

Szemelvények

az alvás és az álom kultúrtörténetéből

Az alvás és az álom életünk része, mindannyian naponta találkozunk ezekkel az életfunkciókkal. Az álom jelensége az emberiség kultúrtörténetének kimeríthetetlen témája. A Bibliában, a vallások ősi emlékeiben, az ókori filozófusok és egyházatyák műveiben, a mesék és mítoszok világában, az irodalomban, a költészetben és a képzőművészetekben színpompás gazdagságban jelenik meg. Úgy is fogalmazhatnánk, hogy az álom, az alvó és álmódó figurák megjelenítése a művészet legrégibb témái közé tartozik.

A közlemény ezekből próbál meg néhány szemelvényt bemutatni. Ami belefér a keretekbe, az a téma felszínének karcolása lehet csupán, inkább figyelemfelkeltőnek szánom, hiszen az internet bőven szolgál részletekkel, az érdeklődő ott kutathat tovább. Teljességgel mellőzöm az alvással és az álommal foglalkozó élettani, elektrofiziológiai vagy pszichiátriai eredményeket, utóbbiakat csak ott említem, ahol művészeti vonatkozásai vannak.

Az álomfogalom különböző korokban

Az álom megfogalmazásának hihetetlen bőségével találkozunk: „az álom a világ lebontása és újjászervezése” – „az álom a múlt lenyomata vagy a jövő előképe” – „lelkünk titkos üzenete”. A Talmud szerint az igazság nem „meztelenül érkezik a földre”, hanem „a jelkép fátylában”. Az álmok jelentését a fátyol mögé rejtett gondolatban kell keresni. Sigmund Freud és Carl Gustav Jung teóriái szerint az álomban a személyiség rejtett dimenziói adnak jelet magukról. Freud elmélete volt, hogy az álmaink a legmélyebb vágyaink kivetülései, melyek visszamennek egészen gyermekkorunkig. A múlt archeológiai rekonstruálásának esélyét és a pszichés zavarok megfejtésének lehetőségét látta az álmokban.

Az álom az irodalomban

A *Gilgames-eposzban* a döntő eseményeket mindig egy-egy álom vezeti be. A fényes szemű Ea, a bölcsesség istene, például álom formájában vitt üzenetet arról, hogy az istenek vízözönt készülnek bocsátani a földre, ezért bárkát kell építeni.

Az *indiai mitológiában* Visnut a Védák mint univerzális álmódót festik le. Leírják, amint a kozmikus tejóceánon lebeg, s Amanta, a végtelen kígyó tekervényein guggolva megálmodja a világmindenség kezdetét.

A *Biblia* (különösen az Ószövetség) kimeríthetetlen forrása az álmoknak, álombeli történeteknek. A bibliai álmok többsége részé lett a világirodalmi narratíváknak, illetve sok közmondásnak, szólásnak, és tárgya festményeknek szobroknak. A legnevezetesebb bibliai álmok közül néhány: Éva teremtésekor az Úr álmodta bocsájtott Ádámra, Ábrahám és Jákob álma, a József-történet több mellékszála (Jó-

*Bartolo di Fredi:
Éva teremtése*





Gislebertus: zsef és a Fáraó álma és álmofejtése) közismert. **Az angyal figyelmezteti a napkeleti bölcseket** Az Újszövetségből: a napkeleti bölcseket egy angyal álmukban inti, hogy ne menjenek vissza Heródeshez; József álmában kap intést, hogy menjen Egyiptomba.

Az **ókor** **görögöknél** Endümiót tartották az alvás megszemélyesítőjének. Az örök-ké alvó Endümió mítosza közkedvelt témája volt a késő antik kor művészeinek. Szeléné és Endümió alakját gyakran ábrázolták szarkofágok domborműveiként.

Homérosz az Iliásban leír egy jelenetet, amiben Agamemnon álmában kap útmutatást Nesztortól, Zeusz üzenethozójától. Ovidius az Átváltozások 11. könyvében (Ceyx és Alcyone. Az álm) merül fel az a gondolat, hogy Hüpnosz, az álm istene, ikertestvére Thanatosznak, a halál istenének.

