

Bernád Ilona

Szélterápia

A ősi hitvilág emlékei a magyar népi gyógyászatban a természetgyógyászat, ezotéria és lélekgyógyászat szemszögéből

Az Egészségügyi Világszervezet, a WHO már jó húsz éve szorgalmazza azt, hogy a mai gyógyítás, az orvostudomány is használja fel a hagyományos orvoslásokban és a népi gyógyászatban megőrzött tudást a közegészségügyi helyzet javításának céljából¹, mivel azok az embert testi-lelki-szellemi egységében szemlélik és gyógyítják.

A magyar nép egészségmegőrző, tisztító, termékenységvarázsló rítusaiban jelentős helyet foglal el a világegyetem négy őseleme, a víz, a föld, a tűz és a levegő. Ezek közül igen érdekes a széllel kapcsolatos képzetek és gyakorlatok köre. Szembetűnő a magyar népi gyógyászat és a különböző népeknél leírt hagyományos orvoslás, valamint a természetgyógyászat szemlélet- és módszerbeli hasonlósága. A hagyományos tibeti, kínai, indiai, meg az indián gyógyászatban a szél mint betegségek szintén szerepel, a szél-betegségedémon szélbetegségeket okoz, és a gyógyítás egyik eszköze szintén a szél.

Tanulmányomban a magyar népi gyógyászat legrégebbi rétegéből származó szélterápia elemeit az ezoterikus² irodalom és lélekgyógyászat gondolataival, valamint a természetgyógyászat ősi módszereivel összefüggésben tárgyalom.

¹ Vö. *Hagyományos ázsiai gyógymódok*. Természetgyógyász Magazin 2001. VII. évf. 4. 5.

² A görög–latin szó jelentése: titkos, rejtett, csak a beavatottaktól érthető, csak részükre hozzáférhető. Az ezotéria ősatyja, Hermész Triszmegisztosz által leírt Tabula Smaragdina második tézise szerint a világ az analógia törvénye alapján működik „amint fenn, úgy lenn”. Tehát a világegyetemben, az égben és a földön ugyanazok a törvények uralkodnak. Az ezoterikusok szerint az ezotéria az önismeret útja, mivel az ember, a mikrokoszmosz, a világegyetem, a makrokoszmosz része, és fordítva; ha megismered önmagad, akkor megismered a környező világot, természetet, Istent. Az ezotéria a világ nem természettudományos vizsgálata. (Vö. Hamvas 1988. 131–134. és Dethlefsen 1995. 19–29.)

A népi gyógyászatról általában

A keresztény-hellenista misztika vezéreszméje, a gnózis szerint minden ismeret a kinyilatkoztatásból (látomások, megérzések, jóvendölések, prófétizmus) ered. Az ismeret tárgya Isten, Isten ismerte pedig megszabadít minden rossztól, a halált is beleértve. Ennek egyik, Szíriában elterjedt formája, a népies gnoszticizmus a mágia (ceremóniák, formulák, titkos nyelv) irányába mutatott.³ A tradicionalizmus⁴ metafizikus filozófiai szemlélete szerint, melynek legjelesebb magyar képviselője Hamvas Béla, e kinyilatkoztatott tudás őrzője a hagyomány. Felfogását így összegzi: „*A hagyomány az emberiség szellemének, a lét értelmének, a logosznak, a tudásnak, az éberségnek az őre. Az emberi és az isteni világ között lévő kapcsolat állandóságát tartja fenn.*”⁵ [kiemelések tőlem] E hagyományba besorolható az élet minden területére, az élővilág, az emberi cselekvés és alkotás minden szintjére kiterjedő népi tudás is.

A népi tudás, népi bölcsesség egyik területe a népi gyógyászat (etnomedicina), „...a népi gyógyító gyakorlat összefoglaló elnevezése a néprajzi szakirodalomban. Magába foglalja a betegségek gyógyításának leírásán kívül a nép körében élő vélekedéseket a különféle betegségekről, azok keletkezéséről.”⁶ Gyógyítási gyakorlatában részben (gyógynövények, ásványi anyagok felhasználásán alapuló), racionális eljárásokat, részben irracionális, mágikus (szertartásos) gyógymódokat alkalmaz. A betegségek megelőzési és gyógyítási módjai sok esetben az archaikus ember világképét, hitvilágát, hiedelemrendszerét tükrözik. A tradicionalizmus szerint a szent és a profán tudomány szakadása ugyanis csak fokozatosan

³ Gnózis címszó, *Bibliai Lexikon*. 495.

⁴ Filozófiai irányzat. Legjelentősebb képviselője Guénon, legjellegzetesebb fogalmai: „tradition methaphysique” (metafizikai hagyomány), „l’homme universal” (egyetemes ember), „état primordial” (elsődleges állapot), „l’homme primordial” (ősi ember), „science sacrée” (szent tudomány), „science profane” (profán tudomány). Vö. Dúl 1997. 11.

⁵ Hamvas 1998. 86.

⁶ Hoppál 1975. 16.

következett be: az ókori orvostudomány még felhasználta a népi gyógyászat egyes elemeit.⁷

A népi gyógyászat szókincse – szemben a mai hivatásos orvostudományéval – még a régi magyar nyelvben gyökerezik, s a *képszerűség* jellemzi. A betegségtünetek, betegségek, gyógynövények népi nevei szókincsünk gazdagságát érzékeltetik: régi ízes szavaink sok esetben nyelvünk nagy múltra visszatekintő, jeles emlékei. A magyar nép felfogását érzékletesen mutatja be képszerű egészség szavunk. Az egészség a test-lélek-szellem egysége, harmóniája, ha bármelyik ezek közül csorbát szenved, az egység megbomlik, fellép a betegség. Édes anyanyelvünk az egészség szóval a lényegét fejezi ki. Ha az embernek élő kapcsolata van az Istennel és a természettel, a kozmikus és a földi energiákkal, ha testben-lélekben egységben van Velük, akkor *az ember egész*, vagyis *egészséges*. Az emberiség létrehozta az egyre jobban föléje növekvő, ráterpeszkedő civilizációt, fogyasztói társadalmat, ahol a mindennapi rohanásban, az anyagiak megszerzése céljából folytatott harcában nem fordít elég időt a belső, lelki életre, a kint és bent harmóniájának megteremtésére. Az emberiség eltávolodott égi Atyántól és természet-Anyántól, testben-lélekben egyre betegbb lett és lesz.

A népi hagyományban megtaláljuk *a lelki és testi* egészségmegőrzésre, megújulásra vonatkozó szabályokat, például a tavaszi kúrát (a szervezet regenerálása friss tavaszi zöldségekkel, gyógyfüvekkel)⁸, a *bőjtöt* (a testi-lelki megtisztulást, megújulást), a *jeles napokon* való megkülönböztetett étkezést, *a természet körforgásához, a kozmikus rendhez* (évszak, időjárás), *igazitott, az életkorhoz, a megterheléshez alkalmazkodó étrendet*⁹, *életmódot*.¹⁰

A magyar népi orvoslás *holisztikus* (görögül teljes, egész) szemléletű, az embert, testi, lelki, szellemi egységében szemléli,

⁷ Ugyanakkor a Hamvas Béla által szcientifizmusnak nevezett „profán tudomány” azt tartja, hogy a népi tudásba épültek be az antik és középkori orvostudomány ismeretei.

⁸ Vö. Szendrey–Szendrey 1943. 198.

⁹ Vö. Radován 1983. 55–67.

¹⁰ Vö. Gazda J. 1980. 9–100, 249–296; Gazda K. 1980. 24–132.

vizsgálja és gyógyítja. Ugyanakkor *archaikus pszichoszomatikus* (pszicho – lélek, szoma – test; a lélek hatása a testre) szemléletű is¹¹, mivelhogy a népi felfogás a betegségek okának a materiális-testiek mellett leginkább a lelki-szellemi tényezőket tartja. Ilyenek például a bánat, ijedség, félelem, szorongás, idegesség, rendetlen, kicsapongó életmód, kimerültség, magány, hitetlen, kételkedő életszemlélet, feldolgozatlan lelki traumák.¹² A viszonylag új tudomány, a pszichoneuro-immunológia mára bebizonyította, hogy az ideg-, a hormon- és az immunrendszer molekuláris hidakkal vannak összeköttetésben egymással, s ezek a negatív lelkiállapotok valóban megzavarják az idegrendszert, hormonrendszert, mely idővel legyengíti a védekezőrendszert testi-lelki elváltozásokat, úgynevezett pszichoszomatikus betegségeket okozva.¹³ Ilyen természetűek például az alkoholizmus, a mértéktelen cukor- és zsírfogyasztás és a velük összefüggő emésztési zavarok, szív- és érrendszeri bajok. Minden étkezési zavar szorongásbetegség. Továbbá, egyes gyermekbetegségek, a gyomorfekély, a krónikus vastagbélhurut (a colitis, más néven vastagbél-neurózis), a nyombélfekély, a székrekedés, a szívinfarktus, a magas vérnyomás (hipertónia), a migrén, az alvászavarok, a derékfájás, az ízületi fájdalmak, a bőrbetegségek, a depresszió, a fogcsikorgatás, a menstruáció zavarai, például a fájdalmas menstruáció, vagyis dysmenorrhoea, szexuális zavarok, a kóros falánkság (bulimia nervosa), magyarul farkaséhség, az anorexia nervosa (kényszeres, mértéktelen koplalás) és a rák.¹⁴

Lélektani és orvosi megfigyelések, tudományos kutatások, eredmények igazolják a népi gyógyászat egészségtanában szereplő egyes tiltások (hiedelmek) igazát, a népi kóroktant, a pszichoszomatikus szemléletet és pszichoterápiás gyógyításmódot.¹⁵

¹¹ Vö. Oláh 1986. 52, 135.

¹² A pszichoszomatikus szemléletet a 20. század elején, Freud pszichoanalízise folytán alakult ki. (Vö. Oláh 1986. 134.)

¹³ Selye János szerint a betegségek a szervezet nonspecifikus válaszai a stresszre egy idő után. Továbbá Vö. Dethlefsen és Dahlke 1998. 11–78., Dahlke 1996. 17–66.

¹⁴ Vö. Thomas 1996. 5–82.

¹⁵ Vö. Oláh 1986. 154.

A materialista filozófiai irányzathoz csatlakozó kommunista országokban a totalitárius államhatalom csak a szcientifizmustól áthatott hivatásos orvoslást tartotta legitimnek, ki akarta irtani a népi gyógyászati gyakorlatot, tiltotta a népi gyógyítási módokat. Ennélfogva zaklatták, becsmérelték, üldözték a népi tudás örökösait, az akkor még sokféle fellelhető gyógyítókat, közönséges kuruzslóknak minősítették őket, s megtiltották a betegeknek, hogy hozzájuk forduljanak. A gyógyítók mindinkább titkolták a tudásukat. A hatalomtól is félve, s ezzel feltételezhetően sok ismeretet örökre a sírba vittek. Ez nagy vesztesége a néprajz- és bizonyos mértékben az orvostudománynak, mert megsemmisült a régi hiedelemrendszer és a gyógyítás hasznosítható ismeretanyaga. Az ötvenes évek végén kezdődött nyitás serkentőleg hatott a népi gyógyászati tudásanyag gyűjtésére.¹⁶

Korunk materializmuson felnövő embere az elanyagiasodott élet, valamint a modern orvostudomány felvilágosító tevékenysége következtében kuruzslásnak minősíti azt a népi gyógyászati szemléletet, kóroktant (betegségek okait), egészségtant – mely szilárd rendszeren alapszik, sok évezredes tapasztalat leszüremlése, és feltehetően egy régies, koherens gondolkozási rendszer terméke –, s nem érti a régi szemléletből kiinduló gyógyítási módokat sem. Pedig minden hiedelemnek, óvó, védő és tiltó szokáscselekménynek megtalálhatjuk a magyarázatát. Ezek a cselekvések, gyakorlatok szerves részei voltak az akkori életnek, a mindennapoknak, és az emberek belenevelődés révén, örökségként átadták gyermekeiknek, unokáiknak. Évszázadokon át meglehetősen lassan változott – főleg falvakon – az élet. A második világháború után felgyorsultak azok a társadalmi, gazdasági, kulturális folyamatok, amelyek felbomlasztották ezt az élet és tudás „burkot”, s az emberek lakhelyükről való elköltözése, vándorlása, más kultúrával való szembesülése folytán ez az ismeret ma már csak szét-töredezve, maradványaiban lelhető meg és kutatható.

¹⁶ Vö. Oláh 1996. 35. és Hoppál 1975. 60.

A népi gyógyászat történeti rétegei

A kóroktannak és annak megfelelő gyógyászatnak három történeti rétegét különböztetjük meg. A magyar népi gyógyászat őrzi a törzsfejlődés nyomait, az ún. primitív ember prelogikus és integritásos gondolkodásmódját¹⁷, az animisztikus réteget, melynek jellemzője a természeti elemek megjelölése, megszemélyesítése. A legrégebbi réteg a honfoglaláskor előtti *pneumatan*, amely a rontást, a betegség-démonokat, a *szelet* tartja a betegségek okának, hordozójának, s ennek megfelelően a gyógyítás is szélre hangolt.¹⁸ Benne megnyilvánul az ősi tudás dualisztikus jellege, miszerint a világ két alapminőség, a jó és rossz, a férfias és nőies princípium, a mozgó, változó és állandó, a szellem és anyag egysége. Az egésznek a mozgó, változó, férfias része a szél, az állandó része az anyag, az ember. Az egyik elvvel, princípiummal a másikat gyógyították, így helyreállt az egység. A legősibb gyógymód kötődik ehhez a réteghez, az *analógiás*, vagyis a megfelelő módszer, amely az ősi világből fakad, miszerint a természet, az ember, a kozmikus világból mása, s egymással összefüggésben van, „amint fent, úgy lent”¹⁹, s ezen elv alapján gyógyítanak. A mágia az analógián nyugszik. Hamvas Béla szerint az analógiás gondolkodásmód alapja metafizikai.²⁰

Erre rakódott újabb réteg a 10–17. század között kialakult humorális patológia (nedvtan), amely a vér és a testnedvek megromlásában látja a betegségek okát. Ennek, az arányában legerősebb rétegnek a szemlélete szerint a gyógyítás abban áll, hogy a vér, vagy a rossz nedv megtisztuljon, összegyűljön, kiürüljön. Ezt az alapelvet Európában legelőször *Hippokratész* (i. e. 460–377) írta le a *Corpus Hippocraticum*-ban. Magyar nyelven elsőként *Pápai Páriz Ferenc* fogalmazza meg a *Pax Corporis*-ában (1690).

A nedvtanra épült rá a 18. században kialakult és a 19. században megerősödött szolidáris (materiális) kóroktani testközpontú korbonctani szemlélet. Ez a betegségek okában a baktériu-

¹⁷ Vö. Solymossy 1943. 305–306.

¹⁸ Vö. Oláh 1996. 52–88.

¹⁹ Triszmegisztosz, in: Dethlefsen 1995. 19.

²⁰ Vö. Hamvas 1988. 386.

mokat, a piszkot, az erőltetést, a nedves, hideg időjárást, a kihűlést, a helytelen táplálkozást látja, melyek szervi, szöveti elváltozásokat, illetve betegségeket okoznak.²¹

A magyar népi orvoslás a régi népi tapasztalatból és tudásból örökölt elemek mellett a középkori orvosi könyvekből, a szerzetesek által átvett ismereteket is tartalmazza.

A hagyományos orvoslás és a természetgyógyászat szemléletmódja

A természetgyógyászatnak és a különböző (a tibeti, indiai, kínai, indián, óceániai szigetvilági, kelta stb.) népek hagyományos orvoslásának szemléletmódja elvileg azonos a magyar népi gyógyászat legrégebbi rétegével. Ezek azt tételezik fel, hogy az ember láthatatlan csatornákkal, finomenergetikai meridiánokkal kapcsolódik a környező világhoz, függ a környező világtól, s a világ is függ az embertől. A kis világ benne van a nagy világban, vagyis a mikrokozmosz a makrokozmoszban, és fordítva.

A széllel kapcsolatos képzetek

Az archaikus ember képi világban élt, látott, érzett, gondolkodott, képi nyelvben beszélt. Ezt a képiséget a magyar nyelv is híven őrizte a régi időkben (lásd Balassi Bálint, Pázmány Péter és Zrínyi Miklós nyelvét). A világgép ősi és ráragódott rétegek ötvözete.

A világgép a világról alkotott – igazolt és igazolatlan – tudás óriási körét öleli fel. A természetfölöttiről alkotott képzetek alakításában fő szerepet a vallás játszik. Amikor egy régi hitrendszert egy újabb vált fel (pl. a pogányt a keresztény), a régi istenek démonokká fokozódnak le, a régi vallás elemeire hullik szét, melyek közül egyesek betagozódnak az újabbba, mások a hiedelmek, szokások és folklór világában élnek tovább.²² Így a népi kultúra

²¹ Vö. Oláh 1986. 53.

²² Vö. Solymossy 1943. 290.

különböző területei a régebbi világkép rekonstruálásához forrásként használhatók fel.

Ezt a világképet megőrizte nyelvünk, a népmesék, népdalok (főleg balladák, keservesek), szólások, gyermekmondókák és játékok, a hiedelmek, a népi szokásrend, gyógyászat világa, s az is természetes, hogy elemei az elszigeteltségben élő népcsoportoknál, így például a moldvai csángóknál, a mezőségiéknél, vagy a felvidéki zoboraljaiaknál nagyobb arányban vannak jelen. Hogy milyen is volt ez az ősi világkép az archaikus kultúrában? Az animisztikus réteget, valamint az ősvallás elemeit őrző népköltészetből és a népszokásokból lehet valamennyire rekonstruálni. E tanulmánynak nem a világkép egészét, hanem annak csupán a széllel, levegővel kapcsolatba hozható vonatkozásait szándékszük vizsgálni.

A levegő a világot alkotó alapelemek egyike. A természetben élő ember lelkéhez közel állónak érezte, tisztelte, megszemélyesítette, emberi tulajdonságokkal ruházta fel a sokszor tomboló természeti elemeket, erőket, s rettegett is tőlük. A szelet és a levegőt ember- és világalkotó princípiumnak fogta fel. „Az emberből kiszálló levegővel hozzák összefüggésbe az emberi életet biztosító, mozgató lelket – sok nyelvben a levegő és a lélek szavak ugyanazt a gyököt tartalmazzák.”²³ Az álomfejtésben, az időjósításokban is szerepet kap, sok közmondásban szerepel, a betegségeket is a szél hozta, a forgószelelben betegségedémon van, s a halállal is kapcsolatba hozták.

Azt, hogy a szelet a lélekkel hozzák kapcsolatba, a következő, szentenciákban, találókérdésekben megfogalmazott tulajdonságaival magyarázhatjuk: „Titokzatos, hiszen hallszik, mégsem látszik. Se keze, se lába, mégis egész nap a világot járja. Lába nincs, mégis fut, szárnya sincs, de elszáll.”²⁴ Ezt a képzetársítást tükrözi az érkezőhöz intézett kérdésünk: *mi szél hozott?*, de több más szólásunk is. Hogyha valamiről lemondunk, vagy valakit útra bocsátunk, akkor *szélnek eresztjük*. Ha jó a szerencsék, akkor *kedvező a hátszél* vagy *jó a széljárás*. Hogyha megváltozik a helyzet,

²³ Hoppál 1996. 141.

²⁴ Ráduly 1990. 68–69.

vagy a társadalmi viszonyok, akkor *más szelek fújnak*.²⁵ Aki *szélét veszi* valaminek, az előre megsejtette egy esemény bekövetkezését. Aki „*kifogja a szelet valakinek a vitorlájából*”, kisajátítja annak a céljait, jelszavait, gondolatait, s ezzel elhódítja tőle a híveit. Más „*meglegyint a forradalom szele*”.²⁶

A szegény ember széllel él.²⁷ Van, aki *gyorsan jár, mint a szélvész*. Más *forog, mint a forgószél*. „*Nem jó szél fúj felőle. Rossz szél fúj felőle*.” (rosszféle). *Sóhajt, mint a böjti szél*. *Úgy jár, mint akit a szél megüt*. *Átlépi a szelet*.²⁸ *Szeleken horgász*. *Szelet csap*. Megbízhatatlan embernek *szél a hite*. Az ilyent *széltolónak* mondjuk. Akit elhallgattatnak, abba *belészorították a szelet*. Aki szerencsés: *Elkerülte a szelet*. *Ki magát a szólásban megerőlteti, széllé válik a szava*. *Ki szelet vet, vihart arat*. Aki össze-vissza beszél: *Szélllel bélelt eszű*. Vagy: *Vakmerőség a bolondságnak szele*. *Szélllel veszekszik*. *Szélnek beszél*.²⁹

Mit mond népköltészetünk a szél eredetéről?

