



MAGYAR GERONTOLÓGIA

11. ÉVFOLYAM 37 – 38. SZÁM

Nyomtatott verzió: ISSN 2062-3682

On-line verzió: ISSN 2062-3690

AZ ESZTÉTIKUM SZERPE AZ „AKTÍV ÖREGEDÉS” - BEN (A téma szubjektív vázlata példákkal)

Dr. Boga Bálint

Dr. med. Boga Bálint PhD.

mail: bboga_md@freemail.hu

Összefoglaló

A gerontológia az összes emberrel kapcsolatos diszciplínát magába foglalja abból a szempontból, hogy hogyan érinti az idős embert, más szóval: minden humán tudománynak van egy gerontológiai fejezete. Maslow összeállította az emberi szükségletek hierarchiáját, amelyek közé az esztétikai igényt is besorolta. Jelen dolgozat elsőként azt a témát tárgyalja, hogy az esztétikai igény hogyan változik az idősödés folyamán a saját test, a környezet, a művészi (vizuális és zenei) élmények vonatkozásában. Az aktív idősödés paradigma gyakorlati megvalósulása folyamatában, az életminőség javításában az esztétikai ingerhatásnak kiemelt szerepe van, vagy lehet és ezt akaratlagosan felhasználhatjuk erre a célra. Az esztétika a szellemi szféra felé is utat nyithat, ami idős korban igen fontos lehet.

Kulcsszavak: aktív idősödés, esztétika, művészet

THE ROLE OF AESTHETICS IN THE „ACTIVE AGEING”

Abstract

Gerontology includes all disciplines related to man from the point of view of how they touch the old people, in other words: all human sciences have their gerontological chapter. Maslow assembled the hierarchy of human needs among which he ranged the aesthetic needs as well.

This paper at first deals with the topic of how the aesthetic need changes in the course of ageing concerning the own body, the environment and the artistic (visual and musical) experiences. The aesthetic stimulation has or can have outstanding role in realization of „active ageing” paradigm and promotion of quality of life, it can be used voluntarily for this purpose. The aesthetics can open way toward the spiritual sphere, it can be very important in old age.

Keywords: active ageing, aesthetics, arts.

A szükségletek hierarchiája

Maslow 1943-ban összeállította az ember szükségleteinek csoportjait, azokat hierarchikus rendszerbe állította (Maslow 1943). Egymásra épülő 5 kategóriát különített el: élettani szükségletek, biztonság fizikai feltételei, szeretetteljes szociális kapcsolatok igénye, elismerés-megbecsülés emberi környezetétől, azaz érvényesülés, önmegvalósítás lehetősége. Később tapasztalatai alapján további szükséglet-igény kategóriákat épített be rendszerébe: a kognitív és esztétikai igényeket, azaz a megismerés-tudás és a szépség-rendezettség utáni vágyat, majd pedig az addigi 7 kategória tetejére a transzcendencia igényét (Maslow 1970), amely nem vallási értelemben értendő, hanem az élet értelmének, a lelki egyensúly keresését, ami nem iskolázott embernél is megjelenik. A kritikák ellenére koncepciója máig az emberi szükségletek megközelítésének kiinduló pontja.

Jelen dolgozatban az esztétikai szükséglet kérdését vizsgálom abból a szempontból, hogy az idősödő és idős ember számára milyen formában és mértékben merül fel és hogyan használható fel a mennyiségi és minőségi többletet teremtő aktív idősödés elősegítése céljából.

Az esztétikai szükséglet

Az esztétika kifejezést, a fogalmat és a megnevezést megalkotó Baumgartner (1999: 11) definíciója értelmében használom, azaz az esztétika „az érzéki megismerés tudománya”, más szóval az érzéki észlelés tana, tehát minden érzékszervi észlelés esztétikainak nevezett tartalmat hord magában, azzal a megszorítással, hogy csak a látási (vizuális) és hallási (auditív) érzékelésnél vizsgálja ezt a viszonyulási tartományt, mely egyszerűen fizikai fokozatot jelent. Az észlelés második feldolgozási szintjét jelenti, az esztétikai szint, amelyben már értékelésünk is benne van. Alapkategóriája a szép, a szép tökéletességéhez való viszonyát fejezi ki (Baumgartner 1999), egyszerű megközelítésben annyi történik, hogy tudatosul bennünk, hogy kellemes, közömbös vagy kellemetlen az észlelt jelenség az adott

érzékszerv számára, a tetszés szemszögéből minősül, amely aztán esetenként további finomabb elemzésre kerül. Tehát a hétköznapiakban és a művészetekben egyaránt jelenlevő szépség tudománya és nem korlátozódik csak a művészetek területére (Szerdahelyi 1974), ahogy sokáig és sokan vallották. Az esztétikai élmény az általános észlelés csúcselménye, nem egyenlő az érzelmi vagy az intellektuális hatással, de mindkettőből van benne (Dewey 1958, cit. Wikström 2004: 2).

