

# Dúdolás

Szerző -rp-  
2008. január 11.  
Utolsó frissítés 2008. január 30.

## Dúdolás

Megjelent (de mégse jelent meg) a Gyógyító dallamok sorozat első CD-je  
( A CD egyelőre szponzorok hiányában kereskedelmi forgalomba nem kerülhet.  
Alkotói avatott kezekbe, ajándékba szánják. )

...a dallam-terápia gyógyításba állítás szolgálatát ajánlják fel szerény eszközeikkel a Szent Rókus Kórház Neurorehabilitációs osztályán működő kiváló gyakorló/oktató logopédusok-, az idegyógyász- elektrofiziológus team, a kiváló énekművész, Szvorák Katalin segítségével. Reméljük, az első magyar dallamterápia újfajta segítő eszközét egyre több követi, megközelítve és ingerületbe hozva az agy tükörneuronjait. (Dr.Horváth Szabolcs Szt. Rókus Kórház)

...Ilyen útravaló lehet e CD népdalcsoakra, mely ihletett, megszólít és megszólaltat. Avatott előadója Szvorák Katalin, Kodály- és Liszt- díjas énekművész. E népdalcsokor igényesen válogatott, útravaló azon embereknek, akik különféle kórképekhez kötődő kommunikációzavarban szenvednek. Avatott kézben, művészeti terápiával foglalkozó logopédusok, pszichoterapeuták, vagy csak egyszerűen, a szeretet nyelvén kapcsolatba lépni kívánó emberek kezében a dalok üzenetváltásaiban felragyog a pillanat, ünneppé változik a hétköznap. A művészetek nyelve emberi mivoltunk legérzékenyebb területein ér hozzánk és szólít meg.

Művészeti terápia keretében a beszédindítás, párbeszédre készítés válogatott népdalok segítségével a Szent Rókus Kórház Neurorehabilitációs Osztályán történik (elsősorban agyvérzés utáni állapotban, de dysarthria, beszédfolyamatossági probléma esetében is). Az ősi pentaton és kvintváltós dallamok olyan archetipusokat hoznak elő a sérülés által elfedett tudatból, amelyek utat készítenek a rehabilitáció számára. Az éneklés, együtt éneklés öröme jól ismert, a bezártságot enyhítheti a dal nyugodt szépsége, harmóniája...

...A CD sorozat első albuma Dúdoló - Gyógyító dallamok I. - címen önköltségi áron kerül most kiadásra, 100 példányban, Szvorák Katalin saját költségén, házi nyomdában. Az első 100 példányt a betegek és a szakma, neurológusok, neuropszichológusok, logopédusok ingyen kapják.

E munka kivételében módszertanában úttörő. Minden művészet más-más kommunikációs csatornát érint, a zene például a vokális kommunikációs csatorna iránt tesz érzékenyebbé. Tudjuk, hogy az afáziával küzdő ember sokkal jobban kommunikál, mint amennyire beszélni képes.

Adni kívánunk a „Dúdolóval” - a Gyógyító dallamokkal - azt, ami a miénk, bensőnk titka, a magyar népdalok megszólaltató életigenlő ritmusát, tartalmát. A népdalok nyelvén meginduló párbeszéd hozza létre az egymásért felelősséget vállaló szóban is kifejezett gyógyító szeretetet.

Kérjük támogató segítségüket!

(Mooréhné Szikszai Klára

A Szt. Rókus Kórház logopédusa)

...hallgatása közben nyugalmat, békességet éreztem.

A zene gyermekdúdolás-szerű előadása és a hangerősség élénkítő váltakoztatása nem hatott ellentétesen, végig kellemesen, éberem tartotta a figyelmemet.

Amikor a zenét hangosan énekeltem vagy dúdoltam, éreztem, a nem kellőképp használt mimikai, arcizmok tornáztatását.. ( o-ó, ö-ö, ü-ü, e-é )

A szöveg betű szerint érthető, utánozható, benne a m-n, d-t magánhangzó-párok is.

