

## AZ ESZTÉTIKUM SZEREPE AZ „AKTÍV ÖREGEDÉS”-BEN

### (A TÉMA SZUBJEKTÍV VÁZLATA PÉLDÁKKAL)

[DOI 10.35402/kek.2019.2.11](https://doi.org/10.35402/kek.2019.2.11)

#### Absztrakt

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 a szellemi aktivitás szempontjából.

#### 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.

#### A szükségletek hierarchiája

Az absztraktban megfogalmazottak alapján sommásan állítható, hogy minden életbeli változás,

mindennapi történés esztétikai minőséggel is rendelkezik, ez többé-kevésbé 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, az egyén elismerése, megbecsülése emberi környezetétől, azaz érvényesülés, az 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 használható, hanem az élet értelmének, a lelki egyensúly keresésének szellemében, ami az aluliskolázott embereknel is megjelenik. A kritikák ellenére Maslow 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 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. Az észlelés második feldolgozási szintjét jelenti – az első szint egyszerűen a fizikai fokozatot, az esztétikai a második lépcsőt –, amelyben már

értékelésünk is benne van. Alapkategóriája a szép, a szépnek a tökéletességéhez való viszonyát fejezi ki (Baumgartner 1999), egyszerű megközelítésben annyi történik, hogy tudatosan bennünk, kellemes, közömbös vagy kellemetlen az észlelt jelenség az adott érzékszerv számára. Mindez a tetszés szemzőgéből minősül, amely esetenként a befogadóban további finomabb elemzésre kerül. Mondhatjuk tehát, az esztétika 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 csúcsmélysége, amely nem egyenlő az érzelmi vagy az intellektuális hatással, de mindkettőből van benne valamennyi (Dewey 1958, cit. Wikström 2004:2).

Maslow magyarázói közül is sokan úgy tartják, hogy az esztétikai igény csak az emberek egy csoportjánál van meg, úgy érve, hogy ők tudatosan keresik ennek az igénynek kielégítését. Nem a számszerűség a fontos, lehet, hogy a többségünk rendelkezik ilyen képességgel, de nem mindenki. Véleményem szerint azonban rejtett formában az esztétikai igény mindenkinél megvan, ez kiderül, ha kellemetlen esztétikai körülmények közé kerül a személy és azt kritikával illeti, azaz öntudatlan, rejtett vágyai nem elégülnek ki. Előfordulhat, hogy nem is keresi, de mégis megérinti valamilyen esztétikai élmény, és ez egyértelműen pozitív hatást, gyönyört vált ki.

Az esztétikai igény a többi, a hierarchia további lépcsőfokain meghatározott szükségletekben is megjelenik, az emberiség fejlődésével párhuzamosan egyre hangsúlyozottabban. Ezt a megállapítást csak néhány példával támasztom alá. Az elfogyasztandó étkek előkészítése, tálalása, a hidegtől óvó ruházat szabása, a védelmet nyújtó lakás szerkezete, berendezése, a környezetünkben levő emberek külleme: mind esztétikai minőségükkel is hatnak tényleges funkcióik teljesítése mellett. De az esztétikum 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 parfümpar (szaglás) és a gasztronómia (ízlelés) egyes termékeinek élvezete felveti a szélesítés kérdését. Abban azonban a gondolkodók többsége megegyezett, hogy ezek az ingerek beépülhetnek más esztétikai élmény megélésébe (Szerdahelyi 1974:42), a tapintás pedig tulajdonképpen át is lépte a küszöböt: vakok számára a szobrok élvez-

zetét biztosítja a tapintás. A 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 szépnek nevezhetünk (szellemi szép).

Egyébként próbálták elvi szinten definiálni, hogy érzékelésünkben milyen tényezők határozzák meg az esztétikai hatást és mértékét, e megközelítések közül egyet említek: a rendezettséget és az összetettséget 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 irodalomfilozófus, 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 kristallizált/kristályosodott intelligenciát, amelyeknél az első a gyors, reaktív készséget jelenti döntően, a második a tapasztalatok alapján a szintetizált tudást. Az életkor előre haladásával 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

Röviden bemutatom a gerontológia és az esztétika kapcsolatát, pontosabban azokat az érintkezési pontokat, 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 tevékenységben
8. az esztétikum, a művészet öregedést-gátló hatásában.