Maslow magyarázóinak közül is sokan úgy tartják, hogy az esztétikai igény csak az emberek egy csoportjánál van meg, értve ez alatt azt, hogy ezek tudatosan keresik ennek az igénynek kielégítését, lehet, hogy a többségnél, de nem mindenkinél. Véleményem szerint rejtett formában mindenkinél megvan, ez kiderül, ha kellemetlen esztétikai körülmények közé kerül a személy és azt kifogásolja, tehát öntudatlan igénye nem elégül ki, vagy ha nem is keresi, de esztétikai élményben részesül és ez egyértelmű pozitív hatást, gyönyört vált ki.

Az esztétikai igény a többi, a hierarchia többi fokán meghatározott szükségletben is megjelenik, az emberiség fejlődésével párhuzamosan egyre hangsúlyozottabban, csak néhány példával támasztom alá ezt a megállapítást. Az elfogyasztandó ételek előkészítése, tálalása, a hidegtől óvó ruházat szabása, a védelmet nyújtó lakás szerkezete, berendezése, a környezetünkben levő emberek külleme: esztétikai minőségük kihat szerepük megvalósulásának teljesítésére. Az önmegvalósításban is jelentős tényező lehet, nem csak a művészet területén, a foglalkozásoknak is megvan az esztétikai oldala (Fukász 1980).

Kiegészítésként meg kell említenem még, hogy bár a többi érzékszervi észleléshez nem csatolják az esztétika fogalmát, a parfümipar (szaglás) és a gasztronómia (ízlelés) egyes termékeinek élvezete felveti a szélesítés kérdését, azt azonban elfogadták, hogy ezek az ingerek beépülhetnek más esztétikai élmény megélésébe (Szerdahelyi 1974:42), a tapintás pedig tulajdonképpen át is lépte a küszöböt: vakok számára szobrok élvezetét biztosítja a tapintás. Szellemi termékek belső összefüggéseinek rendje, szerkezete, vagy akár egy gondolat, amely az emberi lényegből kifejez valami értékállót, esztétikai jellegű élményt hozhat létre, amit ez által szépségnek nevezhetünk (szellemi szép).

Egyébként próbálták elvi szinten definiálni, hogy érzékelésünkben milyen tényezők határozzák meg az esztétikai hatást és mértékét, ezen megközelítések közül egyet említek: a rendezettség és az összetettség egymáshoz viszonyított arányában találták meg a magyarázatot (M=O/C, Birkhoff, cit. Boga 2015: 8), és ezt különösen témánk szempontjából tartom figyelemre méltó megállapításnak.

Az idősödés tudománya

Az öregedés tudománya a legszélesebb humán diszciplína, mivel minden, az emberrel bármiféle kapcsolatba hozható ismeret-terület hozzá is tartozik, így az esztétika és a művészetek világa is, azt vizsgálja, hogy az ember állapota, szerepe hogyan változik az élet összes területén az öregedés folyamata során, mert az idős ember is jelen van mindegyikben. Ezért írta Ungvári Tamás, a jeles irodalmár-filozófus, hogy az öregedés a filozófia egyetlen igazi tárgya. Más megközelítésben úgy is fogalmazható ez a megállapítás, hogy minden diszciplínának van egy gerontológiai, az idősödés szempontjából vizsgálandó fejezete. Az öregedés biológiai szempontból immanens, univerzális, irreverzibilis folyamat, amelyet következményként és önálló folyamatként is szellemi idősödés is kísér és így valóban az élet összes területét érinti. A biológiai folyamat általában funkciócsökkenéssel jár, de a szellemi szféra, az összegyűlt tapasztalatok eredményeképpen, gazdagodást is hoz magával. Elkülönítik a fluid/folyékony és a krisztallizált/kristályosodott intelligenciát, amelynél az első a gyors reaktív készséget jelenti elsősorban, a második a tapasztalatok alapján szintetizált tudást. Korral az első tompul, a második erősödik.

Minden humán jelenségnek több összetevője van az ember nézőpontjaiból tekintve, amely külön elemezhető, így fő szempontok: a logikai, technikai, axiológiai, etikai és esztétikai vizsgálat. Mindegyik jelenségben, emberi tevékenységben ezek jelentősége más és más. Például a kohászatban a technikai rész kiemelt, a festészetben az esztétikai, de a gyakorlatban egyiknél sem hanyagolható el a többi elem sem.

Gerontológia és esztétika

Ezután rátérnék a gerontológia és az esztétika kapcsolatára, pontosabban azokra az érintkezési pontokra, ahol a két diszciplína találkozik, természetesen elsődlegesen az esztétikát a baumgarteni értelemben megjelenítve, de fő területének, a művészeteknek kiemelt helyet biztosítva. A következő témáknál jelenik meg e két oldal:

1. az öregedő test esztétikuma (látvány-életkor);
2. a környezet esztétikai tényezőinek szerepe az idős életminőségében;
3. az idős ember esztétikai ízlésének változása az idő függvényében;
4. idősek és fiatalok ízlésének különbsége egy adott korszakban;
5. az időseMBER ábrázolása a művészetekben;
6. a művész öregedésének jelei művészetében;
7. időskorban induló művészi alkotó tevékenység;
8. az esztétikum, a művészet öregedést gátló hatása.