A világfa ágai közül: „Van a világon egy *csudálatos nagy fa*, amelyiknek kilenc elhajló ága van, mindenik egy-egy erdővel vetekszik. Ha elkezdenek kavarogni, ombolyogni, abból támad a szél. Olyan csodálatos nagy fa ez, hogy nemcsak a hold jár el az ága közt, hanem a nap is. De ezt a fát csak az leli meg, hogy hol van, merre van, aki foggal született, oszt kilenc álló esztendeig nem vesz a szájába tejnél egyebet. Az meg tudnivaló, hogy *tátus* az ilyen. Mer ez a csudálatos fa olyan helyen nőtt, hogy csak az ilyen tudományos férhet hozza. Az emilyen ember csak hírért hallja, hogy van, de látni nem láthatja.”³⁰ [kiemelések tőlem] Isteni principium: „Eztet hallottam én öregapámtul, hogy a *Napba'* lakozik az Isten. A Nap az Isten, mer' a *Napba'* van az Isten! Annak a sugara teremt mindönt, *a szelet*, mög mindönfélit a Nap csinál.”³¹

²⁵ Vö. Juhász, Szőke, O. Nagy, Kovalovszky 1992. 1261.

²⁶ Uo.

²⁷ Margalits 1995. 681–682.

²⁸ O. Nagy 1976. 625–626.

²⁹ Margalits 1995. 681.

³⁰ Diószegi 1978. 11.

³¹ Harangozó Imre gyűjtése. Adatközlő: Dani Margit sz.: 1925. Kisiratos, Arad megye: 1997. III. 27.

Ipolyi Arnold szavaival: „A lég és szél képezi már sajátlag az összes mythoszokban az istenség s az ember feletti lények elemét, kik minden személyesítés és testesített alakítások mellett valóságukban a végelemben *szellemiek*nek tartattak; ezért lakuk, honuk a lég, régi nyelvünkön levegőég, [...] a lég mozgása, a szellő által történik megjelenésük.”³² [kiemelés tőlem]

A világfán él az anyja: aki megmássza „az égig érő fát, a Hold-, Nap- és *Szél-anyjával* találkozik, míg a fa tetején Tündérországba ér.”³³ [kiemelés tőlem] Ambivalens voltára utal a csángó hiedelem: „*a szél egy lány, szélországból* jön a szél, a földbe be van egy lyuk, s abban vannak a *szépasszonyok*, és a szél onnan jön ki. Az egy igen szép lány.” (Klészse)³⁴ [kiemelések tőlem]

A szelet nemcsak a szépasszonyokkal, (szépasszonyok szele) boszorkányokkal (boszorkányszél) hozták kapcsolatba, hanem az ördögökkel is. Klészén: „Úgy hallottam, mondják, egy libból eresztik ki *az ördögök* a szelet, csapon, húzzák ki a csapot, mikor úgy akarják, aztán szúrják vissza.”³⁵ [kiemelés tőlem] Különlegesen rossznak és veszélyesnek tartották a régi emberek a forgószelet, de tudták az ellene való védekezés módját is: „Forgószél *az pokolszél*. Forgószél hogyha volt, azt mondták, hogy a gonosz lélek keresi a vizet, s nem volt szabad a forgószélbe beléköpni, mert akkor vizet kapott, és a megrontása sikerült. Aki idézte a forgószelet, annak a rontása sikerült, ha vizet kapott.” (Istensegíts) [kiemelés tőlem] „A forgószél, mikor jár, ördög van benne, s vizet nem szabad önteni belé, mert ő a vizet keresi. Nem volt szabad semmit belédobni, mert visszavágja.” (Andrásfalva)³⁶ „A Mezőségen a forgószelet ördögnek, tisztátalannak, szellemnek is nevezik. Kettős alakja van. Látható alakja a forgószél, s benne emberi alakú lény rejtőzik. Egyébként férfi is lehet, nő is.”³⁷ Felszólítják, hogy menjen el „Távozzál innen tisztátalan. Így mondtuk.”

³² Ipolyi 1854. 214.

³³ Berze Nagy 1943. 240.

³⁴ Bosnyák 1980. 34.

³⁵ Uo. 102.

³⁶ Uo. 1977. 41–42.

³⁷ Keszeg 1999. 96.

A csángók őrizkedtek a forgószelet leköpní, míg Mezőségen „Ptűj, ptűj, le kell köpdősni, s hátra kell lépni hármát. A akko a szélnek nincsen hatása.”³⁸ „Köpdősni én is szoktam, pü, pü, pü, menj tovább.”³⁹ „Gyimesben keresztvetéssel történő elhárítás ismeretes.”⁴⁰ Ugyanúgy Klézsén is. „Menen a forgószél, sirül, akkor azt mondják, hogy elteljék se sirüljön: – Kereszt a közepibe! Kereszt a közepibe! Akkor elszóródik, szerteszóródik, többet se sirül!”⁴¹

„A vasvillát belé kell szúrni a földbe, s azt kell mondani, vas a füledbe, vas a füledbe.”⁴² Van, hogy akit környékez a forgószél, baltát vagy kést, bicskát dob bele. „A forgószél ment. Ment a forgószél és ez az ember, ő es ment az úton, de ment a forgószél es. És a forgószél hát ment neki. Ő *belevette* a faragó baltáját abba a *forgószélbe*. Hát a forgószél elment, de a baltát nem találta meg többet sehol. Na akkor eljött az üdő, hogy elment az egyik szomszédjához. Hát ott volt a balta. azt mondja: – Hát te szomszéd, – azt mondja, hát enyém a balta – Azt mondja –, az én baltám. – Igen, azt mondja, – hogyha belém vágta volna akkor, mikor belém dobta, azt mondja –, akkor maga most nem lenne – azt mondja. És akkor visszaadta a baltát, de ő többet nem dobott a forgószélbe.” (Pokolpatak) [kiemelés tőlem] Más: „Ilyen nagy forgószél volt, s az ember kötöte meg a teheneket, verte a cöveket a földbe, s a szél igen fűjt, a forgószél, s ő belélódította a bárdot abba a szélbe. S visszaesett a bárd, akkor véres vót. Akkor azt mondták, hogy valami nem tiszta vót abban a forgószélben.” (Klézse)⁴³ Róheim Géza szerint a viharba, forgószélbe dobott balta *coitus* szimbólum.⁴⁴ A népduális gondolkodásmódját (férfi-női princípium) tükrözi a két ellentétes töltésű rész találkozásakor a feszültség megszűnik, helyreáll az egész, az egység, az egyensúly.

³⁸ Keszeg 1999. 572.

³⁹ Uo. 574.

⁴⁰ Uo. 177.

⁴¹ Bosnyák 1980. 34.

⁴² Keszeg 1999. 575.

⁴³ Bosnyák 1980. 34.

⁴⁴ Róheim é. n. 45.

Vannak emberek, akik jót látnak a forgószélben. „Kérdeztem tőle, hogy igaz, hogy a forgószél tisztátalan? Azt mondta, hogy nem igaz, hogy tisztátalan. Akko száll le az Isten a szárnyaiva valóságga a földre. Így mondta.”⁴⁵

Kelthettek szelet szentek vagy pedig természetfölötti erejű személyek. Honnan fúj a szél? „Szen Péter elalutt, oszt a hordót nyitvahagyta, a hordóból a gyugót kiejtötte, oszt azóta fuj a szél.”⁴⁶ Vagy „A szelet a *garabonciás diák* támasztja”.⁴⁷ „A *javas* is széllal jön.”⁴⁸ [kiemelések tőlem]

Kelthetik a *halottak szellemei* is a szélfúvást.⁴⁹ [kiemelés tőlem] „Ha nagy szél fűjt, mondták, hogy valaki fölakasztotta magát.”⁵⁰ A halottnak a szél segít összegyűjteni az életében szétszórt hajszálait, körömdarabkáit: „S ha elfúvom, mikor lecsíptem a körmimet, elfúvom, az a szél mind elémbe hajtja, amikor meghalok.” „Nekem vót egy komám, az mikor a körmeit levágta, még azt es felvette, és elfűjta, hogy, azt mondta, miután meghal, akkor a szelitol, a fúvástól kéri vissza. És amikor a fogát kihúzták, azt megtakarította, és meghagyta, hogy a koporsójába tegyék, mikor meghal, hogy feltámadáskor még élé kell vegye.”⁵¹

Nyilván, mert sokféle eredetű lehet, a szél az ember törekvéseit sokféleképpen befolyásolhatja, jól és rosszul, tavasszal termékenyítő, éltető vizet áraszthat, de pusztíthat is. Egy közmondásunk szerint: „Nehéz nagy szélnek megfelelni.” Vagy: „A tél hagyján, de a szele gonosz.”⁵² A természet erői közül tőle tartanak a leginkább, az alábbi meserészlet tanúsága szerint is. A Nap, a Hold, a Föld és a Tűz, a Levegő és a Szél élő személyek, beszélgetnek, cselekednek.

„A Nap, a Hold meg a Szél együtt üldögéltek egy fa alatt. Egy cigány meg arra és köszön:

⁴⁵ Keszeg 1999. 581.

⁴⁶ Bosnyák 1973. 79.

⁴⁷ Gulyás 1976. 21.

⁴⁸ Zentai 1983. 68.

⁴⁹ Uo. 26.

⁵⁰ Gulyás 1976. 21.

⁵¹ Bosnyák 1980. 225–226.

⁵² Margalits 1985. 681.

– Jó napot, adjon Isten!
 Azt mondja a Nap a többinek:
 – Látjátok, mindenki engem köszönt!
 Rámondja a cigány:
 – De még jobban a szelet köszöntöm!
 Azt mondja a Hold a cigánynak:
 – Megállj! Miért mondd ezt? Várj csak, a télen megfagyasztalak!
 Azt mondja a cigány:
 – Csak a Szél ne fújjon!
 Odaszól a Nap is:
 – Megállj, cigány, megsütlek a nyáron!
 Arra meg azt mondja a cigány:
 – Csak a szél ne fújjon!
 A Szél erre odafordul a többihez:
 – Ugye, mégis csak bennem van a bizodalma mindenkinek!”
 (Nap, Hold, Szél)⁵³

Van „jó szél” és „rossz szél”. Klézsén „Kérték a szelet, *szent szél*, azt mondták, kérték, hogy ne máj legyen zúg-szél, ne máj legyen rossz szél, ne csináljon kárt. A szél lány, nagyon szép lány, s avval *meghallgatja az imát*, nagyon szép lány, tündérlány.”⁵⁴ [kiemelések tőlem]

Segítségül is hívják:

„*Fúdd el, jó szél*, fúdd el
 Búmat s bánatimat,
 Fúdd el, jó szél, fúdd el
 Búmat s bánatimat.”

(Az elrabolt leány című ballada)⁵⁵ [kiemelés tőlem]

Könyörögnek is hozzá, az anyához, a segítőhöz, a hatalmashoz. Hadd álljon itt erre egy kis szibériai nép, az evenkik népköltészetéből egy gyönyörű példa, mely a sámánisztikus jegyeket is megőrizte, s közvetve visszautal a mi népünk ősi gondolkodásmódjára is:

⁵³ Illyés 1997. 505

⁵⁴ Bosnyák 1980. 34.

⁵⁵ Kallós 1996. 195.

„Zuhanj le, rohanj ránk, szél! szél! [...]
 Zuhanj le, rohanj ránk, szél! szél!
 Ó én magam!

Én szegényke, ó!
 Szél! Szél!
 Árvaságban élek én ó!
Anyám ó! Szél, szél, ó!
 Leányodhoz siess
 szél! szél ó!
 Megérkezett hozzánk
 a szél ó!
 A néki szenteltek nem hagyja árván
 a szél ó!”⁵⁶ [kiemelés tőlem]

A *Szélkötő Kalamona* című varázsmesében⁵⁷ négy irányból, *a négy világtáj*⁵⁸ felől jönnek a szelek. Ezek közül három jó szél. Kalamona, miután megharagudott a királyra, azt mondta: „Ha nincs eladó lányod, akkor megkeserülöd, de nemcsak te, hanem az egész világ, mivelhogy te vagy a főkirály! Megmutatom, hogy nem lesz eső addig, míg a lányod hozzám nem adod. Megyek innen egyenesen, megkötöm a három szelet, csak az északit nem, hadd fagyjatok meg télen, hadd pusztuljatok éhen!” És „hamarosan megvolt a baj. Ez úgy aratás előtt volt, és a szél valóban nem fújt. De nem akart a búza sem érni. [...] Egyik nap is nézték, másik nap is, de hiába, nem akart még sárgulni sem. Mondogatták egymásnak: nemhiába tartották a régi öregek, meg kell a búzának érni, mert mindennap a szél éri. De már a kukoricára is nagyon kellett volna az eső, mert már csévesedett volna, de nem volt szél, ami hozná a langyos esőt... Jött az ősz, kukoricát nem is kellett szedni, csak a korókat vágták le, nem termett egy cséve sem. De még a földjét sem tudták újra bevetni, olyan száraz volt.

Eljött a tél.

Már András-napkor olyan fagya volt a szélnek, hogy a krumpli mind megfagyott a veremben. Fújt az északi szél, a hideg állhatatlan volt ... Akinek kutyája volt, ölbe vitte ki ugatni... A király ki-

⁵⁶ Kóhalmi 1973. 175.

⁵⁷ Illyés 1997. 532–584.

⁵⁸ A gyógyítás fejezetben.

hirdette az egész országban, hogy aki elengedi a szeleket, annak feleségül adja a lányát.” A mesehős, Rontó vállalkozik a szél kiszabadítására. Jóságáért tántos ló, ördögkirály segíti. Amikor a lánccal megköttözött szél meglátja, könyörög hozzá, hogy szabadítsa meg. Újabb próbatételek várnak rá, meg kell ölnie szélkötő Kalamonát is, hogy egy kardsuhintással elvághassa a szél láncait. S ekkor „lett nemsokára eső is. Mire eljött a vetés ideje, a föld is megpuhult. Lehetett vetni.” A mese egy másik fűjás-motívuma: Kalamona volt feleségeinek kellett *fűjni* a démon jégpalotáját. Ebben a mesében egy gyógyító aktussal is találkozunk. A mesehős anyja *mágikus fürdővel* gyógyítja meg a király kisebbik gyermekét.

Az égig érő fa meséjének egyik változatából is megismerhetjük a rossz szelet, amely a *sárákány* közlekedési eszköze. „Volt a királynak egy *virágoskertje*, lehet, világ kerekésein ilyen szép nem volt, mint az. Amilyen virág létezik a világon, olyan mind volt abban a kertben. Különbnél különb jó illatú virágok. S a kertnek a közepén volt egy akkora fa, hogy az eget érte a teteje. Hát egy napon a királyleány kiment a kertbe sétálni. Amint sétált, elgondolkozik.

– Istenem, miért es mennék én férjhez? Mikor én olyan szép virágoskertet sehutt nem találok, amint mi nekem van.

Mikor ezt ő kiszólta, akkor szél indult, hogy azt hitte, a fa kidől a zsigeriből. *Az a szél fölkapta* a leányt, s felvitte annak a nagy fának a tetejibe a királyleányt. De nem látta senki, hogy eltűnt a leány. Hát várja az apja, lejárt az üdő, várja, hogy jöjjön haza. Nem jó. ... Mikor egy éjszaka lefeküdt a király, s elszenderedett, meglátta álmába, hogy amikor szombaton az a nagy szél fűjt, a forgószél felkapta, s felvitte annak a nagy fának a tetejébe a leányt. Egy huszonnégy fejű sárákány kastélyában van. Na, ezt az álmot látta, s mikor felébredett, azt mondta, hogy Istenem, ez jeles álm!⁵⁹ A király kihirdette, hogyha kerül egy olyan vitéz, aki a lányát lehozza a fa tetejéről, annak adja a leányt és fele királyságát, s holta után az egész birodalmát. Hát bizony, mikor ezt meghirdették, hát

⁵⁹ Az álommal, s az álmok jelképeivel, szimbolikájával való gyógyításról később.

jöttek a királyfiak, hercegek, bárók, olyan szép daliás vitéz legények, mint a szép gyújtott szál gyertya.”⁶⁰ [kiemelések tőlem]

A szél lehet mély álmod, módosult tudatállapotot hozó *álomszél* is. Az Estefia, Éjfélfia, Hajnalfia⁶¹ mesében János gazda elvállalja a három királylány őrzését, amikor „*alig veszi észre magát, egyszercsak egy kicsi meleg szél meglehíntette és úgy elaludt, hogy több szolgálta kellett hogy felkeltse.*” [kiemelés tőlem]

A szél *vezetheti* is a mesehóst. „A királyfi keresi a templomajtóban leragadt cipő szép tulajdonosát. Hogy könnyebben megtalálja, egy aransárga rózsát a szélbe dob, ennek a szétrepülő szirmai a keresett leány házához vezetik. Másik magyar mese szerint az ördögnek elígért gyermeket a szélnek eresztett fekete rózsza ... vezeti a pokolba.”⁶²

A szél tulajdonságait megtestesítő *segítőtárs* megmenti a mesehóst. Így tesz a szárnyas Szélfutó Pál, aki „nagy csapásokkal szeli a levegőt” s kifogja Hajnalfiát a hátára szerelt kosárba. (Estefia, Éjfélfia, Hajnalfia)⁶³ A mesehősök szolgálatában ilyen nevű kutyák is vannak: Sebesmíntaszél, Szélnélfutósabb. Meséink hősei: *Szél úrfi*, *Szél sógor*, *Szél király*, a *Légtündér*. A mesehősök *szélparipán* érkeznek, *szélméneken* járnak. „A klasszikus görög–latin mitológiáig visszanyúló motívumok (*szélbarlang* – I. Aeneis I. 52, vagy *a szelek, mint óriás gyermekei*) mellett keresztény elképzelések is élnek egymás mellett, valószínűleg még a középkor elejéről.”⁶⁴ [kiemelések tőlem]

A magyar folklórban, a népdalainkban, balladáinkban visszatérő motívum a levegő s a szél. Egyik legszebb párosító énekünk a „tava-szi szél vizet áraszt”.

A szél archaikus világképbeli helyéről összegzésként a következőket kell elmondanunk.

„Nyelvünkön a levegő, lég, lehellet, szél, szellő, szellet (= aer, aura, spiritus, ventus), a lélek, szellem (= animus, spiritus) szavak és fogalmakkal azonosulnak [...] Így még régi nyelvünkön a szel-

⁶⁰ A mítoszok, mesék képeivel, szimbólumaival való gyógyításról később.

⁶¹ Ortutay 1960. 91.

⁶² Berze Nagy 1943. 261.

⁶³ Ortutay 1960. 108.

⁶⁴ Hoppál 1981. 627. A Kalevalában is számtalan szélmotívumot találunk.

let (= aura) a mai szellem (= spiritus) értelemben jó elő. [...], eredetileg hason élő, s azonos a lélekkel, vagyis az, mit ma a szellemmel fejezünk ki [...], némi elevenséget, mozgást tulajdonítanak neki a római kifejezések: forgó, fújó, süvöltő, zúgó, dühös, erős, hirtelen szél...⁶⁵ Első Biblia-fordításunkban (Huszita, vagy „csángó” Biblia, XV. sz.) a Szentlelket „szent Szellet”-nek nevezik.⁶⁶

„A nép szerint az emberi és állati *test fenntartója*, mozgatója, az egészség-elevenség, az élet lényege *szélszerű valami*. Amikor az állat elpusztul, „belefojtották a szuszt”, „belészoritották a szelet”⁶⁷, kiadja a párját. „Kifingott a világ kéményén”, „szélanyához ment”, aki meghalt. Nemcsak a „lélek” szavunk származik a „lehelek” igéből, hanem a *lelki tulajdonságok*, különböző lelki beállítottságok, temperamentumok megnevezése is a széllal kapcsolatos a népnyelvben. „Szeles”, „szeleskedik”, „megszelesedett”, aki féktelenül viselkedik, ugrabugrál, sokat mozog. Aki túl sokat tart magáról, aki „felfuvalkodott” arról azt mondják a Dunántúl, hogy „nagy szellet van benne. [...] a pizsmogó, lassú mozgású viszont „szuszimuszi”. Az emberi szó, a *beszéd*, az emberi és állati *hang* azonosnak látszik a széllal, nemcsak hajtóereje a „szél”, a lehelet. „Nem kell minden szó szelének hitelt adni.” „Tele van szóval, mint duda a széllal.” Nemcsak a szánkron jár ki és be a leheletszél, hanem alfelünkön is jön a szellentés, sőt, „büdösen fúj ki az alszél”. Nyilván a bélsarat is ez hajtja ki, hiszen amikor „megáll a szél” a hasban, amikor „szélkólikás”, „szélgörcs” bántja az embert, nem ürül bélsár; amikor hasmenéses, akkor pedig a fokozott szél hajtja ki.”⁶⁸ [kiemelések tőlem]

A betegségek benne vannak a levegőben, fertőző betegségeket a légáramlat, a szél hozza.⁶⁹ „Ha valakit forgószél érint, annak félreáll a szája.”⁷⁰ Szélütött, vagy agyszélhűdésben szenved, aki agyi érkatasztrófán esett át, vagy a szívszélhűdéses, aki szívin-

⁶⁵ Ipolyi 1854, 294.

