

ZENETERÁPIA AZ ASZÓDI JAVÍTÓINTÉZETBEN

- Fellegi Ádám missziója -

"A zene lelki táplálék, és semmi mással nem pótolható. Aki nem él vele; lelki vérszegénységben él és hal. Teljes lelki élet zene nélkül nincs. Vannak a léleknek régiói, melyekbe csak a zene világít be."
(Kodály Zoltán)

Számtalan kérdés merül fel az emberekben, ha zenéről, sőt zeneterápiáról hallanak. Különösen akkor, ha feltárul előttük a titok: a zenével szinte varázsolni, akár gyógyítani is lehet. A zene ilyenfajta hatását már évezredekkel ezelőtt is ismerték és célzatosan alkalmazták az emberi lélek harmonizálására.

A napjainkban kibontakozóban lévő tudomány, a "zeneterápia" egy olyan eljárás, amikor a zenét - mint nemes eszközt - használják személyiségfejlesztés, korrekció, gyógyítás és rehabilitáció céljából. A zenei szimbólumok szavak nélkül is érthetővé válnak, sok esetben még a tudatkárosodottnál is.

A zene állapotokat közöl és állapotokat vált ki, még akkor is, ha nem úgy tűnik.

Akkor is hat, amikor nem figyelünk oda. A tudatos koncentráció azonban lényegesen megerősíti a hatását. A zenén keresztül hatni tudunk az emberre.

Ez azt jelenti, hogy bizonyos negatív lelkiállapotokat megelőzhetünk, a jelenlegit pedig - ha szükséges emberibbé, elviselhetőbbé, szebbé tehetjük.

A zeneterápia lehet aktív és passzív, ezen belül egyéni és csoportos.

Az aktív zeneterápia tulajdonképpen sokban hasonlít a más művészeti ágakban való naiv v. amatőr kreatív tevékenységre (festészet, szobrászat, stb.). Az aktív zeneterápia leginkább csoportos forma, amikor a közös ének, tánc vagy együttmuzsikálás maga a terápia.

A passzív (befogadó v. receptív) zeneterápia akár egyéni, akár kis- vagy nagycsoportos, a zene hallgatására épül.

A zenében, mint az érzelmekre ható művészetben, kétségkívül nagy lehetőségek rejlenek az emberi cselekvés és magatartás formálására. Ebben a megközelítésben a zeneterápia mentálhigiénés aspektusokat is hordoz.

A jelen és a jövő nemzedékét fel kell világosítanunk, hogy lelkét és elméjét ne károsítsa függőséget vagy erőszakot kiváltó tevékenységekkel. Ebben a munkában a zeneterápia, illetve az ún. "művészetterápia" - kitűnően alkalmazható, annál is inkább, mert egyensúlyt tud teremteni a lélekben, valamint a lélek és a test között.

Sajnos ezen egyensúly hiánya mai világunk egyik legtragikusabb tényezője.

Természetesen felmerül a kérdés: milyen zenét kell hallgatnunk, melyiknek van igazán jótékony hatása?

Ha a harmóniából és lazításból indulunk ki, a megfelelő zenének a szívveréshez kellene igazodnia. A lazító céllal hallgatott zene nyugodt és harmonikus, könnyű, hajlékony dallamokkal.

Nem kell azonban elaludnunk tőle, de a cél a belső nyugalom, az ellazulás, a megbékélés, az elégedettség elérése. Erre a célra leginkább a klasszikus darabok lassabb tételei felelnek meg: andante, adagio, largo tempójelzéssel.

A zene és a lélektan kapcsolatának felismerői között ott találjuk azokat a neves muzsikusokat, akik világ- és európai hírnév mellett végtelen emberszeretetről is nevezetesek.

Említhetjük többek között Carl Orff, Yehudi Menuhin és a legnagyobb magyar zenepedagógus, Kodály Zoltán érdemeit ezen a téren.

A ma élő művészek közül a "lélektől-lélekig" ható példa nélkül álló zenei misszióinak, nemes és önzetlen képviselője Fellegi Ádám Liszt-díjas zongoraművész, aki 2000-2001. között 6 alkalommal egyenként másfél óras koncertet adott az Aszódi Javítóintézetben.

Az elmúlt években megfigyelhető a komolyzene iránti érdeklődés csökkenése, egyre kevesebb a koncertlátogatók száma. Egy időben az iskolai oktatásban a zenei-, a művészeti- és a testnevelés nem kapott kellő hangsúlyt. Pedig ez a három alapvető készségtárgy rendkívül fontos az élet minőségének javítása szempontjából.

Az énekórák számának csökkenése is hozzájárult ahhoz, hogy a gyerekek valósággal félnek a zenehallgatástól. A klasszikusokat egyenesen utálják, sokszor a felnőttek is, anélkül, hogy ismernék.

Az elmúlt évtizedek értékrendjének felborulásában igencsak megcsorbult a "szép".

Pedig a szépséggel találkozni egyben azt jelenti, hogy tükröződünk is benne, és ez meghatározó élmény.

Fellegi Ádám nem az a művész, akit ez a szomorú tény kétségbeeséssel, feleslegesség-érzéssel töltene el. Ehelyett megpróbálkozik a helyzethez való alkalmazkodással: odaviszi a zenét, a művészetét a közönség közvetlen közelébe, ahol a legnagyobb szükség van rá.