Jelen dolgozatban a 8. pont témáját járom körül, ami azonban szoros kapcsolatban van a többi megközelítéssel, különösen az 1. és 2. témával.

Az esztétikai ingerek hatása az öregedési folyamatra

A fentiek alapján állítható, hogy minden életbeli változás, mindennapi történés esztétikai minőséggel is rendelkezik, ez többé-kevésbé kifejti hatását az emberre, és ez akarva-akaratlan bekövetkezik, akár sajátmagunkat, akár környezetünket vesszük számításba. A mondás tartja: nem kell keresnünk a szépet, a szép ránk talál és hat ránk, de ugyanígy egyéb észlelés is, a fenséges, a bájos, a visszataszító, stb.. Az adott személy személyiségi adottságaitól függ, hogy ez milyen mértékben effektív, azaz mennyire jár lelki-szellemi következménnyel. Jung elkülöníti az extrovertált és introvertált lelki alkatot, mind a két fajtában létezik egy érzékelési altípus, amelynél nagyobb hatást váltanak ki a külső ingerek, ezeken belül az esztétikai ingerek, sőt van, aki a művészeti hatásokra jobban reagál, életmenetében nagyobb művészeti eseményeken való részvétellel még fokozta ezt a tulajdonságot. Egyedi tulajdonság azután, hogy a felnőttkorra kialakult viszonyulási mintázat az öregedési folyamatban mennyire változik, esetleg tompul vagy bizonyos tényezők nagyobb mértékben hatnak pozitívan, mint korábban, esetleg a többi rovására, például az otthonuk díszítése, de fordítva is lehet, például nagy ormótlan, modern épületek taszító érzékelése kifejezettebbé válik.. Ebben a folyamatban szerepet játszhat, természetesen, az érzékszervek csökkenő érzékelési érzékenysége, kapacitása, a tapasztalatok alapján megváltozott értékelés. Így filozófiailag Kant esztétika-konceptiója (Kant 2003) alapján lehet jól az időskor és esztétika kapcsolatát értékelni, amelyben az értelem és az érzékiség egymáshoz fűződő viszonya a meghatározó és e kettő korral bekövetkező változásából vezethető le. Az idegrendszer vonatkozásában csak a normális idősödés változásait veszem számításba, a kóros folyamatokra nem térek ki.

Ezek alapján a korunkban általánosan elfogadott „aktív idősödés” paradigma (fizikai és szellemi készségek tudatos működtetése időskorban) (WHO 2004) megvalósulásában az esztétikának kiemelkedő szerepe van, szerepe lehet. Általános mozgósító hatásának, a tudatos befogadást célzó magatartásnak és az esztétikumot teremtő tevékenységnek egyaránt van ebben helye. Bizonyos szintet elérő észlelési ingerhatás javítja a pszichés tónust, az önelemzést, fokozza a tevékenységi és kapcsolatteremtési drive-ot, felszínre hozza a rejtett esztétikai igényt, esetleg ilyen teremt, de még az észlelés és feldolgozás első szintjén is pozitív hatású: működteti, ezáltal élesíti az érzékszervek érzékenységét és az idegrendszer figyelő, megkülönböztető, hasonlító, értékelő mechanizmusait. Az aktivitás, mint módszer

eredménye lesz a „sikeres idősödés”: kiegyensúlyozott biológiai és szellemi állapot, megtartott szociális kapcsolatok (Rowe - Kahn, 1997).

A vizuális esztétikai igény és ingerhatás

Az emberi test

Ezt a kérdéskört az emberi test öregedésével bekövetkező morfológiai változások esztétikai megítélésével kezdem. Környezetem értékelése előtt-mellett saját testem esztétikai megélése meghatározó szerepet képvisel, elégedett vagyok-e küllememmel, mennyire fogadom el, már fiatalkoromban és mennyire fogadom el az idősödés nyomait rajta, ebben meghatározó jelentőségű az, ahogy az aktuális társadalom kezeli az idősödés testi vonulatát és az egyén ezt mennyire teszi magáévá és mennyire igyekszik változtatni a jelenlegi külsején. A test az identitás része, önreprezentációs szerepe van, ez jeleníti meg énemet a világ számára, ezért fontos, hogyan jelenik meg testem a szociális miliőben és ezt mennyire fogadom el megfelelőnek (Marton 2005, Pataki 2011). Ebben szerepe van mások, főleg számunkra jelentős személyek (significant others) direkt és metakommunikatív visszajelzéseinek (tükörhatás). Persze másoktól függetlenül saját elvárásom is fontos lehet. Minden korszakban a teljesen kifejlett, de fiatal, egészséges test az esztétikai kiindulópont, a szépség teljes értékű megvalósítója. Jelen korunkban, annak ellenére, hogy a társadalom átlagéletkora jelentősen emelkedett, a fiatal test a kívánatos, minden mást meghaladó idol (jeunizmus), az öregség testi jeleit gyakran a fiatalok visszataszítóként élik meg, ez az age-izmus esztétikai variánsa (Sabik 2015). Ennek ellenére az idős testben, főleg az arcban a tapasztalat többletének kifejeződése esztétikai vonzalmat is kivált (Szerdahelyi 1974: 178-181), az érzékelésben mélyebb elemzés eredménye lehet ez. Ahogy a kínai mondás tartja, a fiatal szépségét az ember rögtön látja, az idős szépségét meg kell tanulni meglátni. Két költő hasonlóan az idősek szépségét dicséri, amely nem alacsonyabb rendű a fiatalokéhoz képest:

