

---

# HELIKON

---

## IRODALOMTUDOMÁNYI SZEMLE

---

*Biblioterápia, irodalomterápia*

2016

---

2

---

# HELIKON

---

IRODALOMTUDOMÁNYI	REVUE
SZEMLE	DE L'INSTITUT D'ÉTUDES LITTÉRAIRES
A MAGYAR TUDOMÁNYOS AKADÉMIA	DU CENTRE DE RECHERCHE
BÖLCSÉSZETTUDOMÁNYI KUTATÓKÖZPONT	DES SCIENCES HUMAINES
IRODALOMTUDOMÁNYI INTÉZETÉNEK	DE L'ACADÉMIE HONGROISE
FOLYÓIRATA	DES SCIENCES

## SZERKESZTŐBIZOTTSÁG / COMITÉ DE RÉDACTION

VARGA László  
főszerkesztő / directeur de la revue

T. ERDÉLYI Ilona

FÖLDES Györgyi

HITES Sándor

KARAFIÁTH Judit  
könyvrovat / livres

ODORICS Ferenc

SZENTPÉTERI Márton

SZILI József

SŐRÉS Zsolt

technikai szerkesztő / révision des textes

## SZERKESZTŐSÉG / SECRÉTARIAT DE LA RÉDACTION

1118 Budapest, Ménesi út 11–13. Tel.: (+36-1) 279-2762, fax: (+36-1) 3853-876

E-mail: [helikon@btk.mta.hu](mailto:helikon@btk.mta.hu)

<http://www.iti.mta.hu/helikon.html>

2016/2. – LXII. évfolyam	2016/2. – LXII. année
Megjelenik negyedévenként	Revue trimestrielle

---

# TANULMÁNYOK

---

JENEY ÉVA

## *Biblioterápia, irodalomterápia*

2016 szeptemberében ünnepeljük a *biblioterápia* szó 100. születésnapját. Első használatát ugyanis egy, az *Atlantic Monthly* és *A Literary Clinic* (Irodalmi klinika) címmel 1916-ban megjelent cikkhez köti a szakirodalom.<sup>1</sup> A szöveg bizonyos Crothers nevezetű lelkész interjúja kitalált barátjával, Bagsterrel. A szerző előbb beszámol arról, miként bukkant a „Bibliophatic Institute”-ra egy templom alagsorában, ahol barátja szervezte e foglalkozásokat. Bagster nemcsak gyógyító olvasmányokat ajánlott, hanem meg is határozta az „új tudomány”-t, a *biblioterápiát*, amely új dolog, új magya a káosz, a nyelvi téves véleményes változatos fantázia él azzal kapcsolatban, hogy adott könyvnek miféle hatása lehet.<sup>2</sup> Megállapította, hogy a könyv lehet serkentő, nyugtató, izgató vagy altató; hasonlíthat nyugtató szirupra vagy akár mustártapaszra is. A lényeg, hogy valahogy hatnia kell az olvasóra. Bagster tehát a művek „terápiás értékét” [therapeutic value] is firtatta. Középkorú, átlagos, szellemileg nem túl rugalmas ügyfelét például arra buzdította, hogy több regényt olvasson, de ne megnyugtató történeteket, amelyek abban segítenek, hogy megfeledkezzék önmagáról, hanem olyanokat, amelyek próbára teszik, „drasztikus, tüskés, könyörtelen regényeket”. Az irodalomnak ezt a különös, sokkoló, de felszabadító, katartikus hatását mind az irodalom, mind az elmélet kiváltságos tételként kezeli. „Azt hiszem, csak olyan könyveket szabad olvasnunk, amelyek mardosnak és furdalnak. Ha az olvasott könyv nem sóz egy jót a fejünkre, hogy ébredjünk, minek azt akkor egyáltalán kézbe venni? Hogy boldoggá tegyen minket, mint írod? Istenem, boldogok akkor is lehetnénk, ha nem volnának könyveink, és olyan könyveket, melyek ekképp boldogítanak, vég-szükségben magunknak is írhatnánk. Szükségünk azonban épp olyan könyvekre van, amelyek úgy hatnak ránk, mint egy szerencsétlenség, ami nagyon fáj, mint valakinek a halála, akit jobban szeretünk önmagunknál, vagy mintha kiúznának minket, minden embertől távol, a vadonba, mint egy öngyilkosság, olyan legyen a könyv, fejsze, a bennünk befagyott tenger jegéhez.”<sup>3</sup> Az irodalom egészen egyedi, minden másféle ismerettől különböző megismerési lehetőség. Babits általáno-

