godt tartása, sem örömöt, sem bánatot, egyáltalán semmiféle indulatot, érzelmet el nem áruló, kisimult arcvonásai, majdnem lecsukódó szeme, a hosszú orr, a gondozott külső, a sötét ruházat, tehát az egész kép eredeti helyszínének rendje és tisztasága összességében egy kivételes személyiséget tükröz. Olyan egyéniséget, akit taszít mindenféle külső és belső rendetlenség, szenny és betegség. Akinek egyedüli küldetése a tőle térben vagy időben távolabb élő emberek, az evangélium és az irodalom szolgálata. Ebben áll humanizmusa, ehhez szükséges – a rend és az egészség mellett – a függetlenség. Szuverénnek lenni, ha egyedül marad is: ez volt számára a legfőbb emberi érték és az egyedül biztos pont az életben. Nem ment Spanyolországba és tanárnak I. Ferenc Királyi Kollégiumába, nem vonzotta Wittenberg reformer hevülete és igazából Róma bíborosi kalapja sem. Létezni, hogy írhasson, és írni, hogy létezhessen – ezt látta és festette meg benne a legifjabb Holbein. A bázeli baráti közelség olyannyira gyümölcsözőnek tűnik ezen a képen, hogy alkotója nemcsak Erasmus legjobb portréját, hanem egyben az európai humanista eszményi típusát is meg tudta formálni." (41–42. old.).

ÉLES CSABA: A genti oltártól Wittembergig (Németalföld és Németország kultúrája a 15–16. században). Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest, 1998, 152. old.

***Láng Eszter***

# A rendkívüli és az átlagos elme

*Héraklész, a görög mondák hőse, ifjúkorában vándorútra indult, hogy megkeresse a boldogságot. Az úton két asszonnyal találkozott. Egyikőjük könnyű, léha életet kínált neki, tele gyönyörökkel, szerelemmel, semmittevéssel. A másik az erény útját ajánlotta, nehéz és fáradságos utat, kemény munka után jóleső pihenést, megbízható barátokat, tiszteletet és dicsőséget. Héraklész az erény útjára lépett.*

A Kulturtrade Kiadó Mesterelmék sorozatában jelent meg Howard Gardner 'Rendkívüliek' és Csíkszentmihályi Mihály 'És addig éltek, amíg meg nem haltak' című könyve.

Howard Gardner neurológus, aki rendkívüliség-kutatással foglalkozik. Bevezetőjében betekintést nyújt a rendkívüliséggel foglalkozó tudomány kutatásaiba, az emberiség nagyjai mellett pedig sorra veszi az ember különböző életkoraiban az átlagos és a kiemelkedő teljesítményeket. Nemcsak a rendkívüli egyéniségek jelenlétével, hanem hiányukkal is foglalkozik. Mi tesz valakit rendkívüli egyéniséggé, tehetséges zenésszé, nagy hadvezérré, híres tudóssá? Mi az, amiért tehetséges gyerekek átlagos felnőttekké válhatnak, és az iskolában alulteljesítők kiemelkedő karriert futhatnak be?

Gardner a gyermek fejlődésének különböző szakaszait elemzi, amelyek közül az egyik legjelentősebb állomásnak tartja az ötödik életévet. „Az ötéves gyermek a lehetőségek csúcsán egyensúlyoz. Speciális helyzeténél fogva nagy dolgokra képes; már saját személyisége van, jellegzetes erővonalakkal. Közel van azonban már ahhoz, hogy belemerüljön az általános kultúra hiedelmeibe és gyakorlatába. Az a kérdés, hogy hogyan kombinálja természetes hajlamait a lehetőségekkel és a környező társadalmi kényszerekkel. Ez fogja eldönteni, hogy képes lesz-e új magasságokba jutni, és ha igen, olyan magasságok lesznek-e ezek, amelyeket a társadalom megbecsül, vagy olyanok, amelyek riasztják a társadalmat, vagy esetleg az egész emberiséget új lehetőségek felé viszik." (35. old.) Az iskolai oktatást, az „inaséveket" nemcsak a felnőtté válásig kíséri végig, hanem a történelmi korok és a különböző társadalmak rendszerét, és az iskolában átadandó tudásanyagot is áttekinti. A diákok és inasok közti különbséget az alapján választja szét, hogy világunkat köz-

