

SZABÓ MÁTYÁS

LÉLEK – ZENE – BARÁT

Kedves Olvasó!

Na? Mit szólsz a címhez? Három szó, és mennyi minden van/lehet mögötte.

Külön-külön is és összekapcsolva is akár. Az értelmezést Rád bízom, légy szabad. A hozzájuk kapcsolódó apró történeteket pedig örömmel elmesélem Neked...

LÉLEK,

ami nélkül nem igazán, vagy nem érdekes ZenÉlni! Gyermekkoromban kezdődött, amikor még furulyát tanultam a dunapataji zeneiskolában. Valami kezdett feszülni, tágulni, érezhetővé válni, s több lenni, mint a kotta. Jelzett belül egy „hang”, s idővel a szobámban, a négy fal között, ha úgy adódott és „engedtem magamnak”, megszólalt. Szabadon szárnyalt, kicsit billegve, aprókat döccenve a hangok kusza kavalkádjában, még néha hamisan is, félrefogva, de legbelülről. Micsoda szabadságérzés, micsoda fellélegzés! Hangok, amiket néha nem is én irányítottam. Hogy lehet ez? Végre merem hibázni. Végre nem szóltak. Végre próbálkozhattam úgy, ahogy szerettem. Szerintem csak így lehet a lélek szabad, s így válhat a zene örömmé és 'baráttá'. Miért írom le ezeket a sorokat ide? Mert zeneterapeutaként és pedagógusként a zeneoktatásban az évek során szinte az ellenkezőjét tapasztaltam. A gyerekek általában nem mernek énekelni, azt hiszik, hogy nem tudnak. A gyerekek kudarcai, féltelmei korlátozzák az éneklés vagy a zene örömeinek átélését. Egy népdalt is nehezen választanak, amit elénekelnek. Tisztelet a kivételnek!

Írországi Erasmus-tanulmányaim során volt lehetőségem több iskolába eljutni, ahol figyelmes lettem arra a felszabdalt éneklésre, amit hazánk táján csak ritkán tapasztaltam kisgyerekek körében. A titok mintha abban rejlett volna, hogy engedték őket hibázni, uram, bocsáss, hamisan énekelni... Nem a hibákra fókuszáltak, hanem a pozitívumokat erősítették és ismételték. Magabiztos és önbizalomteljes hangok születtek idővel. Csodálkoztam is, mikor egy kb. 10 fős kórus micsoda energiával és erővel, no meg hanggal(!) volt képes zengeni a színpadon! Ezen élmények hatására elkezdtem én is így tanítani az ének-zenét Magyarországon. Nem követeltem, hanem megmutattam. Nem (csak) célként használtam a zenét, hanem eszközként. Az életöröm, a boldogság, a közösségformálás, a játék, a tanulás és a lélek(emelés) eszközeként. Természetesen ebben nagyon sokat segített az az attitűd és tudás, amit az ELTE Bárczi Gusztáv gyógypedagógia szakán sajátíthattam el a zeneterapeuta képzés során. S ha már zeneterápia, engedjenek meg egy személyes történetet Írország egy piciny falucskájából, ahol speciális igényű gyerekeket táboroztattak.

Még zöldfülű, zeneterápia iránt érdeklődő és lelkesedő hallgató voltam akkoriban, s egy csoporttársammal együtt készültünk a zenés foglalkozásra. Csodálkoztam és jólesően szemléltem, hogy minden gyermekre jut egy felnőtt segítő. Nem sorolom a kórképeket, legyen elég, hogy nagyon vegyes és kacifántos gyermekek szerepelnek a következő sorokban. Egy ponton azt kértem tőlük, hogy hunyják le a szemüket és kövessék a hangot. Érzékeljék, hogy közel szól-e vagy távol, hangosan hallható vagy halkán... Fogtam hát a furulyám, s egy magyar népdal dallamára improvizáltam. Körbe jártam, mindenkire odamentem, majd kimentem a folyosóra is, aztán vissza. Egyszer csak egy mosolygós, kerekesszékekben ülő gyermek előtt mentem el a furulyaszómmal... Utólag tudtam meg az elpakolás után az igazgatónőtől, hogy évek óta nem tudja mozgatni a nyakát, s amikor elmentem előtte, teljes átszellemüléssel és nagyra nyílt szemekkel követte nyakával a furulya hangját... Most is libabőrös lettem, pedig már 11 éve...

Akkor döntöttem el legbelül, hogy zeneterapeuta leszek! Ekkor láttam és a „bőrömmön tapasztaltam” igazán, hogy a zene sokkal több is lehet, mint kotta, hangszertudás és tiszta hangok... S hogy ennek a közvetítője/eszköze/továbbítója lehetek, az egyszerre megtiszteltetés és áldás. Úgy is írhatnám, hogy azzal foglalkozhatok, amit szeretek és amire – úgy hiszem – teremtve vagyok. Lélektől lélekgig...



1. kép: Művészetek Völgye – LéleKzet Református Udvar
(Füle Tamás fotója)

ZENE

és ami mögötte van...