Dolgozatomban 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

Észleljük a szépség hatását az emberre, és ez akarva-akaratlan bekövetkezik, függetlenül attól, hogy saját magunkat, vagy 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 egyéni 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, életvitelében a nagyobb művészeti eseményeken való részvétellel még fokozza is ezt a tulajdonságát. Egyedi sajátossággá válik 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 díszítésére, de fordítva is lehet. Például

nagy, ormótlan, modern épületek taszító érzékelése erőteljesebbé 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 minősége a korral bekövetkező változásból 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, és lehet. Általános mozgósító hatásának, a tudatos befogadást célzó magatartásnak és az esztétikumot teremtő tevékenységnek egyaránt van benne helye. Egy 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 ilyent 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”: a kiegyensúlyozott biológiai és szellemi állapot, a 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 vonulatait. Fontos mozzanat még, hogy az egyén az előbb említetteket mennyire teszi magáévá és mennyire igyekszik változtatni a jelenlegi külsején. A test az identitás része, önreprezentációs szerepe van, ez jeleníti meg éneket a világ számára, ezért fontos, ho-

gyan jelenik meg a testem a szociális miliőben és ezt mennyire fogadom el megfelelőnek (Marton 2005; Pataki 2011). Ebben szerepe van mások, főleg a számunkra jelentős személyek (significant others) direkt és metakommunikatív visszajelzéseinek (tükörhatás). Ezen túl, sőt, másoktól függetlenül saját elvárásom is fontos lehet. Minden történelmi korszakban a teljesen kifejlett, de fiatal, egészséges test az esztétikai kiindulópont, a szépség teljes értékű megvalósítója. Korunkban, annak ellenére, hogy a társadalom átlagéletkora jelentősen emelkedett, a fiatal test a kívánatos, minden mást meghaladó idol (jeunizmus) elutasított. Az öregség testi jeleit gyakran a fiatalok visszatartóként 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 ez mélyebb elemzés tárgya és eredménye lehet. 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, büvölettel,  
Tudod-e hogy az öregkor jöhet utánad  
Egyenlő bájjal, erővel, büvölettel?”

/Walt Whitman/

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

Vannak, akik nehezen fogadják el a testi öregedést, mivel szellemüket, belső lényüket változatlanul, 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 széken,  
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, ami főleg a nők számára lehet fontos.

Az öregedés és a testi esztétikum különböző, személyes megélését küllemükre nagyon adó színésznők példáival illusztrálom. 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 külső. Greta Garbo öregedését annyira szégyellte, hogy eltűnt a kívülvilág elől. A legszebb példaként Emanuelle Riva-t, a háború után készült *Szerelmem*, *Hirosima* című film vonzó, fiatal nőjét és őt magát hívom elő képzeletembe, 80 év feletti korban, a pár éve készült *Szerelmem* című film főszereplőjeként. Az idős nő még valóban szerelmet érdemlő bájával... lenyűgöző. Megemlítem azt is, hogy az időskori öltözködés esztétikai jellemzői jelentősen befolyásolhatják a személy kiváltotta általános benyomást, ezzel önértetét (Featherstone 1997:137-138), a látványkort mindkét irányba elteríthetik. Az optimális megválasztása a divat alakítóinak és a személyeknek is kihívást jelent. Van, aki nem fogadván el öregedését, igyekszik úgy viselkedni, öltözködni, mint a fiatalok, ez az időskori Peter Pan szindróma. Gyakran nevetségessé válnak, ami tovább frusztrálja őket.

### **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 formálnak, in-

tim szféránkba építjük őket (intimizálás), kölcsönös viszony alakul ki köztünk (Dúll 2009:142-143). Az idős ember életében hosszú ez a közös idő, így a kapcsolat mélyül a látvány által is. A látvány vonal- szerkezete és színgazdagsága, a színek harmóniája ebben döntő szerepet játszik (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 a lakásában, esetleg végül már nem is tudja elhagyni azt, a tágabb világra csak ablakából tekint ki (ablakmélyedés szindróma).