*„... az öreg arc hatalmas szépségéhez
kevésnek van szeme.” (Weöres Sándor)*

*„Ifjúság, te nagy, izmos, szerelmes – ifjúság
Tele bájjal, erővel, bővölettel,
Tudod-e hogy az öregkor jöhet utánad
Egyenlő bájjal, erővel, bővölettel?” (Walt Whitman)*

Ez a fajta szépség a személyiség átsugárzásából fakad, a jóindulat, a szeretet, a megharcolt élet után elért harmónia kifejeződése, tudatosan, akarattal nem érhető el. Az emberi méltóság tisztelete minden ember felé meg kell adassék, de az adott egyén külleme ezt az emberi princípiumot különböző mértékben jeleníti meg, az idős személy említett tulajdonságai kifejezik a tiszteletre méltóságot, bár a nem ritka elhanyagoltság ellene hat (az emberi méltóság esztétikája).

Vannak, akik nehezen fogadják el a testi öregedést, mivel szellemüket, belső lényüket változatlanak, fiatalnak tartják. Ismét néhány költőt idézek, akik ezt szemléletesen leírják.

„egy csupa-ránc-arcú vén ember

él vissza csúful nevemmel”

Rákos Sándor

„Egy öregember ül a szokott helyemen,

az asztalnál, a fotelben, a székben,

az ő haja őszül a fejemen...” (Orbán Ottó)

Az öregedés testi alaki jelei, ráncok, bőr alatti kötőszövet lazulása, bőrszín változása, arányeltolódások mesterséges behatásokkal némileg befolyásolhatók, főleg nők számára lehet fontos.

Az öregedés és a testi esztétikum különböző személyes megélését küllemükre nagyon adó színésznők példáival is bemutatom. Sophia Loren feltételezhetően különböző aktív beavatkozások révén 80 éves korára is csinos, sima, fiatalos arcú hölgy maradt. Ezzel szemben a vele egyidős, valamikori szépségbálvány Brigitte Bardot elhanyagolta küllemét, ráncos, lógó tokájú, zilált hajú asszonyként mutatkozik, láttatva, hogy számára más fontos, nem a küllem. Greta Garbo öregedését annyira szégyellte, hogy eltűnt a külvilág elől. A legszebb példaként Emanuelle Riva-t, a háború után készült Szerelmem, Hirosima című film vonzó fiatal nőjét és őt magát állítom 80 év feletti korban, a pár éve készült Szerelmem című film főszereplőjeként, az idős nő még valóban szerelmet érdemlő bájával.

Az időskori öltözködés esztétikai jellemzői jelentősen befolyásolhatják a személy kiváltotta általános benyomást, ezzel önértékét (Featherstone 1997: 137-8), a látványkort mindkét irányba eltéríthetik. Az optimális megválasztása a divat alakítóinak és a személyeknek is kihívást jelent. Van olyan személy, aki nem fogadván el öregedését, igyekszik úgy viselkedni,

öltözködni, mint a fiatalok, ez az időskori Peter Pan szindróma. Gyakran nevetségessé válnak az ilyen személyek.

Követlen környezet

Az idős ember közvetlen környezetének, otthonának látványa is - funkciói ellátása mellett - igen jelentős mértékben hat közérzetére, észlelt életminőségére és ebben megjeleníthető egyrészt a belső nyugalmat elősegítő, másrészt az aktivitásra serkentő hatás. Ebben a tranzakcionális ember-környezet rendszer elméletének realitására találunk rá (Altman, Rogoff, cit. Dúll 2009: 48). Életünk folyamán alakítjuk otthonunkat (pl. falak festése, bútorok elhelyezése), benne tárgyakat gyűjtünk, ezek bizonyos fokig egymást feltételezik, rendszert alkotnak (Baudrillard 1987), közös képet alkotnak, intim szféránkba építjük őket (intimizálás), kölcsönös viszony alakul ki köztünk (Dúll 2009:142-3). Az idős ember életében hosszú ez a közös idő, így a kapcsolat mélyül, a látvány által is. A látvány vonalszerkezete és színgazdagsága, a színek harmóniája játszik szerepet (Itten 1978). Az otthon tudatos kialakítása identitásunk részévé teszi (place-identity, Proshansky 1983), az lesz számunkra a „térbeli mag” (territorial core, Porteous 1976). Az ember korának előrehaladásával egyre többet tartózkodik otthonában, esetleg végül már nem tudja elhagyni, a tágabb világra csak ablakából tekint ki (ablakmélyedés szindróma).

