

A népmese mindent ismer

Nemzetközi mesefesztivált szervezett szeptember végén a nagyváradai Zöld Berek Egyesület, a Holnemvolt Székelyföldi Mesefesztivál mintájára. A székelyföldi fesztivál megálmodója, **Szabó Enikő** alkotó-fejlesztő meseterapeuta augusztus végén már járt Nagyváradon, és itt az alapítvány székhelyén, illetve a Gheorghe Șincai Bihar Megyei Könyvtárban is mesélt.

Szabó Enikő dolgozott újságíróként, írt könyveket, tanít, önismereti csoportokat vezet, és mesél, valahányszor és valahol csak szükség van erre. Nem volt az életében törés, ami miatt hivatást változtatott volna, hogy mesélő és meseterapeuta legyen, tudtuk meg tőle. Mint mondta, mindig is mesemondónak tartotta magát: „Én örök életemben meséltem, mert nekem is meséltek, mikor kicsi voltam.” Ha édesanyjuk vagy nagypajuk épp nem ért rá, testvérével meséltek egymásnak, testvére, Karda Zenkő ma meséskönyveinek illusztrátora is.

A mesehallgatás és mesemondás egyébként nagyon jó megtartó lelki közeg. Létezik egy úgynevezett mesehallgatási transz: a mesét hallgató figyelme fókuszálódik, ő maga eközben ellazul. Ez például a gyermekeken jól látszik, amikor tátott szájjal és tágra nyílt



Fotó: Holnemvolt Székelyföldi Mesefesztivál Facebook-oldala

Szabó Enikő

szemmel hallgatják a mesét. Ilyenkor az agy harmonikus állapotba kerül, magyarázta Szabó Enikő.

A mesemondásnak is számtalan irányzata van, ő a Metamorphoses meseterápia művelője. Eszerint minden élethelyzetnek megvan a mesebeli párja, s a mesék elindítják azokat a folyamatokat, amelyek segíthetnek egy-egy adott helyzetben. Nem kedveli azokat az embereket, akik „megmondják a tutit”, ezért ő sem szeretné ezt tenni, szögezte le Szabó Enikő. Ő ráadásul különböző helyzetekben, különböző korú embereknek mesél, s úgy véli, nincsenek olyan sémák, amiket mindenkire rá lehetne húzni. A folyamat egyharmada függ tőle, egyharmada a befogadótól, egyharmada a mesétől, tette hozzá.

Az alkotó-fejlesztő meseterápiának gyermekeknél megelőző szerepe is van, a felnőtteknél már az elakadás meghaladása a cél. Nem didaktikusak ezek a foglalkozások, a meséknek nincs mindenkire érvényes tanulságuk. Mindenkinek a neki szóló mondanivalót kell meghallania, észrevennie a mesében, épp ezért a foglalkozásoknak önismereti és önfejlesztő szerepük van. Nem a szakember mondja meg tehát a hallgatóságnak, mit gondoljanak, sőt a felnőttek maguk is elmondják a maguk meséjét. A lényeg, hogy a különböző foglalkozások mind-mind a népmese köré épülnek. Szabó Enikő egyébként egyenlő arányban dolgozik gyermekekkel és felnőttekkel, s nőknek szóló

Szabó Enikő és Szabó Piroska



Fotó: bibliotecibihorene.blogspot.com

Néptáncos ünnep

Kilencedszer is Fekete-Körös Völgyi Magyar Napok

Ha összegezni szeretnénk ezt a három napot egy szóban, akkor biztosan az illene legjobban rá, hogy tánc. Tánc mindennap, mindenhol, kicsik és nagyok, amatőrök és profik adták meg 2022 szeptemberének első hétvégéjén az ünnepi napok hangulatát.