<sup>1</sup> McCHORD CROTHERS, SAMUEL: *A Literary Clinic*. = *The Atlantic Monthly*, 1916 September, 291–300.

<sup>2</sup> McCHORD CROTHERS, SAMUEL: *I. m.*, 295.

<sup>3</sup> KAFKA, FRANZ: Oskar Pollakhoz (1904). Ford.: Tandori Dezső. In: *Uő: Naplók, levelek. Válogatás*. Válogatás és szerk. Győrfy Miklós. Budapest, Európa, 1981. (Kiemelés tőlem – J. É.)

sabban fogalmazott: „Minden nyelvtan és minden irodalom gondolkodni tanít és beszélni”.<sup>4</sup> De ha az 1950-es évektől napjainkig, a strukturalista korszaka utáni Tzvetan Todorovtól Roland Barthes-on keresztül Paul Ricoeurig, a poszt- előtaggal ellátott irányzatok (posztstrukturalizmus, posztmodern stb.) koráig vagy az angolszász nyelvterületen *eth cal turn* névvel illetett írásokig végigtekintünk az irodalom szerepét és helyét firtató kérdésfelvetéseken, úgy látszik, mintha az irodalomnak ezt az ideig-óráig megkérdőjelezett „hivatását” helyreállította volna az elmélet. Todorov például azt állította, „az irodalom megfoghatja a kezünket, amikor mélységesen elkeseredettek vagyunk, közelebb vihet a körülöttünk élő emberi lényekhez, jobban megértetheti velünk a világot, és élni segíthet”.<sup>5</sup> A kései Roland Barthes egyenesen így fogalmazott: az irodalom útmutató *az élethez* z [*g ide de vie*].<sup>6</sup> Csaknem egy évtizede valami ilyesmiről beszélt Antoine Compagnon, a Collège de France-ban tartott székfoglaló előadásában. Italo Calvinot idézve elidőzött annál a gondolatnál, hogy az irodalom pótolhatatlan tudástár, hogy vannak dolgok, amelyek csak és kizárólag az irodalomból lehet megtanulni. Ilyen például az, „[...] hogyan tekintsünk felebarátainkra és önmagunkra [...], hogy értéket tulajdonítsunk kicsi és nagy dolgoknak [...], hogy megtaláljuk az életben a pontos arányokat, s ezek közt a szeretet helyét, erejét, ritmusát és a halál helyét az életünkben, azt, hogy miként gondoljunk és ne gondoljunk rá, továbbá más szükséges és nehéz dolgokat: a könyörtelenséget, a részvétet, a szomorúságot, az iróniát és a humort”.<sup>7</sup> Calvino és őt idézve Compagnon tehát nem kevesebbet állított, mint azt, hogy az életet az irodalomból lehet megtanulni. Ez a szemlélet túlmutat a számszerűsíthető ismereteken, és az irodalom szokványos jellegzetességein is, amelyek a következők: tetszik és tanít; megszabadít az alávetettség és az elmaradottság érzésétől; korrigálja a nyelv hiányosságait, ha a nyelv az élet változásairól nem vesz tudomást; s végül rendelkezik tudással önmagáról is.

