

Aranykapu

Hol volt egyszer, hol nem volt, volt egyszer egy lány. Nő volt, felség, anya. Imádta gyermekei illatát, a padlón csattanó, puha, párnás tenyerüket, csiklandós talpukat, gyöngyös kacajukat. Egyszer aztán elérkezett az idő, hogy útnak induljon. Maradt is volna, de ment volna is, az otthon töltött évek vattacukorként borították be puhaságukkal, de lassan ragacsos mázzá kezdtek változni. Indulni kellett. Felvértezte magát önbizalommal, tenni akarással, kitartással, szeretettel. Erős volt, büszke, és hasznos. Ment, mendegélt az alkalmazotti lét rögzös útján, füttyörészett, dalolt a napsütötte fák alatt. Aztán megérkezett az első próbatétel, majd a második, a harmadik, a sokadik. Az elsőkön hamar túljutott, segítői is voltak szép számmal. De fáradni kezdett. A segítők fogytak, és az úton gyűlni kezdtek a keresztbe kidőlt fák, mély vermek, magas helyek, s találkozott néhány szörnyeteggel is. Egy ideig küzdött, harcolt, győzött, de érezte, fogytán van az ereje. Eltelt néhány év, mikor meglátott a távolban egy útelágazást. Nem volt túl messze, de lassan haladt. Sokáig ment, hetekig, hónapokig. Amint lassan lépegetett, arra járt a Szél, s összetalálkoztak. Beszélgetni kezdtek, aztán egyszer csak a Szél kézen fogta a lányt, és elrepült vele egy erdő közepébe, a nővéreihez. Ott három éjjel, három nap táncoltak a tűz körül, énekeltek, doboltak, játszottak, és a lány megérezte a világban rejlő ősi erőt. A harmadik napon a Szél visszakísérte a lányt oda, ahol találkoztak, és útjára engedte. Teltek múltak a napok, hetek, hónapok. Miközben a távolban hol felsejlett, hogy elhomályosult a kereszteződés, újra eljött hozzá a Szél. Kézen fogta a lányt, és elvitte egy másik erdő közepébe, ahol vártak rá Szélnővérei. Három éjjel, három nap táncoltak a tűz körül, énekeltek, doboltak, játszottak, és a lány megérezte a benne rejlő ősi erőt. A harmadik napon a Szél visszakísérte a lányt oda, ahol találkoztak, és útjára engedte. Nem telt el sok idő, és a lány odaért, ahol az út kettéágazott. Akkor már tudta, hogy merre szeretne menni, de földbe gyökerezett a lába a döntés súlyától. Felnézett az égre, és segítségül hívta a Napot. A Nap kinyújtotta egyik sugarát, kézen fogta a lányt, és átvezette a kereszteződésen. A lány boldogan lépdelt, énekelt és táncolt az úton, mely sima volt, egyenes és széles. Egyszer csak befelhősödött az ég, sötétségbe borult minden, vihar készülődött. Ekkor újra eljött a Szél, kézen fogta a lányt, és elvitte Szélnővéreihez. Felrepültek vele a magasba, s egy rést fújtak a felhőkön át, amin lepillantott az előtte húzóútra. Akkor látta meg a lány, hogy ez az út sem sima, egyenes és széles. Vannak rajta árkok, bokrok, kövek, fák, hegyek és völgyek, ugyanúgy, mint minden járt és járatlan úton. De azt is látta, hogy ez az út, amit ő választott magának. A mese útja. Ekkor a Szélnővérek elvitték egy harmadik erdő közepébe. A lány levetette régi ruháját, és a tűzbe dobta. Akkor még nem sejtette, de újjászületett. A harmadik napon a Szél visszakísérte oda, ahonnan eljött, hogy folytathassa útját. A lány azóta kitartóan lépdel ezen a hittel és alázattal teli úton. Társai a mesék, akik türelmesen tanítják neki, hogyan legyen nő, feleség és anya. S hogyan

legyen ember, mesélő, egy kitárt aranykapu, melyen betekintést nyújthat és átkísérhet bárkit a mesék világába, megnyitva számukra egy új, lehetőségekkel teli utat.

Kissné Nezvál Eszter vagyok, pszichológiai és pedagógiai asszisztens, a Metamorphoses Meseterápiás Módszer használója. Én vagyok ez a lány a mesében. Mikor férjem, a Nap átkísért a kereszteződésen, és kiléptem a munkahelyemről, azt gondoltam, meséket fogok írni. Meséket, melyek segítenek, gyógyítanak, utat mutatnak. Több mint egy évig próbálkoztam, aztán egyszer csak rájöttem, miért nem sikerül. Mert a népmesékben benne van minden, amit én egy mesébe bele szeretnék írni. Minden tudás, bölcsesség, erő. Nem írnom kell a meséket, hanem használnom. Így jutottam el a meseterápiához. Azóta tanulom és használom a meséket, a meseterápia módszerét.

A Mesefészek egy olyan hely, ahol kis létszámban rövid ráhangolódás után a résztvevőknek elmesélek egy mesét, amit utána közösen feldolgozunk. Hőssé válunk, útnak indulunk, próbatételekkel találkozunk, lesznek segítők, és legyőzzük a hétfejű sárkányt. Közben megtanuljuk, hogy az egyhelyben toporgás helyett menni kell, és csinálni a dolgunk, hogy mindig legyen megoldandó feladataink, de ahelyett, hogy megijednénk tőlük, bátran szembenézünk vele, és elhisszük, hogy mindig van segítség, csak jól körül kell nézni. Az is lehet, hogy mindez az erő nem rajtunk kívül áll, hanem bennünk van. A meseterápia módszerével olyan varázslatos eszköztárat tudok átadni a velem együttlevőknek, amit útravalóul bárhová magukkal vihetnek. Onnantól csak rajtuk áll, hogyan élnek vele.