



SZÖVEG –
NÉMETH ZSÓFIA, SZŐNYI LÍDIA

SOROZAT –
EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

AZ ÉLET FELÉN TÚL

Az öltöztető

Az idő bizony nem kíméli sem a testet, sem a lelket. Életünk vége felé sokféle terheléssel találhatjuk szemben magunkat, amelyeknek főleg a lelki oldala lehet rendkívül megbetegítő és nyomasztó, ha vannak olyan titkaink, fel nem dolgozott élményeink, sérelmeink, amelyek megmérgezik a közérzetünket, és különféle testi-lelki problémákat okozhatnak.

♦ A TÖRTÉNET

Hasonló élethelyzetbe nyújt betekintést Az öltöztető című film is, amelyet Richard Eye rendezett. A főszereplő kiöregedett színész bőrébe ezúttal Sir Anthony Hopkins bújít, hűséges, odaadó öltöztetőjét, Normant pedig mindenki szürke Gandalfja, vagyis Ian McKellen alakítja. A második világháború idején járunk, a folyamatos légiriadók, az óvóhelyen töltött órák és az elsötétítés világában, amikor az élelmiszert jegyre adták, a cukor és a jó erős feketekávé pedig már-már luxusnak számított.

Egy maroknyi színészből álló társulat azonban dacol az ország feje felett gomolygó fellegekkel, és megpróbálja becsempészni a művészetet az emberek életébe. Sokadik alkalommal viszik színre a Lear királyt, ám van egy apró kis bökkenő: a főszereplő, az etalon, aki nélkül nem létezik az előadás, szörén-szálán eltűnt. Ugyanakkor hiába bukkan fel ismét, furcsa kedélyállapota, labilis érzelmei és kimerült idegei kétségessé teszik, hogy képes lesz-e este 277. alkalommal is színpadra állni. A csapat többi tagja szkeptikus, ám a jó öreg Norman mindent elkövet, hogy rajongva szeretett és tisztelt urát gatyába rázza és alkalmassá tegye az esti szereplésre. Ez az ő egyéni küzdelme a lehetetlennel, mert a műsornak folytatódnia kell, akármilyen történik is.

JÓL MEGVÁLASZTOTT CÉLOK

A nagy drámák ebben a filmben nem a cselekvésből sejlének fel, hanem a kimondott és kimondatlan monológokban, gondolatrohanásokban. Az úrnak nincs neve, mint ahogy a felesége is csak asszonyom, történetüket is inkább az elhallgatásokból és a hiányokból ismerhetjük, így ez bárki története lehet, aki megette már a kenyere javát, és a saját démonaival kell szembenéznie, amelyek ugyanúgy rágnak, mint évtizedekkel ezelőtt, mert csak a test öregszik, de a szellem és a lélek ösvényei változatlanul kanyarognak.

Anthony Hopkins zseniális játékát figyelve szeretnénk jobban megérteni az öreg színész keserűsége és csalódottsága mögött meghúzódó okokat. Hiszen feltételezzük, hogy ünnepelt és elismert művészként számos célját sikerült megvalósítania, s valahol legbelül azt várnánk, hogy ez a tény az elégedett időskor zálogaként nyugodt és kiegyensúlyozott utolsó éveket biztosít



számára. Úgy tűnik azonban, a teljesítmény és a céltudatosság önmagában nem váltja be a hozzá fűzött reményeket, s nem feltétlenül biztosítja azt a belső harmóniát, amelyre vágyunk. Bár a kutatások szerint már egy konkrét cél kitűzése is rengeteget segít abban, hogy elégedetten tekintsünk az életünkre, de nagyon nem mindegy, milyen célokat fogalmazunk meg magunknak.

Csikszentmihályi Mihály szerint egy-egy hűn áhított cél kapcsán érdemes feltennünk magunknak a kérdést, hogy miért is akarjuk olyan nagyon elérni. Ha erre a kérdésre nem tudunk megnyugtató választ találni, akkor érdemes új célt kitűzni, ellenkező esetben egy nap arra ébredhetünk, hogy képtelenek vagyunk azonosulni a saját tetteinkkel és végső soron az életünkkel – pedig ez az önértékelés, a jóllét, valamint az elégedett időskor feltétele.

Ez azonban egyáltalán nem könnyű feladat, hiszen néha nehéz elkülöníteni, hol kezdődik az ember, hol pedig a szerep, amit éppen játszik, vagy amire készül. Csakúgy, mint filmünk főszereplője esetében, aki mindezt folyton elfelejti, és emlékeztetni kell rá, mintha csak az élet megszokott kerékvágásából esne ki újra és újra. Mi, hétköznapi emberek is sokszor különféle

szerepekbe kényszerítjük magunkat, álarcot húzunk, elrejtőzünk a társadalom bőven kínált elvárásai mögé, és ha nem figyelünk oda, nagyon könnyen elveszíthetjük önmagunkat, szem elől téveszthetjük a számunkra igazán értékes dolgokat. A színész számára itt lételem a játék és a kultúra, ezért még saját egészségét, valamint az emberi kapcsolatait (házasságát) is képes feláldozni. Majd zavartabb pillanataiban másokra hárítja a felelősséget, mintha ők hajszolták volna bele ebbe az egészbe. Mivel az egész életét erre tette fel, akkor sem tud ebből a mókuserékből kiszabadulni, amikor már ő is ezt szeretné.

