



universität
wien

MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Irodalomterápia és női sorskérdések a 20. század eleji magyar írók műveiben

verfasst von | submitted by

Annamária Forgács BA

angestrebter akademischer Grad | in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Master of Arts (MA)

Wien | Vienna, 2026

Studienkennzahl lt. Studienblatt |
Degree programme code as it appears on the
student record sheet:

UA 066 684

Studienrichtung lt. Studienblatt | Degree
programme as it appears on the student
record sheet:

Masterstudium Hungarologie und Finno-Ugristik

Betreut von | Supervisor:

Mag. Dr. Karoly Kokai Privatdoz.

Tartalomjegyzék

1. Bevezetés.....	4
1.1. Irodalomterápia.....	4
1.2. Irodalomterápia a gyakorlatban	8
1.3. Női sorskérdések az irodalomterápia tükrében	11
1.4. Az irodalomterápia kutatásának jelenlegi állása	14
1.5. Kritikai megközelítések és a tudományos megalapozottság kérdései.....	16
2. Az irodalomterápia elmélete	17
2.1. Az irodalom és az érzelmi ellenállóképesség.....	17
2.2. Az irodalomterápia fogalmi meghatározása.....	18
2.3. Irodalomterápia az ókori gyökerektől a modern biblioterápiáig.....	20
2.3.1. Az ókor, középkor és a kettő közötti átmenet.....	20
2.3.2. Az irodalom szerepe a 17-18. századi társadalomban	22
2.3.3. Az olvasás szerepe a 19. századtól kezdődően	23
2.3.4. Az irodalomterápia a 20. században	24
2.3.5. Irodalomterápia Magyarországon	25
2.4. Az irodalomterápia alkalmazása.....	26
2.4.1. Az irodalomterápiát alkalmazó szakemberek köre	27
2.4.2. A csoportos irodalomterápia	29
2.4.3. Az egyéni irodalomterápia	31
2.4.4. Az irodalom önálló, terápiás célú használata.....	33
2.4.5. Az irodalom és pedagógia összefonódása.....	34
2.4.6. Naplózás és kreatív szövegalkotás	36
2.4.7. A fordítás, mint az irodalomterápia önálló módszere	37
2.5. Az irodalomterápia műfaji kontextusai.....	38
2.5.1. A mese terápiás funkciója	39
2.5.2. A líra és a költészet terápiás lehetőségei.....	40
2.5.3. A novella mint terápiás médium	40
2.5.4. A regényterápia mélystruktúrái.....	41
2.5.5. A dráma és dramatikus feldolgozás terápiás potenciálja	42
2.6. Az irodalomterápia szakirodalma	43
2.6.1. Az olvasás mentálhigiénés szerepe Béres Judit elmélete szerint.....	46
2.6.2. Az irodalomelméleti megalapozottság szerepe az biblioterápiában Jeney Éva szerint	49
2.6.3. A biblioterápia alkalmazása a gyakorlatban: Bartos Éva szerkesztői munkája	52
2.6.4. A meseterápia elméleti és gyakorlati dimenziói Boldizsár Ildikó munkásságában	54
3. Női sorsok a 20. századi női irodalom és az irodalomterápia tükrében.....	56
3.1. Női sorskérdések a 20. század társadalmi átalakulásában.....	56
3.2. Változás a nők hagyományos szerepeiben és a feminizmus	61
3.3. A feminizmus magyarországi alakulása	65
3.4. Író nők a magyar irodalmi kánon perifériáján	68
4. A 20. század eleji magyar író nők munkássága irodalomterápiás szemszögből	70
4.1. Czóbel Minka költészetének kortárs újraértékelése és biblioterápiás relevanciája	70
4.2. Tormay Cécile társadalmi és irodalmi szerepvállalása a modern női identitás kontextusában	74

4.1. Lesznai Anna interdiszciplináris művészete és irodalomterápiás relevanciája	79
4.4. Erdős Renée irodalmi szerepvállalása és irodalomterápiás jelentősége	82
4.5. Török Sophie: Női identitás, trauma és introspekció a modern magyar irodalomban.....	85
4.6. Kaffka Margit irodalmi jelentősége és kánoni pozíciója.....	87
4.6.1. Kaffka Margit feminista irodalmi pozíciója a 20. század eleji magyar irodalomban	89
4.6.2. A <i>Színek és évek</i> című regénye	93
4.6.3. Női sorsok Kaffka Margit <i>Színek és évek</i> című művében.....	100
4.6.4. A narráció szerkezete és pszichológiai mélység a regényben.....	102
4.6.5. Az időkezelés a <i>Színek és évek</i> narratív struktúrájában	104
4.7. Földes Jolán prózájának nemzetközi sikere és irodalomterápiás olvasata.....	107
4.7.1. A kritikai recepció és irodalomterápiás értelmezés	110
4.7.2. A <i>halászó macska uccája</i> című regény	111
4.7.3. A kivándorlás posztkolonialista olvasata a műben	113
4.7.4. Női sorsok a regényben.....	117
5. Összegzés.....	122
<i>Deutschsprachiges Abstract</i>	126
<i>Bibliográfia</i>	128

1. Bevezetés

1.1. Irodalomterápia

Az olyan művészeti kifejezésformák, mint a mesemondás, az ének, a tánc a vizuális művészetek és a kézművesség, már az emberi kultúrtörténet kezdetei óta nem csupán mágikus, esztétikai és rekreációs célokat szolgátak, hanem pszichológiai, illetve szociális funkciókat is betöltöttek. A művészeti tevékenységek elősegítették a kollektív és egyéni traumák feldolgozását, valamint a lelki regenerációt is a különböző történelmi korszakokban.

Az irodalom szerepe ebben különösen kiemelkedő, hiszen nemcsak a kognitív műveltség és az olvasottság közötti összefüggés tapasztalt igazoltsága ismert, hanem az is, hogy az irodalmi szövegek befogadása jelentős emocionális és mentálhigiénés hatással bír, főként ha figyelembe vesszük az önreflexiót, az érzelemszabályozást vagy a narratív identitásképzést elősegítő hatását. Ennek a komplex hatásmechanizmusnak köszönhetően vált az irodalomterápia a művészetterápia egyik önálló és releváns módszertani ágává. Ugyanakkor mind elméleti mind módszertani szempontból kihívást jelent az irodalomterápia fogalmi megragadása: a szakterületi diskurzusban ugyanis nem alakult ki egységesen elfogadott definíció, amely megfelelően visszatükrözné interdiszciplinaritását: a pszichológiai irodalomtudományi és szociokulturális dimenziók komplex integrációját.

Szakedolgozatom kiindulópontjaként ezért igyekszem először is egy átfogó, terminológiai, történeti és elméleti szempontokat is figyelembe vevő áttekintést adni az irodalomterápiáról, melynek önmagában már az elnevezése is jelentős fogalmi tisztázatlanságot hordoz. Enne legfőbb oka a 'terápia' kifejezés, melynek alkalmazása nem csak leszűkítő, hanem félrevezető is, hiszen annak klinikai jelentéstartalma elsősorban mentális vagy fizikai zavarok kezelésére utal, miközben az irodalomterápia számos esetben egészséges személyek fejlődését önismeretét, érzelmi intelligenciáját is képes szolgálni.¹

A biblioterápia működési elvének kiindulási alapja, hogy egy kiválasztott olvasmány segítséget tud nyújtani az egyénnek, hogy megértse és feldolgozza problémáit, elakadásait. Az irodalmi művek képesek támpontokat adni az olvasó számára érzései pontosabb azonosításához, valamint világképe finomhangolásához. Az irodalomterápiás folyamat során a résztvevő külső nézőpontból reflektálhat személyes nehézségeire, és a feldolgozott szöveg által megmutatott példák vagy ellenpéldák segítségével új értelmezési és megküzdési stratégiákat tud kidolgozni.

¹ FÁBIÁN Edit, *Az olvasás lelki folyamatai: biblioterápia*, Szakedolgozat, Baja, 2005, 16.

A szépirodalmi művekben tematizált emberi alapélmények – mint a féltékenység, kapzsiság, dominanciaigény, és a szeretet, szerelem, gondoskodás iránti vágy – időtől és kultúrától függetlenül vannak jelen az emberi tapasztalatban. E motívumok lehetőséget kínálna az olvasó számára, hogy saját belső tartalmaira tudatossá váljon és verbalizálja azokat, miközben egyfajta pszichés távolságot is kialakít megterhelő élményeivel kapcsolatban. A közösen olvasott szövegekről folytatott dialógus egyúttal elősegíti a problémafókuszú attitűd átalakítását egy megoldáscentrikus gondolkodási irányba. A szövegbeli szereplőkkel való azonosulás szintén kulcsfontosságú elem: egyrészt lehetőséget ad a saját élethelyzet újraértelmezésére, másrészt a mű tanulságai alkalmazhatóvá válhatnak a mindennapi élet kontextusában is.² Ezen dinamika a jelen szakdolgozat visszatérő elemét fogja képezni.

Elemzésemben két magyar nyelvű szakirodalmi könyvből indulok ki, melyek közül az egyik elméleti a másik pedig gyakorlati oldalról közelíti meg a témát. Jeney Éva *Nyitott könyv*³ című műve azzal az új megközelítéssel kezeli a magyar szakirodalomban a biblioterápia elméletét, hogy irodalomtudományi-irodalomelméleti megközelítésben igyekszik érthetővé tenni az olvasók számára. Emellett pedig elénk tárja az irodalomterápia működési elvét is, megmutatva, hogy miben segíthet az olvasmány, milyen rejtett üzeneteket közvetíthet az olvasó felé. Béres Judit *Azért olvasok, hogy éljek – Az olvasásnépszerűsítéstől az irodalomterápiáig*⁴ című könyve kapcsán pedig arra reflektálok, hogy a gyakorlatban milyen bevált megközelítések vannak az olvasásfejlesztés és az irodalomterápia területén jelenleg.

Az irodalomterápia alkalmazási területeinek áttekintése megmutatja, hogy a különböző megközelítések közös nevezője a pszichés támogatás és a személyes fejlődés előmozdítása. Eredményesen alkalmazható egyrészt a gyermekek fejlesztésének számos területén: így például az iskolai felkészítésben gyermekotthonban nevelkedő vagy traumatizált gyermekekkel végzett terápiás munkában továbbá a gyógypedagógiai fejlesztések kiegészítő eszközeként. Másrészt a felnőttkorú célcsoportok körében is széles körben használatos: a módszer hatékonyan integrálható szociális, oktatási, kulturális és egészségügyi intézmények munkájában, ahol különböző szintű érzelmi támogatásra, önismereti munkára vagy közösségi integrációra van szükség.⁵

Az irodalomterápia alkalmazási formái tipológiailag több pontban különíthetők el, mind a felnőtt korú, mind a gyermek célcsoportoknál:

² BARTOS Éva szerk., *A biblioterápia közéről. „A szentendrei modell”*, Pont, Budapest, 2020.

³ JENEY Éva, *Nyitott könyv. Irodalom, terápia, elmélet*, Balassi, Budapest, 2012.

⁴ BÉRES Judit, *Azért olvasok, hogy éljek. Az olvasásnépszerűsítéstől az irodalomterápiáig*, Kronosz, Pécs, 2017.

⁵ *Uo.*, 117-120.

- A pszichés zavarokkal küzdők ambuláns és kórházi kezelésének kiegészítése, mely éppúgy lehet egyéni, mint csoportos, és elsősorban az alany pszichés állapotának stabilizálását, valamint az érzelmkifejezés támogatását célozzák.
- Az önfejlesztés céljából végzett biblioterápiás tevékenység, amely értelemszerűen egyéni keretek között zajlik, és az önismeret elmélyítését, a belső koherencia erősítését valamint a reflektív gondolkodás fejlesztését állítja fókuszba.
- Valamint a vezetett irodalomterápiás foglalkozások, amelyek lehetnek egyéni vagy csoportos formátumúak, céljuk pedig az egyéni képességek, érzelmi intelligencia, kommunikációs készségek és társas kapcsolatok fejlesztése.

Az olvasás élménye a befogadó belső világát mozgósítja, és lehetőséget teremt az önreflexív gondolkodásra. Az olvasásterápiás megközelítések ugyanakkor nem kizárólag a befogadás aktusára épülnek: a szövegalkotás, írás, mint az önreflexió eszközei, szintén a biblioterápia tágabb gyakorlati köréhez tartoznak.

Vizsgálatom tárgya volt a különféle irodalmi műfajokhoz rendelhető terápiás gyakorlatok rendszerezése is. A műnemek és műfajok sajátosságai szerint elkülöníthető több terápiás forma: a lírához kötődő versterápia, az epikus szövegekhez kapcsolódó prózaterápia, a főként népmesékre épülő meseterápia, valamint a drámai művekhez kötődő drámaterápia. Ezek mellett pedig a biblioterápiás spektrum tágabb részét alkotják az írás- és fordításterápiás módszerek, amelyek már nem pusztán az olvasás, hanem a szövegalkotás aktusát is bevonják a személyes jelentésképzés folyamatába. Ezek mindegyike egyedi módszertani keretrendszerrel bír.

A Kádár Annamária – Kerekes Valéria szerzőpáros *Mesepszichológia a gyakorlatban*,⁶ és Boldizsár Ildikó *Meseterápia*⁷ című művei rávilágítanak a meseterápia sajátos jelentőségére, részletezve, milyen terápiás ereje van a mesék narratívájának transzformatív, önreflexív és identitásformáló hatásmechanizmusával. A szerzők konzekvens érveléssel mutatják be, hogy a mese nem csak egy gyermekeknek szóló szöveg, hanem a felnőtt psziché számára is jelentős erőforrást képviselhet a lelki egyensúly megteremtésében.

A kortárs irodalomterápiás gyakorlatok és az iskolai irodalomoktatás között párhuzam vizsgálata különös jelentőséggel bír, elsősorban a gyermekekkel folytatott fejlesztő munka horizontján belül. Noha e két megközelítés szemléletmódja eltérő, közös érintkezési felületként

⁶ KÁDÁR Annamária – KERESKES Valéria, *Mesepszichológia a gyakorlatban. Az önbecsülés és a küzdőképesség megalapozása gyermekkorban*, Kulcslyuk, Budapest, 2024.

⁷ BOLDIZSÁR Ildikó, *Meseterápia. Mesék a gyógyításban és a mindennapokban*. Budapest, Magvető, 2023.

egyértelműen az irodalom mint kulturális médium jelenik meg. azonban ez a közösalap nem homályosítja el a funkcionális különbségek élességét. Az iskolai irodalomórák fókuszában a szövegek esztétikai, retorikai és poétikai struktúráinak elemzése áll, amely szorosan kötődik a művek történeti kontextusának, szerzői intencióinak, valamint az irodalomtörténeti genealógiának a feltérképezéséhez. ezzel szemben az irodalomterápia során a szöveg nem vizsgálat tárgyaként, hanem hatóközegként, közvetítő médiumként funkcionál: nem a mű értelmezése a cél, hanem az általa indukált személyes reflexió és érzelmi artikuláció elősegítése.

Az irodalom és a pedagógia határterületeinek feltérképezése egyúttal arra is rávilágít, hogy az irodalom nem pusztán autonóm esztétikai rendszerként értelmezendő, hanem a nevelés és személyiségfejlesztés integrált eszközrendszerében is kitüntetett szerepet tölt be. A kétféle alkalmazás – tudományos és pedagógiai – elméletileg szétválasztható ugyan, gyakorlatilag azonban egy közös alaprétegben, nevezetesen az anyanyelvi kompetenciák (írás, olvasás, szóbeli kifejezés) egységében gyökereznek. E triász nem csupán a hagyományos tanulási folyamatok fundamentuma, hanem a biblioterápia működésének is egyik szervező elve. Az olvasás tanítás az egyik előfeltétele, hogy a szövegek képesek legyenek terápiás hatás kiváltására: az értő, reflektív olvasás képessége ugyanis elengedhetetlen a szövegbeli érzelmi és egzisztenciális tartalmak internalizációjához, belső élménnyé tételéhez.

Nem elhanyagolható az a módszertani aspektus sem, amely a szépirodalom pedagógiai relevanciáját a közvetett nevelési funkciók felől teszi értelmezhetővé. Az irodalmi szövegek elemzése ugyanis – explicit vagy implicit módon – morális, életvezetési és társas kompetenciák aktivizálását is lehetővé teszi. A tanulói tapasztalat horizontján ezek az értéktartalmak gyakorta hitelesebben és érzelmileg átélhetőbb formában jelennek meg, mint a normatív, direkt módon közvetített didaktikus tanítási elemek. E megfigyelés egybeesik többek között V. Gilbert Edit⁸ és más neveléstudományi szerzők álláspontjával is, akik szerint az irodalmi élmények sajátos emocionális sűrűsége van, amely a személyiségfejlődés szempontjából nehezen pótolható más oktatási eszközökkel.

Az irodalmi műveknek sajátossága, hogy a jelenségeket, eseményeket, embereket, érzéseket a maguk egyediségében, élményszinten, a hétköznapi vagy a tudományos leírásokhoz képest más, esztétikai minőségben ragadják meg. S ez páratlan lehetőséget ad a neveléstudománynak: a pedagógiai jelenségeket nemcsak elvont, fogalmi szinten,

⁸ V. GILBERT Edit, *Biblioterápia mint alkalmazott irodalomtudomány és lehetséges oktatási modell*. Helikon Irodalomtudományi Szemle, 2016/2, 230–249.

hanem a maguk összetettségében, az élet teljességében ismerheti meg és – az esztétikum sajátosságai által felerősítve – hatásosabban mutathatja be.⁹

Ha fenti idézetből indulunk ki akkor azt mondhatjuk, hogy a pedagógia erőteljesen átítatja az irodalmat, hiszen gyakran tárgyal olyan témákat, mint a gyermekkor, fejlődés-nevelés, család, vagy iskola. Másrészt az emberek közötti kapcsolatok, viselkedési módok ábrázolása további tanulságokat nyújthat, amelyek megléte szükséges a pedagógia elméletében és gyakorlatában.

A szépirodalmi szövegek hatása messze túlmutat a kognitív működés serkentésén: az esztétikai tapasztalat közvetítésén keresztül a befogadó érzelmvilágát és imaginatív kapacitását is intenzíven megmozgatja. az olvasás során átélhető, katarzisa emlékeztető élmények alkalmasak lehetnek olyan mélyebb pszichés rezonanciák kiváltására, amelyek akár tartós életmódbeli elmozdulásokat is generálhatnak. Épp e komplex hatásmechanizmus teszi az irodalmat a terápiás gyakorlatok kiváltságos médiumává: nem statikus tudásanyagként, hanem az önértelmezést előmozdító élményként lép működésbe. Amennyiben az irodalmi művet egyfajta esettanulmányként értelmezzük, amely lehetőséget kínál az olvasó számára a problémák 'kipróbálására', a válaszlehetőségek végiggondolására, úgy az is nyilvánvalóvá válik, hogy a pedagógiai praxis – különösen a fejlesztő és reflektív pedagógia – szintén hasznosítani képes ezt a szemléleti és módszertani keretet.

1.2. Irodalomterápia a gyakorlatban

Nem mellőzhető ugyanakkor annak körültekintő vizsgálata sem, hogy milyen típusú szövegek – műfaji és stilisztikai értelemben – alkalmasak arra, hogy az élményszerű befogadás ész ebből fakadó önreflexió folyamata valóban elinduljon. a szakirodalmi diskurzusban egyetértés mutatkozik abban, hogy szinte bármely irodalmi mű alkalmas lehet a biblioterapiás felhasználásra, amennyiben az adott szöveg képes hitelesen reprezentálni valamely emberi problémát vagy létállapotot. Ez a hitelesség – mely nem csupán pszichológiai, hanem esztétikai természetű is – lehetővé teszi az olvasó számára, hogy azonosuljon, rezonáljon vagy éppen kritikai távolságból reflektáljon az adott szituációra. A műfaji sokszínűség tehát nem kizáró ok, sőt, éppenséggel gazdagító tényező: dalszövegek, naplórészletek, filozófiai töredékek,

⁹ HUNYADY Györgyné – M. NÁDASI Mária – TRENCSENYI László, *A gyakorlati pedagógia néhány alapkérdése. Pedagogikum a hétköznapiakban és a művészetekben*, Bölcsész Konzorcium, Budapest, 2006., 16.

mesék egyaránt bevonhatók a terápiás térbe, amennyiben rendelkeznek az érzelmi bevonódás és az önismereti dialógus lehetőségét megnyitó potenciállal.

A fenti elveket példaszerűen konkretizálja Zágorec-Csuka Judit *A szépirodalom önismereti és gyógyító ereje* című tanulmányában,¹⁰ ahol számos esettanulmányon keresztül mutatja be az irodalmi szövegek alkalmazásának terápiás lehetőségeit. Emellett Béres Judit munkái – különösen az *Élet a sorok között*¹¹ és *Az olvasás segít élni – átélni és túlélni is*¹² részletes módszertani iránymutatásokat és gyakorlati példákat kínálnak a megfelelő szövegválasztás és feldolgozás vonatkozásában. E források kiemeli, hogy a terápiás hatás szempontjából döntő jelentőségű a szöveg és az olvasó közötti releváns affinitás megteremtése.

A gyermekkorú olvasók esetében különös figyelmet igényel a célcsoport életkori sajátosságainak figyelembevétele. Olyan művekre van szükség, amelyek nem csupán nyelvi szinten hozzáférhetők számukra, hanem tematikájukban is képesek megszólítani őket, reflektálva például a szorongás, önbizalomhiány vagy társas elszigeteltség problémaköreire. A megfelelően kiválasztott szöveg így nem csupán kognitív élményt nyújt hanem az önazonosság és érzelmi stabilítás megerősítésében is szerepet vállalhat – ezáltal a biblioterápia nemcsak támogató, hanem prevenciós funkcióval is bírhat a nevelési folyamatban. Ilyen olvasmányok például:

- Hans Christian Andersen, *A fenyőfa*
- Szabó Magda, *Mondják meg Zsófikának*
- Erich Kästner, *A repülő osztály*

A felnőttkor sajátosságai között gyakran jelentkeznek olyan egzisztenciális és identitásbeli elakadások, amelyek az életcélok elbizonytalanodásával, az önismeret hiányával vagy éppen a személyes autonómia megrendülésével hozhatók összefüggésbe. E nehézségek nem egyszer artikulálatlan formában jelennek meg a mindennapi működésben ezért a megfelelően megválasztott irodalmi szöveg képes lehet mediatizálni azokat a belső feszültségeket, amelyeket így a verbális kifejezés szintjére képes hozni a résztvevő. Ebben az értelemben a biblioterápiás gyakorlat során érdemes olyan tematikus és stilisztikai tekintetben is adekvát műveket előnyben részesíteni, amelyek affinitást mutatnak az önreflexióra ösztönző olvasói attitűd kialakításához.

¹⁰ DR. ZÁGOREC-CSUKA Judit, *A szépirodalom önismereti és gyógyító ereje*, E-nyelvmagazin, 2020.12.01., <https://e-nyelvmagazin.hu/2020/12/01/a-szepirodalom-onismereti-es-gyogyito-ereje/> Utolsó letöltés: 2024.04.22.

¹¹ BÉRES Judit, *Élet a sorok között. Irodalomterápiás gyakorlatok mindenkinek*, Libri, Budapest, 2022.

¹² BÉRES Judit, *Az olvasás segít élni - átélni és túlélni is*, Womanpress, Pozsony, 2022.

Az ilyen jellegű szövegek nem pusztán 'problémamegértő' funkciót töltenek be, hanem strukturált módon járulhatnak hozzá a pszichés feldolgozás folyamatához is. A megfelelő mű kiválasztása során tehát nem csupán a tartalmi relevanciát, hanem a szöveg emocionális komplexitását, metaforikus sűrűségét és azonosulási potenciálját is mérlegelni szükséges. A felnőttkori olvasásélmény így nem csupán esztétikai eseménnyé válik, hanem a pszichés integráció és narratív önépítés lehetséges eszközévé is – különösen abban az életszakaszban, amikor az identitás újrakonfigurálása vagy az élettörténeti fordulópontok értelmezése válik sürgetővé. Ehhez a megfelelő művek olyanok, mint például:

- Sally Rooney, *Hová lettél szép világ,*
- Charles Dickens, *Szép remények,*
- Madách Imre, *Az ember tragédiája,*
- Karinthy Frigyes, *Utazás a koponyám körül,*
- Szerb Antal, *Utas és holdvilág.*

Az irodalomterápia hatása nem kizárólag az együttműködésre ösztönzött csoportos formákhoz köthető. Az olvasó egyéni úton is képes lehet önreflexív tapasztalatokhoz jutni, amennyiben az irodalmi szöveg interpretációját személyes létkérdései felől közelíti meg. Ebben az összefüggésben különösen figyelemre méltó Rita Charon megközelítése,¹³ amely szerint azirodalmi narratívák képesek strukturálni a belső világot és elősegítik a narratív identitás újrendezését. Hasonlóképp gondolkodik James McAdams is,¹⁴ aki szerint az élet értelmezése és az önazonosság megőrzése narratív struktúrák mentén történik – ennek értelmében az olvasás aktusa nem pusztán kognitív, hanem mélyen egzisztenciális jelentőségű.

Az irodalmi szövegek tehát nem passzív tartalomhordozóként, hanem dinamikus projektív térként működik, amely – akár facilitáció nélkül is – képes lehet az olvasó belső kérdésfelvetéseire reagálni, és új perspektívákat kínálni az elakadásként megélt élethelyzetek újraértelmezésére. Ezt a megközelítést támasztja alá V. Gilbert Edit több írása is, aki az irodalomterápiát az „önismereti érzékenyítés” egyik hatékony eszközeként határozza meg, hangsúlyozva az olvasói aktivitás kreatív és autonóm jellegét.¹⁵

¹³ CHARON, Rita, *Narrative Medicine – Honoring the Stories of Illness*. Oxford University Press, Oxford, 2006., 349-352.

¹⁴ MCADAMS, Dan P., *The Stories We Live By. Personal Myths and the Making of the Self*, Guilford Press, New York, 1993., 10.

¹⁵ V. GILBERT 2016., 230–249.

Noha a biblioterápia gyakorlatában az olvasás, mint befogadói élmény központi szerepet tölt be, a terápiás folyamat nem kizárólag a recepció aktusán keresztül valósul meg. Az írás és a fordítás, mint a szöveghez való aktív viszony formái, szintén a biblioterápia tágabb köréhez tartoznak, hiszen ezek a kreatív folyamatok az önreflexió, a jelentésátalakítás és a kommunikáció új szintjeit nyitják meg. az alkotás aktusa ily módon nem a befogadással szemben, hanem annak kiterjesztéseként értelmezhető: a szöveg olvasása, írása és átültetése egyaránt a belső tapasztaltok feldolgozásának médiumai.

1.3. Női sorskérdések az irodalomterápia tükrében

Szakdolgozatom következő egységében az irodalomterápia elméleti és módszertani kereteinek áttekintése után egy specifikus célcsoport élethelyzetét és problematikus pontjait elemzem. Céлом annak feltárása, hogy ezen célcsoportnál a biblioterápia milyen módon lehet hatékony eszköze nemcsak a pszichés zavarok csoportos feldolgozásának, hanem az egyéni önfejlesztés, az érzelmi integráció és a narratív önreflexió előmozdításának is. Az elemzésbe bevont szépirodalmi szövegek kiválasztása során figyelembe veszem azok tematikus relevanciáját, azonosulási potenciálját és stilisztikai komplexitását – különös tekintettel arra, hogy a szöveg nem pusztán a feldolgozás tárgyát, hanem annak médiumát is képezi.¹⁶

E szövegek tehát nem illusztrációként jelennek meg, hanem az olvasó belső dialógusainak generátoraként, amelyen keresztül a saját élettörténet új narratívába rendezhető. Enne megfelelően a biblioterápia egyik legfontosabb értéke éppen abban ragadható meg, hogy az irodalom nem egy előre meghatározott terápiás cél leképezéseként működik, hanem a nyitott jelentésképződés lehetőségén keresztül segíti az egyéni belső munka kibontakozását.

Dolgozatom fókuszában a nők társadalmi és pszichés helyzetét érintő problematikus kérdéskörök állnak, melyek vizsgálatára a 20. század elő évtizedeinek magyar női irodalma kínál különösen termékeny terepet. A kutatás kiinduló pontját az a felismerés adja, hogy e korszak női szerzőinek alkotásai olyan tematikus és stíláriis sajátosságokat hordoznak, amelyek nem csupán irodalomtörténeti jelentőséggel bírnak, hanem az irodalomterápiás alkalmazhatóság szempontjából is releváns értelmezési lehetőségeket nyitnak meg. E szövegek gyakorta foglalkoznak az önazonosság, a társadalmi elvárások és az érzelmi önértelmezés konfliktusaival – olyan kérdésfelvetésekkel, amelyek a női lét aktuális dilemmáiban is visszhangozhatnak.

¹⁶ SNODGRASS, Linda G., *Bibliotherapy – The Use of Books in Psychotherapy. Using Bibliotherapy in Clinical Practice*, RUBIN, R. J. szerk., Taylor & Francis, New York, 2005. 35–50.

A választott időszak tehát nem véletlenszerű, hanem tudatos döntés eredménye: a női egyenjogúságért folytatott küzdelmek ezen korszakának az irodalma ma is érvényes problémákat tárgyal. A századelő női irodalmi megszólalásai – többek között Kaffka Margit, Tormay Cécile, Erdős Renée, Török Sophie, Lesznai Anna és Földes Jolán munkáiban – olyan tapasztalati anyagot tárnak az olvasó elé, ami a női szubjektum alakulásának történeti és érzelmi rétegeit egyaránt feltérképezhetővé teszi. A korszak egyik meghatározó vonása, hogy a női szerzők nemcsak jelen vannak az irodalmi nyilvánosságban, hanem tematikusan is egyre tudatosabban reflektálnak a nők társadalmi szerepváltozásaira, az emancipációs diskurzusra, valamint a családon belüli hierarchiák és az önazonosság közötti feszültségekre.

A vizsgált művek narratív struktúrája gyakran intimizáló beszédmódon keresztül enged betekintés a női lét belső, sokszor ambivalens világába: az önbizalom és önfeladás, a társadalmi megfelelés és belső autonómia között feszülő érzelmi térbe. Ezzel szemben a férfiak által írt kortás művek ritkábban tükrözik ilyen közvetlenséggel és pszichés pontossággal a női szerepek bonyolultságát. Ez a sajátos szemszög és belső látásmód – amelyet a narráció női perspektívája alapoz meg – a biblioterápia kontextusában is különösen értékes lehet: a női olvasók számára identifikációs lehetőségeket, tükröződési pontokat, illetve a belső tapasztaltok artikulálásához szükséges nyelvi modelleket kínál. Kiváló példák erre a melankólikus hangvételű önreflexív belső monológok Kaffka Margitnál, vagy a pátoszt kerülő, szenvtelen, de szelíd hangvétel Földes Jolán műveiben.

Dolgozatomban arra keresem a választ, hogy milyen módon, milyen irodalmi eszközök révén és mely konkrét művek által képes a századelő női irodalma – az esztétikumon túlmutató módon – irányt mutatni az általános érvényű női sorskérdések megértéséhez és feldolgozásához. Az irodalomterápiás perspektíva okán e művek nem csupán esztétikai objektumként, hanem a pszichés önfeltárás médiumaként is funkcionálnak.

Az irodalomterápia alapvető célkitűzése, hogy az olvasót olyan pszichés térbe hívja, ahol saját érzelmi struktúráit felismerheti, artikulálhatja, és fokozatosan feldolgozhatja. A szépirodalmi szöveg ezáltal nem passzív befogadási objektumként, hanem interaktív mentális tükörként működik, amely lehetőséget ad a belső konfliktusok megértésére, újraértelmezésére és integrálására.¹⁷ E tekintetben a 20. század eleji magyar női irodalom különösen nagy terápiás potenciállal bír: tematikus és stiláris sokszínűségén keresztül olyan lélektani mélységeket érint, amelyek nem csupán az adott történeti korszak női tapasztalatait tükrözik, hanem az emberi létezés univerzális kérdésköreit is megjelenítik.

¹⁷ BUDA Béla, *Az empátia – a beleélés lélektana*. Gondolat, Budapest, 1985., 341.

A vizsgált időszak női szerzőinek munkái – különösen Kaffka Margit és Földes Jolán írásai – az önkeresés, az érzelmi autonómia, a társadalmi megfelelés kényszere, az intimitás iránti vágy és a szabadságérzet megragadásának dilemmáit a női perspektíva sajátos érzékenységevel és komplexitásával tematizálják. E művek kortárs terápiás használhatóságát az adja, hogy bennük az olvasó nem csupán egy letűnt kor dokumentumait ismeri fel, hanem önmagára vonatkoztatható érzelmi és egzisztenciális helyzeteket is. Ezáltal pedig az olvasás aktusa – ahogyan azt Rita Charon¹⁸ és Martha C. Nussbaum¹⁹ is hangsúlyozza – nem pusztán értelmezési, hanem transzformatív folyamatként is értelmezhető, amely hozzásegít a személyes narratíva újrendezéséhez és a belső konfliktusok szimbolikus újramunkálásához.

Dolgozatomban arra törekszem, hogy bemutassam: miként válhatnak a századelő női karakterei azonosulási pontokká a mai olvasó számára, és hogyan tárulhatnak fel az ő alakjukon keresztül a jelenkori létélmények mélyebb rétegei. az ezekben a történetekben megjelenő élethelyzetek, döntéskényszerek és érzelmi ambivalenciák olyan megoldási mintákat kínálnak, amelyek – Elaine Showalter megfogalmazása szerint – a felismerés katarzisszerű erejével segíthetik elő az önismereti folyamat előmozdítását.²⁰

Fontosnak tartom azt is kiemelni, hogy e művek terápiás célú olvasása nem kizárólag a női olvasókra korlátozódik. A férfi befogadó számára ezek az alkotások éppúgy lehetőséget nyújtanak a női tapasztalatokkal való empátiás azonosulásra, az érzelmi dinamika megértésére, valamint a nemi szerepekről való reflexió elmélyítésére. A 20. század eleji női irodalom tehát nemcsak a női önazonosság kérdésének irodalmi leképezését kínálja, hanem egyúttal olyan kulturális diskurzust is ad, amelyben az identitás, az intimitás és társadalmi szerepvállalás problematikája a ma embere számára is újraértelmezhető.²¹

Ebben az összefüggésben az irodalomterápia képes előmozdítani nemcsak az érzelmi intelligencia fejlődését és az empátia megerősödését, hanem a társadalmi nemekkel és azok működés módjával kapcsolatos tudatosabb gondolkodást is – különösen azokban az élethelyzetekben, ahol az identitás és az érzelmi megküzdési stratégiák kérdései kiemelten hangsúlyossá válnak.²²

¹⁸ CHARON 2006., 349-352.

¹⁹ NUSSBAUM, Martha C., *Poetic Justice: The Literary Imagination and Public Life*, Beacon Press, Boston, 1995., 17-22.

²⁰ SHOWALTER, Elaine, *A Literature of Their Own – British Women Novelists from Brontë to Lessing*, Princeton University Press, Princeton, 1977., 88.

²¹ THOMKA Beáta, *Elbeszélésmodellek a huszadik századi magyar prózában.*, Kijárat, Budapest, 1998., 151-162.

²² V. GILBERT 2016., 239-248.

1.4. Az irodalomterápia kutatásának jelenlegi állása

Az irodalomterápia kutatásának jelenlegi állása – különös tekintettel a magyar szakirodalomra, de a nemzetközi tudományos eredményeket is integrálva – komplex és sokrétű képet mutat, amely egyszerre foglalja magában a módszer elméleti megalapozásának törekvéseit, valamint az alkalmazás gyakorlati és intézményes szintjeinek differenciált értelmezését. Míg a hazai szakirodalom jellemzően az irodalomterápia és a pedagógia, illetve a pszichológia határterületeit hangsúlyozza,²³ addig a nemzetközi kutatásokban egyre inkább megjelenik az interdiszciplináris integráció igénye – különösen a narratív pszichológia, az olvasáskutatás és az orvosi humaniórák metszéspontjában.

Az angolszász tudományos közegben Rita Charon narratív medicina-koncepciója²⁴ a betegségstörténetek elbeszélésén keresztül közelíti meg az irodalom szerepét az egészségmegőrzésben és pszichés rekonstrukcióban, míg Martha C. Nussbaum a szépirodalom morális és érzelmi intelligenciát fejlesztő szerepére hívja fel a figyelmet.²⁵ Dan P. McAdams elmélete a narratív identitásról²⁶ szintén kulcsfontosságú elméleti keretet biztosít az irodalomterápia hatásmechanizmusainak megértéséhez: a személyes történetek újrastrukturálása és értelmezése révén az egyén képes lehet új önértelmezési minták kialakítására.

A hazai kutatások ezeket a nemzetközi irányokat adaptálva vizsgálják az irodalomterápia szerepét különböző célcsoportok esetében, kiemelve a gyermek-, serdülő- és felnőttkorú olvasók érzelmi és identitásbeli fejlődésének lehetőségeit. A műfaji diverzitás különösen hangsúlyos: a versek emocionális katalizátorként, a prózai művek azonosulási felületként, míg a mesék archetipusos mintákként szolgálnak, ahogy azt például Kádár Annamária²⁷ és Boldizsár Ildikó²⁸ is hangsúlyozzák.

A biblioterápia fogalmának meghatározása a hazai és nemzetközi szakirodalomban egyaránt változatos értelmezéseken keresztül történik, s ez a terminológiai sokszínűség egyúttal módszertani kihívásokat is felvet. A különböző tudományterületek – így a pszichológia, a művészetterápia, az irodalomtudomány és a pedagógia – eltérő hangsúlyokat rendelnek a fogalomhoz, ami megnehezíti egy mindenki számára egységesen elfogadható definíció kimunkálását. Ebből következően a biblioterápia nem egy koherens, egységes módszertani

²³ V. GILBERT 2016., 233–235., JENEY 2012., 206., BÉRES 2022., 78–82.

²⁴ CHARON 2006., 2-3.

²⁵ NUSSBAUM 1995., 17-22.

²⁶ MCADAMS 1993., 1-10.

²⁷ KÁDÁR – KERÉKES 2024., 60-64.

²⁸ BOLDIZSÁR 2023., 15–18.

keret, hanem inkább egy interdiszciplináris diszkurzustér, amelyben az olvasás és a gyógyítás viszonya különféle elméleti modellek mentén szerveződik.

A szakirodalomban gyakori probléma, hogy a biblioterápiát összekeverik a direktív pszichoterápiás eljárásokkal, noha a legtöbb szerző – így például Jeney²⁹ és Snodgrass³⁰ – hangsúlyozza, hogy az irodalmi szövegek non-direktív, élményszerű olvasása önmagában is fejlesztő potenciállal bír. A terápiás hatás nem valamiféle előre kódolt 'gyógyító üzenetből' fakad, hanem abból a személyes jelentésképzési folyamatból, amely az olvasás aktusán keresztül aktiválódik. Ebben a megközelítésben az irodalmi szöveg nem terápiás eszköz, hanem egyfajta személyes és kulturális közvetítő tér, amely az önreflexió és a belső újraértelmezés elehetőséget kínál az olvasónak.

A biblioterápiás gyakorlatban a direktív és non-direktív megközelítések közti különbség nem pusztán módszertani, hanem szemléleti természetű. A szakirodalomban a direktivitás mértéke arra utal, hogy a terapeuta milyen fokon vesz részt a szövegértelmezés irányításában, illetve mennyiben határozza meg a feldolgozás tematikus keretét. A direktív modellben a terapeuta választja ki az olvasandó művet, és célzott kérdésekkel, előre meghatározott szempontok mentén vezeti a folyamatot, ezáltal a szöveget eszközként használja terápiás cél elérésére. A non-direktív megközelítés ezzel szemben az olvasói élményt helyezi előtérbe: a szövegválasztás, az értelmezés és a reflexió spontán, a befogadó belső folyamataiból indul ki. Itt a terapeuta szerepe nem az irányítás, hanem a kísérés: teret biztosít annak, hogy az olvasó saját asszociációi és érzelmi reakciói révén építsen kapcsolatot a szöveggel.

E kettősség ezért nem elsősorban abban ragadható meg, hogy ki választja meg a szöveget, hanem abban, hogyan szerveződik a jelentésképzés és az interakció. Míg a direktív formában a terápia iránya a szöveg által közvetített, előre kijelölt tematikára épül, addig a non-direktív modellben az olvasás, az önreflexió és az érzelmi integráció nyitott folyamatává válik. A két forma között természetesen átmenetek is léteznek: a biblioterápiás praxisban gyakori, hogy a terapeuta által felkínált szövegek non-direktív értelmezési térben kerülnek feldolgozásra, így a módszer egyszerre képes strukturáltságot és autonómiát biztosítani. E megközelítés összhangban áll Rosenblatt olvasáselméleti modelljével is, amely az esztétikai és efferens olvasás dinamikáját a befogadás személyes és társas aspektusai között helyezi el.³¹

²⁹ JENEY 2012., 206.

³⁰ SNODGRASS 2005., 40-45.

³¹ ROSENBLATT, Louise M., *The Reader, the Text, the Poem*, Southern Illinois University Press, Carbondale, 1978., 22-27.

A jelenlegi nemzetközi trendek a hatásvizsgálatok, kvalitatív és kvantitatív empirikus kutatások irányába mozdulnak, amelyek célja az olvasás pszichés, kognitív és szociális hatásainak objektív mérhetősége. Ezek a vizsgálatok elősegíthetik egy egységesebb módszertani protokoll kialakítását is, amely a különböző intézményi szinteken – oktatás pszichoterápia, közösségi könyvtár – alkalmazhatóvá teszi az irodalomterápia különböző formáit.

Összességében tehát az irodalomterápia mint kutatási terület a 21. század első évtizedeiben látványos fejlődésnek indult, miközben továbbra is nyitva áll a multidiszciplináris kapcsolódások, a terminológiai és elméleti tisztázások, valamint a gyakorlati hatékonyságot célzó empirikus kutatások felé. Ez a dinamizmus adja e tudásterület aktualitását és jövőbeli jelentőségét.

1.5. Kritikai megközelítések és a tudományos megalapozottság kérdései

Bár az irodalomterápia mint alkalmazott művészetterápiás ág az elmúlt évtizedekben egyre több tudományos figyelmet kapott, e fejlődés nem ment végbe problémamentesen. A tudományterület interdiszciplináris jellege miatt – a pszichológia, irodalomtudomány, pedagógia, szociológia és orvostudomány határán helyezkedik el – egyszerre jelent lehetőséget és kihívást. Egyrésztől gazdag értelmezési és alkalmazási potenciált kínál, másrésztől viszont módszertani heterogenitása, terminológiai bizonytalanságai és a kvantitatív kutatásban való alulreprezentáltsága gyakran megnehezítik, hogy a klasszikus empirikus tudományosság kritériumainak is megfeleljen.

Számos kritikus felvetés éri az irodalomterápiát tudományos beágyazottságát illetően. Az egyik leggyakrabban hangoztatott probléma a módszertani transzparencia hiánya: az irodalomterápiás gyakorlatban alkalmazott szövegek, olvasási technikák és terápiás protokollok sok esetben nem standardizáltak, és az esetleírások gyakran narratív jellegűek, ami megnehezíti az összehasonlíthatóságot és az általánosíthatóságot. Emellett a szövegértelmezés inherens szubjektivitása tovább bonyolítja az eredmények validálhatóságát – különösen akkor, ha a terápiás hatást nem hosszú távú, kontrollált vizsgálatokkal mérik, hanem szubjektív beszámolók vagy terápiás élmények alapján értékelik.

További problematikus pont, hogy az irodalomterápiás szakirodalomban gyakran keveredik a pszichoanalitikus, humanisztikus és narratív pszichológiai keret, ami bár gazdag interdiszciplináris mezőt alkot, elméletileg eklektikus és olykor következetlen terminológiai használathoz vezet. Az 'önismeret', 'katarzis', 'transzformáció' vagy 'gyógyító olvasás'

kifejezések nem mérhetők, nehéz konkrét megfigyelésekre lefordítani őket, így nehéz egzakt módon értelmezni is azt, mit is jelent például az, hogy egy szöveg segíti a narratív újraalkotást.

E kritikai hangok azonban nem a módszer elvetését, sokkal inkább annak tudományos finomhangolását sürgetik. A jövőben éppen az jelentheti az irodalomterápia legitimációs erejét, ha képes lesz egyensúlyt teremteni a kvalitatív és kvantitatív megközelítések között – megőrizve a szövegek nyitottságát, ugyanakkor világos metodológiai keretbe ágyazva terápiás tapasztalatok dokumentálást és elemzését. Ezzel párhuzamosan szükség lenne egy konszenzuális fogalmi háló kimunkálására is, amely lehetővé teszi az eltérő teoretikus pozíciók párbeszédét anélkül, hogy a szakterület elveszítené a tudományos koherenciáját.

A kritikai megközelítés tehát nem gyengíti, hanem erősíti az irodalomterápia tudományos pozícióját: olyan reflexív önvizsgálatra sarkall, amely nélkül egyetlen interdiszciplináris tudásforma sem válhat fenntarthatóvá a tudományos közbeszédben. A jelen dolgozat ennek szellemében törekedett arra, hogy a választott elméleti keretek és szövegek elemzése során ne csak alkalmazza, hanem értelmezze is azokat a határhelyzeteket, ahol az irodalomterápia nem int kész diszciplína, hanem mint alakuló tudásmező mutatkozik meg – a befogadás, az érzélem, a trauma és a nyelv közös metszetében.

2. Az irodalomterápia elmélete

2.1. Az irodalom és az érzelmi ellenállóképesség

Az érzelmi ellenállóképesség, más néven reziliencia, az a képesség, amely lehetővé teszi az emberek számára hogy sikeresen megbirkózzanak életük nehézségeivel, a stresszes helyzetekkel, traumákkal és veszteségekkel. A művészet, ezen belül pedig az irodalom az egyik leghatékonyabb eszköz ennek a képességnek a fejlesztésében. Olyan narratív struktúrákkal kerülnek ugyanis interakcióba az irodalmi befogadók, amelyek lehetőséget kínálnak saját érzelmi tapasztalataik reflexív újraértelmezésére. Az irodalmi szövegek ugyanis olyan történeteket és megvilágításokat tudnak kínálni, amelyek segítségével az olvasóknak lehetőségük van jobban megérteni saját érzéseiket, élethelyzeteiket, kihívásaikat, ráadásul mintákat is találhatnak a problémamegoldásokhoz.

A szépirodalom mint reprezentációs médium nem csupán esztétikai élményt közvetít, hanem potenciálisan facilitálja az önismereti folyamatokat is azáltal, hogy példázatként működő emberi sorsokat, döntési szituációkat és megküzdési stratégiákat ábrázol. A narratív szerkezetű művek gyakran olyan egzisztenciális konfliktusokat tematizálnak, amelyek az

érzelmi megküzdés különböző formáit mutatják be – legyen szó sikerről, elbukásban rejlő transzformációs lehetőségről.

Az olvasói azonosulás aktusa emellett kollektív tapasztalati hálózatba ágyazza az olvasót, amely során felimerhetővé válik: egyéni krízisei nem elszigetelt jelenségek, hanem az emberi létezés általános struktúráihoz kapcsolódnak. az irodalmi szöveg ilyen módon nemcsak reprezentálja a lélek mélységeit, hanem affektív katalizátorként működve előidézhetheti a pszichés megújulás, az úgynevezett 'lélekfrissítés' folyamatát is,³² amely a narratív befogadás non-direktív, mégis terápiás hatású aspektusaként értelmezhető.

A fikciós és nem fikciós irodalmi művek az érzelmi feldolgozás különböző aspektusait segítik elő. Például bizonyos traumákról szóló művek olvasása alkalmával az olvasó felismerheti saját érzelmi folyamatait, és az irodalom megmutathatja, hogy a fájdalmas élményekből is lehet tanulni, fejlődni, lábra állni és új erőre kapni. az irodalom tehát nem csak passzívan közvetít érzelmi mintákat, hanem aktívan segíti is az érzelmi ellenállóképesség fejlesztését azáltal, hogy komplex és sokszor amivalens érzéseket is felszínre hoz, amelyeket az olvasók saját tapasztalataik alapján értelmezhetnek.

Martha C. Nussbaum, aki a mai kor egyik legismertebb morál- és jogfilozófusa, például úgy érvel, hogy az irodalmi képzelet híján az ész gyakran vak maradna a társadalmi igazságtalanságra és az emberi szenvedésekre.³³ Az irodalom tehát az érzelmi ellenállóképesség fejlesztésének kulcsfontosságú eszköze lehet, hiszen segít az olvasónak megbirkózni a nehézségekkel, feldolgozni az érzelmeket és erőt meríteni a történetekből. Az irodalmi művekben megjelenő példák által az emberek erősíteni tudják saját reziliencia-képességüket, valamint új megoldásokat találhatnak életük kihívásaira. Az irodalomterápia pedig pont ezeket a potenciálokat használja ki, ezen lehetőségekre épül.

2.2. Az irodalomterápia fogalmi meghatározása

Noha a biblioterápia egységes, univerzálisan elfogadott definíciója a szakirodalomban hiányzik, számos olyan konszenzusos meghatározás létezik, amelyek egy-egy diszciplináris kereten belül – például pszichológiai, művészetterápiás vagy olvasáskutatási kontextusban – jól alkalmazhatók. A következőkben egy ilyen gyakran hivatkozott meghatározást mutatok be.

Az irodalomterápia, más néven biblioterápia, a művészetterápiák egyik speciális formája, amely ez irodalmi művek olvasásának és elemzésének, vagy az írás, fordítás

³² BOLDIZSÁR 2023., 23.

³³ GÁJER László, *Martha C. Nussbaum: Költői igazságszolgáltatás*, Szemle, 2022. április, 351.

folyamatának segítségével támogatja a mentális és érzelmi jólétet. Az irodalomterápia alapját az az elgondolás képezi, hogy az irodalmi szövegek – legyenek azok versek, prózai művek vagy mesék – mélyen hatnak az emberi érzelmekre, és segítenek az önismeret, az érzelmek kifejezése és a problémamegoldás folyamatába, így növelve az egyén érzelmi ellenállóképességét, rezilienciáját. Az irodalomterápia olyan módszertan, amely segíti az embert abban, hogy felismerje és megértse saját belső világát, gondolatait, valamint az életében felmerülő konfliktusokat és nehézségeket, és azokat egy biztonságos, közvetett formában, az irodalom segítségével dolgozza fel.