Két látszólagos ellentét-pár bemutatásával térek rá ennek a komplex kérdésnek értelmezésére. Az egyik: a megszokottság és az ingergazdagság. Az idős ember évtizedek alatt szinte összesen otthonának kialakított miliójével. Ez jelenti a biztonságot, beszűkült képességei esetén sem akarja elhagyni, még szeretetet, támogatást nyújtó gyermekei invitálására sem. Az idősek otthonába költözés pedig nagy lelki traumát jelent, ezért engedik az ilyen intézmények többségében a kisebb otthoni bútorok, tárgyak bevitelét. Mindemellett azonban az azonos milió idővel bizonyos pszichés tompultsághoz, érdeklődés-be-szűküléshez vezethet. Ezt lehet vizuális hatásokkal befolyásolni, például bútorok kisebb átrendezésével, a falak időnkénti átfestésével bizonyos pasztell színekre, váltakozó, színes tárgyak elhelyezésével (díszpárnák, vázák, képek, akár virágok), stb.

A másik ellentétpár a rend/rendezettség és a rendezetlenség/rendetlenség kettőse. Általában az idős személy a rendet kedveli a látványban is, amely a maradandóság szimbóluma, kifejezője. A rend csak folyamatosságban uralkodhat, a rend a fennmaradást szolgálja, és egyben azt fejezi ki, azaz a rendben biztosított az idős ember megmaradása. Olyan biztosíték, amely a magasabb életkort elérőnek a létét jelenti, és reményt ad a további létezésére. A rendetlenség, a rendezetlenség a bizonytalanságot sugallja, a változással, amiben már esetleg nincs helye egy öregedő embernek, ami érthetetlen és feldolgozhatatlan a korábban kiérlelt alapelvek szerint, 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, az úgynevezett kínos rend a befejezettséget, lezártaságot, a ’vége-nincs-tovább’-ot

is tükrözheti. Szükség lehet ezért a „még valami javítandó, folytatandó” tevékenységre biztató érzetre, akár egy esztétikailag szép kép üzenetében. A rend ellentéte nem a rendetlenség, hanem a káosz. Az életvitel szabja meg 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. Ismerős az az anekdota, hogy egy asszony, aki a környezetében mindig hagyott tennivalót maga után, egyszer, amikor előreláthatóan rövid időre eltávozott otthonából, tőle szokatlan módon rendben hagyta a dolgait, és már nem tért többé vissza.

### **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 tekintéssel tovább időzik a mellette elhelyezkedő épületeken, azok szépsége, díszes homlokzata ámulattal tölti el, ezredszer is örömmel konstatálja, hogy Budapest látképe a Duna-partról mindig élvezetes. Mindez alátámasztja azt a teóriát, hogy a mozgásban lévő 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 milióban állandó kisebb-nagyobb változások is bekövetkeznek, amelyek hatnak az emberre, az idősekre is (nagyvárosi személyiség, Dúll 2009:224-231).

A távoli új természeti és építészeti milió 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 (múzeum- és tárlatlátogatás), másodlagos formában, albumok vagy médiumok által, vagy senior akadémiák előadásában. A múzeumlátogatás idősek számára (múzeum–gerontológia) pedig kettős effektussal bír: a látogatás aktusa és a látott képek hatása által. Felmerő vizsgálatok közül említtem 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 meta-elemzés a személyiség és az iskolázottság kiemelt szerepét találta a korról, nemmel szemben (Chamorro-Premuzic 2007, „artistic personality”). Wikström (2009) idősek házában 166 időst vizsgálva 80-90%-ban a tájkép, tengeri kép, színgazdagság kedvelését, az absztrakt művek és rikító színek elvetését találta. Saját vizsgálatomban is a tájképet és csendéletet ábrázoló képek dominanciáját mutattam ki közepesen iskolázott időseknél. A non-figuratív, a posztmodern festészet a rendezetlenség, érthetlenség képzetét kelti az idősek nagy többségénél, részleteire bontva nem tudja látni (Lindauer 2009:233), ezért nem is próbálja 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 környezetünkől származó hangok, zörejek szintén hathatnak ránk, közérzetünkre. A hallás időskori romlásával kettős helyzet teremődik: egyrészt a kellemetlen hangok, zajok kevésbé érik el érzékelő központunkat, másrészt a kívánt, vagy kellemes hangot is kevésbé appercipáljuk. Témánk szempontjából a zene és az ének esztétikai hatásának stimuláló, aktivizáló effektusát vizsgáltam: a zene tevékenységet indít, elősegíti a szellemi koncentrációt, javítja az emlékezést, társas kapcsolatra

