

hetetlenségig zaklatottak a sorok. Olvasunk egy tanmesét, a *Feltáratlan blenny-titok* címmel, amelyben a perszónáluniverzum küzdelme egybeér a világmindenség esetségével (Pilinszky „világvégi kutyaólak csöndjével”). A költői látásmód a *Mélyben* című versben az óceánmélyi sötéttséggel azonosul, emiatt a lírai hős itt kéri a kötet címadóját, Attenborough-t, hogy kapcsolja be a reflektorát, hogy egy kis fény támadjon. Az önreflexivitás pedig ezt mondhatja vele: „éledésed messze, / időfényévek”. (120) Az a bizonyos József Attilá-s „józan hüvösség” hull rá (*Green flash*), mert hogy „idővel bekapcsolt a valóságtorzító mező”. (125) Végül a kiábrándító prózaiság keríti hatalmába a lírai ént / a költőt, egészen a *Check out* záró, önkritikus soráig: „legyűrt a legkisebb hullám, / felülkerekedett szemérmetlen rajongód, / a szakadatlanul túlterhelt, lázító téridő”. (126)

Ezután pedig kikapcsolódnak a reflektorok is, az olvasó tapogatózni kezd valami fényforrás felé. Egyetlen reményünk maradt csupán, hogy lesz még időnk újra átélni a VI. ciklus csodáit.

(Egressy Zoltán: *Attenborough reflektora, Műút Könyvek, Miskolc, 2024*)

MOSONYI KATA

Személyiségfejlesztő írásgyakorlatok

„Itt-ott néhány virág, ilyen erdei kékek, mert leginkább kékek, vagy lilásak, a nevük »sajnos« nem tudom.” (Borbély Szilárd: *Parkerdő*)

Molnár Krisztina Rita *Ilyen kék virágok – Személyiségfejlesztő írásgyakorlatok* című könyve olyan írásos feladatokat tartalmaz, amit természeti jelenségek vagy műalkotások inspiráltak, majd ezekhez a jelenségekhez kapcsol szövegeket, amik bemutatják, hogyan is lehet mindez alapja, kiindulópontja a kreatív írásnak. A szerző Szépíró-díjas költő, író és műfordító. Az ELTE magyar, könyvtár és múzeumpedagógia szakán végzett. Gyakran vezet kreatív írásműhelyeket, a kötet anyaga is a szerző által vezetett *Jól lenni* műhely gyakorlataiból áll össze. A könyv 2024 őszén jelent meg a Pagony Kiadó gondozásában, Gráf Dóra illusztrációival és Kovács Eszter szerkesztésében.

A most megjelent kötetben a gyakorlati tapasztalat és az elméleti tudás mellett szakmai elköteleződés és kutatói kíváncsiság is megmutatkozik. A szerző szubjektív feladatépítése alapján további inspirációkat kaphatunk saját feladatalkotásokhoz. A könyv olvasónak, terapeutának, tanárnak is fontos alkotás. Érdemes kézbe venni bárkinek, aki nyitott a fejlődésre, vagy másoknak szeretné megmutatni az írás erejét. Elméleti és gyakorlati tapasztalatok mutatják, hogy a kreatív írás fogalma és módszertana egyre nagyobb népszerűségnek örvend számos tudományterületen.



A *kreatív* szó jelentéséhez is többféle megközelítéssel fordulhatunk, hiszen a hétköznapi nyelvhasználatban a kreatív szó szinonimáiként tartjuk számon a következő szavakat: leleményes, élénk képzeletű, fantáziadús, ötletes, alkotó szellemű, találékony, ötletgazdag, ötletdús. Az *Ilyen kék virágok* című kötet inspiráló és személyiségfejlesztő kreatív írásgyakorlatokat tartalmaz. Egy-egy témát gondol tovább, kapcsol össze, kihasználva a képek, tárgyak, szövegek összefonódását. Úgy mutat be egy-egy feladatot, hogy az olvasó számára teljesen egyértelművé válik, hogy ezek a műrészletek, természeti jelenségek mindig is közel voltak egymáshoz. Összetartoznak, kiegészítik egymást.