Szeléné és Endümió
(szarkofág 1335-ből)

Shakespeare műveiben gyakori az álm említése. A Macbeth második felvonásában ezt írja:
*Az álmot, mely a gondot kibogozza,
S napi halál, bús robot fürdője,
Dúlt szív balzsama s második fogásunk,
Főtáplálónk az élet asztalán*

A Szentivánéji álm cselekményében az álm a „főszereplő”, de nevezetes álm-momentum van a Rómeó és Júliában is, ahol Mercutio még az első felvonásban megálmodja, pontosabban álmát Rómeónak elmesélve, megelőlegezi a későbbi történéseket.

Hamlet pedig így elmélkedik:

*Meghalni – elszunnyadni – és alunni!
Talán álmodni: ez a bökkenő;
Mert hogy mi álmok jönnek a halálban,
Ha majd leráztuk mind e földi bajt,
Ez visszadöbrent...*

A magyar irodalomból is sok példát lehetne sorolni Csokonaitól a mai költőig. **Vörösmarty Mihály** Álom és való című verse egy erotikus álm szemérmes leírása:

*Álmaim, a csalfák, éjfélkor adták meg ölemnek
A kedvest, s forró csókjait itta tüzem.
Még boldogságom soha ekkép nem vala teljes:
A szív kéjeiben lelkem öröme hajlot
Serkentem; tündér javaim kisuhantak eszemből,
S most a csók helyein gyenge könyűke remeg.*

Egy másik versében (Álm és valóság) az ébrenlét történései kiábrándítóak:



Láttalak álomban, harag ült
szép homlokod élén
S egy csókom haragod fellegit elzavará.
Ébren csókollak most, és te haragra sötétülsz:
Oh mért álmodnom nem lehet ébren a kéjt!

A Csongor és Tündében az álom fontos dramaturgiai tényező. Álomképekből szerkesztett a színdarab, számtalan forrás sejthető mögötte: Gyergyai széphistóriája, az Ezeregyéjszaka mesevilága, Shakespeare-től elsősorban a Szentivánéji álom, Goethe Faustja (mint műfaji előkép), a német kultúra több más alkotása, az antik mitológia stb.

Madách Imrénél Az ember tragédiájában Ádám kalandjai azzal kezdődnek, hogy a 3. szín végén: „Lucifer Ádámot és Évát a kalibába vezeti, kik ott elszunnyadnak”. A történelmi színek Ádám álmában játszódnak, sorozatos látomásokban éli végig az emberi faj jövőjét. Külön „csavar”, hogy a párisi szín álom az álomban (Keplerként álmodja). A befejező színben, a történelmi látomások után Ádám fölteszi a nagy kérdést: „Álmodtam-é csak, vagy most álmodom / És átalán több-é, mint álom, a lét...”

Madách Ádámjának kérdését (Álmodtam-é csak, vagy most álmodom?) sokan, sokféleképpen feltették. René Magritte, 20. századi belga szürrealista festő szerint „ha az álom a való élet lefordítása, akkor a való élet az álom lefordítása”. Havelock Ellis, brit orvos és esszéíró szerint „valódi az álom, amíg tart, ennél többet az életről sem mondhatunk”. Számomra a probléma legszébb kifejtését Szabó Lőrincnél lehet olvasni:

Kétezer évvel ezelőtt Dzsuang Dszi,
a mester, egy lepkére mutatott.
– Álomban – mondta, – ez a lepke voltam
és most egy kicsit zavarban vagyok.
– Lepke, – mesélte, – igen, lepke voltam,
s a lepke vígan táncolt a napon,
és nem is sejtette, hogy ő Dzsuang Dszi...
És felébredtem... És most nem tudom,
most nem tudom, – folytatta eltűnődve, –
mi az igazság, melyik lehetek:
hogy Dzsuang Dszi álmodta-e a lepkét
vagy a lepke álmodik engemet? –
Én jót nevettem: – Ne tréfálg, Dzsuang Dszi!
Ki voltál? Te vagy: Dzsuang Dszi! Te hát! –
Ő mosolygott: – Az álombeli lepke



George Frederic Watts:
Endümion és Szeléné

épp így hitte a maga igazát! –
Ő mosolygott, én vállat vontam. Aztán
valami mégis megborzongatott,
kétezer évig töprengtem azóta,
de egyre bizonytalanabb vagyok,
és most már azt hiszem, hogy nincs igazság,
már azt, hogy minden kép és költemény,
azt, hogy Dzsuang Dszi álmodja a lepkét,
a lepke öt és mindhármunkat én.