Az irodalomterápiás praxis a szakirodalmi konszenzus szerint két fő irányban differenciálódik: fejlesztő (vagy edukatív) biblioterápiáról és klinikai biblioterápiáról beszélhetünk, melyek eltérő célrendszerrel, módszertannal és alkalmazási környezettel operálnak.³⁴

A fejlesztő biblioterápia elsősorban önismereti és személyiségfejlesztő célzattal működik, olyan olvasói részvételt feltételez, amelyben a hangsúly nem pszichés patológia kezelésén, hanem az önreflexió elmélyítésén, az érzelmi kompetenciák fejlesztésén és az identitásstruktúrák tudatosításán van. Ebben a kontextusban az irodalmi szöveg nem terápiás segédeszközként, hanem belső párbeszédet generáló médiumként jelenik meg,³⁵ amely elősegíti a személyes élmények értelmezését és újrarendezését. A résztvevők – jellemzően nem klinikai esetként értelmezett személyek – az irodalmat mint reflektív térként használják, amelyben érzelmi és kognitív folyamataik artikulálhatóvá válnak.

Ezzel szemben a klinikai biblioterápia olyan terápiás megközelítés, amely pszichés zavarokkal – például szorongásos kórképekkel, depresszióval vagy traumatikus élmények feldolgozásával – érintett egyéneket céloz.³⁶ E forma az irodalmat kifejezetten mint terápiás modalitást integrálja a pszichoterápiás folyamatba. A narratívák affektív és asszociatív ereje pszichodinamikus munka részeként értelmeződik, elősegítve a tüneti megértést, az elaborációt, illetve az emocionális átstrukturálást.³⁷ Ily módon az irodalmi szöveg gyógyító közeggé válik, amelyben az olvasás aktusa nemcsak értelmezési, hanem pszichés rekonstrukciós lehetőséget is kínál.

³⁴ JENEY 2017., 39-42.

³⁵ BÉRES 2020, 45.

³⁶ SNODGRASS 2006, 22-27.

³⁷ MCADAMS 1993., 8-12.

A két irányvonal tehát eltérő célkitűzések mentén működik, ám közös metszéspontjuk az irodalom azon potenciálja, hogy értelmezői horizontot nyisson a személyes tapasztalatok számára, és ezáltal lehetővé tegye az érzelmi és mentális működésmódok újrafogalmazását.

Az irodalomterápia működési elve azon alapszik, hogy az olvasó az irodalmi szöveg szereplőivel, és azok helyzeteivel azonosulva lehetőséget kap arra, hogy külső szemlélőként tekintsen saját élethelyzetére. Az irodalmi művek gyakran univerzális emberi tapasztalatokat dolgoznak fel, így a résztvevők könnyebben megtalálják a párhuzamokat saját életük és a szövegek világa között. Ezáltal a szöveg teret ad az önreflexióra, az érzelmek feldolgozására és a saját problémák megértésére, anélkül, hogy konkrét érzelmi kockázatot vállalna az olvasó.³⁸

Az irodalomterápiás megközelítés egyik legnagyobb előnye abban rejlik, hogy alkalmazhatósága széles spektrumon mozog: célcsoportjai között egyaránt megtalálhatók gyerekek és serdülők, felnőttek és idősek, valamint hétköznapi és pszichés problémákkal küzdő személyek is.³⁹ E sokszínűség nem csupán a résztvevők életkori vagy mentális állapot szerinti differenciálásában érhető tetten, hanem abban a módszertani rugalmasságban is, amely lehetővé teszi az irodalmi szövegekkel történő munkát egyéni vagy csoportos formában, facilitált vagy autonóm keretek között.

Az olvasás aktusa – legyen az egyedüli elmélyülés vagy közösségi megosztás révén létrejövő diskurzus – nemcsak a szöveghez való intellektuális kapcsolódást segíti elő, hanem lehetősége teremt az önreflexió, a másikkal való empátikus viszonyulás, valamint a belső élmények nyelvi formába öntésének gyakorlására is.⁴⁰ A biblioterápiás folyamatban ezek a rétegek egymásra épülve képesek olyan pszichológiai és interperszonális mechanizmusokat elindítani, amelyek hosszú távon a résztvevők érzelmi és mentális működését is kedvezően befolyásolhatják.

2.3. Irodalomterápia az ókori gyökerektől a modern biblioterápiáig

2.3.1. Az ókor, középkor és a kettő közötti átmenet

Az irodalomterápia történeti áttekintése azért releváns, mert bár csak a 20. században vált önálló, interdiszciplináris módszerré, történeti szempontból az irodalom gyógyító

³⁸ BÉRES 2022., 26.

³⁹ BÉRES 2022., 18-22.

⁴⁰ KÁDÁR 2014., 63.

funkciójának felimerése nem a modern tudományos diszciplínák terméke: a szövegek terápiás célú alkalmazásának gyökerei egészen az ókorig nyúlnak vissza.

A szó százesztendő, a gyakorlat időszámítás előtti. Számon tartjuk, hogy II. Ramszesz thébai könyvtárának bejárata fölött ez a felirat díszelgett: „Gyógyír a léleknek”. A biblioterápia fogalma tehát tág értelemben azt az ősi gyakorlatot jelöli, amely az olvasást gyógyító céllal javasolja mindenkinek.⁴¹

De nem csak az ókori egyiptomiaknál, hanem az ókori görögöknél is Aszklépiosz istennek szentel gyógyító templomokban, az úgynevezett aszklépionokban, a papok által végzett gyógyítás szerves részét képezte a művészet, ezen belül is legfőképp a zene és az irodalom, kiemelve benne a dráma műfaját.

Többnyire mértékletes életmódot, testgyakorlatokat, fürdőket, massageot (gyúrás v. kenést) és különféle szórakozást rendeltek, mint utazást, zenét, színművek megtekintését.⁴²

Már az antik kultúrákban is jelen volt az a felfogás, amely szerint a szavak, különösen a költészetben foglaltak – mint Homérosz vagy Vergilius eposzai – képes a lélek harmóniájának helyreállítására.⁴³

Bécsy Tamás a modern magyar színháztudomány kiemelkedő teoretikusa a modern kétszintes dráma kiindulópontjaként említi munkáiban nemcsak az ókori, hanem a középkori európai misztériumjátékokat is, ahol a történetek egyaránt szólnak isteni és emberi cselekedetéről, szimbolikus szinten ábrázolva az emberi élet alapvető dilemmáit és a hit kérdéseit, melyek tanulságai egyfajta iránymutatás, támasz szándékával jelennek meg.⁴⁴

Bár a dráma mint műfaj a Nyugat-Római Birodalom bukása és a keresztény eszmerendszer kezdeti elutasító magatartása következtében hosszú időre háttérbe szorult, mégsem tűnt el teljesen: az egyházi liturgiák keretein belül kelt újra életre. A 17. századra tehető egy új műfaj kialakulása, amikor a húsvét előtti éjszakán a kötelező zsoltosma keretében iktattak be egy úgynevezett tropust, vagyis egy nem hivatalos irodalmi hozzászólást drámai formában a szokásos katolikus liturgiához.⁴⁵ Tehát a középkor vallási kultúrájában az egyház is felismerte a narratívák lélekre gyakorolt transzformatív hatását, így a szentírások, liturgikus

⁴¹ JENEY Éva, *Irodalomterápia, biblioterápia*, Helikon, 2016/2. – LXII. évfolyam, 152.

⁴² PECZ Vilmos szerk., *Ókori Lexikon, Orvosok, Orvostudomány*, Franklin Társulat, Budapest, 1902., Arcanum Kézikönyvtár, online: <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-okori-lexikon-CA894/o-CC3BC/orvosok-orvostudomany-CC4C1/>, utolsó letöltés: 2024.10.22.

⁴³ NUSSBAUM, Martha C., *The Therapy of Desire. Theory and Practice in Hellenistic Ethics*. Princeton University Press, 1994, 15–19.

⁴⁴ BÉCSY Tamás, *A dráma modellek és a mai dráma*, Akadémiai, Budapest, 1974., 178–219.

⁴⁵ *Uo.*, 192.

imádságok és példázatok nem csupán hitbéli útmutatóként, hanem spirituálisan gyógyító médiumként is funkcionáltak – különösen kolostori közösségekben és zarándoklatok során, ahol e szövegek performatív ereje az érzelmi megküzdés és lelki megtisztulás részévé válhatott.⁴⁶

A pszichés feszültségek oldására és a belső harmónia helyreállítására a középkor spirituális és intellektuális gyakorlatain keresztül tehát új formákban élt tovább. A keresztény monasztikus hagyományban a szövegolvasás – *lectio divina* – nem csupán vallási gyakorlatként, hanem egyfajta lélekápolásként is működött. A kolostori közösségekben az imádságok, zsoltárok és példázatok olvasása és értelmezése révén zajló meditatív elmélyülés hozzájárult a belső béke, az erkölcsi rend és a spirituális egyensúly fenntartásához. A lelkészek és szerzetesek számára a szent szövegek nem csupán dogmatikai tartalmak hordozói voltak, hanem pszichospirituális eszközök is, amelyekkel az egyéni lelki szenvedések enyhítésére és a közösségi lelki egészség fenntartására törekedtek.⁴⁷

A reneszánsz idején, a 14-17. század között, az írás és az olvasás fokozatosan kibővült a szekuláris témák felé is. A könyvnyomtatás feltalálása a 15. században jelentős mérföldkövet jelentett, amely jelentősen hozzájárult a könyvek szélesebb körű elterjedéséhez és az olvasás társadalmi hatásának növekedéséhez. A szövegek immár nemcsak a mindennapi élet kérdéseit tematizáltak, hanem a szórakoztatást is szolgálták. az olvasás elérhetőbbé válása lehetővé tette, hogy az emberek nem csak közösségben, hanem individuálisan is reflektálhassanak különféle történetek és költemények segítségével az őket körülvevő világra, saját érzéseikre vagy élethelyzeteikre, és akár szórakoztassák is magukat.⁴⁸

2.3.2. Az irodalom szerepe a 17-18. századi társadalomban

A 17. és 18. század eszméletörténeti fordulata, a felvilágosodás eszméinek előtérbe kerülése és a természettudományos világkép kibontakozása, új távlatokat nyitott az irodalom funkciójának újraértelmezésében. Az irodalmi szöveg ekkor már nem csupán vallási vagy szórakoztató célokat szolgált, hanem az ember érzelmi, gondolati és erkölcsi dilemmáinak artikulálását, valamint a társadalmi problémák tematizálását is.

⁴⁶ LECLERCQ, Jean, *The Love of Learning and the Desire for God. A Study of Monastic Culture*, Catherine MISRAHI ford., Fordham University Press, New York, 1982, 72–78.

⁴⁷ *Uo.*

⁴⁸ SULYOK Attiláné, *553 éve halt meg Johannes Gutenberg, a nyomdászat feltalálója (1468)*, Győri Szalon, 2021.02.03., <https://www.gyoriszalon.hu/news/14975/66/>, utolsó letöltés: 2024.10.22.

E korszak filozófusai – így például John Locke vagy Jean-Jacques Rousseau – az olvasást a nevelés és a személyiségformálás alapvető eszközének tekintették, hangsúlyozva az írott szó szerepét az egyéni fejlődés és az autonóm gondolkodás kialakításában. A műveltséghez jutó rétegek ebben a korban méginkább az önmegértés és a belső építkezés eszközeként tekintettek az irodalomra, amely reflexív módon értelmezte az emberi létezés komplexitását.⁴⁹

2.3.3. Az olvasás szerepe a 19. századtól kezdődően

A 19. században a könyvek és az olvasás a társadalom egyre szélesebb rétegei számára váltak elérhetővé. A könyvtárak és az első olvasóköri körök kialakulásával az olvasás mint közösségi és egyéni tevékenység fontos funkciót kezdett ellátni.

A romantika irodalmi irányzatának térnyerésével az irodalom nagy szerepet kapott az érzelmek, a szenvedély és az egyéni lélek feltárásában. Az olyan írók, mint Goethe, Victor Hugo, vagy az orosz irodalom nagy alakjai, mint Tolsztoj és Dosztojevszkij, műveikkel hozzájárultak az emberi lélek bonyolult és mélyebb rétegeinek feltárásához. A romantikus irodalom hangsúlyozta az egyén érzéseit, a belső konfliktusokat, a természethez és a transzcendenciához való kapcsolódást, és így mélyen hatott az olvasók érzelmi világára. Az olvasás fontos szerephez jutott az önkifejezés és a személyiség fejlesztésének területén.

Ebben az időben már, a tudomány fejlődésének következményeként, az irodalmat pszichológiai és szociológiai keretek között is elkezdtek vizsgálni. A 19. század végén és a 20. század elején megjelentek a pszichológia és pszichoanalízis tudományának első képviselői, akik az emberi pszichére összpontosítottak, és vizsgálták az emberi tudatot és tudattalant. A pszichológia fejlődésével párhuzamosan az irodalmi művek elemzésében is megjelent a pszichológiai megközelítés, amely fontos szereppel bír az irodalomterápiában.

A 20. század elejének pszichológiai forradalma – különösen Sigmund Freud pszichoanalitikus elméleteinek⁵⁰ és Carl Gustav Jung archetípus-elméletének⁵¹ térhódítása – paradigmaváltást eredményezett abban, ahogyan az irodalom lélektani vonatkozásaihoz viszonyult a tudományos és művészi diszkurzus. Freud a művészetet az elfojtott tudattartalmak szimbolikus reprezentációjaként értelmezte, míg Jung az irodalmi alkotásokat a kollektív tudattalan archetípusainak manifesztációjaként fogta fel.

⁴⁹ CHARTIER, Roger, *The Cultural Uses of Print in Early Modern France*, Princeton University Press, 1987, 93–105.

⁵⁰ FREUD, Sigmund, *Művészet és neurózis*, In: *Válogatott művek*, Atlantisz, Budapest, 1998.

⁵¹ JUNG, Carl Gustav, *A tudattalan pszichológiája*, Európa, Budapest, 1991.

Ezek az irányzatok hozzájárultak ahhoz, hogy az irodalmat ne kizárólag esztétikai objektumként, hanem a személyes és kollektív tudattartalmak feltérképezésének, értelmezésének és adott esetben feldolgozásának médiumaként is vizsgálják. Fontos ugyanakkor hangsúlyozni, hogy az irodalom esztétikai dimenziója nem tűnt el, hanem fokozatosan kiegészült más értelmezési szempontokkal – ilyenek voltak a pszichoanalitikus, fenomenológiai, szociológiai, identitásalapú vagy traumaelméleti megközelítések. A 21. századra ezek a nézőpontok szinte teljesen átalakították az irodalomértés diszkurzív kereteit, miközben az esztétikai megközelítések háttérbe szorultak vagy integrálódtak komplexebb elemzési modellekbe.

E sokrétű átalakulás talaján bontakozott ki az a szemléletmód, amelyben az irodalomterápia interdiszciplináris módszere is gyökerezik: az irodalom többé nem pusztán szépség vagy forma kérdéseként merül fel, hanem olyan nyelvi és narratív térként, amely lehetővé teszi a lelki folyamatok kifejezését, megértését és átdolgozását. A 20. század második felére az az irányzat túlmutatott a klasszikus pszichoanalitikus kereteken, és egyre inkább beépült a mentálhigiénés és pszichoterápiás gyakorlatok közé, intézményesült formában is alkalmazva az irodalmat a pszichés támogatás eszközeként.

2.3.4. Az irodalomterápia a 20. században

Az irodalomterápia mint önálló és interdiszciplináris gyakorlat a 20. század második felében formálódott tudományosan körvonalazott módszerré, amikor a pszichológia, a pedagógia és az irodalomtudomány határterületein létrejövő diskurzusok elkezdtek tematizálni az olvasás élményének mentális, emocionális és morális dimenzióit.⁵²

A 20. században, különösen az első és a második világháború után, a pszichológiai gyógyításban és a mentálhigiénés ellátásban az irodalomterápia a traumakezelés és a személyiségfejlesztés fontos eszközévé lett. Az Egyesült Államokban ebben az időszakban az irodalomterápiát 'bibliotherapy' néven kezdték alkalmazni a katonák pszichológiai rehabilitációjában. A háborús veteránok mentális egészségének támogatásában az olvasás és az írás mint terápiás eszköz kiváló eredményeket hozott. 1939-ben a *Hospital Division of the American Library Association* biblioterápiás bizottságot is alakított már, ahol hivatalosan is könyvtári szolgáltatásként ismerték el az irodalomterápiát.⁵³

⁵² SNODGRASS 2005, 17–19.

⁵³ GULYÁS Enikő, *A biblioterápia alkalmazása a könyvtárban és a könyvtáros képzésben*, Debrecen, 2010, 7..

Az irodalomterápia tudományos megalapozásához nagyban hozzájárultak az olyan szakemberek, mint az amerikai Arleen McCarty Hynes könyvtáros és a lánya Mary Hynes-Berry fejlesztőpedagógus, akik kidolgoztak a biblioterápiának egyfajta elméleti keretét. 1986-ban publikálták nagy hatású kézikönyvüket, amelyet hosszú évekig az irodalomterápia alapműveként tartottak számon.⁵⁴ Munkásságuk során hangsúlyozták, hogy az irodalmi szövegek feldolgozása képes nyelvet és struktúrát adni az emberi érzelmek kifejezéséhez, és segít abban, hogy az egyén jobban megértse saját érzéseit, belső konfliktusait.⁵⁵

A könyv jelentősége többek közt abban áll, hogy egységes modellt dolgozott ki a módszer működésére, valamint bevezette a komplex biblio/poetry therapy kifejezést, az irodalom fogalmának pedig szélesebb körű értelmezését javasolta, mert bár leggyakrabban a verseket alkalmazzák ezen a területen, gyakorlatilag nagyon sokféle, a nyelvi kifejezést valamilyen módon hasznosító anyag (novella, regény, film, dalszöveg, esszé, újságcikk, képregény) alkalmas lehet arra, hogy bevonjuk a terápiás munkába.⁵⁶

2.3.5. Irodalomterápia Magyarországon

Az irodalomterápia magyarországi intézményesülésének folyamata a 20. század második felében kezdett körvonalazódni, majd az 1990-es évektől vált markánsabbá, különösen a könyvtári közegben.

A biblioterápia hazai adaptációjának első formái elsősorban gyermek- és iskolai könyvtárakhoz köthetők, ahol az olvasás mint nevelési és személyiségfejlesztési eszköz kapott szerepet. A módszer elterjedésében meghatározó katalizátor szerepet töltött be az Országos Széchényi Könyvtár Könyvtári Intézete, amely többek között képzések elindításával járult hozzá a biblioterápia szakmai megerősítéséhez. „A szentendrei modell”,⁵⁷ amely Bartos Éva nevéhez fűződik, egyúttal a módszer egyik legkoherensebb hazai képzési formájaként is értelmezhető, hiszen gyakorlati és elméleti szinten egyaránt irányadóvá vált.

Bartos Éva tevékenysége mellett olyan kutatók és gyakorlati szakemberek, mint Béres Judit, Boldizsár Ildikó és Jeney Éva is meghatározó módon járultak hozzá az irodalomterápia hazai diskurzusának formálásához. E szerzők munkái – eltérő módszertani keretben, de

⁵⁴ HYNES, Arleen McCarty – HYNES-BERRY, Mary, *Biblio/poetry therapy: The interactive process: A handbook*, North Star Press, St. Cloud, MN, 1986.

⁵⁵ BÉRES, 2022., 12.

⁵⁶ *Uo.*, 13.

⁵⁷ BARTOS, 2020., 11.

hasonlóan a szöveggel való interakció lelki hatásmechanizmusait középpontba állítva – elősegítették a biblioterápia interdiszciplináris beágyazottságát.

A 21. század elejére az irodalomterápia nem csupán a mentálhigiénés gondozásban, hanem az oktatás és a személyiségfejlesztés különböző színterein is elfogadottá vált hazai viszonylatban is. Magyarországon napjainkban a biblioterápiás szemlélet és gyakorlat éppúgy jelen van a könyvtári, pedagógiai, pszichológiai és egészségügyi kontextusokban. A képzések, módszertani változatok diverzifikációja – úgy mint olvasóköri, meseterápiás eljárások, egyéni és csoportos biblioterápiás ülések – pedig egyértelműen jelzi a szakterület dinamizmusát és relevanciáját.

A fentiekben felvázolt történeti ív – amely az antik gyökerektől a középkori vallásos szövegalkalmazásokon, a felvilágosodás individualizáló olvasáskeresőjén, valamint a pszichoanalitikus irodalomfelfogás paradigmaváltásán keresztül vezet napjaink összetett módszertani rendszeréhez – megalapozza azt az elméleti és gyakorlati keretrendszert, amelyre jelen dolgozat a modern irodalomterápia irányzatának és a kapcsolódó magyar szakirodalom elemzésénél támaszkodik.

2.4. Az irodalomterápia alkalmazása

Az irodalomterápia módszertani apparátusa rendkívül sokrétű és adaptív: különféle technikákat és megközelítéseket foglal magában, melyek közös vonása, hogy az irodalmi szövegek közvetítésével szolgálják az önreflexió elmélyítését, az önismereti munka kibontakozását, valamint a pszichés jólét fenntartását vagy helyreállítását. E módszerek alkalmazása során különbséget kell tenni az egyéni és a csoportos terápiás keretek között, mivel eltérő dinamika, fókusz és akár terápiás cél jellemzi ezeket a formákat.

A biblioterápiás folyamat facilitátorai – biblioterapeuták vagy más mentálhigiénés képzettséggel rendelkező szakemberek – kulcsszerepet játszanak a megfelelő irodalmi művek kiválasztásában, valamint a szövegekhez kapcsolódó feldolgozási technikák alkalmazásában. Munkájuk során nemcsak az adott élethelyzethez vagy pszichés problémához igazítják a választott műveket, hanem az olvasási és befogadási sajátosságokat, valamint a résztvevők emocionális és kognitív állapotát is figyelembe veszik. Ily módon az irodalomterápia egy strukturált, ugyanakkor élményszerű és empátiára építő intervenciós formává válik, amely a narratívum erején keresztül képes pszichológiai változást generálni.

Bartos Éva besorolása szerint a terápiában résztvevő személy irodalomterápiás befolyásolásának négy szintjét lehet megkülönböztetni a foglalkozásokon:⁵⁸

1. Az intellektuális szintet – gondolkodásra serkenti a terapeuta az egyént, hogy elemezze saját viselkedését, attitűdjét és ezzel segítse a problémák megoldását.
2. A szociális szintet – a foglalkozás során növelhető az egyén szociális érzékenysége, empátiája, megerősíthetők egyes szociális és kulturális minták.
3. A viselkedési szintet – az egyén kipróbálhat különböző viselkedésmódokat, illetve védett környezetben átélhet új reakciókat, próbálkozhat más lehetséges kiváltott hatásokkal.
4. Az emocionális szintet – védett szituációban könnyebben megy a kitárulkozás, valamint csoportos foglalkozás esetén ösztönzést is kaphat másoktól saját problémáinak megoldására.⁵⁹

2.4.1. Az irodalomterápiát alkalmazó szakemberek köre

Az irodalomterápia alkalmazói körét tekintve megfigyelhető, hogy elsősorban azok a humán szolgáltatási területen dolgozó szakemberek fordulnak e módszertan felé, akik hivatásuk során közvetlen kapcsolatba kerülnek a kliensek mentális, érzelmi és kognitív állapotával, s akik munkájuk során törekednek az irodalomeszközök integrálására a terápiás vagy pedagógiai gyakorlatukban. E körbe tartoznak különösen a pszichológusok, pedagógusok, mentálhigiénés szakemberek, szociális munkások, akik a szövegértelmezés és -feldolgozásban lehetőségét látják a belső folyamatok kísérésének, az önreflexió erősítésének, valamint a kapcsolati és kommunikációs kompetenciák fejlesztésének.

Az irodalomterápia alkalmazói körének vizsgálatakor világossá válik, hogy a módszertan elsősorban azon segítő szakmák képviselői körében vált elterjedtté, akik napi szinten dolgoznak emberek pszichés, érzelmi és kognitív támogatásán. E szakemberek nemcsak a mentális zavarok megelőzésében vagy kezelésében játszanak szerepet, hanem abban is, hogy a szövegek olvasása révén olyan értelmezési és önreflexiós folyamatokat indítsanak el, amelyek a személyiségfejlődést és az érzelmi tudatosságot is előmozdítják. Mindez különösen akkor válik hangsúlyossá, amikor a szakember képes az irodalmat a kliens világához illeszkedő

⁵⁸ BARTOS Éva, *Olvasókönyv a biblioterápiáról*. Országos Széchényi Könyvtár Könyvtártudományi és Módszertani Központ, Budapest, 1989, 9-16.

⁵⁹ *Uo.*, 9-16.

módon alkalmazni – azaz olyan szövegeket választ, amelyek releváns élettapasztalatokat, konfliktusokat és dilemmákat tematizálnak.⁶⁰

A felsorolt hivatáscsoportokon túl indokolt kiemelni a könyvtárosok szerepét, akik – bár tevékenységük elsődlegesen nem a pszichés segítségnyújtásra irányul – mégis fontos közvetítőivé válhatnak a biblioterápiás szemléletnek. Ez különösen igaz azokra a gyermek- és iskolai könyvtárosokra, akik az olvasás mint életstratégia és identitástámogató eszköz népszerűsítésében tudatosan alkalmazzák az irodalomterápiás elemeket. A könyvtári környezet ráadásul olyan nyitott és elfogadó teret biztosít, amely elősegíti a nem formális tanulás és az érzelmi biztonság érzésének kialakulását.⁶¹ Ennek megfelelően az általuk végzett biblioterápiás tevékenység gyakran a közösségi élmény és az önkifejezés támogatásának céljait szolgálja, s így fontos alternatívát jelenthet a formálisabb terápiás beavatkozások mellett. Magyarországon a szentendrei Hamvas Béla Pest Megyei Könyvtárban szervezett biblioterápiás képzések könyvtárosok számára lehetőséget nyújtanak az irodalomterápia módszereinek elsajátítására és alkalmazására.⁶²

Az irodalomterápiás képzések célja mindazonáltal az, hogy e sokszínű szakembergárda számára olyan módszertani és elméleti alapokat biztosítson, amelyek lehetővé teszik a szövegek céltudatos és érzékeny felhasználását a különböző segítő folyamatokban. A kurzusok tematikájában kiemelt szerepet kapnak az irodalmi művek terápiás potenciálját érintő szempontok, az olvasás aktusának pszichodinamikai értelmezése, a csoportos és egyéni feldolgozás különböző lehetőségei, valamint az etikai keretek és felelősségi határok kérdésköre. A résztvevők tehát nem pusztán egy új módszer sajátítanak el, hanem egyúttal reflektív és kreatív megközelítéssel gazdagodnak, amely a saját segítő gyakorlatukban is új perspektívákat nyithat meg az irodalom felől.

Mindenképpen megállapítható, hogy az irodalomterápia interdiszciplináriás térben lehelyezkedő módszertana különösen jól illeszthető az humán segítő hivatások struktúrájába, miközben lehetőséget teremt arra is, hogy az irodalom ne csupán esztétikai élményként, hanem az emberi tapasztalatok feldolgozásának hatékony médiumaként is jelen lehessen a terápiás folyamatokban.

⁶⁰ JAKOBOVITS Kitti, *Irodalomterápia. A könyvespolcod pszichológusszemmel*, Kulcslyuk, Budapest, 2021., 92-94.

⁶¹ BÉRES, 2017., 15-50.

⁶² Hamvas Béla Pest Megyei Könyvtárban szervezett biblioterápiás képzések, online: <https://www.hbpmk.hu/biblioterapia-szakmai-kepzes-2024-tavasz>

A gyakorlati tapasztalatok alapján egyértelműen kijelenthető az is, hogy az irodalomterápia különösen fontos eszköz a gyermekek és serdülők mentálhigiénés gondozásában, kiváltképp az iskolai és ifjúsági környezetben dolgozó pszichológusok, pedagógusok és szociális munkások számára.⁶³ Ahogy Dr. Kádár Annamária pszichológus, egyetemi adjunktus véli:

A gyermekkorban két tündérvilága van: cselekvés síkján a játék és szellemi síkon a mese. A mesehallgatás, álmodozás magasabb szintű fantáziaműködést jelent, mint a játékszerekhez kapcsolódó képzeletbeli tevékenység. A gondolatokkal való játékként is értelmezhetjük.⁶⁴

Különös a hangsúly ezen a ponton a meseterápiát illetően, amely a gyermekek számára kínál a szimbolika segítségével megoldásokat problémáikra, az irodalomterápia egyik kimagaslóan hatékony formájaként, segítve őket megbirkózni félelmeikkel, szorongásaikkal és életkori nehézségeikkel, mindezek mellett a mese kiváló eszköze az érzelmi intelligencia fejlesztésének is.

2.4.2. A csoportos irodalomterápia

Az irodalomterápia egyik legelterjedtebb és legsokrétűbb formája a csoportos keretek között zajló feldolgozás, amely során a résztvevők közösen reflektálnak egy előre kiválasztott irodalmi műre – legyen az vers, novella, mese vagy regény. A csoporttagok vagy egy időben, a foglalkozáson olvassák el a szöveget, vagy otthoni felkészüléssel érkeznek, majd az alkalom során a mű tartalmi, stílári és érzelmi aspektusait közösen tárgyalják meg. E dialogikus feldolgozás különösen termékeny terepe lehet az önreflexió, az empátia és a közösségi élmény erősítésének.⁶⁵

A csoportos biblioterápiás foglalkozások lehetőséget nyújtanak arra, hogy a résztvevők az olvasott szövegek által kiváltott érzelmi reakciókat megosszák egymással, párhuzamokat vonjanak saját élethelyzeteik és a mű szereplőinek sorsa között, valamint új értelmezési horizontokat fedezzenek fel. Az irodalmi azonosulás révén megélt közösségi élmény fokozza az érzelmi átélés intenzitását, miközben a különböző

⁶³ DOLL, Beth – DOLL, Carol, *Fiatalok biblioterápiája. Könyvtárosok és mentálhigiénés szakemberek együttműködése*, Magyar Krisztina ford., Könyvtári Intézet, 2011, 13-25.

⁶⁴ KÁDÁR Annamária, *Mesepszichológia. Az érzelmi intelligencia fejlesztése gyermekkorban*, Kulcslyuk, Budapest, 2013., 85.

⁶⁵ DR. ZÁGOREC-CSUKA Judit, *A szépirodalom önismereti és gyógyító ereje*, Tanulmány, Muravidék Baráti Kör Kulturális Egyesület – Kapcai József Attila Művelődési Egyesület, Pilisvörösvár–Kapca, 2017., 38.

nézőpontokkal való találkozás elősegíti a pszichés rugalmasság és az interperszonális érzékenység fejlődését.

A csoportdinamika sajátosságai lehetőséget biztosítanak arra, hogy a tagok ne csupán passzív befogadóként, hanem aktív értelmezőként és támogatóként legyenek jelen – így válik az irodalomterápiás foglalkozás egyfajta mentális és érzelmi laboratóriummá, ahol az olvasás mint élmény és interakció válik a személyes fejlődés katalizátorává. Az irodalmi karakterekkel való azonosulás során a résztvevők nem csupán saját érzelmi mintázataikra ismerhetnek rá, hanem – a csoporton belüli visszajelzések és értelmezési alternatívák révén – mások tapasztalataiból is építkezhetnek.

A csoportos irodalomterápia egyik legfontosabb hozadéka, hogy elősegíti a résztvevők érzelmi intelligenciájának fejlődését, miközben csökkenti az izoláltság érzését és erősíti a szolidaritás élményét. A közös beszélgetések során kibontakozó interakciók alkalmat teremtenek arra, hogy a résztvevők különböző szempontrendszerek alapján reflektáljanak önmagukra, másokra és az olvasott szövegre – ezáltal a csoport nem csupán értelmező közösséggé, hanem támogató közeggé is válik. A szöveg ész élethelyzetek közötti párhuzamok mentén felmerülő érzelmi tartalmak feldolgozása lehetőséget teremt az elfojtott vagy tudattalan pszichés tartalmak felszínre hozására, valamint a megküzdési stratégiák újragondolására.

A foglalkozásokat vezető irodalomterapeuta ebben a kontextusban nemcsak facilitátorként, hanem értelmező és reflektív jelentlétként is működik: kérdéseivel, narratív intervencióival és visszajelzéseivel mediatizálja a csoport tagjai közötti kapcsolatokat, miközben támogatja az érzelmi elmélyülést és az önreflexiót. A terápiás célkitűzések sokrétűsége – legyen szó felszültségoldásról, gyászfeldolgozásról, önértékelés megerősítéséről vagy identitáskeresésről – az irodalmi művek tematikai gazdagságával összhangban kerül meghatározásra.

A csoportos irodalomterápiában alkalmazott szövegek repertoárja igen széles skálán mozog. A kiválasztott művek lehetnek kanonizált klasszikusok, kortárs regények, költészeti alkotások, drámai művek, esetenként népmesék vagy életrajzi töredékek is. A döntő szempont minden esetben az adott csoport érzelmi állapotához és pszichés szükségleteihez való illeszkedés, valamint a szöveg azon képessége, hogy

érzelmileg aktivizálja a résztvevőket, miközben teret ad az egyéni és közösségi reflexióknak.

Az irodalomterapeuta felelőssége nem merül ki a megfelelő szövegek kiválasztásában: az értelmezési lehetőségek tudatos feltárása, valamint az ezekhez kapcsolódó kérdésfelvetés éppoly fontos. E kérdések segítségével a résztvevők elmélyíthetik személyes reflexiójukat, és értelmezhetik az olvasott mű érzelmi és gondolati struktúráit – s ezáltal új megértési mintákat építhetnek saját élethelyzeteikhez. Az irodalom tehát ebben az értelemben nemcsak szöveg, hanem a lelki önfeltárás és változás médiumává válik.

A csoportos terápia gyakran alkalmazza a következő módszereket:⁶⁶

- Irányított olvasás: A terapeuta kiválaszt egy irodalmi művet, majd irányított kérdésekkel segíti a csoport tagjait abban, hogy megértsék a szöveg mélyebb rétegeit.
- Párbeszéd kezdeményezése: A terapeuta ösztönzi a csoporttagokat, hogy beszéljenek a mű által kiváltott érzéseikről, illetve arról, hogy az olvasmányt hogyan tudják a saját életükhöz kapcsolni. Ezáltal a résztvevők szóban artikulálják az irodalmi szereplőkön keresztül felismert problémáikat és megküzdési mechanizmusait.
- Szerepjátékok: Az irodalmi szövegek szereplőinek megjelenítése révén a csoporttagok jobban beleélhetik magukat a karakterek helyzetébe, és konfliktusaikat átélve dolgozhatják fel érzelmi nehézségeiket.

2.4.3. Az egyéni irodalomterápia

Az egyéni irodalomterápia sajátossága abban rejlik, hogy a terápiás folyamat teljes egészében a kliens egyéni szükségleteihez, lelki és pszichés állapotához igazodik. E személyes fókusz lehetővé teszi az olvasmányélmények olyan mélységű feldolgozását, amely túlmutat a kollektív megosztáson és az interperszonális reflexiókon. Míg a csoportos terápiában hangsúlyos szerepet játszik a közösségi élmény és a különböző perspektívákhoz való viszonyulás, addig az egyéni keretek között zajló folyamat a szöveg és az olvasó közötti

⁶⁶ KOLLARITS Krisztina, *Bevezetés az irodalomterápiába, avagy már az olvasás is terápia?*, Olvasat, 2021. november 16., <https://olvasat.hu/bevezetes-az-irodalomterapiaba-avagy-mar-az-olvasas-is-terapia/>

bensőséges kapcsolat kialakítására, valamint a terapeuta és kliens közötti bizalmi viszonyra épül.

Ebben a terápiás kontextusban az irodalom nem pusztán interpretációs tárggyá, hanem introspektív tükörré válik, amelyen keresztül a résztvevő mélyebb betekintést nyerhet saját érzelmi struktúráiba, megküzdési mechanizmusaiba és rejtett belső konfliktusaiba. Az irodalomterapeuta ebbe a folyamatban nemcsak mint szövegközvetítő van jelen, hanem mint érzékeny kísérő, aki a megfelelő irodalmi szövegek kiválasztásával és értelmezésének facilitálásával segíti a kliens érzelmi elmélyülését.

Az alkalmazott művek tematikája minden esetben a kliens aktuális élethelyzetéhez, pszichés terheihöz és személyes dilemmáihoz illeszkedik.⁶⁷ Ez a fajta személyre szabott tartalmi orientáció nemcsak fokozza az irodalmi szöveg hatékonyságát, hanem lehetőséget teremt arra is, hogy a kliens saját tempójában haladva, biztonságos térben találkozasson a legmélyebb érzelmi tartalmaival. A terapeuta által alkalmazott kérdésfeltevések és reflexív technikák e folyamatban kulcsszerepet játszanak: segítik a szöveg és az életvalóság közötti párhuzamok felismerését, valamint a pszichés elakadások új perspektívából való megközelítését.

Az egyéni irodalomterápia hatékonysága nem csupán az olvasott műre adott érzelmi reakciók intenzitásán mérhető, hanem abban is, hogy a kliens képes-e új önértelmezési kereteket kialakítani, és ezeken keresztül változtatni önmagához, másokhoz és a világ történéseihez fűződő viszonyán. A terápiás folyamat így egyfajta szövegközpontú önismereti utazássá válik, ahol az irodalmi művek érzelmi és kognitív katalizátorként szolgálnak. Az egyéni figyelem révén olyan pszichés tér nyílik meg, amelyben a kliens nemcsak feldolgozhatja traumáit és konfliktusait, hanem újraértelmezheti saját élettörténetét – miközben megőrizheti autonómiáját és narratív kontrollját.⁶⁸

Az ilyen típusú terápiás munka különösen hatékony lehet azokban az esetekben, amikor kliens mély érzelmi sebezhetőséggel küzd, és a kollektív keretekben való megnyilatkozás túlságosan szorongáskeltő volna számára. Az egyéni irodalomterápia ezzel szemben intim, védett és reflektív térként működik, amely lehetővé teszi a fokozatos lelki kibomlást és a belső folyamatok mélyebb megértését.⁶⁹ A módszer tehát nem csupán kiegészíti, hanem saját jogán

⁶⁷ JAKOBOVITS, 2021., 21.

⁶⁸ SZALAI Lilla, *Lélek a sorok között – egyéni irodalomterápiás foglalkozások*, 2016. november 2., <http://szalaililla.hu/egyeni-irodalomterapias-foglalkozasok/>, Utolsó letöltés: 2025.04.15.

⁶⁹ Uo.

is legitimálja az irodalom pszichológiai alkalmazhatóságát: nemcsak olvasásról, hanem lélektani önfeltárásról, transzformációról és belső átstrukturálódásáról szól.

2.4.4. Az irodalom önálló, terápiás célú használata

Az irodalom terápiás potenciálja tehát, ahogy az eddig felvonultatott aspektusok is mutatják, nem kizárólag a professzionális pszichoterápiás kereteken belül érvényesülhet, hanem autonóm, önreflexív gyakorlatként is megmutatkozik, különösen az érzelmi feldolgozás, az önismereti folyamatok és az introspektív megértés dimenzióiban.⁷⁰ A befogadók nem ritkán anélkül is megtapasztalják az irodalmi szövegek átalakító hatását, hogy azt tudatosan irodalomterápiás folyamatként azonosítanak. Ezen spontán olvasási aktus az önsegítés egy sajátos formájává válhat, különösen krízishelyzetekben, amikor az egyén a szövegek világába menekülve keres kognitív és affektív támpontokat saját problémái megértéséhez.

A narratív struktúrák a fiktív karakterek és az episztemológiai párhuzamok lehetőséget kínálnak arra, ahogy az olvasó saját élethelyzeteit külső nézőpontból szemlélje, új értelmezési mintázatokkal gazdagodjon, és így egyfajta értelmezői távolságot alakítson ki belső konfliktusaihoz. E folyamat során gyakran aktiválódik az azonosulás pszichodinamikai mechanizmusa, amely révén a szöveg nemcsak tükröt tart az olvasónak, hanem lehetőséget nyújt a rejtett affektusok, elfojtott tartalmak vagy ambivalens érzések tudatosítására is. Jakobovits Kitti pszichológus és irodalomterapeuta ezzel kapcsolatban hangsúlyozza:

Ritka az az eset, amikor teljesen semleges marad a kapcsolat a mű és olvasója között, a negatív kapcsolódás pedig ugyanolyan jelentős, mint a pozitív viszonyulás, sőt, néha még többet is elárulhat az érzékeny pontjainkról.⁷¹

Az ilyen típusú olvasási tapasztalat egyik leglényegesebb aspektusa kognitív-affektív felismerés, az úgynevezett 'aha-élmény', amely lehetővé teszi, hogy az olvasó ráismerjen saját pszichés helyzetére vagy dilemmájára egy adott irodalmi szituációban, és ezáltal érzelmi megnyugvásra vagy belső újrendeződésre jusson. az irodalmi szövegek – legyenek azok klasszikus vagy kortárs művek – gyakran tematizálnak olyan univerzális létélményeket, mint a gyász, a veszteség, a párkapcsolati krízis, az identitáskeresés vagy a társadalmi kirekesztettség, amelyek különösen alkalmasak a projekciós és reflektív folyamatok elindítására. Amikor az egyén egy problémás élethelyzetre keres megoldást, sokszor tudatosan, de néha akár öntudatlanul is választ olyan olvasmányt, amely hasonló problémát dolgoz fel. A karakterek

⁷⁰ JENEY, 2016., 153.

⁷¹ JAKOBOVITS, 2021., 114.

cselekedetei, döntései és a történet kimenetele pedig inspirációt ad számára, hogy ő is új megoldásokat próbáljon ki a saját életében, vagy épp megmutatja, hogy mi az amit nem tanácsos megcselekednie az adott helyzetben.⁷²

Az irodalom terápiás célú, önálló alkalmazásának egyik kitüntetett formája – az olvasásközpontú megközelítések mellett – a kreatív írás, amely nemcsak kiegészíti, hanem új tapasztalati dimenzióba is helyezi az irodalommal való terápiás munkát. Noha a dolgozat korábbi fejezeteiben elsősorban az olvasás mint önreflexív és érzelmi feldolgozást segítő aktus került előterébe, az írásalapú terápiás formák (így különösen a naplóírás, az autobiografikus narratívaalkotás és a fiktív történetmesélés) szintén szorosan kapcsolódnak az irodalomterápia tágabb fogalomrendszeréhez. Ezek a gyakorlatok az érzelmek verbalizálása és narratív strukturálása révén elősegítik az önfeltárás mélyebb szintjeit, s olyan introspektív teret hoznak létre, amelyben a pszichés tartalmak sokszor hatékonyabban artikulálódnak, mint egy csoportos vagy beszédközpontú terápiás helyzetben.

2.4.5. Az irodalom és pedagógia összefonódása

Az irodalom nem csupán esztétikai vagy terápiás médiumként értelmezhető, hanem pedagógiai eszközként is számottevő hatással bír, különösen a személyiségformálás, a kognitív fejlesztés és az érzelmi nevelés dimenzióiban. A közoktatásban betöltött szerepe azonban túlmutat a személyiségformálás és érzelmi nevelés dimenzióin. Az irodalomóra célja nem pusztán az önismeret és empátia fejlesztése, hanem a kulturális örökség közvetítése, a nyelvi tudatosság elmélyítése és az interpretációs képességek fejlesztése is. Az irodalmi művek elemzése során az olvasók nemcsak egyéni tapasztalatik tükrét fedezhetik fel, hanem kollektív kulturális és történelmi mintázatokkal is szembesülnek, amelyek az identitásképzés és a társadalmi beágyazottság fontos építőkövei.

Ugyanakkor az irodalom hatékonysága és elérhetősége feltételezi az írás-olvasás elsajátítását és fejlesztésének didaktikai megalapozottságát, így a pedagógia és az irodalom történetileg is szoros szimbiózisban áll egymással. Ez a kapcsolat nemcsak az olvasási készségek fejlesztésében, hanem az értő olvasás, az irodalmi szövegek interpretációja és az ezek által közvetített etikai, pszichológiai és társadalmi tanulságok befogadásában is manifesztálódik.

⁷² BÉRES, 2022., 20.

Ennek értelmében az irodalomterápia értelmezhető mint a pedagógiai célrendszer egyik kiegészítő formája, különösen azokban az esetekben, amikor a tanulók fejlődésének elősegítésére a tanárok az olvasásban rejlő transzformatív potenciált kívánják mozgósítani. Az irodalmi szövegek révén nemcsak az érzelmi intelligencia, hanem a kritikai gondolkodás is hatékonyan fejleszthető, s ez a kompetenciaterület egyre inkább az oktatás központi célkitűzései közé tartozik.

Az irodalom már az antikvitástól kezdve alapvető szerepet játszott az érzelmi, szociális és intellektuális nevelésben. A narratív struktúrák, a fikciós világok és a karakterábrázolások segítségével a tanulók képesek mélyebb megértést szerezni az emberi viselkedésmintákról, az érzelmi folyamatokról, valamint a társadalmi interakciók komplexitásáról. Az irodalom nemcsak a nyelvi kompetenciák erősítésében játszik szerepet, hanem abban is, hogy az olvasó érzelmileg rezonálni tudjon a szöveg által közvetített élethelyzetekre, s ezáltal saját élményeire is reflektív módon tekintsen vissza.

Az óvodai nevelés során az irodalomhoz való viszony a mesék, versikék, mondókák és dramatizált történetek világán keresztül mélyül el, ahol az élményszerűség és az interaktív feldolgozás elősegítik a gyermekek narratív és érzelmi kompetenciáinak fejlődését. A történetek szerkezete, a szereplők érzelmi motivációinak megértése és az események ok-okozati viszonyának felismerése már ekkor hozzájárul az empátia és a morális érzékenység fejlődéséhez.⁷³

Az iskolai keretek között zajló olvasástanítás túllép a technikai olvasási készségek elsajátításán, és hangsúlyt helyez az értelmezői attitűd, a szövegértelmezési stratégiák és a metakognitív gondolkodás kialakítására. Az olvasás tanítása a pedagógus részéről olyan komplex nevelési feladat, amely nemcsak a szöveg megfelelő értelmezésére, hanem a benne megjelenő morális, pszichológiai és társadalmi dilemmák befogadására és feldolgozására is kiterjed.⁷⁴

Az irodalmi művek az iskoláskorú gyermekek számára is olyan tükörként funkcionálnak, amelyek segítik saját érzelmi nehézségeik, szorongásaik és identitásproblémáik feldolgozását. ez a transzferhatás, amely az olvasás és az életproblémák közötti párhuzamokon

⁷³ KÁDÁR 2013., 88-95.

⁷⁴ ANTALNÉ Szabó Ágnes, *A szövegértő olvasás fejlesztése magyar nyelven – adaptivitás és motiválás a fejlesztésben*, tanulmány, In: *A szövegértés mint tanulási képesség fejlesztése* kiadvány, ELTE, Budapest, 2016., 49.

alapszik, már az alsó tagozatos korban is működésbe lép. az olvasás aktusa tehát nem csupán kognitív fejlesztés, hanem egyúttal érzelmi és pszichológiai nevelés is.

A gyermek olvasási szokásai és a könyvekhez való viszonya hosszú távon is meghatározhatja személyiségfejlődését, intellektuális és érzelmi nyitottságát. A rendszeres olvasás nem csupán az élethosszig tartó tanulás, hanem az érzelmi intelligencia és a reflexív önismeret fejlődésének is egyik kulcsmozzanata.⁷⁵

A pedagógus szerepe ebben a folyamatban kettős: egyrészt biztosítja az olvasási kompetencia fejlődésén kognitív feltételeit, másrészt érzelmi és esztétikai érzékenységre is nevel elősegítve ezzel az irodalommal való belső kapcsolódás kialakulását. A pedagógia és az irodalom metszéspontja tehát nem elméleti konstrukció, hanem gyakorlati valóság, amely az oktatási-nevelési gyakorlat egyik legfontosabb bázisává válik.

Az irodalomterápia és a pedagógia célkitűzései e ponton összetetlalkoznak: mindkettő az ember érzelmi, szociális és kognitív fejlődésének támogatására törekszik, a szövegek által közvetített élettapasztalatokon keresztül. Az irodalomterápia elvei az oktatási gyakorlatban lehetőséget kínálnak arra, hogy a tanulók ne csupán tudást, hanem önismeretet is szerezzenek, és a tanulási folyamat során saját érzelmi működésükkel is reflektív módon találkozzanak.

Az értő olvasás mint alapkompétencia a személyiségfejlődés, a szociális érzékenység és az autonóm gondolkodás zálogává válik. Az irodalom segítségével a fiatalok olyan belső erőforrásokhoz férhetnek hozzá, amelyek hozzájárulnak a mindennapi problémák kezeléséhez, a mentális reziliencia kialakításához, és az érzelmi stabilitás fenntartásához – s mindezek révén a pedagógia és az irodalom közös metszéspontja szükségszerűen áthelyeződik a pszichológiai és nevelési folyamatok interdiszciplináris mezejére.⁷⁶

2.4.6. Naplóírás és kreatív szövegalkotás

Az irodalomterápia egyik leginkább introspektív formája az írás alapú megközelítés, amelyben a résztvevő nem csupán befogadóként, hanem alkotóként is jelen van a terápiás térben. A naplóírás, valamint a fiktív vagy önéletrajzi ihletésű egyéb szövegek (például emlékiratok, rövid történetek) lehetőséget adnak az élmények strukturált és kreatív feldolgozására.

⁷⁵ BÉRES Judit, *Az olvasás szerepe a személyiség gazdagításában. A kisgyermekes családok és a helyi fiatalok könyvtári támogatása*, tanulmány, Budapest, 2016, 5.

⁷⁶ CZACHESZ Erzsébet, *Irodalomterápia és személyiségfejlődés*, Mentálhigiéné és Pszichoszomatika, 2008/4.

A kreatív írás során az egyén nem csupán saját érzéseit fogalmazza meg, hanem narratív konstrukciók révén értelmet keres és tulajdonít is azoknak. A reflexió és újraértékelés ezen folyamata lehetőséget teremt az élmények integrációjára, a traumatikus élmények jelentésének újrendezésére, valamint a pszichés reziliencia erősítésére.

Az önreflexív írás az irodalomterápia egyik legszemélyesebb és legintimebb műfaji formáját képviseli. Az írás aktusa során a résztvevő egyfajta külső megfigyelő pozícióba tud kerülni saját belső folyamataival szemben, s ez a pozícióváltás lehetővé teszi a távolságtartást, a narratív rekontextualizálást és az érzelmi tartalmak tudatosítását. A kreatív írás során létrejövő szövegek – legyenek azok versek, levelek, belső monológok vagy fikciós történetek – nyelvi médiumként működnek, amelyeken keresztül a résztvevő nem csupán kifejezi, hanem újra is strukturálja saját pszichés valóságát.⁷⁷

Ugyanakkor a kreatív írás nem pusztán a verbalizálás eszköze, hanem az emlékezés és létezés nyelvi rögzítésének gesztusa is. Az írás képes megragadni és láthatóvá tenni egy olyan belső élményt, amely máskülönben nyomtalanul múlna el: a pillanat rögzítésével az író valóságként konstruálja meg azt, ami korábban még csak megélt tapasztalat volt. Ezáltal a szöveg nemcsak lenyomata, hanem újrateremtője is az élménynek – s a terápiás folyamat során ez a rögzítés, visszaolvasás, újraértelmezés egy olyan narratív tükörré válik, amely elősegíti az identitás és önismeret elmélyítését.

