

LENKEI JÚLIA

A Hirschberg-hagyaték

Egy mozdulatművészeti karrier

A *Theatron* folyóirat nagyvonalúan felajánlotta, hogy a sorozatában a közeljövőben megjelenő könyvecskéből, amely a mozdulatművészet magyarországi történetével foglalkozik, beharangozóként válasszak ki egy ívnyi részletet ezekre a hasábkra. Mivel azonban a könyv anyaga már amúgy is egy másik dolgozathoz nőtt ki, és több bört nem találnám illendőnek lenyúzni róla, a történet bizonyos részeinek korábbi feldolgozását pedig már sok évvel ezelőtt volt módomban közölni, felhasználom az ajánlatot arra, hogy emléket állítsak egy mozdulatművésznek, akivel szemben, úgy érzem, adósságom van, s aki több évtizedes pedagógusi pályáján úgy tanított mozdulatművészetet, ezen belül orkesztikát, hogy a „szakmában” jóformán semmiféle visszhangja nem volt.

A mozdulatművészet kifejezés sokmindent takar. Az emberi mozgás századeleji reformátorai a modern tánc, a gyógytorna, a megújuló iskolai testnevelés alapjait egyaránt lefektették. Követőikből lettek táncosok, koreográfusok, pedagógusok. Mások részt vettek avantgárd színpadi kísérletekben. A húsz-harminc évek magyarországi mozdulatművészeti iskolái valamennyien foglalkoztak testképzéssel, és hozzászoktatták növendékeiket a nyilvános fellépéshez, így aztán színpadi művészek is nevelődtek közülük. Amikor az ötvenes évek elején Magyarországon megszűnt a mozdulatművészet, volt aki pályát módosított, volt aki átтанult balettra, néptáncra, sokan gyógytornászok lettek, volt aki – hogy az eredetileg tanultakat folytathassa – igénybe vette a rejtékutat: a tornából levált művészi torna, ma ritmikus gimnasztika tanítása által kínált lehetőséget. Hirschberg Erzsébet az önálló művészpályáról lemondva, általános iskolai tanárként, amatőr tánccsoporthoz vezetőjének vezetésével maradt hű hivatásához.

Hogy a felszólításnak mégis eleget tegyek, íme egy kis ízelítő a könyvből:

„...Azért jöttél haza, hogy tornát taníts és táncolj” – mondja külföldön tanult mozdulatművész feleségének a magyar költő.¹ A tipikus mozdulatművészeti életút így nézett ki: a növendék valamilyen mozgásművészeti iskolának jó esetben gyermekkorától növendéke, kitűnik tehetségével, szorgalmával, ambíciójával – rosszhiszeműen azt mondhatnánk: egy-két esetben édesanyja ambíciójával, bár volt akinek épp családja ellenállásával kellett megküzdenie – mindenesetre előbb-utóbb szólista lesz. Ha komolyan érdekli a dolog, érettségi vagy legalább a négy polgári elvégzése után elvégzi először saját iskolája tanárképzőjét (vagy ha nem olyanba járt, keres magának egy tanárképzős mozdulatművészeti iskolát, hogy továbbléphessen), majd a Róka-tanfolyam mozdulatművészeti szakát, közben ilyenkor már általában mestere asszisztenseként működik s egyben szóloéstre tréningezik. Amikor megvan a diploma, valahol kibérel egy termet, elkezd tanítványokat fogadni, esetleg házakhoz is jár, széleskörű képzettségével gyógytornát tanít, gazdag úriasszonyoknak soványító tornát dik-tál, saját csoportjában tehetségeket nevel, és közben időről időre önálló esteket tart. Ideális esetben ehhez széles körű tájékozódás, külföldi továbbképzés járul, nyaranta egy-egy kurzus Laxenburgban, részvétel – legalább nézőként, esetleg szereplőként, mint például Szentpálék 1930-ban – a nemzetközi tánckongresszusokon, olykor külföldi szereplés, mint az orkesztikások bemutatója 1918-ban Berlinben vagy 1919-ben Bécsben, akkor még Dienes Valéria személyes felléptével, majd rendszerbemutató előadása asszisztenseivel Münchenben 1928-ban, vagy Nagy Etel elindulása a varsói táncversenyen stb.

¹ Vas István, *A félbeszakadt nyomozás*, Budapest, 1967, 32.

A bérelt terem eleinte egyben lakóhelyül is szolgál, a rúdon és a tükrön, esetleg zongorán kívül nemigen van más berendezése, mint a szoba sarkába lefektetett matrac: „A reggeli nap szélesen besütött az ablakon, s nedves, arany fényével előzönlötte a hatalmas, üres tornatermet, amelynek egyik sarkában, földre fektetett matracon volt megvetve az ág. A fiatal lány nemrég költözött el szüleitől, s a Szabadság tér s a Bálvány utca sarkán bérelt ki egy tornateremnek is alkalmas irodahelyiséget, amelynek csak az előszobaberendezésre futotta pénze – három fehér székre, ruhafogasra s egy piros futószőnyegre – a matracot napközben az öltöző- és mosdófülkében tartotta, az ágyneműt egy gyalult puhafa-pad belsejében, a hatalmas, tíz méter hosszú tornaterem üres volt, csak egy zöld bársonykeretes tükr függött az egyik oldalán. A terem padlójának óriási viaszolt felülete sárgán ragyogott a napfényben, mint a jáspis.”² Nagy dolog volt a kezdő és szegény mozdulatművésznek, ha már külön lakószoba is van: „... minden pengőre szükségünk volt a lakás fogyatékos és kissé egyoldalú berendezéséhez... előkészületül Eti eleendőnek tartotta tisztító- és takarítószeret mértéktelen és főként aránytalan beszerzését. Ennél fogva a Hold utcai lakásnak jó nagy szobájában és halljában ugyanannyi szabad hely volt, mint a Nádor utcában, nem is beszélve a rendeltetésénél fogva is üres, szép és ugyancsak nagy tornateremről, amelyben egyéb kellék sem volt látható, csak egy bérelt pianó mellett meg Eti táncdobja: főleg tanítás közben kezelte.”³