⁶⁶ Halász Péter szíves közlése.

⁶⁷ Oláh 1986. 57.

⁶⁸ Uo. 57–58.

⁶⁹ Dömötör és Oláh 1986.

⁷⁰ Gulyás 1976. 69.

farktuson.⁷¹ Ha valakinek forgószele van a fejében, szédül.⁷² „Az ásitás a betegség kezdetének s a javulásnak a jele”.⁷³ „Igen sok levegőt esznek az emberek, azé fordulnak fe olyan hama.”⁷⁴

„Magának a halálnak, az életműködések megszűnésének közvetlen magyarázatát az *éltető lélek*, távozásában látják a parasztemberek, amely után a magateheteten test tárgyává válik.”⁷⁵ „Általános meggyőződés szerint az ember addig él, amíg lélegzik. A lélek az utolsó lélegzettel, végső szusszanattal, sóhajjal, fűvintással távozik. Az tekinthető halottnak tehát, aki kilehelte a lelkét, akiből kiszaladt, elszállt, kiment a lélek, akiből távozik a *lélek szele*, azaz nem lélekezik már. Ezt hivatott eldönteni a népi gyakorlatban az orr, illetve száj elé tartott toll, tükör, kendő, hajsza. Ugyanezt a képzetet fejezi ki a szólás: kilehelte a páráját, kijött belőle a pára.”⁷⁶ [kiemelések tőlem]

Az ősmagyar világképben élt a *több lélek* fogalma. A lélegzet-lélek (testlélek vagyis életlélek, mely szélszerű, és tulajdonképpen magával a primitív felfogás szerinti étellel azonos, s a halál pillanatában elszáll a testből), a szabad vagy árnyéklélek (amelyik kirepül álom esetén az emberből, vagy transz idején a sámánból, s amely a betegségekkel is kapcsolatba hozható; a régi magyar nyelvben külön szavunk is volt erre /= iz/, mely nyelvrokonainknál megmaradt /vogul: isz/). És beszéltek az ősöknek a lelkéről, amely tovább élt, a családtagok körül tartózkodott. E hit szerint léteznek azok a segítő lelkek, szellemek is, melyeket a sámán meg szokott szólítani, idézni.⁷⁷

O. Nagy Gábor szerint: „A *szélhűdés szavunknak* az a hajdan ’örjög, önkívületbe esik’ jelentésű szélhűdik ige az alapszava, amely már középkor végi kódexek nyelvéből is kimutatható, és

⁷¹ Vö. O. Nagy 1988. 202.

⁷² Vasas 1985. 119.

⁷³ Keszeg Vilmos gyűjtése. Adatközlő: Szász Ferenc szül. 1900, Detrehemtelep.

⁷⁴ Keszeg Vilmos gyűjtése. Adatközlő: Tóth Károlyné Keszeg Erzsébet sz. 1896, Detrehemtelep.

⁷⁵ Szendrey, idézi Kunt 1987. 117.

⁷⁶ Uo.

⁷⁷ Vö. Diószegi 1978. 23–28.

amely éppúgy *a szél főnév származéka*, mint ahogy [...] a bűnből a bűnhődik. A szél szóból pedig azért keletkezett elméjében, 'elragadtatik' jelentésű ige, mert feltehetőleg [...] a magyar ősvallás elképzelése szerint a pogány papot, a sámánt az ejtette révületbe, misztikus extázisba, hogy a bálvány szellem hirtelen jövetelétől keletkezett szél heve érintette." Lükő Gábor is a révületet *meleg szél melege*-ként említi.⁷⁸ „Miatán így önkívületbe jutott a sámán, elragadtatott elmével végezte a szokásos vallási szertartásokat. Valószínűleg ez a legmélyebb gyökere annak az elképzelésnek, hogy a szélben emberfölötti lények vannak, akik alkalomadtán rontást, betegséget hozhatnak az embere. Mivel a boszorkányüldözések korában a boszorkányokban látták a legelvetemültebb rontó lényeket, érthető, hogy az ősi, pogánykori hiedelmeket rájuk vitték át, és a szél ártó hatásával őket hozták kapcsolatba.”⁷⁹ [kiemelések tőlem] Amikor az édesanyák „még a fúvó széltől is óvják gyermekeiket”, szeretteiket, eredendően ennek a mondásnak is mélyebb, gazdagabb, áttételesebb a jelentése.

Mára már csak a beszéd képi kifejezőerejét, és legfeljebb a fogalom jelképiségét érezzük csak. „Nálunk a szél is lehet bánat és öröm, szerelem és halál szimbóluma. [...] Jelkép és jelentés belülről szervesen tartoznak össze.”⁸⁰

A népi díszítőművészetben is gyakran megtaláljuk a szél jelképet. A szimbólumokról Lükő Gábor ezt mondja: „A népművészet és népköltészet szimbólumai mind egyetemes jelentésűek, legősibb jelentésük azonban minden bizonnyal *vallásos* természetű. [...] Isten emberi szimbólumokban fejezte ki magát. [...] A legősibbnek tartható jelképek, a természeti elemek (szél, tűz víz).”⁸¹ A „szél-hulláma” a hímzéseinken és szőttéseinken megtalálhatók. „A *forgó-rózsa*, vagy a *tekerő-levél* a forgószelet juttatja eszünkbe, ez a közismert horgaskereszt magyar formája. A geometrikus, szögletes horgaskereszt a primitív népek díszítőművészetének közös motívuma. Szimbolikus alapjelentése helyenként

⁷⁸ Lükő 1942. 19.

⁷⁹ O. Nagy 1980. 203.

⁸⁰ Lükő 1942. 25.

⁸¹ Uo. 17–18.

más és más.”⁸² [kiemelések tőlem] Csángóföldön, Újfaluban, a templommal szemben egy kapu dísze öt tekerő-level. A szél az állandó változás, mozgás szimbóluma is.⁸³

Miért olyan fontosak a jelképek az ember számára? *Török Endre* Hamvas Bélát a szakrális metafizika utolsó nagy egyéniségének tartja.⁸⁴ „*Scientia sacra*”-járól szóló tanulmányában így ír: „Hamvas feltevése szerint az archaikus ember megfélelésekben, analógiákban gondolkodott, ellentétben a történeti ember fogalmi tudatával. [...] A nyelv állomásairól szólva, azt mondja, hogy volt egy ősnyelv, amelyet követett az idea-nyelv és a szimbólum-nyelv, majd a mítosz-nyelv és a költői nyelv, míg végül kialakult a köznyelv és a fogalmi nyelv. Az ősnyelv: maga az elemi kinyilatkoztatás. A szentek, a szakrális szubjektumok nyelve. Általa az ember közvetítésével kinyilvánítják magukat a magasabb erők.”⁸⁵ Továbbá idézem *Hamvas Bélát*: „Az abszolút megnyilatkozás, amikor leszáll és az értelmet eléri, ideává lesz; amikor már kapcsolódik a külsőhöz, szimbólummá; amikor a kép és az ész kezd benne megjelenni, mítosszá; amikor az idea, a szimbólum és a mítosz elhalványodik, lesz költői nyelvvé; amikor a költői nyelv is elsápad, keletkezik a köznyelv, s amikor a köznyelv tartalmi elvesznek, alakul ki a fogalmi nyelv. A fogalmi nyelv absztrakt, a szavak nem a valósággal, hanem a megszerkesztett ész-világgal állnak vonatkozásban.”⁸⁶

S itt álljunk meg egy pillanatra! Gondolkozzunk el, miért voltak olyan fontosak a régi ember életében a képek, jelképek, szimbólumok, s közöttük a *szél*? Lássuk, hogy milyen ez az *őskép* és a szél mit jelentett az egykori (primitív) ember világképében, életében (és mindannyiunk belső világában, mivel lelkünk időbeni fejlődési folyamat eredménye). C. G. Jung meghatározásában: „A

⁸² Lükő 1942. 23–27.

⁸³ Indiában járva lépten-nyomon rajzolt, faragott, nyomtatott horogkeresztekbe ütközünk. Ott vannak a forgalmas helyeken, a templomokban, az üzletekben, az oltáron és a kereskedelmi nyugtán. Kérdésemre a helyiek elmagyarázták, hogy a horogkereszt a szerencse (ami, ugye, forgandó), a siker, az anyagi jólét szimbóluma.

⁸⁴ Török 1988. 250.

⁸⁵ Uo. 263–264.

⁸⁶ Uo.

kínai lélektan szerint a lélek egyik része égi természetű, a másik része pedig földi jellegű. Az első a mennyhez, az utóbbi a földhöz tartozik. Ezek szerint a lelket tekinthetjük a kauzalitásoktól független teremtő lénynek és úgy is felfoghatjuk, mint okokból és hatásokból felépült valóságot. Ha a pszichopatológiai tapasztalatokat is számításba vesszük, akkor a lélek olybá tűnik, mint az úgynevezett pszichikai jelenségek kiterjedt tartománya, mely jelenségek részben tudatosak, részben tudattalanok. A tudattalan tartalmai az archetípusok, bizonyos mértékig a tudatos léleknek a mélyben rejtőző fundamentumai, vagy gyökerei, amelyeket a lélek nemcsak szűkebb értelemben vett földbe, hanem egyáltalán a világba mélyesztett bele. Az archetípusok készenléti rendszerek, amelyek egyúttal képek is és emóciók is. Az agyszerkezettel öröklődnek, sőt ennek a pszichikai aspektusát képezik. Ezekben az ősképekben lép fel talán a legvilágosabban az a hatás, amelyet a föld és törvényei gyakorolnak a lélekre. [...] Ahogy az anyaarchetípus a kínai yin definíciójának, úgy az apa-archetípus a yang definíciójának felel meg. [...] Az anyaföld [...] természetanyánk, vagyis a mater-ia, az anya-g (az állandót), a nyugvó és termékeny anyaföldet jelenti (amelyik táplál, növeszt, életben tart). Az apa-archetípus természete az anyáéval sok tekintetben ellentétes. [...] Az apa az alkotó és a tekintély. [...] Átszővi a világot képzelőerejével, mint a szél, ő a láthatatlan gondolatokkal alkotó és kormányzó. Ő a teremtő szellő (pneuma-spiritus-atman), a szellem. [...] Az apa is elsősorban az atyát jelenti, egy mindent átfogó istenképet és dinamikus elvet.”⁸⁷ Ez a gondolkodásmód tükröződik a teremtéstörténetben: Isten Ádámot sárból gyúrta, majd lelket lehelt bele. Vagyis a matéria a teremtő lehellet, a szellem által lép működésbe. A test halálával a lehellet formájában a lélek elhagyja a testet. „Az archaikusan orientált pszichológia nemcsak a primitív emberek lélektana, hanem a modern, civilizált emberé is: nem csupán a mai társadalmunkban esetlegesen előforduló atavisztikus jelenségeké, hanem nagyjából minden civilizált egyéné, aki – eltekintve tudata fokozataitól – lelke mély rétegében még mindig archaikus sze-

⁸⁷ Jung 1995. 8–17.

mély. [...] Lelkünk is fejlődés gyümölcse, és eredete vizsgálatánál még mindig számtalan ősi vonása kerül napvilágra.”⁸⁸

A képek, szimbólumok, a népi tudás és a mai gyógyítás

Fogyasztói társadalmunk, rohanó életmódunk, állandó feszültség-állapotunk kiszorítja a *régi képeket, szimbólumokat* az életünkől, tudatunkból, egyre halványulnak a belső képek, halkulnak a belső hangok. Minden irányból tolakodnak felénk a rikító színű reklámképek, a hideg neonfények, az erősen bömbölő, diszharmonikus zene, amely rombolja az ember lelki egyensúlyát, finomenergetikai burkát⁸⁹, védekezőrendszerét, egészségét. Az ideg-, hormon- és immunrendszer molekuláris hidakkal vannak összekötésben egymással. Stressz estén ezek együttesen sérülnek. A képek, szimbólumok be vannak írva mindannyiunk lelkébe, a kollektív tudattalannal kötnek össze,⁹⁰ vágyainkban, *álmainkban*, szabadidős elfoglaltságainkban kényszert érzünk, hogy visszatérjünk hozzájuk, hogy újra átéljük, hogy játszunk, hogy ebben a vágyott álomvilágban tartózkodjunk. A mai hideg, számítógépes, materiális, összekuszált, deszakralizált világunkban *a művészet és a gyógyítás* visszatért ehhez a régi, szakrális, biztonságot adó világhoz. Valamint az embertudományok: nagyon sok kuta-

⁸⁸ Jung 1995. 45.

⁸⁹ Minden fejlettebb vallás említést tesz az emberi testet körülvevő energiamezőről, például a keresztény szenteket ábrázoló képeken is megfigyelhető a fej köré festett glória. A modern tudomány kutatásai igazolták ennek az energia mezőnek a létét és biomágneses mezőnek vagy bioplazmának nevezték el, de a legtöbben aurának ismerik. A keleti gyógyítás ezen alapszik.

⁹⁰ A Jung-i tudatmodell szerinti kollektív tudatalatti fogalmát természettudományos szempontból Rupert Sheldrake a formaadó morfogenetikai mezők felfedezésével támasztja alá. „Állatkísérletei során megfogalmazta a formaadó mezők elméletét, amely kapcsolatokat közvetít (az élőlények között) bármilyen távolságra anélkül, hogy anyagi struktúrákra támaszkodna vagy az idő törvényeinek lenne alávetve” (Dahlke 1998. 36.) Ezeket a kapcsolatokat megvizsgálták Amerikában anyák és újszülöttjeik között, valamint amerikai és orosz laboratóriumokban nyulakon és patkányokon. Vö. Dahlke. 1998. 35–41.

tó⁹¹ szerte a földkerekségről ered a *természeti népek*, hagyományörző tájak öregjei felé összegyűjteni a megmaradt tudásanyagot, és ezzel jobban megérteni az embert, jobban megérteni a napjainkban (főleg a nyugati világban) mindinkább elszaporodó elme-, pszichés és pszichoszomatikus betegségek okát és gyógyítási módját. Az orvosi statisztikák bebizonyították, hogy a pszichoszomatikus, vagyis a lelki eredetű betegségeket hatásosabban gyógyítják a hagyományos orvoslások.⁹² A pszichológia is kezd alternatívvá válni, *transzperszonális*⁹³, *transzakcionális*⁹⁴ *ezoterikus pszichológiává*⁹⁵, amely *módosult tudatállapotban* gyógyít.⁹⁶

⁹¹ Orvosok, pszichológusok, etnológusok (primitív népek tanulmányozói), egyetemi tanárok, természetgyógyászok stb.

⁹² Vö. Benedek István a tibeti orvoslásról és varázslásról írt könyvével.

⁹³ Jelentése: mindaz, ami túl van az én személyiségemen; az élet alapvető mély értelme; a személy vertikális kapcsolata. *A szellemi, isteni, égi dolgokat átfordítja a mi belső valóságunkba.* Az életeseményeket: a fogantatást, a születést, a kisgyermek-kort, a kríziseket, a halált vizsgálja. Az ezoterikus pszichológia a meditációt, a különböző relaxációs módszereket, a mentális erőt és a képzelőerőt, a hipnózist, a kitágult tudatot, *a módosult tudatállapotot* alkalmazza a pszichés zavarok és betegségek gyógyítására. (Elhangzott Orosz Katalin magyarországi pszichológusnő 1996-os marosvásárhelyi előadásán.) Az ezoterikus pszichológia Hollandiában húsz éve gyakorlat, az Ökobank épületében van a központja, New Yorkban a Ford cégnél. Erdélybe tanfolyamokat, előadásokat tartani a budapesti Transzperszonális Pszichológiai Központ vezető pszichológusa, Orosz Katalin jár. Az ezoterikus pszichológia megalapítója Thorwald Dethlefsen.

⁹⁴ A „mi vagyunk sorsunk kovácsai”, és „belső autonómiával születtünk” elveken alapuló analízises módszert Eric Bern, Amerikában élő pszichológus teremtette meg.

⁹⁵ E témáról összefoglalóan: Dethlefsen 1995. Az ezoterikus pszichoterápia és elmegyógyászat a hipnózist és önhipnózist, a homeopátiát, a numerológiát, a regressziót alkalmazza. Az időbeli regresszió, az élet korábbi eseményeit vizsgálja, a fogamzástól kezdve. A regressziós terápia alatt a pszichoterapeuta mélymeditációban, *módosult tudatállapotban*, jobban hozzáfér a lélek mélyrétegeihez, s a beteg segítségére van a tudattalanba taszított lelki traumák tudatosításában és feloldásában. Ezzel sok lelki eredetű betegség oka megszűnik, meggyógyul a beteg.

⁹⁶ Az ún. hétköznapi, normális, az éber, és a módosult tudatállapot között az a különbség, hogy megváltozik az agy elektromos aktivitása. Ha ellazulunk, meditálunk, imádkozunk, agykontrollos szintünkre megyünk, hagyjuk, hogy transzba vigyenek (pl. hipnózis), vagy ha fantáziánkat szabadon engedjük csapongani, akkor belépünk a beta agyhullámos domináns tudatállapotból az *alfa hullámos* domináns, vagyis módosult tudatállapotba. Ilyenkor a két agyfélteke

*A mai orvostudomány, lélekgyógyászat, természetgyógyászat, elme-
gyógyászat igénybe veszi a betegek gyógyításában az imát⁹⁷, az
álommal (alvókúrával)⁹⁸, a képekkel, vagyis szimbólumokkal⁹⁹, a*

szinkronba kerül, s nem a bal, a logikus agyfélteke irányít, hanem a jobb, a megérzé-
sek, megsejtések, hangulatok, elemzések-értékelések, következtetések, intuíciók
agyfélteke. (Vö. Csíky 1999. 36.)

⁹⁷ Az imádkozás egy módosult tudatállapot, összekapcsolódás a transzcendens-
sel, a természetgyógyászok szerint is a leggyorsabb feltöltő, gyógyító módszer, mely
az ember testét-lelkét harmonizálja. Amerikában szívinfarktusos betegek egyik cso-
portjáért a betegeket nem ismerő vallásos közösségek imádkoztak, a másikért nem. Az
orvosi vizsgálatok szerint az előbbi csoport tagjainak túlélési aránya volt magasabb,
és a túlélők hamarabb is felépültek. Ebből arra következtettek, hogy az ima és abból is
a kollektív ima hatékony a gyógyításban.

⁹⁸ Az álomlátás mélyült módosult tudatállapot. Ilyekor még lassúbb rezgészin-
ten működik az agy, a théta hullámok jellemzik. (Vö. Csíky 1999. 36.) Hamvas Béla
szerint a két legősibb gyógyítási forma az *imával* és az *álommal* való gyógyítás. Az
utóbbihoz kötődik a képek felkeltése, a képekkel való programálás, gyógyítás. (Ham-
vas 1988. 441.) Az alvás *öngyógyító erőket* szabadít fel, a test is relaxált, s mind a
lélekben, mind a testben beindulnak az öngyógyító folyamatok. Thomas szerint „az
alvókúra célja, hogy az agykéreg szürkeállományának nyugalomba helyezésével az
agy működészavarokat helyreállítsa.” (Thomas 1996. 93.) Ezen kívül az álom lehet
gyógyító álom is, mivel a valódi énünk, a tudatalanunk tükré, a külső világgal való
kapcsolatunkat mutatja, személyre szóló értelmezése fontos önismereti munka, amely
megkönnyíti a betegségeink lelki okainak a felderítését. Gyakran a betegek pszichés
feszültsége álomban oldódik fel, vagy ily módon kapnak választ gyötörő gondoljaik
orvoslására vonatkozóan. Az emberek hajlamosak a velük megtörtént lelki traumákat
feldolgozatlanul, feloldatlanul a tudatalattijukba taszítani, melyek bizonyos élethely-
zetekben aktiválódnak és a felszínre törnek. Ezek befolyásolnak döntéseinkben és
viselkedésünkben. A leghatékonyabb gyógyító álommódszert C. G. Jung dolgozta ki,
amely az álom (és álomszériák) szimbólumai, a *jeles álmok* megértéséhez az aktív
imaginációt használja. Az álomszakértők megállapították, hogy párhuzamok vannak
az álomszériák és az élet eseményei között. Az *Emlékek, álmok, gondolatok* című
önéletrajzi művében Jung saját álmain keresztül bizonyítja az álmok sorsformáló
jelentőségét. Az álmot és ahhoz kapcsolódó érzést valamilyen művészeti formában
(pl. rajzban) kell megjeleníteni, így hangolják rá a beteget tudattalan folyamataira.
Jung szerint „racionális gondolatokkal túlterhelt világunkban szükségünk van erre.”
(Vö. Parádi – Miklósfalvi 1996. 7.)