Éneklés után, a dúdoló részben, magamtól is folytattam a szöveg éneklését, ha közben elfelejtettem volna, a következő szöveges rész segített, ezáltal a memóriámat gyakoroltam. Külön köszönöm az egyházi énekek beszerkesztését és az esti imát : „ Erdő mellett estvéledtem.” Szvorák Katalin énekmódja, hajlított díszítettsége kellemes, autentikus. Új lemezének leforgatásakor, műszaki létemre csak a vajtűfűl ítések, zenetudósok szavait ismételhethetném, újat csak azért mondhatok, mert átéltem azt a kínt, hogy nem tudok beszélni orvosaimmal, szeretteimmel. Fitter Katalin írta „ ...mert az istenáldotta tehetséggel ( hangi adottsággal, valamint a mel-

lé nélkülözhetetlen ízléssel és szorgalommal ) rendelkező énekes nemcsak belülről ismeri anyagát: fel tudja mérni hatását is „ , és ezt már a sérült ember teszi hozzá : fizikai és lelki gyógyító hatását.

A művésznő dalai mostani meghallgatásakor gondolataim „ mint megannyi tündér tancot jártak, szinte hallott lépteik csengése, mint parányi sarkantyúk pengése. „

Első akarásaimhoz a gyógyulásra talán Petőfi tündéreinek hiányzó csengetyűhangjai adtak erőt, kitartást.

Meghallgattam a lemezt, még sokszor meghallgatom majd, bizonyára azoknak is örömet fog szerezni, akik nem terápiái céllal forgatják.

Szeretettel és hálával gondolok a gyógyító alkotókra, köszönöm!  
Tisztelettel üdvözlétemet küldöm :

(Sz. L. Stroke-beteg)Gyógyít a Dúdolás

## Szvorák Katalin lemeze a beszédképességet veszetteknek

Saját költségén adta ki Szvorák Katalin annak a gyógyító lemeznek az első száz példányát, amelyet többek között a Szent Rókus Kórház neurorehabilitációs osztályán fekvő, kommunikációzavarral küzdő betegek kezelésére alkalmaznak. A beszélt és a zenei anyanyelv közös gyökereire építő különleges hangzóanyag a beszédképesség teljes visszanyeréséhez is képes hozzásegíteni az agyi érkatasztrófa átesett embereket.

Körülbelül három éve alkalmazzák az osztályon ezt a fajta művészeti terápiát - tudtuk meg Mooréhné Szikszai Klára logopédustól, aki kollégáival együtt hasznosítja a népdalénekesnő Dúdolás című lemezének anyagát. - Korábban, amíg neurológiai osztályként működünk, sokterápiaként használtuk agyvérzéses betegeknek a saját magunk által összeválogatott hangfelvételeket. Amióta rehabilitációs osztály lettünk, sokkal súlyosabb esetekkel van dolgunk, olyanokkal is, akiknek felépüléséről már lemondtak. A terápia azokra a tanulmányokra épül, amelyek kimutatták: a zenei anyanyelv és a beszélt nyelv egyidős egymással. Azokat az embereket, akik agyvérzés vagy más betegség következtében nem tudnak kapcsolatot teremteni környezetükkel, a népdalok, dúdolt dallamok visszavezethetik a megszokott kommunikációs csatornákhöz - mondta el lapunknak a logopédus. A lemez, amely zenei kíséret nélkül feldúdolt és elénekelt, többnyire ismert népdalokat, katolikus és református énekeket tartalmaz, mindössze száz példányban jelent meg, Szvorák Katalin saját költségén. Ezeket a példányokat kizárólag szakmai körben osztották szét, de az azóta érkezett támogatásnak hála szerda óta az internetről is letölthető az anyag. A kvintváltós, emelkedő, ereszkedő hangsúlyú, lassabb ütemű dallamok módfelett alkalmasak arra, hogy megnyissák a kommunikáció eltömődött csatornáit.

- Gyerekkori álmom volt, hogy az emberi lelket valamilyen módon gyógyítsam - mondta el Szvorák Katalin, aki szerint a népdal eredeti funkciójának megfelelően erre kiválóan alkalmas, hiszen az emberek örömeiben, bánatukban legmélyebb érzéseik kifejezésére használták kezdettől fogva. Szerinte az emberi hang alkalmas a legintenzívebb érzelmi hatás kiváltására. - Beteg társadalomban élünk. Ez a lemez nem csak az agyvérzéses betegeknek használ, sokan mondták nekem, hogy nyugtató, kikapcsoló hatással van rájuk a rohanó hétköznapokban is - fűzte hozzá a népdalénekesnő, aki, ha talál támogatókat, szeretné elkészíteni az album folytatását.