A lakásul is szolgáló bérelt terem azután kicsinek bizonyul, a tanár neve ismertté válik, a növendékek száma megsokszorozódik, lesz saját lakás és tornaterem színpaddal, öltözővel, zuhanyzóval, a mesternő pedig maga nem táncol többé, minden energiáját a tanításba és a koreografálásba fekteti, pályája tanítványai sikereiben teljesedik ki.

*

Eddig a részlet. Majdnem pontosan így történt Hirschberg Erzsébet esetében is. Csakhogy a pálya háromnegyede mintha csúfondárosan a fonákjáról mutatná ezt a képet. Bár már az indulás is kissé szo-

katlan: a fiatal lány, miután sokféle sportágban aktívizálta magát, 1931-ben természettudományi szakokra iratkozik be az egyetemre, és BEAC-tornászként kerül bele Dienes Valéria egyik produkciójába. A zene és a tánc iránti szeretet kora gyermekkorától él benne, sőt: meg is mutatkozott, hivatásának tudatára azonban akkor ébred, amikor ezek után elkezd Dienes Valéria iskoláját látogatni. Beiratkozik a mozdulatművészeti tanárképzőbe. Egyetemi vizsgálóival párhuzamosan vizsgázik az orkesztika elméleti tárgyaiból, a mozdulatművészet tanításának gyakorlatából. Balettet és szteppet tanul, gyermekeket tanít és koreografál, nyilvános vizsgákon és más műsorokon szerepelteti tanítványait, maga is fellép, jönnek a zeneakadémiai szólóestek (1943, 1944, 1947 – esetenként diáktársával, Geguss Kornéliával, aki későbbi iskolájában asszisztensként segíti munkáját, időnként növendékeivel). Meglesz a saját iskola, a saját terem is. Még a háború sem okoz túlságosan nagy törést a pályán. Már ekkor megmutatkozik hihetetlen szívóssága, és megjelennek a képbe nem illő elemek: vegyész mérnökként dolgozik, mozdulatművészeti aktivitása emellett zajlik. Az is stimmel, hogy a tornaterem egyben lakás, sőt: egy ideig azoknak a növendékeknek a lakása is, akiknek nincs hova menniük, továbbá ez esetben iroda is: az ostrom után ide költözik a Mozdulatművészeti Egyesület, sőt a Mozdulatművészeti Tanárképző Tanfolyam is. Keresztbefeszített kötél szaradópelenkák között zajlanak az órák, ülésezik a Választmány, vizsgáznak a hallgatók. A fordulat éve körül azonban (fiatalabbak kedvéért: 1948) már változik a helyzet. Egyre nyilvánvalóbb, hogy a különböző mozdulatművészeti/mozgásművészeti csoportosulások, ki hogy szerette nevezni magát, igyekeznek kiszorítani egymást. Talán mert még nem tudják, hogy jobb lenne összefogni, mert pillanatokon belül mindannyian ki lesznek szorítva, az egész műfaj le lesz radirozva a táncművészet palettájáról. Ő ebben a harcban nem vesz részt, nincs rá ideje, de úgy tűnik, nem is nagyon látja, s ha látja, semmiképpen nem érti, hogy mi történik. Legfeljebb rosszat sejt. Állását elveszti, a Táncszövetség ígérete tudatában újabb ajánlatot nem fogad el,

² Déry Tibor, *A befejezetlen mondat*, Budapest, 1963, III/80. Az idézet tárgya s hőse fiktív, modellje nyilvánvalóan Vas István felesége, Nagy Etel volt, de ilyen lehetett minden kezdő mozdulatművész környezete. Az „eredeti” így nézett ki: „... abban a Nádor utcai garzonszoba-komplexusban (...) utcára néző világos, nagy szoba volt, és minthogy bútorozatlanul adták bérbe, meglehetősen üres is. De nemcsak ezért volt üres, hanem azért, mert ebben a szobában Eti már tornaórákat is adott.” (Miért vijjog a saskeselyű? I. 390.)

³ Miért vijjog a saskeselyű? I. 395.

majd mivel az ígélet nem valósul meg, óraadó, később fél-félállású tanár lesz különböző iskolákban. Pálffy György igazgató halála után őt nevezik ki a Tanfolyam élére, hiszen az ügyis az ő iskolájában működik, s ő maga nemcsak órákat tartott benne, hanem már eddig is közreműködött az adminisztrációban is. (A jegyzőkönyvek, feljegyzések, beszámolók korát éljük, mindenről részletes dokumentumnak kell készülnie.) És nem tudja, hogy ekkor már eldöntött tény a Tanfolyam megszüntetése, nem veszi észre, hogy romeltakarításra szándékoztak. Végzi a dolgát, egy rohanás az élete, tanít, koreografál, adminisztrál, értekezik, mellesleg szül még egy gyereket. Ennyi feladat mellett a saját táncművészetnek annyi, de nem számít, majd jönnek a tanítványok. Aztán amikor már mindennek vége, általános iskolában tanít testnevelést, fizikát, kémiát, magyart, élettelen természetet, számtant és alkotmánytant, és orkesztikát, orkesztikát, orkesztikát. Munkahelyi tánc csoportokban, iskolai tornaórán, úttörő szakkörben. Egészen nyugdíjazásáig. Persze nem így nevezték, de ő Dienes Valéria módszeréhez haláláig hű maradt, mert hitt benne. Amikor pedig már nem volt több tanítvány, barátai biztatására leírta a rendszert.