Két látszólagos ellentét-pár áttekintésével térek rá ennek a komplex kérdésnek a megközelítésére. Az egyik: megszokottság és ingergazdagság. Az idősebb évtizedek alatt szinte összesen otthonának kialakított miliójével ez jelenti a biztonságot, beszűkült képességei esetén sem akarja elhagyni még szeretetet érző gyermekeihez sem. Az idősek otthonába költözés pedig nagy lelki traumát jelent, ezért engedik kisebb otthoni bútorok, tárgyak magával vitelét. Mindemellett azonban az azonos milió bizonyos pszichés tompultsághoz, érdeklődés-beszűküléshez vezethet. Ezt lehet vizuális hatásokkal azonban befolyásolni, például: bútorok kisebb átrendezésével, falak időnkénti átfestésével bizonyos pasztellszínekre, váltakozó színes tárgyak elhelyezésével (így díspárnák, vázák, képek, akár virágok), stb.

A másik ellentétpár a rend/rendezettség és a rendezetlenség/rendetlenség kettőse. Általában az idős a rendet kedveli a látványban is. A rend a maradandóság szimbóluma, kifejezője, a rend csak folyamatosságban uralkodhat, a rend a fennmaradást szolgálja és egyúttal azt fejezi ki. A rendben biztosított az idős ember megmaradása, az biztosította a hosszabb időt megvalósító létét és reményt ad ezek alapján a további létezésre, A rendezetlenség, a rendezetlenség a bizonytalanságot sugallja, a változással, amiben már esetleg nincs helyem, ami érthetetlen a kiérlelt alapelvek alapján, romlással, a jelen fenntarthatatlanságával, a megszűnéssel,

megsemmisüléssel fenyeget. Ezért az idős a külvilágban a mások által okozott legkisebb rendetlenséget is nehezen tűri, „mindennek a helyén kell lennie, mindennek a megfelelő időben kell megtörténnie” (Beauvoire 1972: 744). Ezzel szemben azonban a túlzott nagy rend a befejezettséget, lezárttságot, a vége-nincs-tovább-ot is tükrözheti, ezért a „még valami javítandó, folytatandó” tevékenységre biztató érzete is szükséges lehet az esztétikai képüzenetében. A rend ellentéte nem a rendetlenség, hanem a káosz, az életvitel kell, megszabja a környezet elrendezettségét (Polcz 2004). Van olyan idős, aki nem issza ki a pohár vizet, a kenyereből néhány falatot félre tesz, a leesett könyvet nem teszi vissza az állványra, a széket felállás után nem tolja vissza az asztalhoz, hogy a Sors vegye figyelembe, hogy ezekhez még vissza kell térnie, még van mit folytatni vagy javítani. Egy asszony, akinek környezete mindig hagyott tennivalót maga után, egyszer, előreláthatóan rövid időre tervezett távozása előtt teljes, nála szokatlan rendben hagyta dolgait és már nem tért haza soha.

Tágabb környezet

A tágabb földrajzi kör bejárása az érzékszervi, az idegrendszeri észlelés gyakoroltatásával és pszichés, érzelmi szerepével is jelentős anti-ageing (öregedést gátló) hatást vált ki, tehát a mozgás pozitív hatása ebben az esztétikai értelemben is érvényesül (Budai 2004: 36). Még ismert környezet esetén is serkentő lehet: közvetlen utcai környezetét is bár gyakran észleli vizuálisan, az idős lassabban közlekedve tekintetével tovább időzik a mellette elhelyezkedő épületeken, a szép épületet, annak díszes homlokzatát ezredszer is örömmel konstatálja vagy Budapest látképe a Duna-partról mindig élvezetet jelent. Mindez alátámasztja azt a teóriát, hogy a mozgatott test újszerűen észleli a valóságot, sőt hatodik érzékszervnek tekinthető Tamás Dénes (2018) szerint, mert az az érzékszervekben, az elmében az alapészlelési álló helyzettől eltérő élményt nyújt. Emellett a városi miliőben állandó kisebb-nagyobb változások is bekövetkeznek, amelyek hatnak az emberre, az idősekre is (nagyvárosi személyiség, Düll 2009:224-231).

A távoli új természeti és építészeti miliő esztétikai hatása, akár átmeneti jelleggel (utazás), egyértelműen pszichológiai és vitális effektussal is jár. Az építészeti környezet a művészetek szintézisét valósítja meg (Pogány 1976), esetenként pozitív értelemben provokatív, stimuláló hatású lehet (Hundertwasser), másrészt vizuális kalandozást enged az idős számára fontos múltban. Az utazás tervezése, élvezete, majd emlékezete nemcsak pszichológiai, hanem biológiai hozamokat is eredményez. Az idősek turizmusa ezért egyre inkább előtérbe kerül a gerontológiai javaslatokban.