⁹⁹ A módszert az angol születésű Phyllis Krystal pszichoterapeuta fejlesztette ki,
huszonöt éve. A mesék, mítoszok szimbólumainak üzenetét közvetíti – képi megjele-
nítés útján – a beteg pszichéjének tudattalan részéhez. (Természetgyógyász Magazin,
V. évf. 1999. VII. 42–43.)

szóval¹⁰⁰ való gyógyítást, az *önsszugesztiót*, *szugesztiót*¹⁰¹, a *sámánisztikus rituálét*¹⁰², a *fényterápiát (napkúrát)*¹⁰³, a *hangterápiát*¹⁰⁴,

¹⁰⁰ A szó mágikus erejére vetett hiten alapszik. A szugesztióhoz és az önszugesztióhoz is kapcsolódik.

¹⁰¹ Mind a népi gyógyászat, mind a lélek-, s a természetgyógyászat alkalmazza a lelki ráhatást, a hipnózist és önhipnózist. A régi idők előítéleteivel ellentétben ma bizonyított, hogy a *hipnózisban az alany nem veszíti el a tudatát*, és meg tudja gátolni a személyiségével nem kompatibilis utasításokat. A hipnózis is *módosult tudatállapot*. Alfa agyhullámok jellemzik, mint a meditációt, imát, agykontrollt stb. (Vö. Új Elixír magazin: 1996. 94 szám. XII. 18.) Népi hipnózisra példa: Gazda J. 1980. 218–219.

¹⁰² A sámánisztikus rituálé az emberiség legősibb pszichoszomatikus gyógymódja. (Vö. Angeles Arrien 1997. 6–11.) A rítus valóban gyógyító élmény, gyógyhatást fejt ki a pszichére, ami megnyilvánul a testben is. A sámán az emberek mindegyik érzékszervére (vizuális, auditív, olfaktív) hat, s ez testi és szellemi felfrissüléssel jár. A pszichében felgyült feszültségek, érzelmi zavarok, frusztrációk feloldódnak, a résztvevők testileg is ellazulnak, összekapcsolódnak, bekerülnek a szimólumok, jelképek világába. Az együtténéklés, táncolás módosult tudatállapotot hoz létre, s így feljöhethet a tudattalamból a gyógyulási öselvek, minták, amelyek minden ember DNS-ében megtalálhatók, beprogramozottak. Ez a minden emberrel született belső, gyógyító orvos, amely segítséggel aktiválódik. A *gyógyító rítus*, melyben meghalt a régi, beteg ember, és újjászületett az új, az egészséges, hasonlít az átmeneti rítusokra. Ezek végigvezetnek minket életünkön, születésünkől halálunkig (születési, felnőttkorba avató, házassági és temetkezési rítusok). A holisztikus, egész embert szemlélő hagyományos egészségmegőrző és gyógyító iskolák szerint, a betegségek külső és belső erők megbomlásából erednek. Az egy kultúrában előknél a rítus által ez a diszharmónia megszűnik, és az ideg-, hormon-, immunrendszer útján helyreáll az egyensúly, egység. Ez transzperszonális orvoslás. Vö. Dahlke 1996. 38–57.

¹⁰³ A természettel való gyógyítás egyik formája. A *napnak*, a *fénynek*, (mint szimbólum is) fontos szerepe volt a régi ember életében. A fény elősegíti az ember összes életműködését. Napfény-szegény országokban nagyon sok a hangulatbeteg ember. A napkúrát leginkább regenerálódásra, és a depresszió, valamint a szimpatikus idegrendszer zavarai gyógyítására használják. Az agyban lévő tobozmirigyét aktiválja, amely több hormont termel, ezáltal javul a kedélyállapot, csökken a szorongás. „A fény a tobozmirigyét a szem ideghártyájának közvetítésével ingerli, amely azután hormontermelését befolyásolja.” Thomas 1996. 95.

¹⁰⁴ A hangszálak rezegtetésén, hangok, hangcsoportok (mantrák), szavak ismételt kiejtésén, annak megnyugtató, feltöltő hatásán alapuló gyógyító eljárás, melyet a mai természetgyógyászat sok súlyos betegség gyógyítására használ, többek közt a sclerosis multiplex esetében. Ezek a szavak, hangok rezgést okoznak a koponyában, és a *rezonancia* elve alapján gyógyhatást fejtenek ki. (Vö. Horan é. n., 68–69.) A keleti hagyományos gyógyászat, valamint a jóga egyik

a böjtt¹⁰⁵, izzasztókúrát¹⁰⁶, az immunrendszererősítést¹⁰⁷, az energoterápiát¹⁰⁸, a színterápiát¹⁰⁹, a művészi alkotásokkal (művészetterápiával), így zenével (zeneterápiával)¹¹⁰, táncsal (táncsterápiával)¹¹¹,

alapmódszere. Például a keresztény „Üdvözlégy Mária”, vagy más imák ismétlése, a gregoriániumok is – gyógyítási szempontból – ide tartoznak.

¹⁰⁵ A természetgyógyászat és a hagyományos orvoslások egyik kezdő alapgyógyászata a szervezet kitakarítása a lerakódott salakanyagoktól, mérgektől, ezáltal az immunfolyamatok beindítása, az öngyógyító erők segítése. Falun, hogyha beteg lett valaki, sok gyógyteát, könnyű ételeket adtak neki, hogy a szervezete ne az emésztésre, hanem a gyógyulásra tudja koncentrálni az energiáit. Ez is a böjt egyik formája. A böjt testet-lelket fiatalít, erősít, regenerál, az egészségmegőrzésnek is fontos módszere.

¹⁰⁶ A népi gyógyászat és természetgyógyászat közös módszere. Hűléses megbetegedések esetén a legjobb gyógymód az izzasztás, méregtelenítés, amely stimulálja az immunfolyamatokat.

¹⁰⁷ Egyik legfontosabb összetett természetgyógyászati módszer. Népi immunerősítésre példa: Gazda J. 1980. 222.

¹⁰⁸ Kézrátevészel való gyógyítás.

¹⁰⁹ A színek pszichére való hatásán alapszik. Így pl. a kórházi szoba falának, valamint az egészségügyi személyzet munkaruhájának a színezése. Kimutatták, hogy a fehér szín ijedséget vált ki, míg a meleg színek biztonságérzetet sugallnak a betegnek. Más szempontból: A világegyetemben minden rezgés. A különböző színeknek különböző rezgésszámuk van. Más-más betegségcsoportokat más-más színekkel gyógyítunk. A rezonancia, az analógia törvénye szerinti kezelés abból áll, hogy a legenygült, sérült szerv, vagy szervrendszer átveszi az alkalmazott szín rezgéshullámainak, frekvenciáját, s bizonyos idő elteltével egy rezgészintre kerül vele. Energetikai szinten, energetikai szempontból egyensúly áll be, amely kivetítődik a fizikai testre, s pozitívan hat, gyógyít. (Vö. Horan é. n. 68–69.)

¹¹⁰ Éneklés alatt ellazulunk, feszültségeink feloldódnak, boldogsághormonok termelődnek, megnyugszunk, feltöltődünk. Ezzel kapcsolatos kísérleteket végzett Lázár Imre: műszerekkel mérte az emberi agy tudatalatti tartományainak művészi élmény hatására megnyilvánuló megerősödését, feltöltődését. Nemcsak a népdaloknak, hanem a klasszikus zenének is gyógyító hatást tulajdonítanak. Főleg Bach, Mozart, Vivaldi, Monteverdi alkotásaival gyógyítanak. Legújabb zeneterápiás módszer: audiokazettákra meditációs zenével párhuzamosan nyugtató, pozitív programot tartalmazó szöveget vesznek fel, amelyet kellemes hangú nő vagy férfi mond el. Verbális szuggesztió segítségével lazítják el a beteget, mialatt pozitív programmal jótékonyan hatnak a beteg tudatalattijára.

¹¹¹ A tánc szerepe az esztétikai funkción is túlmutat. A táncoló néző ember is feltöltődik. Bármilyen harmonikus dallam (népi, szimfonikus, társasági) mellett a tánc egészségre, pszichére való jó hatása a régi időktől fogva bizonyított. Aki rendszeresen énekel, táncol, megőrzi testi-lelki egészségét. A falu népe jól tudta ezt. Régen a falvainkban nemcsak az ismerkedés és közösségi szórakozás

pszichodrárával¹¹², költéssel való gyönyörködtetést, továbbá a vízgógyászatot (hidroterápiát)¹¹³, masszázst, csontkovácsolást, az apiterápiát (mézzel, virággal, propolissszal), fitoterápiát (gyógynövényekkel) –, gyógyélelmiszerekkel (fokhagymával, káposztával stb.) –, fűszernövényekkel (csomborddal, fahéjjal stb.), illóolajokkal (levendulával, bazsalikommal, tehát aromaterápiával) való gyógyítást, stb.¹¹⁴ A felsoroltakat megtaláljuk a magyar népi gyógyászatban is.

Szelterápia és a hozzá kapcsolódó gyógymódok

Az ezotériai, s az ősi természetgyógyászati módszerekhez a legközelebb a pneumatikus szemléletű népi gyógyászat áll. Ennek mibenlétére *Oláh Andor* figyelt fel. Szerinte bizonyos dolgokban a népi kóroktan, orvoslás, szókincs megmaradt a 16–17. század orvostudományára szintjén, de ezen kívül még „olyan kifejezésekkel találkozhatunk melyek nem illenek bele sem a humorális, sem a szolidáris patológiai szemléletbe, de még a pszichoszomatikus szemlélet körébe sem. [...] A nedvtan rétege alatt egy ősi – sámánizmus korabeli – pneumatán nyomára bukkantunk. Az orvostörténelemben ismeretes a pneumatán fogalma az egyiptomi és görög orvostudomány vonatkozásában, de nem a népi orvoslással kapcsolatban. [...] A nagy hippokratészi életműben (pontosabban

kedvéért gyűltek össze a szombat esti bálba, hanem a tánc (forgás, ritmikus mozgás) hatására a szervezet energiaközpontjai (csakrák) kitisztultak, feltöltődtek energiával, s az emberek jókedvre derültek. Egészségesek is maradtak késő öregkorukig. „Tánc közben más, felsőbb dimenziók nyílnak meg nekem” – vallotta egy néptáncosnő. Keleten is hasznosítják a forgás jótékony hatását. A tibeti öt megfiatalító rítus közül az első a jobbra forgás. A tánc ősi rituálé, része a testkultúrájának. Sok nép vallásgyakorlatában is szerepet kapott. A sámánok táncolás közben (is) tartották a kapcsolatot az isteni princípiummal. Ugyanezt tették a táncoló dervisek. A természeti népek varázstáncot jártak. A magyar nép legrégebbi táncja az ősi szakrális körtánc, a gyermekjátékok fontos motívuma. (Vö. Lajtha és Gönyei 1943. 81–91.)

¹¹² A népi dramatikus játékokhoz hasonlóan, a katarzis erejére, a tudattalan folyamatokra, a szimbólumokra, a mozgásra, a vizuális élményekre épít. A beteg tudatosítja problémáit, feloldódnak pszichés szorongásai.

¹¹³ Gyógyvizsek, vizes borogatások, fürdők stb.

¹¹⁴ Horan é. n. 26.

a hippokratészi iskolának tulajdonítható művekben), nevezetesen *A szélről* című kisebb munkában a pneumatán tiszta megfogalmazását is megtalálhatjuk. [...] Mindaz, amit Hippokratész a szélről, az izmokról, és a magzat fejlődéséről szóló munkájában fejteget, elméletének és gyakorlatának legjobb magyar tolmácsa Hornyánszky Gyula szerint is alapját képezte a sztoikusok pneumatikus filozófiájának (a sztoa bölcsélete a tüzes levegőt világrendező princípiummá tette meg) és az i. u. 1. században keletkezett ún. pneumatikus orvosi iskolának.”¹¹⁵ [kiemelés tőlem]

„A görög *pneumatán* – egyiptomi járulékos hatáson kívül – elsősorban távol-keleti forrásból merített. A pneumatán távol-keleti eredetét, ősiségét bizonyítja, hogy a Szuszruta Szamhita, az ősi indiai ájurvédikus orvoslás egyik alapkönyve fontos fejezetet szentel a szélnek, a pneumatának, Atreya korából (kb. i. e. 1000) származtatva azt, mintegy Atreya vezette orvoskonferencia megállapításait, dialógusait közölve. Az a fejlett, tudományos rendszerességgel és kifejtéssel előadott pneumatán, amelyet Atreya és Hippokratész képvisel, egyszerűbb formában, mozaikdarabokból, összerakhatóan, kiegészíthetően, de határozott körvonalakban fellelhető a magyar népi orvoslásban is, mint az egész szibériai sámánizmus területén évezredekkel ezelőtt uralkodott ősi pneumatán maradványa. A *sámánizmus pneumatánát* fejlesztette tovább [...] Atreya (ismeretes és tisztázott a kapcsolat a sámánizmus és India kultúrája között), majd ezt vette át és építette tovább Hippokratész, illetve a hippokratészi iskola, de Hippokratész utazásai során kapcsolatba került szkíta sámánokkal is.”¹¹⁶ [kiemelések tőlem]

Hadd egészítsem ki Oláh Andor hivatkozásait azzal, hogy a pneumatán ugyanúgy megtalálható a *tibeti gyógyászatban*¹¹⁷ (lásd

¹¹⁵ Oláh 1986. 52–55.

¹¹⁶ Uo. 55.

¹¹⁷ A tibetieknél is a szél a világ éltetője, rendező elve. Vö. Benedek 1987., Lukács 1995. 154–190. A tibeti gyógyászatban hasonlóan a betegségeket a négy égtáj felőli szélbetegség-démonok hozzák, háromféle betegségecsoport van, egyike a szélbetegségek csoportja. Vö. Lukács 1995. 154–190.

A tibeti gyógyászat egyik, nálunk elterjedt módszere a Pranánadi. A Pranánadi ózsanszkrit szó: *prana* életerőt, nadis csatornát jelent. Energo-, szimbólum- és szintéripiával gyógyít. A gyógyító *a világegyetemből jövő éltető erő*,

Kőrösi Csoma Sándor és Sangs-rgyas phun-chongs láma közös művét a tibeti gyógyításról)¹¹⁸, a *kínai egészségtanban és hagyományos gyógyászatban*¹¹⁹, a *Qigongban*¹²⁰, a *Feng-shui térrendezésben*¹²¹, az indiai mentális és testi egészségmegőrző rendszer-

vagyis a *praná*t (a szélhez hasonlatos) különböző módszerekkel felfogja, és mint egy csatorna, közvetíti a betegnek. A több mint 3000 éves múltra visszatekintő gyógyászati iskolát egy tibeti lámakolostorból egy német kutató, Cristian Weber hozta nyugatra és terjesztette el.

¹¹⁸ B. Lukács 1995. 154–190.

¹¹⁹ Módszere az akupunktúra, amely az emberi test életenergia-csatornáiban (meridiánokban) lévő *Qi* szabályos vagy szabálytalan mozgása függvényében kezel. *A kínai felfogás szerint Qi a világegyetem mozgató ereje, a pránához, vagy a pneumatán szél principiumához hasonló.* Szelídebb módszer a preszopunktúra, ahol nem tüvel, hanem újjbeggyel nyomogatják a reflexpontokat. A specifikus (reflex)pontok a szervezet világegyetemből jövő energiabegyűjtő pontjai, melyek a talpon, a tenyéren, a szemünkben lévő íriszen, a nyelven, a fogínyen, a fülön és a skalpon helyezkednek el. Ezek összeköttetésben állnak szervezetünk szerveivel, szervrendszereivel. A reflexpontok szúrása, masszírozása által energiával feltöltik, aktiválják, megerősítik, vagy görcs esetén ellazítják az ahhoz rendelt szerveket. Gyógynövény-terápiával kombinált módszer a reflexpontokra ragasztott virágmag nyomogatása. Komplex reflexterápia a mokszaterápia, ahol moxarudacskákat égetnek, és azok hőt termelve jótékonyan hatnak arra a reflexpontra vagy a beteg testtájára, amelyre helyezik. (Vö. Eöry 1996.) A reflexterápiát az ókori egyiptomiak is alkalmazták.

¹²⁰ Ejtsd: csikung. A *Qi energiát*, erőt, a Gong művészetet jelent, vagyis az energia művészetét. Az 5000 éves kínai hagyományos egészségmegőrző és gyógyászati rendszer nemrég még titkos volt, mert a császár megfiatalító és egészségmegőrző rítusaiból állt. Ezek belső energiafejlesztő és kozmikus energiát, a *Qi-t begyűjtő gyakorlatok*, melyeket a császár minden reggel gyakorolt; légzőgyakorlatokból, mentális energiámozgatásból, jóga, taj-csi, kung-fu elemekből áll. Kétféle síkon kell dolgozni, az egyik a mentális, a másik a fizikai. Altala a mentális készségeket is lehet fejleszteni. A Qigongot vesszük igénybe különböző betegségek gyógyítására is. Egyes gyógyászati módszerek hasonlítanak a Távols-Keleten elterjedt vér nélküli sebészeti módszerekhez (a Psi sebészethez). Vö. Gulda 1997. 5–14, 99–113, 139–159. és 1998. 5–23. Ma Kínában van Amerikával közös Qigong intézmény, központ. Hazánkban Bukarestben van a képviselője. E rendszerhez tartozó ismeretet elsőként Cezar Gulda fordította le a kínai nyelvből és jelentette meg két kötetben 1997-ben és 1998-ban. Több mint négy éve hazánkba, Erdélybe (Temesvárra, Marosvásárhelyre) is rendszeresen jönnek kínai Qigong mesterek a módszert oktatni, és ezzel a módszerrel gyógyítani.

¹²¹ Ejtsd: feng súj. *A feng jelentése: szél*, a shui szóé: víz. A több mint három-ezer éves hagyományos térrendezési tudomány tanítása szerint az épületeket

ben, a *jógában*¹²², az *ájurvédikus*¹²³ hagyományos gyógyászatban, Nepálban, Kasmírban s általában Távol-Keleten, valamint az *afrikai* népek, az *indián* törzsek¹²⁴, a *kelták*¹²⁵, az óceániai szigetvilági, az ausztráliai bennszülöttek és bizonyára még sok más hagyományait megőrzött nép orvoslásában, ahol még ma is ezzel az ősrégi módszerrel gyógyítják betegeiket.

„A magyar népi orvoslásban – írja Oláh – sokszor elhomályosult, széttöredezett, átalakult –eltorzult a részletekben, az egész tan részletei pedig csak sejthetők. [...] Amennyiben a hitvilág, a

szélvédett helyre kell építeni. A kínai építőmesterek mielőtt egy épület helyét kijelölték volna, megnézték a terepet, megvizsgálták a szél fúvását, megkóstolták a földet, megkeresték a vízforrásokat, és a térbe harmonikusan illeszkedő építményt terveztek és építettek. Napjainkban Amerikában, Nyugat-Európában ez a térrendezési tudás terjedőben van. A lakás és szobaberendezésben a pozitív projekciót alkalmazza, hangsúlyozza a rend fontosságát. Alkalmazása segítségével megőrizhetjük egészségünket, és sikeresebbek lehetünk a mindennapi életben. Vö. Collins 1997. 11–57.