Két dolog elképesztő. Az egyik az, hogy hányféle tanfolyamot kellett elvégezni a már nagyon magasán képzett „tanerőnek” az első években a tanítási engedélyhez. A másik az, hogy ez az asszony mennyit volt képes dolgozni az eszelős iskolai óraszám (heti 58–62 óra!!) mellett. Példák a legsűrűbb évekből: 1948. június–1950. tavasz: ideológiai tanfolyam, 1948. november – 1949. június: Pedagógus Szakszervezet pedagógiai tanfolyama, 1949–50: testnevelési szakosító tanfolyam, 1949: szakkörvezetői tanfolyam, 1950: vizsga táncírásból, 1950-tól a Népművészeti Intézet 5 éves néptánc-tanfolyama évenkénti vizsgákkal, 1951. augusztustól ideológiai tanfolyam, szeptembertől kétéves pedagógiai továbbképző tanfolyam évenkénti vizsgákkal, 1954: balettvizsga két évfolyam anyagából, 1954/55-től művészi torna edzői tanfolyam a Testnevelési Főiskolán,⁴ újabb vizsga táncírásból.

Csoportok: 1946/47: Ranolder Intézet, Csillaghegy, Margit Intézet. 1949/50. Úttörő táncszakkör a XIII. ker. Szt. László utcai iskolában, XIII. kerüle-

ti táncszakkör. 1950/51: Úttörő táncszakkör a Reáltanoda utcai és a Szemere utcai iskolában, V. kerületi pedagógus tánc csoport, Vörös Akadémia dolgozóinak tánc csoportja. 1951/52: 4 táncszakköri csoport a Reáltanoda utcai iskolában, szülői munkaközösség tánc csoportja. 1952/53: az addigiak mellett a Sportkórház dolgozóinak tánc csoportja, Deák téri iskola tánc csoportja, Mártírok úti iskola tánc csoportja. 1953/54: 8 táncszakköri csoport az iskolában, V. ker. pedagógusok és egyetemisták tánc csoportja. 1954/55: 5 tánc csoport a saját iskolában, 3 a Deák tériben.

Mindez „A tánc szerepe életemben” című emlékezéseiből tudható. Sok-sok évnyi észrevétlen működés után haláláról 1990-ben megemlékezett a *Táncművészet* című lap. A cikkíró – egykori tanítványa – munkássága ismertetése után elmeséli, hogy Hirschberg Erzsébet „utolsó éveiben visszavonultan élt. Közben csodálatos részletességgel leírta táncos működését, egy másik kötetben pedig népszerű nyelven a Dienes-rendszert, hogy „bárki tovább taníthassa”, mondta, amikor még az elmúlt nyáron megmutatta nekem jegyzetét.”⁵

1988 táján kezdtem jámi hozzá, sötét, pici Damjanich utcai lakására. Egyik cigarettáról a másikra gyűjtött, és mesélt. A sarokban apró zongora állt, ilyet még nem is láttam, nagyon tetszett. A falakon fiatalon elhunyt lánya fényképei. Keserű volt, de élet erős. Tüdejét nyaranta balatoni nyaralójában szelöltette ki. Bízott az orkesztika jövőjében. Írásait ideadta, majd visszakérte, dolgozna még rajtuk. Aztán hirtelen meghalt. Önletrajzában gyakran emlegetett Klári húga küldte el nekem újra a kéziratot. Próbáltam rá kiadót keresni, nem találtam. A „Theatron” kötetben megpróbáltam elhelyezni önletrajza néhány részletét. Az orkesztikát nem tekintette saját művének, csak a tanultak és a tapasztaltak összefoglalásának. Nem toladott mestere elé, csak évtizedekig művelte és életben szerette volna tartani a módszert. Nem tudhatom, hogy koreográfiai milyenek voltak. Nem tudhatom, hogy a rendszer hogyan működött a gyakorlatban, az órán, a tréningen, a próbán, hogyan lett belőle élő műalkotás. Az se érdekelt, hogy műalkotás lett-e. Van olyan vélemény, hogy az orkesztika minden, csak nem tánc. Azt sem tudom, hogy akik ma művelik,

⁴ Ami azért vicces, mert a művészi torna tulajdonképpen mozdulatművészet, annál többet, mint amit a Dienes-iskolában és a Mozdulatművészeti Tanárképzőben tanult, nemigen tanulhatott a Testnevelési Főiskolán, legfeljebb a sportági előírásokat meg a pontozást. – L. J.

⁵ O. E. Hirschberg Erzsébet, *Táncművészet*, 1990/2.

mert újra divatba jött, mennyire hitelesek, kell-e egyáltalán, hogy hitelesek legyenek, és műveik mi-
ben különböznek azokéitól, akik nem orkesztikát
művelnek, csak simán modern táncot. Vagy moz-
gásművészetet, mert ez a szó is ismét divatba jött,
kicsit mást jelent, mint annak idején. Így van ez
rendjén. Nem tudhatom, hogy lehet-e, szabad-e ma
Dienes Valéria-féle orkesztikát művelni, vagy pedig
inkább a ma Dienes Valériáinak kell kitalálniuk a
maguk orkesztikáját. Én a betűvel dolgozom, a múlt-
tat és az embert kutatom. Ezért most közrebocsa-
tom dr. Fekete Gézáné Hirschberg Erzsébet *Dr.
Dienes Valéria orkesztikai rendszere* című műve tar-
talomjegyzékét, előszavát, valamint függelékét.

