illusztrációk, meseillusztrációk is akkor jók, hogyha 21. századiak. Ne akarjunk utánozni 100 évvel ezelőtti stílusokat vagy beszédmódot. Mindig nagy kérdés, felül lehet-e írni azt, ami már belegyökeresedett a köztudatba. Nem baj, ha a kiadók gondolkodnak erről, s egy-egy mesét, mesefolyamot újra illusztráltatnak. Fontos például, hogy a népmeséket képesek legyünk 21. száza-

di vizualitással megjeleníteni. Lehet úgy kortársnak lenni, hogy közben „utaljon” az ember a tradíciókra. Mondok egy példát. Herbszt László illusztrációi azért nagyon jók, mert ezekben benne van a népművészet stilizáló gondolkodásmódja, de ezt a kortárs gondolkodás vizuális nyelvén teszi. Jó lenne, ha minél több helyen lehetne találkozni hasonló kötetekkel.

Mesében vagyunk, így a beszélgetést egy – mondhatni unalmasan közhelyes – mesebeli kérdéssel zárjuk. Milyen titkos, vagy nem titkos kívánságod van, amit szeretnél, ha teljesülne?

Nagy szükség lenne több olyan fórumra, ahol rendszeresen jelennének meg illusztrációval kapcsolatos cikkek, kritikák. Kellene egy szemle, ami rendszeresen fölhívja a figyelmet a friss könyvek közül a legjobban illusztrált könyvekre. Ez sokat segíthetne ama bizonyos ördögi körből kitörni. Ezt nagyon szeretném. És persze remek lenne, ha színre lépne végre egy olyan magyar könyvkiadó, aki elkötelezné magát a minőségi, hazai képeskönyvek mellett.

Első kívánságod teljesítése rajtunk nem múlik. Örömmel



Maros Krisztina: Milyen színű a boldogság

vállaljuk, hogy a MÉSÉ-ben ezentúl minden lapszámban bemutatunk néhány friss könyvet az illusztrációk, illusztrátorok szemszögéből. Köszönöm valamennyi olvasónk nevében, hogy megosztottad velünk gondolataidat.

Az interjút lejegyezte Luzsi Margó

Jegyzetek:

- (1) Martin SALISBURY, Morag STYLES: *Children's Picturebooks. The Art of Visual Storytelling*, London, Laurence King, 2012
- (2) Martin SALISBURY: illusztrátor, a Gyermekkönyvtudományi Központ igazgatója, Cambridge School of Art
- (3) *À qui appartient les nuages.* Text by Mario Brassard. Illustrations by Gérard Dubois. La Pesteque, Canada, 2021
- (4) A Design-könyvek sorozatban megjelent a *Piroska és a farkas*; *A három kismalac*; *a Hófehérke*; és a *Csizmás kandúr* öt-öt könyvben, a *Csipkerózsika* három könyvben.

- (5) 120x120 mm, 18 képes oldal

- (6) Herbszt László illusztrátor.

Interjú: <https://kultura.hu/herbszt-laszlo-ribizli/>

- (7) D17 Gyermek és Ifjúsági Művészeti Galéria

Révész Emese: *Mentés másként. Könyvillusztráció tegnapról mára.*

[Balatonfüred.] Balatonfüred Városért Közalapítvány. [2020.]

Link: <https://revart.eoldal.hu/>

Lapunk szerzői

Alföldi Linda – klinikai szakpszichológus, képzőművészet-terapeuta, Metamorphoses meseterapeuta

Bárdos József – főiskolai tanár

Béni Gabi – a MESE folyóirat olvasója

Boldizsár Ildikó – író, mesekutató, a Metamorphoses Meseterápiás Módszer kidolgozója, folyóirat-alapító

Csörgő Zoltán – szerkesztő, szimbólumkutató, író, buddhista tanító

Farnadi Tamara – ének-zene tanár, Kokas képzés vezető, meseterapeuta

Fekete-Szabó Viola – szerkesztő, gyógypedagógus, Metamorphoses meseterapeuta

Holcsik Erzsébet – klinikai szakpszichológus, Metamorphoses meseterapeuta

Hunya Csilla – szerkesztő, pszichológus, kiképző pszichodráma vezető, Metamorphoses meseterapeuta

Juhász Attila – a PC-CP (Európa Tanács – Council for Penological Co-operation) korábbi alelnöke,
a HMBVI korábbi parancsnoka, bv. szakértő

Komló-Szabó Ágnes – szerkesztő, könyvtáros, fordító

Kusper Judit Dr. – egyetemi oktató, az EKKE Nyelv és Irodalomtudományi Intézetének Igazgatója

Luzsi Margó – szerkesztő, folyóirat alapító

Mikszáth Kálmán (1847–1910) - író, újságíró, szerkesztő, országgyűlési képviselő, a Budapesti Egyetem
tiszteltbeli bölcsészdoktora

Pressing Lajos – pszichológus, buddhista tanító

Révész Emese Dr. – művészettörténész, egyetemi docens, Képzőművészeti Egyetem

Standovár Ágnes – pszichológus, pszichoterapeuta, Metamorphoses meseterapeuta

Szegedi Katalin – illusztrátor

† **Tick Ervin** (1964–2023) – jungiánus asztrológus, alkotó-fejlesztő Metamorphoses meseterapeuta, folyóirat
alapító

Tömösközi Péter – tördelőszerkesztő, tanár

***2022-ben a legelső MESE lapszám megjelenésekor az utolsó oldalon
ezzel a ma is érvényes gondolattal köszöntünk el olvasóinktól:***

„Az égből három arany alma hullott a földre: egy a tiéd, egy az enyém, egy pedig azé, aki az úton vándorol.” Leggyakrabban ezt a mesezáró formulát használom a mesék végén, és most az első lapszámot is ezzel szeretném lezárni. Aki végigolvasta a cikkeket, bizonyára tapasztalta, hogy a szerkesztés során arra törekedtünk: legyen ez a folyóirat olyan, mint egy kaleidoszkóp. Minden írás egy kicsit más szempontból néz rá a mesékre, és az Olvasóra bízta, hogyan rendezi össze az információkat. Tapasztalataim szerint a mese végtelen kaleidoszkóp, s bármerre tekerünk rajta, mindig újabb és újabb arcát mutatja. Aki tehát velünk tart a Mesék Útján, annak azt ígérhetem: minden alkalommal más- és más formájú arany almát hullik majd a kezébe. Vándoroljuk együtt!

Boldizsár Ildikó