A házi nyomdában elkészített borítón a Szent Rókus Kórház neurológus főorvosának, Horváth Szabolcsnak egy festménye látható. A főorvos úgy véli, bizonyos agyi érkatasztrófa után zavar keletkezhet az artikulációban, diszfónia alakulhat ki, s ez depresszióval szokott járnival. A beszédértésre képtelen, magába zárkózott betegek tudata legelőször a gyerekdalokra, népdalokra kezd ébredni, ilyen hallva elérékenyülnek, könnyezni kezdenek.

A mai magyar statisztika nagyon szomorú képet mutat az ilyen jellegű betegségek tekintetében. - Itt átlagosan 7-10 évvel hamarabb halnak az emberek, és tömegek szenvednek szív- és érrendszeri megbetegedésben, nyugodtan mondhatjuk tehát, hogy a lemeznek egyfajta nemzetmentő jelentősége van - mondta Horváth Szabolcs főorvos. Sashegyi Zsófia (Magyar Nemzet, 2008.január 22.)

### Gyógyító dallamok I. (Dúdolás)

Minden népnek legrégebb sajátja a dal, a tánc, a zene világa. Egy-egy dallamban, motívumban gyakran évezredek emlékeit őrzünk. Azt a láthatatlan szervezőerőt, amely az emberiség fennmaradásának egyik legfontosabb feltétele volt, amely kényszerítette eleinket egymás szájáról ellesni a szót, egymás kezét megfigyelve megtanulni a mozdulatot - hagyományunk nevezzük...

A mesebeli vándorok - legyenek királyfiak, vagy szegény emberek gyermekei - világgjárás előtt hamuban sült pogácsát tesznek tarisznyájukba. Ez a pogácsa nem a jól ismert töpörtyűs, vagy vajos sütemény, hanem kenyértésztából gyúrt nagy, kerek lepény. Nevét onnan kapta, hogy a kemence hamujában sült ropogósra. Csudálatos tulajdonságai vannak. Néha esztendőig csipegeti a vándor, máskor seregnyi embert vendégel meg belőle, mégsem fogy el, míg gazdája célhoz nem ér.

Ilyen útravaló lehet Szvorák Katalin Kodály- és Liszt-díjas énekművész (Dúdolás Gyógyító dallamok I.) népdalcsoakra. E népdalcsokok igényesen, avatott kézzel válogatott, útravaló azon embereknek, akik különféle kórképekhez kötődő kommunikációzavarban szenvednek. A dalok előadása szárnyaló, kristálytisza. Előadója a nyelv feledésbe menő rejtelmével is bír - előadásmódja gazdagon árnyalt.

Avatott kézben, művészeti terápiával foglalkozó logopédusok, pszichoterapeuták, vagy csak egyszerűen a szeretet nyelvén kapcsolatba lépni kívánó emberek kezében, a dalok üzenetváltásaiban felragyog a pillanat, ünneppé változik a hétköznap. A művészetek nyelve emberi mivoltunk legérzékenyebb ér hozzánk és szólít meg. Szívtől - szívig, lélektől - lélekig hat. Megszólít és megszólaltat. Szakadtnak hitt húrokat pendít meg a lélekben. A dúdolás hangkapcsolatai akaratlanul is mozgásra készítik a hangképző szerveket. Serkentik a figyelmet, a memóriát.

A zene, az énekítés át-meg átszövi az egész életet a születéstől a halálig. Az újszülöttet bölcsődallal ringatja az édesanyja, a halál szomorúságát oldja a sirató fájdalmas dallama. A születés és a halál közötti hatalmas ív szinte minden pontján helye van az éneknek, a zenének. Egy-egy dallamban, motívumban évezredek emlékeit őrzünk. Népdalaink, népzeneink - zenei anyanyelvünk - egyidős beszélt anyanyelvünkkel.

A hagyomány párbeszédre szólít fel - keresi (mutatja) az utat az én a te -hez, a te az én-hez. Összetartozunk. Apáról - fiúra szállt a dallam, dúdolván, énekelve lélektől - lélekig.

A dallam hordozza a szöveget, a szöveg aztán beszél önmagáért. Az ősi pentaton és kvintváltós dallamok olyan archetípust hoznak elő a sérülés által elfedett tudatból, amely utat készít a rehabilitáció számára.