A naplóírás vagy más kreatív műfajok ezért nemcsak a belső egyensúly fenntartására, hanem a lélektani fejlődés kronológiájának lekövetésére is szolgálnak: a szöveg tanúja lesz annak az átalakulásnak, amely az íróban zajlik, és amely új értelmet ad múltbéli vagy jelenbéli tapasztalatainak.

2.4.7. A fordítás, mint az irodalomterápia önálló módszere

A fordításterápia – bár a hazai szakirodalomban ritkábban említik önálló irányként – szervesen illeszkedik az irodalomterápia komplex rendszerébe. A fordítás nemcsak nyelvi dekódolás, hanem mélyen személyes jelentésalkotás is: az idegen szöveg értelmezése és újrafogalmazása során a résztvevő a saját belső világát aktiválja, reflexióra és választásra kényszerül, miközben a szöveg másik kulturális és nyelvi regiszterét is befogadja.⁷⁸ A fordítás

⁷⁷ BASCH Éva – KEGYES Erika, *Kreatív írás. Elmélet és gyakorlat*, SZTE JGYPK, Szeged, 2024., 23-25.

⁷⁸ JENEY, 2012., 174.

mint terápiás gyakorlat egyszerre szól az értelmezés szabadágáról és az önkifejezés határainak megtapasztalásáról.

Ez a módszer különösen alkalmas identitásproblémák, kulturális átmenetek, vagy nyelvi-közösségi gyökerkeresés feldolgozására, és újfajta perspektívákat kínál a 'saját hang' megtalálására. A fordítás során fellépő kognitív és érzelmi munkafolyamatok – a jelentésrögzítés dilemmái, a szóválasztás és az értelmezés kockázatai – mind hozzájárulnak a narratív önreflexió, az önismereti fejlődés és az érzelmi integráció folyamatához.

A nemzetközi szakirodalomban már a 2000-es évektől megfigyelhető e módszer egyre tudatosabb rendszerezése és integrációja a biblioterápiás protokollokba, különösen a középiskolai, multikulturális vagy migrációs háttérű kliensekkel végzett munkában. A magyar irodalomterápiás diskurzus számára is fontos lépés lehet, ha a fordításterápia nem periférikus, hanem tudományosan elismert, strukturált alirányként jelenik meg.

Összegzésképpen elmondható, hogy az irodalomterápia használati módszereinek sokszínűsége lehetővé teszi, hogy az egyéni igények, érzelmi szükségletek és kognitív beállítódások figyelembe vételével válasszuk ki a leginkább adekvát módszertani formát. A műfaji illetve módszertani választás nem mellékes esztétikai döntés, hanem alapvető terápiás stratégia, amely a szöveggel való találkozás módját és mélységét is meghatározza.

2.5. Az irodalomterápia műfaji kontextusai

Az irodalomterápia alkalmazási köre szorosan összefügg azzal a műfaji sokféleséggel, amelyet a különböző irodalmi szövegtípusok nyújtanak. Ez a műfaji diverzitás nem csupán a műfajok esztétikai vagy narratív sajátosságaiban rejlik, hanem abban a komplex jelentésképző potenciálban is, amely lehetővé teszi a belső konfliktusok, érzelmi feszültségek vagy identitásproblémák több szinten való feldolgozását. Az irodalmi szövegekben a nyelvi artikuláció egyben szimbolikus közvetítés is: a gondolatok, érzések és tapasztalatok nemcsak logikai-fogalmi struktúrákba, hanem metaforikus, mitikus vagy archetipikus alakzatokba is szerveződhetnek. ez a rétegzett megközelítés teszi lehetővé, hogy irodalom ne pusztán a közlés médiuma, hanem az önértelmezés és pszichés integráció egyik sajátos nyelveként működjön.

A műfajválasztás nem tekinthető semleges aktusnak, mivel szorosan összefügg a terápiás célkitűzésekkel, a résztvevők életkorával, pszichés érzelmi állapotával, valamint a feldolgozandó problémák természetével. Ugyanakkor fontos megkülönböztetni a műfaj és a narratíva fogalmait: egy adott narratív szerkezet – például az identitásválság vagy veszteség

történet – különféle műfaji formákban is testet ölthet, és ez a formai keret jelentősen befolyásolhatja az olvasói azonosulást, illetve a szöveg terápiás hatását.

Ezen megközelítés alapján az irodalmi szöveg nem csupán mint esztétikai tárgy, hanem mint tapasztalatközvetítő médium kerül fókuszba. Amikor az olvasás terápiás kontextusban történik, a műalkotás nem izolált esztétikai entitásként, hanem projektív és reflexív tükörként működik: lehetőséget nyújt a belső tartalmak kivetítésére, átdolgozására és újrendezésére. Ezáltal az irodalmi mű ontológiai státusza is átalakul: nem csupán műalkotásként, hanem a szubjektív jelentésképzés dinamikus terévé válik, ahol a befogadás aktusa már maga is terápiás folyamatként értelmezhető.

A terápiás folyamat során alkalmazott irodalmi műfajok között megtalálhatóak a mese, a líra, a novella, a regény, és a dráma is. ezen műfajok mindegyike különböző módon járul hozzá a pszichés működésmódok feltérképezéséhez, az érzelmi mintázatok tudatosításához és a narratív önszervezés támogatásához.

2.5.1. A mese terápiás funkciója

A meseterápia az irodalomterápia egyik legrégebbi és legelterjedtebb alkalmazási formájaként különösen a gyermeki és serdülőkori fejlődési stádiumokban bizonyul hatékonynak. Ugyanakkor a mesék szimbolikája a felnőttkori alkalmazás során is képes hatékony párhuzamokat nyújtani a résztvevők saját problémáival, legyen szó életkrízisről, identitásválságról, vagy párkapcsolati nehézségekről.⁷⁹

A mese szimbolikus szerkezete, archetipusos figurái és univerzális motívumai olyan mentális terekhez férnek hozzá, amelyek lehetővé teszik az érzelmek áttételes és védett módon történő feldolgozását.⁸⁰

A meseterápia során kiválasztott narratívák lehetőséget teremtenek arra, hogy a résztvevő – azonosulás, projekció és kognitív elaboráció révén – szembesüljön saját belső konfliktusaival, legyen szó önértékelési zavarokról, szeparációs szorongásról vagy más fejlődési krízisekről. A mese strukturált világképe és a benne megjelenő morális rend olyan narratív keretet kínál, amelyben az érzelmi diszharmónia feloldhatóvá válik, s a hős archetipusán keresztül a személyes kompetencia-élmény is megerősödhet.⁸¹

⁷⁹ BOLDIZSÁR 2023.,16.

⁸⁰ *Uo.*, 15.

⁸¹ *Uo.*, 16.

2.5.2. A líra és a költészet terápiás lehetőségei

A költészet irodalomterápiás alkalmazása során elsősorban a lírai szövegek érzelmi sűrítettsége, képisége és szimbolikus nyelvezete válik kiemelten értékessé. Ezek a sajátosságok lehetővé teszik, hogy az olvasó intenzív érzelmi rezonancián keresztül kapcsolódjon a szöveghez, ami különösen hatékony lehet olyan esetekben, amikor a közvetlen verbális kifejezés nehézkes vagy gátolt. A vers struktúrája – tömörsége, ritmusa, repetíciós formái – segítheti az érzelmek rendezését, az élmények esztétikai mederbe terelését, s így támogatja a pszichés egyensúly visszaállítását. A lírai szöveg egyszerre képes felszínre hozni a kimondatlan érzéseket, és teret adni azok rekonstrukciójára egy belső nyelv révén.

Az irodalomterápiás praxisban gyakran használna olyan kortárs vagy klasszikus verseket, amelyek tematikájuk révén rezonálnak az adott terápiás kérdéskörre: veszteség, elengedés, önazonosság, intimitás, stb. ezen szövegek nemcsak párbeszédre hívják a résztvevőt, hanem értelmzői és önértelmzői aktivitást is indukálnak. a lírai nyelv performatív és szimbolikus sajátosságai lehetővé teszik a szubjektív belő világ éttételes artikulációját, anélkül, hogy résztvevőnek közvetlenül és explicit módon kellene megneveznie érzéseit vagy tapasztalatait.

A versolvasás során a befogadó nyitottabbá válik a szöveg emocionális rezdüléseire, míg a versírás aktusa kreatív önreflexióra ösztönöz, megkerülve a diskurzus racionális kontrollmechanizmusait. A poétikai sűrítés és a metaforikus nyelvhasználat révén a belső feszültségek és pszichés blokkok indirekt módon dolgozhatók fel, miközben a nyelvi alkotás autonómiája erősíti az énhatárok stabilitását.⁸²

2.5.3. A novella mint terápiás médium

A novella műfaji sűrítettsége, kompakt narratív íve és koncentrált érzelmvilága különösen alkalmassá teszi arra, hogy irodalomterápiás keretben alkalmazzák, legfőképp rövidebb terápiás egységekben. A novella befogadásának időbeli behatárolhatósága lehetővé teszi, hogy az adott szöveg teljes terjedelmében közösen feldolgozható legyen, így az értelmezési folyamat intenzíven és fókuszáltn zajlik.

⁸² RÁCZ-AKÁCOSI Attila, *Költészetterápia – Hogyan Alkalmazd Az Életedben A Költészeti Terápiát?*, Művészma, Publikálva online 2023.05.13., https://muvesz.ma/kolteszetterapia-hogyan-alkalmazd-az-eletedben-a-kolteszeti-terapiat#Milyen_szerepet_jatszanak_a_kulonbozo_muveszeti_formak_es_tehnikak_a_kolteszetterapiaban

A szereplők motivációinak, döntéseinek és pszichológiai jellemzőinek feltérképezése során a résztvevő lehetőséget kap arra, hogy saját belső konfliktusait a szöveg síkjára vetítse, s ezen keresztül új megértési mintázatokat alakítson ki. A nyitott vagy ambivalens befejezésű novellák különösen alkalmasak az önreflexió és a projekciós mechanizmusok aktiválására.⁸³

Az elbeszélői pozíciók, a narráció módja és az erkölcsi nézőpontok sokfélesége olyan szövegstratégiai tényezők, amelyek mentén a terapeuta facilitálhatja a feldolgozási folyamatot. A novella különösen alkalmas arra, hogy a szereplők egymástól eltérő – és gyakran az olvasó sajátjától is különböző – perspektíváit exponálja, ezáltal lehetőséget kínálva a résztvevők számára, hogy saját beállítódásait és erkölcsi pozícióikat új fénytörésben vizsgálják. A nézőpontváltás ebben az értelemben nem pusztán formai lehetőség, hanem pszichológiai kihívás is: olyan strukturált olvasási tér, ahol a másik nézőpontjához való empatikus közelítés a narratív önreflexió és érzelmi fejlődés eszközévé válhat.

2.5.4. A regényterápia mélystruktúrái

A regény azáltal, hogy hosszabb narratív forma, lehetőséget biztosít az olvasónak arra, hogy időben elnyújtott módon, fokozatosan mélyülő benyomásokra fogékony és megismerő kapcsolatot alakítson ki a szöveg világával és annak szereplőivel.⁸⁴ A hosszabb terjedelem révén az olvasó elmerülhet egy alternatív pszichés valóságban, amely átmeneti térként szolgálhat a saját élethelyzetének újraértelmezésére.⁸⁵

A regények komplex karakterépítkezése, sokrétegű cselekményszövése és szimbolikus rétegzettsége olyan olvasási folyamatot indukál, amely a fokozatos azonosulás, a morális dilemmák mentén történő elgondolás, illetve az élettörténeti páhuzamok megképzésének ideális színterévé válhat. szereplőinek fejlődési íve mint narratív tükör képes működni, lehetővé téve a résztvevők számára saját élettörténetük újrastrukturálását, vagy legalábbis új jelentésrétegek kialakítását benne.

A regények terápiás célú olvasása különösen hatékony tehát a hosszabb távú, integratív folyamatokban, ahol a résztvevők nemcsak azonosulnak a szereplőkkel, hanem fokozatosan újrafogalmazzák a saját narratív identitásukat is.⁸⁶

⁸³ THOMKA Beáta, *Narratívák – elméletek, megközelítések*, Kijárat, Budapest, 2007, 88-90.

⁸⁴ JAKOBOVITS, 2021., 172.

⁸⁵ GENETTE, Gérard, *Narrative Discourse. An Essay in Method*, Cornell University Press, New York, 1980, 221–235.

⁸⁶ MCADAMS, 1993, 65–83.

2.5.5. A dráma és dramatikus feldolgozás terápiás potenciálja

A dráma irodalomterápiás alkalmazása többféle feldolgozási formát integrálhat, amelyek eltérő módon kapcsolják be a résztvevőt az irodalmi anyagba. Egyrészt értelmezési alapot adhat maga a dramatikus szöveg – különösen a szerepviszonyok, párbeszédék és konfliktusdinamikák révén – másrészt a dramatikus aktivitások, mint a szerepjáték, improvizáció vagy dramatikus átírás, a testi és érzelmi bevonódás mélyebb szintjeit teszik lehetővé.⁸⁷

Fontos azonban differenciálni e megközelítések között: míg a szövegolvasás vagy az írás inkább reflektív, kognitív fókuszú folyamatok, addig a dramatikus részvétel az élményszintű azonosulást és az affektív újrajátszást helyezi előtérbe. Ez nem hierarchikusan értendő különbség, hanem különböző terápiás célt szolgáló értelmezési és feldolgozási terek együttese, amelyek kombinálása új lehetőségeket nyithat meg a narratív önreflexióban és az érzelmi integrációban.

A dráma irodalomterápiás alkalmazása különleges státuszt élvez, mivel sajátos módon kapcsolja össze a szövegértést, a testtudatot és az interperszonális élményt. A terápiás folyamat itt nem kizárólag az olvasás vagy az elemzés aktusán keresztül valósul meg, hanem a dramatikus cselekvésen, a performatív részvételen és a testi jelenlét által is. Az értelmező-kognitív és az érzelmi-testi szintek ilyen összekapcsolása többdimenziós feldolgozást tesz lehetővé: a szerepjáték, az improvizáció és a dramatikus jelenetek megélése révén a résztvevők nemcsak reflexiót gyakorolnak, hanem egyidejűleg ki is próbálhatják új viselkedési minták beépíthetőségét, szimbolikus és konkrét szinten egyaránt.

A dramatikus forma sajátossága, hogy a szerepbe lépés gesztusa eleve egyfajta távolságtartó-reflektív pozíciót követel meg, amely elősegíti az önismereti folyamatokat. A színi jelenlét – különösen csoportos keretben – nem pusztán 'eljátszás', hanem a hétköznapi identitás ideiglenes felfüggesztésének és új belső terek felfedezésének lehetősége. Éppen ezért a dramatikus irodalmi szövegek – mivel több nézőpontos, ambivalens viszonyrendszereket vagy morális delemmákat jelenítenek meg – hatékonyan támogatják az önreflexiót, a belső szereprepertoár felismerését és az identitás rugalmasságának fejlesztését.

⁸⁷ EMUNAH, Renée, *Drama Therapy. Process, Technique, and Performance*, Routledge, London, 2019, 40–53.

A csoportos dramatikus interakciók ezen túlmenően nem csupán az egyéni feldolgozás terepei, hanem kollektív tanulási alkalmak is – amennyiben a 'tanulás' fogalmát itt nem didaktikai, hanem tapasztalati értelemben, a másokra adott reakciókon keresztül történő belső mozgósításként értjük.⁸⁸ A közösen megélt játékhelyzetek az együtt végzett értelmezés és a társas tükrözés katalizálhatják a személyes történetek újraértelmezését. A dramatikus feldolgozás terápiás potenciálja így nem redukálható pusztán az érzelmi feldolgozásra – sokkal inkább egy komplex önazonossági és viselkedésmintázatai munka színterévé válik, amelyben a önismeret és az emocionális integráció szorosan összefonódik.

2.6. Az irodalomterápia szakirodalma

Az irodalomterápia nemzetközi szakirodalma rendkívül gazdag, ugyanakkor nem egységes: a terápiás olvasás, írás gyakorlata különböző kulturális, ideológiai és tudományos kontextusokban eltérő módon formálódott. Az első meghatározó megközelítés a 20. század eleji angolszász biblioterápiás irányzat, amely a könyvolvasást – elsősorban vallási vagy erkölcsi tartalmú szövegek esetén – a lélek fegyelmezésének eszközeként fogta fel. Samuel McChord Crothers *A Literary Clinic* című 1916-os esszéje⁸⁹ tekinthető e hagyomány első explicit manifesztációjának.

A második világháborút követően a pszichoanalitikus és humanisztikus pszichológia térnyerése új alapokra helyezte a biblioterápiát: az irodalmat többé nem csupán passzív vizsgálatként, hanem kezdték aktív szimbolikus konfrontációként értelmezni. A klasszikus irodalomterápiás triád – azonosulás, katartikus felszabadulás, újraértelmezés – Clara Shrodes munkásságban⁹⁰ öltött először formát, amely bár empirikusan nem egzaktan igazolt, a mai napig sok kézikönyv alapját képezi. Shrodes terápiás modellje szerint az olvasás nem csupán tükröt tart az olvasó elé, hanem lehetővé teszi az érzelmi struktúrák átdolgozását, amennyiben a megfelelő szöveg – a megfelelő időpillanatban – a megfelelő befogadói attitűddel találkozik.

A hetvenes évektől kezdve jelent meg az interaktív biblioterápia fogalma, amely már nem a 'gyógyító szöveg' passzív hatására, hanem a szöveg és olvasó közötti dialógikus térre helyezte a hangsúlyt.⁹¹ Ez a szemlélet összhangban van a Louise M. Rosenblatt által bevezetett

⁸⁸ LANDY, Robert J., *Drama Therapy. Concepts, Theories and Practices*, Charles C Thomas Publisher, Springfield, IL, 1994, 117–132.

⁸⁹ CROTHERS, Samuel McChord, *A Literary Clinic*, Atlantic Monthly, 118(4), 1916., 291–301.

⁹⁰ SHRODES, Clara, *Bibliotherapy. A Theoretical and Clinical-Experimental Study*. University of California, 1950.

⁹¹ HYNES – HYNES-BERRY, 1994.

esztétikai és efferens olvasás megkülönböztetésével,⁹² amely szerint nem maga a szöveg, hanem az olvasás aktusa hordoz terápiás potenciált – a jelentés ugyanis az olvasó és a szöveg közötti interakcióban jön létre. Rosenblatt munkássága alapozta meg azt a fordulatot, amely az olvasót nem objektív értelmezőként, hanem résztvevőként, ko-konstruktorként kezeli a terápiás folyamatban.

Az irodalomterápia angolszász intézményesülésének és tudományos megalapozásának egyik mérföldköve volt Arleen McCarty Hynes és Mary Hynes-Berry 1986-ban megjelent kézikönyve, *Biblio/Poetry Therapy: The Interactive Process*.⁹³ A kötet nem csupán történeti áttekintést nyújtott a biblioterápia kialakulásáról, hanem részletesen kidolgozta annak szemléleti kereteit, alkalmazási lehetőségeit és facilitatori szerepeit is. Kiemelt hangsúlyt kapott benne az interakció, azaz az a dinamikus viszony, amely az olvasó és a szöveg között a facilitátor közvetítésével létrejön. A mű újszerűsége abban rejlett, hogy a biblioterápiát nem passzív befogadási aktusként, hanem interperszonális, reflektív folyamatként értelmezte, amelyben a jelentésalkotás közösen konstruálódik.

Ugyanakkor a kötet a szakma korai állomását képviseli, s a későbbi évtizedekben jelentősen bővült az irodalomterápia tudásanyaga. A pszichológiai és pedagógiai kereteken túl mára erőteljesebben megjelentek a narratív pszichológia, az olvasáskutatás, valamint az orvosi humaniőrak szempontjai, amelyek mélyebb figyelmet fordítanak a szöveg és identitás kapcsolatára, a trauma- és emlékezetelméletek integrálása, valamint a kulturális kontextusok kritikai értelmezésére. A Hynes-féle modell tehát fontos alapot jelentett, ugyanakkor ma már elengedhetetlen az elméleti keretek interdiszciplináris újraértelmezése is a kortárs olvasó és a szöveg viszonyának komplexitása felől.

A későbbi évtizedekben a biblioterápia és az irodalomterápia határai tovább mosódtak: megjelentek a feminista, kulturális és traumaelméleti olvasatok, amelyek már nemcsak az egyéni lelki munka, hanem a társadalmi beágyazottság, a nemi szerepek és a hatalmi viszonyok újraolvasása révén kívántak terápiás hatást elérni.

Jean-François Vernay *The Seduction of Fiction* című művében⁹⁴ már egyenesen amellett érvel, hogy a szépirodalom az érzelmi intelligencia és etikai érzékenység fejlesztésének

⁹² ROSENBLATT, Louise M., *Literature as Exploration*, D. Appleton-Centruy, New York–London, 1938.

⁹³ HYNES – HYNES-BERRY, 1994.

⁹⁴ VERNAY, Jean-François, *The Seduction of Fiction. A Plea for Putting Emotions Back into Literary Interpretation*, London, Palgrave Macmillan, 2013.

pótolhatatlan médiuma, mert képes az értelmező empátia aktiválására. Ezzel párhuzamosan az orvosi humaniórák területén is megerősödött az úgynevezett narratív orvoslás diskurzusa, amely a betegségtörténetek (illness narratives) empatikus olvasását és elemzését nemcsak etikai, hanem terápiás kötelességként is kezeli.⁹⁵

Fontos kiemelni, hogy a legtöbb nemzetközi szakirodalom azonban még mindig a kortás, nyugat-európai és amerikai társadalmak szövegeit preferálja, gyakran eltekintve attól, hogy más kulturális közegben másféle poétikai és olvasói stratégiák is működnek. A általam jelen dolgozatban vizsgált századelő magyar női prózairodalma helyenként nem illeszkedik sem a klasszikus terápiás azonosulási modellekbe, sem az újabb feminista dekonstrukciós olvasatokba. E szövegek ugyanis egy olyan társadalmi-nyelvi közegből származnak, ahol az önreflexió és önelbeszélés lehetősége maga is strukturálisan korlátozott. Ez nem gyengíti, hanem éppenhogy különösen izgalmassá teszi az irodalomterápiás olvashatóságukat: ezek a művek képesek megmutatni, milyen az, amikor a trauma nem elbeszélhető, vagy akár csak közvetett nyelvi eszközökön keresztül artikulálódik.

Összességében elmondható, hogy az irodalomterápia nemzetközi szakirodalma értékes elméleti és gyakorlati alapot biztosít, ám magyar és közép-európai kontextusban szükséges a kritikai újragondolása és kiegészítése a magyar szakirodalommal. A cél nem az átvétel, hanem a dialógus: annak vizsgálata miként kapcsolhatóak össze az angolszász terápiás modellek a magyar irodalom mélylélektani, társadalmi és nyelvi sajátosságaival – különösen, ha az olvasás célja nem pusztán a megértés, hanem a belső újrendeződés, az én újraírása is.

Az irodalomterápia intézményesült alkalmazása napjainkra több társadalmi szintén is megfigyelhető, így különösen az oktatás, a mentálhigiéné, a kulturális mediáció és a szociális ellátás keretei között. A módszer közép-európai térhódítása kiemelt tekintettel a magyarországi gyakorlatra – viszonylag késői időpontja, a 20. század második felére tehető, miközben szakmai és tudományos megalapozása még jelenleg is dinamikusan fejlődő diskurzus tárgyát képezi. az elméleti háttér feldolgozása ezért elsősorban az elmúlt két évtizedben megjelent, alkalmazásalapú és módszertani orientációjú szövegekre támaszkodhat.

⁹⁵ CHARON, 2006. és FRANK, A. W., *The Wounded Storyteller: Body, Illness, and Ethics*, University of Chicago, Chicago, 1995.

2.6.1. Az olvasás mentálhigiénés szerepe Béres Judit elmélete szerint

Béres Judit *Azért olvasok, hogy éljek. Az olvasásnépszerűsítéstől az irodalomterápiáig* című kötetében⁹⁶ az olvasás és az írás mentálhigiénés szerepét olyan kreatív tevékenységekként értelmezi, amelyek strukturálják az egyén pszichés apparátusát, így preventív, egészségmegőrző és személyiségfejlesztő funkciókat tölthetnek be:

Az olvasás és az írás azon kreatív tevékenységek közé tartozik, amelyek szervezettebbé teszik a személyiséget, vagyis egyszerre töltenek be lelki zavarokat megelőző, egészségvédelmi és fejlesztő funkciót. Az olvasás és az írás tapasztalata azzal nyújt segítséget szellemi-lelki jóllétünk megtalálásához és védelméhez, hogy támpontokat ad érzéseink azonosításához, a viselkedésünkre való rálátáshoz, önmagunk és a világ jobb megismeréséhez.⁹⁷

Az irodalom által nyújtott élmény (akár passzív befogadásról, akár aktív tevékenységről van szó) – Béres szerint – támpontokat kínál tehát az önreflexióhoz, az érzelmek azonosításához, valamint a világ és önmaguk mélyebb megértéséhez.

A szerző *Élet a sorok között* című munkájában⁹⁸ részletesen is kifejti, miként épül fel az irodalomterápia ezen felismerések mentén. A módszer célja a belső erőforrások feltárása és megerősítése, az önelfogadás és én-integráció előmozdítása, valamint az aktív önsegítő képességek kialakítása.

[...]az olvasás és az írás, a szövegek mentálhigiénés és személyiségfejlesztő célú, egyéni vagy csoportos segítő kapcsolatban való, interaktív felhasználását jelenti.⁹⁹

Béres koncepciójának elméleti hátterét Nicholas Mazza *Poetry Therapy: Theory and Practice* című műve nyújtja,¹⁰⁰ amely az irodalomterápiát az expresszív művészetterápiák közé sorolja. Az Arleen McCarty Hynes és Mary Hynes-Berry által kidolgozott modell¹⁰¹ alkalmazásával Béres tovább tágítja a nyelv alapú művészeti kifejezés terápiás lehetőségeit, hangsúlyozva, hogy az irodalmi szöveg „nyelvet és struktúrát, keretet ad ahhoz, hogy ne kelljen elhallgatnunk semmit”.¹⁰²

⁹⁶ BÉRES, 2017.

⁹⁷ *Uo.*, 7-14.

⁹⁸ BÉRES, 2022.

⁹⁹ *Uo.*, 11.

¹⁰⁰ MAZZA, Nicholas, *Poetry Therapy: Theory and Practice*. 2nd ed., Routledge, New York–London, 2017.

¹⁰¹ HYNES – HYNES-BERRY, 1994.

¹⁰² BÉRES, 2022., 18.

Az irodalom mint médium – Béres olvasatában – nem csupán befogadottélmény, hanem aktív kifejezőeszköz is, amely az érzelmi ellenállóképesség fejlesztése, a belső elmélyülés és a reflexív gondolkodás erősítése révén járul hozzá a pszichés egyensúly fenntartásához vagy helyreállításához. A szerző hangsúlyozza, hogy az irodalmi tevékenység közösségi keretek között is gyógyító potenciállal bír, hiszen a nyelvi reprezentáció révén biztonságos módon teszi lehetővé az érzelmek verbalizálást és feldolgozását.

A módszertani megközelítésben Béres támaszkodik Carl Rogers humanisztikus pszichológiai alapállására is,¹⁰³ aki szerint a segítő kapcsolatban így az irodalomterápiában is, felszínre hozhatók a tudattalan tartalmak. Az irodalom tehát nem pusztán esztétikai objektum, hanem a belső világ integrációjának aktív eszköze is lehet.

[...az irodalomterápia] a személy belső erőforrásainak megnyitása, megerősítése, önelfogadásának és éninTEGRÁCIÓJÁNAK támogatása annak érdekében, hogy aktív, cselekvő részesévé váljon sorsa alakításának, s képessé váljon arra, hogy önmagán tudjon segíteni”.¹⁰⁴

Az *Azért olvasok, hogy éljek* című mű további fejezeteiben Béres a biblioterápiában alkalmazható nyelvi eszközöket és képi alakzatokat – különösen a terápiás metaforát – vizsgálja. A terápiás metaforát olyan intermediális formaként határozza meg, amely lehet hang, kép vagy mozdulat is, és amely a kliens élethelyzetével való rezonanciája révén aktiválódik. A metafora biztonságos önfeltárást tesz lehetővé, mivel az értelemképzés nem közvetlen, hanem áttételes módon történik.¹⁰⁵

A szöveganyagokat Béres műfaji és tematikus szempontok szerint rendszerezi:¹⁰⁶ a szépirodalmi szövegek mellett (klasszikus és kortárs regények, novellák, mesék, mítoszok, lektűrök, dalszövegek) hangsúlyt fektet a nem fikciós és hibrid szövegek alkalmazására is – ide sorolva például a dokumentumfilmeket, filozófiai értekezéseket, önsegítő irodalmat, blogokat, naplókat, slam poetry-t vagy akár a storytelling gyakorlatát.

Irvin D. Yalom egzisztencialista szemléletét is integrálva Béres az irodalomterápiás hatásokat a szorongáscsökkentés, az elszigeteltség oldása, valamint a gondolkodás és problémamegoldás strukturálásának irányából közelíti meg. Kiemeli a módszer demokratikus

¹⁰³ Uo., 20.

¹⁰⁴ Uo., 20.

¹⁰⁵ Uo., 22.

¹⁰⁶ Uo., 25-26.

és mulikulturális dimenzizóját, amely lehetőséget kínál a kreatív én mozgósítására, a projekciós felületek működtetésére, valamint az énidő és katarzis megélésére.¹⁰⁷

A könyv gyakorlati jelentősége abban is rejlik, hogy konkrét, magyar nyelvű irodalmi szövegeket ajánl az egyes terápiás célokhoz – például az elszigeteltség, szorongás, kilátástalanság, öregség vagy gyász feldolgozásához – és részletesen ismerteti az ezekhez kapcsolódó írásgyakorlatokat is, ezzel elősegítve a terapeuta és a kliens közötti célzott együttműködést.¹⁰⁸

Noha Béres Judit munkája – különösen az irodalomterápiás olvasás irányelveinek és módszertani alapelveinek világos összefoglalásával – a magyar szakirodalomban kiemelkedő és hiánypótló, érdemes megemlíteni azt is, hogy koncepciója elsősorban a kortárs, befogadóközpontú és pszichológiai alapú olvasásmódokra koncentrál. Ennek következtében kevésbé tér ki arra, hogy a történeti és társadalmi szövegkontextus – különösen a századelő magyar női prózájának esetében – miként befolyásolja a terápiás olvashatóság dimenzióit.

A Béres által javasolt értelmezési keret hangsúlyosan olyan irodalomterápiás folyamatot feltételez, amely a személyes azonosulásra és önreflexióra épül. Ezzel szemben a századelő női művei – például Kaffka Margit vagy Földes Jolán prózája – sokszor éppen azon társadalmi és nyelvi elhallgatások révén aktiválnak olvasói jelentésképzést, amelyek nem férnek bele a szöveg-olvasó párbeszéd egyszerű terápiás logikájába. Így ezek az irodalmi alkotások olyan rétegeket nyitnak meg, amelyekhez nem elegendő pszichológiai vagy olvasáskutatói eszköztár, hanem szükséges az irodalomtörténeti, társadalomkritikai és nemi szerepelméleti kontextus is.

Ez nem Béres munkájának hiányosságára, hanem annak módszertani fókuszára világít rá. A tudományterület továbblépése éppen abban rejlik, ha e különböző diszciplináris megközelítések – pszichológiai, történeti, poétikai, feminista – párbeszédbe lépnek egymással, és így képesek újraértelmezni az irodalomterápia alkalmazási lehetőségeit a kulturális és társadalmi különbségekre érzékeny módon.

¹⁰⁷ *Uo.*, 26.

¹⁰⁸ *Uo.*, 104-177.

2.6.2. Az irodalomelméleti megalapozottság szerepe az biblioterápiában Jeney Éva szerint

Jeney Éva *Nyitott könyv* című munkája¹⁰⁹ az irodalomterápiás diskurzus egy olyan irányát képviseli, amely az irodalomtudomány és az irodalomelmélet fogalmi keretét állítja a biblioterápiás praxis háttéréül. Míg más szerzők gyakorlatorientáltabb módon közelítenek a témához, Jeney reflexív, konceptuális dimenziókat helyez előtérbe: művének célja nem közvetlen használati útmutató megfogalmazása, hanem az elméleti tudásanyag integrálása az irodalomterápiás gyakorlat szellemi környezetébe. Ennek megfelelően számos olyan irodalomelméleti, filozófiai és hermeneutikai szempontot mutat be, amelyek a terapeuta háttértudását gazdagíthatják, és hozzájárulnak a terápiás folyamat finomhangolásához.

A szerző egyik alapvető tézise szerint az irodalomterápia univerzális alkalmazhatósága nem igényel előzetes irodalmi műveltséget vagy rendszeres olvasói attitűdöt. A módszer – Jeney értelmezésében – bármely életkorban alkalmazható, preventív és fejlesztő célzatú beavatkozásként is funkcionálhat, nem kizárólag patológiai állapotok kezelésére szolgál. Ezt a megközelítést erősíti a WHO egészség-definíciójára való hivatkozása, miszerint az egészség nem a betegség hiánya, hanem a testi, lelki és szociális jólét dinamikus egyensúlya. A biblioterápia fogalmába ebből adódóan beletartozik a „a fejlesztő és a klinikai biblioterápia, a prevenció és a kezelés egyaránt”.¹¹⁰

Jeney külön figyelmet fordít az esztétikai érték és az irodalmi kánon kérdéseire is. Álláspontja szerint az irodalmi művek terápiás kiválasztása során nem elegendő csupán az életkori és élethelyzeti relevanciát vizsgálni, hanem a terapeutának szükséges tekintettel lenni a művek esztétikai rétegzettségére is.

Úgy véli, hogy a mélyebb, többértelmű szövegek képesek komplexebb pszichés rétegeket megszólítani, mivel ezek nagyobb mozgásteret biztosítanak a szimbolikus azonosulásra és az interpretációra. az, véleménye szerint a megfelelően kiválasztott mű „amely többféle olvasói elvárás és igény kielégítésére alkalmas, tehát rétegzett és többértelmű”.¹¹¹ A terapeuta szerepe ebben az értelmezési térben kulcsfontosságú: a választott szöveg hatásmechanizmusa nem független annak irodalomtörténeti és poétikai sajátosságaitól.

¹⁰⁹ JENEY, 2012.

¹¹⁰ *Uo.*, 36.

¹¹¹ *Uo.*, 74.

A szerző az irodalomterápia alkalmazásának intézményi lehetőségeit is részletesen tárgyalja. Felsorolja azokat a színtereket – iskolák, könyvtárak, egészségügyi és szociális intézmények – ahol a biblioterápia hatékonyan beágyazható a mindennapi gyakorlatba. Hangsúlyozza továbbá, hogy a terápiás hatás elérésének egyik előfeltétele az irodalmi mű esztétikai minősége: csak az ilyen típusú szöveg képes érzelmi katarzis kiváltani, és ezzel a veszteségélmények, traumák feldolgozását előmozdítani.

Jeney irodalomtörténeti szempontú elemzéseiben példaként említi a *Dekameron* mint a pestisjárvány idején született, gyógyító célzatú narratívát, ezzel is alátámasztva, hogy az irodalmi szövegek történetileg és kulturálisan is hordozhatják a terápiás funkció lehetőségét. Mindez szorosan kapcsolódik a szerző értékelméleti kérdésfelvetéseéhez is: mi minősül 'értékesnek'? Jeney álláspontja szerint az a szöveg nevezhető annak, amely rétegzett jelentésstruktúrájának köszönhetően képes többféle olvasói elvárásnak megfelelni, s így a befogadás során többszörösen aktiválható. A terapeutának úgy kell választania, hogy „tisztában kell lennie a művek koronként és kultúránként változó megítélésével, de kell lennie valami megingathatatlan ismérvnek, amikor kiválasztja a művet. Ez az ismerv az esztétikai érték.”¹¹²

A kötet jelentősége különösen abban áll, hogy a biblioterápia fogalomkörét nem csupán a klasszikus olvasási és írási aktusra szűkíti le, hanem kiterjeszti a fordítás és az írás szerepére is. A fordításterápia fogalmát úgy definiálja, mint olyan hermeneutikai folyamatot, amely a másik – legyen az személy, nyelv vagy szöveg – felé való nyitottságot követeli meg. A fordítás során szerzett tapasztalatok – véli Jeney – hasonló módon járulnak hozzá az én-megerősítéshez és önreflexióhoz, mint az olvasás vagy az írás. Ebben a kontextusban a terapeuta és a fordító szerepe is hasonló: mindkettőnek a másik jelentésalkotását kell előtérbe helyeznie saját értelmezése helyett.¹¹³

Hasonló módon értékeli az írásterápiát is, amely az önéletírás, naplóírás, illetve különféle stiláris vagy poétikai formák utánzásának gyakorlatán keresztül támogatja az önkifejezést. Az írás Jeney szerint nem csak reflexiós felületet kínál, hanem lehetőséget is teremt arra, hogy a résztvevő aktívan belépjen más szövegalkotói perspektívákba. Ennek egyik sajátos formája szerinte a pastiche, vagyis más szerzők hangjának, stílusának imitációja, amely a kreatív utánzás során fejleszti az empatisz képességeket, a nyelvi érzékenységet és a

¹¹² Uo., 39.

¹¹³ Uo., 174.

perspektívaváltás készségét.¹¹⁴ Bár e technika önmagában is hatékony, egy tágabb eszköztárral együtt alkalmazva válik igazán teljessé: ide tartoznak például a paródia, a stílusparafrázis, a belső monológ, vagy akár a szabadversírás és dalogikus átiratok gyakorlatai is. E technikák közös jellemzője, hogy lehetővé teszik az identitás ideiglenes elmozdítását, a különböző nézőpontok kipróbálását és az önkifejezés finomhangolását – ezáltal az írás aktusa maga is terápiás folyamattá válhat.

Ez az összetett gyakorlati keret nemcsak a pszichológiai feldolgozást, hanem a nyelvi és irodalmi tudatosság fejlesztését is szolgálja, és éppen ez a kettős funkció teszi az írásterápiát különösen értékesé a századelői női szövegekkel való foglalkozás kontextusában is.

A szerző így az irodalmat nem pusztán médiumként, hanem olyan interakciós és megismerési térként is értelmezi, ahol az olvasó és a szöveg közötti dinamikus kapcsolat lehetőséget teremt az önreflexióra, az önfeltárássra és a jelentésalkotás révén történő belső átalakulásra. Az 'episztemológiai tér' kifejezés ebben az értelmezésben azt jelenti, hogy az irodalmi szövegek nemcsak tükröt tartanak az olvasó elé, hanem új tudásformák és önértelmezési lehetőségek forrásai is lehetnek.

Jeney Éva *Nyitott könyv* című munkája értékes és sok szempontból úttörő vállalkozás a biblioterápia hazai módszertani és szemléleti megalapozásában. A mű világosan megkülönbözteti a direktív és non-direktív olvasási kereteket, valamint az irodalomterápia potenciáját olyan komplex módon tárgyalja, amely a magyar szakirodalomban ritka koherenciával bír.

Ugyanakkor a *Nyitott könyv* elsősorban kortárs olvasás gyakorlatokból és pszichológiai megközelítésekből építkezik, s emiatt kevésbé tárgyalja a történeti és poétikai kontextusok sajátos jelentéshorizontját – különösen olyan esetekben, ahol a szöveg történetileg távol esik a jelenkori olvasói tapasztalattól. A századelői magyar női prózairodalom például nemcsak tematikusan, hanem nyelvi és kulturális jegyeiben is radikálisan eltér a kortárs szövegektől: gyakran jellemzi rejtett, szimbolikus kódolás, elfojtásokra épülő narráció, vagy olyan társadalmi normarendszerek implicit újrajátszása, amelyeknek a terápiás olvashatósága csak történeti-kulturális érzékenységgel érthető meg.¹¹⁵

Ezért érdemes volna a jövőben a biblioterápiás gyakorlatok elméleti bővítéseként olyan értelmezési modelleket is beemelni, amelyek képesek kezelni az irodalmi nyelv historicitását, a szöveg reprezentációs kódjainak ideologikusságát, valamint a nemi szerepek poétikai és

¹¹⁴ Uo., 173.

¹¹⁵ MEZŐSI Miklós *Az irodalom hasznáról ésKorszerűtlenül arról, hogy van-e alkalmazott irodalomelmélet? – Jeney Éva: Nyitott könyv. Irodalom, terápia, elmélet, kritika*, 2013, 56/9., 952.

politikai rétegzettségét. A terápiás olvasás ilyen irányú elmélyítése nem a pszichológiai fókusz gyengítését, hanem épp a szöveg komplexitására való nagyobb nyitottságot jelentené – különösen a női tapasztalat irodalmi nyelven való artikulációjának történeti rétegeit vizsgálva.

2.6.3. A biblioterápia alkalmazása a gyakorlatban: Bartos Éva szerkesztői munkája

A *Biblioterápia közelről* című kötet¹¹⁶ egyik meghatározó sajátossága, hogy nem elvont elméleti alapvetéseket, hanem konkrét, valóságos irodalomterápiás folyamatokat mutat be, amelyek a mai biblioterápiás gyakorlatba nyújtanak betekintést. A kötet szerkesztője, Bartos Éva, mint az Oláh Andor Biblioterápiás Társaság alapítója és a magyarországi könyvtári biblioterápia egyik meghonosítója, interjúk formában vall a könyv bevezető részében a módszer iránti elhivatottságáról és a szakmai motivációjáról.¹¹⁷ A beszélgetés keretében kitér a biblioterápia nemzetközi és hazai fejlődéstörténetére is, amelyet magyar kontextusban az 1960-as évekig vezet vissza.

Bartos visszatekintésében hangsúlyosan jelenik meg az Országos Széchenyi Könyvtár keretében működő Olvasáskutató Osztály szerepe, amely érdemben hozzájárult az irodalomterápiás módszer könyvtárakban való elterjesztéséhez. A szakmai társaság alapítása mellett Bartos az irodalomterápia gyakorlatorientált adaptálhatóságát is kiemeli, amelyet leginkább a könyvtárakban látott megvalósíthatónak.

A közgyűjtemények – Bartos értelmezésében – olyan társadalmi terek, amelyek egyszerre szolgálnak olvasásra alkalmas helyszínül és közösségi események platformjául. A könyvtáros szerepe ennek megfelelően többszörösen is meghatározott: informátor, tanácsadó, közösség-szervező, és a biblioterápiás művek mediátora. Külön figyelmet kapnak a gyermekolvasók, akik esetében a megelőző jellegű, mentálhigiénés hatású biblioterápiás foglalkozások a legrelevánsabbak.¹¹⁸

A kötetben megszólaló szerzők, Horvát Judit¹¹⁹ és Magyarné Fekete Katalin,¹²⁰ a biblioterápiás képzés korai szakaszában Bartos Évával és Boldizsár Ildikóval összedolgozva alakították ki a 'szentendrei modellt', amely nem klinikai, hanem fejlesztő-preventív szemléletben értelmezi a biblioterápiát. Ennek alapjait – ahogy Béres Judit szakirodalmánál is említettem már – Carl Rogers humanisztikus pszichológiája szolgáltatja, amely az empátián,

¹¹⁶ BARTOS, 2020.

¹¹⁷ *Uo.*, 7-12.

¹¹⁸ *Uo.*

¹¹⁹ *Uo.*, 19-24.

¹²⁰ *Uo.* 25-31.

feltétel nélküli elfogadáson és az indirekt, reflektív vezérlésen nyugvó segítő kapcsolat modelljén alapul.

Magyarné tanulmánya¹²¹ a könyvben a drámajátékok biblioterápiás szerepét elemzi: e játékos technikák elősegítik a testi-lelki bevonódást, lehetőséget teremtenek az érzelmi azonosulásra és a metakommunikatív jelek megfigyelésére, amely a csoportdinamika fontos aspektusává válik. A szimulált szituációk alkalmat teremtenek olyan élethelyzetek meg tapasztalására, amelyek a valóságban ritkán vagy egyáltalán nem fordulnának elő, de pszichés feldolgozásuk revelatív hatású lehet.

A képzés tematikus felépítése és naplószerű dokumentálása a kötet második felét alkotja. A „műhelynapok krónikája”¹²² olyan gyakorlati tudásbázist reprezentál, amely a képzők és a résztvevők tapasztalatain alapul, és amely az irodalomterápia alkalmazhatóságát empirikus alapon erősíti meg. A tanítványok által közreadott élménybeszámolók, önreflexív szövegek, valamint a felhasznált irodalmi művek és metodikai eljárások ismertetése a módszertani sokszínűséget demonstrálja.

Ezzel a szerkesztési koncepcióval Bartos Éva kötete nem csupán a biblioterápia magyarországi történetének egyfajta dokumentuma, hanem a demokratikus tudásmegosztás irodalomterápiás gyakorlattá történő átírásnak is reprezentatív formája. Tanulmánykötete jelentős lépés volt a biblioterápia magyarországi intézményesítésében, különösen ami a könyvtári és közművelődési gyakorlatokhoz való illesztést illeti. A kötet nagy erénye, hogy eltérő tudáshorizontokat és szakmai mezőket kapcsol össze – pszichológiai, pedagógiai, könyvtárszakmai és terápiás aspektusokat. Ugyanakkor épp ebből fakad az egyik legfontosabb korlátja is: a szövegelemzések és a biblioterápiás példák elsősorban ismeretterjesztő és alkalmazáscentrikus logika mentén szerveződnek, így a kritikai irodalomértés vagy a történeti-poétikai érzékenység alig jelenik meg bennük.

A kötet tanulmányai jellemzően kevés elméleti kérdéssel élnek a szövegek kulturális beágyazottságát, nemi szerep-megképződését vagy társadalmi reprezentációit illetően. Emellett feltűnő a kortárs, iskolai tananyaghoz közel álló művek túlsúlya, ami érthető a célközönség miatt, de egyúttal szűkíti a biblioterápia lehetőségeinek spektrumát. A századelő női prózája – amely épp a kulturális elhallgatás, a nemi szerepek feszültsége és a nyelvi áttételezettség révén lenne rendkívül termékeny terápiás médium – nem kap reflexív szerepet ebben a válogatásban.

¹²¹ Uo.

¹²² Uo., 32-132.

Mindez nem csökkenti a kötet gyakorlati hasznosságát, de rámutat arra, hogy a biblioterápia elmélyítéséhez szükség lenne olyan modellekre is, amelyek a szövegek kulturális közvetítésként való olvasását ösztönzik. A jövőben érdemes volna olyan interdiszciplináris szemléleteket is integrálni, amelyek nemcsak a szövegek közérthetőségét, hanem azok világértelmező és tapasztalatsűrítő funkcióit is figyelembe veszik – különösen a történeti, női vagy marginalizált hangokon keresztül artikulált irodalmi anyagok esetében.

2.6.4. A meseterápia elméleti és gyakorlati dimenziói Boldizsár Ildikó munkásságában

Boldizsár Ildikó *Meseterápia* című kötete¹²³ az irodalomterápia egy specifikus műfajára, a mesére koncentrál, és annak pszichológiai, szimbolikus és kulturális rétegzettségében rejlő terápiás potenciálját vizsgálja. A szerző alapvetése szerint a mese archetipikus hősei és szimbolikus eseménysorai olyan mentális térképet kínálnak amelyeken keresztül a befogadó saját élettörténetének rejtett struktúráit ismerheti fel, illetve élheti újra. A meseterápia során a kliens azonosulási pontokat keres a mesehősökben, és a történet narratív ívének követése révén dolgozza fel saját lélektani elakadásával kapcsolatos tapasztalatait.

A népmesék történetiségét tárgyalva Boldizsár hangsúlyozza, hogy a mesemondás eredetileg – a 19. század végéig – nem a gyermeki közönségnek, hanem felnőtteknek szólt, és nem csupán szórakoztatási célokat szolgált, hanem a kollektív tudás, a praktikus életismeret és a normatív értékrend átadásának egyik meghatározó médiuma volt. E funkciók ma is újraértelmezhetők az irodalomterápiás gyakorlatban, hiszen a mese fikcionalitása, időtlen szerkezete és szimbolikus tanulságrendszere lehetővé teszi a pszichés tartalmak áttételes, ugyanakkor intenzív feldolgozását. Boldizsár Ildikó megfogalmazása szerint:

[...] a mese épp azért tud óriási mozgásokat és változásokat előidézni a pszichében, mert a valóságot elbeszélő történeteknek mindig is mágikus funkciójuk volt: a hősök mintegy utánzásra készítetik a mese hallgatóját, és ez azt is jelentheti, hogy bizonyos megkövesedett formák, elzáródott érzelmi csatornák élővé, élettelivé válnak benne.¹²⁴

Véleménye szerint a hősökkel való azonosulás katalizátorként működik a pszichés változásban, mivel felszabadítja a belső elakadásokat és aktiválja az imaginatív képességeket. A mesék világában nincs lehetetlen: a hős mindig megtalálja az utat, és ez a szimbolikus biztonságérzet segíti a klienst abban, hogy a terápiás folyamat során saját megoldási mintáit is felismerje és újraformálja.

¹²³ BOLDIZSÁR, 2023.

¹²⁴ *Uo.*, 15.

A szerző hangsúlyozza, hogy a meseterápia nem interpretációcentrikus: nem az egyetlen, helyes jelentés megfejtésére törekszik, hanem a személyes rezonanciák mentén kialakuló értelmezési mezők feltérképezésére.¹²⁵ A *Metamorphoses Meseterápiás Módszer*¹²⁶ lényege, hogy a terapeuta az archaikus mesei struktúrák segítségével rávezeti a klienst saját vágyai félelmei és belső konfliktusai felismerésére, valamint ezek konstruktív átdolgozására. A terápia során a kliens olyan mesékkal dolgozik, amelyek élethelyzetére és pszichés állapotára reflektálnak, majd a kreatív szakaszban módosítja e szövegek kulcsmotívumait, ezáltal egy új narratívát teremt, amely önmagára vonatkoztatva is új megküzdési lehetőségeket kínál.

Boldizsár Ildikó terápiás modellje különösen érzékeny a mentális egészség fenntartásának és fejlesztésének kérdéseire, valamint az önismeret bővítésének igényére. A mese projektív azonosulás lehetőségét kínálja: a páciensek gyakran könnyebben beszélnek önmagukról egy mesehős maszkjában, amely védelmet nyújt az önfeltáráskiszolgáltatottságával szemben, és elősegíti az érzelmi tartalmak artikulálását. A mesék képszerűsége, emlékezetes narratív struktúrája, valamint kulturálisan kódolt motívumrendszere révén hosszú távon is hatással bír.