Próbáltad már használni a zenét tanításra? Ha nem, itt van egy rövid történet, melyben elmesélem....

Tanító szakos hallgatóként az utolsó év megpróbáltatásai után vagyunk szakdolgozatírás előtt. Főhősünk nem elégszik meg egy szimpla dolgozattal, neki szimpatikusabb a TDK néven futó (Tudományos Diákköri Konferencia) íromány lehetősége. Keres magának társat is ebben, hiszen tudja már, hogy egy férfi mellé dukál egy nő is. SZ.M. és SZ.K. végül találkoznak, s összedugják a fejüket a kollégium veretes falai közt, s kipattan a különböző, igen formás ötletek, ám egy sem találja el azt a szöveget, amit általában a fején találnak...

No, nem lankadnak, s bevonják a „bréjnsztormingba” két kedves tanárukat is. Végül az ötletcunami nyertes és kihívást ígérő befutója a következő felkiáltás lett: „Zene-sítsük meg az ly-os szavakat!” Arra nincs semmilyen

nyelvtani szabály, s a magolás izzasztó terhe helyett, akár észrevétlenül, indirekt módon is megtanulhatóak/memorizálhatóak lennének.

Tökéletes feladat, ami végre megoldást és feloldást adhat egy egész „gyerektársadalmi” problémára! Micsoda magasztos cél! Már láttam is a tollbamondások 100%-os, piros csillagjait és pipáit! Szinte előttem voltak a gyerekek felszabadult mosolya, ahogyan örömmel éneklük a versbe szedett szavakat:

„Gergely Károly mosolyog,

Mihály, Ipoly somolyog

Hüvelykujjam gereblye?

Javítsd fiam! Helyes-e?”

Hála, nagy sikert aratott a gyerekek körében, s idővel egyre több pedagógushoz is eljutott. Majd mikor láttam, hogy ez sokkal értékesebb annál, mint hogy bármiféle anyagi hasznom lenne ebből, végül egy videó formájában feltöltöttem az internetre, egyfajta közkinccsként.

Szeretettel ajánlom a fentebb kifejtett munkánk gyümölcsét:

<https://www.youtube.com/watch?v=TiGZpZm1d7k>

Rövid idő alatt nagyon sok pozitív visszajelzés és köszönet érkezett gyermekektől, szülőktől és pedagógusoktól egyaránt. Az már csak hab a tortán, hogy ezzel a projekttel (név/cím szerint: Multidiszciplináris eszközök alkalmazása egy helyesírási probléma feldolgozásában) TDK (Tudományos Diákköri Konferencián) első díjat, valamint az OTDK-n második helyezést értünk el. A zene transzferhatását azóta is lelkesen kutatom és alkalmazom a gyerekek, felnőttek és a szépkorúak körében.



2. kép: Írország, Navan Primary School (ismeretlen fotója)

BARÁT

Igen..., a zene nekem egy jó barátom, akit néha ágyból kikelvén megpengetek, vagy esténként egy jóleső bor mellett megfújok. (Jól hallod, gitár szól és furulya...) Nagyon szeretem a hangszereket. A zene számomra önkifejezés (is). Az életem egy nagyon fontos része. Ott van a vidám együttműködés eufóriájában, vagy az alkotás folyamatának örömteli pillanataiban. Odalopózik a magány perceiben, kibuggyan és vigasztal. A baráti együttlét dallamain keresztül átölel és megnevetet. Nem lehet neki hazudni! S milyen jó ez! Őszinte és hűséges. Ami belül van, az hallatszik kívül is; színpadon, az osztályteremben, a templomban, az udvaron, az utcán... Sok év kellett ahhoz, míg igazán megtanultam kifejezni az érzéseimet, szavakba önteni a mélységet, a nehezen megfogalmazhatókat. Ebben a zene mintegy „őszinte barátként” segített, akinek mindig elmesélhettem, mi van velem, mi van bennem... Szó szerint „hangot adtam” az érzéseimnek. Tulajdonképpen ez a zeneterápia fő esszenciája és mozgatóelve is. Megszóltatni, ami belül van, mélyen, kimondatlanul. Amikor a zene így tud hatni, ott történik a csoda, ott lehet terápiás hatásokról is beszélni. Annyira hálás vagyok, hogy megannyi pillanatot láthattam munkám során, amikor ez a csoda megnyilvánul akár egy mosolyban, egy könnyben, egy tekintetben, vagy estleg a csendben. Szóval a zene mellett van, vagy inkább bennem, ott húzódik a lélekbőröndömben. Ezt a „barátságot” szeretném minél több gyermekkel, felnőttel és szépkorúval nemcsak megismertetni, de megszerettetni is.



3. kép: Saját hangszereim (Szabó Mátyás fotója)

Nem írtam új dolgokat, hiszen Kodály sorai is ezt bizonyítják:

„Vannak a léleknek régiói, melyekbe csak a zene világít be.” – azonban átélni és tapasztalni egészen más!