buzdít, hangulatot javít, tehát csökkentheti a depressziót és izolációt. Ezek a hatások a zene tudatos alkalmazásával is elérhetőek (Bell 1987). Számít, hogy az adott személy életében milyen szerepe volt korábban a zenének: tanulta-e, járt-e koncertekre, szeretett-e énekelni, esetleg karban énekelt-e, stb. A nem közvetlenül zenei közegben élő idősekre is lehet stimuláló hatása bizonyos zeneműnek, fokozhatja aktivitását, tettekkészségét. Kodály szerint a léleknek vannak olyan régiói, ahová csak a zene világít be. Mozgással kombinálva (tánc) fokozódik a zenének ez a jótékony, 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. Az 1000 fős mintából 514 idős a hazafias, populáris, himnikus zenét-éneket kedvelte első sorban. White (2001) 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 műfajok kedveltségének sorrendje így alakult: countryszene, hagyományos dzsessz, klasszikus, majd populáris zene.

Hazánkban Vértes László végzett hasonló felmérést egy idős 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 muzsika aktivizál-e 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. metal, punk) bizonyossággal visszataszító az öregek számára, azonban olyan ’fiatalos’ zenék, amely az idős ember ifjú korában voltak újdonságok, és az idő függvényében váltak klasszikussá. Ismert példa erre a Beatles zenéjének hódítása több generáció körében.

Tudományosan is vizsgálták különböző zeneművek hatását az idősödés folyamatára. Bár többségében már hanyatló készségek revitalizálását kutatták egyértelműen és főleg megbetegedések folyamán, a zene aktivizáló képességét és ennek eredményként több esetben is tapasztalták. Közismert az ún, Mo-

zart-effektus: ez a 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 érték váltotta ki ezt?

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

Az éneklés, különösen a kórusban, a közösségekben történő éneklés hanyatlást gátló, életminőséget javító hatása a cselekmény több tényezőjéből adódik, köztük – a közösségi léten túl – az esztétikai momentummal magyarázható a jótékony funkció az időseknel (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 hatékonyabb-e az adott műnél és adott személynél.

## Transzcendencia és esztétikum

A Maslow-féle piramis legfelső foka, a transzcendencia is szoros kapcsolatot mutat az esztétikummal, beszélhetünk a transzcendencia esztétikumáról vagy az esztétika transzcendenciájáról, attól függően, hogy ez milyen kapcsolatot alakít ki a befogadóval, 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 a teljesség felé (Maslow 1970; Wikström 2004). Mind a két kapcsolat megjelenésével találkozunk az ember lelki-szellemi életében. Ez a kapcsolódás a kor előre haladtával egyre markánsabbá válhat. Hankiss Elemér (2005:21) szerint – több filozófus gondolatát összefoglalóan – 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 élén 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 vallásával), 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/