A terápiás folyamat későbbi szakaszában lehetőség nyílik arra is, hogy a kliens különböző mesei szereplők nézőpontjából vizsgálja meg a történetet: ez a fajta szereppróba elősegíti a másik szempontjának elfogadását, a döntések motivációinak megértését, és az empátiás készség elmélyítését. A mesék nemcsak egyéni, hanem kollektív tapasztalatok közvetítői is: Boldizsár kiemeli, hogy a népmesék révén kulturális, családi és közösségi mintázatok is feltárhatók, így a történetek terápiás alkalmazása hozzájárul a transzgenerációs problémák, identitásválságok és kapcsolati konfliktusok feldolgozásához is.

A szerző hangsúlyozza a mesék hagyományközvetítő szerepét is, amely az ősi tudásrendszerek, hiedelmek és értékstruktúrák átörökítésében kulcsfontosságú. E tapasztalatok terápiás újraaktiválása hozzájárulhat ahhoz, hogy a kliens újraértelmezze saját kulturális beágyazottságát, illetve felismerje a más nemzetek vagy közösségek megküzdési stratégiáiban rejlő érvényes mintákat is. A mese ellenmintákat is kínál, amelyek elutasítása vagy elfogadása szintén terápiás hatással bírhat, hiszen az ezekkel való szembesülés új alternatívák keresésére és a kísérletezésre sarkall.

A *Meseterápia* című mű – akárcsak Béres, Jeney vagy Bartos munkái – a magyar nyelvű irodalomterápiás szakirodalom megkerülhetetlen alapl művei közé tartozik. Ugyanakkor egyedi

¹²⁵ Uo., 28.

¹²⁶ Uo., 21-27.

szemléleti perspektívája, amely mitopoétikus, pszichodinamikus és kulturális dimenziókat ötvözi, különös hangsúllyal járul hozzá az irodalomterápia hazai elméleti és gyakorlati továbbgondoláshoz. A mű nem csak módszertani alapvetéseket fogalmaz meg, hanem gyakorló terapeuták és kutatók számára is új szempontokat kínál az irodalomterápiás munka újrendezéséhez és elmélyítéséhez.

Boldizsár Ildikó *Meseterápia* című kötete külön fejezetet érdemel a magyar terápiás irodalom diskurzusában, hiszen egy olyan önálló módszertani világot épít fel, amely a népmesei struktúrákat pszichológiai és spirituális jelentéshálóba ágyazva használja fel belső folyamatok értelmezésére. A mesék archetipusos képei, az ismétlődő narratív sémák és a mitikus téridő lehetővé teszik, hogy az olvasó saját élethelyzeteire vonatkoztatva nyerjen belőlük önismereti impulzusokat. Ugyanakkor a *Metamorphoses Meseterápiás Módszer* működésmódja – különösen erőteljes metafizikai és spirituális rétegzettségére – csak korlátozottan alkalmazható olyan irodalmi szövegek esetében, mint amilyeneket a századelő női prózairodalma kínál. Ezek a szövegek sokkal inkább társadalmi, nyelvi és történeti beágyazottságuk révén hatnak, nem pedig mitikus archetipikusságuk alapján. A meseterápia eszköztára tehát egy specifikus, mitopoétikus olvasói horizontot feltételez, amely nem minden esetben képes kezelni az olyan rétegzett nyelvezetű, ambivalens női tapasztalatokat, mint amelyek például Kaffka Margit, Tormay Cecile, Erdős Renée, vagy Földes Jolán műveiben megjelennek.

Ez természetesen nem csökkenti a Boldizsár-féle megközelítés értékét, de felhívja a figyelmet arra, hogy biblioterápia különböző irányzatai között szükséges a kontextuális érzékenység: nem minden szöveghez illeszkedik ugyanaz a módszertani kulcs. A századelői női próza terápiás olvasásához valószínűleg olyan megközelítésekre van szükség, amelyek kevésbé szimbolikus-mitikus, inkább társadalomkritikai és történeti olvasatokat tesznek lehetővé.

3. Női sorsok a 20. századi női irodalom és az irodalomterápia tükrében

3.1. Női sorskérdések a 20. század társadalmi átalakulásában

A 'sors' fogalma a századelő magyar női prózairodalmában visszatérő és központi narratív szervezőelvként jelenik meg. A korabeli irodalmi nyelvhasználatban a sors gyakran olyan életesemények és történeti-személyes következmények láncolatát jelöli, amelyek kívül

esnek a szereplők tudatos kontrollján ebből következően a sorskérdés fogalma is magában hordozza azt az implicit előfeltevést, hogy a nők életútját társadalmi-kulturális meghatározottságok, strukturális korlátok és történeti körülmények befolyásolják.

A jelen dolgozatban ugyanakkor nem a 'sors' transzcendens-metafizikai értelmére, azaz egy predesztinált vagy felsőbb hatalom által irányított életpályára kívánok hivatkozni. Ehelyett a sors fogalmát egy kulturálisan konstruált és narratíván szervezett élettörténetként értelmezem, amelyben a szereplő – adott társadalmi és nemi keretek között – ugyan nem teljesen autonóm, de képes bizonyos fokú reflexióra és újraértelmezésre. E megközelítés háttérében Paul Ricoeur narratív identitásfogalma¹²⁷ húzódik meg, amely szerint az emberi én nem állandó és rögzített, hanem elbeszélések által konstruált és konstruálható entitás.

A 'női sors' ezen felfogásban tehát nem kozmikus elrendelés, hanem társadalmilag szocializált és irodalmilag reprezentált tapasztalatok összessége. A századelő íróinak szövegeiben – különösen Kaffka Margit *Színek és évek* vagy Földes Jolán *A halászó macska uccája* című műveiben – a sors épp azért válik problematikussá, mert a női szereplők ne alakíthatják szabadon saját életútjukat: társadalmi elvárások, nemi normák és gazdasági kiszolgáltatottság szabják meg azt, amit ők maguk is gyakran sorsnak neveznek. Így a sors nem természetes adottság, hanem társadalmi konstrukció, amely az irodalmi szövegekben reflektálhatóvá és értelmezhetővé válik.

Ezért szakdolgozatom a 'sors' fogalmát nem az elrendeltettség metafizikai allegóriájaként, hanem a szubjektív és kollektív élettapasztalatok elbeszélésének keretétül használja, különös tekintettel arra, hogy e tapasztalatok hogyan válnak olvashatóvá az irodalmi nyelvben – és hogyan aktiválják az olvasó morális pszichológiai vagy épp terápiás válaszreakcióit.

A 18. század végétől kibontakozó gazdasági, társadalmi és kulturális átrendeződések olyan alapvető változásokat indukáltak a nők társadalmi szerepeiben,¹²⁸ amelyek hosszú távú hatást gyakoroltak nem csupán az adott kor női éltlehetőségeire, hanem a 20-21. századi női identitás és önmeghatározás kereteire is. Az oktatáshoz és munkavállaláshoz való hozzáférés, valamint a különböző emancipatorikus mozgalmak nyomán kivívott jogok amára már evidenciaként jelennek meg, ám történeti perspektívából szemlélve ezek mindegyike hosszú és sokszor traumatikus társadalmi-kulturális küzdelmek eredményeként jött létre.

¹²⁷ RICŒUR, Paul, *Oneself as Another*, Kathleen BLAMEY ford., University of Chicago, Chicago, 1992.

¹²⁸ KONCZ Ibolya Katalin, *Az ipari forradalmak társadalomra gyakorolt hatása*, MISKOLCI JOGI SZEMLE, 2020. 15. évfolyam, 3. különszám, 94.

A nők felsőoktatásban való részvételének, valamint a szakmai és gazdasági önállóságának lehetőségei olyan autonómiafokozó feltételeket teremtettek, amelyek egyszersmind újfajta egzisztenciális dilemmákat is generáltak.¹²⁹ Ilyenek például a karrier és anyaság, az önállóság és kötődés, az együttélés és intézményes házasság, vagy a női öndefiníció és a társadalmi elvárások közötti feszültségek.

Az irodalmi és médiabeli reprezentációk az elmúlt évszázad során érzékelhető módon elmozdultak a passzivitásra ítélt, monolit nőképektől a sokrétű, autonóm női karakterek irányába. ez a folyamat azonban nem jelent teljes diszkontinuitást: az irodalomtörténetben korábban is léteztek olyan nőalakok, akik – akár a domináns társadalmi elvárásokkal szemben is – aktív cselekvőként jelennek meg. Jó példa erre Jókai Mór *A kőszívű ember fiai* című meghatározó regénye¹³⁰ amelyben özvegy Baradlayné tudatosan szembemegy férje akaratával, s ezzel kulcsszerepet vállal a cselekmény alakításában. Ezek az alakok arra figyelmeztetnek, hogy a hagyományos női szerepek sem voltak egyenműek vagy kizárólag passzívok, csupán másfajta – sokszor rejtett – aktivitásformákat jelenítettek meg.

A 20. század elejétől kezdve viszont mind a szépirodalom, mind a vizuális kultúra egyre inkább olyan női szereplőket konstruál, akik nem csupán szenvedő alanyai, hanem aktív formálói is saját életüknek. ezek a nőalakok nemcsak irodalomtörténeti vagy esztétikai értelemben fontos, hanem a kortás irodalomterápiás praxis számára is kulcsfontosságú kiindulópontot jelentenek, hiszen lehetőséget biztosítanak a női olvasók számára, hogy azonosulás és reflexió révén artikulálják saját dilemmáikat, identitásválságaikat.¹³¹

A női szerepek átalakulásának egyik legszembetűnőbb terepe a társadalmi, családi és párkapcsolati struktúrák újraértelmezése. Az emancipációs folyamatok eredményeként a nők egyre tudatosabban törekednek arra, hogy a unkavégzés a magánélet között fenntartható egyensúlyt alakítsanak ki és a társadalomban stabil önálló helyezhez jussanak. Teszik ezt többkevesebb sikerrel, változó fokú elégedettséggel. Az egyenrangúságra és kölcsönösségre épülő párkapcsolati modell elvárása a társadalmi diskurzus szintjén egyre nagyobb teret nyer, ám a gyakorlatban nem minden esetben valósul meg. Ennek következményeként sok nő él meg értetlenség-érzést, kisebbségi komplexust, vagy egzisztenciális szorongást. Ezen élmények irodalmi reflexiói már a 20. század első évtizedeiben felbukkannak – például Kaffka

¹²⁹ BOZSOKI Petra, *Bővülő értelmiségi női szereprepertoár a 19. századi Magyarországon*, Iris, Budapest, 2019., 27.

¹³⁰ JÓKAI Mór, *A kőszívű ember fiai*, Athenaeum, Budapest, 1869.

¹³¹ ZSADÁNYI Edit, *Író nők a századelőn*, In: *A magyar irodalom története: 1800-tól 1919-ig*, 2. kötet, SZEGEDY-MASZÁK Mihály–VERES András szerk., Gondolat, Budapest, 2007, 811.

Margit, Tormay Cécile vagy Földes Jolán műveiben – jelezvén, hogy az ezekben tematizált belső konfliktusok időtálló és strukturálisan visszatérő problémaként értelmezhetők.

A női szerepek történeti vizsgálata szükségszerűen vezet vissza a 19. század végének és a 20. század elejének társadalmi-gazdasági kontextusához, ahol az iparosodás, az urbanizáció, valamint az egyenjogúsági törekvések hatására gyökeres átrendeződések indultak el. E korszakban a nők fokozatosan kiléptek a tradicionális társadalmi, családi, háztartásbeli szerepkörökből és megjelentek az oktatás, a munkaerőpiac és a közélet különböző szinterein.¹³² Ez a folyamat olyan paradigmaváltást indított el, amely hosszú távon is meghatározta a női identitás sokszínűségének lehetőségeit. Bár e korszak nőalakjai sok esetben még a tradicionális szerepekhez kötődnek, az irodalmi szövegekben megjelenő nőfigurák – különösen a középosztálybeli vagy értelmiségi nők – már gyakran hordozzák a társadalmi változások belső feszültségeit. Fontos azt is figyelembe venni, hogy a szépirodalmi reprezentációk nem minden esetben tükrözik a kor teljes női populációjának helyzetét, inkább bizonyos társadalmi rétegek tapasztalatait tematizálják. A romantika korának nőalakjai például jellemzően nem a háztartásbeli munkavégzésen keresztül jelennek meg, hanem a párválasztás, az erkölcsi döntések és az érzelmi érés dilemmáiban – ezzel is hangsúlyozva az identitáskeresés és társadalmi elvárások közötti feszültséget. ennek megfelelően a női identitás irodalmi ábrázolása már e korai szakaszban is összetett és rétegzett képet mutat, amely az irodalomterápiás munkában értékes kiindulópontként szolgálhat.

Ezek a történelmi körülmények adtak táptalajt a női egyenjogúságért küzdő mozgalmak kibontakozásának. A szüfrazsett mozgalmak – különösen az Egyesült Királyságban és az Egyesült Államokban – nem csupán politikai célokat tűztek ki (pl. a választójog elnyerése), hanem ezzel egyfajta társadalmi tudatformálásban is részt vettek.¹³³ Az oktatásban és munkavállalásban elért eredmények következményeként a nők gazdasági függetlenségének lehetősége is megteremtődött, ami viszont a tradicionális családmódel újráértelmezését is magával hozta.

Kijelenthető, hogy a női szerepek a 20. századi transzformációja nem egyes elszigetelt változásoknak, hanem olyan összetett társadalmi, gazdasági és kulturális dinamikáknak köszönhető, amely a női élt egészét újrárendezte. Az irodalmi művek – különösen a női szerzők által létrehozott alkotások – ebben az összefüggésben nemcsak korlenyomatként

¹³² MOLNÁR Zoltán, *A női szerepek megváltozásának társadalmi és katonai vonatkozásai a dualizmus időszakában. 1867–1914*, Hadtudományi Szemle, 2020. 13. évfolyam 3. szám, 133–146.

¹³³ OFFEN, Karen, *European Feminisms 1700–1950. A Political History*, Stanford University, Redwood City, 2000, 265–284.

funkcionálnak, hanem terápiás eszközként is, lehetőséget kínálva a személyes tapasztalatok artikulálására, feldolgozására és új perspektívák kidolgozására. Ezen művek irodalomterápiás alkalmazhatóságát épp az adja, hogy társadalmi átalakulásokat belülről megélő női nézőpontot, szubjektív tapasztalatokat és komplex pszichológiai mozgásokat közvetítenek, ezáltal hiteles és releváns alapot nyújtanak a női sorskérdések terápiás feltárásához.

Ugyanakkor a fent leírtakkal kapcsolatban a hagyományos és modern női szerepfelfogások közötti különbség túlzott leegyszerűsítése merülhet fel. A hagyományos női passzivitás és a modern női aktivitás bináris oppozíciója – bár irodalomelméleti szempontból termékeny értelmezési keretet kínálna – könnyen azt a benyomást keltheti, mintha a női tapasztalat történetileg egysíkú és lineárisan fejlődő lenne. Ennek elkerülése érdekében szükséges árnyaltabban vizsgálni, mit jelenthetett az aktivitás vagy épp a passzivitás a különböző történeti korokban és társadalmi pozíciókban.

A hagyományos női szerepek -különösen a paraszti, kisvárosi vagy polgári közegben – nem feltétlenül az aktivitás teljes hiányát jelentették, hanem elsősorban egy más típusú aktivitásformát, amely a közösségi gondoskodásban, a családi gazdaság vagy üzlet működtetésében, az érzelmi erőforrások fenntartásában vagy a társas normák közvetítésében nyilvánult meg.¹³⁴ A női tevékenység gyakran rejtett vagy szimbolikus térben zajlott, s noha nem felelt meg a modern autonóm cselekvésről alkotott normának mégsem nevezhető pusztán passzívnak.

Érdemes hozzátenni azt is, hogy a modernitás által idealizált aktivitás – vagyis az egyéni döntéshozatal, gazdasági függetlenség és önértékesítés – a történeti férfiszerepek többsége számára sem volt teljes mértékben elérhető. A társadalmi osztályhelyzet, az iskolázottság, a vagyoni viszonyok és a politikai kiszolgáltatottság mind korlátozták az autonóm férfi modell realitását.¹³⁵ Így tehát nemcsak a női, hanem a férfi szubjektum is jelentős strukturális determinációk között alakult – ezek figyelembevétele nélkül félrevezető lenne a nemi szerepek időbeli változását lineárisan aktív-passzív ellentétként leírni.

A századelői női irodalomban épp e szerepfeszültségek, társadalmi korlátozottságok és belső aktív ellenállási formák artikulálódnak. A női szereplők gyakran olyan látszólag passzív pozícióban jelennek meg, amelyek mögött aktív és komplex érzelmi, morális és stratégiai működésmód rejlik. A társadalmi konvenciók nem szüntetik meg az önértékelés lehetőségét,

¹³⁴ SCOTT, Joan Wallach, *Gender and the Politics of History*, Columbia University, New York, 1988., 15.

¹³⁵ HANISCH, Carol, *The Personal Is Political*. Notes from the Second Year, Women's Liberation, New York, 1970/6.

de a nyelv, a cselekvés és a választás lehetőségei gyakran más logika mentén strukturálódnak, mint amit a modern aktivizmus paradigmája sugallna.

Ezért a dolgozatomban a női aktivitás nem kizárólagos modernizációs mutatóként jelenik meg, hanem olyan diskurzív és szimbolikus térként, ahol a társadalmi pozíciók, történeti feltételek és egyéni válaszkészségek együtt formálják azt, amit sorsnak döntésnek vagy cselekvésnek nevezhetünk.

3.2. Változás a nők hagyományos szerepeiben és a feminizmus

A 19. század végéig a nők társadalmi szerepvállalását alapvetően a magánszféra ezen belül is a család és a háztartás körüli tevékenységek határozták meg, különösen a városi polgári réteg esetében. A patriarchális társadalmi rend ebben a közegben szigorúan meghatározta női lét kereteit: a nő mint anya feleség és háztartásvezető jelent meg, míg a közéleti, gazdasági és intellektuális szférákból kiszorult. Fontos azonban megjegyezni, hogy más társadalmi osztályok – például a paraszti vagy nemesi rétegek – női tagjai eltérő szerepelvárások szerint éltek, mozgásterük azonban éppúgy korlátozott volt. A paraszti gazdaságokban a nők a családi, háztartási kötelezettségek mellett aktívan részt vettek a termelésben is, míg a nemesi családokban a nők szerepe elsősorban a reprezentációra, és az örökösödési rend biztosítására szorítkozott.

Az iparosodás és az ezzel párhuzamosan zajló urbanizáció a 19. század végén gyökeres változásokat indított el: új munkalehetőségek és életformák jelentek meg, amelyek fokozatosan kibővítették a női élettereket. Ezzel párhuzamosan megjelentek a női öntudatra ébredés első nyilvános diskurzusai is – a nők tanulási lehetőségei, unkahelyi szerepvállalása, valamint közéleti jelenléte egyre hangsúlyosabb témává váltak a korabeli társadalmi gondolkodásban.

E társadalmi-gazdasági átalakulások következményeként egyre több nő kapcsolódott be a munka világába, s ezzel párhuzamosan a férfi kizárólagos kenyérkereső szerepe is új megvilágításba került. A fizetett munkavégzéshez való hozzáférés révén a nők gazdasági szerepvállalása megerősödött, ugyanakkor nem történt mega háztartási és gondoskodási feladatok alóli mentesülés. A nőkre így kettős teher nehezedett: egyszerre kellett helytállniuk a munkaerőpiacon és a magánszférában.

A pénzért történő munkavégzés gazdasági kényszer, amely a nőket is sújtja, mindamellett, hogy pénzkeresés mellett elvárás a család gondozása, a háztartás vezetése.¹³⁶

Ez a kettősség amáig tartó szerepkonfliktusokat eredményez, amelyek az érzelmi megterheltség, a túlhajtottság és az identitásbeli bizonytalanság állandósulását idézhetik elő. A feminizmus e strukturális egyenlőtlenségek megszüntetését tűzte zászlajára. Szapu Marianna *A feminizmus és a nőmozgalom rövid története* című írásában a következőképpen definiálja a korai feminizmust:

A feminizmust mint társadalmi-politikai mozgalmat és eszmerendszert a női egyenjogúságért és egyenrangúságért vívott küzdelemként, valamint a patriarchális társadalmi berendezkedés kritikájaként és az annak megszüntetésére irányuló igyekezetként határozhatjuk meg.¹³⁷

Az első feminista hullám – a 18. század végétől a 20. század elejéig terjedő időszak – szorosan összefüggött a felvilágosodás eszméivel. Noha a francia forradalom szabadság, egyenlőség, testvériség jelszavai formálisan univerzális elveket hirdettek, a valóságban ezek a jogok csupán a férfiak számára voltak elérhetők. E kritikus ellentmondásra mutatott rá Olympe de Gouges, aki 1791-ben megjelent *A női jogok nyilatkozata* című írásában követelte a nők egyenlő jogait és elutasította a patriarchális rendet.¹³⁸

A 19. század második felében a feminista eszmék egyre inkább intézményesült mozgalmakban öltenek testet. A szüfrazsett mozgalmak – különösen az Egyesül Királyságban – a női választójog megszerzését tűzték ki célul, radikális akcióik (éhségsztrájkok, tüntetések) pedig látványos módon tematizálták a női társadalmi pozíciókat.¹³⁹ Ezek a törekvések a 20. század első évtizedeiben kontinensszerte megerősödtek, és hatásukra az oktatásban, valamint a munka világában is új lehetőségek nyíltak meg a nők előtt.¹⁴⁰ Az első női egyetemi hallgatók megjelenése még csak szimbolikus jelentőségű volt, de a felsőoktatáshoz való későbbi tényleges hozzáférés valódi társadalmi mobilitást is biztosított.

Az irodalom terén a női szerzők fokozatos megjelenése új dimenziókat nyitott az irodalmi kánonban már a 19. században is. Virginai Woolf 1904-ben publikálta első feminista indíttatású írását a *The Guardian* hasábjain *Haworth, November 1904*¹⁴¹ címmel, amelyben a

¹³⁶ KONCZ, 2020., 94.

¹³⁷ SZAPU Marianna, *A feminizmus és a nőmozgalom rövid története*, In: *Bevezetés a gendertanulmányokba*, BOLEMANT Lilla–SZAPU Marianna szerk., Phoenix Polgári társulás, Pozsony – Nyitra, 2015, 21.

¹³⁸ *Uo.*, 23.

¹³⁹ *Uo.*, 23.

¹⁴⁰ BOZSOKI, 2019., 27.

¹⁴¹ WOOLF, Virginia, *Haworth, November 1904*, *The Guardian*, 1904.12.21., online: <https://digital.library.upenn.edu/women/woolf/VW-Bronte.html>, utolsó letöltés: 2025.06.20.

Brontë nővérek munkásságának szerepét hangsúlyozta. Később a *Saját szoba* című esszéjében¹⁴² alaposan elemzi a nőkről kialakított férfiírói véleményeket is, amelyek meglátása szerint gyakran megdöbbenően elutasítóak és indulatosak. Woolf ennek okát a férfiak felsőbbrendűségi érzésében látja, és így fogalmaz:

Az elmúlt századok hosszú során át a nők olyan tükörként szolgáltak, melyben megvolt az a varázslatos és gyönyörűségező képesség, hogy a férfi alakját kétszeres életnagyban verje vissza.¹⁴³

Woolf megállapítása arra is rámutat, hogy a nők sokáig pusztán a férfiak önreprezentációjának eszközei voltak.

A második feminista hullám – különösen az 1960-as évektől kezdve – már nemcsak a politikai jogokra, hanem a strukturális társadalmi egyenlőtlenségekre is koncentrált. Ekkor jelent meg az a gondolati keret, amely elválasztja a biológiai és a társadalmi nemet, s ezzel új alapokra helyezi a női identitás kérdéskörét.

Simone de Beauvoir *A második nem* című 1949-es munkája¹⁴⁴ alapvető szerepet játszott ebben a folyamatban. A könyv már megjelenését követően mérföldkőnek számított a nemek közötti különbségtétel reflexív értelmezésében, és jelentős inspirációt nyújtott a női identitás újraértelmezéséhez. Egy 1948-as levelében a következőképpen ír de Beauvoir könyvének befejezése után kialakult filozófiai nézetéről, amely alapján művének címet adott:

A könyvem címe *A második nem* lesz. Franciául jól hangzik, mivel a homoszexuálisokat a harmadik nemnek hívják, de soha nem említik meg, hogy a nők másodikként következnek a férfiak után, és nem egyenlőek velük. Mégis mindig beleértendő.¹⁴⁵

De Beauvoir filozófiai és irodalmi munkássága a női szubjektum társadalmi konstrukcióját és annak történeti alakulását tárta fel. E megközelítés nemcsak az elméleti feminista diskurzusokat gazdagította, hanem az irodalmi és művészi önkifejezés demokratizálásához is hozzájárult. A női szerzők és alkotók számára megnyílt az önreprezentáció lehetősége, amely a női tapasztaltok irodalmi artikulációját is elősegítette.

Míg a feminizmus első két hulláma elsősorban a nők jogi, politikai és társadalmi egyenjogúságáért küzdött, a harmadik hullám már radikálisabban kérdőjelezte meg a nőiség fogalmának egységes értelmezhetőségét. A kilencvenes évektől kibontakozó újfajta feminista

¹⁴² Virginia WOOLF, *Saját szoba*, BÉCSY Ágnes ford., Európa, Budapest, 2017, 63.

¹⁴³ *Uo.*, 63.

¹⁴⁴ Simone DE BEAUVOIR, *A második nem*, GÖRÖG Livia – SOMLÓ Vera ford., Gondolat, Budapest, 1971.

¹⁴⁵ LACKFI János, *Egy szerelem innenső partja, Simone de Beauvoir Levelei margójára*, online: <http://www.inaplo.hu/nv/200102/11.html>, utolsó letöltés: 2025.05.14.

gondolkodás – mely Judit Butler, Donna Haraway és Rosi Braidotti munkásságához is kapcsolható – nem csupán a női szubjektum önazonosságát tematizálta, hanem magát a nemi identitást is mint nyelvileg és kulturálisan konstruált performatív aktust kezdte értelmezni.¹⁴⁶

E paradigmaváltás, melyet gyakran 'gender studies' névvel illetnek, a nő fogalmát többé nem biológia vagy társadalmi adottságként, hanem diszkurzív konstrukcióként kezeli. Judith Butler meghatározása szerint a nemi identitás nem előzetesen adott, hanem mindig újra és újra végre hajtott – azaz performált – pozíció.¹⁴⁷ Ennek értelmében a női irodalmi szubjektum sem függetleníthető azoktól a kulturális normáktól és hatalmi diskurzusoktól, amelyek meghatározzák, hogy mi tekinthető nőinek, femininnek vagy éppen deviánsnak.

Ez az elméleti elmozdulás jelentős következményekkel járt a 20. század eleji női irodalom értelmezésére nézve is. A századelő nőalakjai nem csupán történeti női típusok, hanem olyan nyelvi és szociokulturális mezők metszéspontjában létrejött szubjektumok, akik egyszerre szenvedői és alakítói saját reprezentációjuknak. A szöveg nem pusztán közvetít, hanem előállítja a női szubjektumot – így az olvasás aktusa is részesévé válik ennek a konstrukciónak.

A feminizmus negyedik hulláma – amelyet gyakran az interszekcionalitás fogalmával hoznak összefüggésbe – tovább bővítette az elemzés horizontját. az interszekcionális gondolkodás alapfeltevése, hogy a női tapasztalat nem értelmezhető kizárólag a nemi hovatartozás mentén, hanem az etnikai, osztályhelyzeti, vallási, szexuális és életkori dimenziók együttes figyelembevételével. Kimberle Crenshaw munkássága nyomán¹⁴⁸ az interszekcionalitás elmélete világossá tette, hogy a női tapasztalat nem egységes, hanem differenciált: másként beszél egy fehér, középosztálybeli értelmiségi nő, mint egy szegény, munkásréteghez tartozó vagy etnikai kisebbségi nő.

A századelő magyar női irodalmának értelmezése szempontjából ez a nézőpont kiemelkedően termékeny. Hiszen Földes Jolán nőalakjai például kifejezetten az alávetettség és a társadalmi kiszorítottság pozíciójából szólnak meg: ezek az alakok nemcsak nők, hanem munkások bérből élők, gyakran marginalizált társadalmi pozícióban lévő figurák. Ezzel szemben Kaffka nőalakjai jellemzően dzsentrí és polgári világban mozognak, ami másféle identitás-dilemmákat eredményez: a nőiség itt az intellektuális és érzelmi autonómia lehetőségének vagy éppen lehetetlenségének tapasztalatán keresztül is válik problematikusává.

¹⁴⁶ HARAWAY, Donna, *Simians, Cyborgs and Women. The Reinvention of Nature*, Routledge, New York, 1991., 5.

¹⁴⁷ BUTLER, Judith, *Gender Trouble. Feminism and the Subversion of Identity*, Routledge, New York, 1990., 32.

¹⁴⁸ CRENSHAW, Kimberle, *Mapping the Margins. Intersectionality, Identity Politics, and Violence Against Women of Color*, Stanford Law Review, Stanford, 1991/43., 1241–1299.

A feminizmus harmadik és negyedik hullámának elméletei így újraértelmezik azt, amit korábban női irodalomnak tekintettünk: nem egynemű nő tapasztalat reprezentációit keresik, hanem azokat a struktúrákat, ellentmondásokat és diszkurzív törésvonalakat, amelyek között a női szubjektum egyáltalán megszólalhat. Ez az elmozdulás mélyíti a századelő női irodalmának terápiás olvashatóságát is: hiszen e szövegek éppen azzal válnak terápiás téré, hogy lehetőséget adnak a nem egységes, hanem többszörösen rétegzett és sérülékeny női tapasztalat olvashatóvá tételére.

Mindezen folyamatok tehát az irodalomterápia számára is relevánsak: a női élettörténetek, narratív struktúrák és szubjektív tapasztalatok feltérképezése terápiás kontextusban is alkalmazható. A feminizmus elméleti és gyakorlati eredményei olyan értelmezési keretet biztosítanak, amelyek révén a női sorskérdések árnyaltabban és mélyebben megközelíthetők, s így lehetőség nyílik a nők közötti kollektív tapasztalattmegosztásra és az egyéni narratívák gyógyító erejének érvényesítésére.

3.3. A feminizmus magyarországi alakulása

A 19. és 20. század fordulóján Magyarországon – ahogy egész Európában – mélyreható társadalmi-gazdasági és kulturális változások mentek végbe, amelyek döntő módon formálták a női szerepek átformálódását is.

A dualizmus időszaka (1867-1918) a gazdasági fellendülés és a modernizáció jegyében telt: a mezőgazdaságban korszerű művelési technológiák honosodtak meg, az ipar – különösen a malom-, gép- és vasútgyártás – dinamikus fejlődésnek indult. E gazdasági fellendülés a társadalomszerkezet átalakulását is elősegítette, melynek során megerősödött a polgárság, a korábban privilegizált nemesség is fokozatosan polgárosodni kezdett.¹⁴⁹ Valamint a paraszti életformát folytatók aránya is jelentősen csökkent, egyre többen kerültek át közülük a munkásosztályba. Minden társadalmi rétegben egyre jobban terjedt a polgári értékrend. A korszak nőmozgalmainak egyik vezető alakja, Bedy-Schwimmer Rózsa így reflektált a nők társadalmi szerepváltozásaira 1910-ben, amikor a nők előtt nyitva álló pályákról értekezett:

Három-négy évtizeddel ezelőtt a háztartási és mezőgazdasági pályán kívül női munkaerővel alig találkoztunk, míg ma a statisztika szerint a katonai pályát kivéve,

¹⁴⁹ HARMAT Árpád Péter, *Magyarország társadalmi dualizmus korában*, [online, 2015.12.02] <http://tortenelemcikkek.hu/node/242>, utolsó letöltés: 2025.05.14.

nincsen olyan munkakör, melynek művelésében kisebb-nagyobb mértékben részt nem vennének nők is.¹⁵⁰

A társadalmi modernizációval párhuzamosan a kulturális élet is új szakaszba lépett: Budapest – Bécs mellett – a térség kulturális centrumává vált, amely számos fiatal írónak, költőnek és értelmiséginek szolgált otthonául.¹⁵¹ Az irodalmi salonok, kávéházak és olvasóköri körök a társadalmi diskurzus új formáit tették lehetővé, miközben a női szerepek ártékelődése is megkezdődött. Mindez a konzervatív-patriarchális struktúrák fokozatos fellazulásával járt együtt, amely egyfajta kollektív ellenállást eredményezett a tradicionális normák és nemi szerepeltérítések ellen.¹⁵²

E történeti folyamat részeként jelentek meg a nők oktatási és gazdasági lehetőségeinek bővítését célzó egyesületek. A 19. század végén számos nőegyesület alakult Magyarországon: az Országos Nőképítő Egyesület (1868), az Országos Nőiipari Egylet (1879), a Mária Dorothea Egyesület (1885) és a Nőtisztviselők Országos Egyesülete (1896) kiemelt szerepet játszottak abban, hogy a nők fokozatosan kiléphettek a kizárólagos családi szerepkörből.¹⁵³

1895-től a nők már beiratkozhattak az orvosi és bölcsészeti karokra, míg 1917-től jogi és műszaki tanulmányokat is folytathattak.¹⁵⁴ A nőmozgalom meghatározó szervezetévé 1904-ben a Feministák Egyesülete vált, amely a Nőtisztviselők Országos Egyesületének átalakulásával jött létre.¹⁵⁵ E mozgalom célkitűzései között szerepelt a nők politikai jogainak – különösen a választójognak – az elismerése, valamint a gazdasági egyenlőség elérése és a munkahelyi diszkrimináció megszüntetése.¹⁵⁶ A nőmozgalom első hulláma Magyarországon 1896 és 1914 között érte el legintenzívebb korszakát, ebben az időszakban az ipari forradalom hozta növekvő munkaerőhiány lehetőséget biztosított a nők számára a munkavállalásra és szakmai szerepvállalásra.¹⁵⁷

¹⁵⁰ BÉDY-SCHWIMMER Rózsa, *Leányok pályamutatója. A magyar család aranykönyve II.*, BEXHEFT Ármin szerk., Budapest, Athenaeum, 1910. 193–233.

¹⁵¹ CZEFERNER Dóra, „Kávéházakban, klubokban, olvasóköri körökben kérjük A Nő és a Társadalom lapot!” Egy folyóirat a nők egyenjogúságáért, *Médiakutató*, 2014/15. 2. sz., 49-61.

¹⁵² ZSÁK Judit, *A női szubjektumról alkotott 20. század eleji kép „tudományos” alapjai és hatása a Nyugat-korszak nőfelfogására*, In: *Nő, tükrök, írás. Értelmezések a 20. század első felének női irodalmából*, VARGA Virág–ZSÁVOLYA Zoltán szerk., Ráció, Budapest, 2017., 18-40.

¹⁵³ VASHEGYI MACDONALD Ágnes, *Undoing the collective amnesia: a brief discussion of feminism and women writers in Hungary*, *Atlantis*, 2010/1., 108-118.

¹⁵⁴ KOLLARITS Krisztina, *Írónők a Napkelet körül*, Magyar napló. A magyar írószövetség lapja, 2012. július, 13-22.

¹⁵⁵ ANTONI Rita, *A magyarországi feminista megmozdulások története*, In: *Bevezetés a gendertanulmányokba*, BOLEMAN Lilla–SZAPU Marianna szerk., Phoenix Polgári Társulás, Pozsony–Nyitra, 2015, 37-65.

¹⁵⁶ VASHEGYI MACDONALD 2010., 111.

¹⁵⁷ NAGY Beáta, *Nők a kávék és kávéházi alkalmazottak között*, Budapesti negyed, 1996/2-3., 12-13.

Az 1918-as év újabb mérföldkő volt: bevezetésre került a nők részleges választójoga, amely a 24 év feletti, írni-olvasni tudó, legalább hat éve magyar állampolgársággal rendelkező nőkre vonatkozott.¹⁵⁸ A Horthy-korszakban (1920-45) ugyan a konzervatív értékrend ismét dominánssá vált, de a női civil szféra továbbra is aktív maradt. E korszak legjelentősebb női szervezete a Magyar Asszonyok Nemzeti Szövetsége (MANSZ) volt, amely politikailag konzervatív keretek között igyekezett képviselni a nők érdekeit.¹⁵⁹

Az 1945-ös rendszerváltás hozta meg az általános választójogot a nők számára, amelyhez számos más jogi is társult. A nők immár korlátozások nélkül jelentkezhetek az egyetemekre, és a szakmai diszkrimináció mérséklése is célkitűzéssé vált.¹⁶⁰ Ez az időszak ugyanakkor nem csupán jogkiterjesztést jelentett, hanem egyúttal újabb női szerepek és elvárások kialakulását is, amelyek később – a szocialista korszak ideológiai keretei között – új formát öltöttek.

A magyarországi feminizmus történeti íve – különösen az 1945 és 1989 közötti időszak tekintetében – több ponton is eltér a nyugat-európai fejlődési mintáktól. Míg a második hullámos feminizmus a nyugati világban alulról jövő, kritikus civil kezdeményezésekből bontakozott ki, addig a magyarországi államszocializmusban a női egyenjogúság deklarált ideológiai célként volt jelen, amely azonban nem a nők valódi emancipációját, hanem sokkal inkább a gazdasági mobilizáció szükségszerűségét szolgálta.¹⁶¹

A női munkavállalás az államszocialista társadalompolitikában nem jelentette a nemi szerepek újratárgyalását, hanem a 'kettős terhelés' eszményét tette uralkodóvá: a nő egyszerre lett a termelésben aktív munkavállaló és a háztartásban a gondolkodás első számú szereplője.¹⁶² Ezt a kettős szerepet nem kérdőjelezték meg, hanem ideológiailag megerősítették: a dolgozó nő figurája nem a szubjektum felszabadulását, hanem egy idealizált nemi szerep újratermelését jelentette.

A női emancipáció szervezeti kereteit a Magyar Nők Demokratikus Szövetsége (MNDSZ) biztosította, amely azonban nem autonóm nőmozgalomként, hanem a kommunista párt társadalmi tömegmozgalmaként működött.¹⁶³ A szervezet működését elsősorban a paternalista állam ideológiai szempontjai határozták meg, nem a nők önrendelkezéséhez,

¹⁵⁸ ANTONI 2015, 49.

¹⁵⁹ ZSADÁNYI Edit, *Írónők a századelőn*, In: *A magyar irodalom történetei: 1800-tól 1919-ig*, 2. kötet, SZEGEDY-MASZÁK Mihály–VERES András szerk., Gondolat, Budapest, 2007, 809.

¹⁶⁰ ANTONI 2015, 50-51.

¹⁶¹ LANGOWSKI Judit, *Mit köszönhetünk az államszocialista feminizmusnak?*, MÉRCE, 2017.11.05., online: <https://merce.hu/2017/11/05/mit-koszonhetunk-az-allamszocialista-feminizmusnak>

¹⁶² ACSÁDY Judit, „Megtettük-e azt, amit eszményeink szerint meg kellett volna?” In: *Kisebbség, többség, többszörösség*, Takács Judit – Tóth Tamás szerk., MTA TK, Budapest, 2016, 227-252.

¹⁶³ ANTONI, 2015.

szólásszabadságához való viszony. Így vár a női részvétel formálisan biztosítva volt, az emancipáció kritikai diskurzusának megjelenése gyakorlatilag lehetetlen volt.

A feminizmus mint fogalom a szocialista kultúrpolitikában rendszeridegennek, 'burzsoá importnak' minősült.¹⁶⁴ A nők valós társadalmi tapasztalati – a strukturális kiszolgáltatottság, a családon belüli erőszak, a test fölötti rendelkezés kérdései – nem nyerhettek nyilvános reprezentációt. A női írás ugyanakkor mégis megőrizte e tapasztalatok nyelvi nyomait: a 20. század eleji női irodalmi művek újraolvasása a hetvenes-nyolcvanas évek során új értelmezési horizontokat nyitott, bár ezek nem feminista keretben történtek.¹⁶⁵

A rendszerváltást követően e történeti feltételezettség megnehezítette a kortárs feminista diskurzus befogadását is. A harmadik és negyedik hullám posztstrukturalista, illetve interszekcionális keretei csak nehézkesen tudtak kapcsolódni egy olyan közeghez, amelyben a feminizmus hosszú ideig stigmatizált pozícióban volt.¹⁶⁶

3.4. Írónők a magyar irodalmi kánon periferiáján

A 20. század első évtizedeiben, a társadalmi modernizációval párhuzamosan, a magyarországi nőmozgalmak és az irodalmi közélet is olyan metszéspontba került, amelyben a nők irodalmi szerepvállalása nem csupán lehetővé, de kívánatos is lett a korszak haladó szellemiségű rétegei számára.¹⁶⁷ A századforduló időszakában egyre több aktív író és női publicista jelent meg a magyar irodalmi élet színpadán, köztük olyan kiemelkedő személyiségek, mint Lemouton Emília, Szendrey Júlia, Győry Ilona, Takáts Éva, Kánya Emília, Szalay Fruzsina, Czóbel Minka, Wohl Stefánia, Vay Sarolta grófnő, Teleki Sándorné grófnő, Kende Júlia, Ritoók Emma, Erdős Renée, Szederkényi Anna, Lesznai Anna, Török Sophie, Kaffka Margit, Tomay Cécile és Földes Jolán.¹⁶⁸

A női szemléletű irodalom érvényesülését nem csupán az írói teljesítmények, hanem az ezek köré szerveződő sajtóorgánumok is előmozdították. Takáts Éva publicisztikai tevékenysége, nők által szerkesztett folyóiratok (mint *A Nő és a Társadalom*, a *Vasárnapi Kör*),

¹⁶⁴ BARNA Emília – CSÁNYI Gabriella – GAGYI Ágnes – GERŐCS Tamás, *A kritikai feminizmus helyzete Magyarországon*, Replika, 2018/108–109., 241–262.

¹⁶⁵ *Uo.*

¹⁶⁶ *Uo.*

¹⁶⁷ ZSADÁNYI 2017., 808.

¹⁶⁸ FÁBRI Anna, *Közíró vagy szépiró? Írói szerepkör és társadalmi-kulturális indíttatás összefüggései a 19. századi magyar író nők munkásságában*, In: *Szerep és alkotás. Női szerepek a társadalomban és az alkotóművészetben*, NAGY Beáta–SÁRDI Margit szerk., Csokonai, Debrecen, 2007, 61–73.

valamint olyan szervezetek, mint a Nőszövetség és MANSZ (Magyar Asszonyok Nemzeti Szövetsége) a nők szellemi munkájának elismerését és értékelését szolgálták.¹⁶⁹

Mindazonáltal a női alkotók társadalmi megítélése korántsem volt egyértelműen pozitív. A 19. században még vitatott volt, hogy 'alkalmas-e' a nő az írásra. A korabeli közbeszédben gyakorta megfogalmazódott az a vélekedés, miszerint a nők irodalmi tevékenysége elhanyagolja a családi kötelezettségeket és aláássa a hagyományos társadalmi struktúrákat.¹⁷⁰ Ezt a mentalitást tükrözi egyebek mellett a *Hét* szerzőjének, Körmendy Viktornak a sommás megállapítása is:

Szeretőnek nagyon érdekes a nő, aki könyvet ír, de feleségnek mégis csak praktikusabb, aki szépen rendben tartja a gyereket.¹⁷¹

A patriarchális felfogás hatását mutatja az is, ahogyan Lauka Gusztáv, Kaffka Margit édesanyjának nagybátyja vélekedett egy levelében az ifjú író nő verseiről:

Nem rosszak a lányod versei, húgom, sőt szépek és egészen jók. De hát minek írni egy nőnek? Az olyan jó gazdasszonynak, mint te vagy, kár volna, ha a lánya nem a főzőkanál mellett maradna meg. Még az is kár, hogy tanítónő lesz.¹⁷²

A nők műveit az irodalmi kritika is gyakran minősítette dilettánsnak. Szász Zoltán, író és újságíró A nőírók ellen című írásában kifejtette, hogy a nők szerint nem rendelkeznek azokkal a művészi adottságokkal, amelyek a férfiakat jellemzik, ezért nem is képesek igazán művészi értékeket teremteni.¹⁷³

A 20. század első felének irodalmi életét az irodalomtörténet utólagos véleményén túl elsősorban a *Nyugat* folyóirat dominanciája határozta meg, amely egyfajta irodalmi kánonként működött, magával vonva a bekerülés presztízsét és az irodalmi érvényesülés lehetőségét. Noha női szerzők is publikáltak a *Nyugat*-ban, arányuk meglehetősen alacsony volt: lapszámonként tízből mindössze egy-két szerző volt nő, gyakran egy sem.¹⁷⁴ Mindez rávilágít arra, hogy habár a *Nyugat* jelenléte a nők irodalmi tevékenységét is inspirálta, az intézményes irodalmi életben továbbra is marginális pozícióban maradtak.

¹⁶⁹ L'HOMME Ilona, *A női írók helye az irodalmi diskurzusban 1900-1945*, Doktori disszertáció, Eötvös Loránd Tudományegyetem, Budapest, 2003, 33.

¹⁷⁰ ZSÁK 2009, 29.

¹⁷¹ L'HOMME 2003, 13.

¹⁷² BODNÁR György, *Bodnár György bevezető tanulmánya*, In: *Kaffka Margit regényei*, Szépirodalmi, Budapest, 1962, 8.

¹⁷³ L'HOMME 2003, 33.

¹⁷⁴ KUSPER Judit, *Trauma és elhallgatás Török Sophie műveiben*, dolgozat, Esterházy Egyetem, 2007, 1. , <https://uni-eszterhazy.hu/api/media/file/66048adfa30227705f8079bc7c28078a3e835985>

Ugyanakkor az irodalmi kritika egyre inkább elvárta a női szerzőkről, hogy sajátos hangon, egyedi látásmóddal szólaljanak meg. A 'női hang' és a 'másság' mint esztétikai minőség kezdett érvényt nyerni, s ezáltal a nők irodalmi jelenléte nem pusztán kvótaként, hanem jelentéshordozó kulturális pozícióként kezdett működni.¹⁷⁵ A nők irodalmi érvényesülése tehát nem csupán a társadalmi szerepvállalás kiterjesztését, hanem az irodalom fogalmának átértelmezését is magába hordozta.

4. A 20. század eleji magyar írók munkássága irodalomterápiás szemszögből

4.1. Czóbel Minka költészetének kortárs újraértékelése és biblioterápiás relevanciája

Czóbel Minka (1855-1947) a 19. és 20. század fordulójának kiemelkedő, ám évtizedeken át mellőzött magyar lírikusa és műfordítója, aki a hazai szimbolizmus egyik korai és autonóm képviselőjének tekinthető.

Anarcspusztán született egy nagybirtokos család sarjaként. Élete során bejárta Európát, és tanulmányokat folytatott a párizsi Sorbonne-on is. Irodalmi ambícióit Mednyánszky László festő ösztönzésére kezdte kibontakoztatni, aki többek közt Jókai Mór és Justh Zsigmond figyelmébe ajánlotta műveit.¹⁷⁶ Versei és más írásai az 1890-es évektől kezdve jelentek meg a korabeli folyóiratokban például az *Uj Idők*, a *Nyugat* és a *Vasárnapi Ujság* hasábjain.

Már első kötete, a *Nyírfalombok* (1890) című lírai gyűjteményben¹⁷⁷ érzékelhető volt a romantikus tematika és a szimbolista kifejezésmód iránti érzékenysége. Az 1890-es években kezdett szorosabb kapcsolatot ápolni a modern európai irodalmi irányzatokkal, különösen a francia szimbolizmussal. Kiválóan beszélt franciául, angolul és németül is. Petőfi verseit angolra, Madách Imre művét, *Az ember tragédiáját* pedig németre fordította. Az ő nevéhez köthetők az első Verlaine-fordítások is Magyarországon.¹⁷⁸

Czóbel Minka költészetében kiemelt helyet foglal el a természeti elemek és az emberi lélek finom árnyalatainak ábrázolása, ezért különösen alkalmas költészetterápiás célokra. Költészete festőien színes és zenei, amelyben az impresszionista festőktől eredeztethető látásmód és a francia dekadensektől elsajátított hangzásárnyalatok egyaránt megjelennek. az

¹⁷⁵ *Uo.*, 30-31.

¹⁷⁶ KENYERES Ágnes szerk., *Magyar Életrajzi Lexikon I. Czóbel Minka*, Akadémiai, Budapest, 1967.

¹⁷⁷ CZÓBEL Minka, *Nyírfalombok*, Révai Testvérek, Budapest, 1890.

¹⁷⁸ SANTAVECZ Anita, *Pókhálók. Czóbel Minka prózája*, ELTE online, 2018, online: <https://elteonline.hu/tudomany/2018/06/06/pokhalok-czobel-minka-prozaja>, utolsó letöltés: 2025.03.14.

1890-es években elsők között írt szabadverseket Magyarországon. Legjelentősebb művei közé tartozik az 1903-ban megjelent *Opálok* című verskötete¹⁷⁹ és az 1906-ban kiadott *Pókhálók* című novelláskötete,¹⁸⁰ amelyben a történetek központi témái a magányos emberi sorsok és a szereplők közötti kommunikáció hiánya.¹⁸¹

E két kiemelkedő kötet a női lét magányának, az érzelmi izoláció tapasztalatának és az interszjektív kapcsolatok torzulásának művészi lenyomatai. Költészete különleges atmoszférát teremt azáltal, hogy egyesíti a szimbolista képiséget a személyes líraisággal.¹⁸² Ez a szerzői világ különösen releváns az irodalomterápia területén, mivel a költőnő versei lehetőséget kínálnak az érzelmek verbalizálására és a személyes élmények reflexív átírására. Hangulatfestései és képi telítettsége az imaginációs munkát is inspirálja, amely révén a befogadó belső világának artikulálása válik lehetővé.

Lírája zenei kvalitásait jól szemléletei a Fráter Lóránd által megzenésített *Száz szál gyertyát!* címmel ismertté vált verse, mely először *Az erdő hangja* című verses kötetében¹⁸³ jelent meg, majd megzenésítve a népies műdal világába emelte át Czóbel atmoszférikus költészetét.¹⁸⁴

Esik eső sűrű cseppje, sötét felhők alatt,
Szomorúan verdesi a ragyás csárda falat.
Tört ablakon süvít a szél, benn egy csonka lámpa,
Meg-meg inog hosszú drótján, füstös már a lángja.¹⁸⁵

Kortársai körében költészete ellentmondásos fogadtatásban részesült. Míg Endrődi Sándor méltatta tehetségét, addig Ady Endre értetlenséggel viszonyult műveihez, ami nem csak a szimbolista diskurzus recepciók nehézségeit tükrözi, de azért is különösen érdekes, mert Ady maga is szimbolista volt. A *Kakukfűvek* című kötetét¹⁸⁶ szerkesztő Endrődi 1900-ban úgy méltatja, hogy “Czóbel Minka könyvéhez szinte fölösleges bevezető sorokat írni. Az ő tartalmas, előkelő tehetségét jól ismeri a magyar olvasó közönség.”¹⁸⁷ Ady ellenben miután

¹⁷⁹ CZÓBEL Minka, *Opálok*, Franklin Társulat, Budapest, 1903.

¹⁸⁰ CZÓBEL Minka, *Pókhálók*, Singer és Wolfner, Budapest, 1906.