vetett módon, szimbólumok és jelrendszerek segítségével tanulják-e meg leírni, avagy konkrét, közvetlen kapcsolatba kerülnek-e mesterségükkel és azok tárgyaival. Amikor valaki a felnőttkort eléri, általában egy terület szakértőjévé válik, ami azonban nem jelent még rendkívüliséget. Gardner kifejti az összetett intelligencia fogalmát, megkülönbözteti a tipikus okosságot és a kivételes okosságot, és megpróbál feleletet adni arra, hogy az okosság mennyire függ a biológiai örökléstől, és mennyire a társadalmi környezettől, a neveltetéstől. A tehetség és a tréning fontosságának arányáról, a nagy teljesítményekről, a korai tehetségekről, és a tehetség felismeréséről és támogatásáról is részletes elemzést ad.

Négy rendkívüli lángelmét választott ki arra, hogy sorsukon keresztül bemutassa a zsenik négy fő típusát: a Mestert, a Teremtőt, az Önmegfigyelőt és a Befolyásolót. *Wolfgang Amadeus Mozart* mint alkotó mester, két területen nyújtott kiemelkedő teljesítményt: folyamatos alkotómunkát végzett, és más műveket zseniálisan interpretált. *Sigmund Freud,* mint teremtő, egy új általános elméletet alakított ki. *Virginia Wolf,* mint önmegfigyelő, Mozarthoz hasonlóan az egy területen végzett folyamatos és kiemelkedő munkájával tűnt ki a regényírás és esszéírás terén. *Mahatma Gandhi* mint befolyásoló, kockázatos útra lépett, hiszen nem láthatta előre cselekedeteinek eredményét. Az ő életútjukat kíséri figyelemmel a mű, sorsukban pedig kiemeli azt a pontot, amikor a társadalom, a világ számára is nyilvánvalóvá válik nagyságuk.

Csíkszentmihályi Mihály műve 'Flow', azaz 'Áramlás' néven vált ismertté. A pszichológus professzor érdekes, objektív mércével nehezen mérhető témát választott kutatásainak tárgyául: mit érez az ember cselekvés, pihenés, egyéb tevékenységek végzése közben, hogyan lehetünk harmonikus, kiegyensúlyozott személyiségek? Túllép azon a kérdésen, hogy mitől vagyunk boldogok, s továbbmegy ennél: mikor van áramlatélményünk? A flow-élmény vizsgálata a magyar szakirodalomban is tág teret nyert, az áramlat-élmény mérésére például az Iskolakultúra 1999. június–júliusi száma közölt példát és kérdőíveket. (Oláh Attila: A tökéletes élmény megteremtését serkentő személyiségtényezők serdülőkorban. Iskolakultúra, 1999. 6–7. sz.) A múlt században a pszichológusok meg sem próbálták mérni a boldogságot, mivel a szubjektív érzelem objektív mérését nem tartották lehetségesnek. Csíkszentmihályi Mihály vizsgálta a boldogság jelentését, természetét, gyakoriságát, objektív mércét dolgozva ki a mérésekhez. Az áramlatélménnyel kapcsolatban saját és mások vizsgálatait, megállapításait foglalja össze könyvében. Megállapítja, hogy az anyagi helyzet és a boldogság között nincs egyértelmű kapcsolat. Önbecsülésünk, céljaink, boldogságunk között viszont szoros összefüggés van.