A szó százesztendő, a gyakorlat időszámítás előtti. Számon tartjuk, hogy II. Ramszesz thébai könyvtárának bejárata fölött ez a felirat díszelgett: „Gyógyír a léleknek”. A biblioterápia fogalma tehát tág értelemben azt az ősi gyakorlatot jelöli, amely az olvasást gyógyító céllal javasolja mindenkinek. Az összetétel két tagja, a görög *biblion* és a *th rapeia* nagyjából ezt is jelenti: könyvet és terápiát, azaz könyvekkel történő gyógyítást, könyvgyógyászatot. Érdemes figyelmet szentelni a *th rapeia* utótagnak. A magyarban, akár a legtöbb más nyelvben, a terápiának ’orvoslás’, ’kezelés’, ’gyógymód’, ’gyógykezelési eljárások összessége’, ’kúra’ jelentése van. Beszélnek oki és tüneti „kezelésről” mind a test, mind a lélek eseté-

<sup>4</sup> BABITS MIHÁLY: Irodalmi nevelés. Egy tantárgy filozófiája tanulók számára. In: Uő: Írás és olvasás. Tanulmányok. <http://mek.oszk.hu/10900/10903/html/02.htm>

<sup>5</sup> TODOROV, TZVETAN: *La littérature en péril*. Paris, Flammarion, 2007, 72.

<sup>6</sup> BARTHES, ROLAND: *Le Neutre*. In: Uő: *Notes de cours et de séminaires au Collège de France*, I. Paris, Seuil, 2002, 37.

<sup>7</sup> CALVINO, ITALO: *Défis aux labyrinthes*. I. Trad. par Jean-Paul Manganaro – Mick l’Orcel. Paris, Seuil, 2003, 30. Idézi COMPAGNON, ANTOINE: *La littérature, pour quoi faire? Leçons inaugurales du Collège de France*. Paris, Fayard, 2007, 60.

ben. A héberben és a görögben a terápia szó tartalmazza a megelőzés és a jövővel kapcsolatosság mozzanatát is. Ami arra utal, hogy nem csupán a már bekövetkezett változás, betegség, válság gyógyítására alkalmas az olvasás, de valami többre: lelki-testi karbantartásra is. A terápia jelentésének figyelemre méltó párja a WHO egészségről alkotott meghatározása, mely szerint az nem csupán a betegség és a gyengeség hiánya, hanem a teljes testi, lelki (szellemi) és szociális jól(l)ét (well-being) állapota. De már a *Bibliából* is egyértelműen kiderül, hogy a terápia szolgálatot és gondozást is jelentett a kezdetek kezdetén is. Ráadásul a terápia szó 'megelőző orvoslás' és 'gyógyítás' jelentése, valamint a katarzisz 'testi-lelki megtisztulás' jelentése is összecseng. Ezt az összetett, szerteágazó és összefoglaló jelentést – amit köznyelven testi-lelki egészségnek mondunk – kell szem előtt tartanunk, mikor biblioterápiáról beszélünk. A fogalomba beletartozik a fejlesztő és a klinikai biblioterápia, a prevenció és a kezelés egyaránt.

Az újkori orvosi szaknyelv nem mindig tartotta szem előtt ezt a tág jelentésmezőt, s az ez irányú változás még napjainkban is lassúnak és nehézkesnek mutatkozik.

A biblioterápia gyakorlat, nem elmélet. Megléte nem múlik elméleti feltételeken. Szerényen azt mondhatjuk, a könyvvel és az olvasással egyidős. Szerénytelenbül okkal állítható, hogy korábbi a könyvnél, időben megelőzi azt, hiszen beszéd az alkotásról: ahol többen összegyűltek, hogy meghallgassanak egy mesélőt vagy elbeszélőt, és utána megtárgyalták a hallottakat, tulajdonképpen biblioterápia történt, gyógyító értelmezés.