¹⁸¹ HEGEDŰS Géza, *Irodalmi arcképcsarnok. Czóbel Minka (1854-1943)*, online kiadvány, <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/IrodalmiArckepcsarnok-hegedus-geza-irodalmi-arckepcsarnok-1/a-magyar-irodalom-arckepcsarnoka-1239/czobel-minka-18541943-420/>

¹⁸² LEIMESZTER Barnabás, *Minka a semmiből – elfeledték az első magyar szimbolista költőt*, Magyar Krónika, 86-87. szám

¹⁸³ CZÓBEL Minka, *Az erdő hangja*, Singer és Wolfner, Budapest, 1914.

¹⁸⁴ BENE Kálmán, *Aki helyet kér a kánonban... Száz éve jelent meg Czóbel Minka utolsó jelentős verseskötete*, Szegedi Lap, 2014., online kiadvány, <https://www.szegedilap.hu/cikkek/irodalom-tortenes/bene-kalman--aki-helyet-ker-a-kanonban---.html>

¹⁸⁵ CZÓBEL, 1914., 75.

¹⁸⁶ CZÓBEL Minka, *Kakukfűvek. Költemények 1890-1900*, Athenaeum, Budapest, 1901.

¹⁸⁷ *Uo.*, 6.

olvasta néhány művét, úgy nyilatkozott róla, hogy nem igazán érti, ezért nem tud lelkesedni érte. A *Nyugat* köre – bár sokan Czóbelt esztétikai előképnek tartották – távolságtartással kezelte életművét, s nem vonta őt be a kánonba.¹⁸⁸

Pályája csúcspontja az 1890-1914 közötti időszakra tehető, amikor több kötete is napvilágot látott, és francia nyelvű fordításai kedvező visszahangot kaptak. Az első alaposabb értékelés, elemzés azonban csak *Az erdő hangja* megjelenése után 57 évvel született meg róla.¹⁸⁹ 1977-ben adják ki Weöres Sándor különös irodalomtörténetét, a *Három veréb hat szemmel* című különleges szöveggyűjteményt,¹⁹⁰ amelyben végre végérvényesen kimondatott, hogy erről a költőnőről igazságtalanul és szűk látókörűen ítélkezett kora, de méltatlanul nem vettek róla tudomást még nagyon sokáig az elkövetkező időszakok ítései sem.¹⁹¹

Weöres Sándornak valóban ebben az általa szerkesztett szöveggyűjteményben, melynek alcíme: Antológia a magyar költészet rejtett értékeiből és furcsaságaiból, talán Czóbel Minka volt a legfontosabb 'felfedezése', akinek költészete nagy hatást gyakorolt rá.¹⁹²

Miután a századfordulóra az író nő családjának anyagi helyzete megrendült, ideje java részét vidéki családi birtokán töltötte némileg elszigetelődve. Életének különleges aspektusa a Justh Zsigmonddal folytatott levelezés, valamint a berlini származású Büttner Helén festőművésszel közös életút és feltételezett párkapcsolat, amely ma is szimbolikus sírhelyükben ölt testet.

Az, hogy az 1910-es évektől egyre ritkábban hagyta el szülőfaluját, nagyban hozzájárulhatott ahhoz, hogy már életében fokozatosan feledésbe merült, noha a századfordulós modern líra egyik első képviselőjének és Ady Endre előfutárának tartják.¹⁹³

Az utóbbi évtizedekben Czóbel Minka lírai életműve fokozatosan visszanyerte helyét a magyar irodalmi diskurzusban, amely az irodalomtörténet-írás újabb hullámaiban a 19. századi későromantika és a 20. század eleji modernizmus közötti átmenet reprezentánsaként értékeli újra művészetét. A francia szimbolizmus poétikai eljárásainak hazai transzformációja, valamint a dekadencia érzékenysége egyaránt jelen van Czóbel költészetében amely így nemcsak esztétikai, hanem poétikai szempontból is rokonítható az európai modernitás kezdeti törekvéseivel. Mindez napjainkban különösen időszerűvé teszi műveinek újraolvasását, hiszen

¹⁸⁸ TEMESI László, *Czóbel Minka, akit Ady előfutárának is tartanak, kora ünnepelt poétája volt, Magyar Nemzet*, 2021. 04. 29., <https://magyarnemzet.hu/kultura/2021/04/czobel-minka-akit-ady-elofutaranak-is-tartanak-kora-unnepelt-poetaja-volt>

¹⁸⁹ PÓR Péter, *Konzervatív reformtörekvések a századforduló irodalmában. Justh Zsigmond és Czóbel Minka népiessége*. Akadémiai, Budapest, 1971., 106-164.

¹⁹⁰ CZÓBEL Minka, *Három veréb hat szemmel, Szépirodalmi*, Budapest, 1977.

¹⁹¹ BENE 2014.

¹⁹² *Uo.*

¹⁹³ TEMESI 2021.

lírája a női tapasztalat történeti és egzisztenciális artikulációját is megkísérli, méghozzá egy olyan hangon, amely a kánonból hosszú időn át hiányzott.

Költészete nem csupán esztétikai örökségként értelmezhető, hanem a biblioterápiás gyakorlatban is komoly potenciállal bír. Versei – különösen a szimbolista és impresszionista jegyeket mutató darabok – kiváló médiumai az érzelmi élmények kifejezésének, a belső képek mozgósításának és a személyes narratívák megfogalmazásának. Az ilyen szövegek különösen akkor válnak hasznossá, amikor a verbális artikuláció racionalitása nem tudja vagy nem akarja közvetíteni a lelki tartalmakat – ilyenkor a poétikus nyelv képes áttörni ezeket a korlátokat, teret nyitva az érzelmek és gondolat szublimált egymásba íródásának.

A Czóbel-féle líra atmoszférája gyakran merít a melankóliából, a csendes szemlélődésből és az intimitás belső feszültségéből – ezek az elemek ideálissá teszik szövegeit olyan terápiás helyzetekben, ahol a feldolgozásra váró élmények között szerepelhet veszteség, elhagyatottság, identitásválság vagy épp a női szerepekkel kapcsolatos dilemmák. A lírai én töredezett, kontemplatív megnyilatkozása affektív rezonanciát válthat ki az olvasóból, ezáltal előmozdítva az önreflexió és érzelmi átkeretezés folyamatát.

A természet motívumkincse – Czóbel költészetének visszatérő eleme – nem csupán illusztratív, hanem imaginációs teret teremt, amely lehetővé teszi a lelkiállapotok projektív kifejezését. Az erdők, szelek, felhők, esők képei gyakran olyan mentális tájakba vezetnek, amelyek a szorongás, elvagyódás vagy az időtlenség tapasztalatát hívják elő. Terápiás kontextusban ezek a képek mint belső metaforák funkcionálhatnak, elősegítve a verbalizáció és transzformáció pszichológiai folyamatait.

A költőnő a saját korában a hivatalos irodalmi közeg periferiájára szorult. A fővárosi irodalmi tér hiányában nem válhatott a kánon aktív szereplőjévé, ahogy azt Weöres Sándor is érzékletesen megfogalmazta: „sem a céhbe nem vétetnek fel teljes jogú tagként, sem tehetségük el- és felismerése nem történik meg korukban.”¹⁹⁴ Ez az életút párhuzamba állítható azokkal a kortárs élethelyzetekkel, amelyekben a marginalitás vagy a társadalmi kirekesztettség élménye domináns, és így Czóbel lírája terápiás térben értelmezve is azonosulási lehetőségeket kínál.

Különösen a női biblioterápiás csoportokban válhatnak produktívvá azok a szövegértelmezési gyakorlatok, amelyek Czóbel versein keresztül hívják elő a résztvevők személyes történeteit. A kollektív értelmezés során a lírai szöveg affektív többlete olyan közösségi tapasztaltot hozhat létre, amely nemcsak az önismeretet, hanem a csoportdinamikai kohéziót is támogatja.

¹⁹⁴ *Uo.*

A *Száz szál gyertyát!* kezdetű versének képi világa – a kietlen táj és az intim tér szimbolikus egymásba játsása – például nagyon jó mintát adhat imaginációs vagy narratív gyakorlatokhoz. A vers atmoszférájában megjelenő külső-belső tájkép megfeleltethetősége kiváló alapot kínál a belső világ verbalizálására, az érzelmi állapotok kifejezésére és a terápiás diskurzus elmélyítésére.

Összességként elmondható, hogy Czóbel Minka költészete – túl az esztétikai örökségen – a kortárs biblioterápiás gyakorlatok számára is releváns forrás. Műveinek olvasása nemcsak irodalomtörténeti igazságtétel, hanem az érzelmi önazonosság megerősítését és az önfogadás támogatását célzó pszichológiai folyamatok inspiráló része is lehet.

4.2. Tormay Cécile társadalmi és irodalmi szerepvállalása a modern női identitás kontextusában

Tormay Cécile (1876-1937) a 20. század eleji magyar irodalom egyik legmeghatározóbb női alakja, aki a konzervatív értékrenddel való látszólagos szoros azonosulása ellenére is sajátos módon tematizálta az önálló női életformát és az intellektuális autonómiát. Írói pályája és közéleti aktivitása egyaránt arról tanúskodik, hogy tradicionális női szerepek határain belül, de azokat időnként kis is tágítva próbálta érvényesíteni személyes és társadalmi önazonosságát. Polgári-értelmiségi családból származott, édesapja nemesi rangot szerzett, ami lehetővé tette számára, hogy magántanulóként tanulmányozza a világirodalmat az eredeti nyelveken: németül, franciául, angolul, olaszul és latinul. Külföldi tanulmányútjai (1900-1914) révén műveltsége interkulturális szempontból is jelentősen gazdagodott.¹⁹⁵

Legjelentősebb regényei – *A régi ház*,¹⁹⁶ *Emberek a kövek között*,¹⁹⁷ valamint az *Bujdosó könyv* című naplószerű mű¹⁹⁸ – mélyen áthatottak a nemzeti identitás, a keresztény értékrend és a történelmi sorsközösség kérdéseitől. Művészi kifejezőmódját átszövi a tradicionális értékrend iránti elkötelezettség, amely azonban nem zárta ki az egyéni identitáskeresés lírai és narratív formáit sem. Regényeinek női alakjai gyakran a kollektív emlékezet és az önmegvalósítás határtrében léteznek, így a hagyomány és modernség közötti feszültségek reprezentáns figuráivá válnak.

¹⁹⁵ ONAGY Zoltán, *Tormay Cecile*, Irodalmi Jelen, 2009. október 4., <https://www.irodalmijelen.hu/05242013-0953/tormay-cecile>

¹⁹⁶ TORMAY Cécile, *A régi ház*, Singer és Wolfner, Budapest, 1923.

¹⁹⁷ TORMAY Cécile, *Emberek a kövek között*, Franklin Társulat, Budapest, 1919.

¹⁹⁸ TORMAY Cécile, *Bujdosó könyv. Feljegyzések 1918-1919-ből*, Rózsavölgyi–Pallas, Budapest, 1920.

Tormay közéleti és irodalmi szerepvállalása különösen összetett: míg Czóbel Minka inkább az irodalmi közeg periferiáján alkotott, Tormay aktív és látható résztvevője volt a politikai és kulturális diskurzusnak.¹⁹⁹ Az Athenaeum Kiadó támogatásával megjelent művei révén gyorsan elismerésre tett szert, miközben a nőmozgalmi tevékenységekben is meghatározó szerepet játszott. 1919-ben alapította meg a Magyar Asszonyok Nemzeti Szövetségét (MANSZ), amely keresztény-nemzeti alapon próbálta megszervezni a női társadalmat.²⁰⁰ A mozgalom élén Tormay célja nem csupán a női értelmiségi pozíciók megerősítése volt, hanem a politikai közösség nemzeti újraalapozásának eszméje is.

A privát és a publikus élet közötti feszültség különösen élesen jelent meg Tormay önreprezentációjában. Bár nyilvánosan a keresztény és konzervatív erkölcsi értékeket képviselte, levelezései és naplórészletei olyan női kapcsolatokra utalnak, amelyek a hagyományos barátságkereteken túlmutatnak. Az, hogy soha nem ment férjhez, s hogy közeli kapcsolatot ápolt több női ismerőseivel – különösen Lónyay Sándorné szalonjának közegében – sok kortársa számára nyilvánvalóvá tette, hogy identitása nem illeszkedett maradéktalanul a kor domináns női szerepfelfogásába.²⁰¹

Az irodalmi karrierjét tudatosan politikai tőkévé formáló Tormay különösen a *Napkelet* folyóirat szerkesztőjeként vált meghatározó kulturális aktorrá a Horthy-korszak ideológiai térképén.²⁰² E pozíciójában egyszerre képviselte a keresztény-nemzeti kánon normatív értékeit és teremtett teret saját művészi diskurzusának. E kettősség azonban nem csupán retorikai, hanem mély identitáspolitikai problémaként is olvasható, hiszen műveiben megjelenik a női szerepek és a társadalmi elvárások közötti konfliktus is.²⁰³

Tormay regényeiben a női hősök gyakran az egyéni autonómia és a kollektív normák közötti szorításban léteznek. ez a tematika máig releváns, különösen a női önazonosság és a közösségi elvárások összehangolásának dilemmáiban. Művei így nem csupán történelmi forrásértékkel bírnak, hanem az identitáskutatás és a genderorientált irodalomterápia szempontjából is értelmezhetők. Tormay Cécile írói és közéleti pályafutása a korabeli női szerepek újratárgyalásának terepe, amelyben az esztétikum és az ideológiai elköteleződés

¹⁹⁹ ONAGY, 2009.

²⁰⁰ PAPP Barbara, *Nők a politikában, A Magyar Asszonyok Nemzeti Szövetsége, In: Tormay Cecile emlékkonferencia*, KOLLARITS Krisztina szerk., A Magyar Művészeti Akadémia konferenciafüzetei, Budapest, 2012., 4.

²⁰¹ ONAGY 2009.

²⁰² FÁBRI Anna, Hivatása: Író. A nők irodalmi szerepvállalásának indítékai és lehetőségei a múlt század eleji Magyarországon, In: Tormay Cecile emlékkonferencia, KOLLARITS Krisztina szerk., A Magyar Művészeti Akadémia konferenciafüzetei, Budapest, 2012., 76.

²⁰³ MEZEI Attila, *Tormay Cecile: Bujdosó könyv*, 2009.09.24., online kiadvány, <https://ekultura.hu/2009/09/24/tormay-cecile-bujdoso-konyv>, utolsó letöltés: 2025.01.22.

egyaránt helyet kap. Írói és közéleti pályafutása ugyanis kettős örökséget hagyott maga után: Tormay a Horthy-korszak egyik emblematisz konzervatív alakjává vált, a korszak nacionalista és keresztény-nemzeti ideológiájának egyik női reprezentánsaként. Aktívan támogatta az antiszemita retorikát is magába foglaló politikai irányvonalat, és vezetői szerepet vállalt a Magyar Asszonyok Nemzeti Szövetségének munkájában, amely a keresztény-nemzeti nőideál terjesztését tűzte zászlajára.

Ez a politikai elköteleződés hosszú időre marginalizálta irodalmi életművét, különösen a második világháború utáni időszakban. Az utóbbi években azonban a magyarországi politikai viszonyok alakulásának hatására, melyben a hatalom a kultúrára is aktív befolyást igyekszik gyakorolni, újraindult az életmű irodalomtudományi értelmezése. A recepció fókuszában ma már gyakran az a kérdés áll, hogyan válik Tormay prózája a női autonómia irodalmi megfogalmazásának eszközévé egy olyan korszakban, amikor a női szerepek szűk társadalmi keretek közé szorultak.

A kortárs kritika Tormay műveit vegyesen fogadta. Egyesek kiemelték irodalmi érzékenységét és képi gazdagságát, mások azonban politikai állásfoglalásai miatt vitatták munkásságát. Az *Emberek a kövek között* című regényét²⁰⁴ széles körben elismeréssel fogadták, különös tekintettel a karakterábrázolásra és a részletező leírásokra. Schöpflin Aladár is arra a következtetésre jutott összehasonlítva az író nő korábbi regényével, hogy:

[...] tiszta művészi szempontból ez a nagyobb érték, ha *A régi ház* alkalmasabb is a népszerűségre, a közérdeklődéshez közelebb álló tárgya miatt.²⁰⁵

Móricz Zsigmond szintén nagyra becsülte Tormay munkáját,²⁰⁶ Lesznai Anna pedig ezekkel a szavakkal méltatta regényét a Nyugatban:

Sokhúrú érzések művészi nyelven való kifejezése, élénk, képet alkotó, testet öltő fantázia, érdekes elgondolás, mindvégig lekötő mese.²⁰⁷

Viszont másik híres műve, a *Bujdosó könyv*, mely az Őszirozás Forradalom és a Tanácsköztársaság időszakában játszódik, már sokkal több negatív kritikát kapott. A könyvet elsősorban politikai töltete miatt bírálták, de voltak akik pont ezért dicsérték.²⁰⁸ A *Nyugat*

²⁰⁴TORMAY, 1919.

²⁰⁵SCHÖPFLIN Aladár, *A magyar irodalom története a XX. században*, Grill Károly, Budapest, 1937, 211.

²⁰⁶TASI József – PAPP Anna – H. BAGÓ Ilona – TÓTH Anna szerk., *Móricz Zsigmond a Nyugat szerkesztője: levelek*, Petőfi Irodalmi Múzeum, Budapest, 1984., 43, 325.

²⁰⁷LESZNAI Anna, *Emberek a kövek között: Tormay Cecile regénye*, Nyugat, 1911. 4. I., 598–599.

²⁰⁸KOVÁCS Péter, *A terror színe – Tormay Cecile Bujdosó könyvéről*, Mandiner, 2013. március 21., <https://mandiner.hu/velemeney/2013/03/kovacs-peter-a-terror-szine-tormay-cecile-bujdosó-könyverol>, utolsó letöltés: 2025.01.22.

folyóirat szerkesztői a mű megjelenése után fenntartásaikat fejezték ki az író művével kapcsolatban, míg más politikai beállítottságú lapok, például az *Uj Nemzedék* és a *Magyar Hírlap*, lelkesen üdvözltek azokat. A korabeli forrásokból egyértelműen kitűnik tehát, hogy az 1920-as években a konzervatív és nacionalista sajtó széles körben támogatta Tormay irodalmi tevékenységét, míg liberális körökben éles kritikák érték őt nézetei miatt.²⁰⁹

Az *Az ősi küldött* regénytrilógia első része a *Csallóközi hattyú*²¹⁰ szintén ellentmondásos fogadtatásban részesült a kritika kiemelte a történelmi hitelességre való törekvését, valamint a karakterek mély lélektani ábrázolását. Ugyanakkor felmerült az a vélemény is, hogy a regény néhol egy történelmi díszletek közé bújtatott idealizált világképet közvetít, amely eltávolodik a valóságtól. Mindemellett a karakterek fejlődése és a belső konfliktusok ábrázolása elismerést váltott ki a recenziókban, és nyelvi megoldásait is elismerés övezte, különösen, a természetábrázolás részletgazdagságát, amelyet a kritikusok az akkori magyar prózairodalom egyik legkiemelkedőbb teljesítményének tartottak.²¹¹

Nagyon igazak a természet-megérzések mindenütt: a fű hidege csípős hajnalon, a hullott lomb szaga őszi erdőn, s főképpen a víz nyugtalan varázsa: a víz ahogy «széttördelte a képet... csillámló darabjait össze-össze hányta a habok közt»; a víz hűvössége a folyampart levegőjében; a víz, ahogy a folyóban úszató lovas mellett «suhogó hideg selyempalástként fut kétfelől»... szinte hallani zúgását, érezni jegét.²¹²

Tormay Cécile művészete napjainkban is intenzív diskurzusok tárgya az irodalomtörténeti értelmezésekben. Műveit komplexitásuk és sajátos stilisztikai jegyeik teszik produktív tárgyává az irodalomterápiás gyakorlatnak. A politikai-társadalmi háttér, amelyet életműve hordoz, erősen megosztja a kortárs recepciót, mivel egyes értelmezések a korszak hiteles leképezőjét látják benne, mások viszont elfogult, kirekesztő narratívát tulajdonítanak neki. Ez a kettősség különösen releváns lehet egy olyan politikailag és kulturálisan polarizált társadalmi kontextusban, mint a mai.

E paradox identitás szerkezet mentén az olvasó rávilágíthat arra az antropológiai tapasztalati tételre, miszerint a konzervatív ideológiák hirdetői saját életvezetésükkel gyakorta épp azon nézeteket érvénytelenítik, amelyet nyilvánosan képviselnek. A Tormay-olvasatok e tapasztalati paradoxon körében kiemelt tétje lehet az értelmezői tudatosságnak, különösen biblioterápiás kontextusban, ahol a szöveg és olvasó dialógusa nemcsak esztétikai, hanem etikai dimenzióban is mozgó dinamikát jelent.

²⁰⁹ Uo.

²¹⁰ TORMAY Cecile, *A csallóközi hattyú*; Genius, Budapest, 1934.

²¹¹ ROSTI Magdolna, *Az ősi küldött. Tormay Cecile regénye. Genius-kiadás, Nyugat, 1934. 5. szám*

²¹² Uo.

Az életművét történeti szempontból vizsgálva Tormay Cécile a két világháború közötti magyar irodalmi élet egyik legmarkánsabb női szereplőjévé vált, aki a *Napkelet* folyóirat főszerkesztőjeként nemcsak szerzők generációinak adott publikációs lehetőséget, de szimbolikusan is pozícionálta magát a női irodalmi reprezentáció ügyében.²¹³ Ugyanakkor antiszemitizmusa, az olasz fasizmushoz fűződő szimpátiája és a keresztény-nemzeti diskurzushoz való ragaszkodása problematikussá teszik ezen örökség kritikamentes értékelését.

A 2012-es *Tormay-emlékkonferencia*²¹⁴ a Magyar Művészeti Akadémia szervezésében először tett kísérletet az életmű rendszerszerű értelmezésére. Az esemény hangsúlyozta a korszak társadalmi kontextusainak jobb megértését, valamint a női irodalmi hangok újraolvasásának jelentőségét. Mindez megalapozta annak lehetőségét is, hogy Tormay művei a biblioterápiás gyakorlatba is integrálhatók legyenek, ha alkalmazásuk körültekintően és kritikai tudatossággal történik.

A *Bujdosó könyv* mint naplószerű narratíva különösen alkalmassá válik az élettörténet-alapú pszichológiai munkára, főként olyan olvasók esetében, akik trauma identitásválság vagy társadalmi elidegenedés tapasztalatával érkeznek a szöveghez. A szöveg intimitása, a politikai-társadalmi elidegenedés tapasztalatával érkeznek a szöveghez. A szöveg intimitása, a politikai-társadalmi válság idején megfogalmazott belső vívódások affektív rezonanciát kelthetnek, amely hatékonyan segíti a pszichés integrációs folyamatokat.

Az *Emberek a kövek között* című regény nőalakjai jól modellezik az egyéni kibontakozás és a tradicionális nemi szerepek közötti feszültségeket. Ez a problematika különösen hasznos lehet olyan női olvasók számára, akik a nemi szerepekből fakadó elvárásokat élik meg belső konfliktusként. Az ilyen olvasatok segítik az önreflexiót és hozzájárulnak a női identitás megerősítéséhez.

A több művében visszatérő természetmotívumok (erdő, víz, hegyek, évszakok) mint szimbolikus jelentéstartalmak szintén hatékonyan beemelhetők a biblioterápiás gyakorlatba. E motívumok lehetőséget nyújtanak az érzelmi állapotok közvetett megjelenítésére és azok átkeretezésére.

Fontos azonban szem előtt tartani Tormay életművének ambivalenciáját: a konzervatív nyilvános diskurzus és a privát szféra rejtett dimenziói közötti feszültség a szövegek értelmezését is többrétegűvé teszi. Ez a 'kettős élet' mint motívum képes lehet elősegíteni az

²¹³ KOLLARITS Krisztina, *Tormay Cecile és a pályakezdő írók, A Napkelet megújulása az 1930-as években, In: Tormay Cecile emlékkonferencia*, KOLLARITS Krisztina szerk., A Magyar Művészeti Akadémia konferenciafüzetei, Budapest, 2012., 81.

²¹⁴ *Tormay Cecile emlékkonferencia*, KOLLARITS Krisztina szerk. A Magyar Művészeti Akadémia konferenciafüzetei, Budapest, 2012.

önazonosság, etikai értékrend és pszichológiai integritás fogalmainak tudatosítását. A szövegek alkalmazásánál mindenképp elengedhetetlen a szelektív, kritikai szűrő alkalmazása: a kirekesztő ideológiai megnyilatkozásokat tartalmazó passzusokat csakis reflexív, etikai keretbe ágyazva, megfelelő facilitálással szabad használni.

Összegzésként megállapítható, hogy Tormay Cécile művei az esztétikai érték, a pszichológiai érzékenység és a társadalmi tematikusság hármában olyan összetett szövegtörzset alkotnak, amely a biblioterápiás munka számára is releváns kiindulási alap lehet – amennyiben alkalmazását kritikai tudatosság, kontextuális érzékenység és szakmai kompetencia kíséri.

4.1. Lesznai Anna interdiszciplináris művészete és irodalomterápiás relevanciája

A 20. századi magyar irodalom egyik legösszetettebb alkotóegységisége Lesznai Anna (1885-1966), akinek életműve a költészet, az ipar- és képzőművészet, valamint a mesenarratíva területén egyaránt maradandó értéket képvisel. Művészeti pályája, amely 1966-os, New Yorkban bekövetkezett haláláig ívelt, és nem csupán esztétikai szempontból jelentős, hanem a női identitás kortárs újraértelmezése szempontjából is referenciapontként szolgálhat.

Alsókörtvélyesen, egy jómódú zsidó földbirtokos család gyermekeként született. Korai éveit a családi birtokon töltötte, ahol parasztasszonyoktól tanulta meg a hagyományos népi hímzés technikáit, amelyek később alapvetően határozták meg vizuális formavilágát. Művészeti tanulmányait Budapesten kezdte, majd Párizsban Lucien Simon festőművész mellett folytatta, ahol a nyugat-európai művészeti modernitással is megismerkedett.²¹⁵

Költőként Hatvany Lajos ajánlására a *Nyugat* hasábjain debütálhatott.²¹⁶ Az 1910-es évektől pedig a folyóirat szellemi körének aktív szereplőjévé vált, barátságot ápolt többek között Ady Endrével és Babits Mihállyal.²¹⁷ Első, *Hazajáró versek* című kötetének²¹⁸ megjelenése után Ady Endre így méltatta őt:

Lesznai Anna talán a legelső, akire nem túlzós hivatkozással, de elég büszkeséggel és sok örömmel elmondhatjuk: ez a mi szerelmes lányunk, kiben nekünk kedvünk telik. Mert ő már a mienk, kinek írás-vonásain, édes-fájdalmas panaszaiban, törvényes

²¹⁵ KIBELBECK Mara, *Morzsák Lesznai Annáról*, Cultura, 2021. október 1. online kiadvány, <https://cultura.hu/kultura/morzsak-lesznai-annarol>, utolsó letöltés: 2025.05.16.

²¹⁶ MEGYERI Jonatán, *135 éve született Lesznai Anna*, 2020.01.03., online kiadvány, <https://neokohn.hu/2020/01/03/135-eve-szulett-lesznai-anna/>, utolsó letöltés: 2025.05.16.

²¹⁷ *Uo.*

²¹⁸ LESZNAI Anna, *Hazajáró versek. Költemények*, Nyugat, Budapest, 1909.

tökéletlenségein, szép és megtorzult akkordjain döbbenő ujjongással fedezzük föl mássá fejlődött (fejlődött, kifejlődött) önmagunkat.²¹⁹

Lesznai pedig Ady iránti barátságának és tiszteletének jeleként több Ady-kötet első kiadásának borítóját is megtervezte. Ady mellett Kaffka Margit, Balázs Béla és Lukács György is a baráti köréhez tartozott. 1913. és 1918. között Jászi Oszkár felesége volt, aki aktív politikai szerepvállalással a progresszív eszméket képviselte. Válásuk után Lesznai Anna 1919-ben, a Tanácsköztársaság idején a Közoktatásügyi Népbiztosság munkatársaként vett részt az alap- és középfokú iskolai művészeti tantervek kidolgozásában. A forradalom bukását követően politikai retorzióktól tartva emigrációba kényszerült. Előbb Bécsben, majd az 1930-as évek végétől az Egyesült Államokban, Bostonban és New Yorkban élt. Életének utolsó szakaszában is aktívan publikált, tanított és alkotott.²²⁰

Lírai munkásságának csúcspontját olyan kötetei jelentik, mint a *Hazajáró versek*,²²¹ *Édenkert*,²²² *Eltévedt litániák*²²³ és *Virágos szerelem*.²²⁴ Ezen munkái egyedi módon ötvözik a lírai érzékenységet, a társadalmi reflexiókat és a kulturális identitás kérdéseit, ezért költészetterápiás szempontból kiváló vizsgálódási alapot jelentenek, de szimbolikájuk révén is nagyon alkalmasak lehetnek biblioterápiás alkalmazásra.

Ezen lírai munkással párhuzamban a képzőművészetekben is maradandót alkotott. Kézi munkái, illusztrációi mind a magyar szecesszió stílusában születtek. Híres hímzései, textilmintái a magyar népi motívumokat ötvözték a modern művészeti irányzatokkal, ez adta egyediségüket.



225

²¹⁹ ADY Endre, LESZNAI ANNA VERSEI. *Hazajáró versek*, Budapest, 1909. *A Nyugat folyóirat kiadása*, In: *Ady Endre összes prózai műve. 9. kötet. Cikkek, tanulmányok. 1909. január-december*, VEZÉR Erzsébet szerk., Akadémiai, Budapest, 1955., 212.

²²⁰ SZILÁGYI Judit – TÖRÖK Petra, *Emigrációtörténet. Lesznai Anna*, Petőfi Irodalmi Múzeum, online: <https://pim.hu/emigrans/emigraciotortenet/alkotok/lesznai-anna/eletrajz>, utolsó letöltés: 2025.05.16.

²²¹ LESZNAI Anna, 1909.

²²² LESZNAI Anna, *Édenkert. Verseik*, Kner Izidor, Gyoma, 1918.

²²³ LESZNAI Anna, *Eltévedt litániák*, Libelli, Bécs, 1922.

²²⁴ LESZNAI Anna, *Virágos szerelem. Magyar szerelmes versek gyűjteménye* Pantheon, Budapest, 1932.

²²⁵ Magyar Nemzeti Galéria, *Lesznai Anna drawing*, <https://en.mng.hu/artworks/62986/>

De költészete és képzőművészete mellett Lesznai a mesekönyveiről is ismert. Sőt, sokoldalú művészi munkásságában a mesét tartotta világszemlélete legfontosabb kifejezőeszközének. Népmesei ihletettséggű meséiben a magyar népművészeti motívumok nagy szerepet kaptak, műveit saját illusztrációival látta el. Kiemelkedő jelentőségű mesenarratívái – mint például a *Mese a kisfiúról és a bútorokról*²²⁶ – szintén pszichológiai és kulturális rétegeket mozgósítanak.



Illusztrált mesekönyvei a magyar népi ornamentika és a modernista vizualitás ötvöztetésével olyan sajátos művészi világot teremtenek, amely a meseterápia szempontjából is produktív keretet adhat. Ahogy Boldizsár Ildikó meseterápiás modellje is rávilágít, a mese strukturált történeti kerete lehetőséget kínál a traumák, identitásválságok, valamint fejlődési elakadások szimbolikus átbeszélésére és újrakeretezésére.

Hagyatékában mintegy másfél száz mese és ezekhez kapcsolódó illusztrációs anyag (rajzok, vázlatok, skiccek) maradt fenn. Míg kortársai körében vita tárgyát képezte, hogy inkább költőként vagy képzőművészként tekinthetünk-e rá jelentősként, az utókor leginkább meseíróként és illusztrátorként tartja számon. Az 1978-ban kiadott *A kis pillangó utazása Lesznán és a szomszédos Tündérorságban*,²²⁸ valamint az 1981-es *Lesznai-Képeskönyv* jelentős szerepet játszottak e recepció irány megerősödésében.²²⁹

Életműve irodalomterápiás szempontból több irányból értelmezhető. Művei lehetőséget kínálnak a női életutak, szocializációs konfliktusok és társadalmi beágyazottság vizsgálatára, valamint a személyes fejlődés narratíváinak megértésére.

Kortársa, Erdős Renée életművével párhuzamba állítva, Lesznai művészete a női emancipáció és a prózapoétika megújulásának kettős tengelyén helyezhető el, csak míg Erdős

²²⁶ LESZNAI Anna, *Mese a kisfiúról és a bútorokról*, Kner Izidor, Gyoma, 1918.

²²⁷ Uo.

²²⁸ LESZNAI Anna, *A kis pillangó utazása Lesznán és a szomszédos Tündérorságban*, Móra, Budapest, 1978.

²²⁹ FARKAS 2020.

tradicionális vallási keretből való kitörés dilemmáját tematizálja, addig Lesznai a női művészi önértelmezés útját járja be.

Mindkettejük alkotásai a női szocializáció és emancipáció lenyomatát hordozzák: Erdős a vidéki ortodox közegből való kiemelkedés útját tárja fel, és a többszölamú regényeivel fogalmazza meg a korabeli női szereplehetőségek kritikáját. Lesznai meghatározó témája pedig a női művész fejlődéstörténete: a *Kezdetben volt a kert* című, az irodalmi kánonban magának méltán kiemelt helyet kérő művében a családregegy narratíváját tagítja női történelmi regénnyé.²³⁰

Jéga-Szabó Krisztina szerint a két író alkotásai egy korszak társadalmi változásainak lenyomatai és a modernség korának női történelemértelmezését kínálják fel a mai olvasónak is.²³¹ A *Kezdetben volt a kert* című regénye²³² a családregegy műfaji kereteit lépi túl, és válik egyfajta női történelmi regénnyé, amely a női szubjektivitás megképződésének narratív horizontját is kiszélesíti. Jéga-Szabó értelmezése szerint Lesznai és Erdős alkotásai a modernitás korszakának társadalmi átalakulásait reprezentálják, és a női történelmi tapasztalatokat új kontextusba helyezve kínálnak interpretációs lehetőséget a jelenkori olvasó számára is.²³³

Összességében megállapítható, hogy Lesznai Anna művészete a magyar irodalom és művészet metszéspontján egyedülálló komplexitással jelenik meg. Interdiszciplináris életműve nemcsak esztétikai, hanem terápiás, identitásképző és közösségi szempontból is jelentős, így méltán válhat a biblioterápiás gyakorlatok ihletett forrásává.

4.4. Erdős Renée irodalmi szerepvállalása és irodalomterápiás jelentősége

Erdős Renée született Ehrental Regina (1878-1955) a 20. század eleji magyar irodalom egyik legellentmondásosabb és legnagyobb hatású női szerzője, aki íróként, költőként és közéleti szereplőként is maradandó nyomot hagyott a kulturális emlékezetben. A Komárom megyei Érseklélen, egy Galíciából bevándorolt zsidó család hetedik gyermekeként született és már életpályája korai szakaszától kezdve olyan egzisztenciális és társadalmi feszültségek keresztszertében formálódott, amelyek egész oeuvre-jét meghatározták.²³⁴

²³⁰ JÉGA-SZABÓ Krisztina, *Két párhuzamos történet. Erdős Renée és Lesznai Anna regényei*, Womanpress–Phoenix Library, Pozsony, 2025., 5.

²³¹ Uo.

²³² LESZNAI Anna, *Kezdetben volt a kert*, Szépirodalmi, Budapest, 1966.

²³³ JÉGA-SZABÓ, 2025.

²³⁴ CSÁGOLY PÉTERFIA Béla, *Erdős Renée író, költő*, 2009., online: <http://www.szozat.org/index.php/ertekeink/tartalommutato/21477-erdos-renec-iro-kolto>

A magyar irodalomtörténeti kánon gyakran a „legerotikusabb magyar író”²³⁵ címkéjével illeti, ám ez a leegyszerűsítő minősítés inkább árulkodik a kortársak prudériájáról és a női szubjektivitás kifejezésével szembeni ellenállásról, mintsem Erdős mélyen reflexív és pszichológiailag árnyalt poétikai világáról. Műveiben központi szerepet kaptak a női identitás kérdései, az erotika mint önkifejezés eszköze, valamint a társadalmi elvárásokkal való permanens konfrontáció.

Gyermekkorát Győrben töltötte, ahol pedagógiai tanulmányokat folytatott, majd Budapestre költözve színészi ambíciókat táplált, miközben a Síp utcai zsidó hitközségi iskolában tanított. Írói tehetségére korán felfigyelt az irodalmi élet: első publikációi a *Magyar Génusz* és *A Hét* című lapokban jelentek meg, ahol a női lélek mélyrétegeit feltáró verseivel tűnt ki.²³⁶ Eötvös Károly pártfogásának köszönhetően 1899-ben megjelenhetett első verseskötete, *Leányálmok* címmel,²³⁷ amely merész tematikája miatt hamar a figyelem középpontjába került.

A Bródy Sándorral folytatott, szenvedélyes és destruktív viszony nemcsak a magánéletét formálta, hanem az irodalmi és közéleti reputációját is erősen befolyásolta. A kapcsolat tragikus lezárása – Bródy öngyilkossági kísérlete – irodalmi mitologizáció tárgyává vált.²³⁸ Erdős ennek ellenére nem fordult el a nyilvánosságtól, hanem éppen ezekből az élményekből építette fel lírai és prózai világát, amelyben a szerelem, a szenvedély és az autonómia tematikus egységgé sűrűsödtek.

Erdős Renée írásait az erős érzelmi töltet és a női érzékenység bemutatása jellemzi. Verseiben a konvenciókkal dacolva nyíltan képviselte a nők jogát a testi örömeire. Noha versei szexuális vonatkozásban száz évvel később átlagosnak nevezhetők, saját korában azonban megdöbbenést váltott ki szerelmi életének ilyen merészségű feltárásával. Korai versei szimbolista hatásokat mutattak, de prózaíróként vált igazán ismertté. Regényeiben is elsősorban a női sorsot és az erotikát helyezte középpontba.²³⁹

Az első világháború előtti években Olaszországba kötözött ahol katolikus hitre tért – ez az identitásváltás nemcsak személyes, hanem poétikai értelemben is traszformáló erővel bírt. Várkonyi Nándor értelmezése szerint:

²³⁵ *Uo.*

²³⁶ KENYERES, 1967., 212.

²³⁷ KENYERES, 1967., 212.

²³⁸ BUDA Villő, *Egy tiltólistás regény – 100 éve jelent meg Erdős Renée botránykönyve, A nagy sikoly*, Kortárs online: 2023.04.09., <https://kortarsonline.hu/aktual/erdos-renee.html>

²³⁹ BUDA 2023.

Amilyen vonagló szenvedélyek között írta régebben szerelmi strófáit, éppen olyan áhítatosan merült el, áttérése után, a katolicizmus eszmekörébe.²⁴⁰

Vallásos írásai az eksztatikus miszticizmus és a spirituális öntranszcendencia kifejezési lehetőségeit tárták fel. Prózaíróként Erdős különösen termékeny és karakteres szerzőnek bizonyult. Legjelentősebb regényei – *Santerra bíboros*,²⁴¹ *A nagy sikoly*,²⁴² *Brüsszeli csipke*²⁴³ és *Lavinia Tarsin házassága*²⁴⁴ – a női szubjektumot nem passzív elszenvedőként, hanem autonóm döntéshozóként jelenítik meg. E regények középpontjában a női vágy, a társadalmi konvenciókkal való összeütközés és a belső függetlenség keresése áll. Írásai gyakran ironikus és önreflexív módon kérdőjelezzik meg a tradicionális női szerepmintákat, ezáltal a feminista irodalomkritika számára is releváns értelmezési keretet biztosítanak.

1938-tól a zsidótörvények életbe lépésével Erdős Renée üldöztetés célpontjává vált származása miatt, noha már vallása szerint katolikus volt. Identitásának paradox volta műveiben is visszaköszön. Az a feszültség, amely egyfelől a társadalmi hovatartozás, másfelől a spirituális otthonkeresés között feszül, nem csupán irodalomtörténeti, hanem irodalomterápiás olvasatban is figyelemre méltó.

A kritika és a közönség egyaránt megosztott volt Erdős művészetének megítélésében. Egy korabeli kritikus így fogalmazott: “Ilyen hangon, ilyen heves testi vágyakat hangoztatva nő még nem szólalt meg a magyar irodalomban.”²⁴⁵ Ez a fajta tabudöntés nem pusztán provokáció, hanem a női szubjektum saját narratívateremtő jogának követelése is volt, amely ma is inspiráló például szolgálhat az olvasó számára. Napjainkban újraértékelik irodalmi és kulturális hatását, különösen a feminista irodalomkritika kontextusában.²⁴⁶

Irodalomterápiás szempontból Erdős Renée művei kivételesen értékes szövegkorpuszt alkotnak. Írásai a női sors, az identitásváltás, az erotika és spiritualitás dinamikus viszonyait tematizáltják – ezek pedig olyan kérdések, amelyek egy pszichés munka során gyakran felszínre kerülnek. A női karakterek vívódásai – vágy, kötelesség, társadalmi elvárások és önazonosság között – lehetőséget adnak az olvasónak saját dilemmái felismerésére, feldolgozására és újrakeretezésére.

Különösen azok számára relevánsak Erdős regényei, akik társadalmi vagy személyes szerepváltozásokkal küzdenek, identitáskeresési fázisban vannak, vagy a vallásos és kulturális

²⁴⁰ CSÁGOLY 2009.

²⁴¹ ERDŐS Renée, *Santerra bíboros*, Dick Manó, Budapest, 1922.

²⁴² ERDŐS Renée, *A nagy sikoly*, Garabonciás, Budapest, 1923.

²⁴³ ERDŐS Renée, *Brüsszeli csipke*, Révai, Budapest, 1930.

²⁴⁴ ERDŐS Renée, *Lavinia Tarsin házassága*, Révai, Budapest, 1927.

²⁴⁵ CSÁGOLY 2009.

²⁴⁶ BUDA 2023.

gyökereik újraértelmezésére tesznek kísérletet. Vallásos tárgyú művei – melyekben a lelki megtisztulás az önreflexió és a transzcendenssel való kapcsolat keresése dominál – szintén hasznosak lehetnek a terápiás térben, különösen, ha a spirituális aspektusok integrálása a cél.

Erdős Renée életműve tehát nem csupán esztétikai szempontból jelentős, hanem terápiás szöveggént is kiválóan funkcionál. Írásai az érzelmi komplexitás, a női autonómia és az identitásképzés különböző formáit mutatják be – ezzel gazdagítva azokat az irodalmi erőtereket amelyekben a biblioterápia mint alkalmazott művészet működik.

4.5. Török Sophie: Női identitás, trauma és introspekció a modern magyar irodalomban

Török Sophie, született Tanner Ilona (1895-1955), egy sajátos hangot képviselő alkotója volt a 20. század eleji magyar irodalomnak. Nemcsak mint Babits Mihály felesége, hanem mint önálló művészi hanggal rendelkező szerző is kiérdemelte a figyelmet.²⁴⁷ Munkásságának kulcstémái közé tartozik a női identitás újrafogalmazása, a társadalmi konvenciókkal szembeni szubjektív ellenállás, valamint a trauma feldolgozásának irodalmi lehetősége.²⁴⁸

Egy római katolikus családba született Budapesten, édesapja Tanner Béla kereskedelmi könyvelő volt. Ifjúsága a középosztálybeli női sors tipikus elemeit hordozta: iskoláit Budapesten végezte, majd a Külügyminisztériumban tisztviselőként dolgozott. Fiatalon Szabó Lőrinc menyasszonya lett, ám végül házasságot 1921-ben mégis Szabó barátjával, Babits Mihállyal, a *Nyugat* egyik vezéregyéniségével kötött. A házasságból nem született gyermek, ám 1928-ban örökbe fogadták Török testvérének törvénytelen lányát, akit saját gyermekükként neveltek fel.²⁴⁹

Török Sophie sorsában a modern női élettapasztalat olyan toposzai jelentek meg, mint a testi-lelki bántalmazás, abortusz, női szexualitás tabui, homoszexualitás, meddőség okozta depresszió, érdekszerelm és a társadalmi elutasítás állapota. Ezeket a traumatikus élményeket tudatosan emelte be műveibe, amelyeket nem pusztán életrajzi dokumentumként, hanem az introspektív alkotás tereiként is olvashatunk.

²⁴⁷ ONAGY Zoltán, *Tanner Ilonka*, Irodalmi Jelen, 2009. december 10., online: <https://irodalmijelen.hu/2009-dec-10-0641/tanner-ilonka>

²⁴⁸ NANÓ Csaba, *Ha nem lett volna Babits Mihály felesége. 125 éve született és 65 éve hunyt el Tanner Ilona*, Erdélyi Napló, 2020. december 19., online: <https://erdelyinaplo.ro/elo-emlekezet/ha-nem-lett-volna-babits-mihaly-felesege-n-125-eve-szuletett-es-65-eve-hunyt-el-tanner-ilona>

²⁴⁹ KENYERES, 1967.

Irodalmi pályáját *A Hét* és az *Új Idők* laphasábjain kezdte, majd a *Nyugat* táborához csatlakozott. Verseskötetei: *Asszony a karosszékekben*,²⁵⁰ *Örömrre születél*,²⁵¹ *Érttem és helyetted*,²⁵² valamint *Sírató*²⁵³ olyan lírai poétikát hordoznak, amelyben a töredezett női éntapasztalat a fő szervezőelv. Stílusát formai precizitás, ugyanakkor tartalmi fájdalom jellemzi, mely gyakran az identitáskeresés, a magány és az elutasítás élménykörét tematizálja.²⁵⁴

Szabadverseiben élesen megjelenik az önazonosság krízise. Az én megbomlása, az önfeladás és az önmegvetés motívumai nem pusztán pszichológiai, hanem poétikai szinten is kulcsszerepet játszanak. Az énhatárok elmosódása és az introspektív önelemzés ezen aspektusai irodalomterápiás helyzetben is nagy relevanciával bírnak.

Az *Asszony a karosszékekben* kötet verseiben például gyakran tűnik fel a mozdulatlanság, a testi-lelki bénultság motívuma, amelyek jól rezonál a mai olvasók szorongásalapú tapasztalataival. A kötet címadó verse archetipikus jelentőséget ölt, ha életrajzi kontextusban olvassuk. A megszólaló alany mozdulatlan, belső kimerültséget sugárzó állapotban éli meg női szerepének krízisét:

[...]oh Isten! Istenem!
mit vétettem én? hogy minden
nyüzsgő életek között e néma
bölc s mennybolt alatt a borzas
kotlót irígylem! Betelt
élete kéjes nyugalma: amint
meleg szárnyai alá
rejtí tengernyi csibéjét.²⁵⁵

A gyermektelenség traumája, a termékenység elvesztésének élménye egyetemes egzisztenciális szorongások szimbolikus megfogalmazása.

Az *Örömrre születél* című kötet versei pedig azt az ambivalenciát tematizálják amely az életigenlés és az életundor, a remény és a kilátástalanság közötti lélekmozgások fészében jön létre.²⁵⁶ Az olvasó a szöveg által felkínált projekciós felület segítségével szembesülhet saját érzelmi ambivalenciáival.

²⁵⁰ TÖRÖK Sophie, *Asszony a karosszékekben*, Nyugat, Budapest, 1929.

²⁵¹ TÖRÖK Sophie, *Örömrre születél*, Nyugat, Budapest, 1934.

²⁵² TÖRÖK Sophie, *Érttem és helyetted*, Cserépfalvi, Budapest, 1940.

²⁵³ TÖRÖK Sophie, *Sírató*, Baumgarten Ferencz Irodalmi Alapítvány, Budapest, 1948.

²⁵⁴ KENYERES, 1967.

²⁵⁵ TÖRÖK 1929, 34.

²⁵⁶ KINCSES 2025.

Török Sophie irodalmi recepciója hosszú ideig Babits Mihály árnyékában történt.²⁵⁷ Művészeti önállóságát csupán az utókor kezdte el érdemei szerint értékelni. Az általa megfogalmazott női létélmény nemcsak korabeli, hanem kortás olvasásban is aktuális. A traumát nem mint lezárt élettörténeti mozzanatot, hanem mint nyitott, folyamatosan átértékelendő élményt konstruálta meg.

Halála után aláásták emlékét a testileg-lelkileg összeomlott állapotában vagyonáról és a Babits-hagyatékáról való rendelkezései miatti viták. Fogadott lányát kitagadta, de nem egyértelmű, hogy mennyire volt tudatánál e döntésekor. Ez a mozzanat is a sorsszerű tragikumot erősíti a róla alkotott irodalomtörténeti narratívában.

Irodalomterápiás szempontból Török Sophie életműve különösen gazdag forrást jelent. Az általa felvetett témák – identitás, önreflexió, elutasítottság, vágy veszteség, női szerepek – egyfajta önismereti műhelyként is olvashatók. Szövegei lehetőséget nyújtanak a narratív én átstrukturálására, valamint a szimbolikus útelbeszélés által történő feldolgozásra. ezáltal művei nem csupán esztétikai értékűek, hanem alkalmazott irodalmi-társadalmi erőterben is működő, transzformatív szövegek.

4.6. Kaffka Margit irodalmi jelentősége és kánoni pozíciója

Kaffka Margit (1880-1918) az egyetlen olyan női szerző a 20. század eleji magyar irodalomban, aki nem csupán jelen volt a modern irodalmi diskurzusban, hanem tevőlegesen részt vett annak alakításában, s végül az első nők között került be a magyar irodalomtörténet kánonjába. Ez a tény nem pusztán az életmű esztétikai értékét, hanem a kortársak által tanúsított szakmai elismerést és a társadalmi és kulturális kontextusban betöltött szerepét is igazolja. A *Színek és évek* (1912) című regénye e pozíciójának csúcspontja, amely nemcsak irodalmi értéke, hanem társadalomkritikai élessége által is paradigmátikus jelentőségű alkotássá vált.²⁵⁸

Kaffka 1880. június 10-én született Nagykárolyban. Apai ősei Csehországból származtak és a családi tradíció szerint puritán erkölcsű, kézműves-iparos emberek voltak. Anyja, Uray Margit ágán viszont nemesi származású volt, családjának genealógiája az Árpád-korig volt visszavezethető.²⁵⁹ Az apai ág racionalitása és az anyai ág idealizáló nemesi értékrendje kettős jelleget kölcsönzött Kaffka identitásának. Apja, Kaffka Gyula főügyész volt,

²⁵⁷ Uo.

²⁵⁸ ZSÁK Judit, *A női szubjektumról alkotott 20. század eleji kép „tudományos” alapjai és hatása a Nyugat-korszak nőfelfogására*, In: *Nő, tükrök, írás. Értelmezések a 20. század első felének női irodalmából*, VARGA Virág–ZSÁVOLYA Zoltán szerk., Ráció, Budapest, 2009., 31.