Tartalomjegyzék

Előszó

Plasztika. A mozdulatfantom. Sikrendszerek. Tá-
masztékfokok, profilpózok. Profil mozdulatok.
Profil támasztékváltások. Profil síkváltások. Kar-
skálák. Lábszárskálák. A többi tengely pózai és
mozdulatai. Elmozdulás-elemek. Lépés- futás- és
ugrásfajok. 2, 3, 4 és 5 stb. elemű elmozdulásfor-
mák. Homloksíku pózok, mozdulatok. Homloksí-
kú tengelyskálák. Homloksíku elmozdulások. Moz-
dulatmódosító eljárások. Triéder rendszertagozat.
Számszólók, számkettősök. Számhármások, -né-
gyesek és -ötösök. Triéder tengelyskálák. Három-
síku mozdulatok. Szögletjárások. Inगतások. Há-
romsíku elmozdulások. Pózbán járáások.

Ritmika. Mozdulatritmus. Három egységű idő-
lábak. Négy egységű időlábak. Öt egységű időlá-
bak. 6, 7 és 8 egységű időlábak. Metrika, sorok.
Prozódiai sorok, metrumok. Versformák. Karüte-
mezés. Mozdulatritmika, szökkenés. Lendületek
ritmusa. Felsőszökkenés ritmusa. Fellendülés, mag-
sabb rendű lendületek ritmusa. Előkészítések, le-
szerelések. Zeneritmika. Tematikaformák, dalfor-
ma stb. Ritmikai ellenpont. Táncformák. Vokális
formák.

Dinamika. Emberséma, súlypont, súlyvonal. Di-
namikai szolgáltatások, erőhullám. A relatív dina-
mika törvényei. Az abszolút dinamika törvényei
(elmozdulások). Forma-összetételek. Mozdulat-
mondatok, emelkedők. Leszálló mondatok. Dina-
mikai minőségek.

Szimbolika. Reflex-ív. A mozdulatjelentés reflex-
tana. A mozdulatművészet kifejezésformái. Esmé-
leti állapot és viselkedésformák kapcsolata. Kifeje-

zésformák osztályozása. Orkesztikai műfajok. Moz-
dulatkórus, misztériumjáték.

Függelék. Az orkesztika módszertanáról. A moz-
dulat nevelő értéke. Jelek, rövidítések.

Előszó

Hosszas töprengés után mertem hozzáfogni ahhoz,
hogy dr. Dienes Valéria orkesztikai rendszerét leír-
jam, mégpedig olyan leegyszerűsített formában,
hogy mindenki megérthesse. Persze a részletes tel-
jesség igénye nélkül.

Ajánlom soraimat mindazon volt növendékeim-
nek és testnevelő tanároknak, akik az orkesztikát
megismerni vagy tanítani akarják.

Dr. Dienes Valéria eredeti, teljes orkesztikai
rendszertana nincs birtokomban, mindössze kézira-
tának egyes részletei. Tehát csak annyiról tudok
beszámolni, amennyit tőle, a vele együtt töltött 10
év alatt elsajátítottam. Merem ezt tenni, annál is in-
kább, mert egyrészt pontosan vezetett jegyzeteim
vannak Vali néni óráiról, másrészt több mint há-
rom évtizeden át tanítottam orkesztikát, s úgy ér-
zem, hogy e gyakorlati munka folyamán elmélyül-
tek bennem az orkesztikai ismeretek. Nem beszél-
ve arról, hogy fődr. Dienes Valéria, sokunk Vali né-
nije is bízott bennem annyira, hogy iskolájának
megszűntekor rám testálta az orkesztika tanításá-
nak jogát. Úgy érzem, meg is érdemeltem bizalmát.
Annál is inkább, mert az ötvenes évek alatt, ami-
kor is nem volt előnyös dr. Dienes Valéria követő-
jének lenni, én hűséggel folytattam rendszerének
tanítását. Az 1949–50-es tanév alatt megszüntet-
ték az Országos Mozdulatművészeti Tanítóképző
Tanfolyamot, amelynek igazgatására Pálffy György
igazgató halála után én nyertem megbízást. A tan-
folyam megszűntével állás után kellett nézmem. Az
akkori körülmények miatt nem tudtam mint ké-
mia-fizika szakos középiskolai tanár elhelyezked-
ni. Végül is, hála a Testnevelési Szakosító Tanfo-
lyamnak, amelyre akkor jártam, mint testnevelő,
óraadó helyettes tanár nyertem állást a XIII. ker.
László utcai általános iskolában.

Első dolgom volt az iskola tánccsoportjának
megalakítása. Ahhoz azonban, hogy elkezdhessem
a mozdulatművészet tanítását, engedélyt csak úgy
kaptam, ha elvégzem a Testnevelési Főiskolán meg-
szervezett művészitorna tanfolyamot. A néptánc
tanításához szükséges engedély megszerzése érdeké-
ben öt éven át jártam a Népművészeti Intézet nép-
tánc-, balett stb. óráira. Dr. Horvát Elza igazgatóm

kérésére megalakítottam a XIII. kerületi Úttörő táncszakkört. Ez sem ment engedély nélkül. El kellett végeznom egy „gyermektánc” tanfolyamot, majd az úttörő szakkörvezetői tanfolyamot. Még több átképző tanfolyam elvégzése után, végre elnyertem a jogot arra, hogy művészitornát, néptáncot taníthassak és úttörő táncszakkört vezethessek. A XIII. kerületből áthelyeztek Rákoscsabára, onnan a Jázmin utcai általános iskolába, majd 1951. aug.-ban kerültem az V. kerületbe Fél Ella ig. általános iskolájába. Itt már a testnevelésen kívül tanítottam kémiát, fizikát, számtant, alkotmánytant stb.