Vizuális művészetek

A vizuális művészet, elsősorban a festészet a mindennapok esztétikai hatásaihoz társulva motiváló tényező lehet, elsősorban másodlagos formában, albumok vagy médiumok által, vagy szenior akadémiák előadásaiban. A múzeumlátogatás idősek számára (múzeumgerontológia) pedig kettős effektussal bír: a látogatás aktusa és a látott képek hatása által. Felmérő vizsgálatok közül említem Kraft (1976) adatait, aki a kórházban kifüggesztett képek kedvelésére kérdezett rá idős személyeknél, az impresszionista képekre szavaztak a legtöbben, az absztrakt képek (pl. Vasarely) vonzása a magasabb végzettségűeknél és a nőknél volt jellemző. Egy másik metaelemzés a személyiség és az iskolázottság kiemelt szerepét találta a kórházban, nemmel szemben (Chamorro-Premuzic 2007, „artistic personality”). Wikström (2009) idős házában 166 időst vizsgálva 80-90%-ban a tájkép, tengeri kép, színgazdagság kedvelését, az absztraktművek és rikító színek elvetését találta. Saját vizsgálatomban is a tájképet és csendéletet ábrázoló képek dominanciáját mutattam ki közepes iskolázottságú időseknél. A non-figuratív, a posztmodern festészet a rendezetlenség, érthetlenség képzetét kelti az idősek nagy részénél, részleteire bontva nem tudja látni (Lindauer 2009: 233), ezért nem is próbálják meg mélyebben megismerni. A kép tartalma a fontos számukra, nem a stílusa a reprezentáló művészetben. Érdekes jelenség az esztétikai stílusoknak az idő függvényében változó társadalmi megítélése és az egyén idősödésével való párhuzama, például ilyent tapasztaltunk a szecesszióval kapcsolatban.

Külön elemzést igényel az alkotóan művészeti alkotást létrehozó idős ember tevékenysége, különösen azok, akik 60 év felett kezdenek el alkotni, például festeni, gobelint készíteni (Dewey é. n.).

Az auditív esztétikai igény és ingerhatás

A környezetünkben szórakozó hangok, zörejek szintén hathatnak ránk, közérzetünkre. A hallás időskori romlásával kettős helyzetet nézünk szembe: egyrészt a kellemetlenek kevésbé érik el érzékelő központunkat, másrészt a kívánt, vagy kellemes hangot is kevésbé apperceptáljuk. Témánk szempontjából a zene és az ének esztétikai hatásának stimuláló, aktivizáló effektusát vizsgálom: tevékenységet indít, elősegíti a szellemi koncentrációt, javítja az emlékezést, társas kapcsolatra buzdít, hangulatot javít, tehát depresszió és izoláció ellen hat. Ezek a hatások a zene tudatos alkalmazásával is elérhető (Bell 1987). Számít, hogy az adott személy életében milyen szerepe volt ezeknek: tanult-e zenélni, járt-e koncertekre, szeretett-e énekelni, esetleg karban énekelt-e, stb. A nem közvetlenül zenei közelségben élő idősekre is lehet stimuláló hatása bizonyos zeneműnek, aktivitását fokozhatja. Kodály szerint a léleknek vannak olyan

régiói, ahová csak a zene világít be. Mozgással kombinálva (tánc) fokozódik aktivizáló hatása.

A szakirodalomból ismerünk néhány felmérést, amelyek az idős személyeket vizsgálták abból a szempontból, hogy milyen típusú zenét kedvelnek. Moore (1992) és munkatársai azt tapasztalták, hogy az idősek (65 év felett) a zenei művek fajtáinak szélesebb körét kedvelik, mint a fiatalok, jobban szeretik a lassabb, moderált zenét, a húros hangszeres műveket, 514 idős a hazafias, populáris, himnikus zenét-éneket kedvelte első sorban. White (é.n.) is úgy találta, hogy az idősek közt több a „mindenevő”, főleg a nők, a magasabb társadalmi osztályok képviselői és a fehérek közt. Jonas (1991) 63 idősnél (átlag életkor: 82,5 év) a zenei kedvelés sorrendje így festett: countryzene, hagyományos dzsessz, klasszikus, majd populáris zene.

Hazánkban Vértes László végzett hasonló felmérést egy idősök otthonában, ahol sok magas iskolai végzettségű idős élt és a következő kedveltségi sorrendet találta: romantikus, bécsi klasszikus, barokk és népzene, a zeneszerzők közül a klasszikusok domináltak Bachtól Verdiig (személyes közlés).

Ezeket áttekintve felmerül a kérdés, hogy a kedvelt zene vagy valami új, „challenge”-et jelentő aktivizál jobban. Úgy gondolom, hogy az idős ember a megszokotthoz ragaszkodik, természetesen a kedvelt műfajon belül hallott, eddig számára ismeretlen zene-ének kifejezett stimulust jelenthet. A modern, fiatalok által művelt és kedvelt zene egyes fajtái (pl. metall, punk) bizonyossággal visszataszító az öregek számára, azonban bizonyos fiatalos zene, amely az idős fiatalkorában volt újdonság az idő függvényében klasszikussá válhat, az időssé váló fiatal kedvelt műfaja maradhat (Beatles).