¹²² 6000 éves egészségmegőrző és gyógyító hagyományos rendszer. A *prana fel-fogását*, a légzésgyakorlatokat, a passzív testhelyzeteket (aszánákat), a lazítást, a meditációt, a mentális energetikai gyakorlatokat, a zeneterápiát, a hangterápiát (mant-rázást), a jelterápiát (Yantrákat), az imaterápiát, a böjtöt, a táplálkozásterápiát, a gyógynövény-terápiát, az aromaterápiát, a szinterápiát, mozgásterápiát (kinetoterápiát) és a pozitív programozást alkalmazza. Vö. Schrott 2000. 46–47.

¹²³ Szanszkrit szó: az élet tudományát jelenti. Az ezoterikus tudást tartalmazó indiai szent könyvek, a 3500 éves Védák közül az ötödik az Ájurvéda, amely 5700 évre visszamenő orvoslási módszert örökített meg számunkra. Az indiai hagyományos gyógyászatban megtalálható a négy elem szerinti gyógyítás, a szél okozta betegségek, a pránának különböző módszerekkel való felfogása stb. Egészségmegőrző tanácsok mellett ráleheléssel, gyógynövényekkel, ásványokkal, illóolajokkal való gyógyításra, légző gyakorlatokra, böjtre, szuggesztió alkalmazására és más gyógy módszerekre vonatkozó tudást tartalmaz. Vö. Schrott 2000. 10–12, 30–82.

¹²⁴ Gyógyítási gyakorlatuk szélszimboliztikával telített, sámánisztikus jellegű. A Dél-Amerika őserdeiben élő kampa indiánok mitológiájában a Hold *ráleheléssel alkotja meg az élővilágot*. Vö. Boglár 1996. 10–11.

¹²⁵ A kelták (druidák) – a holisztikus szemléletmód alapján – sámánisztikus módon gyógyítottak. A négy természeti elemet igénybe vették, továbbá a szimbólumokat (kör, kereszt, fák), a zenét, a hangokat, a meditációt, az álmokat. A beteggel növényi főzeteket itattak, ráolvastak, ráfújtak, ráköptek, megmasszírozták, csontkovácsolták, kézrátétellel, szeretettel gyógyították. A tellurizmus (sugárzások) mesterei voltak. Vö. Simoncsics 1999. V. 34–35. és VI. 38–40.

hiedelmek része a népi orvoslás, ez igaz, de amennyiben tudomány, úgy igaz az is, hogy a pusztá empirián és ösztönös felismerésen túljutott tudományos elmélet és gyakorlat (módszer) egységes rendszere, tehát a világszerte belül tudatos értelem irányítja a gyógyítók működését, a hagyományörző parasztság tudását és gyakorlatát, tudatosság és intuíció, kollektív hagyomány és egyéni innováció szerves egységében.”¹²⁶

„A görög *pneuma* szónak és származékainak a jelentései: kilehelés, *lehelés, lélegzet, lehelet*, szuszogás: *szél, szellő, szellőlebegés, fujdigálás; lélek, szellem; élet (erő)*, éterikus tűz; illat. Pneumon: tüdő. A *pneo* ige jelentése: lehelek, lélegzek, élek, horkanok, tüsszögök. Pnoié (nőnemű főnév) *fúvás, fuvalom, szél, szellő, lehelés, lehelet*. Ezek a jelentésváltozatok mind megjelennek a magyar népi orvoslás pneumatában.”¹²⁷ [kiemelések tőlem] Oláh Andor a szeltherápia körébe sorolja a betegség elfújását, szélnek átadását, a rálehelést, ráolvasást, köpést, megköpdösést, a nyállal való kenést, a kiszívást, a gőzölést, a füstölést, valamint a köpölyözést.¹²⁸

Oláh Andor szerint „A sámánok szél eredetű bajokat „szél”-terápiával (lehelet, „köpés”, kiszívás, gőzölés, füstölés stb.) gyógyítottak. Szélszimbolika szövi át életüket, tevékenységüket. A sámán magyar megfelelője a táltos, kései leszarmazottja, a garabonciás, tudós és a gyógyító ember személyében, gondolkodásmódjában, aktusrendszerében megnyilvánul, inkarnálódik ez az ősi pneumatán. [...] a magyar folklór és népi orvoslásban mindennek megvan a nyoma. Nagy hiedelemanyag kapcsolja össze a táltost, a boszorkányt, a gyógyító embert és a szelet. A táltosok, a boszorkányok voltak a szélcsinálók. A táltos a honfoglalás előtti magyar hitvilág és a samanizmus emléke a magyar néphagyományban.”¹²⁹

A levegő, a szél a magyar népnél már az egészségmegőrzésben, a tisztító rítusokban szerepet kapott: Moldvában csakúgy,

¹²⁶ Oláh 1986. 57.

¹²⁷ Uo.

¹²⁸ Uo. 72.

¹²⁹ Uo. 80.

mint Bukovinában meg Csíkban a nagypénteki szent időben a ruháikat kitették a töltésre, a tornácra, hogy *fújja meg a szél*, s ezzel megóvják a molytól/bolhától.¹³⁰ Régen farsang végi–böjt eleji rítusokban, felfúvódást okozó étkek szertartásos fogyasztásával idézték meg a böjti szeleket.¹³¹ A szellő frissítő, feltöltő, megnyugtató hatását a naturoterápiák csakúgy alkalmazzák, mint a népi gyógyászat.

Gyűjtéseim során¹³² magam is meggyőződtem arról, hogy milyen nagymértékben őrizte meg a magyar népi tudás a szélterápiát.

Gyermekkorom színhelyén, a marosszéki Makfalván többször hallottam, hogy valakit *szélütés ért*, illetve *rossz szél érte*, vagy egy falubeli *szívszélhűdésben* halt meg; a nem túl okos emberről azt mondták *bolond libból bolond szél fúj*, vagy hogy valaki *szeles*. Kislánykoromban még gyakorolták a *vízvetést*, anyai nagymamám végezte, s kent meg vele; az árpára való *ráolvasást* és *learatást*. Egyszer, miután a családban megállapították, hogy megijedtem, *ólmot öntött* a fejem felett egy asszony. Anyai nagyanyám ismerte a gyógynövényeket, a mezőről hazafele jövet mindig mutogatta, tanítgatott melyik mire való. Gyakran alkalmazta a vizeletterápiát, valamint az *illóolajat tartalmazó, aromás növényeket* is sokféleképpen használta. S a ruháját fordítva vette magára.

Később, gyűjtéseim színhelyén: a Mezőségen, Marosszéken, Udvarhelyszéken, Háromszéken, Barcaságon, Nagyszeben, Fogaras környékén, csángóföldön, Felvidéken (Zoboralján, Nógrádban), Kárpátalján (Beregben) hallottam a boszorkákról, boszorkányokról, rosszakról, rossz erőkről, ördegről, szépasszonyról, szépasszonyok szeléről, zsidó leány szeléről, tisztátalanról és itt találkoztam legelőször a népi szimbólumterápiával. Mindezek a szélterápia körébe sorolható jelenségek.

¹³⁰ Halász Péter közlése, továbbá Bálint 1976. 264.

¹³¹ Vö. Jankovics 1996. 242.

¹³² Nem volt kifejezetten célom a szélterápia maradványait gyűjteni. Szülésznő lévén a gyermekáldással, bábáskodással kapcsolatos népi tudást gyűjtöttem, és mint aki a természetgyógyászat és népi gyógyászat gyökereit, módszereit kutatja, melyek sok ponton azonosak, bukkantam rá a szélterápiás gyógyításra. Az összegyűjtött anyag jó félév gyűjtése, 2000. május és november közötti.

A világgép és gondolkodás elemei kihatnak a gyógyítás módjára. A népi gyógyászat *analógiás* szemléletű és módszerű: ami a kórt okozta, az egyszersmind meg is gyógyítja azt. A szél okozta bajokat szél által gyógyítják: a betegséget szélnek adják át, a betegre rálehelnek, ráköpnek, egy szusz alatt ráolvasnak, illóolajú aromás növények illatát, az anyag szubsztanciáját füstöléssel és gőzöléssel felszabadítják.

Jellegzetes betegségek a szél. A mezősi Vajdakamaráson, Magyarpalatkán, a marosszéki Makfalván, a moldvai Újfaluban és Udvarhelyszéken is tudják, hogy „ha a baba ha beteg lett, akkor ki kellett találni, hogy mi annak a babának a baja. Fájt a hasa. Kőmény teát főztünk, hogy megbökögtesse a babát, s *a szelet kihajtsa*. De a legelső gondolatunk a volt, függött attól is, az édesanyja mit evett. *Szeles ételt* nem lehetett, akkor *a baba megtelt széllel*. Fuszujkalevest, azt nem szabadott.” (Oroszhegy, Udvarhelyszék) A *szeles* csecsemőt tehát hasfájás, bélgörcs kínozza, nyugtalan, sokat sír. Zoboralján is „*hogy szeleljen* ánizs-, kőménymag- és hagymateát adtunk. Szappant dugtak a lyukacsájába neki, akkor ment a kaka és a *szél is*.” (Felvidék, Zsére 1) „Miko nem működik a gyomor, ke dörzsölni, megindul a levegő.”¹³³ (Detrehemtelep, Mezőség)

A szél okozója tehát lehet étel. De lehet a szélben jelenlevő láthatatlan rossz szellem, boszorkány, ördög. Ezért a bába a megszületendő magzatot, s édesanyját is védi a széltől: „Szüléskor dunnával letakarja, hogy méhe levegőt ne kapjon.”¹³⁴ „A forgószélben nem csak nálunk, másutt is ördögöt, boszorkányt lát a nép,” írja Lükő Gábor.¹³⁵ „*Forgószélbe*, ha beledobtak egy bicskát a *szépasszonyt* (boszorkát), megsebezte.” (Kovászna, Háromszék) A keleti népek, a tibetiek, kínaiak, indiaiak kultúrájában is megtaláljuk a demonológiát: azt a hitet, hogy a szél betegségeket hoz, betegségdémon közlekedik benne. A tibetiek a négy világtáj szerinti demonológiai rendszer alapján állapítják meg, hogy milyen természetű démon okozta a betegséget. A magyar néphit szerint

¹³³ Keszeg Vilmos gyűjtése. Adatközlő: Szász Ferenc, szül. 1900, Detrehemtelep.

¹³⁴ Kiss Lajost idézi Oláh 1986. 82.

¹³⁵ Lükő 1942. 18.

bizonyos betegségeket, mint a lépfenét, a disznópestist, a kolerát, a kelést, az ekcémát és a kankót a szél, vagy a boszorkányszél, ill. a szép asszonyok szele hozza. Ez a szél betegségdémonná való perszónifikálását jelenti.¹³⁶ Az egyik legrégebbi ráolvasásszövegünk, a 1516-ból való Szelestey-féle ráolvasás bizonyosága szerint a boszorkány, betegségdémonként nemcsak emberi, hanem állati betegségeket is, például tályogot okoz.¹³⁷

Zoboralján azt hiszik, hogy kihúzza az édesanyja kezéből és kicseréli a csecsemőt: ez ellen szentelményekkel lehet védekezni. „Azér vót muszáj – tudja – elvinni a picinykét egyházhoz, mert hanem a picinyt kicserélték. Addig betették az olvasócskát a pólyájába. Mer hanem kicserélték a gonoszok. Jöttek a boszorkák és húzták a kezecskéjét. A leányom – volt neki a gyereke, s én vele laktam – egyszer csak azt mondja: „Gyere, gyere, mert valami húzza ki a kezemből! Húzza, húzza!” Odatartottam a lámpát is, mi az, mondom, s nem látunk semmit. Meg kellett mindig szentelni szegényeket! A rózsafüzért behúzták a pólyafüzőbe, ilyen sok soros volt, s a vánkosra kötötték. Megszentelték szenteltvízzel. Meglocsolták, s ezzel kicserélték. Az asszonyt és a gyermeket is meglocsolták.” (Felvidék, Zsére 1)

A rontó széldémon, szellet, ördög, a szülésben legyengült gyermekágyas asszonyt is megkísérthette: „Anyósom mondta, hogy egyik gyermekkel muszáj volt vizet merjek, kimenjek, mert sok kapálni való vót, de megbántam. Bánom, amíg élek. Met közeledett hozzám, mi nem kellett vóna. A tisztátalan. Azt beszélték, hogy az ördeg vót.” (Magyarpalatka, Mezőség). Ellene, hogy ne közeledjek, „...mindig imádkoztak a házban, mindig.” (Bereg, Kárpátalja). „Ha a betegek (gyermekágyasokra), ment reja a rossz, olvastak rejik.” (Pusztina, Moldva). Az alábbi ráolvasás szerint, a betegséget *pokolszél* hozta, ezért azt a *széllal* is vitetik el, *fujtatják* hetvenhét felé.¹³⁸

„Vizet vetek Pistukának
Ígézettől, *pokolszél*től,
Pokolember tekintetétől,

¹³⁶ Uo. Lásd még Oláh 1986. 58–60. és 77–81.

¹³⁷ Vö. Pócs 1986. 178.

¹³⁸ Vö. Szendrey 1943. 200.

Hetvenhétféle nyavalyától,
 Hogy Pistukának ne ártson
 Sem igézet, sem pokolszél,
 Sem pokolember tekintete.
 Mint Krisztus Urunknak nem ártott
 Sem igézet, sem pokolszél,
 Sem pokolember tekintete,
 Úgy ne ártson Pistukának se.
 Ha állattól, ha gyermektől,
 Ha asszonytól, ha embertől igézve vagy,
Hetvenhét felé fújja a szél,
 Csak a te fejed, tested egészséges maradjon.”¹³⁹

A szédülést a kalotaszegi Nyárszón szél okozta ártalomnak tekintik: „a szédülés észlelésekor igen könnyen rámondják: *azért szédül, mert „átjárta a forgószél” vagy mert „szél ütötte”*. A szél behatol az ember fülén, és addig nem lesz jobban a beteg, míg ki nem húzzák onnan. *Az alakanalógia klasszikus példája, hogy a fülbe jutott szélörvényt Nyárszón szélkanállyal próbálják kihúzni a beteg füléből: a beteg fejét az érzékeny oldalon a szélkanállyal hosszasan dörzsölik az óra járásával (a szélörvény iránya is) ellentétes irányban, tehát fordított eljárással.*”¹⁴⁰ „A szélkanállyal egy többszörösen csavarodott fa, amely felfogásuk szerint ugyancsak a szél örvénylése miatt vált csavarossá.”¹⁴¹ A módszert a nyárszóiaiktól a kispetriei, majd rokoni szálak révén a gyөрvászárhelyiek is átvették. Itt a szédülő emberek és állatok füléből *szélkövel*: a határban bőven található haslábú (csiga) megkövesedett csavarszerű külső vázával a nyárszóiakhoz hasonló módon „húzzák ki” a szelet. Magyarvalkón a beteg feje előtt a szélhajtó lapáttal szelet keverték, hogy kiűzzék a szédülést belőle.¹⁴² [kiemelések tőlem]

Pápai Páriz Ferenc korában még az orvosok is a a szélnek tulajdonították „főfájás” és „főszédelgés” okát. A Pax Corporisban

¹³⁹ Seres 1984. 412.

¹⁴⁰ Vasas 1985. 119–120.

¹⁴¹ Uo. 141

¹⁴² Uo. 120.

így ír erről: „a főnek nyillaló fájdalma akkor esik [...] mikor a szeletcsináló nyers ételekből a gyomorból felgőzölő párák az agykért (agyhártyát) érdeklik és rágiák. [...] A feszítés leginkább vagy a [...] párából lött szelektől.”¹⁴³ „A főszédelgés esik abból gyakrabban, mikoron a gyenge gyomorból a sok gőzölgések, néha ugyan széllal vagy szellővel öszveelegyedett párák az agyvelőbe feltakarodnak, és ott azokat a spiritusokat, melyek által érzünk, mozgunk, magukkal öszvekeverik, és az agyvelőnek rejtekeiben vagy kamráiban együtt keringenek. Innen vagyon, hogy olyankor a szemünkkel is nem látunk egyenesen, hanem minden forogni látszik előttünk.”¹⁴⁴ Füstölés¹⁴⁵, köpölyözés¹⁴⁶ mellett „orvossága: prűszköltető porokkal jó ilyenkor élni. [...] Segítse az agyvelő tisztítását, az orrán prűszköltető porokat szíván fel.”¹⁴⁷

Szél okozta betegség a szőrösség is: „Egy magyarborzási asszony a családi szájhagyomány alapján mesélte el, hogyan betegítette meg a forgószél a nagybátyját. A forgószél átment rajta, a fél fejt elvitte, szőrössé alakította. Csak részben sikerült visszanyernie egészségét. E baleset miatt megházasodni sem tudott. Habár a szövegkorpuszban élménytörténet nem fordul elő, a közlések egyértelműen arról győznek meg, hogy az emberek máig őrizkednek a forgószélről.”¹⁴⁸ A terheseknek, egy oroszhegyi adatközlőm szerint „Nem szabad *kutyába, macskába rúgni*, mert a gyerek szőrös lesz.” (Udvarhelyszék). A szőrös, sovány gyermeket ebagos gyermeknek nevezik. Pápai Páriz Ferenc így ír róla. „Vayon oly nyavalyájok is a gyermekeknek, melyben eleget szopnak, esznek, de mégis semmi láttattya rajtok nincsen, hanem elszáradnak, erőtlenednek, fogynak naponként. Ezt a Magyarok néha Eb Agjának híják. E nyavalya pedig esik a bőr alatt termő Szórféregtől, melly mint a szőr-szál olyan vékony, külömben nem is láthatni meg, hanem a feredőben.”¹⁴⁹ *A lehelet-szél és szőrösség*

¹⁴³ Pápai Páriz 1984. 17–18.

¹⁴⁴ Uo. 22.

¹⁴⁵ Uo. 58.

¹⁴⁶ Uo. 49.

¹⁴⁷ Uo. 22, 24, 58.

¹⁴⁸ Keszeg 1999. 96.

¹⁴⁹ Pápai Páriz 1774. 409.

közi összefüggésre Oláh Andor figyelt fel, így magyarázva meg a betegség okát: „Mitől kapja a gyerek az ebagot? Az anyjából hozza magával: »az anyja, mikor hordozta, kutyához rugdosott vagy macskához.« Ezt a választ kapjuk országszerte. Csupán analógiás szemléletről lenne szó? Szőrös állathoz rúgott, szőrös lett a gyereke? Egy sarkadi asszony válasza tárja fel az ösképzet értelmét, a valódi eredeztetést: – Míg hordozza az anyja (a gyereket), kutyát megrúgja, vagy valami, és a kutya visszaugat rá. A rúgással felingerelt kutya száját tátja rá, dühös, rossz páráját, szelletét ugatással rábocsátja! Ez a szellet hatol az anyába és rontja meg a magzatot. Tehát *szélbaj az ebag is*. Erre az ösképzetre bizonyosság, hogy Kalotaszegen ma is „ebugujás”-nak mondják az ebagos gyereket, tehát ebugattának.”¹⁵⁰ – Nem szabad terhesnek kutyához, macskához rúgni, mert ebugujás lesz a gyermek, vagyis a szőr annyit nő rajta kifelé, mint befelé (szörféreg!), amíg végül megöli a gyermeket. E betegség ősi nevének az „ebug”, „ebugu” megnevezést tartjuk, az ebag későbbi változat. (Az „ujgur” vagy „ugu” ugatást utánzó szó.) Mindez egy ősi szél (démon)-eredet mellett szól.”¹⁵¹ „Így rekonstruáljuk a samanisztikus kornak megfelelő kóroktant (etiológiát). A kutya betegségdémon-lehellete (ugatása, ráugatása) megrontja az anyát, illetve a magzatot. A megszületett gyermek éppen olyan, mint maga a rontó: kutyaszerű, szőrös lény... Az ebagos gyereket – az egyik gyógy mód szerint – háromszor a kemencébe vetik, vagy más formában kemencével kapcsolatos gyógyító aktust végeznek. A kemence – éppúgy, mint a kémény, szabad kémény – széljárta hely, a kemencébe vetés azt jelenti, hogy átadják az ugatás rossz szelét, szelletét a kinti szélnek, hagyja el a gyermeket.”¹⁵²

A nép hisz az emberi *lehelet* gyógyító hatásában. Gyógyító lélek-széllel életet lehelnek a betegbe. Ha egy kisgyerek megüti magát, az édesanyja vagy a nagymamája szeretettel megfújja a fájós testrészt, mondván, hogy nemsokára nem fog fájni. A *fújás* a ráolvasásszöveg szerint is gyógyít:

¹⁵⁰ A szerző ezt az adatát Jankó J.: *Kalotaszeg magyar népe*. Budapest. 1982. c. munkájából merítette.