Nehéz időszak volt ez számomra, annál is inkább, mert 1948-ban megszületett első kislányom és 1951-ben a második. Délelőttönként tanítottam kémiát, fizikát stb., délutánonként voltak a művészitorna- és táncanfolyamok. Ebben az iskolában tanítottam 1972-ig, amikor is nyugdíjaztak.

E könyv megírására ösztökélt az is, hogy az orkesztika rendszerét tartom a legalkalmasabbnak arra, hogy gyermekeinkből testi-lelki szempontból harmonikusan fejlett, fegyelmezett, a szépért, jóért lelkesedő, munkára képes embereket neveljünk.

Írásommal egyben szeretnék emléket állítani dr. Dienes Valéria nevének, akit minden szempontból rendkívüli egyéniségnek tartok. Mint a matematika, filozófia, esztétika doktora, a zenetudomány, a német, francia, angol nyelv tökéletes ismerője, világhíró utazásai folyamán jutott el a mozdulat jelentőségének felismeréséhez. A két világháború között alapította meg orkesztikai iskoláját. Az orkesztika elnevezés görög eredetű szó. Orkesztra táncolók helye volt a színpadon. Az orkesztika a mozgások tanulmánya.

Mi is a mozdulat? Olyan mozgás, helyváltoztatás, amelyet élőlény végez, anélkül hogy erre külső erő kényszerítené: „mozdul”. A mozdulat határa a *póz*, az élőlény helyzete. Minden mozdulat póztól pózig terjed.

És mi a mozdulatművészet? Az emberi mozdulat kifejező értékének önálló művészetté emelése, az ember testi-lelki formálása által létrejött új, klasszikus művészet. A művészeti ágak legősibb és legáltalánosabb faja. Legősibb, mert már a legprimitívebb népeknek is sajátja, és legáltalánosabb, mert magába öleli úgyszólván az összes művészeti ágakat. Rokon a zenével ritmusában, a szobrászattal forma- és vonaljátékában, rokon a festészettel a színek és fények hatásában. Elválaszthatatlan a tudományok egyes ágaitól, a geometriától, a fizikától, az anatómiától, a lélektantól stb.

Mit jelent az egyén számára a mozdulatművészet? Mit jelent táncolni? Átélni a mozdulat, az izmok felett érzett uralom, a ritmus oly mámorát, mint amelyet talán a repülő ember érez. Hogy ennek varázsát felfogjuk, nem elég semmiféle magyarázat, azt át kell élnünk. Azonban nem minden tánc művészet is egyben. Ahhoz, hogy azzá váljék, nem elég a technikai adottság, teremtő erőre van szükség. Ez a teremtő erő az emberrel együtt született ajándék. Ez persze nem azt jelenti, hogy ez vég nélkül kipadhatatlan, önmagától mindég megújuló ötletek, ideák halmaza, hanem komoly munkát jelent. E tény első pillanatban talán ellentmondásosnak látszik, pedig nem az. Teremtő erő nélkül nem lehet valaki mozgásművész, de hiába van ennek birtokában, ha nem találja meg mozdulatélménye számára a megfelelő formát. Ha nem végleges ez a forma, a tánc egy többé-kevésbé sikerült improvizáció csak, mely állandóan a véletlenek befolyása alatt áll.

A benyomások hatására a mozdulatművész öntudatát érzelmek árasztják el, amelyeket fantáziája kifejezésekké formál, ha rendelkezésére állanak bizonyos technikai ismeretek. Ezeket az ismereteket nyújtani célja az orkesztika tanításának. A technika fejlesztését segíthetik az akrobatikai, a balett, a sztepp stb. gyakorlatok is.

Az orkesztika rendszerének ismerete lehetővé teszi, hogy mozdulat ne történjék öletszerűen, hanem tervszerűen, jobban meg tudjuk érteni, rögzíteni és tanítani azt. Nem elég tehát éreznünk izmaink segítségével a mozdulatot, hanem ismerünk kell azt gondolkodásilag is.

Minden rendszerezéshez három tényező szükséges:

1. egy valóságtartalom, amit rendszerezünk;
2. egy kiválasztott elv, amely szerint a rendszerezést végezzük;
3. egy értelmi és tapasztalati munka, amely szerint a rendszerezést végezzük.

Az orkesztikai rendszer valóságtartalma az emberi mozdulat.

A vezető elv megválasztása szempontjából sokféle mozdulatrendszer létezik. Pl. Mensendieck rendszerezési elve az anatómia, Delsarte francia művészé a mimika, Dalcroze alapelve a ritmika, és még felsorolhatnánk sokakat.

A fenti rendszerek, bár mindegyik csodálatos volt a maga nemében. Bizonyos fokig mellőznek valami fontos tényezőt. Ezzel szemben az orkesztika rendszere átfogóbb és általánosabb, mert filozófiai

szemléleten alapul. A mozdulatot keletkezése pillanatában figyeljük meg. Megvizsgáljuk, hogy milyen létezők szükségessé válnak létrejöttéhez.

- a) Elsősorban szükség van a térre, melyben a mozdulat történik.
- b) Szükség van időre, ami alatt lejátszódik.
- c) Szükség van erőre, mely létrehozza.
- d) Végül minden mozdulat kifejez valamit.

E négy tényező határozza meg az orkesztika négy tagozatát, amelyeket más szóval a rendszer négy határozományának is nevezhetünk.