Az irodalom már „alapjáraton” segít a problémamegoldásban. Létezik önműködő vagy tudattalan irodalomterápia, öngyógyító eljárás: könyvfitnessz. A biblioterápia személyiségfejlesztő-nevelő foglalkozás a könyvtárban, iskolában, sőt már az óvodában, szociális, kulturális vagy éppen büntetés-végrehajtó intézményben. Mint ilyen a neveléshez, pedagógiához áll közel. A pszichoterápia kiegészítő ágaként pedig a betegek gyógyítását, életminőségének javítását szolgálja a klinikum területén. Manapság a biblioterápiának számos formája létezik, az iskolai szakköröktől a krízisintervenciós osztályokon szervezett irodalmi foglalkozásokon keresztül a demenciában szenvedő idősök számára létrehozott olvasókörökig és tovább. Néha csupán könyvtári tanácsadást jelent, illetve olvasók egyéni vagy csoportos összejövételét. Megkülönböztetnek fejlesztő és klinikai, egyéni és csoportos tevékenységet. A szakirodalom egymás szinonimájaként használja, gyakorlatilag váltogatva a biblioterápia és az irodalomterápia kifejezéseket. Előbbi, mint neve is mutatja, tágabb fogalom: általában a bármely könyvvel elért befolyásoló hatás áll a középpontjában, míg az irodalomterápia az esztétikailag értékes, nyelvileg megformált, erős szövegekkel, úgynevezett szépirodalmi művekkel óhajt elérni megelőző és gyógyító hatást.

Minden biblioterápia-meghatározás valamilyen elméleti előfeltevésekből indul ki, ami nem jelenti azt feltétlenül, hogy szerzőjének átfogó elméleti koncepciója volna az irodalommal való gyógyítást illetően. A „könyvekkel történő gyógyítás”

például egyszerű meghatározás, de igen összetett kérdéseket vet föl. Mi a könyv? Mi az olvasás? Mi a betegség? Mit jelent a terápia? Ha mindez megvan, milyen elméleti háttére lehetséges a biblioterápiának? Van-e valamely speciális elmélete, amely az eljárás hatékonyságát elősegíti, növeli? A biblioterápiának szüksége van az elméletre, s azt egyfelől a pszichológia és pszichiátria szolgáltathatja neki, másfelől az irodalomtudomány, mindkét esetben a gyakorlati implikációkat tartva szem előtt. Az eljárásnak irodalomtörténetre is támaszkodnia kell, elsősorban a tárgy történetiségének tudatosítása miatt. Az irodalomtörténet-írás mindenkor használja az irodalom, szerző, kánon, érték fogalmait, ám ezek változnak. Változik a művek olvashatósága is. Egykori remekművek érdektelenné vagy olvashatatlaná válnak, mások előkerülnek, és újszerűnek hatnak. Az irodalomterápiának pedig kifejezetten az szolgál hasznára, ha a terapeuta tisztában van azzal, hogyan jelenik meg a változás folyamata az irodalomtörténet-írásban egykor és ma. Az alkalmazandó műveket nemcsak a célszemélyek életkori és élethelyzetének megfelelően, hanem az irodalomtörténeti – kánon és érték – szempontok alapján is kell válogatni. A terapeutának tisztában kell lennie a művek koronként és kultúrák közötti különbségeivel, de kell lennie annak is, hogy a művek ismertetésüknek, amikor kiválasztja a művet. Ez az ismertetés az esztétikai érték, ami egyúttal azt jelenti, hogy csak értékes művek hathatnak terápiásan, azaz hosszú távon és mélyrehatóan. Az irodalmi mű az irodalomterápiában a lelki folyamatokhoz és a lelki fejlődéshez „nélkülözhetetlen fölösleg”, nemcsak *kellék, tartozék, hanem alapzat* is. Az értéket, a nyelvi megformáltságot a terápiát illetően gyakorta székepszis övezi. Akik a terápiás folyamatok sajátosságos csoportthatásaira összpontosítanak elsősorban, sokszor akár úgy vélik, az alkalmazott mű minőségének nincs is jelentősége. Ez az elképzelés teljesen érvényesnek tekinthető, ha a foglalkozás kezdeti eszközeként, azaz csupán az interaktív folyamat elindításának ürügyeként használják a szöveget, vagyis az irodalomterápiás irányultságú csoportterápiák esetében. Utóbbiak és az irodalomterápia közt átmenetnek talán a történetpszichológia tekinthető. A biblio- és az irodalomterápia a terapeuta és a résztvevő közé beiktat közvetítő közegként egy harmadik nyelvi produktumot, az irodalmi művet. Az irodalomterápiában tehát nemcsak a terapeuta, de a szöveg is kísérővé válik, s minél sokrétűbb, annál több lélekréteget képes megérinteni. A művel és a műben, a történetekben való gondolkodás terápiás hatású. És terápiás hatású a terapeuta és a kliens közötti kapcsolat is. Amennyire például a színházterápiánál maga a színdarab kiemelkedő fontosságú, éppen annyira kell jelentékenynek lennie az irodalmi alkotásnak. A fikció erőteljesebben hat az önségítő könyveknél, és a jó könyv alapjaiban képes megváltoztatni a személyt – vallják a londoni School of Life biblioterapeutái is.<sup>8</sup> Nemcsak a világban, hogy a mindenkori olvasó elsődleges, egzisztenciális érintettsége a legfontosabb, a művek megítélésében is