A kötetben tíz fejezet található, mindegyik önálló címmel és kiegészítő, alcímmel rendelkezik. A fejezetek illusztrációi: festményrészletek, fotók és grafikák, amelyek a kitekintés lehetőségét adva oldják a feladatok mélységéből születő kezdeti görcsöket. A kötet címe egyébként az egyik fejezet címe is, amit „nemcsak Novalis által megálmodott, de nem csupán a szerző korai halála miatt soha meg nem talált kék virághoz és a vágyakozáshoz lehet majd kapcsolódni, hanem Borbély Szilárd Parkerdő című gyönyörű verséhez is.” Olvasható Molnár Krisztina Rita korábbi bejegyzésében, ami a könyv szerkesztése alatt jelent meg a közösségi média felületén. A cím utal még a szerző Walter Benjamin Álomgiccs című esszéjére is, amiben így ír a kék virágról: „*Manapság nehéz a Kék Virágról álmodni. Aki ma Heinrich von Ofterdingenként ébred, az biztosan elaludt.*”

A kék virág a vágyott dolgok felismerésének és elérésének lehetősége és értékelése mellett egyúttal a bennünk rejlő kérdések és válaszok körforgásszerű jelenlétére is felhívja a figyelmet. Az írásgyakorlatok lehetőséget adnak elérni a „kék virágot”. Novalis azonosította magát a természettel, ismerte a virágok titkát. A kék virág szimbólumként működik, mégpedig az elérhetetlenség és a vágyakozás megtestesítőjeként szerepel a címben. Felfedezhető-e saját magunk? Felfedezhetjük teljességében az embert? Nem véletlenül lett a virág fontos jelkép az irodalomtörténet több korszakában. A természettel könnyű az azonosítás, hiszen a párhuzam könnyen látható még a laikus olvasó számára is. A kék virág kifejezi az ember vágyát az önmegismeréssel kapcsolatban, vágyakozik, hogy többet lásson saját magából. Hogy eljuthat-e végül a teljességhez, vagy folyamatosan csak úton lehet, örök kérdés.

A kötetben található feladatok kezdődjenek akár képzőművészeti alkotásokkal, graffitival vagy egy különleges filmrészlettel, mindig az „író” saját önismeretéhez vezetnek. Ezek az elemek hangulatot teremtenek, lecsendesítenek és a saját írás felé terelnek, ami már egy lépés az önismereti úton.

A kötet fejezetei egy-egy körülöttünk élő tárgyra vagy környezeti jelenségre irányítják a gondolatainkat. Lehet ez akár egy kő vagy egy virág, de akár egy víztükör vagy ablak is. Mit jelent számunkra egy kő vagy egy

kavics? Hogyan kapcsolható és bontható tovább a kövekről alkotott képünk Ady Endre A föl-földobott kő című vers sorai alapján? Hogyan vezet bennünket Weöres Sándor egysoros verse „A por siet. A kő ráér.”? A kő gondolatát viszi tovább a szerző Pilinszky János Egy szenvedély margójára című verse alapján. A konkrét gyakorlati feladatok jól használhatók mindenki számára. A leírások egyértelműek és pontosak, így egyedül is teljesíthető egy-egy feladat.

Ugyanakkor alkalmas arra is, hogy tanárok, önismerettel foglalkozó terapeuták, kreatív írásműhelyeket vezető szakemberek beemeljék saját foglalkozásaik feladatai közé. Új nézőpontokat kapunk a feladatok által. A harmadik fejezet címe Párna, párnakönyv – kapcsolódás egy ezeréves bloghoz címet viseli. A párna egy egyszerű tárgy, a szó jelentését mindenki ismeri. „A párna szinte mindenki számára a meghittséget, a puhaságot, az intimitást, a biztonságot, a megpihenést jelenti. Az egyik legsajátabb tárgyunk, amin nem szívesen osztozunk.” Olvashatjuk Molnár Krisztina Rita magyarázatában, amit Pilinszky János Életfogytiglan című kétsorosával alá is támaszt: „Az ágy közös. / A párna nem.” A párna gondolatához kapcsolt feladatban megismerkedhetünk a Párnakönyv műfajával. Megtudhatjuk, hogy mit takar a műfaj, illetve azt is, hogy hogyan írhatunk saját Párnakönyv listát. Izgalmas kitekintések, elgondolkodtató feladatok, amiket az olvasó természetesen érez.