A mozdulat tárbeliségét tanulmányozza a *plasztika*. Időbeli eloszlását a *ritmika*. Erőadagolását a *dinamika*. Minden mozdulat valamilyen eszmei tartalom kifejezője, mindnek van valami jelentése. S minthogy minden mozdulat csak jelképezve tudja kifejezésre juttatni az eszméleti tartalmat, a neve *szimbolika*.

E négy tagozat nem választható el egymástól élesen, csupán arról van szó, hogy valamelyik a többihez képest hangsúlyozottabban jut előtérbe. A rendszer valódi célja a negyedik tagozat.

Az orkesztika rendszertanának feladata a négy fenti határozomány tárgyalása: ismerteti az emberi test képzésére való alkalmazását és az egyes gyakorlatok közlésének módját. Utóbbi már részben módszertani feladat. A rendszertan és a módszertan egymást kiegészítő tanulmányok. A munka tehát ketős: elméleti és gyakorlati.

Az első három tagozat, továbbá a balett, a sztepp, az akrobatika stb. az eszközként szereplő technikát szolgáltatják. Ezek birtokában tudja a művész kifejezni mindazt, ami eszméletében lejátszódik.

Függelék

Az orkesztika módszertanából

Az eddig leírtakat az orkesztika rendszertanának vázlatos ismertetésére szántuk. Egy következő kötet az orkesztika módszertanát óhajtja tartalmazni. Nem zárhatjuk le mégsem e kötetet anélkül, hogy legalább néhány tájékoztató megjegyzésben ne utalnánk az orkesztika rendszerének módszertani használatára, melyek az orkesztika tanításának 25 esztendő tartama alatt kikristályosodtak.

Rendszert építeni és annak módszerét megalkotni nem azonos, sőt, mint e munka bevezetésében láttuk, bizonyos értelemben ellentett irányú tevékenység. Tévedne tehát az, aki azt hinné, hogy e

rendszertani felismerések alapján csoportosított mozdulatanyagot minden további alakítás nélkül át lehet vinni a tanításba.

A mozdulatanyag módszeres átadásában nem hanyagolhatjuk ugyan el a rendszertan alapjait, sőt nem is állapíthatunk meg módszertani szabályokat anélkül, hogy meggondolásainkat ne a rendszertan talajából fakasztanánk. Ez azonban nem jelenti, hogy a módszertan a rendszertannak másolása. Azonos rendszertani tagozatba tartoznak olyan mozdulatok, melyek a kivétel szempontjából igen távol állanak egymástól. A rendszer elméleti, a módszer gyakorlati céllal dolgozik. A rendszer a gondolkodás kedvéért készül, a módszer a cselekvésformákat szolgálja. Nem biztos, hogy ami gondolatilag egyszerű, cselekvésileg is egyszerű lesz, és lehetséges, hogy ami gondolatilag bonyolult, cselekvésben közvetlenül megvalósítható.

A következőkben adandó módszertani utasítások azokhoz szólnak, akik a jelen rendszertani munka alapján a tanítás gyakorlatába óhajtják átvenni az itt megtárgyalt mozdulatanyagot.

Két gondolat köré csoportosítjuk ezeket az utasításokat. Egyik az orkesztikai anyag *átadásának módjára*, a másik ennek az *anyagának megválasztására* vonatkozik.

Kezdjük a másodikon, hiszen a munka ott kezdődik. Az orkesztika mozdulatanyaga kétféleképpen kezelhető:

Lehetséges, hogy olyan tanulóknak szánjuk, akik szakszerűen kívánják képezni magukat a végéből, hogy az orkesztika tanítása életpályájukká váljék. A legtöbb esetben azonban amatőr tanítványokkal van dolgunk, akik az orkesztikát saját testük jobb felépítésére és egyéni életük gazdagítására akarják fordítani. Az anyagválasztásra vonatkozó módszertani megjegyzéseink erre az utóbbi esetre vonatkoznak.

Az orkesztika általánosan alkalmazható testképző értéke úgy érvényesül, hogy annak minden rendszertani tagozatát párhuzamosan alkalmazzuk. Egy és ugyanabban az órában tehát plasztikai, ritmikai, dinamikai és szimbolikai gyakorlatokat végeztetünk. A haladás tehát koncentrikus.

Az óra első pillanatainak frissítő futása után plasztikai gyakorlatok következnek. A *plasztika* további mozdulatanyaga alkalmas az izomzat átmelegítésére. Az egész testet mindég más-más izomcsoportot igénybevevő gyakorlatok minden oldalú készenlétet teremtenek a folytonosan intenzívebbé váló munka kivételére. Az ezt követő ritmi-

kai gyakorlatok a felvett és már átdolgozott plasztikai anyagot időtagolásokba viszik, s azoknak *ritmikus* eloszlásaival egyre fokozzák intenzitását. Az adott időformáknak és az átvett plasztikai anyagnak most a *dinamikai* töltésekkel való ellátása következik. Ezzel a mozdulatanyag eléri intenzitásának legmagasabb fokát, és elérkezik az utolsó szakasz, a *szimbolika*. Ebben az átvett térformák és időformák új és összefüggő rendbe, mozdulatkórusokba foglaltatnak. A csoport fejlettségéhez képest, esetleg szabad mozdulatválasztással történő gyakorlatok, improvizációk zárják az órát. Az anyag konkrét megválasztása természetesen attól is függ, hogy a növendékek milyen korúak. A gyermekek más mozdulatanyagot igényelnek, mint a felnőttek. Más léptekkel haladunk az iskolába még nem járó, más-sal az alsó vagy felső osztályokba járó gyermekek tanításában.