<sup>8</sup> BERTHOUD, ELLA – ELDERKIN, SUSAN: *The Novel Cure: From Abandonment to Zestlessness*. **Books to Cure What Ails You**. London, Penguin Press, 2013.

az ő értékítéletei nyilvánulnak meg. Az irodalom gyógyító hatása és az irodalom hatása ebből a szempontból nem különbözik. Értékesnek azt a művet mondhatjuk, amely többféle olvasói elvárás és igény kielégítésére alkalmas, tehát rétegzett és többértelmű. A többértelműség fontos kritérium, ha nem tételeznénk föl, hogy létezik, egyáltalán nem beszélhetnénk irodalomterápiáról sem. Az érték tehát az, ami viszonylagos állandósága mellett ritka és egyedi – ami az olvasó számára adott élethelyzetben pótolhatatlan. Az irodalomterápia zsinórmértéke mégiscsak az irodalom. Ha nem csupán csoportterápia akar lenni, számolnia kell az irodalmi művel. Más érvet is fölhozhatunk a műérték mellett. Ha a *biblioterápia* szóösszetételben a hangsúlyt a 'könyv' jelentésre helyezzük, és azt állítjuk, hogy ez a terápia mint könyvekkel való gyógyítás a művészetterápiák egyik ága, ezáltal inkább az eljárás receptív (mások alkotásainak befogadói-fogyasztói) oldalát helyezzük előtérbe. Azt tehát, hogy mind fejlesztő, mind klinikai használat esetén valamely műnek a közvetítésével, az értelmezésével érünk el hatást. De fogalmazhatunk úgy is, hogy a könyvet az 'irodalom' szóval helyettesítjük, és azt mondjuk, az *irodalomterápia* olyan művészetterápia, amely az *alkotás terápia* elnevezésével érkező hatását. Ily módon nemcsak esztétikailag értékes művek fölhasználásával elért foglalkozásra szűkítjük a fogalmat, hanem az alkotás fogalmának többféle szintjét idézzük meg egyidejűleg. Gondolunk ugyanis a már létrejött, a világirodalom rendelkezésünkre álló műveire, de a kiválasztott művek értelmezésére is, amely ugyancsak alkotás, sőt az írásra mint terápiás közegre is. Tehát elképzelhető a terápiás eljárás úgy is, hogy a felhasznált irodalmi mű értelmezéséből a résztvevők írásművet hoznak létre, vagy annak kapcsán, akár szabad asszociációs módszerrel alkotnak, de az is lehetséges, hogy az irodalomterápiát az írásterápia legyen, függetlenül bármely más műalkotástól. Mindkettőnek megvan a létjogosultsága.

A kortárs magyar biblio- és irodalomterápia sokszínű és sokféle. Az utóbbi harminc évben Magyarországon is kiemelt és egyre terjedő gyakorlattá vált. Tapasztalati és elméleti irodalma is szerteágazó. Része a könyvtárosi irányított olvasás, az oktatásban reménykeltően teret hódító fejlesztő e-biblioterápia, a meseterápia, és része a klinikumban pszichológus társterapeutával végzett irányított foglalkozás is. Az itt összegyűjtött szövegeket is igen különböző területekről érkező, eltérő elméleti és gyakorlati felkészültségű szakemberek írták. Más-más érdeklődéssel, szemlélettel és írásmóddal. Írásaikban az a közös, hogy mindannyian biblio- vagy irodalomterápiával foglalkoznak – vagy gyakorlatban, vagy elméletben, vagy mindkét területen. A szerkesztő azt reméli, hogy ennek a kötetnek a megjelenése a szemlélet és az érdeklődés közeledésének eseményévé válhat.