²⁵⁹ KENYERES, 1967.

akinek korai halála családi tragédiát és egzisztenciális törést jelentett. A gyászt követően a család szétszakadt: testvérét Miskolcra vitték a nagyszülők, a édesanyja Pestre került, Margit pedig a Szatmári Irgalmasnővérek zárdájában lett bentlakó növendék.²⁶⁰

A zárdai neveltetés ambivalens tapasztalatai határozott nyomot hagytak későbbi művein. Az 1894-ben elnyert ösztöndíjnak köszönhetően gimnáziumi éveit után is maradt a Szatmári Irgalmasnővéreknél és a tanítónőképzőjükben folytatta tanulmányait, ezért a lehetőségért cserébe pedig egyévi tanítást vállalt a miskolci zárdában. A kisvárosi létközeg azonban fojtogató volt számára, a főváros szellemi pezsgése vonzotta, így az egy év letelte után Budapestre költözött, és itt az Erzsébet Leányiskolában szerezte csak meg végül 1902-ben polgári iskolai tanári oklevelét.²⁶¹

Első publikációi álnéven jelentek meg helyi lapokban, de hamarosan saját nevén is publikált, például a Magyar Génuszban. Visszatérve Miskolcra, a polgári leányiskolában irodalmat és gazdaságtant tanított, miközben egyre aktívabban foglalkozott az irodalommal, egy helyi irodalmi szalont is létrehozott maga körül.

1903-ban jelent meg első verseskötete, ezzel került a *Nyugat* körébe. 1904-ben Fröhlich Brúnó erdészmérnökhöz ment feleségül, majd 1906-ban megszületett fiuk, Laci.²⁶² Ugyanebben az évben adta közre első novellakötetét *Gondolkodók és egyéb elbeszélések* címen,²⁶³ ami már a komolyabb kritikai figyelem jeleit is megmutatta.

1907-ben Kaffka az Újpesti leányiskolában kezdett tanítani. Tankönyvek szerkesztésében is részt vett ebben az időben, miközben egyre több fővárosi lapban jelentek meg versei, novellái. 1908-tól rendszeres munkatársa lett a *Nyugat* folyóiratnak.²⁶⁴ 1910-ben elvált férjétől és fiával Budára költözött.

Mindezek után 1911-ben kezdte meg a *Színek és évek* című regényének²⁶⁵ megírását, amely a következő évben jelent meg először kötetben. A mű a női sorsok irodalmi reprezentációjának új dimenzióját nyitotta meg: Magda figuráján keresztül a modern nő egzisztenciális konfliktusait, társadalmi kirekesztettségét és identitásformáló küzdelmeit

²⁶⁰ SAL Endre, *Ilyen buta járványban el ne patkoljon egyikünk: Kaffka Margit*, Újságmúzeum, 2024. november 30., online: <https://www.ujsgmuzeum.hu/kaffka-margit/>, utolsó letöltés: 2025.05.17.

²⁶¹ KENYERES 1967., 854.

²⁶² *Uo.*

²⁶³ KAFFKA Margit, *Gondolkodók és egyéb elbeszélések*, Athenaeum, Budapest, 1906.

²⁶⁴ SAL 2024

²⁶⁵ KAFFKA Margit, *Színek és évek*, Franklin-Társulat, Budapest, 1912.

ábrázolta. A regény nemcsak tematikus gazdagsága, hanem narratív technikája miatt is a magyar társadalmi regény egyik mérföldkövévé vált.²⁶⁶

1913-ban megjelent aztán a *Mária évei* című regénye,²⁶⁷ amely szintén női tapasztalatokat állított az irodalmi reprezentáció középpontjába. Ebben az időben ismerkedett meg Bauer Ervin orvos-biológussal, akivel 1914-ben összeházasodtak. Nem sokáig örülhettek azonban a boldog házasságuknak, Bauer ugyanis az első világháború kirobbanásakor katonai szolgálatot kapott, be kellett vonulnia. Kaffka pedig 1915-ben nyugalmaztatta magát, hogy követhesse férjét Temesvárra, ahol az katonaorvosként teljesített szolgálatot. Fiát internátusba küldte, ő maga pedig az irodalomnak szentelte magát.²⁶⁸

1918-ban megjelent összegző verseskötete, *Az élet útján* címmel,²⁶⁹ és nagy örömmel fogadta ugyanebben az évben a háború befejezését is, de rettegett az ekkortájt pusztító spanyolnátha járványtól. Félelme nem volt alaptalan, mert minden óvintézkedése ellenére az internátusból hazatérő gyermeke beteg lett, és megfertőzte őt is, minek következtében ugyanezen évben mindketten elhunytak. A Farkasréti temetőben Babits Mihály és Móricz Zsigmond mondott gyászbeszédet felettük.²⁷⁰

4.6.1. Kaffka Margit feminista irodalmi pozíciója a 20. század eleji magyar irodalomban

Kaffka Margit neve szervesen összefonódott a magyarországi feminizmus kulturális történetével, noha maga az író nő nem tekintette elsődleges céljának a feminista mozgalmakhoz való tartozást. Mégis, életműve, nyilvános szerepvállalása és irodalmi tematizációi által meghatározó módon járult hozzá a nők társadalmi és kulturális egyenjogúságának közéleti diskurzusához.

Az általa inspirált Kaffka Margit-díj,²⁷¹ amelyet a Szegedi Tudományegyetem Társadalmi Nemek Tudománya Kutatócsoport évente olyan tudományos és oktatási szereplőknek ítél oda, akik érdemben hozzájárulnak a feminizmus értelmezéséhez és továbbgondolásához, maga is ennek a szimbolikus hagyatéknak a bizonyítéka.

²⁶⁶ KOSZTRABSZKY Réka, „Csak azokat a napokat vesztettük el igazán, amelyekre nem emlékszünk” – 110 éve jelent meg Kaffka Margit *Színek és évek* című regénye, 2022.11.30., Kortárs online:

<https://kortarsonline.hu/aktual/szinek-es-evек.html>

²⁶⁷ KAFFKA Margit, *Mária évei*, Nyugat, Budapest, 1913.

²⁶⁸ KENYERES 1967.

²⁶⁹ KAFFKA Margit, *Az élet útján*, Nyugat, Budapest, 1918.

²⁷⁰ SAL 2024.

²⁷¹ Kaffka Margit-díj, Szegedi Tudományegyetem, Gender Studies Research Group, <https://gender.icas-szeged.hu/kaffka-dij/>

Kafka irodalmi munkásságában központi helyet foglaltak el a női tapasztalat létfilozófiai és társadalmi dimenziói. Regényeiben és novelláiban következetesen olyan szereplőket konstruált, akik az elvárt nemi szerepmintákkal ütközve keresik a saját egzisztenciájuk legitimitását. Művei hangsúllyal jelenítik meg a test és lélek dualitását, a társadalmi konvenciók és az egyéni szabadság ütközéseit, valamint a női kreativitás és intellektus kulturális alárendelésének kritikáját.

A *Színek és évek* című regényében a női életutak társadalmi meghatározottságát, valamint az autonómia képzeletének korabeli lehetetlenségét ábrázolja olyan esztétikai értelemben is progresszív formanyelven, amely megkülönböztette kortásaitól. Nem véletlen hogy Ady Endre úgy nyilatkozott róla, hogy "olyan jól ír, hogy szinte már nem is számít nőnek".²⁷² Ez a kijelentés, miközben elismerésnek szánt, le is leplezi a korszak nőkkel szembeni intellektuális előítéleteit is, melyekből Kafka Margit művészete mégis kiemelkedni tudott.

A *Nyugat* első nemzedékének egyetlen teljes jogú női tagjaként Kafka az első olyan író volt, akinek irodalmi értékét igazán elismerték. Baráti és intellektuális kapcsolatokat ápolt olyan meghatározó személyiségekkel, mint Kosztolányi Dezső, Babits Mihály, Szabó Dezső, Balázs Béla és Móricz Zsigmond. De míg kortásai közül Czöbel Minka, Lesznai Anna, Tormay Cecilé, Török Sophie és Erdős Renée szintén fontos szerepet töltöttek be a női irodalom történetében, addig csak Kafkának sikerült intézményesülnie is a magyar irodalmi kánonban.²⁷³

Schöpflin Aladár szerint Kafka Margit volt az első magyar író, akiben nyoma sem volt az elődeit jellemző dilettantizmusnak:²⁷⁴

És még a 19. század költőnői, a Szendrey Júliák, Vachott Sándornék, Wolh Jankák és Stefániák is csak a szentimentális csicsérgésig, vagy szalónias kellemkedésig jutottak el. Soha maguk nem gondolták rá, sem olvasóiknak nem árulták el, hogy van külön saját mondanivalójuk a férfiak számára, akik a mai világot létrehozták, sem a nők számára, akik ezt a világot szenvedik. Kafka Margit nem tett mást, minthogy, megmutatta ezt a világot a nők szemszögéből nézve.²⁷⁵

Ez a perspektívaváltás nemcsak irodalmi, hanem társadalmi jelentőségű is volt, hiszen a nemi szerepek kritikája egy értelmiségi nő tollából addig precedens nélkülinek számított a magyar irodalomban.

²⁷² ADY Endre, *Kafka Margit versei*, Nyugat, 1918/9.

²⁷³ SAL 2024.

²⁷⁴ SCHÖPFLIN Aladár, *Kafka Margit most tíz éve halt meg*, Nyugat, 1928/23.

²⁷⁵ Uo.

Kaffka Margit írásai lehetővé tették, hogy a magyar társadalom egyre érthetőbben és empátikusabban viszonyuljon a női szerepek átalakulásához. A általa ábrázolt karakterek komplexitása, a női létezés társadalmi és pszichológiai aspektusainak feltárása mai inspiráló olvasmányt nyújt. Művészete így nemcsak irodalomtörténeti, hanem társadalomtudományi és irodalomterápiás kontextusban is kiemelkedő jelentőséggel bír.

Az író női irodalmi munkásságának egyik legkövetkezetesebb és legmélyebb vezérmotívuma a nők társadalmi egyenjogúságának eszméje volt. Művészi és közéleti szerepvállalása során egyaránt arra törekedett, hogy a nők számára ugyanazok a jogok és lehetőségek váljanak elérhetővé, mint amelyek a férfiak számára már régóta adottak voltak, legyen szó az irodalmi élet intézményes struktúráiról vagy a társadalmi nyilvánosság tágabb tereiről.

Noha kortársai elismerték Kaffka jelentőségét és művészi kvalitásait, halálát követően mégis hosszabb időre perifériára szorult emlékezet. Schöpflin Aladár 1928-ban már azt állapította meg, hogy a magyar olvasóközönség "ma sincs tiszta tudatában annak, hogy mit nyert életével és mit vesztett halálával"²⁷⁶ – e reflexió nemcsak a kollektív kulturális emlékezet szelektív természetére világít rá, hanem arra a kanonizációs folyamatra is, amely a női szerzők recepcióját sokszor marginalizálja.

Kaffka műveinek újrafelfedezése a 20. század második felében részben Radnóti Miklós 1934-es tanulmányának²⁷⁷ köszönhető, amely mélyrehatóan tárta fel munkásságának esztétikai és társadalmi dimenzióit. Az 1980-as évek végén Földes Anna és Fülöp László önálló monográfiái, valamint Bodnár György és más kutatók publikációi tovább erősítették Kaffka Margit életművének irodalomtörténeti súlyát.²⁷⁸ A kortárs kutatásban Zsák Judit és Vashegyi MacDonald Ágnes kiemelten vizsgálta az író női viszonyát a nőmozgalmakhoz. Ez utóbbi kutató úgy véli, hogy a *Színek és évek* című regény egy modern magyar feminista perspektívából reflektál a nők helyzetére: főhősnője küzd a női egyenjogúságért, miközben egyáltalán nem deklarálja magát valamely konkrét feminista irányzat követőjeként.²⁷⁹

Kortársai közül Ady Endre fogalmazott meg egy egyértelmű és programadó jelentőségű kijelentést Kaffka Margittal kapcsolatban, amikor így írt róla:

²⁷⁶ Uo.

²⁷⁷ RADNÓTI Miklós, *Kaffka Margit művészi fejlődése*, Doktori értekezés, Magyar Irodalomtörténeti Intézet, Szeged, 1934.

²⁷⁸ ZSADÁNYI 2007., 807-826.

²⁷⁹ BODNÁR György, *Kaffka Margit*, Balassi, Budapest, 2001., 59.

Ünnepeljük Kaffka Margitot, hiszen ő a feminizmus megérkezésének Magyarországon átélt diadala, egy olyan nő író, aki nem szorul hazug udvarlásokra.²⁸⁰

Ez az értelmezés nemcsak Kaffka társadalmi szerepvállalását, hanem írói ethoszát is meghatározza. Írásművészete nem csupán feminista tartalmával emelkedik ki a századelő magyar irodalmi mezőnyéből, hanem azzal a mély pszichológiai realizmussal is, amely különösen novelláiban és kisebb prózai műveiben érthető tetten. A női identitás alakulása, az önreflexió folyamatai, a társadalmi elvárásokkal való konfrontáció, az anyaság és a párkapcsolatok dilemmái mind olyan tematikus csomópontok, amelyek mentén Kaffka empátiás és árnyalt karakterábrázolásai kivételes művészi színvonalat képviselnek. Művei, mint például a *Levelek a zárdából*²⁸¹ vagy a *Hangyaboly*,²⁸² a női sorsok társadalmi és belső konfliktusait olyan hitelességgel és érzelmi intelligenciával tárják fel amely különösen alkalmassá teszi őket irodalomterápiás célú alkalmazásra.

A modern biblioterápiás gyakorlatban egyre nagyobb hangsúlyt kapnak azok a szövegek, amelyek pszichológiailag komplex, társadalmilag rétegzett és narratív értelemben gazdag világokat képesek létrehozni. E szempontok mentén Kaffka Margit művei különösen értékesek, hiszen nemcsak a női tapasztalat artikulálásának irodalmi lehetőségeit bontják ki, hanem projekciós felületet is biztosítanak az olvasó számára az önismereti és terápiás reflexióhoz.

A *Hangyaboly* például zárt közösségekben fellépő konfliktusok dinamikáját, míg a *Levelek a zárdából* az elfojtott érzelmek felszínre hozatalának és a levélírás terápiás hatásának lehetőségeit tárja fel. Mindkét mű érzékenyen és pontosan mutatja be az elnyomás, a beletörődés és a lázadás közti lélektani átmeneteket amelyek a mai olvasók számára is relevánsak lehetnek.

Az író nő regényei a századforduló női létállapotának reprezentációját nyújtják. Alakjai – noha egyediek – kollektív tapasztalatokat hordoznak: a női életutak gyakorlati akadályait, az önmegvalósítás lehetőségeit és korlátait. az általa megteremtett „új nő”²⁸³ típusa az emancipáció narratívájának irodalmi megtestesítője, aki a patriarchális normák közepette is képes identitást és autonómiát konstruálni. Kaffka hősnői – akik között több olyan alak is

²⁸⁰ ADY 1918.

²⁸¹ KAFFKA Margit, *Levelek a zárdából*, Lampel, Budapest, 1904.

²⁸² KAFFKA Margit, *Hangyaboly*, Nyugat, Budapest, 1917.

²⁸³ MÉSZÁROS Zsolt, *Az „új nő” és az „új novella” Kafka Margit korai kisprózájában (1903-1908)*, *Literatura*, 2014/3., 225.

szerepel, aki képes elérni az önazonosságot és egy újfajta női szerepmoddell megtestesítését – máig érvényes példákat kínálnak a társadalmi szerepek újratárgyalására.²⁸⁴

Irodalomterápiás szempontból különösen fontos Kaffka Margit prózájának az a vonása, hogy a női lélek konfliktusait hitelesen, árnyaltan és érzelmileg átélhetően jeleníti meg. Írásaiban visszatérő témák az anya-lánya kapcsolatok, a párkapcsolati krízisek, az anyagi kiszolgáltatottság, az egzisztenciális bizonytalanság, és a szociális támasz hiánya. A terápiás olvasás során ezek a motívumok lehetőséget nyújtanak a személyes élettapasztalatok újraértelmezésére és verbalizálására.

Kaffka legismertebb regényei – a *Színek és évek*, a *Mária évei* és az *Állomások*²⁸⁵ – akár trilógiaként is olvashatók, amelyben három különböző női sorsot követhetünk nyomon. Pórtelky Magda a múlt terhével küzd, Laszlovszky Mária az új nő előfutára, aki lázadásával mégis kompromisszumokra kényszerül, míg Rosztoky Éva és Szörény Tekla már képesek a belső függetlenség és társadalmi egyenrangúság elérésére. Ez a fejlődéstörténet – amely a női identitás fokozatos autonómiáját mutatja – irodalomtörténeti és terápiás olvasatban egyaránt releváns.²⁸⁶

Az író nő közvetlen és személyes hangvételű prózája – amely gyakran önéletrajzi ihletésű – lehetővé teszi, hogy az olvasó az írói élettapasztalatokban saját dilemmáira ismerjen. Kaffka életének fragmentumai – a családi konfliktusok, a női munka világának nehézségei, a szellemi autonómia küzdelmei – mind-mind megtalálhatók műveiben, amelyek ezáltal nemcsak irodalmi, hanem dokumentarista értékkel is bírnak.²⁸⁷

4.6.2. A *Színek és évek* című regénye

Kaffka Margit *Színek és évek* című regénye a 20. század eleji magyar irodalom egyik legkiemelkedőbb alkotása, amely mind tematikai, mint szerkezeti szempontból a modern prózairodalom paradigmaváltó műveként értékelhető.²⁸⁸ A kritikai recepció egyöntetű elismeréssel emeli ki a regény esztétikai és pszichológiai összetettségét, amely a korszak női tapasztalatainak artikulálásában úttörőnek bizonyult. A mű különösen jelentőségteljes az

²⁸⁴ BODNÁR, 2001., 127.

²⁸⁵ KAFFKA Margit, *Állomások*, Franklin-Társulat, Budapest, 1917.

²⁸⁶ BODNÁR György, *Kaffka Margit (1880 – 1918)*, In: *A magyar irodalom története V.. A magyar irodalom története 1905-től 1919-ig*, SÖTER István–SZABOLCSI Miklós szerk., Akadémiai, Budapest, 1965., 10.

²⁸⁷ KOMÁROMI Gabriella, *Kaffka Margit. Színek és évek. Hangyaboly*, In: *Hatvanhat híres magyar regény*, SZÉKELY Éva szerk., Móra, Budapest, 1995., 225.

²⁸⁸ FÜLÖP 1980., 302.

önismerti folyamatok irodalomterápiás keretezésében, lévén hogy Pórtelky Magda élettörténete afféle narratív tükörként funkcionálhat az olvasószámára.

A regény egy egyéni sorson keresztül jeleníti meg a 19. század végig magyar társadalom strukturális átalakulásait. A mű nyitóképe egy visszahúzódó, magányos özvegyasszony alakját rajzolja meg, aki a múlt emlékeibe merülve idézi fel életének kulcsmozzanatait. A nosztalgikus visszatekintés révén egy letűnt világ képei bontakoznak ki, ahol a Szatmár megyei dzsentrivilág bukásának motívuma nem csupán egy réteg hanyatlását, hanem egy teljes társadalmi ethosz elavulását szimbolizálja.

A mű középpontjában a társadalmi szerepek újraértelmezésének szükségessége áll: a nők emancipációja nem közvetlenül felvetett jogi és politikai kérdésként jelenik meg, hanem mélyen beágyazódva a családi és közösségi viszonyrendszerekbe vetődik fel. A hanyatló dzsentritársadalom, melyet Kaffka Margit érzékeny kritikai attitűddel ábrázol, nem képes már biztosítékot nyújtani sem a férfi sem a női identitás számára.²⁸⁹ Az új társadalmi rend kontúrjai egyelőre még csupán sejthetőek de a regény világképe egyértelműen az elavult normák meghaladásának szükségességét közvetíti.

A szubjektív elbeszélői pozíció, az egyes szám első személyű narráció olyan fokú intimitást és művészi hitelességet eredményez, amely megragadja és bevonja az olvasót. A visszaemlékezés narratívája nem csupán eszköze a múlt feldolgozásának, hanem egyben a női öndefiníció kísérlete is. A regény nyelvezet egyszerre nosztalgikus és ironikus, szentimentális és kritikus, ami jól tükrözi a főhősnő belső vívódásait és reflexív önvizsgálatát.²⁹⁰

Kaffka regénye nem csupán az író személyes tapasztalatának, hanem anyai örökségén keresztül egy kollektív női tapasztalatnak is az irodalmi reprezentációja. A fikcióban ábrázolt Magda és Kaffka édesanyjának életútja között felfedezhető párhuzam pedig nemcsak életrajzi érdekesség, hanem a női identitás transzgerenrációs dilemmáinak szimbolikus megjelenítése. A társadalmi és származási korlátok közötti lavírozás, az identitás és függetlenség igénye valamint az ezekből fakadó tragikum, a Kaffka-életmű visszatérő és kulcsfontosságú motívuma.²⁹¹

A női sors allegorikus értelmezését erősíti az a szociálpszichológiai felismerés, amely szerint az egyéni döntések és cselekvések gyakran strukturális mintázatok mentén szerveződnek.²⁹² A regényben megjelenő viselkedési sémák és konformitásminták plasztikus

²⁸⁹ *Uo.*

²⁹⁰ KOMÁROMI, 1995.

²⁹¹ FÜLÖP, 1980.

²⁹² PIKÓ Bettina, *Kultúra, Társadalom és Lélektan*, Akadémiai, Budapest, 2019., 16.

ábrázolása a társadalmi szerepek újraértelmezésének szükségességét hangsúlyozza. Ezzel összefüggésben a regény pszichológiai és társadalmi érzékenysége lehetővé teszi, hogy az irodalomterápiás gyakorlatban kiemelkedő forrásként funkcionáljon.

Az irodalomterápiában kiemelten fontos a narratív identitás kialakítása, vagyis hogy az olvasó saját élettörténetét hogyan tudja értelmes, koherens formában összefoglalni, elmesélni.²⁹³ A *Színek és évek* retrospektív, naplószerű szerkezet lehetővé teszi az olvasó számára, hogy az elbeszélő élettörténetébe belehelyezkedve, saját élettapasztalatait új narratívába szervezze. Az életesemények újraértelmezése, az ezekhez kapcsolódó érzelmi reflexiók feldolgozása elősegíti az önismereti munka elmélyítését és a pszichés integráció folyamatát.²⁹⁴

A regény strukturális komplexitása, pszichológiai mélysége és társadalmi érzékenysége miatt különösen alkalmas arra hogy a biblioterápia eszköztárában központi helyet kapjon. Pórtelky Magda története egy olyan női életút feltérképezésére invitál, amely egyszerre reflektál a történeti kontextus meghatározottságára és az egyéni cselekvés lehetőségeire. A narratív önreflexió és az értelmező emlékezés által Kaffka műve lehetőséget teremt arra, hogy az olvasó saját egzisztenciális dilemmáit új perspektívából szemlélje és dolgozza fel.

A 19. század végének és a 20. század elejének társadalmi átalakulásai alapvetően megingatták a tradicionális szociális struktúrákat és viszonyrendszereket, minek következtében a korábban megszokott életmód fenntartása immár illuzórikusnak bizonyult.²⁹⁵ A *Színek és évek* narratívája és a központi nőalak, Pórtelky Magda jellemfejlődése e történelmi választóvonalra reflektál, érzékletesen ábrázolva a személyes boldogulásért vívott harc és a társadalmi konvenciók közötti konfliktust. Magda életstratégiája a női szereplehetőségek újragondolását célozza, a merev és kiüresedett normák meghaladásának szándékával.

Édesapjuk gyermekkori elvesztése, valamint a család egzisztenciális kiszolgáltatottsága alapvetően meghatározza a testvérsorsokat: Sándor elmebajba, Csaba pedig alkoholizmusba és erkölcsi züllésbe süllyed. Ezzel szemben Magda öntudatra ébredése és a család által előírt életpályamodell elutasítása a modern női identitáskeresés korai példajaként értelmezhető. A hagyományok színterei, mint Zimán-kert vagy a konyhaház, a nemesi létforma merev kereteit szimbolizálják, melyek között Magda idegenséget és szorongást él meg.

²⁹³ JAKOBOVITS Kitti, *A narratívaalkotás tulajdonképpen önreflexió*, Litera, 2022. március 31. online: <https://litera.hu/magazin/interju/jakobovits-kitti.html>, utolsó letöltés: 2025.05.17.

²⁹⁴ *Uo.*

²⁹⁵ FÜLÖP, 1980.

A családi hierarchia és a patriarchális értékrend korán tudatosítja benne női mivoltának másodrendűségét. A családot összetartó Grószfi figyelme lányként nem Magdára vetül, hanem a reményteljes fiú utód, Zimán Istvánra irányul, aki a családi vagyon leendő örököse. A társadalmi rang és a női sors összefonódása azt üzenik a főhősnek, hogy a női lét perspektívája kizárólag házasságon keresztül artikulálható.

Az elvárásokhoz, konvenciókhoz való igazodás jegyében kötött házasság Vodicska Jenővel – még ha gyermekáldással is megpecsételkedik – boldogtalanságot és önfeladást hoz csak Magda számára. A férfi árnyékában létező nő tapasztalata válik dominánssá benne: a külső elvárásokhoz igazított életút nem képes kielégíteni a hősnő autonómiára és önmegvalósításra irányuló vágyát. A szerelem lehetősége, mely Tabódy Endrével kínálkozik, pedig végül épp a konvenciók által determinált időzítés miatt válik lehetetlenné.

A főhős stratégiája a férje révén való felemelkedésre is kudarcot vall. Vodicska alispáni karrierjének megghiúsulása és a politikai vereség következtében bekövetkező öngyilkossága teljes egzisztenciális és lelki romlásba taszítja a családot. Magda életútja itt válik végérvényesen tragikussá: saját életének aktív alakítójává képtelen válni, miközben a társadalmi mozgáster szűkössége ellehetetleníti számára a választás szabadságát.

Személyiségének kettőssége – a társadalmi szerepelvárások és a belső vágyak közötti feszültség – fokozottan megjelenik a férje halála utáni egzisztenciális bizonytalanságban. az anyai jogoktól való megfosztás, a gyermek elvesztése az identitás krízisének mélypontját jelöli. Az egykori barátnőjének megalázó segélyjavaslatai (kalapszalon nyitása, kosztosok fogadása) a társadalom szolidaritáshiányáról tanúskodnak. Ez és a rokonok közötti vándorlás időszaka megfosztják Magdát méltóságától.

Második házassága, Horváth Dénessel – noha a valódi érzelmi kötődés hiányában, inkább racionális döntés eredményeként jön létre – újabb csalódást tartogat. Az ambíciótól mentes céltalan férfi, aki szimbolikus értelemben az egykori dzsentrí osztály dekadens megtestesítője, nem képes társává válni Magdának. Az alkoholizmus, a szegénység és az elidegenedés válik mindennapjaik meghatározójává.

A vallásba vetett remény átmeneti menedékként jelenik meg a főhős életében, de végül ez is illuzórikusnak bizonyul. A fiatal káplánhoz fűződő szimpátia és spirituális kapaszkodó eltűnik, amint a férfi távozik. Kaffka itt világosan érzékelteti: a vallás nem megváltás, csupán esztétikai és lelki élmény.

A házasságukból született három lánygyermek felnevelése közben Magda egyetlen reménye, hogy utódaiban testet ölthet mindaz, amit saját életében nem tudott megvalósítani: a szabadság, a tanulás és az önrendelkezés joga. Így a női önérvényesítés egy generációs íve

bontakozik ki – az anya sorsa lesz előfeltétele és tanulsága egy új női világ, a lányai jövője lehetőségeinek.

A regény zárlatában az irónia is megszólal, Magda férjének végül mégis felemelkedik a karrierje, megválasztják alügyésznek, de csak a környezetük irgalmának és nem a érdemeinek köszönhetően.

Vittem anyámhoz a hírt. Hát megyei asszony lettem mégiscsak, szegény fejem! Az élet szatírája!...²⁹⁶

Az így elnyert társadalmi pozíció már nem jelent Magda számára boldogságot, csak megmenti a teljes elszegényedéstől. Horváth halála után így havi ellátmányt kap özvegyként, de már csak a magány marad és a múlt emlékeiben való elmerülés ad valamiféle vigaszt számára. A lányok felnőnek, tanulnak sorsuk ígéretesebb, mint édesanyjuké – ez a regény végső reménye: hogy a női sorsok nem determináltak, s a következő generáció talán már valóban képes lehet arra, amit az előző csak vágyként dédelgetett.

Kaffka Margit regényvilágának egyik legszembeötlőbb vonása a társadalmi és lélektani realizmus összefonódása, amely a *Színek és évek* című regényében különösen markáns módon jelenik meg.²⁹⁷ Az elbeszélés keretét az emlékezés szolgáltatja, amely modern prózapoétikák irányába utaló kompozíciós megoldásként értelmezhető. A narráció lineárisnak tűnő, ám valójában szubjektív időstruktúrával dolgozó szerkezete révén a regény túllép az egyszerű kronologikus elbeszélésen: a történelmi és személyes múlt folyamatosan egymásba fonódik.²⁹⁸

Kaffka műve nem csupán a főhősnő, Pórtelky Magda életútját rajzolja meg, hanem ezen sors reprezentációjaként feltérképezi a századvégi Magyarország társadalomszerkezeti átalakulásait is. Az elbeszélés nem kizárólag a jelentős történelmi vagy biográfiai csomópontokra fókuszál, hanem apró, intim, momentumok felvillantásával teremt komplex világábrázolást.²⁹⁹ A városi és vidéki miliók, a különböző társadalmi rétegek – a dzsentrik, kispolgárok, arisztokraták és a zsidó kereskedőréteg – egyaránt megjelennek a regény mozaikos szerkezetében. Mindezek a reflexiók egyetlen hangban, az öregasszonyi monológ formájában sűrűsödnek.

A regény társadalomkritikai élességét az is bizonyítja, ahogyan részletesen, szinte epizodikus gazdagsággal tárgyalja Magda első házasságának időszakát. Ez az elbeszélői fókusz

²⁹⁶ KAFFKA Margit, *Színek és évek*, Osiris, Budapest, 1999., 108.

²⁹⁷ FÜLÖP, 1980.

²⁹⁸ KULCSÁR SZABÓ Ernő, *Az irodalmi modernség integratív értelmezhetősége*, Irodalomtörténet, 1993/1-2., 39-65.

²⁹⁹ FÜLÖP, 1980.

első pillantásra aránytalannak tűnhet a cselekmény egészéhez viszonyítva, valójában azonban tudatos eszközként szolgál az író számára, hogy a vagyonát vesztett dzsentrí réteg társadalmi illúzióit és önáltatását érzékletesen bemutassa. A külcsín, a bálók világa, a reprezentációs kényszer, valamint a pozícióharc egyaránt a régi társadalmi keretek szimulákrumává silányulnak, miközben a modernitás valós követelményeire képtelenek reflektálni.

A társadalmi feszültségek ábrázolása különösen hangsúlyos a tűzvész jelenetében, ami a Pórtelken töltött időszak elmesélését zárja le. Ebben a részben a regény finoman áttételezett módon enged betekintést a parasztság régóta felhalmozott sérelmeibe és elfojtott agressziójába a grófi család, a főnemesség ellen. A tűz motívuma így nem pusztán egy tragikus esemény narratív eszköze, hanem szimbolikus jelentésmezőt is működtet: a társadalmi robbanás előképe.

A regény én-elbeszélői struktúrája – Pórtelky Magda önreflexív narrációja – a modern pszichológia regény hagyományába illeszkedik.³⁰⁰ Az események szubjektív átszűrésben, emlékmozzanatok asszociatív láncolatán keresztül tárulnak fel. Az asszociációk közt gyakran nem logikai, hanem érzéki kapcsolatok érvényesülnek: különösen hangsúlyos a szaglás révén történő múltidézés, amely Proust későbbi regénytechnikájához hasonlatos megoldás.³⁰¹ Ezen érzékleti benyomások révén az idő nem kronologikus rendként, hanem élményszerű, emocionális távlatként jelenik meg. az ilyen epizódok – mint például a málnaillat emléke – a szubjektív idő érzékeltetésének irodalomtörténetileg is jelentős példáiként értelmezhetők.

Ennek a nyárnak az emléke olyan elevenen megmaradt bennem mindig, és különös módon kapcsolódik az érett málna szagával, amely igen sok volt akkor a kertünkben, és felért a verandáig, ahol szép, késő délutánok bronzos napfényében üldögéltem.³⁰²

Kaffka társadalmi panorámája rendkívül részletgazdag. A dzsentrí karakterek ábrázolása – Grósz, Klára, Ábris bácsi, Hiripi bácsi, a züllött katona és az elborult pap fivérek – egyaránt a réteg széthullását, konzervativizmusát, vagy épp modernítésre való képtelenségét tükrözi. A polgárság figurái – a zsugori após, vagy Vodicska Jenő, a feltörekvő, de végül kudarcot valló első férj – szintén a társadalmi mobilitás korlátait jelenítik meg. A főhősnő, Magda ebből a középszerűségből próbál kiemelkedni, de végül csak lányai révén tudja megvalósítani a társadalmi felemelkedést.

A női karakterek tipológiája is a társadalmi pozíciók metszetébe ágyazódik be: Grósz klasszikus, méltóságteljes nőalak, öltözkéiben puritán, mégis arisztokratikus eleganciát sugall.

³⁰⁰ KULCSÁR SZABÓ, 1993.

³⁰¹ HORVÁTH Zsuzsa, „*Sehol annyi színe-illata nincs a szónak*”. Egy Kaffka-regénycím nyomában: Színek és évek, Irodalomismeret, 2011/3., 22-35.

³⁰² KAFFKA, 1999., 57.

Klára frivol, könnyed és sekélyes, Magda viszont a modern női individuum megtestesítője, akinek belső vívódásai a női autonómia kérdéseit vetik fel.³⁰³

A stiláris szempontból is újító regény nyelvi megoldásai – a pongyolasággal határos, mégis ritmikailag tudatos mondat szerkezetek, a vizualitás és akusztika koinakciója – az impresszionista prózapoétika jegyeit mutatják. Radnóti Miklós találóan nevezte Kaffka stílusát akusztikailag szigorú művészségnek.³⁰⁴ A társadalmi kibeszéltség és megfigyeltség érzését például a következő részlet plasztikusan jeleníti meg:

[...] a félig hunyt zsaluk megöl utánam tűzött már loppal a figyelésbe élesedett asszony szemek gáncsa, ítélete jóslata vagy kedvezése. Ni, a kis Pórtelky Magda, adták hírül csendes, harangszós deleken az öreg, rokon házak hunyorgó ablakszemei. Már számba vettek, már felavattak azok közé, akikkel foglalkozni lehet, aki beszéd tárgya lesz így vagy amúgy; lassan, óvakodva feljebb húzódtam mögöttem egy-egy zöld redőnysor, és éreztem, hogy kapcsolódnak a sarkamba, derekam hajlása, szoknyám ráncai fölött hogy tapogatnak végig a tekintetek, mint óvatos, kutató tűk horgai... Itt, a Megye-utca hosszában kellett előbb elfogadtatni, megszoktatni magát az újon jöttek vagy gyereksorból kinőttek, valamit szándékolónak ebben a világban, a Hajdúvárostól a Várkert-útjáig végig.³⁰⁵

Fontos hozzátenni, hogy a pongyolaság itt nem nyelvhelyességi deficit, hanem stilisztikai eszköz: a női testet tárggyá tévő társadalmi tekintet működését, és a saját testiségének tudatára ébredő fiatal nő gondolkodását idézi meg.

Másutt úgy játszik az író a nyelvhasználat, hogy a mondat szerkesztés a balladai tömörség és a szaggatott, elharapott beszéd stílusrétegét alkalmazza, például Vodicska öngyilkosságának jelenetében:

Ő tisztábban hallotta a lövés zaját. Mind felugráltak... Az ajtóban én összeestem... Nem tudok a többiről.
Akkor... ott mindennek, mindennek vége lett.³⁰⁶

A visszaemlékezés miatt fontos múlt időt is többször nagyon jól érzékelteti egy-egy nyelvileg kifejező, érzékletes gondolatritmusban:

Évek, évszakok, egymásba göngyölődő napok számlálatlan serege! Milyen keveset jelent így a távolság szitaszövetén át az idő szorgos mértéke, a kalendáriumi változások,

³⁰³ HORVÁTH, 2011.

³⁰⁴ KOVÁCS Krisztina, „Lélek és forma” Kaffka Margit művészi fejlődése, Radnóti Miklós doktori disszertációjáról, Tiszatáj, LXIII. évfolyam 5. szám, 2009. május, 79.

³⁰⁵ KAFFKA, 1999., 12.

³⁰⁶ Uo. 68.

és hogy hányszor reggeledett és alkonyodott a nap felettünk, hányszor váltott a természet és tért vissza holdújulás, vízár, hó, eső, s az évszak virágai és gyümölcsei!³⁰⁷

A *Színek és évek* nem csupán egy egyéni életút, hanem egy korszak társadalmi széthullásának ábrázolása is. Kaffka Margit e művében nemcsak megelőzi, hanem elő is készíti Móricz Zsigmond társadalmi realista regényvilágát. Munkája e tekintetben a századelő egyik legjelentősebb kritikai realista teljesítménye a magyar irodalomban.³⁰⁸

4.6.3. Női sorsok Kaffka Margit *Színek és évek* című művében

A regényben a női tapasztalat reprezentációja a századforduló társadalmi struktúráinak metszéspontjában bontakozik ki, ahol a női identitás formálódását elsősorban a patriarchális elvárások, a társadalmi zártság és a történelmi kontextus határozza meg. A főhősnő, Pórtelky Magda narratívája egyfajta korlenyomatként olvasható: gyermekkorától kezdve szembesül azzal a ténnyel, hogy a férfiak világa számára zárt, kívülállóként kell szemlélennie és értelmeznie annak szabályait és belső dinamikáját. A padláson dohányzó fiútestvérek és Kallós Pali által kialakított titkos közösség kizáró attitűdje már korán rávilágít arra, hogy a nemi szerepek szigorúan kijelölt határvonalai miként befolyásolják a női szubjektum önértelmezését:

Ha fiú volnék – jutott eszembe egyszer – biztos messzire mennék innen? Messzi, idegen világok, ismeretlen utak!³⁰⁹

A férfilét szabadága és kalandossága kontrasztban áll azzal az otthonlétbe és gondoskodó szerepbe kényszerített női léttel, amelyet Magda tapasztal: a női világ magányos, repitív, fizikai és érzelmi munkával terhelt dimenzióként jelenik meg. Ezt az aszimmetriát plasztikusan érzékelteti Magad reflexiója is:

Délben majd hazajön a jó ebédre, kényelmes álmra, otthonos zavartalan ölelésre a tiszta, kedves szobákban, és rá se gondol tán, hogy én itt mennyit loholok, sürgetek, hajszoledom ezért addig.³¹⁰

A háztartás 'láthatatlan munkájának' problematikája, mely a kortárs feminizmus egyik alapvető toposza is, már Kaffka regényében tematizálódik, előrevetítve a mai diskurzusban is visszatérő kérdést: a női munka láthatóságának, értékelésnek hiányát.

³⁰⁷ Uo. 97.

³⁰⁸ FÜLÖP, 1980., 297-325.

³⁰⁹ KAFFKA, 1999., 15.

³¹⁰ Uo. 30.

A társadalmi szerepek és elvárások nyelvi reprezentációja is fontos kritikai rétege a műnek. A férfiszereplők szóbeli megnyilvánulásaiban visszatérő megalázó infantizáló vagy démonizáló kifejezések – mint „áspiskígyó”,³¹¹ „kíváncsi liba”,³¹² vagy „boszorkány”³¹³ – leleplezik a nőkkel szembeni attitűdök archaikus beidegződéseit. Vodicska a feleségét nemcsak akként kezeli, hanem gyakran szóban is gyereknek titulálja,³¹⁴ míg második férje, Dénes az érzelmi feszültségek közepette „rablófajzatnak”, vagy „kígyónak” is nevezi.³¹⁵

Az író így is érzékelteti, hogy a női szerep csak akkor lehet pozitív társadalmi státusú, ha az megfelel a patriarchális norma előírásainak, ellenkező esetben a nő deviánssá, társadalmilag stigmatizálttá válik. Ezzel szemben a férfialakok – még olyan hibáik ellenére is, mint alkoholizmus, lustaság, gyávaság, gögösség, tivornyázás – megőrzik méltóságukat, hiszen az ő jellemzésük nem társul egy helyen sem a nyelvi megalázás kódjaival.

Különösen érdekes ebből a szempontból Telekdy Péter alakja, aki látszólag a modern, emancipációpárti férfi képviselője. Retorikájában a női autonómia és függetlenség eszménye jelenik meg, azonban e nézetek meggyőződés nélküli könyvekből átvett, üres frázisokká silányulnak, amikor az időskori testi és szellemi hanyatlás során maga is visszatér a tradicionális nemi szerepfelfogáshoz. Ez a váltás egyben szimbolikus gesztusa annak, hogy a társadalmi és eszmei keretek között megképzett progresszió miként reked meg az egyéni életút valóságán.

A férfialakok sorsának alakulása ugyancsak nem kínál pozitív alternatívát. Csaba, a katonatiszt, az alkoholizmusa révén morálisan züllik el, míg Sándorka, a pap, a spiritualitásra épített világértelmezése ellenére is idegösszeomlásba zuhan, és végül elmebetegintézetbe kerül. Vodicska öngyilkossága, valamint Dénes és Telekdy fizikai-szellemi leépülése tovább erősíti azt a narratívát, miszerint a férfiak sem tudnak érvényes, fenntartható életmodellt felmutatni ebben a történeti kontextusban. A női tapasztalat tehát nemcsak korlátozott, hanem olyan zárt rendszerbe ágyazott, amelyben a férfialakok is áldozatai egy pusztuló társadalmi rendnek.

A női generációk közötti különbségek és hasonlóságok is izgalmas viszonyokat rajzolnak ki. Marika nagynénje pesti életmódja elsőre vonzónak tűnik Magda számára, ám hamar világossá válik, hogy az urbánus életforma nem kínál érdemi szabadságot csupán más típusú illúziókat: a divat, a színház és a cukrászdák felszínes világában Marika is a társadalmi

³¹¹ Uo. 8., 15., 105.

³¹² Uo. 8.

³¹³ Uo. 53., 63., 106.

³¹⁴ Uo. 27., 43.

³¹⁵ Uo. 105.

korlátok foglya marad hivatalnok férje szűk anyagi lehetőségei miatt. Piroska néni alakja pedig egyfajta archetipikus női sorsot példáz: a tizenöt gyermeket szülő asszony „Észre sem vette az életét; s az élet elment.”³¹⁶ vagyis az anyaságba és a házasságba zárt női lét narratívája nem tesz lehetővé egy individuális önértelmezést.

Ágnes, Grósz menyje, ugyan formailag megfelel a kor nőideáljának, ám Grósz halálával az elnyomás megszűntével ő is kitör a hagyományos női szerepből. Az önállósodás és a nagyvárosi, szalonéletet élvező életmód – melyet Magda mindig is vágyott – végül Ágnes számára teljesül be. Ez a párhuzam újabb szembeállítást kínál: Magda elfojtott vágyainak és Ágnes késői emancipációjának összevetése rámutat a női sorsok sokszínűségére és az önérvényesítés különböző útjaira.

Tormanóczy Anna alakja újabb dimenziót ad a női tapasztalatok spektrumának: az önálló, dolgozó nő képét hozza be a regénybe. Azonban függetlensége látszólagos, és ő is a házasságban találja meg a társadalmi legitimációt, ezáltal pedig Magdában tudatosul, hogy az egyedülálló nő státusza az akkor társadalomban szükségszerűen együtt jár a kiszolgáltatottsággal. A női autonómia tehát korlátozott, a társadalmi jóváhagyás és elismerés feltétele a házasság – még azok számára is, akik látszólag eltérnek a hagyományos női szerepektől.

Kafka regénye nem pusztán korának női tapasztalatvilágát mutatja be, hanem egyben kritikai perspektívát is kínál a nemi szerepek és társadalmi elvárások mechanizmusainak dekonstrukciójához. A női identitás narratív konstruálása, az önéletírászerű visszatekintés és a társadalmi mintákhoz való kritikus viszonyulás mind olyan eszközök, melyek a *Színek és évek* regényét kiemelkedő jelentőségű szöveggé teszik a női szubjektum irodalmi ábrázolásának történetében.

4.6.4. A narráció szerkezete és pszichológiai mélység a regényben

A *Színek és évek* narratív szerkezete a modern regényirodalom introspektív törekvéseinek reprezentáns példajaként olvasható, amelyben az én-elbeszélés módszertana nemcsak esztétikai, hanem pszichológiai és terápiás dimenzióban is értelmezhető.

Pórtelky Magda önelbeszélése – amely retrospektív visszatekintésben tárja fel az életút meghatározó eseményeit – nem csupán lineáris időrend szerint strukturált, hanem mélyen reflexív, az önazonosság keresésének és újraértelmezésének szövegszerű folyamata. Az

³¹⁶ Uo. 83.

elbeszélés különösen figyelemre méltó aspektusa az önnarráció modalitása, amelyet Dorrit Cohn elméleteinek fényében a disszonáns és konszonáns önnarráció típusai között pozícionálhatunk.³¹⁷

Magda gyakran idegenként reflektál önmagára, amit a disszonáns önnarráció jegyeként értelmezhetünk: az elbeszélő és a narrált én között érzelmi és tudati távolság érzékelhető. Ugyanakkor ez a távolság nem jár együtt az elbeszélő fölérendelésével – Magda nem magasabb erkölcsi vagy intellektuális pozícióból szemléli korábbi önmagát, hanem más megvilágításban, új értelmezési keretek között. Ez a fajta reflexív önmegértés különösen jelentős irodalomterápiás szempontból, hiszen lehetővé teszi az olvasó számára, hogy a saját múltbéli döntéseit és tapasztalatait távolságtartással és kritikus önreflexióval szemlélje.

Az autonóm monológokban – különösen az olyan jelentekben, mint amikor Magda a Jenő által Melanie-nak írt levél piszkozatát találja meg – az elbeszélő nem csupán kérdéseket tesz fel, hanem próbálja újraértelmezni saját érzéseit és motivációit. A kérdések nyitottak maradnak, s az elbeszélés nem törekszik egyértelmű válaszokra, hanem az ambivalencia és az érzelmi komplexitás közegeiben marad. Ezáltal a szöveg lehetősége teremt az olvasó számára is a saját élethelyzeteinek párhuzamos újraértékelésére.

Különösen figyelemreméltó az a jelenet, amikor Magda a trónörökös látogatásakor jóslatot mond, majd évekkel később ennek emléke újra felidéződik benne. Az emlékezés során nem csupán a tartalom, hanem az érzéki emlékek – például illatok, hangulatok – is előtérbe kerülnek, s ezáltal az asszociációs technikák alkalmazása révén a Proust-féle memóriamodellekhez hasonló struktúra bontakozik ki. Az időbeliség itt nem objektív történeti rendként jelenik meg, hanem a tudat által strukturált szubjektív térként.

A jelen idejű narráció megjelenése – melyet többek között a 'most' időhatározó kifejezett használata jelez – fokozza az érzelmi intenzitást és a közvetlenség élményét. Fittler Áron interpretációja³¹⁸ szerint e nyelvi eszközök érzelmi csúcspontokat jelölnek, míg Horváth Zsuzsa az egyik legerőteljesebb jelen idejű elbeszélésként Magda fiától való búcsúját emeli ki.³¹⁹ Az ilyen epizódok nemcsak esztétikai, hanem affektív szinten is kiemelkedőek, mert általuk az olvasó számára lehetővé válik a főhős érzelmi univerzumába való belehelyezkedés.

A komplex én-elbeszélés, amelyben a múltbéli események érzéki és érzelmi tapasztalati a jelenbe íródnak, a modern narratológia egyik alapvető ismérve. Magda nem pusztán elbeszéli,

³¹⁷ FITTLER Áron, „Az idő szorgos mértéke”. *Elbeszéléstechnikák és az emlékezés tényezői Kaffka Margit Színek és évek című regényében*, Korunk, 2013/3. 94-104.

³¹⁸ FITTLER 2013., 98.

³¹⁹ HORVÁTH Zsuzsa, „Az élettörténet mint játékszer”. *Fikció, narráció és identitás összefüggései Kaffka-regényekben*, Doktori disszertáció, Eötvös Loránd Tudományegyetem., Budapest, 2008., 47.

hanem újraéli azokat az élményeket, amelyek mély nyomot hagytak pszichéjében. Így válik lehetővé az idő tapasztalatának újradefiniálása: a múlt nem lezárt egységként, hanem újra és újra aktualizáló jelentésként lép be az elbeszélés szövetébe. E narratív stratégia az emlékezet és az identitás közötti szoros összefüggésre is rámutat, amely irodalomterápiás kontextusban az önismereti munka egyik alappillére lehet.

Kafka Margit regényének narrációs technikája nemcsak stilisztikai bravúr, hanem mélypszichológiai és terápiás jelentőséggel is bír. Az önreflexív elbeszélői magatartás, az asszociatív emlékezés és a szubjektív időkezelés révén a *Színek és évek* a női tapasztalat regényes megformálásának paradigmaticus példájává válik.

4.6.5. Az időkezelés a *Színek és évek* narratív struktúrájában

Kafka ezen műve az időbeliség érzékeny és összetett kezelésének egyik legkorábbi, ugyanakkor legérettebb példája a 20. század eleji magyar irodalomban. az idő szövegbe írt rétegzettség – Genette terminológiájával élve – a történet ideje (*histoire*) és az elbeszélés ideje (*récit*) közötti viszonyrendszert kiemelkedő elbeszélői tudatossággal strukturálja.³²⁰ A mű narratív szövege az analepszis, prolepszis, jelenet, ellipszis, leírószünet és kivonat különböző formáit vonultatja fel, miközben az olvasót fokozatosan bevonja az elbeszélő belső világának és pszichés önreflexiójának kibontásába.

A mű két fő idősíkon játszódik: az elsődleges szinten az idős Magda beszélői hangján keresztül az emlékezés narratív jelenében mozgunk, míg a másodlagos idősíkon a múlt eseményei tárulnak fel retrospektív módon. A narráció fő kerete az analeptikus visszaemlékezés, amelyben Magda életútjának eseményeit újrendezi és értelmezi.

Az előreutaló – proleptikus – részek pedig például a lányai jövőjére vonatkozó gondolatok:

Asszonyok lesznek valaha, mint én. De nem akarom, hogy a sorsuk legkevésbé is hasonlítson az enyémre. Majd teszek róla! Erre még jó lesz az én életem!³²¹

A narráció szempontjából fontos eljárások – jelenet, kivonat, leíró szünet és ellipszis – Genette elmélete alapján a történetidő és az elbeszélés idejének manipulálását jelentik. Ezek

³²⁰ GENETTE, Gérard, *Narrative Discourse Revisited*, Jane E. LEWIN ford., Ithaca– New York, Cornell University, 1988., 245.