Műsoraiba olyan zeneműveket válogatott, hogy stílusban és hangzásban egyaránt sokszínű, változatos élményben részesüljön a hallgatóság. Ügyelt arra, hogy a zenetörténeti érdekességekkel fűszerezett előadások a csekély zenei műveltséggel rendelkezők számára is könnyen követhetők és élvezetesek legyenek. Az elhangzott zeneművek alkalmasak voltak arra, hogy a komolyzenétől "irtózó"-kat is megragadják:

- J. S. Bach: Concerto Italiano
Preludium és Fúga a "Jóltemperált zongorá"-ból
- Ludwig v. Beethoven: Holdfény - szonáta
Für Elise

Apassionata

- F. Chopin: A -dúr Polonéz
- Liszt Ferenc: Intermezzo
- Bartók Béla: Román táncok
Allegro Barbaro
- Kodály Zoltán: Marosszéki táncok
- Scott Joplin: Ragtime

A klasszikus zeneirodalom "örökzöldjei"-ből összeállított műsorok a világ bármelyik hangversenytermében is nagy közönségsikert arattak volna.

De ez itt egy egészen különös helyszín: az Aszódi Javítóintézet kápolnája volt, a közönség pedig az intézet növendékeiből állt:

A kápolna benépesül.

Sok fiú most jár itt először, megilletődötten nézelődnek. Néhányan zavartan nevetgélnek, míg meg nem pillantják a bejáratnál elhelyezett hatalmas feszületet. Hogy "szent helyen" járnak, és másként kell viselkedniük - arra a kápolna különös oltára is felhívja a tisztelt közönség figyelmét.

A faragott oltár központi alakja Jézus, aki intőn felemelt ujjal, de szelíd arckifejezéssel jobbra fordul a lábánál térdeplő, kezeit esdeklőn felé nyújtó, irgalmat kérő intézeti egyenruhás fiúhoz.

A bal oldali figura már a megjavult, imádkozó, öltönyös fiú szobra, aki tekintetét az égre emeli, Jézus áldást osztó másik keze alatt.

Ennél szimbolikusabb terápiás környezetben nem is lehetne koncertet, zeneterápiát elképzelni.

A széksorok szinte körülölelik az elektromos zongorát.

A Művész Úr kérése ez; legyen fizikailag is mind közelebb a hallgatóságához. Ő ebben hisz. Aki évek óta a saját lakásán (!) fogadja a "nagyérdemű"-t, annak ez az igazi közege, ebben tud igazán kibontakozni.

A koncertek sajátos hangulatúak.

A fiúk elcsendesednek, amikor a Művész Úr széles mosollyal közéjük telepszik.

Közvetlensége hamar oldottá teszi a légkört. Magáról mesél, amikor még ő is olyan fiú volt, mint sokan a hallgatóságából.

A "poénok" a kapcsolat - és hangulatteremtést szolgálják. Megnyitják azt a kaput mindenki szívében és lelkében, amin át majd beáramolhat a muzsika.

A vagányabbak eleinte hangosan fel-felnevetnek, közbeszólnak. Fellegi Ádám nevelési feladatnak

tekinti a reakciókat, - és bölcs humorral, megértően fogadja a legfurcsább megjegyzéseket is.

Tény, hogy ezt a közönséget nem lehet "becsapni". Nincs az a szigorú, erélyes nevelő, aki lecsillapíthatná őket, ha "nemtetszésüket" akarnák kinyilvánítani. Inkább az érezhető hamarosan: a Művész Úr újra és újra "csatát nyer".

... A beszólások egyszercsak abbamaradnak, a fiúk "megjuhászodnak". A főszerepet a zene veszi át. A csoda megtörténik, működni kezd a lélektől - lélekig ható varázslat.

A koncert után mindig van még lehetőség a barátkozásra. Egy fiúnak, aki ismeri a Für Elise néhány taktusát, már "bérelt helye" van a zongora mögött. A Művész Úr gratulál, társai pedig megélték a produkció hőségét.

A koncertsorozatnak voltak egészen rendkívüli pillanatai is.

A Művész Úr időnként külön meglepetésekkel is kedveskedett. Egy ízben vele tartott jóbarátja, zenésztársa, Boros Mátyás, aki "mint vendég" működött közre a koncerten.

A felcsendülő Paganini-, Sarasate-, Vivaldi- és Masseuret - művek szünetében a világjáró hegedűművész egy luxushajó muzsikusként átélte kalandjairól is mesélt a fiúknak.

Egy másik alkalommal operaénekesnek készülő Balázs fiát hozta el magával Fellegi Ádám.

A korban a fiúkhoz közel-álló fiatal művész az operairodalom legszebb, legnehezebb basszus-áriáival ejtette ámulatba a közönséget.

S amikor Sraastro és Fülöp-király után Tevje, a tejesember "elevenedett meg" a Hegedűs a háztetőn c. musicalből - a csodálat és elismerés valósággal "kitört" a fiúkból. Hangos tetszésnyilvánítással, vastapossal kísérve énekelték ők is: - "Ha én gazdag lennék...!" - legalább háromszor kikövetelve a ráadást!

Annak a koncertnek alig akart vége szakadni.

A szemlélődő jól emlékszik azokra a pillanatokra, amikor a koncertek közben hirtelen megváltoztak a tekintetek.

Egyszer csak felfedezi a hasonlóságot a fiúk, és az oltár szoboralakjainak arckifejezése között.

S eszébe jutnak John Cage amerikai zeneszerző gondolatai:

"A zene léleképítő, mivel képes mozgásba lendíteni a bensőt. A lélek a különbözőség gyűjtőedénye, munkálkodása révén az ember békével és szeretettel telik meg."

Lakos Mária Lujza