A szöveg, a varázsszavak és kései hajtásai az ember szolgálatában jelentik az örök érzetét, a változatlant, a szentet, az ünnepet. Az élőbeszéd jelenti a mindig változót, az újat és meg -megújulót, a profánt és hétköznapot. E kétféle szolgálatú szavak csak együttesen, ellentétük által tartják egyensúlyban az emberi lelket.

Az éneklő ember beszélget, lelkében a „szép” kifejezett. A kommunikációzavarban szenvedő ember utat talál a máséhoz - az élethez.

Minden megszólítás, mozdulat, megszólalás egyedi. Üzenet. Gyógyító szeretet. A rehabilitáció záloga - útmutatás a „keskeny útra”, melyen naponta elindulunk. Az ihletett zenét, dalt a lélek és a test igényli: „Fáradóknak enyhülés, síróknak vigasztalás, azaz gyógyítás terápia” - mondja Kokas Klára.

A kezdő lépéseket népdalok segítségével Szvorák Katalin avatott énekével logopédiai foglalkozásokon a Szent Rókus Kórház Neurorehabilitációs Osztályán kommunikációzavarral küzdő páciensekkel tettük meg:

Szilvási László (Laci bácsi) elmondása szerint, „A beszédzavarral és más egyéb betegséggel küzdő ember ingerültebb, mint az, akit a megpróbáltatások elkerültek, ezért a CD legfontosabb érdeme szerintem az, hogy hallgatása közben nyugalmat, békességet éreztem.

A zene gyermekdúdolás-szerű előadása és a hangerősség élénkítő váltakoztatása nem hatott ellentétesen, végig kellemesen, éberem tartotta a figyelmemet.

Amikor a zenét hangosan énekeltem, vagy dúdoltam, éreztem, a nem kellőképp használt mimikai arcizmok tornáztatását (o-ó, ö-ő, ü-ü, e-é).

Éneklés után a dúdoló részben magamtól is folytattam a szöveg éneklését, ha közben elfelejtettem volna, a következő szöveges rész segített, ezáltal a memóriámat gyakoroltam.

Készítést éreztem a pentaton és kvintváltós ősi zenekultúránk nagy -magyarországi tájegységek dallamainak jobb megismeréséhez, mellette a sérült memóriám rehabilitációjához. Szeretem a „szülöttem föld” kifejezést. Külön köszönöm az egyházi énekek beszerkesztését és az esti imát: „Erdő mellett estvéledtem...” „Aki szépen énekel, kétszer imádkozik”.

Vágner Gyuláné (Vilma néni) így ír: „Köszönöm a lemezt”. Hallgattam többször. Az agyamban endorfinok jelentkeztek, - úgy érzem segíti gyógyulásomat. Néha még tánclépéseket is tettem...

Kívánjuk, hogy e CD Szvorák Katalin által dalolt népdalainak lelki-módszertani üzenete minél több embertársunk lelkéből hozza elő a megszólító- megszólaltató „szép-et”, okozzon örömet, hozzon gyógyulást a páciens saját aktivitása belső készítetése révén!

Mooréhné Szikszai Klára  
a Szent Rókus Kórház logopédusa

A páciensek mindazt, amit elmondtak, leírtak, teljes nevükkel együtt vállalták.

2008. 01. 10.

Irodalom:

Csikszentmihályi Mihály Flow Az áramlat Akadémiai Kiadó Budapest, 1997

Horváth M. Szabolcs A kommunikáció fejlődése és idegi eredetű zavarai  
Animal-Med Kft. Budapest 2001

Klaniczay Sára Esetek a gyermekpszichoterápia köréből  
Bárczi Gusztáv Tanárképző Főiskola Budapest 1992

Kósa - Szemerkenyi Apáról fiúra Móra Könyvkiadó, 1975

Kriza János Vadrózsák Kriterion Könyvkiadó Bukarest 1975

Marie - Luis von Franz Archetípusos minták a mesében  
Édesvíz Kiadó Budapest 1998

Nagy Olga Világga futó szavak Szépirodalmi Könyvkiadó Budapest 1990

Verseghi Anna Kapcsolatban lenni Tanulmányok az afázia témaköréből  
Eötvös József Könyvkiadó Budapest 2005