(Szabó Lőrinc: Dzsuang-Dszi álma)

Az álom a képzőművészetben

Az itáliai reneszánsz (14–16. század) festőinek kedvelt témája volt az **alvó Vénusz** ábrázolása. Sok külső jegy (testhelyzet) azt sugallja, hogy ezek mintha csak Giorgione (da Castelfranco) híres alkotásának másolatai lettek volna. Neves festők vették át a témát: Benedetto Bordone, Girolano Da Treviso, Tiziano (Az urbinoi Vénusz). A képnek fiú változata is készült: Giovanni Battista: Alvó Cupidó. A közkedveltséget nyilvánvalóan a reneszánsz vívmánya, a szép meztelen test ábrázolásának lehetősége is segítette.

Michelangelo „Éj” című szobra Firenzében a Medici sírkápolnában az egyetemes szobrászat egyik legkiválóbb alkotása. Nem véletlen, hogy a kortárs költőt, Giovanni Battista Strozzi versre ihlette:

Ez itt az éj. Zord angyal keze véste
Az égből jött hozzánk, nem földi test
Alvó szobor, mely vár az ébredésre.
Érintsd ujjaddal és beszélni kezd.

Giorgione da
Castelfranco:
Alvó Vénusz



Michelangelo szintén versben válaszolt:

*Aludni jó, kőből lenni még jobb,
míg szégyen és gyalázat úr a világon.
Mily szerencse: se éreznem, se látnom!
Ne kelts föl hát, menj csendesen tovább.*

(Rónay György fordítása)

Nem egységes a művészettörténészek és a lélekbúvárok megítélése Hieronymus Bosch művészetéről. Sokan álomképeknek (álombéli rémképeknek) tartják az elképesztő szürrealizmussal megfestett műveket, mások úgy vélik, hogy ezeket csak tudatmódosító szerek hatására volt képes megfesteni a művész (lásd a Függelékben).

Michelangelo
„Éj” című szobra
Firenzében a Medici
sírkápolnában



Az álom a zenében

Ha van igazi összefüggés a zene és az alvás között, akkor az Johann Sebastian Bach műve, a „Goldberg variációk”. A legenda szerint ugyanis Bach a művet azért írta Johann Goldberg udvari csembalistának, mert Hermann Karl von Keyserlingk, szászországi orosz nagykövet, akinek a szolgálatában állt Goldberg, álmatlanságban szenvedett. Ilyenkor hívatta zenészét, akinek játszani kellett, míg a nagykövet elaludt. Ebben próbált segíteni Bach. A mű önálló életre kelt, és Bach legszebb alkotásai között tartják számon (lásd a Függelékben).

Számos zenemű van, amelyek olyan irodalmi művek megzenésítései, ahol az álom szerepel: Felix Mendelssohn és Benjamin Britten: Szentivánéji álom; Henry Purcell: Tündérrálynő; Pjotr Csajkovszkij: Diótörő (E. T. A. Hoffmann A diótörő és az egérkirály című meséje alapján) és a Csipkerózsika balett. Richard Wagner operáiban fontos szerepe van az álomjeleneteknek (Brünhilde álma, Senta álma, Elza álma). Egy másik E. T. A. Hoffmann megzenésítésben, Jacques Offenbach: Hoffmann meséi című operájában a főhős, három felvonásnyi sikertelen szerelmi kaland elbeszélése után elalszik, és megjelenő szerelme a vetélytárs karján távozik.