¹⁵¹ Oláh 1986. 66–67.

¹⁵² Uo.

„Mikor Krisztus Urunk a földön járt
 Szamár hátán,
 Fölment egy kúhidra;
 Szamara lába kificamodott.
 Szent Fice Máté odafutott;
 Szent kezivel megnyomkodta;
 Szent szájával oszt *megfűtta*;
 In az innel,
 Vér a vérrel,
 Csont a csont hátyon forrjon!
 Oly ép legyen a test,
 Mint ezelőtt vót.”¹⁵³

Hasonlóképpen gyógyította családját és baráti köre tagjait Kallós Irma (szül. 1910) amatőr festő, marosvásárhelyi lakos: „rátette a vattát a beteg szervre vagy annak környékére és *rálehelt*. Előtte és utána imádkozott. A beteget a gyógyító aktus alatt imádkoztatta. Egy másik ehhez hasonló eljárása, hogy *a vattára fűjt*, rálehel, és azt tette rá a beteg helyre. Elmondta, hogy ezalatt pozitív gondolatokkal feltöltötte a vattát, imádkozott a beteg gyógyulásáért és *elképzelte*, hogy a beteg meg fog gyógyulni.” (Marosvásárhely, Marosszék) Tehát a leheletével, imájával és a gyógyulás vizualizálásával. Az ezoterikus felfogásban ez fehér mágia, pozitív erő, s a pozitív gondolkodás és projekció megnyilvánul az anyagi világban, materializálódik. Imádkozáskor a szeretet erőit keltjük fel és kezdjük magunkban áramoltatni. Ez az áramoltatás ránk is pozitívan visszahat.¹⁵⁴ A beteget is imádkoztatták. Az ima egyfajta meditatív állapot, módosult tudatállapot, amely révén a lelki és a testi folyamatok jó irányba változnak, a betegségek meggyógyulnak. A keleti s európai egészségmegőrző és gyógyító rendszerek is – mint például a tibeti, az indiai ájurvédikus orvoslás, a jóga, a kínai Qigong, a kelta druidizmus – alkalmazzák az imát, valamint a *meditációt* és a *légzőgyakorlatokat* ellazulás, megtisztulás, feltöltődés céljából.

¹⁵³ Tápé, Gyórfy Gy.-né gyűjtése, közzéteszi Dömötör 1981. 177.

¹⁵⁴ Vö. Domján 2000. 20.

A különböző légzéstechnikák tudatállapot-módosító hatásúak. A sámánok a szélhűdést, megváltozott tudatállapotot részben légzéssel indukálták magukban, aztán kitágított tudattal megjárták a felsőbb dimenziókat, és a szellemekkel beszélgettek. A kínaiak a rákot egy speciális légzéssel gyógyítják, amely annyira felgyorsítja a vérkeringést, hogy a csomókat feloszlatja.¹⁵⁵ Légzéssel a testet le lehet hűteni vagy fel lehet melegíteni. A lelki zavarokat a pszichoterapeuták a Mantovani-féle légzéssel és pozitív megerősítésekkel gyógyítják. A természetgyógyászok igyekeznek tudatosítani a helyes légzés fontosságát. Az ülőmunkával járó helytelen testtartás miatt a mai emberek elfelejtettek helyesen lélegezni. A legegészségesebb a jógalégzés, vagyis a (teljes vagy a fordított) hasi légzés. A jógaiban a légzőgyakorlatokat összpontosító, lazító és mozgásgyakorlatokkal kötik össze, közben ráhangolódnak bizonyos kozmikus energiákra, hogy rezonanciába lépve azokkal feltöltődjenek.

Nemcsak a *lélegzet* van kapcsolatban a széllel, hanem a ráolvasás, az egy lélegzet alatt elmondott ima is, mely Oláh Andor szerint szélterápiás módszer.¹⁵⁶ A *ráolvasás* a kimondott szó mágikus, gyógyító, szuggesztív erejében vetett hiten alapszik. A gyermekágyas asszonyt Pusztinán több párhuzamos, egymást erősítő eljárással gyógyították: „Volt, hogy fogta nyilalás, azt mondták ursitát küldtek reja, akkor *olvastak reja*. Nem halltam én olvasást, mondta édesanyám, hogy mikor betegágyba volt, reajtott vót egy nyillalás, s akkor az édesanyja vette reja magát, elment oda a zemberhez, melik tudott olvasni.¹⁵⁷ Akkor azt mondta, hogy patkót ótottak meg, belétették, megoltották, s izét, olvasatt reja, s bėjött avval a lével, ivutt, megkente, s nem jött többet rea a nyillalás. A patkót betette a tűzbe, megveresítette, s akkor reatette a vizet, hideg vizet, s akkor imádkozott, olvasott reja, amit szólt az az ember, s akkor azt édesanyámnak hazavitte, akkor ivutt es belőle, s meg es mosták a testét, akkor ellett a fájás.” (Moldva)

¹⁵⁵ Gulda 1997. 180.

¹⁵⁶ Oláh 1986. 72, 82.

¹⁵⁷ A ráolvasás szövegét nem tudja az adatközlő.

Felvidéken az árpára így olvastak: „»Árpa van a szemedén, abba hazudó « ezt háromszor mondta, megfakadt s elmúlt.” (Zsére 1) A *ráolvasás* a kimondott szó mágikus, gyógyító, szuggesztív erejében vetett hiten alapszik. A természetgyógyászat szerint is, a szeretettel, segíteni akarással, jóindulattal elmondott szavaknak, gondolatoknak pozitív energetikai töltetük van, jótékonyan hatnak a beteg tudatalattijára. Nagyon fontos a gyógyító és vele együtt a beteg *hite* a szavak erejében és a gyógyulásban. Tulajdonképpen ez minden gyógyulás mozgatórugója: közös kultúra, hiedelemvilág, szimbólumok, szavak kötik össze őket. Mindkét ember tudatalatti tartománya a közös tudatalanhoz kötődik és működésbe lépnek bizonyos erők, ősképek, szimbólumok, beindulnak az öngyógyító folyamatok. Ezzel is magyarázható, hogy az ima, vagyis a ráolvasások hatására történtek azonnali gyógyulások is. Nagy múltra visszatekintő szómágiaforma a betegség (a rossz) letagadása: Szenesvíz készítés közben ráolvastak a vízre, aztán a betegre, visszavarázsolták a betegséget, visszafelé olvastak, hogy a betegség forduljon meg, s a beteg ember legyen egészséges, mint azelőtt.¹⁵⁸ A gyógyító aktus végén ráleheltek a betegre, mintegy *elfújva* a betegséget.

Hasonlóan összetett gyógy módokat alkalmaztak az alábbi felvidéki péda szerint: „Az újszülött, ha beteg vót, megmosták őt. Azt mondták, hogy meg van szólítva. Szemtől vész. Szenes vizet csináltak. Szóllítatlan vízé't kellett menni a patakba vagy a kútra, nem szabadott senkihez sem szólni. Tettek bele üszköt és kenyeret, s visszajáról olvastak. Sem kilenc, sem nyolc, sem hét, sem hat, sem öt, sem négy, sem három, sem kettő, sem egy! Szedték ki a parazsat a tűzből, 9 darabot, és az asszony aki azt mosta, tett kilenc darab kenyeret is abba a vízbe, visszajáról olvasta, s valamit imádkozott. De azt nem mondja meg! Az én testvérem azt tudja, de nem mondja meg. Nem szabadott megmondani, csak mikor már meghalt, akkor valakire rá kell hagyni aztat a micsodát. Akkor odament az asszony a kicsi babához vagy a beteghez, akinek fájta a feje, abból a kondikából, vagy csészéből a fejét mosta neki, keresztet vetett rá, mindenüve tette s *lefújta*. A használt!” (Zoboralja,

¹⁵⁸ Vö. Szendrey–Szendrey 1943. 201.

Zsére 1) „S a szoknyát levetették, és három házon áthajították.” (Zsére 2) Ebben a gyógyító szertartásban sokféle elem megtalálható, vízvetés, ima, visszafelé olvasás, számmágia, keresztvetés, a rossz elfújása és a szélnek átadás, vagyis a gyógyító szertartást végző asszony szoknyájának három háztetőn való átdobása.

Fontos, hogy a gyógyító ne mondja senkinek, hogy mi járban van, hogy ne zavarja meg semmi. A cselekvés veszítene a kezdeti energiájából, elmondva másoknak, szétszóródna. Az ezoterikus felfogás szerint ez *szóböjt*, amely tisztítja a vízvetető finomenergetikai rendszerét, felkészíti a gyógyító aktusra, és összevonja, megerősíti a mentális energiáit, ezáltal jobban tud összpontosítani a mágikus rítusra.

A keresztvetés általános rontásűző, gonoszlelkű cselekvés. Hamvas Béla szerint „a kereszt a kör négy egyenlő részre vágva. A négy is egész. [...] A négy részre vágott kör az archaikus korban az örök jelképe volt. Az örök mozgás, az örök körforgás, az örök élet jelképe. [...] A négy szárny négyfelé mutat: keletre, nyugatra, északra és délre. Jobbra, balra, fel és le. A négy égtáj felé, ami azt jelenti, hogy az egész világon minden irányba, mert a négy égtáj nem egyéb, mint a szélrózsa leegyszerűsítése, illetve a szélrózsa nem egyéb, mint a négy égtáj kibővítése.”¹⁵⁹

A régi falun a ráolvasást nemcsak a betegek, szemmel vertek gyógyítására alkalmazták, hanem a mindennapi élet sok más gondjának megoldására, a szerelmi bájolástól az állatok, a javak megőrzéséig. A számmisztika, számmágia összefonódik a ráolvasással, gőzöléssel, és más gyógyító aktusoknak is része. Legtöbbször a 3-as, 7-es, 9-es számmal gyógyítottak. A számok által diktált ritmus meghatározza a gyógyító aktus dinamikáját. Minél súlyosabb volt a betegség, annál többször olvastak rá, pl. kilencszer, vagy kilenc napig kellett imádkozni stb. Püthagorasz azt mondta: „minden a számok szerint van elrendezve.” Ma a számokat a numerológiai értelmezésekben és az onomanciában, azaz névjóslásban használják, amikor a név betűinek számértékéből következtetnek a jövőre.¹⁶⁰

¹⁵⁹ Hamvas 1988. 423.

¹⁶⁰ Gibson 1998. 86.

A szélterápia egyik gyógymódja a *szélnek adás*, melyre széljárta helyeken, a külső és belső tér közti átjáróknál, ablaknál, ajtónál, küszöbnél kerül sor.

„A magyar népi gyógyító hagyományban általánosan ismert a beteggel érintkezésben állt ruhadaraboknak fákra, bokrokra való kiterítése. A „szélnek adás” motívuma mögött az az elgondolás áll, hogy el kell távolítani a betegséget.”¹⁶¹ „A szélnekátadás színhelye a keresztút vagy határmezsgye, rendszeren azonban a beteg házának teteje. [...] A szélnekátadás egy másik módja a *szélbekiáltás*...”¹⁶² „A gyógyítás más széljárta helyei, a kemence, ajtó, keresztút. Továbbá az ablak, küszöb, kémény.”¹⁶³ [kiemelések tőlem] A testi vagy lelki betegség okozóját körülkeríti, elzárja, majd a beteggel a szélnek adatja át egy marosvásárhelyi, napjainkban is működő 56 éves gyógyító asszony, akit mindenki Tantinak hív: a beteg, egzisztenciális, illetve családi válságba jutott ember ruhadarabját ráolvasás közben *körülkeríti* egy pénzérmével, a rossz erőket leveszi a beteg ruhájáról. A pénzt átadja a hozzá fordulónak mondván, hogy napfelkelte előtt egy útkereszteződésben dobja hátra a feje fölé, hogy a baj elmúljon. Ez is szélnek átadó tisztító, gyógyító szertartás.¹⁶⁴

A megigézett csecsemő gyógyítására használt szenes vizet is széljárta helyre öntötték: „Igézésre használták a szenesvizet, parazsat a fűtőből a vízbe dobták, imádkoztak, megkenték vele, s az ajtó sarkára öntötték.” (Felvidék, Kalonda) Mindkét fenti esetben *áthárításos* gyógyító módszert alkalmaznak.¹⁶⁵

Analógián alapuló gyógyító szokás volt a népi gyakorlatban az átbujtatás. A beteg kisgyermeket *ablakon* adták át egymásnak a

¹⁶¹ Hoppál 1990. 708.

¹⁶² Lásd fent, a felvidéki (Zsére 2) adatközlőtől.

¹⁶³ Oláh 1986. 75. részben Szendrey–Szendrey *A Magyarság Néprajzában* megjelent tanulmányára hivatkozik, továbbá Hoppál fenti tanulmányára, amely akkor még kéziratban volt, másfelől etnológiai párhuzamokra alapozza a véleményét. Kétségtelen, hogy mindezek a dolgok, akárcsak a ráolvasások, kapcsolatba hozhatók a széllel, a lehelettel, ami nem zárja ki azt, hogy több másféle kategóriába is besorolható.

¹⁶⁴ Vö. Szendrey–Szendrey 1943. 199.

¹⁶⁵ Uo.

szülők. [...] *Az átbújtatás* jelképes újjászületés:¹⁶⁶ „Énnekem is mosták a gyerekeket, kiabálták (a szélbe), hogy – Gyere, baj van a gyerekédén! Baj van! *Be kö rángatni ablakon*, a szomszédokba, el kellett szaladni.” (Felvidék, Zsére 2) Csángóföldön ma is gyakorolt szokás a gyermekek átbújtatása az ablakon.¹⁶⁷ Az ablak a kinti és benti világ határán áll: a kinti (veszélyeztetett) közegből a bentibe (védettbe) való átsegítéssel, az átmeneti rítusok analógiájára, megváltoztatják az egyén állapotát: átsegítik egy új állapotba. A közegek és létformák közt jelképesen lehet közlekedni a hintán is: ez módosítja a hintázó tudatállapotát, ami által, más gyermekjátékokhoz hasonlóan gyógyító funkciót is betölt.¹⁶⁸ Az ezoterikus gondolkodásban és a természetgyógyászatban ilyen jelképes újjászületés a meditáció, az álom, a betegség és a sorsforduló. Mindezek során meghal a régi ember és megszületik az új ember.

Mint említettem, az ablakhoz hasonlóan széljárta hely az ajtó és a küszöb is. „Az öreg bábasszonyok azt mondták, a régi asszonyok küszöbön szültek, nem azért mert nem volt helyük, hanem azért mert a küszöb fölött kitámasztották magukat az ajtófélfában, s úgy tudtak erőlködni. Álltak, guggoltak, vagy így oldalt kifeszítették magukat, az ajtóban meg támaszkodni is tudtak meg kapaszkodni is. Egy idős bábanéni mondta.”¹⁶⁹ (Komárom, Tata) Róheim Géza magyarázatában a küszöb jelképesen jelenthet női vaginát is, a női test küszöbét, amely a magzat számára az új világba, a földi életbe való újjászületést jelképezi.¹⁷⁰

A gyógyítószer hatásos, ha széljárta helyről szerzik meg. Pusztinán „Hogy ne igézzék meg a bubát, az *ajtósarkáról* ahogy ment ki a pára, megkenték a talpacskáját, hogy ne fogja az igizet. Innen, az ajtó sarkáról.” (Moldva) A korom is lehet szemmel verés elleni védekezőszer, mivel széljárta helyről származik.¹⁷¹ Udvarhelyszéken is „*Korommal* bekenték a baba homlokát, *kicsi ke-*

¹⁶⁶ Hoppál 1990. 709.

¹⁶⁷ Vö. Csoma 2000. 54.

¹⁶⁸ Gazda K. 2001. 4.

¹⁶⁹ Az adatközlő, a tatabányai kórház pszichiátriai osztályán dolgozó orvos szerint több csoport több éven át foglalkozott a falusi bábaasszonyok emlékeivel.

¹⁷⁰ Róheim é. n. 165.

¹⁷¹ Oláh 1986. 75.

resztet rajzoltak, azt nézzék, ne a kicsiben akadjon meg a szeme. Ígérés úgy mondták.” (Oroszhegy) Indiában is nagy fekete folt ékte-lenkedik a gyermekek szeme körül. Riasztó ez a látvány. Házigazdái-ink szerint korommal védik a kicsiket a rossztól. Vagy inkább a gos-nosz szellemet kívánják megijeszteni a gyermekek „besötétítésével”, külsejük elcsúfításával?

„*A nyál és a köpés* (és annak jelképes aktusa) nagy szerepet ját-szott a népi orvoslásban. Mivel szoros kapcsolatban van a lehelettel-lélekkel, ez is a pneumatán fontos maradványa.”¹⁷² [kiemelés tőlem]

„A nyálnak és köpésnek gazdag hiedelemköre van a magyar nép-hitben. (Dörfler 1896) Feltehetőleg ez a gyakorlat az emberiség leg-ősibb, elemi, az állatvilágban is megfigyelhető gyógymódja volt. A köpést elsősorban a betegséget távol tartó, bajelhárító szerepében is-merték országszerte...”¹⁷³ Én is gyakran talákoztam azzal a hittel, miszerint a ráköpés és a nyál mágikusan óvja az újszülötteket, cse-csemőket a szemmel veréstől. Nagyszében vidékén „Elköpdösték, s ilyen falusi dolgokat.” (Vízakna) Udvarhelyszéken: „Köpködték s mondták: – Meg ne igézzelek!”¹⁷⁴ (Oroszhegy) Felvidéken: „Elmentek megnézni, osztán megköpködték, hogy meg ne szólíjja. Így mondták. Olyan szó vót az. Köpdösték őket.” (Kolom) „Az újszülöttet meg se mutatták senkinek, betakarták őtet, hogy meg ne szólítsák, betakarták, hogy ne lássák meg. *Megköpdösték: pü-pü-pü!* Megszólítsák! Másnap mindjárt vitték keresztelni.” (Zsére 2) Az újszülötteket háromszor köpdösték meg.

„...Különösen hasznosnak tartották reggel az első cseppeket, az ún. éj- vagy éhnyálat.”¹⁷⁵ Felvidéki adatközlőm szerint: „Ha az embert (itt halkán mondja) ... a *leány szele* megcsapja, éhnyálval megkenegetik. Én is miko rosszul aludtam, fájt a nyakam, nagyanyám ott ült, a siskó (kályha) megette, én pedig a tüzelőn ültem, jól ráköpött éhnyálval, má még akkor megkent reggel. Avval ke-

¹⁷² Oláh 1986. 73.

¹⁷³ Hoppál 1990. 719.

¹⁷⁴ Ezt a ráolvasást valóban egy lélegzet alatt mondják el.

¹⁷⁵ Hoppál 1990. 719.

negettük. Ott ahol fáj, felhúzta, helyretette, és jó vót! Segített. Éhgyomorra kellett.” (Zsére 2)

A természetgyógyászati gyakorlatban az emberi testnedveket – nyálat, könnyecseppet, izzadságot, orrváladékot, fülsárt, vizeletet, székletet – összevegyítik, és *autovaccina*, védőoltás formájában bejuttatják a szervezetbe, az immunrendszer erősítése céljából. Ennek az autovaccinának komponensei mind a testnedvekben fellelhető kórokozók, mind pedig azok a fehérjék, amelyeket a szervezet termel a támadó mikroorganizmusok ellen, tehát már kialakult védősejtek, s ezek egyensúlyban, egyenlő mennyiségben vannak jelen. Az egészséges embereknél betegségmegelőző, betegeknél gyógyító célból használják, a kórokozók és a védekező fehérjék egyensúlyban tartására.

A népi gyógyászatbeli kenésnek a természetgyógyászatban a masszírozás felel meg. Ez a természetgyógyászatnak ősi módszere. Többféle masszázs technika ismeretes: nálunk elterjedtebb a szív irányába történő masszírozás, a vérkeringés serkentése érdekében, míg keleten az ezzel ellentétes irányút is alkalmazzák, az ún. Thai masszázst. Ugyanakkor a kínai masszázs az energiacsatornák szerteágazó útvonalát követi. A legújabb módszer, a Nerv Asziszt, az idegszálak menténi lefelé irányuló masszírozó technika, a stressz által okozott feszültségeket oldja. A masszázs folyamán a betegnek több érzékszervre ható kellemes élményeket nyújtanak: megfelelő hőmérsékletet, ellazító zenét, aromás olajok párologtatásával, illetve füstölő pálcikák égetésével keltett jó illatokat (aromaterápia), és nyugtató színeket (színterápia). Mindeközben a beteggel beszélgetve, pozitív gondolatokat, programokat sugallnak, tehát pszichoterápiát is alkalmaznak. Megtanítják az autoszugesztio gyakorlására, az autogén tréningre, amivel a keleti jóga, és a mai pszichoterápia is gyakran él.