Tudományosan is vizsgálták különböző zeneművek hatását az idősödés folyamatára. bár többségében már hanyatló készségek revitalizálását vizsgálták egyértelműen és főleg megbetegedések folyamán, az aktivizáló eredmény kimutatható több esetben. Közismert az ún, Mozart-effektus: 448 sz. szonáta két zongorára, vagy ugyanígy Pachelbel Canon-ja objektíven igazolhatóan javított bizonyos készségeket (pl. térben tájékozódás, Rauscher 1993). Érdekes kérdés ezzel kapcsolatban: vajon a hangtani, fizikai tulajdonságok vagy az esztétikai, élvezeti hatás tartható ezért felelősnek.

Az aktív zenei tevékenységnek karbantartó hatását is igazolták, természetesen itt elsősorban a már meglévő képesség gyakoroltatásának folytatásáról vagy felújításáról van szó (Hays 2005, Koyama 2009).

Az éneklés, különösen a kórusban történő éneklés hanyatlást gátló, életminőséget javító hatása a cselekmény több tényezője, köztük az esztétikai momentum által magyarázható időseknél (Johnson 2017).

Irodalmi esztétika

A teljesség kedvéért, már a mindennapi gyakoriság okán is, a szépirodalom olvasása (Vértes 1997), a színházi előadások, előadóestek látogatása is említendő az esztétikai hatások birodalmában. A költészet esztétikai elemzése az idős olvasó szemszögéből mindkét területen járatos szakember elmélyülését igényli. Az aktivitást előmozdító effektus szempontjából nem mindig dönthető el, hogy a tartalom vagy a megjelenítés formája hatékony adott műnél és adott személynél.

Transzcendencia és esztétikum

A Maslow-féle piramis legfelső fokozata, a transzcendencia is szoros kapcsolatot mutat az esztétikummal, beszélhetünk a transzcendencia esztétikumáról vagy az esztétika transzcendenciájáról, attól függően, hogy a transzcendenciával való kapcsolatot milyen esztétikai tényező kíséri vagy segíti elő, illetve hogy az esztétikai élményben való elmerülés (egy festménybe, egy zeneműbe) mennyiben ad transzcendens élményt, mintegy megnyitva a kaput afelé (Maslow 1970, Wikström 2004). Mind a két kapcsolat megjelenésével találkozunk az ember lelki-szellemi életében. Ez a kapcsolódás a kor előrehaladtával egyre kifejezettebbé válhat. Hankiss Elemér (2005: 21) szerint - több filozófus gondolatát összefoglalóan megfogalmazva – a napi történések trivialitása mögött mindig ott van a lényegi, az egzisztenciális, de ez csak bizonyos alkalmakkor tárul fel az egyén előtt, ekkor felfeslik a felszín és az alatta levő lényegi megmutatkozik. A középkori és reneszánsz festmények hatásában (később egyes festők egyes műveiben) megjelent ez a transzparencia, amely megérinti a gyönyörködő embert (Hankiss 2008: 47). Az idős hosszabb életet élvén tapasztalatai, életeseményei alapján tudatosan, vagy tudat alatt eljut ennek felismeréséhez, vagy megsejtéséhez. Ezért tartják úgy, hogy a szellemi öregedés olyan, mint a kolostorba vonulás (Moody 2002) vagy másnál: spirituális utazás (Bianchi 1982). Az idős meditációjában (életéről, a világról, a jövőről) találkozik a transzcendenssel (nem feltétlenül a vallásival), de az esztétikailag hangsúlyos élményben is megtalálja azt, hamarabb, mint a fiatalabb, így a természet szépségében, a katedrális fenségében, az univerzum szabályos mozgásában vagy akár a női szépség kiteljesedésében. Ezek alapján mondhatjuk, hogy a pozitív esztétikai élmények megajándékozzák az időst a pillanat szépségéből kiindulva a

világgal, a saját öregségével, az elmúlásával való megbékéléssel, mintegy feloldódva a létezés kitágult, egyént meghaladó kozmoszában.

*„ha a szépre nézve, hozzátenni
semmit sem áhítsz, csak belemerülni*

*mint lelked otthonába:
már nem éltél hiába.”* (Devecseri Gábor: Csak)

Irodalom

Active ageing: a policy framework. 2002 WHO

Baudrillard, P. (1987): A tárgyak rendszere. Gondolat, Budapest

Baumgarten, A. G. 1999 (1750): Esztétika. Atlantisz, Budapest

Beauvoir, S. de (1972): Az öregség. (ford. Pődör László) Európa Könyvkiadó, Budapest.

Bell, J. C. (1983): Music and the Elderly. J. Educ. Gerontology 13. (2), 147-155.