Amikor jó évtizede valakik megálmodták ezt a rendezvényt, bizonyosan nem kételkedtek a megvalósíthatóságban, de talán nem is voltak hurráoptimisták, hiszen a cél az volt, hogy három napra, három helyszínen sikerüljön egybefogni a Fekete-Körös felső völgyében élő szórványmagyarságot, amire addig nem volt példa. Szükség volt egy ilyen rendezvényre, mert ezen a vidéken a magyarság nemcsak szórványban él, hanem egyszersmind zárványban is, tehát egészen másféleképpen élheti meg nemzeti létét, mint például az Érmeléken, hogy ne tekintsünk ki a bihari tájakról.

Mivel is kezdődhetett volna az idei Fekete-Körös Völgyi Magyar Napok első, pénteki napja Várasfenesen, mint a hagyományörző

táncsoportok találkozásával? És meg is tartották az erdei színpadon, az esős időjárástól függetlenül, bár emiatt elmaradt a máskor színpompás felvonulás. A táncsoportok seregszemléje énekszóval, muzsikával mindig mérhetetlen örömet szerzett az utcákon, kapualjakban várakozóknak, akár a kisebb magyarlakta falvakban, akár Belényesben – amikor pár éve ott került sor rá, ahol már sajnos a csütörtöki vásárnapon kívül nemigen lehet manapság magyar szót, köszönést hallani...

A fenesi színpad előtt és mellett hatalmas sátrat állítottak fel, így mindenki védve volt az esőtől, a kőszínpadon pedig rophatták a szebbnél szebb táncokat a fellépők, akiket Micle Rozika köröstárkányi tanító konferált fel.

Nem is volt hiány néptáncsoportokból, íme a résztvevők listája: a székelyhídi Zajgó, a micskei Görböc, a magyarremetei Kéknefelejcs, a kö-

(folytatás a következő oldalon)

önismereti csoportokat is vezet dr. Kádár Anamária pszichológussal közösen.

Szabó Enikő azt is elárulta, hogy csak népmeséket mesél újra, a magyar mellett más népek meséit is. Mostanában a Petőfi-émlékéhez kapcsolódva a költőről szóló legendákat mesél. Az írásból most kicsit visszavett, tette hozzá, legutóbb a *Hétszépség hét tudománya – Mesék a nővé válásról* című kötete jelent meg. „Ebben például a női szépségek és tudományok jelennek meg. Nekünk nem kell befeszülnünk, hogy olyan vitézek legyünk, mint a férfiak, hanem magunkban kell ezeket a női princípiumokat megtalálnunk.”

A mesélő tapasztalata szerint „a népmese mindent ismer. Olyan modern világban élünk, amelyben egyetlenegy új problémánk sincs, mondjuk, a háromezer évvel ezelőttiekhez képest”. Sőt, a patológiákat is ismeri a népmese; van olyan is, amelyben a ma vásárlási kényszernek nevezett kórkép jelenik meg, vagy a depresszióba esés és az abból kivezető út, az úgynevezett láncmesékben pedig egy pánik-

roham mintázata jelenik meg. Minden helyzetnek vannak felismerhető mintázatai, például a háborús helyzet és a világvárvány mintázata különbözik, de mindkettőben megjelenik a félelem, a szorongás, az élet-halál harc. Ezeknek a kezelésében azok a mesék segíthetnek, amelyekben megjelennek ezek a mintázatok.

Egyébként a Zöld Berek Egyesületnek sem újdonság a mesemondás. A Zöld Berek vezetője, Szabó Piroska 2020-ban iratkozott be egy mesemondó programba, annak az egyik koordinátora Szabó Enikő volt, innen az ismeretségük. A nagyváradai mesefesztivált szeptember 25. és október 1. között tartották meg, október 1-én a gyermekotthonok lakóinak szerveztek programot. Többek között meghívták Danny Bain amerikai zenészt és mesemondót, aki afrikai ritmusokkal és dalmokkal kíséri meséit, Bajzáth Mária magyar mesepedagógus pedig a sikerkompetenciákról tartott előadást. Az adományokat jótékony célra fordították.

Fried Noémi Lujza