A ráfújás, rálehelés, ráköpés fordítottja a kiszívás. A rossz szellem, a betegséget okozó szél eltávolítása, kiszívása szájjal, vagy a száj és a bőr közé iktatott eszközzel. A köpölyözés ennek, a ma már csak a primitív törzseknél fennmaradt terápiának a ma-

radványa.¹⁷⁶ „Ha valakinek tüdőgyulladásra volt, vettek egy csuprot, és kenyeret (kenyérhéjat), a közepén kifúrták, egy zsíros rongyot belehúztak, azt meggyújtották és egy csiporral leborították, s olyan piros hólyag jött ki. A hátára tették.” (Kovácsna, Háromszék) Mai természetgyógyászati módszer a vákuummasszázs. A vákuum szívó hatása következtében javul a sejtek anyagcseréje, a szövetekben lévő salakanyagok kiszívódnak, s ezáltal tisztul a beteg szervezete.

Kínai felfogás szerint a tárgyaknak kettős lelkük van¹⁷⁷: „Minden lény, akár élő, akár élettelen, kettős természetű. Egy materiális, látható és egy immateriális, láthatatlan részből áll. Amikor áldozat bemutatásakor a papírtárgyakat elégetik, az immateriális rész felszabadul. Az áldozati ajándékot minden égőáldozat során égetéssel megtisztítják testi hüvelyétől, mert csak így, testetlenül vehetik hasznát az istenek, a szellemek. Így nyerik meg tetszésüket. *Füstölés és gőzölés* folyamán a gyógyító az anyag leheletlékét juttatja el a megfelelő helyre, egyúttal áldozatot mutat be. Ez az ösképzete a füstöléssel és gőzöléssel való gyógyításnak. Ezt bizonyítja, hogy a finn löly (gőz) szó lehelet, lélek szavainkkal rokon. A szaunafürdő értelme tüzes kővel felszabadítani a víz gőzlelkét (a magyar népi orvoslásban hasonló aktus a gyógyító szertartások során az eleven szén, a parázs vízbe oltása). [...] Se szeri se száma a magyar népi ember- és állatorvoslásban a füstöléssel, gőzöléssel való gyógyítás módjainak, és mind az ősi pneumatában gyökereznek.”¹⁷⁸ [kiemelések tőlem] Kiegészítem azzal, hogy a mongolok a szent füstáldozatot *szél-lónak* (xiimori-nak) nevezik.¹⁷⁹ A „szél-ló” füstáldozat más szövegekben szerencsét jelent.¹⁸⁰

A fentebb már említett vízvetéskor tehát a víz gőzlelke szabadul fel, akárcsak az ólomöntéskor, amelynek során a betegség oka is megmutatkozik. Néhány további adat a gőzölésre: vízvetésre, ólomöntésre (és a kemény szerkezetű tárgyak, fémek mágikus

¹⁷⁶ Vö. Oláh 1986. 73.

¹⁷⁷ Steininger 1953., idézi Oláh 1986. 73.

¹⁷⁸ Oláh 1986. 73–74.

¹⁷⁹ Hajnal 1998. 120–131.

¹⁸⁰ Uo. 130.

erejében való hitre), a népi gyógyászat köréből: „Ha a csecsemőt megígézték *olmot öntöttek* volt, s csináltak *szenes vizet*. Ha nem volt kéznél szén, gyufaszálat dobáltak bele a vízbe.” (Barcaság, Krizba)

„A bubának *vettünk vizet*.” Hogyan? „Mint vót a tűzbe szén, hozott a kúttól vizet, akkor merített egy kanna vizet s kilenc szenet biéttett, sz nem mondott szemmit, borította bé azt az *áburt (gőzt)*, még tette belé a szenet, borította bé sz nem mondott szemmit. Sz abból attunk cepeckét bé a szájába, megmostuk a homlokocskáját, *keresztet* is tettünk rá.” (Moldva, Újfalu). „Aztán meg kellett a gyereket fürösztetni olyan vízben, amelybe faszenet tettek, három szemet, és fürdetés közben mondták, ember, asszony, gyermek! És amelyik szónál a szendarab feljött, olyan egyén rontotta meg a gyermeket.” (Felvidék, Losonc) A népi gyógyászatban általánosan elterjedt a vízgyógyászat. A vizet külsőleg, belsőleg és mindhárom halmazállapotban alkalmazzák. Külsőleg a víz hatást gyakorol a hajszálerekre, ennek függvényében lehet a testet lehűteni, vagy a testtájat megmelegíteni. A legelterjedtebb a vizes borogatás. A gyógyforrások valóságos zarándokhelyei voltak a betegeknek. A víz tisztító, gyógyító hatását más, növényi és állati eredetű anyagokkal is fokozni igyekeztek. Felvidéken lókoponyát is tettek a beteg gyermek fürdővizébe. Akárcsak a népi gyógyászatban, a természetgyógyászatban is gyakran alkalmazzák a vízgyógyászatot (hidroterápiát), a víz termál, mechanikai és kémiai hatását a testre, valamint a gyógynövényeket (fitoterápiát), és ezek egyidejű kombinációját. Ugyanakkor, mind a népi gyógyászatban, mind a természetgyógyászati gyakorlatban általános a fémekkel való gyógyítás, a fémterápia.

Felvidéken „Amikor valamitől megijedtek a kicsik, akkor *olmot öntöttek* nekik. Szenes, kenyeres vízbe, ólomkapsokat. Ólomdarabot megolvastottak, beleöntötték a vízbe, s aztán vót benne mindenféle alak, s kijött, kitől, mitől ijedt meg. Kijött egy kutyaalak, attól ijedt meg. A cirokseprőt kereszt alakba esszekötötték, s azt is beletették a vízbe. S osztán mikor fordult a vízbe, akkor belédobálták a kenővász-
nat, amivel megmosták a beteget. Azt az alakot, ami a vízbe kijött, kivették, újraolvastották, és addig öntötték, amíg ki nem jött a szív. Tiszta, gömbölyű

szív jött ki abból az oldatból. Egy asszony töltötte felette át. Több asszony is tudott önteni. Én is mikor kicsi leánka vótam öntöttek nekem. Beestem a vízbe, s megijedtem. Emlékszem, egy asszony öntötte felettem. Mind öntötte, s mondta kijöttek az emberek a leánkának azon az alakon rajta; megint betette, megint csak, s akkor kijött egy szép gömbölyű szív az olomból belőle.” (Zsére 1) Ezt úgy is értelmezhetjük, mint az ember pszichéjéből az ijedtség okát és következményét analógiásan és projektíven eltávolító cselekvést. A természetgyógyászati gyakorlatnak is módszere a *pszichotrónia, lélekbeszéd*, amely során a beteg feldolgozatlan lelki traumáját a lélekbeszéd egy relaxáció, mélymeditáció alatt, a sérült módosult tudatállapotában kivágja, és új ideális állapottal helyettesíti.

„A görög pneuma szó egyik jelentése *illat*. (A pánanimizmus felfogásában az illat is a tárgyak lelke volna, nemcsak a füst és a gőz?) Kétségtelen, hogy a magyar népi orvoslásban az erősen szagos gyógyszerek alkalmazása általános, a bélsártól a fokhagymáig és zsályáig. A fokhagyma és a vereshagyma rengeteg racionális és irracionális gyógyító cselekményben szerepel, mindkettő a leggyakrabban alkalmazott gyógynövények közé tartoznak. (Napjainkban a racionális alkalmazásmód messze felülmúlja az irracionálist.) A gonosz szellemek, a rosszak, boszorkányok, rontás, lidércnyomás stb. ellen a széljárta helyekre (ajtóba, ablakba, küszöbre, küszöb alá) fokhagymát tesznek védekezésül, vagy fokhagymával jelölik meg. Temesváry Rezső jegyezte fel a múlt század végén, hogy fokhagymával keresztet húznak ajtóra, ablakra, kilincsre a gonosz szellemek ellen, a gyermekágyas és újszülött védelmére. Az erős szagú fokhagyma jellegzetesen az ősi pneumatumba, illetve az azt megelőző demonológiába illő gyógyszer.”¹⁸¹ [kiemelés tőlem]

Hasonló adatokat magam is gyűjtöttem. Pl. „Védeni kell a gyermeket, hogy el ne vigye a boszorka, be kellett kenni az ajtófélfát fokhagymával, hogy be ne jöjjön a boszorka.” (Felvidék, Losonc) „Akasztottak az ajtóba olyan füzért a fokhagymával mikor szült. Állandóan volt az ajtóban. Mikor nőttek a pulyák is. Ilyen

¹⁸¹ Oláh 1986. 77–78.

rossz erők, vagy hogy mondják, ne menjen be a házba.” (Kárpátalja, Bereg) Oroszhegyen az újszülött párnája alá tettek fokhagymát. A gyimesközépleki csángókról mesélte a krizbai bábaasszony, hogy az újszülött „első fürdővizibe szoktak tenni dióhéjat, mert az elúzi a rosszat.” (Barcaság)

Tibetben és Egyiptomban is használják a fokhagymát a rossz szellem elűzésére. Visszatérve a természetgyógyászatban alkalmazott *aromaterápiára*, fontos kiemelnünk, hogy az illó olajokat tartalmazó növények egy része, pl. a levendula, a citrom, a bazsalikom nyugtató, más része, így pl. a rózsa, a narancs élénkítő, jókedvre derítő hatású. Vannak légzőszervi betegségeket gyógyító illó olajok, így az eukaliptusz, menta, fenyő aromái, míg a csombor illata az immunrendszert erősíti. Ezeket az olajokat párnára, zsebkendőre, fürdővízbe cseppentik vagy párologtatóban elpárologtatják. Az indiaiak, kínaiak által készített illó olajokkal illatosított pálcikákat meggyújtva, füstöléssel érik el ezt a hatást. Ehhez az illó olajú növényeket megszáritják, péppé törik, majd felmártják a bambuszpálcikára.

Mongóliában a démonokat *Szagokkal Táplálkozóknak* hívják, a négy égtáj felől jönnek, s az egyikük „rossz szemű”.¹⁸²

„Kallós Zoltán közlése szerint lehelet (szél) eredetű az igézés, szemverés is. »Az igézetet olyan személy okozza, akinek rossz a szeme. Ha reád tátyta a száját, megcsudál, s olyan a szeme, akkor megigéz.«” (Lészped)¹⁸³ A nép azokat a személyeket tartotta akaratlagon vagy akaratlanul szemmel verésre képeseknek, akiknek erős a nézésük, össze van növe a szemöldökük. Aki ezt tudta magáról, az kalapmegfordítással, tárgy szem elé helyezésével védte a gyengébbeket. Amint a szövegekből kitűnik, általában az újszülöttet, gyermekágyas anyát, a csecsemőt, a szép kislányokat, lányokat tartották szemmel verhetőnek. „Az én leánkám nagyon szép vót, göndör hajú, mindjárt megszólították ötöt, s kellett vinni mosni. Mindig mosták. Vannak olyan asszonyok. (Felvidék, Zsére 1) Felvidéken a szemmel verést *megszólításnak*, vagy *szemtől vészésnek* nevezik, Moldvában és Erdélyben *igézetnek*, *igézetnek*.

¹⁸² Vö. Hajnal 1998. 133–138.

¹⁸³ Idézi Oláh 1986. 286.

Minden vidéken voltak olyan asszonyok, akik értettek a vízvetéshez, megmosták vele a beteget, ráolvastak. A legtöbb helyen a család nőtagjai is tudták, alkalmazták ezt. A szemmel verés gyógyítására az eddig bemutatott anyagban több példát soroltam fel. A további szövegek a szemmel verést megelőző, attól óvó szokáscselekvésekről szólnak: „A pulyának raktak a kezecskéjére egy piros cérnát, mikor megszületett. Addig a házba nem hívtak senkit, amíg nem keresztelték meg. Idegeneknek nem engedték leülni az ágyra, a pulyát vitték ki. Bejöttek, beszélgettek, a pulyát betakarták, amíg nem volt megkeresztelve, addig nem láthatták. Nem mutatták meg, amíg meg nem keresztelték.” (Kárpátalja, Bereg) „Amíg a gyermekágyas asszony az újszülöttel a sátoros ágyban feküdt, addig járt a komaasszony és a közeli rokon asszonyok őtet látogatni és úgynevezett posztrikot vittek neki: tejeskávét, tejet, kalácsot. A férfiak nem mehettek őt látogatni, tilos volt. A férfiak azért nem látogatták, *nehogy szemmel verjék.*” (Felvidék, Losonc) Tehát a gyengéket elkülönítették. „Mindig valamit tettek a bölcsőbe, egy színes rongyot, a gyermek sapkájára egy színes szalagocskát, pirosat általában, hogy ne *igézzék* meg. Hogy a rongyot nézzék, s ne a gyermeket *igézzék.*” (Barcaság, Krizba) „A pulyának raktak a kezecskéjére egy piros cérnát, mikor megszületett.” (Kárpátalja, Bereg) „Imádságos könyvet tettünk a párna alá, és egy kicsi cédulát tettünk, s egy őt lejest, vagy valamit kilyukasztottunk, és befűztük mint a gyöngyöt. S még idekötöttük két piros gyöngyöt, hogy meg ne fogja az ígizet. Hogyha valaki jön, hogy ne ígizze meg. Az énekeskönyv, imádságos könyv mindig ott van a párnája alatt.” (Mezőség, Magyarpalatka) „A nyakára, kezikéjére ruzukát kötünk” (piros zsinórt mutat). (Moldva, Újfalu) „Hogy ne *igizzék* meg, felragasztottak valamit a fejire. Virágocskát vagy lapocskát, a fejire tettek, hogy ne fogja az igizet olyan erőst.” (Moldva, Pusztina) A szemmelverés megelőzése céljából mindenhol elkülönítették, szentelményekkel, piros színű tárgyakkal védték a gyermekágyas asszonyt és az újszülöttet.

Megfigyelhetjük, hogy az egész magyar nyelvterületen általánosan elterjedt a piros szín *gonoszűző*ként való használata. Általában az újszülötteket, csecsemőket védték a piros színű zsinórral, szalaggal, de a cseperedő lánykáknak, felnőtt leányoknak is piros

szalagot vagy gyöngyöt kötöttek a hajukba, vagy piros gyöngyszemekből álló füzért tettek a nyakukba. Székelyföldön mindenhol piros szalagot fontak a lányok a hajukba. Felvidéken, Pinc nevű faluban a helybeliek egy feltárt Árpád-kori templomhoz és temetőhöz vezettek, ahonnan nyolcszirmú virág alakú piros gyöngyszemek kerültek elő.

A nép régtől fogva hitt a színek gyógyító erejében. Általában analógiás gyógymódot alkalmazott, vagyis a sárgaságot a sárga színnel (sárga színű ruha viselésével, sok sárgarépa, tojássárgája, sárgatök fogyasztásával, sárgarépa vagy sárgaviasz pohárból ivással) vélte gyógyíthatónak. Piros színt alkalmaztak az egészség megvédésére. „A piros az életerőt jelképezte.”¹⁸⁴ Hogyha a pirossal, az életerő színével megerősítették, megvédték a testet, akkor azt nem tudta bántani a gonosz.

A szélnek köze van a módosult tudatállapothoz. Az álomszél hozza az álmot, a meleg szél melege a sámán extázisát. A sámán módosult tudatállapotban gyógyította a betegeket. A mai lélekgyógyászat-
elvű természetgyógyászat szerzte a nagyvilágban szintén érvényesíti mind az álom, mind a módosult, kitágult tudatállapot gyógyító hatását. Az álomban sokatmondó képek, szimbólumok jöhetnek fel, melyek személyreszólan utat mutathatnak a beteg egyes problémáinak tudatosításában, megoldásában. Módosult tudatállapotban összekapcsolódhat a szellem, a lélek és a test, a tudat és a tudattalan. A mítoszok, mesék képei, amelyek jelképek (szimbólumok), az archetípusok, a gyógyító őselvek, minták csak megváltozott tudatállapotban tudnak feljönni az ember személyes tudattalanjából, valamint a közös tudattalánból. Ezek mind pozitív üzeneteket adnak át a betegnek. A szimbólumokhoz rítusok által jutunk el: ezért oly fontosak azok mindenkor az ember számára. Ezeken alapszik a mai szimólumterápiás lélekgyógyászat.¹⁸⁵ Ez többek közt a mindenkiben meglévő egyik archetípusra, a gyógyító archetípusára alapoz. A Gyógyító eszközei a történetmesélés, a dob és annak hangja által vezetett sámánutazás, a fekvő meditáció. Aki magában fel tudja ébreszteni a Gyógyító

¹⁸⁴ Danter 1994. 146.

¹⁸⁵ Vö. Dahlke 1996. 49–52., valamint: *Szimbólumterápia*. In: Természetgyógyász Magazin, 1999. V. évf. VII. 42–43.

archetípusát, minden nagy tradícióban felismeri, hogy a szeretet a legerősebb gyógyító erő.¹⁸⁶ A lélekgyógyászat további kulcsszavai: a szeretet, a hit. A szeretet hatalmában való hit a népi kórmegelőzésnek is alaptétele. Kérdésemre, hogy mit csinált, hogy a gyermekét a rossz szellemek ne bántsák, egy csángó asszony így válaszolt: „Hát mit csináljak. Szerettem őket úgy, ahogy kellett.” (Moldva, Ardeoani) Hamvas Béla ezt mondja: „A teremtő összónak két mozzanata: a *lehellet* (prana, pneuma) és a *szeretet* szellemének megnyilatkozása. Az archaikus ember mindkettőt ismerte.”¹⁸⁷ [kiemelés tőlem]

Jung írja, hogy a vallás, a hit éppen olyan ösztöne az embernek, mint az életfenntartási vagy a szexuális ösztön. A kutatók megtalálták génkészletünkben a „hit” génjét. Azt a gént, amely arra szolgál, hogy segítsen magunkat a traszcendenssel összekötni.¹⁸⁸ Minden, emberi értelem által kialakított vallás célja a „relégió”, a visszakötés, vagyis lelkünk visszakötése abba a dimenzióba, ahonnan jöttünk, ahonnan származunk, ahonnan a gyermek lelke fogamzáskor előbukkan, és ahová testünk halála után visszatér. Nemhiába őriz a népi hagyományrend nagyon sok túlvilágra vonatkozó tudást.

Összegzés

A leírt gyógy módok közelebb visznek önmagunk megismeréséhez.

Vitathatatlanok a tudomány, közötté az orvostudomány vívmányai. De hiba lenne figyelmen kívül hagyni a népi megfigyeléseket, melyek az egyetemes tudáshoz kapcsolódnak. Mint ahogy elégtelen a népi gyógyászati vagy a természetgyógyászati tudás is. Vannak olyan esetek, kórképek, sürgősségek, amikor elengedhetetlenül szükséges az orvosi, sebészi beavatkozás. A népi gyógyászat és a természetgyógyászat ma inkább *kiegészítő, komplementáris* szerepet tölt be, esetenként alternatívát is. A húszadik század utolsó évtizedeitől a természetes gyógy módokat egyre

¹⁸⁶ Vö. Arrien. In: Természetgyógyászat 1997. II. 9.

¹⁸⁷ Hamvas 1988. 143.

¹⁸⁸ Kagylókört 1998. 27. sz. 45.

többen veszik igénybe. S egyre többen válnak nyitottá a hagyományos gyógyászatok filozófiája felé is, melyeket ma már világszerte kutatnak, népszerűsítnek, mint az emberiség – sokban ma is hasznosítható, s megmentésre ezért is érdemes – kultúrkincsét.

A megbetegedés oka a hagyományos orvoslási szemlélet szerint az ember szellemi, lelki és testi *egyensúlyának* megbomlása, amit eredményezhet a sok éven át megfeszített munka, stressz, vagyis az, hogy az ember nem fordított kellő figyelmet a szellemi, lelki életére vagy a pihenésre. Ma, ha megbetegszünk, elmegyünk az orvosi rendelőbe, poliklinikára, laboratóriumba, ahol hosszú várakozás után sokszor még az anyanyelvünkön sem mondhatjuk el panaszainkat. Ma-napság a beteg lelkére nem kíváncsi senki. Pedig sok fájdalmat és gyógyszert meg lehetne spórolni a beteggel való őszinte beszélgetés által. Ma már a beteget és orvost nem köti úgy össze, mint hajdan, a közös kultúra, szimbólumvilág. Ennek negatív következményei vannak. Hiszen „mindenkit csak a saját rendszerében, világképében, nyelvében, magatartáskódexében lehet megközelíteni és meggyógyítani.”¹⁸⁹ Ezért gyógyítottak sikeresen a sámánok, s gyógyítanak ma is a falu tudósai és a juhászok.