Bianchi, E. C. (1987): Aging as spiritual journey. Crossroad, New York

Boga Bálint (2015): Gyógyítás és szépség. Oriold és Társai, Budapest

Budai Aurél (2004): Környezetesztétika. Elmélet, gyakorlat. Építésügyi Tájékoztatási Központ Kft., Budapest

Chamorro-Premuzic, T., Furnham, A., Reimers, S. (2007): Personality and art. The Psychologist 20, 84-87

Dewey, J. 1958 (1934) Art as experience. Capricorn Books, New York

Dewey, M. é. n. Why life after 60 is the perfect time to start painting. Lifestyle

<http://sixtyandme.com/why-life-after-60-is-the-perfect-time-to-start-painting/>

Düll Andrea (2009): A környezetpszichológia alapkérdései. Helyek, tárgyak viselkedés.

L'Harmattan, Budapest

Featherstone, M., Hepworth, M. (1997): Az öregedés maszkja és a posztmodern életút., in: uők., Turner, B.S.: A test. Társadalmi fejlődés, kulturális teória. József könyvek

Fukász György (1980): A munka esztétikája. Kossuth Kiadó, Budapest

Hankiss Elemér (2005): Az ezerarcú én. Osiris Kiadó, Budapest.

Hankiss Elemér (2008): Ikarosz bukása. Lét és Sors az európai civilizációban. Osiris Kiadó, Budapest.

Hays, T., Minichiello, V. (2005): The meaning of music in the lives of older people: a qualitative study. Psychology of Music, 33 (4), 437-451.

- Itten, J. (1978): *A színek művészete*. Corvina, Budapest
- Johnson, J. K., Louhivuori, J., Siljander, E. (2017): Comparison of Well-being of Older Adult Choir Singers and the General Population in Finland: A Case-Control Study. *Music Sci* 21(2): 178-194
- Jonas, J. L. (1991): Preferences of elderly music listeners residing in nursing homes for art music, traditional jazz, popular music of today and country music. *J. Music Therapy* 28(3), 149-160
- Kant, E. 2003 (1790): *Az ítélerő kritikája*. Osiris, Budapest
- Koyama, M. et al. (2009): Recreational music-making modulates immunological responses and mood states in older adults. *Journal of Medical and Dental Sciences*, 56. 79–90.
- Kraft, H. (1976): Das geeignete Krankenzimmerbild. *Med. Wschrft* 27, 761
- Lindauer, M. (2003): *Age, Creativity and Art: A Positive Perspective Late-Life Development*. Kluwer Academic/Plenum Publishers, New York et al.
- Marton, L. M. (2005): Az idegrendszer önreprezentációs kérdései. *Pszichológia*, 25. (1.), 3–26.
- Maslow, A. H. (1943): [A Theory of Human Motivation](#). *Psychological Review*, 50(4), 370-96.
- Maslow, A. H. (1970): *Religions, values, and peak experiences*. New York: Penguin.
- Moody, H. R. (2002): *Conscious Aging: A Strategy for Positive Development in Later Life*. In: Ronch, J. – Goldfield, J. eds *Mental Wellness: Strength-based Approaches*. Human Services Press.
- Moore, S. R., Staum, M. J., Brotons, M. (1992): Music preferences of the elderly: Repertoire, vocal ranges, tempos, and accompaniments for singing. *J. Music Therapy* 29. (4), 336-252
- Pataki, F. (2011): Stabilitás és változás az én-rendszerben. *M. Pszichológiai Szemle* 66:229-268.
- Pogány, F. (1976): *A szép emberi környezet*. Gondolat, Budapest
- Polcz A. (2007) : *Rend és rendetlenség*. Jelenkor, Pécs
- Porteous, J. Douglas (1976): Home: the territorial core. *Geogr. Rev.* 66, 383-390
- Proshansky, H. M., Fabian, A. K., Kaminoff, R. (1983): Place-identity: Physical world socialization of the self. *J. of Environmental Psychology* 3, 57-83.
- Rauscher, F. H., Shaw, G. L., Ky, C. N. (1993): Music and spatial task performance. *Nature* 365, 611
- Rowe, J. W., Kahn, R. L. (1997): Successful aging. *The Gerontologist* 37, 433-440.

- Sabik, N. J. (2015): Ageism and Body Esteem: Associations With Psychological Well-Being Among Late Middle-Aged African American and European American Women. *J. of Gerontology, Series B*, 70(2), 189-199
- Szerdahelyi István (1974): *A mindennapi élet esztétikája*. Kossuth Kiadó, Budapest
- Tamás Dénes (2018): A hatodik érzékszerv: a mozgatott test. *Korunk* 29. (11), 30-35
- Vértes László (1997): Az idősek biblioterápiájáról. *Könyv, könyvtár, könyvtáros* 10. sz., 43-46
- White, Ch. G. é. n. The effects of class, age, gender and race on musical preferences.
<https://pdfs.semanticscholar.org/3053/98ddb317c0e314d5a6228eac748e4bc66561.pdf>
- Wikström, B.-M. (2004): Older Adults and the Arts. The Importance of Aesthetic Forms of Expression in Later Life. *J. Geront. Nursing* 30. (9), 1-7.