A mozdulat megértése általában gyorsan fejlődik. Az orkesztika tanításában szerzett tapasztalataink azt mutatják, hogy a gyermek átlagosan a nyolcadik életévében megy át ezen a fejlődésszakaszon, melyen alul még mozdulatilag gyermeknek, és melyen felül már mozdulatilag felnőttnek tekinthető. Általánosságban ki lehet mondani, hogy a tíz éves gyermek mozdulatmegértésben egyenértékű a felnőttel. Legfeljebb mozdulatfegyelme vagy mozdulatkoncentrációja lehet kisebb, de kellő figyelemmel és fegyelmeléssel nem marad a felnőtt mögött.

A mozdulat annyira közel áll a gyermekhez, hogy még annak elméleti vonatkozásai is könnyen áttekinthetők számára, és a gyermekcsoportokban sikeresen lehet a rendszertani fogalmakkal úgy játszani, hogy az a gyermekek teljes érdeklődését lekösse és mozdulatalakításra bírja őket.

Az orkesztikai óraterveknek ez a természete a technikai fejlettségnek minden fokán egyformán érvényesül. A technika azonban nem az egyetlen rendezési szempont. Vannak technikailag könnyű gyakorlatok, melyek azonban felfogásbeli nehézségekkel járnak: egybeállításuk meggondolásokat kíván, térre, időre, erőre vonatkozó megítéléseket, amelyek a testileg könnyű gyakorlatot szemléileg nehézé teszik. Vannak viszont igen könnyen áttekinthető, egész tér-idős-erős mivoltukban azonnal megérthető gyakorlatok, melyeknek technikai kivitele azonban szélsőséges szolgáltatást vár az izomzatától, és így a technikailag „nehéz” gyakorlatok közé sorozandók. Ennek a két szempontnak egyesítésével határozzuk meg a tananyag fokozatos rendjét.

Azokat a mozdulatokat kell kiválasztanunk, melyek a szem által támasztott igényeknek megfelelően, azaz a szépség követelményeinek eleget tesznek, egyszersmind kielégítik a test harmonikus képzésének kívánalmait is.

A *plasztikai* anyag megválasztása azon az alapon történik, hogy először gyakoroljuk a támasztékvaltoztatásokat, azután ezeknek a tengelyskálákkal módosított változatait. Végül azokat a formákat, melyek az elmozdulásokat készítik elő.

A *ritmikai* anyag első része az időtagolás pontos érzékeltetése miatt kisebb erőszolgáltatású, mert a testnek az idő érzékelése végett előbb az elmozdulások legato formáival kell élnie, hogy az időmegfigyelésben semmi ne zavarja. Azután következik az egészen a mozdulat erőtényezőjének átadott test munkája, melyben a ritmus a maga természetes hangsúlyával jelenik meg. Ezt követi a plasztika *át-dinamizálása*, melyben a továviteles mozdulatok szakaszonként egyszerre adott és azokat szakaszonként kimerítő mozdulatelemekből állanak.

A *szimbolikai* gyakorlatok, amelyek az órát befejezik, a lehető legváltozatosabban és a növendékcsoport fejlettségéhez mérten alkalmazandók: például a gyermek játékos kedvét fejlesztő gyakorlatok formájában. A felnőttek feladatai lehetnek ornamentikai célúak, később, mikor a mozdulatanyag változatosabbá válik, eszméleti állapotok egyszerű formában való ábrázolásai lehetnek e munkák feladatai.

A mozdulat nevelő értéke

Az eszméleti jelenségek mozdulatelemeit emlegetni, hangoztatni azt, hogy belső életünk eseményeinek mozdulatok a hordozói, mindez ma már a lélektan közhelyei közé tartozik. Mozgás-észrevételek, mozdulatemlékek nyújtják azt a szilárd gerincet, melyen lelkivilágunknak áramlása kikristályosodik.

Ha a lelki életnek a motorikus felfogása igaz, akkor a testnevelésnek a szellemi és erkölcsi neveléssel szorosabb kapcsolatban kellene lennie, mint eddig. A testnevelést ki kell hozni az általános neveléstudomány mezejére, hogy annak minden ágával kapcsolatba kerüljön.

Régen mondjuk, hogy a lélek hajtókereke a test. Nem nézzük meg azonban eléggé, hogy a testnek miféle képessége az, ami a lélekhez legközelebb vezet. Ezért nincs termékeny vezérelvünk a testnevelésben. Fejlesztjük a testet önmagáért, anatómusok,

fiziológusok vagyunk, és testnevelésünk külön szakad a nevelés szellemi és erkölcsi ágaitól, legalábbis nem lép velük tervszerű kapcsolatba. A testet nem mint öncélt, hanem mint a lélek eszközt kellene formáló kezünkbe venni.

Mindaz, amiről meg lehet tudni, hogy a testnek lelke van, tulajdonképpen a mozdulat, mely minden spontaneitásunk hordozója. A mozdulat akaratunk egyetlen terméke, mozdulat minden tettünk, minden érzelmünk, beszédünk, gesztusunk. Emlékezésünk, képzettársításunk csupa mozdulatkapcsolódás.

Testünk valójában nem más, mint lelki életünk mozdulatszínháza, akaratunk birodalma, mondanivalóink közvetítője.