A PSZICHOLÓGIA SZERINT A JÓ CÉL TITKA, HOGY RENDELKEZZÜNK AZ ELÉRÉSÉHEZ SZÜKSÉGES KÉPESSEGEKKEL ÉS ERŐFORRÁSOKKAL, TISZTÁBAN LEGYÜNK A MEGVALÓSÍTÁS MÓDJÁVAL, ILLETVE AZ APRÓBB CÉLJAINK EGYBECESENGJENEK AZ ÉLETCELJAINKKAL, VAGYIS BEILLESZTHETŐEK LEGYENEK EGY SZÁMUNKRA FONTOS KERETBE.

„A bohó agg!
Folyvást szeretné
éreztetni súlyát,
Melyet már elvetett.
Lelkemre mondom!
Az agg ember gyer-
mekké lesz megint,
Kit majd szigorral,
majd hízelegve kell,
Ha csínt tesz,
rendbe hozni.”
(William
Shakespeare:
Lear király)

ELÉGEDETTEEN AZ ÉLET MÁSODIK FELÉBEN IS

A társadalom szerkezetbeli átalakulása, a növekvő élettartam és az idős korosztály egyre növekvő aránya miatt rendkívül fontos kérdés, hogy miként lehet ebben az életszakaszban elégedett és harmonikus életet élni.

A filmben megformált öreg színész kimerültsége és labilis kedélyállapota rímelt az időskorral kapcsolatos sztereotípiákkal: sokan gondolják úgy, hogy az élet második felében elszenvedett veszteségek miatt az ember könnyen keserűvé és panaszkodóvá válhat, vagy egyszerűen feladja a küzdelmet. Ugyanakkor egy a témában végzett vizsgálat eredménye szerint ez koránt sincs így, annak ellenére sem, hogy az idősödő ember számos előítélettel és negatív közvélekedéssel kénytelen szembenézni, ami negatív hatással van az énképre.

A fent említett kutatásban több mint 800 középkorú, idősödő és idős (54–78 év közötti), vagyis az élet második felét taposó résztvevőt vizsgáltak 8 éven keresztül, s azt találták, hogy ebben az életszakaszban sem a jóllét, sem a szubjektív elégedettség és életminőség mutatói nem csökkennek számottevően.

A KUTATÓK VÉLEKEDÉSE SZERINT AZ ELÉGEDETT IDŐSKOR A CÉLOK RUGALMAS ÁTFOGALMAZÁSÁNAK, VAGYIS AZ ÉRTELMEZÉSI KERET MEGVÁLTOZTATÁSÁNAK KÉPESSÉGÉN ÁLL VAGY BUKIK.

Az évek előrehaladtával és a veszteségek halmozódásával érdemes szembenézni az addig elért eredményekkel, és átszervezni, áthangolni a célokat, elképzeléseket, esetleg teljesen új célokat keresni, hogy azok jobban illeszkedjenek a lehetőségekhez és az erőforrásokhoz. Az időskori depresszió, keserűség, rágódás és a tehetetlenség érzése mögött gyakran ennek a lépésnek az elmulasztása húzódik meg, amikor az egyén még mindig pontosan ugyanazokat a célokat hajszolja és ugyanazt az önértékelést igyekszik megvalósítani, amelyet fiatalon kitűzött maga elé. Ezzel rendre kudarcot vall, mégis képtelen alkalmazkodni a változásokhoz, ellensúlyozni azokat és rugalmasan átfogalmazni a céljait. Ez nem jelent egyet a veszteségközpontú gondolkodással, hiszen ebben az életszakaszban is lehet olyan célokat találni, amelyek a meglévő képességek, a tudás és a bölcsesség kamatoztatásán, illetve az eddig talán szunnyadó készségek felfedezésén alapulnak. A két folyamat kiegészíti egymást: a régi átfogalmazása és elengedése ajtót nyithat az új lehetőségeknek, valamint az időskori, fizikailag és szellemileg is tevékeny élet számára. ♦

ÚJRA GR2!



Három cégvezető, aki bizonyítja, hogy vállalkozása képes fejlődni!



A legnagyobb tanácsadó cégek legjobb ötletei, hogy vállalkozása sikeresebb lehessen!