³²¹ KAFFKA, 1999.,105.

közül a jelenet a Színek és évek-ben általában párbeszédes formában bontakozik ki, mint például Grósz és Klára dialógusa a közeljövőről:

- Nézd! István ma helyettes közjegyző. De két évre biztosan penzióba megy a vén Bélték; ő kerül helyébe. Szép dolog, ilyen fiatal fejjel. Na, igen! Hát ha István megházasodik, ők itt fognak lakni.
- Aha! - mondta akkor mama valami kis fanyarsággal.
- Igen. A menyemre én fogok vigyázni!
- Hát igaz volna, hogy anyám a kis Kallós leányt...
- Erre még ne legyen gondod!³²²

A kivonat narratív formának lényege, hogy az elbeszélés ideje rövidebb a történet idejénél – Magda anyaságának éveit például ezzel a tömörített időkezeléssel ábrázolja Kaffka Margit:

Abban az időben szinte folytonos otthon ülésre, elvonulásra kényszerített a gyereket váró állapotom. Alighogy szoptattam a másodikat, el kellett választanom a harmadik miatt, aki már útban volt. És megint leány, mind a három leány! Kiszívták a vérem, elérték, felhabzsolták a fiatalságom!³²³

A leíró szünetek – mint például a tizenkilencedik fejezetben a Pórtelky család genealógiájának ismertetése – az elbeszélés idejét megállítva reflektív-kommentatív tartalmakat helyezik előterébe:

Régi, régi itt minden, tán több száz esztendő; az idők bizonytalan messzeségében itt regnált, ellenszegült, nyakaskodott ez a kemény, kis úri nemzetség. Mondják, sohasem mentek oda, ahol rangot, elgazdátlanodott földeket, idegenes csínt és magas összeköttetéseket osztogatott a régi versengő királyok, új udvart ülő fejedelmek csalogató kegye.³²⁴

Az ilyen szakaszok afféle időn kívüli értelmező betétek, amelyek az identitás keresés narratív műveleteinek részévé válnak.

Az elhallgatások, elhagyások – az ellipszisek – szintén tudatos szerkesztői döntések eredményei: Magda és Vodicska házasságkötése, nászútja és a gyermekszülés eseményei kimaradnak a narratívából. Horváth Zsuzsa szerint ezek az „üres helyek” a női trauma, a beszédképtelenség és a belső feldolgozatlanság irodalmi leképezései. a szöveg ezen részeiben a narráció hirtelen szakad meg, vagy egyszerűen elhallgat kulcsmomentumokat, így az olvasó

³²² Uo. 10.

³²³ Uo. 100.

³²⁴ Uo. 89.

számára láthatóvá válik az elbeszélői pozíció ambivalenciája és a feldolgozatlan lelki tartalom súlya.

Bár Magda emlékezése hagyományos elbeszélő formában jelenik meg, a történetmesélés során sok kihagyást és megszakítást találunk. Ez a cselekmények szakadozottságának poétikai újítása. A *Színek és évek*-ben gyakran vegyesen alkalmazza a szerző a szingulatív és az iteratív elbeszélés formáit. A szingulatív elbeszélés olyan eseményeket ír le, amelyek egyszer történtek meg, míg az iteratív formával többször megtörtént eseményeket lehet elmesélni. Magda a Melanie-val eltöltött napokat és a mindennapi életét iteratív formában írja le:

Délután sokszor a nőegyletbe mentem, korcsolyára, látogatóba, vagy kocsikázni Melanieval.³²⁵

Ez a forma a női életidő monoton ciklikusságát érzékelteti, míg a szingulatív jelenetek egyediségük révén kiemelik az emlékezésre méltó eseményeket. A bergsoni időelmélet – amely az objektív, mérhető időt (temps) megkülönbözteti a szubjektív időtapasztalattól (durée) – jelenvaló a Kaffka-próza struktúrájában.³²⁶ Bodnár György értelmezése alapján feltételezhető, hogy Kaffka párizsi útja során személyesen is találkozhatott e gondolkör esztétikai hatásaival, és ismerhette a magyar irodalmi diskurzusban való kortárs recepcióját is. Babits Mihály *Bergson filozófiája* című, 1910-ben a *Nyugat*-ban megjelent írása³²⁷ az elsők között értelmezte Bergson tanait a magyar közönség számára, s nem kizárható, hogy Kaffka Margit is olvasta akár e szöveget is, amely a 'tisza idő' és a 'tudatfolyam' fogalmait nemcsak filozófiai, hanem esztétikai síkon is hozzáférhetővé tette a hazai értelmiségi körökben.

A narrátor reflexív viszonyulása különösen szembetűnő azokban a szakaszokban, ahol jelen idejű igehasználat az emlékezés emocionális intenzitását erősíti:

Most, háromszor tíz esztendő múltán megint csak az én gyerekeim sorsát látom és összehasonlítom az akkori énemmel.³²⁸

Az emlékezés aktusa ezáltal performatív válik: nem csupán visszaidéz, hanem rekonstruál, újraterezt. az ismételt visszatérések, önreflektív megállások és az elbeszélő én belső kommentárjai narratív szempontból is az énkonstruálás és jelentésadás folyamatának dokumentumai.

³²⁵ KAFFKA, 1999., 55.

³²⁶ BODNÁR, 1965, 179-180.

³²⁷ BABITS Mihály, *Bergson filozófiája*, *Nyugat*, Budapest, 1910/14.

³²⁸ KAFFKA, 1999., 36.

Ez a fajta narratív konstrukció – melyen a múlt újraértelmezésre kerül a jelen tudatosságából kiindulva – irodalomterápiás szempontból rendkívüli jelentőséggel bír. A terápiás gyakorlatokban kiemelt szerep jut annak, hogy a kliens saját történetét koherens módon legyen képes újraalkotni. A következő idézet különösen jól példázza a narratív újraértékelés mozzanatát:

Ahhoz a csendhez, melyben elmélkedni szabad, biztosan itt vagyok, és képes vagyok összefűzni, magyarázni és újra-értelmezni a távoli, de mégis meghatározó élet dolgait.³²⁹

A záró rész ezen mondata nemcsak a regény belső logikáját koronázza meg, hanem az irodalomterápiás értelmezés lehetőségeit is kitágítja. A *Színek és évek* nem pusztán egy női élettörténet, hanem a pszichikus emlékezés a narratív önértelmezés regénye is, amely hatékony eszközként szolgálhat a személyes múlt újraértékeléséhez, az intergenerációs élmények átszűréséhez és a belső egyensúly helyreállításához. az irodalom mint emlékeztetműfaj így nemcsak dokumentálja, hanem alakítja is az egyéni létidőt – és ez a hatás különösen intenzíven érvényesül Kaffka Margit ezen művének terápiás alkalmazhatóságában.

Mindazonáltal irodalomterápiás szempontból az író több műve is kiemelkedő értékkel bír. Az általa tematizált női sorsok, a kirekesztettség, a konformitással való szembenállás, az anyaság és a társadalmi szerepelvárások összefeszülései ma is aktuális feldolgozásra alkalmas lélektani-társadalmi konstellációkat öltenek. Regényei segítik az olvasót a saját belső konfliktusai felismerésében, és az ezekkel való tudatos szembenézésben.

Kaffka Margit tehát nem csupán műfaji és stilisztikai megújító, hanem a modern női szubjektivitás első igazán reprezentatív magyar megszólalója is, irodalomterápiás hasznossága kérdésen felül áll. Az irodalmi kánonba emelkedése nemcsak műveinek minőségét, hanem társadalmi-kulturális érvényességüket is megerősíti.

4.7. Földes Jolán prózájának nemzetközi sikere és irodalomterápiás olvasata

Földes Jolán a 20. századi magyar irodalom egyik kiemelkedő, ám hazájában mindmáig méltatlanul elfeledett szerzője, pedig életművével maradandó lenyomatott hagyott nem csupán a magyar, de a világirodalom térképén is. Művészetének esszenciáját az emberi sorsok finom rezdüléseinek és a társadalmi anomáliák érzékeny feltárásának harmonikus ötvözése adja, amelyet a realista és modernista poétikai regiszterek szerves elegyítése tesz különösen

³²⁹ Uo. 192.

jelentékennyé. Írásai univerzális érvényűek maradtak, köszönhetően azok narratív transzparenciájának, stilisztikai egyszerűségének, ugyanakkor lélektani hitelességüknek és kulturális átjárhatóságuknak.

Pályájának kezdeti szakaszában Földes Jolán olyan strukturális és társadalmi korlátokkal küzdött, amelyek a női szerzők elismerésének rendszerint útját állták. Mindezek ellenére írói ambíciója és személyes kitartása révén sikerült olyan műveket létrehoznia, amelyek nemcsak a magyar olvasóközönség figyelmét vonták magukra, hanem nemzetközi visszhangot is kiváltottak. Munkássága példaértékű abban a tekintetben, hogy miként képes a tehetség és az öntudatos alkotói attitűd áttörni a társadalmi normák által emelt falakat. Ezért is bír különös jelentőséggel irodalomterápiás megközelítésből e szövegek kortárs olvasása: a női öndefiníció, a kirekesztettség és a személyes identitás küzdelmei által kínált pszichológiai munka szempontjából.

Eredetileg Friedländer Jolán néven született 1901-ben Kenderesen. Zsidó származású családban nőtt fel, apja Friedländer Manó gyógyszerész volt.³³⁰ A családi közeg, a zsidó hagyományok és a polgári mentalitás mély nyomot hagyott identitásképe, és későbbi írói munkásságán. A tanulás iránti elkötelezettség már gyermekkorában nyilvánvaló volt, amit szülei támogató magatartása tovább erősített.

Fiatal éveiben Földes Jolán széleskörű műveltséget szerzett, és korán kiderült az is, hogy tehetsége van az íráshoz. Tanulmányait nyelvészként Bécsben és Párizsban folytatta.³³¹ A francia fővárosban szerzett kulturális és intellektuális élmények kivált a századfordulós művészeti pezsgés – jelentős hatást gyakoroltak szellemi horizontjára. Párizsi tartózkodása során nem csupán tanulmányokat folytatott, majd dolgozott, hanem aktívan bekapcsolódott a város szellemi életébe is, többek között kapcsolatba került az *Alliance Française* irodalmi köreivel és a francia feminista értelmiség egyes alakjaival, valamint cikkei jelentek meg magyar és francia nyelvű sajtóorgánumban is. Ez a nemzetközi beágyazottság – különösen a női önértelmezés a társadalmi mobilitás témáiban – későbbi regényeiben is tetten érhetővé válik.³³²

1924-ben visszatért Magyarországra, és Budapesten feleségült ment Pollák Antal Istvánhoz. Ez a házasság rövid életűnek bizonyult, és válásuk után 1930-ban megházasodott Kelemen Kálmán újságíróval, akinek intellektuális és érzelmi támogatása stabilitást biztosított az írónő számára. Ez az életszakasz szolgált írói kibontakozásának alapjául.³³³

³³⁰ KENYERES, 1967., 288.

³³¹ BUDA Attila, *Ismétlés, mint értelmzés*, Szépirodalmi Figyelő, 2006. 5. sz., 96.

³³² PÉTER László főszerk., *Új Magyar Irodalmi Lexikon III.*, Akadémiai, Budapest, 1994., 432.

³³³ KENYERES 1967., 288.

Az 1930-as évek elején bontakozott ki igazán Földes Jolán írói karrierje, amely gyorsan és látványosan ívelt felfelé. Ugyanakkor a korszak politikai-társadalmi légköre, különösen a fokozódó antiszemitizmus, komoly egzisztenciális fenyegetettséget jelentett számára. Ez a nyomasztó atmoszféra vezetett ahhoz a döntéséhez, hogy 1941-ben emigrációba vonuljon, és Londonban keressen menedéket.³³⁴ Bár az emigrációs lét súlyos kihívások elé állította, Földes írói produktivitása nem csökkent: új környezetben is jelentős irodalmi munkásságot folytatott.

Londoni évei során az író több szalon kapcsolódott az angol irodalmi élethez: publikált angol nyelvű esszéket és rövidprózát, többek között az *English PEN Club* emigráns szerzőket támogató programjain keresztül.³³⁵ Részt vett magyar kulturális esteken és szemináriumokon, ahol a magyar irodalom angliai recepciójával és női sorsábrázolással foglalkozott. Az egzisztenciális és társadalmi nehézségek, melyekkel szembe kellett nézni emigrációja során, az identitásformálás eszközévé váltak számára. A kettős írói és nyelvi identitás – a magyar irodalmi hagyományhoz való mély kötődés és az angolszász nyelvi-kulturális közeghez való integrációs szándék – különös feszültséget és gazdagságot kölcsönzött későbbi regényeinek.

Zsidó származása és az ehhez kapcsolódó történelmi tapasztalatok – a társadalmi kirekesztés, a menekülés és az emigráció traumái – döntően befolyásolták Földes Jolán irodalmi világképét. Műveiben e tapasztalatokat gyakran közvetett módon, de mégis mélyen átélhetően tematizálta. Írói horizontját ezek az élmények nemcsak árnyaltabbá tették, hanem etikai elkötelezettségét is megerősítették. 1963-ban hunyt el Londonban, életműve jelentős részét pedig máig nem dolgozta fel kellő mélységben a magyar irodalomtudomány.³³⁶

Földes Jolán neve hosszú ideig perifériára szorult a hazai irodalmi kánonban, és csupán szószavú említést találunk róla az *Új Magyar Irodalmi Lexikon* hasábjain is.³³⁷ Pedig műveinek stiláris letisztultsága, narratív dinamizmusa és társadalomérzékenysége különösen az 1930-as és 1940-es évek magyar prózairodalmának fontos fejezetét képezik. Nyelvészeti tanulmányai révén már pályája kezdetén fordítói munkát is vállalt. Fordításai – többek között Agatha Christie és Edgar Wallace műveinek adaptálása – során a populáris irodalom poétikai sajátosságait is elsajátította,³³⁸ ami később saját regényeiben is visszaköszönt: műveit egyszerre jellemezte olvasmányosság és mély emberismeret.

³³⁴ *Uo.*

³³⁵ PÉTER, 1994., 432.

³³⁶ *Uo.*

³³⁷ HARKAI Daniella, *Földes Jolán és a (férfi)irodalomkritika - A halászó macska uccája*, A Nőkért Egyesület Honlapja, 2009. szeptember 21., online: <https://nokert.hu/mon-20090921-2149/138/418/foldes-jolan-es-ferfiirodalomkritika-halaszmacska-uccaja-1936>

³³⁸ BUDA Attila, 2006, 97.

Írói áttörését az 1932-ben megjelent *Mária jól érett* című regény³³⁹ hozta meg, amelyért Mikszáth Kálmán-díjban részesült. A mű realista ábrázolásmódja és a női sorsok iránt tanúsított empátiája azonnal felkeltette a szakma figyelmét. Ezt követte a *Majd a Vica* című színmű, amelyet 1933-ban Vajda Pállal közösen írt, és amely humoros könnyed stílusával széles közönséget vonzott. Legnagyobb kritikai és közönségsikerét azonban az 1936-ban megjelent *A halászó macska uccája* című regényével³⁴⁰ érte el, amely nemzetközi szinten is áttörést jelentett. A Pinter irodalmi ügynökség díját elnyerve Földes Jolán neve bekerült a világirodalmi körforgásba, a regényt tizenkét nyelvre fordították le és rövid idő alatt közel egymillió példányban kelt el világszerte.

4.7.1. A kritikai recepció és irodalomterápiás értelmezés

Földes Jolán irodalmi munkásságát kortársai meglehetősen ambivalens módon értékelték. Míg egyes irodalomkritikusok nagyra becsülték azt a képességét, hogy a mindennapi élet apró rezdüléseit empatikusan, realista érzékenységgel jeleníti meg, mások inkább populáris, lektúr jellegű szerzőként tekintettek rá. Egyes kritikák a korszakban a 'megélhetési író' kifejezéssel illették. Ez azonban nem egyszerűen azt jelentette, hogy írásból él – hiszen számos kanonikus szerző, például Thomas Mann is műveinek bevételeiből tartotta fenn magát – a megjelölés inkább azt a kritikai nézőpontot tükrözte, amely a művészi autonómiát és a gazdasági függetlenséget idealizálta, s ez alapján vonta kétségbe egyes szerzők alkotásainak irodalmi értékét. Hevesi András 1936-ban,³⁴¹ majd Kardos László³⁴² 1938-ban a *Nyugat* hasábjain elsősorban a populáris irodalomhoz sorolták Földes írásait, kirekesztve azokat a kanonikus szépirodalmi diskurzusból.

Az idők folyamán azonban a Földes-életmű megítélése módosulni kezdett. Az 1989-es újrakiadás előszavában ugyan Szakonyi Károly még mindig visszhangozta a korábban domináns kritikai attitűdöket,³⁴³ és így fogalmazott:

Nem kétséges, hogy hitelesen tükrözi a kort, a tragédiákból kilábolni akaró, de egy újabb tragédiába sodródó Európát, ahol – távolról – már a hitleri csizmák dübörgését is hallani lehet. De mindez megmagyarázza-e, hogy miért lett olyan világra szóló siker ez a regény? Nem. Sem a téma, sem a forma nem indokolja szenzációt.³⁴⁴

³³⁹ FÖLDES Jolán, *Mária jól érett*, Pantheon, Budapest, 1932.

³⁴⁰ FÖLDES Jolán, *A halászó macska uccája*, Athenaeum, Budapest, 1936.

³⁴¹ HEVESI András, *A halászó macska uccája*, Nyugat, 1936. 12. sz.

³⁴² KARDOS László, *Más világrész*, Nyugat, 1938. 3. sz.

³⁴³ SZAKONYI Károly, *Előszó. Földes Jolán A halászó macska uccája*, Új Idő Könyvek, Budapest, 1989., 5-8.

³⁴⁴ *Uo.* 7.

Ezzel szemben Hegedűs Géza a regény utószavában már jóval árnyaltabb és pozitívabb értékelést adott.³⁴⁵ Elismerte Földes realista írói kvalitásait, és hangsúlyozta, hogy az író olyan részleteket emelt be műveibe, amelyek a köznapiság látszata ellenére is jelentésteliek és lélektanilag hitelesek. Hegedűs értelmezése szerint a Földes-írásokkal kapcsolatos kritikai elutasítások nem elsősorban esztétikai, hanem társadalmi reprezentációs kérdések mentén szerveződnek. Ezt a jelenséget a kritikai attitűdök társadalomlélektani aspektusaként írta le: szerinte az irodalmi elit hajlamos lebecsülni a szélesebb olvasóközönség ízlését, és a széles körben olvasott műveket automatikusan a perifériára szorítani, pusztán sikerességük miatt.

Az egész világ kritikai irodalmára jellemző, hogy a „jól fogyó” könyv nemzetközileg használt angol formája a bestseller – lebecsülő, olykor egyenest megbélyegző, ócsároló értékítélet. Az irodalmi élet bennfentesei sommásan lebecsülik az irodalom címmzettjét, az olvasók nagy tömegét, és igyekeznek az írásművészet peremére szorítani a nagy sikerű műveket.³⁴⁶

Földes Jolán londoni emigrációja során angol nyelvű publikációi révén nem csupán fenn tudta tartani írói jelenlétét, de nemzetközi ismertsége is tovább erősödött. A *Golden Earrings* (1946) című regény³⁴⁷ – amelyet később Marlene Dietrich főszereplésével megfilmesítettek – újabb bizonyítékaul szolgált annak, hogy az író képes volt áthidalni kulturális és nyelvi határokat, és a legkülönbélebb olvasói közegehez is szólni tudott. Az angol nyelvű olvasó közönség egyértelműen kedvezően fogadta műveit, így azok máig a nemzetközi irodalmi örökség részét képezik.

Mindezek a tényezők újragondolásra készítetik a kortárs irodalomtudományt Földes Jolán helyét és szerepét illetően. Munkássága az emberi sorsok empatikus, sokszor fájdalmas pontosságú ábrázolásán keresztül kapcsolódik be a 20. századi magyar és nemzetközi prózairodalom jelentős hagyományába.

4.7.2. *A halászó macska uccája* című regény

Földes Jolán legismertebb és nemzetközileg is legtöbbre értékelt regénye, *A halászó macska uccája*³⁴⁸ 1936-ban jelent meg, s a megjelenést követően rövid időn belül elnyerte a Pinker irodalmi ügynökség díját. Ez a nemzetközi elismerés nem csupán a mű minőségét,

³⁴⁵ HEGEDŰS Géza, *Földes Jolán és A halászó macska uccája. Utószó*, Új Idő Könyvek, Budapest, 1989., 195-204.

³⁴⁶ *Uo.* 199.

³⁴⁷ FÖLDES, Yolanda, *Golden Earrings*, W. Morrow, London, 1946.

³⁴⁸ FÖLDES, 1936.

hanem az író interkulturális érzékenységét és szélesebb összefüggésekben való gondolkodását is igazolta. A regény egyedülálló módon kapcsolja össze a történelmi és társadalmi makro-történeteket az egyéni sorsok mikro-szintű bemutatásával miközben egy külső, mindentudó elbeszélői nézőpontból vizsgálja szereplőit és azok döntéseit.

Az elbeszélés mód stílusa szempontból kettősséget hordoz: egyszerre gördülékenyen olvasható és gondolatgazdag. A narráció mögött megbúvó irónia – amely gyakran szenvtelenül, értékítélétől mentesen közvetíti az eseményeket – különösen hangsúlyos, sőt olykor a jelen idejű megszólalás által egyfajta metanarratív reflexióként is értelmezhető. A regény elbeszélője nem része az elbeszél világnak, így képes távolságot tartani és egyfajta történelmi horizontból szemlélni a szereplők sorsát.

A történet középpontjában a Barabás család áll, akik az 1920-as években emigrálnak Párizsba a jobb élet reményében. A három gyermek – Annus, Jani és Klári – szüleikkel együtt próbálnak megkapaszkodni egy új világban, miközben az emigráció léttapasztalata, az otthontalanság és a történelmi perifériára szorultság válik meghatározó élménnyé. A regény a francia fővárost – mint az emigráció színterét – nem idealizálja, mégis egyfajta béke és jólét szigeteként jeleníti meg, ahol az identitás újraértelmezése és a társadalmi beágyazódás lehetősége is adott.

A párizsi emigráns közösség – annak heterogenitása ellenére – harmonikus együttélésre képes. Élik az életüket, dolgoznak, nem töprengenek a haza elvesztésén és önzetlenül támogatják egymást. Az anyanyelv, a múlt emlékezése és a társadalmi kiszolgáltatottság érzése közösségi kohéziót teremt.³⁴⁹ A regény különös hangsúlyt helyez arra a paradox élményre, hogy az emigráns létezés időtlenné válik, és szereplői mintha 'kimenekültek volna a történelemből'. A hazalátogatás tapasztalata is megerősíti ezt a tapasztalást: Magyarország sem jelent már otthont számukra, visszatérnek hát Párizsba, ahol ezen a 'senkiföldjén' folytatódik tovább az életük.

A regény narrációját áthatják az általános érvényű kijelentések, melyek szentencia-szerűségükkel mintegy értelmezői keretet kínálnak a történetekhez.³⁵⁰

Emigrációban nem születnek gyermekek.³⁵¹

Minden népben van valami krisztusi, Annus.³⁵²

Magyar munkásasszony a francia szállodában olyan bús dolog.³⁵³

³⁴⁹ BOLEMANT Lilla, *Az emigráció „nembeli” jellege*, TNTeF, 2011. 1.1, 54.

³⁵⁰ BUDA, 2006, 102.

³⁵¹ FÖLDES Jolán, *A halászó macska uccája*, Pallas, Budapest, 1989., 194.

³⁵² *Uo.* 50.

³⁵³ *Uo.* 44.

Ezek a szentenciák nem csupán stiláris-poétikai eszközök, hanem az emigrációs lét kollektív tapasztalatainak összegző metaforái, amely lehetővé teszik az olvasó számára, hogy a történetet ne pusztán narratívaként, hanem lételméleti példázatként is olvassa.

A halászó macska uccája nem csupán az idegenség, a társadalmi marginalitás vagy az identitáskeresés témáit tematizálja, hanem a közösségi gondoskodás, az empátia és a transzkulturális szolidaritás lehetőségét is felmutatja. A regény világa egyszerre könyörtelenül realista és reményt adóan humanista: a szereplők nem hősök, hanem mindennapi emberek, akik egy idegen közegben is képesek megtartani méltóságukat és egymás iránti felelősségüket.

A mű irodalomterápiás szempontból különösen gazdag értelmezési horizontot nyújt. Az azonosulás, az érzelmi reflektivitás, valamint a saját élethelyzet újraértelmezésének lehetősége különösen azok számára lehet releváns, akik maguk is megtapasztalták a társadalmi kirekesztettséget, az identitás válságot vagy a beilleszkedés nehézségeit. A szereplők – különösen Annus, Jani és Klári – sorsaiban visszatükröződhetnek az olvasó dilemmái és létélményei, ezáltal a regény nemcsak irodalmi élményt, hanem terápiás hatást is képes kifejteni.

Földes Jolán ezen műve tehát egyszerre dokumentuma egy korszak társadalomtörténeti valóságának, és példa arra, hogy a szépirodalom miként lehet képes mélylélektani és közösségi tapasztalatok kifejezésére – s egyúttal feldolgozására is.

4.7.3. A kivándorlás posztkolonialista olvasata a műben

A halászó macska uccája a 20. század első felének migrációs tapasztalatait tematizálja, és nem csupán az emigráns lét egzisztenciális és pszichológiai aspektusait jeleníti meg, hanem a befogadó társadalom strukturális viszonyrendszerét is kritikusan vizsgálja. A regény különös hangsúllyal ábrázolja azt a liminális állapotot, amely a kivándorló szereplőket jellemzi, s amely a kortárs migrációs diskurzusok egyik központi fogalma.

A TÁRKI legutóbbi *Társadalmi Riport* kötete is alátámasztja a mű jelenkori aktualitását: Hárs Ágnes tanulmánya³⁵⁴ szerint ugyanis a magyar aktív korosztály mindegy hét százaléka tartózkodik ma is külföldön, döntően megélhetési okokból. Ezen aktuális társadalmi háttér ismeretében Földes szövege nemcsak irodalmi alkotásként, hanem szociokulturális diagnózisként is olvasható napjainkban.

³⁵⁴ HÁRS Ágnes, *Migráció, munkaerőhiány, vendégmunka*, tanulmány, In: *Társadalmi Riport 2024*, TÓTH István György–GÁBOS András–MEDGYESI Márton szerk., Tárki, Budapest, 2025., 235-256.

A regény központi helyszíne, Párizs értelmezhető egyfajta kulturális átmenettérként, ahol az identitások nem stabil konstrukciók, hanem folyamatosan újraalkotott, hibrid formák. Ezen megközelítés részben Homi K. Bhabha „Harmadik Tér” meghatározásához³⁵⁵ kapcsolódik, amelyet a posztkolonialista elmélet keretében fogalmazott meg, és ugyan Földes Jolán regényének háttérét a migráció és a diaszpórikus létformák határozzák meg – melyek történeti és szociopolitikai szempontból eltérnek a kolonialista elnyomás viszonyaitól – mégis megfigyelhetőek párhuzamok, egyezőségek a jelenségekben.

A Barabás család és az őket körülvevő transznacionális közösség ennek az átmeneti Harmadik Térnek a részeként jelenik meg: már nem tartoznak az anyaország szimbolikus rendjéhez, ugyanakkor a befogadó társadalom sem integrálja őket teljes jogú tagként. Ez az állapot az identitás töredezettségét, a kulturális közvetítés ambivalenciáját, valamint az otthon- és hovatarozás-élmény állandó újratárgyalását tematizálja. Bár a migráció nem tekinthető a kolonialista vagy posztkolonialista diskurzus egyszerű analógiájának, a hibriditás – Bahtyin elméletére³⁵⁶ visszavezethetően – továbbra is érvényes olvasási kulcs lehet az identitásközi tér rétegzett tapasztalatainak értelmezésére.

A regény egyik legmarkánsabb eszköze az állatszimbolika, amely az emigránsokat kiszolgáltatott, dehumanizált lényekként jeleníti meg. A narrátor ironikus hangon jegyzi meg a negyedik fejezetben:

Mostanában – a húszas évek elején – a politika jól bánik a párizsi szállodásokkal. Forradalmak, amelyek győznek, forradalmak, amelyeket levernek. Az eredmény mindig ugyanaz: kisebb vagy nagyobb embercsapat menekül, mint a szétugrasztott nyulak. A nyulak többsége általában Párizsba tart.³⁵⁷

Ez a metafora több szinten értelmezhető: egyrészt a társadalmi kitaszítottság allegóriája, másrészt a gyarmatosító tekintet reprezentációja, amely az idegent nem önálló szubjektumként, hanem tárgyiasított, 'haszonállati' státuszban látja. Az állatként való azonosítás, az egzotikum és a másság hangsúlyozása a gyarmati logikák szerves része. Földes Jolán regényének ezen motívumai azonban nem kizárólag a klasszikus értelemben vett posztkolonialista elméleti keretben értelmezendők, hanem sokkal inkább annak vádját fogalmazzák meg, hogy a két világháború közötti francia társadalom – mint egykori gyarmattartó nagyhatalom – nem csupán a tengerentúli népek irányában alkalmazott hierarchizáló megkülönböztetést, hanem európai bevándorlóival szemben is. A regény így egy ironikus, sőt olykor provokatív gesztussal világít

³⁵⁵ Homi K. BHABHA, *Mimikry, Hybridität, und Dritte Räume, Postkoloniale Theorie*, Maria do MAR CASTRIO – Nikita DHAWAN szerk., Wien, 2020, 258.

³⁵⁶ Mihail Mihajlovics BAHTYIN, *A szó esztétikája*, KÖNCZÖL Csaba ford., Gondolat, Budapest, 1976., 236.

³⁵⁷ FÖLDES, 1989., 35.

rá arra, hogy a magyarok pozíciója is a másság állatiassá tett, 'nem teljes jogú' státuszához közelít, még akkor is, ha az elbeszélői tudat ezt implicit módon tagadni igyekszik. Ez a kettős kódolás teremti meg azt a kritikai feszültséget, amely a regény egyik legérzékenyebb társadalmi olvasatát is lehetővé teszi. Valamint ebbe a diskurzusba illeszkedik Alberitine, Jani francia jegyesének reflexiója is:

Alberitine igyekszik leplezni, de minden idegenre úgy néz, mint valami egzotikus állatfaj ritka példányára.³⁵⁸

Az egzotizálás és a kulturális tárgyiasítás itt nem pusztán egyéni reakcióként jelenik meg, hanem a kolonialista attitűd intézményesült formájaként. A másik francia karakter, Raymond – Klári udvarlója – már nem egzotikus állatfajként, hanem 'csak' kicsit bolondként – de legalább már emberként – azonosítja a magyar családot:

Klári mosolyog, tudja, hogy Raymond titokban az egész társaságot kicsit bolondnak tartja. Nem baj, gondolja magában, még mindig jobb, mintha idegen állatfajnak tartaná őket.³⁵⁹

Ez a differenciált percepció az elfogadás gradációit is megjeleníti, amely a másság normatív újrakeretezését teszi lehetővé – bár továbbra is a kirekesztés különböző formái dominálnak.

A regény iskolai jelenete a kulturális sztereotípiák és az etnikai leegyszerűsítések abszurditását emeli ki. Jani, aki egy francia iskolába kerül már az első napon egy előítéletes megjegyzés célpontjává válik:

Te miért nem vagy fekete? – kérdi a szónok erélyesen. Jani megrezzen.
Tessék?
Te miért nem vagy fekete? A négerek mind feketék.³⁶⁰

Ez a jelenet a kolonialista diskurzus egyik alapvető problémájára világít rá: a idegen test színének, láthatóságnak és osztályozhatóságának kérdésére, amely a reprezentációs hatalom központi eszköze. A gyermeki megjegyzés ugyan naivitásból fakad, mégis egy mélyen internalizált gyarmati logikát tükröz.³⁶¹

³⁵⁸ *Uo.* 149.

³⁵⁹ *Uo.*, 189.

³⁶⁰ Földes, 1989., 23.

³⁶¹ VARGA Virág, „*Amíg egy asszony eljut odáig*”. *Magyar bestseller íróknak a 20. század első felében*, doktori disszertáció, ELTE, Budapest, 2010., 168.

A regény narratív ívén a klasszikus kolonialista transzformációs logika figyelhető meg. Jani mérnökként való elhelyezkedése egy francia gyarmaton azt a hierarchiát jeleníti meg, amelyben a felemelkedés lehetősége maga is a gyarmati rend igazolását szolgálja. A történet így azt a – kolonializmusból ismert – mechanizmust tematizálja, amikor az alacsonyabb társadalmi státuszú bevándorló elfogadja és újraalkotja a befogadó hatalom előítéleteit és normáit, ezzel a rendszer részévé válik. Ez az elmozdulás nem törli el a strukturális egyenlőtlenségeket, csak az alávetettség más formáit kínálja. Jani pozícióváltása így nem egyértelmű felszabadulás, hanem a gyarmati logikába történő belesimulás. Klári asszimilációs története is hasonlóan ambivalens: a francia jegyes révén kínálkozó társadalmi mobilitás nem emancipációs narratíva, hanem a női migráció egy jól ismert, történetileg is visszatérő útja – a házasságon keresztül történő társadalmi pozícióváltás.

A szereplők egy része visszatér Magyarországra, ám ott is idegenként érzékelik önmagukat – ami újra megerősíti a Harmadik Tér bizonyosságát és a transzlokális identitás sajátos kettősségét. A visszatérés így nem a gyökerekhez való hazatalálásként hanem egy újabb kudarcélményként jelenik meg.

Egyértelműen megmutatkozik a műben, hogy a kivándorló lét nemcsak a fizikai környezetváltozással járó, hanem lelki kihívásokat is jelent. A szereplők állandó bizonytalanságban élnek, és gyakran küzdenek azzal az érzéssel, hogy sehová sem tartoznak igazán. Ez a köztes lét, a 'senkiföldje' állapot, jól mutatja Bhabha elméletének adoptálhatóságát, miszerint a hibriditás és az identitás újraértelmezése alapvető része az emigráns létnek.³⁶²

A regényben a kivándoroltak közössége egyfajta ideális, de ugyanakkor illuzórikus közösségként jelenik meg, ahol a különböző nemzetiségek és társadalmi rétegek békésen élnek együtt. Ez a közösség azonban folyamatosan szembesül a befogadó társadalom előítéleteivel és diszkriminációjával, ami állandó kihívást jelent számukra. A regény zárójeleneteiben, amikor a Barabás család tagjai különböző módokon próbálnak boldogulni az új környezetben, Földes Jolán azt is bemutatja, hogy a menekült lét végső soron mindig kompromisszumokkal és áldozatokkal jár.

A mű tehát nemcsak a Barabás család történetét meséli el, hanem mélyebb társadalmi és politikai kérdéseket is feszeget az identitás, a kulturális különbségek és a hatalmi viszonyok

³⁶² Homi K. BHABHA 2020., 245.

természetéről.³⁶³ Ezzel a művel az író hozzájárult ahhoz, hogy az emigránsok hangja is hallhatóvá váljon az irodalmi diskurzusban. A regény záró szakaszai az emigráns lét egzisztenciális és morális dilemmáit hangsúlyozzák. Az integráció, bár formálisan lehetséges, gyakran lemondásokkal és önazonossági veszteségekkel jár. A két kisebb gyerek talán otthonra lel a franciák között, a többiek viszont két kultúra között rekednek, hontalanul.³⁶⁴ Ahogy az író is zárja regényét:

Egy-kettő sátrat ver az idegen földön. A többiek? Elmúlnak, lassan és nyomtalanul.³⁶⁵

A regény által közvetített tapasztalat a posztkolonialista irodalomtudományi gyakorlat számára is releváns. A hibriditás, az identitás újrakeretezése, valamint a dehumanizáló diskurzusok működése a kortárs migrációs narratívák kulcsmotívumai. Földes regénye ugyanakkor nem pusztán kritikai olvasatot tesz lehetővé: az elbeszélői empátia, az interperszonális kapcsolatok értékalapú bemutatása és a szolidaritás közösségi formái olyan értelmezési horizontokat nyitnak meg, amelyek mentálhigiénés szempontból is relevánsak lehetnek.

A irodalomterápiás megközelítés szerint a szöveg segítheti az olvasót abban, hogy a hibrid identitásból fakadó szorongásokat, a gyökértelenség érzését és a társadalmi kirekesztés tapasztalatait reflektív módon újraértelmezze. A regény mint történelmi fikció így nemcsak a múlt reprezentációja, hanem a jelen identitáspolitikai kérdéseinek allegorikus megjelenítése is – lehetősége kínálva a belső lelki tájak térképezésére és az önazonosság narratív újraformálására.

4.7.4. Női sorsok a regényben

A halászó macska uccája című regényében Földes Jolán a női életutak árnyalt és sokszor ambivalens ábrázolását helyezi középpontba, melyek nem csupán a cselekmény szintjén, hanem mélyebb strukturális és ideológiai rétegekben is megmutatkoznak. A mű a feminizmus elméleti horizontján belül értelmezve a női szerepek, elvárások és társadalmi pozíciók újragondolására ad lehetőséget. A regény nőalakjai a patriarchális társadalmi rend és a nemi

³⁶³ ERŐS Kinga, *Emigránsok utcája*. Földes Jolán: *A halászó macska utcája, Nő, tükrök, írás: értelmezések a 20. század első felének női irodalmáról*, VARGA Virág – ZSÁVOLYA Zoltán szerk., Ráció, Budapest, 2009., 326-331.

³⁶⁴ ZSADÁNYI Edit, „Piros mályva, papsajt, jézusszíve, bazsali, rezedá meg kisasszonycipő”. In: *Nő, tükrök, írás. Értelmezések a 20. század első felének női irodalmáról*, VARGA Virág – ZSÁVOLYA Zoltán szerk., Ráció, Budapest, 2009., 98-99.

³⁶⁵ Földes, 1989., 194.

szerepkonvenciók keretében élnek, miközben az emigráció nyújtotta térben próbálják megalkotni saját autonóm identitásukat.

A női karakterek közül kiemelkedik Annus, a Barabás család legidősebb lánya, aki már a mű kezdetén iskolába járás helyett a család háttértámogatójaként jelenik meg a háztartási munkát végezve, később pedig munkát vállal egy párizsi ruhaszalomban.

Annus nem artikulálhatta, hogy mire is vágyik, milyen életút megalkotására. Az ő helye az emigrációs generációk sorában az, hogy másnak teremtsen helyet, ahonnan a másik majd ki tud bontakozni. Az ő élettörténete nem más, mint az áthelyezés, átlépés egyik kultúrából a másikba, a hely megteremtése az élettörténet megvalósításához. Annus az a figura, akinek így nem lesz saját története, ő az, aki lehetővé teszi mások élettörténetének létrehozását. Nem is tudja megfogalmazni, artikulálni, hogy milyen emberré szeretne válni, mi is lehetne valójában az ő önmegvalósításának az útja.³⁶⁶

Az ő sorsa jól illusztrálja Luce Irigaray elméletét,³⁶⁷ miszerint a női szubjektum a patriarchális rendszerben a férfiak által meghatározott referenciahálózatban képes csak értelmeződni. Annus szerepe kezdetben az anyaszerep pótlása a családban, később azonban gazdaságilag is önállóul. Mégis, sorsát átszövi az a társadalmi kényszer, amely a nők értékét a házasságon keresztül méri.

A regény egy pontján világossá válik, hogy számára a házasság nem romantikus végcél, hanem egyfajta társadalmi biztonságot nyújtó konstrukció. Annus szemlélete pragmatikus: számára a házasság nem álom, hanem stratégia. Irigaray szerint a női szubjektivitás megélésének egyik akadálya éppen az, hogy a női test és szerep kizárólag a férfi társadalmi struktúra kontextusában nyer jelentést³⁶⁸ – Annus esetében ez különösen nyilvánvaló. Az ő története ezért a női emancipáció korlátaira világít rá: hiába a gazdasági függetlenség, a társadalmi elvárások béklyója alól nem szabadulhat.

A mű másik jelentős nőalakja Klári, a legfiatalabb lánytestvér, akinek sorsa ugyanebben a társadalmi közegben egy alternatív utat képvisel. Klári története a női emancipáció lehetőségeit tágítja: francia ösztöndíjat kap, tanulmányokat folytat, s orvosi pályára készül. Ez a narratíva beleilleszkedik Judith Butler performativitáselméletébe,³⁶⁹ amely szerint a nemi identitás nem előre adott, hanem társadalmi aktusokon keresztül konstruálódik. Klári esetében ez a konstrukció a tanuláson, a szakmai karrieren és az interkulturális kapcsolatokon keresztül

³⁶⁶ ZSADÁNYI Edit, *Megszólal az alárendelt? A kiszolgáltatottak történetmondása és az önértelmezés hiányának értelmezése 20. századi irodalmi művekben*, Doktori értekezés, Budapest, 2024., 93.

³⁶⁷ IRIGARAY, Luce, *A diskurzushatalma, a nőiség alárendeltsége. A posztmodern irodalomtudomány kialakulása*, Osiris, Budapest, 2002. 483–490., 484.

³⁶⁸ Uo.

³⁶⁹ BUTLER, Judith, *Jelentős testek*, BARÁT Erzsébet – SÁNDOR Bea ford., Új Mandátum, Budapest, 2005., 11.

megy végbe. Az emancipáció itt nem csupán eszmei lehetőség, hanem konkrét társadalmi gyakorlat – még ha részben a szerencsén és a társadalmi tőkén is alapul.

A női karakterek társadalmi szerepvállalásának differenciálását tovább árnyalja, ha górcső alá vesszük Elaine Showalter feminista irodalomkritikus megközelítését,³⁷⁰ aki szerint a női alakok gyakran az alávetettség prizmáján keresztül reprezentálódnak, s narratív funkciójuk is ennek megfelelően determinált. A női sorsok országoktól függetlenül, univerzális érvényességgel kerülnek ábrázolásra a regényben. A nők kiszolgáltatottsága, a nők elleni erőszak, és a hagyományos női szerepek erőltetése mind-mind azt mutatják, hogy a patriarchális társadalmi berendezkedés hasonlóan működik mindenütt.

A műben a nők értékét egyértelműen a férfiak mellett betöltött szerepük határozza meg, és a legfőbb feladatuk ennek a szerepnek a beteljesítése. Ezt az értelmezést erősíti meg Stolczné tragikus sorsa a műben, aki hazaköltözni vágyik, ám férje a végső döntés pillanatában megöli. Ez a jelenet a patriarchális kontroll végső és legszélsőségebb megnyilvánulása, melyben a női autonómia nemcsak lehetetlenné válik, de erőszakosan meg is semmisül.

Földes Jolán prózája azonban nem esik a didaktizmus vagy az idealizálás csapdájába. A regény stílusa realista, sőt már-már dokumentarista pontossággal követi a női életutakat, azok belső és külső konfliktusaival együtt. Az elbeszélés empátikus, de nem érzélgős – inkább a csendes rezignáció és az életvalóságok iránti érzékenység jellemzi. Ez a tárgyilagos, mégis humanista hangnem különösen alkalmassá teszi a művet irodalomterápiás célokra. Az olvasó nemcsak felismerheti saját élményeit a szereplők sorsában, hanem reflexív módon újra is értelmezheti azokat.

A női karakterek fejlődési íve, a társadalmi elvárásokkal szembeni lázadásaik, illetve alkalmazkodási stratégiáik olyan kérdéseket vetnek fel, amelyek kortárs relevanciával bírnak. Annus és Klári nem pusztán egy család két nőalakja, hanem a női identitás történeti spektrumának két végpontja: az egyik a társadalmi rendbe való belesimulás, a másik az autonóm öndefiníció lehetősége.

Mindeközben Földes Jolán irodalmi eljárásai – a részletező leírások, a dialógusok révén kibontakozó belső világok, a narrátor nem mindentudó, de kívülálló álló és mégis érzékeny pozíciója – mind azt a célt szolgálják, hogy a női tapasztalat ne csupán megjelenítve legyen, hanem átélhetően és hitelesen jelenjen meg.

A regény ezáltal nemcsak szociokulturális láttelel a két világháború közötti korszak női valóságáról, hanem egyfajta irodalmi önértelmezési kísérlet is arra vonatkozóan, hogy miként

³⁷⁰ SHOWALTER, Elaine, *A feminista irodalomtudomány a vadonban*, Irodalomtudományi Szemle, 1994. 4. sz., 418.

lehet a női sorsokat nemcsak tematizálni, hanem érvényes és megrendítő módon irodalomká formálni. Földes Jolán ezzel a művével nemcsak a feminizmus irodalmi diskurzusához járul hozzá, hanem olyan kollektív élmények artikulálásához is, amelyek a női olvasók számára terápiás jelentőséggel bírhatnak.

A regény sajátos értéke, hogy miközben történelmi és társadalmi tablót nyújt az emigráció közegében, ezzel párhuzamosan vizsgálja a nők társadalmi és pszichológiai helyzetét, valamint az emancipáció esélyeit és határait. Mindezeket túl pedig számos ponton illeszkedik a Homi K. Bhabha által megfogalmazott Harmadik Tér koncepciójához,³⁷¹ amely az identitás újratárgyalásának és a kulturális hibriditás kibontakozásának elméleti terepe. A regény női szereplői – különösen Annus és Klári – ebben az interkulturális térben kénytelenek újraalkotni önmagukat, miközben folyamatosan szembesülnek az idegenség, a beilleszkedés és az identitásválság dilemmáival. A női tapasztalat ilyen módon nem csupán társadalmi pozíció, hanem egyben narratív szervezőelv is: az önazonosság folyamatos újraakasztása, amely az emigráció kontextusában sajátos élességgel jelentkezik.

A regény nem hallgatja el az emancipáció korlátait, ami rendkívül tanulságos lehet mai irodalomterápiás feldolgozás szempontjából is. Földes Jolán érzékletesen ábrázolja, hogy még a nyugati társadalmakban is – ahol formailag adottabbak a szabadságjogok – a női önérvényesítés számos rejtett akadállyal szembesül. Annus és Klári története az is megmutatja, hogy a női autonómia gyakran kompromisszumokon, áldozatokon és alkalmazkodáson keresztül érhető el.

A társadalmi mobilitás és az egyéni boldogulás lehetőségei szoros összefüggésben állnak a társadalmi elvárásokkal, normatív nemi szerepekkel és az ezekhez kapcsolódó hatalmi viszonyokkal. Földes regénye így nemcsak a kelet-európai női emigráns tapasztalatot jeleníti meg, hanem egyúttal tükörként is működik a francia és angol olvasóközönség számára: betekintést ad abba, hogy érzékelik és élik meg a 'nyugatot' azok, akik kívülről, kulturális és társadalmi különbségekkel terheltén érkeznek ebbe a világba. Ez a külső nézőpont lehetőséget teremt a befogadó társadalmak saját normarendszereinek és előítéleteinek újragondolására is.

Elaine Showalter irodalomkritikai megközelítése szerint a női karakterek nemcsak a társadalmi alávetettség passzív elszorultjai, hanem gyakran reflektív szereplők is, akik tudatosan vagy ösztönösen keresik az alternatív létformákat.³⁷² *A halászó macska uccája* nem csupán történelmi regényként, hanem pszichológiai realizmussal átszőtt társadalomkritikaként is értelmezhető. E narratív komplexitás és reflexivitás teszi különösen alkalmassá

³⁷¹ Homi K. BHABHA 2020., 245.

³⁷² *Uo.*

irodalomterápiás alkalmazásra. A regény egyaránt nyújt lehetőséget az azonosulásra, a távolságtartó elemzésre és az érzelmi feldolgozásra. Az olyan tematikus csomópontok, mint a női identitás, a kulturális gyökértelenség, az otthonkeresés, a közösségi támogatás vagy a nemi szerepek konfliktusa, mind relevánsak lehetnek terápiás munkafolyamatokban – különösen női olvasók, női csoportok számára.

Az irodalomterápiás gyakorlatok során a regény részletei kiváló kiindulópontként szolgálhatnak naplóíráshoz, kreatív önkifejezési formákhoz vagy dramatikus feldolgozáshoz. A szereplők összetett dilemmái az emigrációban lehetőséget adnak arra, hogy a résztvevők saját élethelyzeteiket új szemszögből vizsgálják meg, s az irodalmi élmény által rálássanak belső konfliktusaikra, rejtett erőforrásaikra. A mű atmoszférája – amely egyszerre empátikus és kritikus nem terheli meg a befogadót, hanem lehetőséget ad a fokozatos elmélyülésre, a felismerésre és a személyes narratíva újraalkotására.

A női sorsok ilyen érzékeny és árnyalt bemutatása nem csupán irodalmi értékke nemesül, hanem remek terápiás erőforrássá is válik. Az olvasó nemcsak a történelmi kontextus megértéséhez jut közelebb, hanem felismeri 'az időtlen igazságokat', a generációkon, korokon átívelő emberi szituációkat és ezáltal saját érzelmi világának feltárásában is új kapaszkodókra tud lelni.

Földes Jolán így válik nem csupán a női írásmód reprezentánsává, hanem a pszichológiai mélységű társadalmi irodalom egyik kiemelkedő alakjává is. Munkája, amely az emigráció, az identitás, a nemiség és a társadalmi hatalmi viszonyok metszéspontjába bontakozik ki, olyan irodalmi örökséget jelent, amely méltán érdemel helyet mind a kortárs irodalmi mind az irodalomterápiás diskurzusban.

A női tapasztalatok univerzalizálása, valamint a történelmi és társadalmi beágyazottság együttes megjelenítése révén ez a mű nemcsak olvasmány, hanem kitűnő tükör és eszköz is az önismereti és terápiás munkában. Kivételes lehetőséget kínál az érzelmi bevonódásra és azonosulásra, mivel olyan alaptémákat is jár körül, mint az emigrációval járó identitásválság, a társadalmi marginalizáció és a közösségi gondoskodás kérdése, melyek időn felül állóan aktuálisak.

A főbb szereplők mind olyan figurák, akik idegen környezetben próbálnak stabil identitást és érzelmi biztonságot találni, miközben az olvasó számára mintát adhatnak az egzisztenciális nehézségekkel való szembenézéshez is. Az ilyen karakterekkel való azonosulás – különösen a beilleszkedési zavarokkal, társadalmi kirekesztettséggel vagy belső konfliktusokkal küzdő olvasók számára – lehetőséget ad saját élethelyzetük más szemszögből

való megvizsgálására. Dilemmáik, döntéseik és érzelmi reakcióik visszatükrözik az olvasó saját tapasztalatait, így azok új értelmezést, feldolgozást nyernek a szövegélmény során.

Földes írói munkássága, különösen *A halászó macska uccája* című műve, kiemelkedő példája annak, miként képes az irodalom hidat képezni az egyéni és a kollektív tapasztalatok között.