Híres zeneművek az álomról: Liszt Ferenc: Szerelmi álmok és Robert Schumann: Álmodozás. A romantikus és későbbi zeneszerzők

(Schumann, Schubert, Richard Strauss, Brahms) gyakran írtak dalokat az álomról, alvásról.

Álomfejtés

Szinte az emberiség történetével egyidős a törekvés az álmok megfejtésére, s a magyarázatokban a legrégebb idők mágikus, vallásos és pszichológiai elképzeléseit lelhetjük fel.

Az ókori Egyiptomból fennmaradtak Kr.e. 13-12. században keletkezett álmoskönyvek. Amikor az embereknek problémáik voltak, és segítséget akartak kérni az istenüktől, aludhattak a templomban, s amikor felébredtek másnap reggel a pappal, akit a Titkos Dolgok Mesterének hívtak, megbeszélhették az éjszakai álmok értelmezését. Az ókori görögök abban hittek, hogy az álmok isteni üzenetek hordozói, de hasonlóan a babilóniaiakhoz és az egyiptomiakhoz, csak papok segítségével tudták azt értelmezni.

Közeledés volt a modern kori álomfejtés felé, amikor a görög filozófus, Heraclitus (Kr. e. 5. század) azt mondta, hogy egy személy álomvilága valami, amit a saját elméje alkotott.

A töredékesen fennmaradt Oneirokritika (Artemidorus Daldaianus ötkötetes, 1400 álommotívumot tartalmazó munkája) számít az ókori álomfejtés „szakirodalmának”. A régi görögök az oneirokritiké kifejezéssel jelölték az álmok olvasásának művészetét.

A középkortól az álomfejtés popularizálódott, a „tudományos” felkészültségű álomfejtők mellett megjelentek a kóklerek, jósok, vásári jövendőmondók.

Az álmoskönyvek rendkívül kelendők voltak. A magyar irodalomban az egyik legtöbbet használt és legjobban respektált álmoskönyvet Krúdy Gyula írta. Sok furcsa álommagyarázat van

Krúdy Álmoskönyvében, számomra az egyik legkülönösebb: álom – ablakrámba üveget illeszteni; megfejtés – ellenségednek beverik fejét.

Az „álomfejtés” szót a Google-ba beírva több mint 200 ezer találatot kapunk, amiknek jelentős része jelenleg is működő álomfejtők reklámdala, illetve „online álmoskönyvek”. Ezek láthatóan alkalmazkodnak a modern időkhez, mert ilyen lehet olvasni: álom – konferencia, kongresszus; megfejtés – elfecsérelt idő, hiábavalóság, újra és újra azt hiszed, hogy észserű véleményed, ötleted meghallgatásra talált, de mindig csalódsz. ■

Dr. Berta Gyula

Források az internet szócikkei mellett

Koltai Mária: Az álomfejtés mitikus története
http://www.prodie.hu/download/az_alom_alagutjan_mintaold.pdf

Gellér Katalin: Álom és alkotás
[http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(15\)2004_3/041-55_Geller-K.pdf](http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(15)2004_3/041-55_Geller-K.pdf)

Függelék

A szövegben szereplő képek a Google képkeresőjéből könnyűszerrel kikereshetők, a szerző vagy a cím beírásával.

Johann Sebastian Bach: Goldberg variációk
a YouTube nagy választékából Glenn Gould két felvételét ajánlom (1955 és 1981) – érdemes összehasonlítani!
<https://www.youtube.com/watch?v=Ah392InFHxM>
<https://www.youtube.com/watch?v=7Ojt02QYuDw>

Brahms: Immer leiser wird mein Schlummer
<https://www.youtube.com/watch?v=kBktNCd3NNY>

Richard Strauss: Traum durch die Dämmerung
<https://www.youtube.com/watch?v=2vE3fucg64M>

Renée Fleming, Franz Schubert – Nacht und Träume, 2005
https://www.youtube.com/watch?v=2_iej6wl4-s

Hieronymus Bosch: A gyönyörök kertje. A művészet templomai
90 perces film, José Luis López-Linares rendezésében angol nyelvű bevezetője:
<https://www.youtube.com/watch?v=HvPEm0odols>