Az orvosnál átvilágítanak, megszűrnak, megmondják a diagnózist, a betegnek így kialakul a betegségtudata, legtöbbször szintetikus gyógyszert írnak fel, amelynek számtalan ellenjavallata, mellékhatása van. Ami, ahelyett, hogy tisztítaná, salakoktól (amelyek kiváltják és súlyosbítják a betegségeket) mentessé tenné a szervezetünket, inkább megterheli azt (a vesét és a májat), s mivelhogy nem szabadítja fel, az immunrendszerünk sem kap ösztönzést a belső öngyógyító erők beindítására. A régi gyógyítók először az *imaterápiát*, *böjtöt*, az izzasztó *tisztítókúrákat* ajánlották, *energoterápiával*, *természetes anyagokkal*, *gyógynövényekkel*, *ásványokkal*, *pozitív programozással*, *szeretettel*, *türelemmel*, *szelíd módszerekkel* gyógyítottak. Használták *a szó mági-kus erejét*. Magukat közvetítőknékné tekintették a Mindenható és beteg között, ezért *alázattal* viseltettek iránta, a beteg felé pedig szeretettel közvetítették a gyógyító energiájukat, tudásukat. Tudták, hogy a természet s az idő a betegség legyőzésében is megteszi a

¹⁸⁹ Oláh 1986. 16.

magáét. S mindig a természetben, a világegyetemben, s az emberben lévő energiákat, erőket mozgatták meg (amely hasonlatos a mozgó, változó szél motívumhoz), hogy változtatással eszközöljék ki a gyógyulást, hogy egy új állapottal helyettesítsék a régít (pl. ablakon való átbújtatás).

A természetgyógyászok szerint a betegségek megelőzése céljából szükség lenne felújítani a *hagyományos holisztikus* szemléletet az egészséggel és betegséggel kapcsolatban, felhívni a figyelmet arra, hogy a betegségek nem véletlenül jönnek, hogy az emberek tudatosabban éljenek, ne szakítsák el magukat a természettől, a transzcendestől, s lelküknek megadják szellemi, kulturális, művészi élményeket, amelyekben gyönyörködhetnek, amelyek által feltöltődhetnek, és amelyek révén a pszichoenergiájuk gyarapodhat. Mert minden ember egy bizonyos egyéni alap pszichoenergia-mennyiséggel, vitalitással születik a világra, az úgynevezett origoenergiával. Ha magával szemben kíméletlen életmódot folytat, akkor ez az energiamennyiség az élet folyamán a normálisnál fokozottabb mértékben csökken.¹⁹⁰ Ha pedig *a művészi élményekkel* töltökezzünk, ami Istennel való foglalatosság, a szellemiekkel való összekapcsolódás¹⁹¹, ha visszafordulunk a

¹⁹⁰ A sámánisztikus kultúrákban amennyiben beteg és lehangolt valaki, és elmondja a sámánnak, gyógyítónak, az megkérdezi a betegőt, hogy mikor hagyta abba az éneklést, táncolást, történetmesélést? Amikor ezeket abbahagyta, azt mondják rá, hogy akkor elveszítette a lelkét. (Vö. Arrien 1997. 10.) A lélekvesztés hitét megtaláljuk az ősi magyar hitvilágban is. „A rokonnépek hite szerint a beteg embernek a lelke a betegség tartama alatt testen kívül tartózkodik. Varázslójuk, a sámán, ezért úgy akarja betegeit meggyógyítani, hogy mesterségesen előidézett önkívületi állapotában túlvilági útra indul, és megkísérli megkeresni a testen kívül, valahol az alvilágban kóborló beteg lelket. Ha útja eredménnyel jár, visszahozza a beteg testéből eltávozott lelket, s visszateszi a testébe. Minthogy a magyar ősvallás is feltehetőleg sokban megegyezett azokkal a vallási hiedelmekkel, amelyek a rokon népek körében még a múlt század végén és századunk elején is éltek, joggal hihető, hogy hajdan őseinknek is voltak hasonló vallásos elképzeléseik.” O. Nagy 1988. 331.

¹⁹¹ Az alkotómunka eredendően mágikus cselekvés. Az első szobrászok isteneiket faragtak. A barlangrajzok isteni erőket idéztek meg stb. A művészet teremtő, tehát isteni munka. A művészek módosult tudatállapotban írják a zenei alkotásaikat, festenek, énekelnek, táncolnak. Éppen a módosult tudatállapot teszi lehetővé, hogy *a szellemi dimenzióból*, a kollektív tudattalan mezőből megkapják azokat az információkat, melyeket hangjegyekbe tudnak önteni, festmények-

természet erejéhez, akkor ezeknek az erőknek a segítségével immunrendszerünket, szervezetünket segítjük egészségesnek maradni, vagy az egyensúly megbomlása után hamarabb felépülni. A természetgyógyászati felfogás szerint, ha az ember megbetegszik ajánlatos pihenni, a világtól elvonulnia, és közben elgondolkodnia azon, hogy miért betegedett meg. Ha sikerül tudatosítania, akkor leküzdheti a kiváltó okot¹⁹², ezután jobban figyel az életmódjára, és tudatosabban élve megelőzheti a betegségállapotot. A régi faluközösség ennek a szellemében cselekedett, figyelt a szülésben legyengült anyára, a kialakulatlan immunrendszerrel világra jövő újszülöttre, a betegekre, elkülönítette őket, nem engedte dolgozni.¹⁹³ Az ugyancsak ősgyökerekből táplálkozó természetgyógyászati szemlélet is ehhez hasonló. Ha valaki megbetegedik, a természetgyógyász is azt ajánlja, hogy közszállítási járműveken való utazás, munkába menés, a munkahelyen való szenvedés, gyógyszerszedés helyett pihenjen és medítálgjon. Engedje, hogy szervezete kijavítsa a működészavart, mert az ember egészségre van programozva. Tudatosítsa betegsége okát, alkosson, állítson fel pozitív programot, autogén tréning, szuggesztió segítségével indítsa be az *öngyógyító* (minden emberrel született) *programját*,

be tudnak formálni. Ilyenkor a két agyfélteke egyformán aktív, összekapcsolódik, a saját személyes tudattalanjukból is felhozzák a szépségeket, és megjelenítik. A művészi alkotások a nézőt, hallgatót is módosult, alfa domináns állapotba hozzák, mialatt a pszichés szorongás feloldódik, az ember harmóniába kerül ismét önmagával, gyógyul. A néptáncosnő azt mondja, hogy tánc közben neki megnyílik a felsőbb dimenzió, módosult tudatállapotba kerül. (111. jegyzet) Az iparilag fejlett országokban a gyógyításban figyelmet fordítanak a művészetterápiára (l. a 110–112. jegyzeteket). A régmúltból is van adatunk a zenével való gyógyításra. „A zenének az emberekre, állatokra, sőt a növényekre való csodás hatásával kapcsolatos képzetek világszerte ismertek a népek körében. [...] A gyógyító céllal végzett énekes kurzuslás nemcsak az ún. természeti népeknél általános, már az ókori görögök is alkalmazták. [...] A magyarság körében legtöbb idevonatkozó adatot a dudával kapcsolatban jegyezték föl. [...] Gyógyító eszközként legkorábban 1580-ban említik: „A nyavalyát semmiképpen el nem veheti, hanem a dudás muzsikájával.” Pávai 1994. 171–189.

¹⁹² Erre figyelt fel egyébként Freud is, s tette pszichoanalízisének alapelvévé, tehát ez a felfogás a modern pszichológiához is visszavezethető.

¹⁹³ Ha vizet híz a kútból a gyermekágyas anyja, „megnyüvesedik a kútban a víz.”

hasznosítsa a *belső erejét, hitét, önbizalmát*. A sámánok, régi gyógyítók is ezt tették. Beindították a betegek öngyógyító mechanizmusát. Ma ugyanezt tehetik a műtét előtt és után álló betegek is.

Más közös népi gyógyászati és természetgyógyászati módszerek a családfa-gyógyítás, a táplálkozásterápia, az agyaggal, ásványi sókkal való gyógyítás, a vizeletterápia, a tellurizmus (sugárzásérzékelés), a szimbólumterápia stb.

Az öröklött Tudás az embernek adva van, azért, hogy szeretete és a legjobb képessége szerint sáfárkodjék vele. A keleti tudás szerint a világegyetem ciklikus változásban van, a racionális korszak után irracionális, az irracionális korszak után racionális jön, s nagyon sok jel mutat arra, hogy ismét a szeretet, a hit és a természetes gyógymódok korszaka következik. A természetes gyógymódok pedig a népi tudásból és a népi gyógyászatból merítenek, azoknak az egyenes folytatásai.

A népi gyógyászat a népi tudás része, az egyetemes tudás egy szelete, az emberiség kulturális örökségéhez tartozik. Érték a harmadik évezred elején is.

Irodalom

ARRIEN, Angeles

1997 *A Harcos, a Gyógyító, a Látnok és a Tanító*. In: *Természetgyógyászat*. 2. 9. Budapest

BALASSA-ORTUTAY

1982 *A magyarság néprajza*. Budapest

BARNARD, Julian

1991 *Lélekgyógyászat természetes módon*. Budapest

BENEDEK István

1987 *A tibeti orvoslás és varázslás*. Budapest

BERZE NAGY János

1943 *Mese*. In: Viski Károly (szerk.): *Magyarság néprajza*. III. Budapest, 226–291.

BIRTALAN Agnes (szerk.)

1996 *Őseink nyomában Belső-Ázsiában*. I. Tanulmányok a mongol népi hiedelemvilágról. Budapest

1998 *Őseink nyomában Belső-Ázsiában* II. Hitvilág és nyelvészet. Budapest

- BODNÁR Ferenc
1982 *Sarkadkeresztúr néphite*. Folklor Archívum, 14. 7–67.
- BOGLÁR Lajos
1996 *Hold gyermekei. Indián mitológia*. In: Új Elixír Magazin, 86. sz. IV. Budapest, 10–11.
- BOSNYÁK Sándor
1997 *A bukovinai magyarok hitvilága*. Folklor Archívum, 6.
1980 *A moldvai magyarok hitvilága*. Folklor Archívum, 12.
1982 *A gyimesvölgyi magyarok hitvilága*. Folklor Archívum, 14.
- CSÍKY Antal
1999 *A módosult tudatállapotról*. In: Természetgyógyász Magazin V. évfolyam. 1999. 6. Budapest, 36–37.
- CSOMA Gergely
2000 *Varázslások és gyógyítások a csángómagyaroknál*. Pomáz
- CSOÓRI Sándor
1979 *Nomád Napló*. Budapest
- DAHLKE, Rüdiger
1996 *A lélek nyelve a betegség. A körképek értelmezése és a betegség adta esély*. Budapest
1998 *Sorsfordulók. Az életválság mint az újrakezdés lehetősége*. Budapest
- DANTER Izabella
1994 *Népi gyógyászat a Kisalföld északi részén*. Lilium Aurum
- DEÁKY Zita
1996 *A bába a magyarországi népi társadalomban*. Budapest
- DETHLEFSEN, Thorwald
1995 *A sors mint esély. Ezoterikus pszichológia*. Budapest
1998 *Út a teljességhez. A betegség jelentése és jelentősége*. Budapest
- DIÓSZEGI Vilmos
1958 *A sámánhit emlékei a magyar népi műveltségben*. Budapest
- DOMJÁN Anita
2000 *Mágikus beavatkozások*. In: Új Elixír Magazin, 141. sz. XI. Budapest, 20–21.
- DÖMÖTÖR Tekla
1981 *A magyar nép hiedelemvilága*. Budapest
- DÚL Antal
1996 *Hamvas Béla életpályája*. In: Szathmári Botond (szerk.): *Gyémántnál keményebb. 100 éve született Hamvas Béla*. Budapest, 7–15.
- EKE Károly
1986 *A keleti gyógyítás útjain*. Budapest

- EÖRY Ajándok
1996 *Akupresszúra*. Budapest
- ERDÉLYI János
1848 *Népdalok és mondák*. Pest
- ERDÉLYI Zsuzsanna
1976 *Hegyet hágék, lőtőt lépék. Archaikus népi imádságok*. Budapest
- FARAGÓ József, FÁBIÁN Imre
1980 *Bihari gyermekmondókák*. Bukarest
- GAZDA József
1980 *Így tudom, így mondom*. Bukarest
- GAZDA Klára
1980 *Gyermekvilág Esztelneken*. Bukarest
2001 *A magyar hintázási hagyományok összehasonlító perspektívából*.
In: Erdélyi-Múzeum. 62. évf. 3–4. sz. 193–236.
- GIBSON, Clare
1998 *Jelek és jelképek*. Debrecen
- GULDA, Cezar
1997, 1998 *Qigong*. I–II. Bukarest
- GULYÁS Éva
1976 *Jászdózsai hiedelmek*. Folklor Archívum, 4. Budapest
- HAAG, Herbert
1989 *Bibliai Lexikon*. Budapest
- HAMVAS Béla
1996 *Eksztázis*. Medio
1988 *Scientia sacra*. Budapest
- HÉZSER Gábor
1990 *A pásztori pszichológia gyakorlati kézikönyve*. Budapest
- HOPPÁL Mihály – TÖRŐ László
1975 *Népi gyógyítás Magyarországon*. Budapest
- HOPPÁL Mihály
1970 *Népi gyógyítás*. In: Dömötör Tekla (főszerk.): *Magyar Néprajz*.
VII. *Népszokás, néphit, népi vallásosság*. Budapest, 693–724.
1981 *Szél* címszó In: Ortutay Gyula (főszerk.): *Magyar Néprajzi Lexikon*.
IV. Budapest, 627.
1996 *Szél* címszó. In: Hoppál Mihály, Jankovics Marcell, Nagy András,
Szemedám György (szerk.): *Jelképtár*. Budapest, 141–142.
- HORAN, Paula
É.n. *Gyógyító kezek*. II. *Reiki módszer*. Budapest
- ILLYÉS Gyula
1997 *Hetvenhét magyar népmese*. Budapest

- IPOLYI Arnold
1854 *Magyar mythológia*. Pest
- JACQUES Thomas
1996 *Lelki jajok – testi bajok*. Budapest
- JANKOVICS Marcell
1996 *Zsák címszó*. In: Hoppál Mihály Jankovics Marcell, Nagy András, Szemedám György (szerk.): *Jelképtár*. Budapest, 242.
- JUNG, Carl Gustav
1996 *Gondolatok a vallásról és a kereszténységről*. Budapest
1997 *Gondolatok a szenvedésről és gyógyításról*. Budapest
1997 *Gondolatok az álomról és az önismeretről*. Budapest
1995 *Föld és lélek. Az archaikus ember*. Budapest
1998 *Lélekgyógyászat*. Öt előadás. Budapest
- KAI Kermani
1998 *Autogén tréning*. Budapest
- KALLÓS Zoltán
1996 *Ez az utazólevelem*. Budapest
- KESZEG Vilmos
1999 *Mezőségi hiedelmek*. Marosvásárhely
- KÖHALMI Katalin (szerk.)
1974 *Sámándobok szóljatok. Szibéria őslakosságának népköltészete*. Budapest
- KUNT Ernő
1987 *Az utolsó átváltozás*. Budapest
- LAJTHA László, GÖNYEI Sándor
1943 *Az ősi körtánc*. In: Viski Károly (szerk.): *Magyarság néprajza*. IV. 81–91. Budapest
- LÁSZLÓ Gyula
1999 *Múltunkról utódainknak*. Budapest
- B. LUKÁCS Júlia
1998 *Kőrösi Csoma Sándor és Sangs-Rgyas Phun-Chongs láma közös műve a tibeti gyógyításról. Egy tibeti orvosi munka ismertetése*. In: Gazda József (szerk.): *Kőrösi Csoma Sándor szellemútján*. Kovászna–Csomakőrös
- LÜKŐ Gábor
1942 *A magyar lélek formái*. Budapest
- OLÁH Andor
1986 *„Újhold, új király!” A magyar népi orvoslás életrajza*. Budapest
- O. NAGY Gábor
1976 *Magyar szólások és közmondások*. Budapest
1986 *Mi fán terem? Magyar szólásmondások eredete*. Budapest

- ORTUTAY Gyula (szerk.)
1960 *Magyar népmesék*. I–III. Budapest
- ORTUTAY Gyula (főszerk.)
1977–1982 *Magyar Néprajzi Lexikon* I–V. Budapest
- PÁPAI PÁRIZ Ferenc
1977 *Békességet magamnak, másoknak*. Bukarest
1984 *Pax corporis*. Budapest
- PARÁDI József – MIKLÓSFALVI Mária
1996 *Az álomértelmezés technikái*. In: Új Elixír Magazin, 86. sz. IV. 7. Budapest
- PÓCS Éva
1986 *Szem meglátott, szív megvert*. Budapest
- RADOVÁN István
1983 *Bánsági magyar népi étkezés a századforduló táján*. In: Kós Károly, Faragó József (szerk.): *Népismereti Dolgozatok*, Bukarest 55–66.
- RÁDULY János (gyűjt, bev.)
1990 *Hold elejti, nap felkapja*. Bukarest
- ROHEIM Géza
1990 *Magyar néphit és népszokások*. Szeged
- SCHROTT, Ernst
2000 *Ájurvéda minden napra*. Budapest
- SERES András
1984 *Barcasági magyar népköltészet és népszokások*. Bukarest
- SHARAMON, SHALILA, BAGINSKI, BODO J.
1995 *Rejtett energiák. A csakratan fényében. Gyógyítás a csakrák harmonizálásával*. Budapest.
- SIMONCSICS Péter
1999 *A druidák orvoslása*. In: *Természetgyógyász Magazin*, V. évf. V. 34–35. és VI. 38–40. Budapest
- SZENDREY Zsigmond, SZENDREY Ákos, SOLYMOSSY Sándor
1943 *Babonás hiedelmek és műveletek, A magyar ősi hitvilág*. In: Viski Károly (szerk.): *Magyarság néprajza*. IV. Budapest. 286–383.
1943 *Betegség, gyógyítás*. In: Viski Károly (szerk.): *Magyarság néprajza*. IV. 193–208. Budapest
- TÁNCOS Vilmos
2000 *Eleven ostya, szép virág. A moldvai csángó népi imák képei*. Csíkszereda
- TERAH Kathryn Collins
1997 *Feng shui. A térrendezés ősi kínai művészete*. Budapest

TÖRÖK Endre

1988 *Ami teljes, és ami részleges*. In: *Újhold – Évkönyv*. Budapest

VASAS Samu

1985 *Népi gyógyászat. Kalotaszegi gyűjtés*. Bukarest

VISKI Károly (szerk.)

1933–1937 *Magyarság néprajza*. I–IV. Budapest

ZENTAI Tünde

1981 *Ormánsági hiedelmek*. Folklor Archívum, 15. Budapest

Adatközlők névsora

Ádám Ádám Mária, 1923, Ardeoani

Bálint Bálint Irén, 1930, Oroszhegy 1

Dúl Szabó Teréz, 1932, Kóbor

Erdélyi Kovács Jólán, 1923, Bolyk

Hahn Duray Éva, 1949, Losonc

Ipó Györgyné Gabriella, 1957, Marosvásárhely

Kerekes Mititel Máris, 1929, Újfalu

Kicsid Gergelyné, 1900, Kovászna

Komári Kocsis Erzsébet, 1951, Tasnád (Bereg)

Koncza Székely Erzsébet, 1921, Vízakna

Kutos Székely Sára, 1911, Pusztakamarás

László Eröss Józsiné, 1954, Pusztina

László Legedi Istvánné, 1953, Klézse

Lukács Árvai Mária, 1914, Rapp

Menyhért Juhos Etelka, 1927, Magyarpalatka

Páll Bálint Viktória, 1927, Oroszhegy 2

Simon Tóth Klára, 1930, Kalonda

Szórád Szórád Julianna, 1919, Zsére 1

Szórád Szórád Mónika, 1943, Zsére 3

Tálas Hegyi Eszter, 1914, Vajdakamarás

Ványó Piros Márta, 1931, Zsére 2

Vass György, 1929, Oroszhegy 3