*Áramlatélmény elérésekor energiáink harmonikus egységbe kerülnek. Csíkszentmihályi szerint életünket nem a boldogság, hanem az áramlatélmények teszik tökéletessé. Boldogságot áramlatélmény közben nem, csak utána érzünk, de boldogságérzet áramlatélmény nélkül is felléphet. Hogyan javíthatunk életünk minőségén, hogyan tudjuk elérni, hogy pozitív élményeink legyenek többségben, és ne pazaroljuk el pszichés energiáinkat felesleges morgolódásra, vitatkozásra?*

Azokat a kivételes alkalmakat, amikor érzéseink, vágyaink és gondolataink tökéletes összhangban állnak egymással, áramlatélménynek nevezi. Az áramlatélményt („flow") a legkülönbözőbb tevékenységek során átélhetjük, ennek feltétele, hogy világos célokkal és egyértelmű feladatokkal találjuk szembe magunkat, és próbára kelljen tennünk képességeinket a feladat megoldásához. Ha túl könnyű a megoldandó feladat, unalom léphet fel, ha pedig túl nehéz, szorongás. Áramlatélmény elérésekor

energiáink harmonikus egységbe kerülnek. Csíkszentmihályi szerint életünket nem a boldogság, hanem az áramlatélmények teszik tökéletessé. Boldogságot áramlatélmény közben nem, csak utána érzünk, de boldogságérzet áramlatélmény nélkül is felléphet. Hogyan javíthatunk életünk minőségén, hogyan tudjuk elérni, hogy pozitív élményeink legyenek többségben, és ne pazaroljuk el pszichés energiáinkat felesleges morgolódásra, vitatkozásra? Egyrészt tanuljuk meg szeretni az elkerülhetetlen dolgokat, kivéve azokat, amelyek ránk vagy másokra károsak lehetnek.

Az áramlatélmény eléréséhez keményen kell dolgoznunk, tanulnunk, ennek következtében ideális esetben tudásunk és készségeink állandóan gyarapodnak. Nem mindenki képes azonban mindig az erény útját választani Héraklészhoz hasonlóan, hiszen a másik út sokkal kényelmesebb, és lényegesen kevesebb erőfeszítést kíván. Nehéz az unalom, a közöny állapotából kimozdulni, és aktív cselekvésbe kezdeni. A felmérések szerint az emberek többsége valamilyen kedvelt tevékenység, például kertészkedés, zenehallgatás, barátokkal való beszélgetés közben jut áramlatélményhez leggyakrabban.

Az áramlatélmény elérésének képessége nem egyszerűen csak életminőséget javító képesség, hanem bizonyos nehéz helyzetekben a túlélés lehetősége is. Azok az emberek, akiknek külső környezete olyan rettenetes, hogy elviselhetetlennek érzik, a saját belső világuk felé fordulással, a környezetnek a tudatból való kizárásával, nehéz körülmények között is képesek áramlatélményhez jutni. Azok pedig, akik például a matematika vagy a zene szimbólumrendszerének is birtokában vannak, még könnyebben vészelnek át bármilyen nehéz helyzetet.

Gardner és Csíkszentmihályi is felhívja a figyelmet arra, hogy merítsünk a tudomány által fölhalmozott tudásból, ismerjük meg a gondolkodók, a kutatók eredményeit, az általuk összegyűjtött adatokat és gondolatokat, amelyekről ugyan a jövőben kiderülhet, hogy nem teljesen helytállóak, de korunk tudása az általunk megismerhető legmagasabb szintű tudás. Minden mindennel összefügg, látszólagos egyéni szabadságunk választási lehetőségeivel a bennünket körülvevő világ jövőjét is megváltoztathatjuk. Gardner, Csíkszentmihályi és *William Damon* nevezték el ezt a jelenséget humán kreativitásnak.

Mindkét mű az amerikai és angol szakirodalom ismeretében született, talán az európai filozófia és gondolkodástörténet beemelése mindkettőnek tudományosabb jelleget köncsönözne az ismeretterjesztő formával szemben. Ám jószívvel ajánlhatóak a téma iránt érdeklődőknek, s a könyvek végén felsorolt tekintélyes mennyiségű – elsősorban angolszász – irodalom felsorolása lehetőséget ad a rendkívüliség és az életminőség szakirodalmának mélyebb megismerésére is.

---

GARDNER, HOWARD: *Rendkívüliek.* Kulturtrade Kiadó, Budapest, 1998.
CSÍKSZENTMIHÁLYI MIHÁLY: *És addig éltek, amíg meg nem haltak („Flow”)*. Kulturtrade Kiadó, Budapest, 1998.

---

***Fóris Ágota***