TREND OF FM 94.2
GAZDASÁGI REALITY MŰSORA

KAIZEN™
INSTITUTE

Szakmai partner:

CIB BANK
VALÓDI LEHETŐSÉGEK

Deloitte.

KPMG

pwc

Hertz.

TIVOSZ
Futó Vállalkozás
Országos Szövetség

**GR2 - március 29-től,
minden kedden
a 16:30-as hírek után!**



www.gr2.hu



SZÖVEG –
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –
KÖZVILÁGÍTÁS

TESTEK TUSÁJA

Miközben az olimpia zajlik, egy másik világversenyre is lázasan készülődnek a kiválasztott indulók. Bár a döntő még messze, már folyik a hazai selejtező, a 'kemény munka', ahogyan azt az előválogatókról hírt adó médiumok hangsúlyozták.

- ♦ A magyar szépségverseny, a Miss Hungary az, amire ma dobbanó szívvel készülnek 'legszebb lányaink'. Jó-jó tudom, nem kunszt egy szépségviadalról kritikusan írni. Már 1968-ban egy ilyen esemény adott rajtjelet a feminizmus második hullámának Amerikában. A nőmozgalom tüntetői akkor az Atlantic City Convention Center előtt tiltakoztak a szépségverseny által hirdetett „nevetséges szépségideál” ellen úgy, hogy a „szabadság személtárába”, konténerekbe hajították a szépségelnyomás jelképeit: a karcsúsító fűzőket, a magas sarkú cipőket és a melltartókat. Az emlékezet szerint ezeket nyilvánosan el is égették – így váltak 'melltartó-égetőként' ismertté – valójában azonban tűz nem az utcákon lángolt, csak a lelkekben. Ezúttal azonban a lehetséges ellentünetők, hanem az esemény a versenyszerűsége foglalkoztat. Az előválogatókról szóló riportok ugyanis több ízben kitértek arra, milyen alapon válogat a zsűri. Hiszen itt már minden szép: lány. És minden lány szép, ugye. Ráadásul a jelentkezés feltételei tiszták: nem szabad hazudni az adatokról, de plasztikáztatni lehet. Kizáró ok a házasság és a gyermek, az alkohol és a kábítószert (tehát az addikció különböző fajtái..) és a médiának eladott jog. Persze, egy Miss Hungary ne legyen férjnél, se elvált, de az nem baj, ha az orra vagy a keble nem teljesen az övé. A fontos dolgokat még időben, fiatalon kell elkezdeni. Visszatérve a lényegre, az ominózus riportban elhangzott három fontos és professzionális szempont. Ezekből az is kiviláglott, hogy miért van az, hogy érdemes több egymást követő évben is elindulni a versenyen. Lehet ugyanis, hogy a jelölt 'szépsége' annyit fejlődik, hogy a középmezőnyből az élre jut – pedig ez elsőre nem hallik valószínűnek. Szóval, a lányoknak először is nyelveket kell tudniuk, hiszen külföldre kell majd utazniuk. Másodsorban, teherbíróknak kell lenniük, mert az előválogató után szinte állandóan talpon kell lenniük, rendezvényeken, fotózásokon kell részt venniük. Logikus. Bár, mondjuk, ebbe a két kategóriába a hazai fiatal női lakosság nagy része beleférhet.. de itt a harmadik, a mindent eldöntő szempont. A riportert is úgy konferálta fel, mint a hazai szépségverseny egyik legnagyobb kulisszatitkát. Az egyik ítéztől ugyanis megtudta, hogy van még valami, amit az illető megnéz az indulóknál. Azt, hogy mennyire tartják rendben a szobájukat. Mert egy szépségkirálynőnek – ahogy elhangzott – rendesnek kell lennie. Nincs szétdobált ruha, be nem ágyazás, koszos edény stb. Ezt hallva lettem biztos abban, hogy már tényleg nem indulhatok. Kiderült, hogy a csípőméret megítélése összekapcsolható minden elmulasztott portörléssel! A szépségipar mély bölcsességéből egy szebb jövő képe rántott ki. Micsoda ideális világ lenne, amelyben a pénzügyi álláshirdetés előírná, hogy a jelentkező naponta kétszer mosogasson! Egy sofőr tisztítsa lefolyót, egy tanár pedig hajtogassa élére a férje ingeit, ha akarja a munkát. Ezekben a foglalkozásokban is fontos, hogy rendes legyen az illető, nem? Mi volna a világgal rendetlen tanárok, sofőrök, könyvelők mellett?! Borzongató – elő a Big Brother kamerákkal! A lényeglátó értékelési szempont a stúdióban ülő, riportot hallgató újságíró is megihlette, aki így zárta le a tudósítást: „És jó! Én is mindig ezért veszekszem a lányaimmal.” Megnyugodhatunk: már nevelik az utánpótlást. Még hogy égetni?!... Hajtogatni, szépen, a polcra. ♦