A fizikai világ ránk parancsolja, hogy mit érzékeljünk. Nem tehetek róla, hogy pirosat látok, ha piros fénysugár éri a retinám. Érzékszerveimmel nem akarhatok. Ugyanilyen tehetetlen vagyok a testemből származó közérzetekkel szemben. Ha nincs enniválóm, éhes vagyok, a megvágott ujjam fáj, ha nem is akarom. Még lelki életem is megcsúfolja akaratomat, amikor például nem tudok elúzni bántó gondolatokat, vagy nem tudok felidézni szükséges emlékeket. Mindezen fizikai, biológiai és pszichológiai lehetőségekkel szemben csak mozdulattal védekezhetem. Ha nem akarom a pirosat látni, elfordulok. Ha éhes vagyok, táplálék után nézek, s ha fáj az ujjam, orvosságot keresek. Vagy például, ha nem találok az emlékeimet, szándékos gondolat sorokat idézek fel. Minden, amit testi vagy lelki életemben akarattal elkövetek: mozdulat.

A testnevelés tehát, ha nem a testet önmagáért, hanem a testen át az egész embert akarja nevelni, a mozdulatot kell céljainak középpontjává tennie. Ez így furcsán hangzik. Lehet mással, mint mozdulattal testet nevelni? Van-e tornarendszer, melynek nem mozdulat az eszköze? Nem, valóban nem lehet mást tanítani, mint mozdulatot.

Minden értelmi tanítás, minden erkölcsi befolyás mozdulatsorok beidegzése, reflexpályák kijárása. Meg kell mutatnunk a tanulóknak azokat a motorikus elemeket, melyekkel tanulásának eredményét elérheti.

Nagy különbség azonban mozdulatot tanítani úgy, hogy tudjuk mit tanítunk, és úgy, hogy nem tudjuk. Testnevelésünk még mindig nincsen áthatva attól az újítástól, amit a valódi mozdulattanítás hozhatna az iskolába. Ez természetellenes, mert a testnevelésnek kellett volna felfedezni a mozdulatot. Ennek az a régen begyökerezett tévedés volt a forrá-

sa, hogy a testnevelés egyetlen célja az izomzat erősítése. Nem volna szabad megfélemlíteni arról, hogy a testnevelésben a test nem cél, hanem eszköz.

Csak a legutóbbi évtizedekben indul virágzásnak egy néhány olyan mozdulatrendszer, melynek jelszava: „A testet is a lélekért!”

Az iskolai tornarendszerek nehezen engedik át a teret az új áramlatoknak, melyek nem közülük erednek. Színpadokon, zeneiskolákban, kulturálatlan népek körében születnek meg az új mozdulatkultúra vezető gondolatai, s a régi rendszerek testnevelő törekvéseivel szemben mozdulattudomány címmel csoportosulnak az új törekvések. Amikor megjelennek, a német és a svéd torna virágzik. Ezek mind elsősorban pózokat, testtartásokat tanítanak. A német torna szabadgyakorlatai abból állnak, hogy bizonyos pózokat adott ütemre fel kell venni és adott ütemre megszüntetni. A szergyakorlatok lényege a nem talpra támasztott testsúly kiegyensúlyozásához szükséges helyzetek megtanulása, az erre való izomerő megszerzése.

A svéd torna az emberi test anatómiai ismeretéből kiinduló izomtréning, s minden gyakorlata a bordásfal segítségével vagy anélkül felvett testállások megvalósítása, izomnyújtások és -vastagítások, helyzetek tanítása árán. Az elmozdulásfajokból csak néhányat: járást, futást, szökdelést alkalmaznak, és sejtelmük sincsen a test eldobásából s az eldobott test felfogásának különböző módjaiból származó határtalan mozdulatkincsről.

Ez a megfontolás természetes. *Elsősorban* azért, mert addig, amíg nem a lélekkultúra, hanem az izomkultúra a cél, addig a test fejlesztésének a póz éppen elegendő eszköze. Nehéz póz, szokatlan póz, izomfejlesztő póz, de póz és nem mozdulat. *Másodsorban* azért, mert első tekintetre úgy tűnik, mintha a póz lenne a mozdulat célja, hiszen sokszor azért mozdulunk, hogy más testtartásba, más helyzetbe jussunk. De a testpedagógiának nem másolnia kell a gyakorlatban látottakat, hanem a gyakorlati élet sikerét kell biztosítani. És minthogy a pózt a mozdulat teremti, az igazi mozdulatkultúra nem pózt, hanem mozdulatot fog tanítani.

E cél helyessége kiderül, mielőtt a testnevelés olyan mozdulatok tanítására fekteti a súlyt, amelyeknek más célja is van, mint a kezdő és záró póz megvalósítása. Ha például pálcát kell átugrani vagy dárdát kell hajítani, akkor kétségtelen, hogy már nem az induló és záró póz a fontos, hanem az „elugrás”, az „elhajítás” mozdulatának ideje, dinamikája. Az atlétika felsőbbsege innen származik. Itt nem

helyzeteket, hanem mozdulatokat tanítanak. A helyzet csak az elmozdulás útbaigazítója, de nem ő, hanem a mozdulat folyamata dönti el a célba vett cselekvés sikerét.

A pedagógiai cél tehát mindenképpen a mozdulat. E cél felismerése azonban nem pedagógiai, hanem művészi eredetű rendszerekben tűnt fel először. Az emberi érzélemvilág zenébe és mimikába ömlő igényei indítottak el mozgalmakat, melyek Delsarte, a francia színész, Dalcroze, a svájci zene-

professzor, Isadora Duncan, az amerikai táncművész, Laban, a magyar származású mozdulatprofesszor stb. nevéhez fűződnek.

Mindannyian a mozdulat lélektani hordozóképességét érzik, aknázzák ki, de ugyanezért a célért különböző utakon járnak. Érzik, hogy az emberi test sokkal teljesebb, eredetibb művészetnek válhat eszközzé, mint aminőt koruk belőle kitermel, s a mozdulatnak lélektani és morális kincsére esik tekintetük.