---

# TARTALOM

---

*Biblioterápia, irodalomterápia*

## TANULMÁNYOK

JENEY ÉVA: Biblioterápia, irodalomterápia	151
LACZHÁZI GYULA: Érzelmi hatásmódok és az irodalom terapeutikus haszna a XVIII. században	156
MARC-ALAIN OUAKNIN: Virágzó szavak árnyékában (Fordította: <i>Jeney Éva</i> )	168
BOLDIZSÁR ILDIKÓ: A teremtő képzelet szerepe a népmesékben	173
PAPP ÁGNES KLÁRA: Katarzisz és karnevál. A biblioterápiás hatásmechanizmus két lehetséges elméleti modellje	181
NORMAN N. HOLLAND: Az irodalmi folyamat és az egyéni elme (Fordította: <i>Prax Levente – Tóth Gergő</i> )	192
PAPP-ZIPERNOVSZKY ORSOLYA: Az irodalmi műalkotás jellegzetességei	212
G. TÓTH ANITA: Logoterápia és biblioterápia	230
V. GILBERT EDIT: Biblioterápia mint alkalmazott irodalomtudomány és lehetséges oktatási modell	239
NAGY ATTILA: Élményközpontú irodalomtanítás – a biblioterápia	249
BÉRES JUDIT: Egy személyközpontú biblioterápia felé	259
IMREI ANDREA: Az <i>Ug óiskola</i> csoport	269
PETRES CSIZMADIA GABRIELLA: Egy szakkörön, személyesen. Önkonstrukció és énefejlesztés önéletrajzi szövegek segítségével	288
GULYÁS ENIKŐ: Fejlesztő e-biblioterápia	296

## MŰHELY

Nye sí rá	3
-----------	---

## KÖNYVEK

GILBERT EDIT: Az együttérzés irodalmi és vonzatai / BARSZ NIKOLETTA	3
ANIKÓ ÁDÁM: Du vague des frontières. Littératures, langues & espaces / SÁRDI KRISZTINA	329
ADELINÉ GARGAM: Les Femmes savantes, lettrées, et cultivées dans la littérature française des Lumières ou la conquête d'une légitimité (1690–1804) / VÁRADI MÁRTA	8

## IN MEMORIAM

T. ERDÉLYI ILONA: Láng József (1937–2016)	333
---	-----



## Terjeszti a Magyar Posta

Előfizetésben terjeszti a Magyar Posta Rt. Hírlap Üzletága (1089 Budapest, Orczy tér 1.) Előfizethető valamennyi postán, a kézbesítőknél; e-mailen: [hirlapelofizetes@posta.hu](mailto:hirlapelofizetes@posta.hu); faxon 303-3440. További információ: 80/444-444. Példányonként megvásárolható az *Írók Boltjában* (1061 Budapest, Andrássy út 45.), az MTA BTK Történettudományi Intézetében (1014 Budapest, Úri u. 53. I/57.), az MTA BTK Penna Bölcsész Könyvesboltjában (1053 Budapest, Magyar u. 40.), a folyóirat korábbi számai beszerezhetők az Argumentum Kiadónál (1085 Budapest, Mária u. 46., tel.: 485-1040, fax: 485-1041). Külföldön terjeszti a *Batthyány Kultur-Press* Kft. (H-1014 Budapest, Szentháromság tér 6., tel./fax: 201-8891).

Előfizetési díj 2016-ra: 5200 Ft

Egy szám ára: 1300 Ft

Ára: 1300 Ft

Előfizetés egy évre: 5200 Ft



A Helikon folyóirat 2016. évfolyamának megjelentetését  
a Nemzeti Kulturális Alap  
és a Magyar Tudományos Akadémia támogatja.

**nka**  
Nemzeti Kulturális Alap