## Felhasznált irodalom

- Active ageing: a policy framework. 2002 WHO  
Baudrillard, P. 1987 *A tárgyak rendszere*. Budapest, Gondolat  
Baumgarten, A. G. 1999 (1750) *Esztétika*. Budapest, Atlantisz  
Beauvoir, S. de 1972 *Az öregség*. (ford. Pödör László) Budapest, Európa Könyvkiadó  
Bell, J. C. 1983 Music and the Elderly. *Journal of Educ. Gerontology* 13 (2):147-155 <https://doi.org/10.1080/0380127870130204>  
Bianchi, E. C. 1987 Aging as spiritual journey. *Crossroad*, New York  
Boga Bálint 2015 *Gyógyítás és szépség*. Budapest, Oriold és Társai  
Budai Aurél 2004 *Környezetesztétika. Elmélet, gyakorlat*. Építésügyi Tájékoztatói 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. 2016 Why life after 60 is the perfect time to start painting. *Lifestile* <http://sixtyandme.com/why-life-after-60-is-the-perfect-time-to-start-painting/>
- Dúll Andrea 2009 *A környezetpszichológia alapkérdései. Helyek, tárgyak viselkedés.* Budapest, LHarmattan
- Featherstone, M. – Hepworth, M. 1997 Az öregezés maszkja és a posztmodern életút. In Turner, B. S. *A test. Társadalmi fejlődés, kulturális teória.* Budapest, Jászöveg könyvek
- Fukász György 1980 *A munka esztétikája.* Budapest, Kossuth Kiadó
- Hankiss Elemér 2005 *Az ezerarcú én.* Budapest, Osiris Kiadó
- Hankiss Elemér 2008 *Ikarosz bukása. Lét és Sors az európai civilizációban.* Budapest, Osiris Kiadó
- 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. <https://doi.org/10.1177/0305735605056160>
- Itten, J. 1978 *A színek művészete.* Budapest, Corvina
- 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. <https://doi.org/10.1177/1029864916644486>
- 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. *Journal of Music Therapy* 28 (3):149-160. <https://doi.org/10.1093/jmt/28.3.149>
- Kant, E. 2003 (1790) *Az ítélőerő kritikája.* Budapest, Osiris
- 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. Welt* 27:761-763.
- Lindauer, M. 2003 *Age, Creativity and Art: A Positive Perspective on Late-Life Development.* Kluwer Academic/Plenum Publishers, New York et al.
- Marton, L. Magda 2005 Az idegrendszer önreprezentációs kérdései. *Pszichológia*, 25 (1):3-25.
- Maslow, A. H. 1943 A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 50 (4):370-396. <https://doi.org/10.1037/h0054346>
- 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. *Journal of Music Therapy* 29 (4):336-252. <https://doi.org/10.1093/jmt/29.4.236>
- Pataki Ferenc 2011 Stabilitás és változás az én-rendszerben. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 66:229-268. <https://doi.org/10.1556/MPSzle.66.2011.2.1>
- Pogány Frigyes 1976 *A szép emberi környezet.* Budapest, Gondolat
- Polcz Elaine 1987 *Rend és rendtelenség.* Kozmosz könyvek, Budapest
- Porteous, J. D. 1976 Home: the territorial core. *Geogr. Rev.* 66:383-390. <https://doi.org/10.2307/213649>
- Proshansky, H. M. – Fabian, A. K. – Kaminoff, R. 1983 Place-identity: Physical world socialization of the self. *Journal of Environmental Physiology* 3:57-83. [https://doi.org/10.1016/S0272-4944\(83\)80021-8](https://doi.org/10.1016/S0272-4944(83)80021-8)
- Rauscher, F. H. – Shaw, G. L. – Ky, C. N. 1993 Music and spatial task performance. *Nature* 365:611. <https://doi.org/10.1038/365611a0>
- Rowe, J. W. – Kahn, R. L. 1997 Successful aging. *The Gerontologist* 37:433-440. <https://doi.org/10.1093/geront/37.4.433>
- Sabik, N. J. 2015 Ageism and Body Esteem: Associations With Psychological Well-Being Among Late Middle-Aged African American and European American Women. *Journal of Gerontology*, Series B, 70 (2):189-199. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbt080>
- Szerdahelyi István 1974 *A mindennapi élet esztétikája.* Budapest, Kossuth Kiadó
- Tamás Dénes 2018 A hatodik érzékszerv: a mozgott test. *Korunk* 29 (11):30-35.
- Vértés László 1997 Az idősek biblioterápiájáról. *Könyv, könyvtár, könyvtáros* 10:43-46.
- White, Ch. G. 2001 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. *Journal of Geront. Nursing* 30 (9):1-7. <https://doi.org/10.3928/0098-9134-20040901-07>