5. Összegzés

A jelen szakdolgozat kiindulópontja az a felismerés volt, hogy az irodalom nem csupán reprezentálja a világot és az emberi létezés komplexitását, hanem bizonyos olvasói attitűd és kontextus esetén képes aktívan részt venni az egyéni identitás, az önreflexió és a lelki integráció folyamataiban is. Az irodalomterápia mint fogalom – noha viszonylag új keletű diszciplína – szoros kapcsolatot ápol a hermeneutikai hagyományokkal, a pszichoanalitikus szövegértelmezéssel, valamint a kulturális traumaelméletekkel. A dolgozat célja tehát kettős volt: egyrészt bemutatni az irodalomterápia elméleti megalapozottságát és módszertani lehetőségeit, másrészt 20. század eleji női irodalmi szövegek példáján keresztül láttatni, – különös figyelemmel szentelve Kaffka Margit *Színek és évek*³⁷³ és Földes Jolán *A halászó macska uccája*³⁷⁴ című regényeire – hogy miként válhat egy irodalmi mű az önismeret, az én újraalkotása és a belső transzformáció médiumává.

Dolgozatom egyik legfontosabb felismerése, hogy a terápiás olvasás messze nem azonos az élvezeti vagy klasszikus irodalomértő olvasással. A terápiás attitűd sajátossága, hogy a szöveget nem esztétikai entitásként hanem rezonáns térként kezeli: a szöveg és az olvasó közötti viszony nem pusztán befogadói, hanem kölcsönhatásos, amelyben az olvasó saját élettörténete, tapasztalatai, sérülései és vágyai aktív módon belépnek az értelmezés szövetébe. Ez a fajta olvasásmód fokozottan érzékeny a nyelvi, stiláris és tematikus rétegekre, ugyanakkor nem elégszik meg a pusztá jelentésfeltárással, hanem a szöveget saját lelki folyamatira reflektáló eszközként használja.

Kaffka Margit *Színek és évek* című műve különösen érzékeny terepe ennek a fajta olvasásnak. Hisz miközben a regény főhőse, Magda, a századelő magyar dzsentrí világának szorításában próbál érvényesülni és a társadalmi elvárások, az anyaság kérdése és a női szubjektum marginalizációja egyre fojtogatóbbá válik számára, Kaffka nem kínál megváltó narratívát. Magda története nem hősies, hanem belsőleg korlátozott, melankólikus és önmagába

³⁷³ KAFFKA, 1912.

³⁷⁴ FÖLDES, 1936.

záródó. Éppen ez a lezáratlanság, a sorsszerűség és az alternatíva nélküli életérzés teszi különösen alkalmassá terápiás olvasásra, hiszen a szöveg strukturáltsága nem determinálja, hanem megnyitja a jelentést: olvasó egyre mélyebbre kerül általa az önreflexió rétegeiben. A történet mozdulatlansága így nem bénító, hanem reflektív tükörré válik.

Ezzel szemben – vagy inkább ennek kiegészítéseként – Földes Jolán *A halászó macska uccája* című regénye egy teljesen más olvasói tapasztalatot kínál. A regény nőalakjai – különösen Annus és Klári – nemcsak a társadalmi hierarchia alsóbb rétegeiben élnek, hanem egy olyan világban is mozognak, ahol a női szolidaritás, a közösségi megélés és a munkához, tanuláshoz való viszony központi szerepet játszik. A narratíva dinamikusabb, epizodikusan szerkesztett és a női identitás nem elsősorban a belső vívódásokban, hanem a strukturális elnyomás elleni rezisztencia formáiban nyilvánul meg. Földes regénye tehát egy olyan terápiás olvasási lehetőséget teremt, amelyben az olvasó nem önnön tehetetlenségét, hanem potenciális erejét, közösségi beágyazottságát, és változtató képességét tudja felismerni. Az önismeret itt nem a belső szenvedés lassú feltárásán, hanem az önmeghaladás és a társadalmi kontextus újraírásán keresztül történik.

A két regény közötti különbségek ugyanakkor nem kizárják, hanem éppen kiegészítik egymást: míg Kaffka Margit világában a trauma belső struktúrává válik, addig Földes Jolánnál a trauma közösségi narratívába integrálódik. Az irodalomterápia szempontjából ez azt jelenti, hogy az olvasó saját élettapasztalatától függően különböző szinteken képes kapcsolódni a szövegekhez. A *Színek és évek* az introvertált, reflektív, intellektuális feldolgozás terepe, míg *A halászó macska uccája* a cselekvés, az aktív újrakezdés és az egymásra találás lehetőségének olvasói terét teremti meg.

Az elméletiháttér, amelyet a szövegek vizsgálatánál bevontam – úgy mint Martha C. Nussbaum irodalmi empátiáról és érzelmi intelligenciáról szóló érvelése,³⁷⁵ vagy mint Paul Ricoeur narratív identitásfogalma³⁷⁶ – mind azt mutatja, hogy az irodalom olvasása nem csupán passzív befogadás, hanem kreatív aktus is. A irodalomterápiás olvasó nemcsak értelmez, hanem újraalkot, nemcsak dekódol, hanem konstruál is. Az identitás nem statikus, hanem narratív, és ahogy az élet történetként konstruálódik, úgy van lehetőségünk annak átírására, átfogalmazására is. Ebben az értelemben az irodalomterápia a nyelv gyógyító erejét aktiválja – nem irányító módon, hanem a nyelvi önkifejezés, az elbeszélhetőség és az értelmezés lehetőségein keresztül.

³⁷⁵ NUSSBAUM, 1995.

³⁷⁶ RICŒUR, 1992.

Dolgozatom így amellezt érvel, hogy az irodalomterápia nem csupán pszichológiai vagy pedagógiai eszközként értelmezhető, hanem olyan kulturális gyakorlatként, amely lehetővé teszi az egyéni tapasztalatok kollektív szintre emelését, az elhallgatott történetek artikulálását és az önazonosság újraformálását. Kaffka, Földes és vizsgált 20. század eleji női írók művei nemcsak történeti és esztétikai értékük miatt fontosak, hanem azért is, mert a biblioterápiás olvasás kivételes lehetőségét hordozzák: a női tapasztalat, a trauma, a társadalmi elnyomás és az énkeresés olyan regisztereit szólaltatják meg, amelyek az olvasóban is mély rezonanciát képesek kelteni.

A biblioterápiás olvasás végső soron nem más, mint belépés a nyelvbe, s annak felismerése, hogy a kimondhatatlan nem a csendben rejlik, hanem a nyelv, az olvasás lehetőségében. Ott, ahol az olvasó saját belső világával találkozik, a szöveg már nem külső tárgy, hanem partner egy párbeszédben. Ebben a konverzusban születik meg az, amit lelki gyógyulásnak, felismerésnek, megfogalmazásnak vagy egyszerűen csak emberi jelenlétnek nevezhetünk.

Az irodalomterápia elméleti és módszertani kerete mára egyértelműen az interdiszciplinaritás irányába mozdult el: a pszichológia, a narratív elméletek, az olvasáskutatás és az orvosi humaniorák határterületein mozgó tudásformák egymásba ágyazódása új felismerések és terápiás lehetőségek előtt nyitott teret. A jelen dolgozatban vizsgált irodalmi szövegekről ezért is elmondható, hogy nem csupán irodalomtörténeti szempontból értékesek, hanem alkalmasak arra is, hogy a narratív identitás alakulását, az érzelmi és morális intelligencia fejlődését, valamint az élettörténetek strukturálhatóságát interdiszciplináris kontextusban világítsák meg.

A narratív pszichológia – Jerome Bruner,³⁷⁷ Dan McAdams³⁷⁸ és Paul Ricoeur munkái³⁷⁹ nyomán – abból indul ki, hogy az emberi identitás nem statikus entitás, hanem történetként artikulált és újraírható konstrukció. Az irodalmi szövegek olvasása nem csupán empátiás azonosulásra készítet, hanem olyan nyelvi és kognitív műveleteket aktivál, amely révén az olvasó saját élettapasztalatát is új narratívába tudja rendezni. Ez a folyamat különösen intenzív akkor, ha a szövegben traumatizált veszteségekkel vagy betegségélményekkel terhelt alakok jelennek meg – hiszen ezek az olvasás aktusát egyfajta narratív újrakeretezéssé alakítják, amelynek során az olvasó implicit módon saját életének új szempontú értelmezéséhez jut el.

³⁷⁷ BRUNER, Jerome, *Az oktatás kultúrája*, Gondolat, Budapest, 2004., 112.

³⁷⁸ MCADAMS, 1993.

³⁷⁹ RICŒUR, 1992.

Az olvasáskutatás, különösen a szociálkognitív irodalomfelfogás alátámasztja, hogy az irodalmi szövegek fokozottan képesek fejleszteni a mentalizációs képességet, az empatikus beleérzést, valamint a morális komplexitás érzékelését. Innen tekintve a *Színek és évek* Magdája is például nem pusztán sorsalak, hanem morális kihívás az olvasó számára: ítélkezésre, megértésre, azonosulásra és távolságtartásra készít egyszerre. E komplex érzékenyítő hatás az érzelmi intelligencia fejlődésének előfeltételeként értelmezhető, és a narratív pszichológia felől nézve ez az 'elbeszélt másik' egyúttal saját történeteink újradefiniálására is ösztönöz.

A fentiek mentén pedig még különösen releváns az orvosi humaniórák (medical humanities) diszciplináris térfoglalása is, amely a betegség, a fájdalom és a halál irodalmi ábrázolását nemcsak kulturális, hanem gyakorlati-etikai horizontba is helyezi. A betegségtörténetek elbeszélése (illness narratives), mint például Arthur W. Frank³⁸⁰ vagy Rita Charon munkáiban,³⁸¹ azt a felismerést hangsúlyozza, hogy az egészségügyi ellátás minősége radikálisan javulhatna, ha a szakemberek nemcsak a diagnózist olvasnák, hanem a páciens mint történetet is. E szemléletre az irodalomterápia is rákapcsolódik, amikor a szövegekben megjelenő testi-lelki sebek értelmezése során egyfajta szimbolikus gyógyítási lehetőséget kínál.

Ebben a keretben *A halászó macska uccája* nem csupán a női sors társadalmi elnyomottságának dokumentuma, hanem olyan élményszerkezetek szövegszerű lenyomata is, amelyek a testi munka, a fájdalom, a betegség, a túlélés és a szolidaritás narratíváiban artikulálódnak. A szöveg így válik egyfajta kollektív 'betegségtörténeté' – nem a klasszikus értelemben vett orvosi patográfia szerint, hanem egy olyan társadalmi-egzisztenciális nyelv mentén, amely a kirekesztettség, és az alárendeltség tapasztalatait láthatóvá teszi.

A munkámban elemzett művek tehát egy olyan interszekcionális térbe íródnak bele, ahol a pszichológiai belátások az olvasás aktusának kognitív következményei, valamint az etika és az emberi méltóság szempontjai egymást erősítve rajzolnak ki egy újfajta, reflektív és együttérző irodalomfelfogást. Ebben a horizontban a narratív identitás nem lezárt konstrukció, hanem folyamatos átírás alatt álló szöveg – olyan forma, amelyre az olvasott irodalom nemcsak hatással van, hanem aktívan formálja azt.

Végző soron az interdiszciplináris integráció nem pusztán elméleti igény, hanem etikai felelősség is: az irodalom, az orvostudomány, a pszichológia és a kultúratudomány közötti átjárások megteremtése révén olyan új olvasói pozíciók artikulálódnak, amelyek az érzékenyítésen, az önreflexión és a morális komplexitás észlelésén keresztül tesznek lehetővé nemcsak megértést, hanem gyógyulást is.

³⁸⁰ FRANK, Arthur W., *The wounded storyteller: body, illness and ethics*, Chicago University, Chicago, 1995.

³⁸¹ CHARON, 2006.

Deutschsprachiges Abstract

Meine Masterarbeit hat das Ziel, einen umfassenden Überblick über Literaturtherapie zu geben und deren Anwendung im Kontext weiblicher Schicksalsfragen in den Werken von ungarischen Schriftstellerinnen des frühen 20. Jahrhunderts zu analysieren.

Literaturtherapie – auch Bibliothherapie genannt – ist eine Form der Kunsttherapie, die literarische Texte als Mittel zur psychischen und emotionalen Entwicklung einsetzt. Wegen ihrer Vielseitigkeit habe ich in der Fachliteratur keine einheitlich akzeptierte Definition dieses Begriffs gefunden, deshalb habe ich das Thema zuerst umfassend beleuchtet, und seinen historischen Hintergrund gezeigt.

Ich habe dargestellt, daß der therapeutische Nutzen literarischer Werke vor allem in ihrer Fähigkeit liegt, den Lesenden Orientierung zu geben, emotionale Prozesse anzustoßen und Reflexion zu fördern. Ein zentraler Bestandteil der Literaturtherapie ist die Identifikation der Lesenden mit literarischen Figuren und deren Erfahrungen. Durch diese Identifikation erhalten die Teilnehmenden Möglichkeiten zur Selbstreflexion und können neue Bewältigungsstrategien entwickeln. Literarische Werke reflektieren häufig universelle menschliche Probleme und Konflikte, wodurch sie zur Auseinandersetzung mit eigenen Herausforderungen anregen können. Die therapeutische Wirkung der Literatur manifestiert sich in der Katharsis, in der Steigerung der Empathiefähigkeit sowie in der Möglichkeit, die eigene Lebenssituation zu erkennen und aus einer distanzierten Perspektive zu betrachten.

Meine Masterarbeit widmet sich insbesondere den Werken ungarischer weiblicher Autorinnen des frühen 20. Jahrhunderts – mit besonderem Augenmerk auf die Romanen: *Farben und Jahren* von Margit Kaffka und *Die Straße der fischenden Katze* von Jolán Földes – da diese Zeit eine Phase des gesellschaftlichen Wandels markierte, in der Frauen zunehmend literarische Stimmen erhielten. In ihren Werken setzen sie sich häufig mit Herausforderungen der weiblichen Identität, der gesellschaftlichen Rollenverteilung, der Emanzipation und der inneren Konflikte auseinander. Themen wie Ehe, Mutterschaft, Selbstverwirklichung, eigene Wille und soziale Erwartungen spielen eine zentrale Rolle in diesen Texten und bieten ein reichhaltiges Material für eine literaturtherapeutische Analyse.

Meine Untersuchung zeigt auf, daß die in den literarischen Werken behandelten Schicksalsfragen von universeller Gültigkeit sind, und sich auch für heutige Leserinnen und Leser als wertvolle Reflexionsgrundlage erweisen. Die Literaturtherapie kann somit als Medium zur persönlichen Entwicklung genutzt werden, indem sie emotionale Prozesse

unterstützt und zur Bewältigung von inneren Konflikten beiträgt. Die hier analysierten Werke belegen, dass die literarischen Darstellungen weiblicher Schicksale nicht nur historische Dokumente sind, sondern auch literaturtherapeutisches Potenzial für gegenwärtige Herausforderungen besitzen.

Schließlich habe ich aufgezeigt, daß das bibliothераpische Lesen dieser Werke ein tieferes Verständnis für weibliche Lebenswelten entwickeln und dadurch Empathie sowie emotionale Intelligenz stärken. Die Arbeit unterstreicht die Bedeutung der Literaturtherapie als interdisziplinäres Feld, das sowohl in der Psychologie als auch in der Literaturwissenschaft fruchtbare Anwendung findet.

Bibliográfia

- ACSÁDY Judit, „Megtettük-e azt, amit eszményeink szerint meg kellett volna?”. In: *Kisebbség, többség, többszörösség*, TAKÁCS Judit – TÓTH Tamás szerk., MTA TK, Budapest, 2016.
- ADY Endre, *Kafka Margit versei*, Nyugat, 1918/9.
- ADY Endre, *LESZNAI ANNA VERSEI. Hazajáró versek, Budapest, 1909. A Nyugat folyóirat kiadása*, In: *Ady Endre összes prózai műve. 9. kötet. Cikkek, tanulmányok. 1909. január-december*, VEZÉR Erzsébet szerk., Akadémiai, Budapest, 1955., 212.
- ANTALNÉ Szabó Ágnes, *A szövegértő olvasás fejlesztése magyar nyelven – adaptivitás és motiválás a fejlesztésben*, tanulmány, In: *A szövegértés mint tanulási képesség fejlesztése* kiadvány, ELTE, Budapest, 2016.
- ANTONI Rita, *A magyarországi feminista megmozdulások története*,
- BHABHA, Homi K., *Mimikry, Hybriditát, und Dritte Räume, Postkoloniale Theorie*, Maria do MAR CASTRIO – Nikita DHAWAN szerk., Wien, 2020.
- BABITS Mihály, *Bergson filozófiája*, Nyugat, Budapest, 1910/14.
- BAHTYIN, Mihail Mihajlovics, *A szó esztétikája*, KÖNCZÖL Csaba ford., Gondolat, Budapest, 1976.
- BARNA Emília – CSÁNYI Gabriella – GAGYI Ágnes – GERÖCS Tamás, *A kritikai feminizmus helyzete Magyarországon*, Replika, 2018/108–109., 241-262.
- BARTOS Éva szerk., *A biblioterápia közelről. "A szentendrei modell"*, Pont, Budapest, 2020.
- BARTOS Éva, *Olvasókönyv a biblioterápiáról*, Országos Széchényi Könyvtár Könyvtártudományi és Módszertani Központ, Budapest, 1989.
- BASCH Éva – KEGYES Erika, *Kreatív írás. Elmélet és gyakorlat*, SZTE JGYPK, Szeged, 2024.
- BÉCSY Tamás, *A drámamodellek és a mai dráma*, Akadémiai, Budapest, 1974.
- BÉDY-SCHWIMMER Rózsa, *Leányok pályamutatója. A magyar család aranykönyve II.*, BEXHEFT Ármin szerk., Budapest, Athenaeum, 1910.
- BÉRES Judit, *Azért olvasok, hogy éljek. Az olvasásnépszerűsítéstől az irodalomterápiáig*, Kronosz, Pécs, 2017.
- BÉRES Judit, *Az olvasás segít élni - átélni és túlélni is*, Womanpress, Pozsony, 2022.
- BÉRES Judit, *Az olvasás szerepe a személyiség gazdagításában. A kisgyermekes családok és a helyi fiatalok könyvtári támogatása*, tanulmány, Budapest, 2016.
- BÉRES Judit, *Élet a sorok között. Irodalomterápiás gyakorlatok mindenkinek*, Libri, Budapest, 2022.
- BÉRES Judit, *Az olvasás szerepe a személyiség gazdagításában. A kisgyermekes családok és a helyi fiatalok könyvtári támogatása*, tanulmány, Budapest, 2016
- BODNÁR György, *Kafka Margit (1880 – 1918)*, szerk. SÓTER István – SZABOLCSI Miklós, *A magyar irodalom története. V. A magyar irodalom története 1905-től 1919-ig*, Akadémiai, Budapest, 1965.
- BODNÁR György, *Kafka Margit*, Balassi, Budapest, 2001.
- BODNÁR György *Bevezető tanulmánya. Kafka Margit regényei*, Szépirodalmi, Budapest, 1962.
- BOLDIZSÁR Ildikó, *Meseterápia - Mesék a gyógyításban és a mindennapokban*. Budapest, Magvető, 2023.
- BOLEMANT Lilla, *Az emigráció „nembeli” jellege*, TNTeF, 2011. 1.1, 54.
- BOLEMANT Lilla – SZAPU Marianna szerk., *Bevezetés a gendertanulmányokba*, Phoenix Polgári Társulás, Pozsony-Nyitra, 2015.
- BOZSOKI Petra, *Bővülő értelmiségi nő szereprepertoár a 19. századi Magyarországon*, Iris, Budapest, 2019.

- BRUNER, Jerome, *Az oktatás kultúrája*, Gondolat, Budapest, 2004., 112.
- BUDA Attila, *Ismétlés, mint értelmezés*, Szépirodalmi Figyelő, 2006. 5. sz., 96.
- BUDA Béla, *Az empátia – a beleélés lélektana*. Gondolat, Budapest, 1985.
- BUTLER, Judith, *Gender Trouble. Feminism and the Subversion of Identity*, Routledge, New York, 1990.
- BUTLER, Judith, *Jelentős testek*, BARÁT Erzsébet – SÁNDOR Bea ford., Új Mandátum, Budapest, 2005., 11.
- CZACHESZ Erzsébet, *Irodalomterápia és személyiségfejlődés*, Mentálhigiéné és Pszichoszomatika, 2008/4.
- CHARON, Rita, *Narrative Medicine – Honoring the Stories of Illness*. Oxford University Press, Oxford, 2006.
- CHARTIER, Roger, *The Cultural Uses of Print in Early Modern France*, Princeton University Press, 1987.
- CRENSHAW, Kimberle, *Mapping the Margins. Intersectionality, Identity Politics, and Violence Against Women of Color*, Stanford Law Review, Stanford, 1991/43., 1241–1299.
- CROTHERS, Samuel McChord *A Literary Clinic*, Atlantic Monthly, 118(4), 1916.
- CZEFERNER Dóra, „Kávéházakban, klubokban, olvasókörokkben kérjük A Nő és a Társadalom lapot!“, Egy folyóirat a nők egyenjogúságáért, Médiakutató, 2014/15. 2. sz., 49-61.
- CZÓBEL Minka, *Az erdő hangja*, Singer és Wolfner, Budapest, 1914.
- CZÓBEL Minka, *Három veréb hat szemmel*, Szépirodalmi, Budapest, 1977.
- CZÓBEL Minka, *Kakukfüvek. Költemények 1890-1900*, Athenaeum, Budapest, 1901.
- CZÓBEL Minka, *Nyírfalombok*, Révai Testvérek, Budapest, 1890.
- CZÓBEL Minka, *Opálok*, Franklin Társulat, Budapest, 1903.
- CZÓBEL Minka, *Pókhálók*, Singer és Wolfner, Budapest, 1906.
- Simone DE BEAUVOIR, *A második nem*, GÖRÖG Livia – SOMLÓ Vera ford., Gondolat, Budapest, 1971.
- DÉZSI Ibolya, *Én, Földes Jolán és a halászó macska uccája*, Atlantic Press, Budapest, 2023.
- DOLL, Beth –DOLL, Carol, *Fiatalkok biblioterápiája. Könyvtárosok és mentálhigiénés szakemberek együttműködése*, MAGYAR Krisztina ford., Könyvtári Intézet, Budapest, 2011.
- EMUNAH, Renée, *Drama Therapy: Process, Technique, and Performance*, Routledge, London, 2019.
- ERDŐS Renée, *A nagy sikoly*, Garabonciás, Budapest, 1923.
- ERDŐS Renée, *Brüsszeli csipke*, Révai, Budapest, 1930.
- ERDŐS Renée, *Lavinia Tarsin házassága*, Révai, Budapest, 1927.
- ERDŐS Renée, *Leányálmok*, Egyetértés, Budapest, 1899.
- ERDŐS Renée, *Santerra bíboros*, Dick Manó, Budapest, 1922.
- ERŐS Kinga, *Emigránsok utcája. Földes Jolán: A halászó macska utcája, Nő, tükör, írás: értelmezések a 20. század első felének női irodalmáról*, VARGA Virág – ZSÁVOLYA Zoltán szerk., Ráció, Budapest, 2009.
- FÁBIÁN Edit, *Az olvasás lelki folyamatai: biblioterápia*, Szakdolgozat, Baja, 2005.
- FÁBRI Anna, *Hivatása: Írónő. A nők irodalmi szerepvállalásának indítékai és lehetőségei a múlt század eleji Magyarországon*, In: Tormay Cecile emlékkonferencia, KOLLARITS Krisztina szerk., A Magyar Művészeti Akadémia konferenciafüzetei, Budapest, 2012., 76.
- FÁBRI Anna, *Közíró vagy szépiró? Írói szerepkör és társadalmi-kulturális indíttatás összefüggései a 19. századi magyar írónők munkásságában*, In: *Szerep és alkotás. Női szerepek a társadalomban és az alkotóművészetben*, NAGY Beáta–SÁRDI Margit szerk., Csokonai, Debrecen, 2007, 61-73.

- FITTLER Áron, „Az idő szorgos mértéke”. *Elbeszéléstechnikák és az emlékezés tényezői Kaffka Margit Színek és évek című regényében*, Korunk, 2013/3. 94-104.
- FÖLDES Jolán, *A halászó macska uccája*, Athenaeum, Budapest, 1936.
- FÖLDES Jolán, *A halászó macska uccája*, Pallas, Debrecen, 1989.
- FÖLDES Jolán, *Mária jól érett*, Pantheon, Budapest, 1932.
- FÖLDES, Yolanda, *Golden Earrings, W. Morrow, London*, 1946.
- FRANK, A. W., *The Wounded Storyteller. Body, Illness, and Ethics*, University of Chicago Press, Chicago, 1995.
- FREUD, Sigmund, *Művészet és neurózis*, In: *Válogatott művek*, Budapest, Atlantisz, 1998.
- FÜLÖP László, *Kaffka Margit a regényíró*, Irodalomtörténet, 12/62. évf. 2. sz., 1980., 297-325.
- GÁJER László, *Martha C. Nussbaum: Költői igazságszolgáltatás*, Szemle, 2022. április, 351.
- GENETTE, Gérard, *Narrative Discourse. An Essay in Method*, Cornell University Press, New York, 1980.
- GENETTE, Gérard, *Narrative Discourse Revisited*, Jane E. LEWIN ford., Ithaca– New York, Cornell Univeristy, 1988.
- GILBERT Edit, *Az együttérés irodalmi és vonzatai*, Pont, Budapest, 2014.
- GULYÁS Enikő, *A biblioterápia alkalmazása a könyvtárban és a könyvtáros képzésben*, Debrecen, 2010, 7.
- HANISCH, Carol: *The Personal Is Political*. Notes from the Second Year. Women’s Liberation, New York, 1970/6.
- HARAWAY, Donna, *Simians, Cyborgs and Women. The Reinvention of Nature*, Routledge, New York, 1991.
- HÁRS Ágnes, *Migráció, munkaerőhiány, vendégmunka*, tanulmány, In: Társadalmi Riport 2024., TÓTH István György–GÁBOS András–MEDGYESI Márton szerk., Tárki, Budapest, 2025., 235-256.
- HEGEDŰS Géza, *Földes Jolán és A halászó macska uccája. Utószó*, Új Idő Könyvek, Budapest, 1989.
- HEVESI András, *A halászó macska uccája. Földes Jolán regénye*, Nyugat, 1936/12. szám
- HORVÁTH Zsuzsa, „Az élettörténet mint játékszer”. *Fikció, narráció és identitás összefüggései Kaffka-regényekben*, Doktori disszertáció, Eötvös Loránd Tudományegyetem., Budapest, 2008.
- HORVÁTH Zsuzsa, „Sehol annyi színe-illata nincs a szónak”. *Egy Kaffka-regénycím nyomában: Színek és évek*, Irodalomismeret, 2011/3.
- HYNES, Arleen McCarty – HYNES-BERRY, Mary, *Biblio/poetry therapy: The interactive process: A handbook*, St. Cloud, MN, North Star Press, 1994.
- HUNYADY Györgyné – M. NÁDASI Mária, *Az iskolakép változatai és változásai*, ELTE Eötvös, Budapest, 2014.
- HUNYADY Györgyné – M. NÁDASI Mária – TRENCSENYI László, *A gyakorlati pedagógia néhány alapkérdése. Pedagogikum a hétköznapiakban és a művészetekben*, Bölcsész Konzorcium, Budapest, 2006.
- IRIGARAY, Luce, *A diskurzushatalma, a nőiség alárendeltsége. A posztmodern irodalomtudomány kialakulása*, Osiris, Budapest, 2002. 483-490.
- JAKOBOVITS Kitti, *Irodalomterápia, A könyvespolcod pszichológusszemmel, Kulcslyuk*, Budapest, 2021.
- JENEY Éva, *Irodalomterápia, biblioterápia*, Helikon, 2016/2. – LXII. évfolyam, 152.
- JENEY Éva, *Nyitott könyv. Irodalom, terápia, elmélet*, Balassi, Budapest, 2012.
- JÉGA-SZABÓ Krisztina, *Két párhuzamos történet. Erdős Renée és Lesznai Anna regényei*,

- Womanpress–Phoenix Library, Pozsony, 2025., 5.
- JUNG, Carl Gustav, *A tudattalan pszichológiája*, Budapest, Európa, 1991.
- KAFFKA Margit, *Állomások*, Franklin-Társulat, Budapest, 1917.
- KAFFKA Margit, *Hangyaboly*, Nyugat, Budapest, 1917.
- KAFFKA Margit, *Levelek a zárdából*, Lampel, Budapest, 1904.
- KAFFKA Margit, *Mária évei*, Nyugat, Budapest, 1913.
- KAFFKA Margit, *Színek és évek*, Osiris, Budapest, 1999.
- KÁDÁR Annamária, *Mesepszichológia. Az érzelmi intelligencia fejlesztése gyermekkorban*, Kulcslyuk, Budapest, 2013.
- KÁDÁR Annamária – KERESKES Valéria, *Mesepszichológia a gyakorlatban. Az önbecsülés és a küzdőképesség megalapozása gyermekkorban*, Kulcslyuk, Budapest, 2024.
- KARDOS László, *Más világrész*, Nyugat, 1983/3.
- KENYERES Ágnes szerk., *Magyar Életrajzi Lexikon I. Czóbel Minka*, Akadémiai, Budapest, 1967.
- KOLLARITS Krisztina, *Írónők a Napkelet körül*, Magyar napló. A magyar írószövetség lapja, 2012. július, 13-22.
- KOLLARITS Krisztina szerk., *Tormay Cecile emlékkonferencia*, A Magyar Művészeti Akadémia konferenciafüzetei, Budapest, 2012.
- KOLLARITS Krisztina, *Tormay Cecile és a pályakezdő írók, A Napkelet megújulása az 1930-as években*, In: *Tormay Cecile emlékkonferencia*, A Magyar Művészeti Akadémia konferenciafüzetei, Budapest, 2012., 81.
- KOMÁROMI Gabriella, *Kaffka Margit. Színek és évek. Hangyaboly*. In: *Hatvanhat híres magyar regény*, SZÉKELY Éva szerk., Móra, Budapest, 1995.
- KONCZ Ibolya Katalin, *Az ipari forradalmak társadalomra gyakorolt hatása*, MISKOLCI JOGI SZEMLE 15. évfolyam (2020) 3. különszám, 94.
- KOVÁCS Krisztina, „*Lélek és forma*” *Kaffka Margit művészi fejlődése, Radnóti Miklós doktori disszertációjáról*, Tiszatáj, LXIII. évfolyam 5. szám, 2009. május, 79.
- KULCSÁR SZABÓ Ernő, *Az irodalmi modernség integratív értelmezhetősége*, Irodalomtörténet, 1993/1-2.
- LANDY, Robert J., *Drama Therapy. Concepts, Theories and Practices*, Charles C Thomas Publisher, Springfield, IL, 1994.
- LECLERCQ, Jean, *The Love of Learning and the Desire for God. A Study of Monastic Culture*, Catherine Misrahi ford., New York, Fordham University Press, 1982.
- LESZNAI Anna, *A kis pillangó utazása Lesznán és a szomszédos Tündérorságban*, Móra, Budapest, 1978.
- LESZNAI Anna, *Eltévedt litániák*, Libelli, Bécs, 1922.
- LESZNAI Anna, *Emberek a kövek között. Tormay Cécile regénye*, Nyugat, 1911. 4. I., 598–599.
- LESZNAI Anna, *Édenkert. Versek*, Kner Izidor, Gyoma, 1918.
- LESZNAI Anna, *Hazajáró versek. Költemények*, Nyugat, Budapest, 1909.
- LESZNAI Anna, *Mese a kisfiúról és a bútorokról*, Kner Izidor, Gyoma, 1918.
- LESZNAI Anna, *Virágos szerelem. Magyar szerelmes versek gyűjteménye* Pantheon, Budapest, 1932.
- L’HOMME Ilona, *A női írók helye az irodalmi diskurzusban 1900–1945*, Doktori disszertáció, Eötvös Loránd Tudományegyetem, Budapest, 2003.
- LEIMESZTER Barnabás, *Minka a semmiből – elfeledték az első magyar szimbolista költőt*, Magyar Krónika, 86-87. szám
- MCADAMS, Dan P., *The Stories We Live By. Personal Myths and the Making of the Self*, Guilford, New York, 1993.
- MAZZA, Nicholas, *Poetry Therapy: Theory and Practice*. 2nd ed., Routledge, New York–

- London, 2017.
- MEZŐSI Miklós *Az irodalom hasznáról ésKorszerűtlenül arról, hogy van-e alkalmazott irodalomelmélet? – Jeney Éva: Nyitott könyv. Irodalom, terápia, elmélet, kritika*, 2013, 56/9.
- MÉSZÁROS Zsolt, *Az „új nő” és az „új novella” Kaffka Margit korai kisprózájában (1903-1908)*, *Literatura*, 2014/3., 225.
- MOLNÁR Zoltán, *A női szerepek megváltozásának társadalmi és katonai vonatkozásai a dualizmus időszakában. 1867–1914*, *Hadtudományi Szemle*, 13. évfolyam (2020) 3. szám
- NAGY Beáta, *Nők a kávések és kávéházi alkalmazottak között*, *Budapesti negyed*, 1996/2-3., 12-13.
- NUSSBAUM, Martha C., *Poetic Justice: The Literary Imagination and Public Life*, Beacon Press, Boston, 1995.
- NUSSBAUM, Martha C., *The Therapy of Desire. Theory and Practice in Hellenistic Ethics*, Princeton University Press, 1994.
- OFFEN, Karen, *European Feminisms 1700–1950. A Political History*, Stanford University Press, Redwood City, 2000.
- PAPP Barbara, *Nők a politikában, A Magyar Asszonyok Nemzeti Szövetsége*, In: *Tormay Cecile emlékkonferencia*, KOLLARITS Krisztina szerk., A Magyar Művészeti Akadémia konferenciafüzetei, Budapest, 2012., 4.
- PÉTER László főszerk., *Új Magyar Irodalmi Lexikon III.*, Akadémiai, Budapest, 1994.
- PIKÓ Bettina, *Kultúra, Társadalom és Lélektan*, Akadémiai, Budapest, 2019., 16.
- PÓR Péter, *Konzervatív reformtörekvések a századforduló irodalmában. Justh Zsigmond és Czóbel Minka népiessége*. Akadémiai, Budapest, 1971.
- RADNÓTI Miklós, *Kaffka Margit művészi fejlődése*, Doktori értekezés, Magyar Irodalomtörténeti Intézet, Szeged, 1934.
- RICŒUR, Paul, *Oneself as Another*, Kathleen BLAMEY ford., University of Chicago, Chicago, 1992.
- ROSENBLATT, Louise M., *Literature as Exploration*, D. Appleton-Centruy, New York–London, 1938.
- ROSENBLATT, Louise M., *The Reader, the Text, the Poem*, Southern Illinois University Press, Carbondale, 1978.
- ROSTI Magdolna, *Az ősi küldött. Tormay Cecile regénye. Genius-kiadás*, Nyugat, 1934. 5. szám
- SCHÖPFLIN Aladár, *A magyar irodalom története a XX. században*, Grill Károly, Budapest, 1937., 211.
- SCHÖPFLIN Aladár, *Kaffka Margit most tíz éve halt meg*, *Nyugat*, 1928/23.
- SCOTT, Joan Wallach, *Gender and the Politics of History*, Columbia University, New York, 1988.
- SHOWALTER, Elaine, *A feminista irodalomtudomány a vadonban*, *Irodalomtudományi Szemle*, 1994/4.
- SHOWALTER, Elaine, *A Literature of Their Own – British Women Novelists from Brontë to Lessing*, Princeton University Press, Princeton, 1977.
- SHRODES, Clara, *Bibliotherapy. A Theoretical and Clinical-Experimental Study*. University of California, 1950.
- SNODGRASS, Linda G., *Bibliotherapy – The Use of Books in Psychotherapy*. In: *Using Bibliotherapy in Clinical Practice*, RUBIN, R. J. szerk., Taylor & Francis, New York, 2005.
- SZAKONYI Károly, Előszó. FÖLDES Jolán, *A halászó macska uccája*, Pallas, Debrecen, 1989.
- SZAPU Marianna, *A feminizmus és a nőmozgalom rövid története*, szerk. BOLEMANT Lilla –

- SZAPU Marianna, *Bevezetés a gendertanulmányokba*, Phoenix Polgári Társulás, Pozsony–Nyitra, 2015.
- SZINGER Veronika, *Olvasóvá nevelés újszülött kortól kezdve*, STUDIA LITTERARIA 2019/1–2, 149-150.
- TASI József – PAPP Anna – H. BAGÓ Ilona – TÓTH Anna szerk., *Móricz Zsigmond a Nyugat szerkesztője: levelek*, Petőfi Irodalmi Múzeum, Budapest, 1984.
- THOMKA Beáta, *Elbeszélésmodellek a huszadik századi magyar prózában.*, Kijárat Kiadó, Budapest, 1998.
- THOMKA Beáta, *Narratívák – elméletek, megközelítések*, Kijárat, Budapest, 2007, 88-90.
- TORMAY Cecile, *A csallóközi hatyú*; Genius, Budapest, 1934.
- TORMAY Cecile, *A régi ház*, Singer és Wolfner, Budapest, 1923.
- TORMAY Cecile, *Emberek a kövek között*, Franklin Társulat, Budapest, 1919.
- TORMAY Cecile, *Bujdosó könyv. Feljegyzések 1918-1919-ből*, Rózsavölgyi–Pallas, Budapest, 1920.
- TÖRÖK Sophie, *Asszony a karosszékekben*, Nyugat, Budapest, 1929.
- TÖRÖK Sophie, *Értelm és helyetted*, Cserépfalvi, Budapest, 1940.
- TÖRÖK Sophie, *Öröme születéssel*, Nyugat, Budapest, 1934.
- TÖRÖK Sophie, *Sírató*, Baumgarten Ferencz Irodalmi Alapítvány, Budapest, 1948.
- VARGA Virág, „Amíg egy asszony eljut odáig”. *Magyar bestseller írók a 20. század első felében*, doktori disszertáció, ELTE, Budapest, 2010.
- VASHEGYI MACDONALD Ágnes, *Undoing the collective amnesia: a brief discussion of feminism and women writers in Hungary*, Atlantis, 2010/1., 108-118.
- VERNAY, Jean-François, *The Seduction of Fiction. A Plea for Putting Emotions Back into Literary Interpretation*, London, Palgrave Macmillan, 2013.
- V. GILBERT Edit, *Biblioterápia mint alkalmazott irodalomtudomány és lehetséges oktatási modell*. Helikon Irodalomtudományi Szemle, 2016/2, 230–249.
- WOOLF, Virginia, *Haworth, November 1904*, The Guardian, 1904.12.21.
- WOOLF, Virginia, *Saját szoba*, BÉCSY Ágnes ford., Európa, Budapest, 2017.
- DR. ZÁGOREC-CSUKA Judit, *A szépirodalom önismereti és gyógyító ereje*, Tanulmány, Muravidék Baráti Kör Kulturális Egyesület – Kapcai József Attila Művelődési Egyesület, Pilisvörösvár–Kapca, 2017.
- ZSADÁNYI Edit, *Írók a századelőn*, szerk. SZEGEDY-MASZÁK Mihály – VERES András, *A magyar irodalom története. II. kötet. 1800-tól 1919-ig*, Gondolat, Budapest, 2007.
- ZSADÁNYI Edit, *Megszólal az alárendelt? A kiszolgáltatottak történetmondása és az önértelmezés hiányának értelmezése 20. századi irodalmi művekben*, Doktori értekezés, Budapest, 2024.
- ZSADÁNYI Edit, „Piros mályva, papsajt, jézusszíve, bazsali, rezedá meg kisasszonycipő”. In: *Nő, tükrök, írás. Értelmezések a 20. század első felének női irodalmáról*, VARGA Virág – ZSÁVOLYA Zoltán szerk., Ráció, Budapest, 2009.
- ZSÁK Judit, *A női szubjektumról alkotott 20. század eleji kép „tudományos” alapjai és hatása a Nyugat-korszak nőfelfogására*, szerk. VARGA Virág – ZSÁVOLYA Zoltán, *Nő, tükrök, írás. Értelmezések a 20. század első felének női irodalmából*, Ráció, Budapest, 2009.

Webes letöltések:

- BENE Kálmán, *Aki helyet kér a kánonban... Száz éve jelent meg Czóbel Minka utolsó jelentős verseskötete*, Szegedi Lap, 2014., online kiadvány,
<https://www.szegedilap.hu/cikkek/irodalom-tortenes/bene-kalman--aki-helyet-ker-a-kanonban---.html>

- BENEDEK Szabolcs, *Lehet a kedvenc író a terapeutám?*, Libri Magazin, 2022.09.09., <https://magazin.libri.hu/ismeretterjeszto/lehet-a-kedvenc-irom-a-terapeutam-az-elet-a-sorok-kozott-cimu-konyvet-ajanljuk/>, Utolsó letöltés: 2024.04.22.
- BUDA Villő, *Egy tiltólistás regény – 100 éve jelent meg Erdős Renée botránykönyve, A nagy sikoly*, Kortárs online: 2023.04.09., <https://kortaronline.hu/aktual/erdos-renee.html>
- CSÁGOLY PÉTERFIA Béla, *Erdős Renée író, költő*, 2009., online: <http://www.szozat.org/index.php/ertekeink/tartalommutato/21477-erdos-renee-iro-kolto>
- FARKAS Zsófia, *Lesznai Anna meséi és élete*, Milev Kutatásblog, 2020.08.13., online, <https://www.milev.hu/kutatasblog/lesznai-anna-mesei-es-elete>
- Hamvas Béla Pest Megyei Könyvtárban szervezett biblioterápiás képzések, online: <https://www.hbpmk.hu/biblioterapia-szakmai-kepzes-2024-tavasz>
- HARKAI Daniella, *Földes Jolán és a (férfi)irodalomkritika. A halászó macska uccája (1936)*, Nőkért, 2009.09.21., <https://nokert.hu/mon-20090921-2149/138/418/foldes-jolan-es-ferfiirodalomkritika-halaszo-macska-uccaja-1936>, Utolsó letöltés: 2024.04.22.
- HARMAT Árpád Péter, *Magyarország társadalmi dualizmus korában*, [online, 2015.12.02] <http://tortenelemcikkek.hu/node/242>, utolsó letöltés: 2025.05.14.
- HEGEDŰS Géza, *Irodalmi arcképcsarnok. Czóbel Minka (1854-1943)*, online kiadvány, <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/IrodalmiArckepcsarnok-hegedus-geza-irodalmi-arckepcsarnok-1/a-magyar-irodalom-arckepcsarnoka-1239/czobel-minka-18541943-420/>
- JAKOBOVITS Kitti, *A narratívaalkotás tulajdonképpen önreflexió*, Litera, 2022. március 31. online: <https://litera.hu/magazin/interju/jakobovits-kitti.html>, utolsó letöltés: 2025.05.17.
- Kaffka Margit-díj, Szegedi Tudományegyetem, Gender Studies Research Group, <https://gender.ieas-szeged.hu/kaffka-dij/>
- KIBELBECK Mara, *Morzsák Lesznai Annáról*, Cultura, 2021. október 1. online kiadvány, <https://cultura.hu/kultura/morzsak-lesznai-annarol>, utolsó letöltés: 2025.05.16.
- KINCSES Krisztina, *Török Sophie kalandos élete bármelyik mai bulvárlapban megállná a helyét*, Kultúra, 2025. 01.28., online: <https://kultura.hu/hetven-eve-hunyt-el-torok-sophie-babits-felesege/>
- KOLLARITS Krisztina, *Bevezetés az irodalomterápiába, avagy már az olvasás is terápia?*, Olvasat, 2021. november 16., <https://olvasat.hu/bevezetes-az-irodalomterapiaba-avagy-mar-az-olvasas-is-terapia/>
- KOSZTRABSZKY Réka, *Az én-elbeszélés sajátosságai Kaffka Margit és Németh László regényeiben*, Irodalmi szemle, 2021.07.08., online: <https://irodalmiszemle.sk/2021/08/kosztrabszky-reka-az-en-elbeszeles-sajatossagai-kaffka-margit-es-nemeth-laszlo-regenyeiben/>
- KOSZTRABSZKY Réka, „Csak azokat a napokat veszítettük el igazán, amelyekre nem emlékszünk” – 110 éve jelent meg Kaffka Margit *Színek és évek* című regénye, 2022.11.30., Kortárs online: <https://kortaronline.hu/aktual/szinek-es-evek.html>
- KOVÁCS Péter, *A terror színe – Tormay Cecile Bujdosó könyvéről*, Mandiner, 2013. március 21., <https://mandiner.hu/velemenyt/2013/03/kovacs-peter-a-terror-szine-tormay-cecile-bujdosokonyverol>, utolsó letöltés: 2025.01.22.
- KURUCZ Adrienn, *Átélni és túlélni segít az irodalomterápia*, Wmn, 2022.10.10., <https://wmn.hu/kult/58539-atelni-es-tulelni-segit-az-irodalomterapia--beres-judittal-az-elet-a-sorok-kozott-cimu-konyv-szerzojevel-beszeltunk>, Utolsó letöltés: 2024.04.22.
- KUSPER Judit, *Trauma és elhallgatás Török Sophie műveiben*, dolgozat, Esterházy Egyetem, 2007, 1. , <https://uni-eszterhazy.hu/api/media/file/66048adfa30227705f8079bc7c28078a3e835985>

- LACKFI János, *Egy szerelem innenső partja, Simone de Beauvoir Levelei margójára*, <http://www.inaplo.hu/nv/200102/11.html>, utolsó letöltés: 2025.05.14.
- LANGOWSKI Judit, *Mit köszönhetünk az államszocialista feminizmusnak?*. MÉRCE, 2017.11.05., online: <https://merce.hu/2017/11/05/mit-koszonhetunk-az-allamszocialista-feminizmusnak>
- Magyar Nemzeti Galéria, *Lesznai Anna drawing*, <https://en.mng.hu/artworks/62986/>
- MEGYERI Jonatán, *135 éve született Lesznai Anna*, 2020.01.03., online kiadvány, <https://neokohn.hu/2020/01/03/135-eve-szulett-lesznai-anna/>, utolsó letöltés: 2025.05.16.
- MEZEI Attila, *Tormay Cecile: Bujdosó könyv*, 2009.09.24., online kiadvány, <https://ekultura.hu/2009/09/24/tormay-cecile-bujdoso-konyv>, utolsó letöltés: 2025.01.22.
- NANÓ Csaba, *Ha nem lett volna Babits Mihály felesége. 125 éve született és 65 éve hunyt el Tanner Ilona*, Erdélyi Napló, 2020. december 19., online: <https://erdelyinaplo.ro/elo-emlekezet/ha-nem-lett-volna-babits-mihaly-felesege-n-125-eve-szulett-es-65-eve-hunyt-el-tanner-ilona>
- ONAGY Zoltán, *Tanner Ilonka*, Irodalmi Jelen, 2009. december 10., online: <https://irodalmijelen.hu/2009-dec-10-0641/tanner-ilonka>
- ONAGY Zoltán, *Tormay Cecile*, Irodalmi Jelen, 2009. október 4., <https://www.irodalmijelen.hu/05242013-0953/tormay-cecile>
- PECZ Vilmos szerk., *Ókori Lexikon, Orvosok, Orvostudomány*, Franklin Társulat, Budapest, 1902., Arcanum Kézírónyvtár, online: <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-okori-lexikon-CA894/o-CC3BC/orvosok-orvostudomany-CC4C1/>, utolsó letöltés: 2024.10.22.
- RÁCZ-AKÁCOSI Attila, *Költészetterápia – Hogyan Alkalmazd Az Életedben A Költészeti Terápiát?*, Művészma, Publikálva online 2023.05.13., https://muvesz.ma/kolteszetterapia-hogyan-alkalmazd-az-eletedben-a-kolteszeti-terapiat#Milyen_szerepet_jatszanak_a_kulonbozo_muveszeti_formak_es_technikak_a_kolteszetterapiaban
- SAL Endre, *Ilyen buta járványban el ne patkoljon egyikünk: Kaffka Margit*, Újságmúzeum, 2024. november 30., online: <https://www.ujsgmuzeum.hu/kaffka-margit1/>, utolsó letöltés: 2025.05.17.
- SANTAVECZ Anita, *Pókhálók. Czóbel Minka prózája*, ELTE online, 2018, <https://elteonline.hu/tudomany/2018/06/06/pokhalok-czobel-minka-prozaja>, utolsó letöltés: 2025.03.14.
- SENKEI-KIS Zoltán, *Irodalomterápia a pedagógusképzésben*, Gradus, 2016., https://gradus.kefo.hu/archive/2016-1/2016_1_ART_013_Senkei.pdf, Utolsó letöltés: 2024.04.22.
- SULYOK Attiláné, *553 éve halt meg Johannes Gutenberg, a nyomdászat feltalálója (1468)*, Győri Szalon, 2021.02.03., <https://www.gyorisalon.hu/news/14975/66/>, utolsó letöltés: 2024.10.22.
- SZALAI Lilla, *Lélek a sorok között – egyéni irodalomterápiás foglalkozások*, 2016. november 2., <http://szalaililla.hu/egyeni-irodalomterapias-foglalkozasok/>, Utolsó letöltés: 2025.04.15.
- SZILÁGYI Judit – TÖRÖK Petra, *Emigrációtörténet. Lesznai Anna*, Petőfi Irodalmi Múzeum, online: <https://pim.hu/emigrans/emigraciotortenet/alkotok/lesznai-anna/eletrajz>, utolsó letöltés: 2025.05.16.
- TEMESI László, *Czóbel Minka, akit Ady előfutárának is tartanak, kora ünnepelt poétája volt*, Magyar Nemzet, 2021. 04. 29., <https://magyarnemzet.hu/kultura/2021/04/czobel-minka-akit-ady-elofutaranak-is-tartanak-kora-unnepest-poetaja-volt>
- DR. ZÁGOREC-CSUKA Judit, *A szépirodalom önismereti és gyógyító ereje*, E-nyelvmagazin,

2020.12.01., <https://e-nyelvmagazin.hu/2020/12/01/a-szepirodalom-onismereti-es-gyogyito-ereje/> Utolsó letöltés: 2024.04.22.

Felhasznált korábbi saját dolgozatok:

Földes Jolán A halászó macska uccája című regényének bemutatása posztkolonialista és feminista perspektívából / Vorstellung des Romans Die Straße der fischenden Katze von Jolán Földes aus Postkoloniale und feministische Perspektiven, Seminar MA Kulturwissenschaft – LV-Leiter: Pál Kelemen PhD., SS2024.

Irodalomterápia expozé / Literaturtherapie Exposé, Masterseminar, LV-Leiter: Ass.-Prof. Dr. habil. Ferenc Vincze PhD, SS2024

Kafka Margit munkássága és a Színek és évek című regényének bemutatása / Das Werk von Margit Kafka und die Vorstellung ihres Romans Farben und Jahren, Seminar MA Literaturwissenschaft – LV-Leiter: Dr. Brigitta Pesti, SS2023.