A feladatok játékos módon látszólag elterelik a figyelmet, ugyanakkor pont ezzel a kevésbé direkt módszerrel irányítják az írásgyakorlatokkal a fókusz valami olyan téma felé, ami még az íróknak is egy rejtett teret nyit meg a saját gondolatvilágában. Új nézőpontot, új megközelítést adnak saját magunkhoz. Molnár Krisztina Rita jelzi már a bevezetőben, hogy „műalkotásokkal ismerkedni az első fontos lépés az önmegismerő alkotás útján.” A kötet nem íróvá szeretné tenni az olvasót, alkotót, hanem csak játéknak tűnő, „komolyabb elmerülésnek is tekinthető íráskísérletekkel” lehetőséget teremt, hogy a vállalkozó szellemű alkotók felfedzhessenek magukban valami olyat, aminek eddig nem voltak tudatában. A kép, a szöveg, a természetijelenség-segítők – írni tanítanak, alkotni és elmélyülni egy folyamatban. Az írás önmagában lehetőséget ad felfedezni magunkban valamit.

Molnár Krisztina Rita szándéka a feladatgyűjteménnyel többek között az, hogy szavakat adjon, hogy feltűnjenek apró, de fontos részletek, hogy eltűnjenek a kérdőjelek és megtaláljuk a történeteinket. Fontos, hogy egy-egy motívumban, emlékképben, hangulatban, hol is vagyunk mi? Hogy van a történetünk, ami szeretné, hogy megfogalmazzuk, leírjuk és kiírjuk magunkból?

Ezek a feladatok, amik nem parancsolóan indítanak el az írás útján, segítik megérteni, hogy miért és hogyan van valaminek helye az életünkben. Lehetőséget kapunk, hogy a bennünk forgó, mélyben lapuló gondolatok



és érzések utat törjenek, hogy létrejöjjenek, hogy írva és olvasva láthatóvá, érthetővé váljanak saját magunk számára is, oldva a bennünk lévő feszültségeket és szorongásokat.

Hogy a gyakorlatok során elérhető-e a vágyott kék virág, amire már a cím is utal? Erre csak akkor kapunk választ, ha elindulunk a fejezetek játéknak és komolyabb elmerülésnek is tekinthető íráskísérletein. Az íráshoz mindig bátorság kell, de nem vagyunk egyedül, a könyv kísér és mutatja az irányokat.

(*Molnár Krisztina Rita: Ilyen kék virágok – Személyiségfejlesztő írásgyakorlatok. Pagony Kiadó, 2024*)

PÁVLI CZ ADRIENN

Személyes szerelmes földrajz

A szülő-, szeretetével mindig visszaváró és a végleges hazatéréssel igazi otthonná vált város iránti fiúi hűség példásan szép megvallása Németh István Péter új könyve. A helyi értékmegőrző egyesület gondozásában és kiadásában (noha mindkettő hagy maga után kisebb, az értést és műélvezetet nem zavaró kívánnivalókat) megjelent *Tapolcai capriccio* korpuszába lokális tematikájú, kötődésű, megszokottan míves esszéit-kisprózait gyűjtötte össze a szerző. A művészet és tudomány, illetve tudományos ismeretterjesztés találkozásából fogant, a lokálpatrióta elkötelezettséget eredendő tehetség és szerzett mesterségbeli tudást megcsillantó gyakorlottság együttesével kifejező, a legnemesebb pedagógiai hajlamnak megfelelően az olvasói érdeklődést mindvégig fenntartó, sőt delikát adatokkal, hasznos kitérőkkel tovább fokozó, olykor költői emelkedettségű, ám mindvégig forrástiszta kifejezésmódú és gondolatmenetű, szórakoztatva tanító írásokat találóan válogatott saját fényképek kísérik, a testvérmúzsát is a nemes cél szolgálatába állítva. Az elegáns kivitelű kötet ekként egybeszerkesztett anyaga olyan személyes szerelmes földrajzot kínál, amelyre nemcsak a város lakói és barátai lehetnek büszkék, de követendő mintaként szolgálhat más, szűkebb pátriájukat hasonló hévvel szerető alkotók és elkötelezett támogatók számára, a Tapolca múltját és jelenét kevésbé ismerőknek pedig kedvet hozhat a látogatásra, ahhoz akár sajátos kalauzként, szellemi útvezetőként is igénybe vehető.

Az évtizeden át jegyzett esszék nagyobb hányada természetesen a szerzői szívnek oly kedves település gazdag művészeti hagyományaival és azok aktuális jelenbéli továbbélésével foglalkozik, elsősorban a szépirodalom és a képzőművészet területéről. E kettő kapcsolódását jól példázza a talán Füger híres Batsányi-portréjának tavalyelőtti ideiglenes hazatérése alkalmából keletkezett nyitódolgozat (*Vallomás és vers*), amelyben a ké-