



Szerencsét próbálni – Karrierfelkészülés és életnavigáció a mesék segítségével

Használati útmutató a Mesekártyákhoz

A varázsló lova

Litván népmese

Írta: Dr. Suhajda Éva Virág

Szakmai lektor: Boldizsár Ildikó

Illusztráció: Szentimrey Zsófia



**Az Európai Unió
társfinanszírozásával**

Az Európai Unió finanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül egyeznek meg az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) hivatalos álláspontjával. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem vonható felelősségre miattuk.



A mese – A varázsló lova

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy király, és annak három fia. Történt egy nap, hogy a három királyfi vadászni indult egy, a palotától távol eső, hatalmas erdőbe, és a legfiatalabb királyfi eltévedt. Így a testvéreinek nélküle kellett hazatérnie.

A királyfi négy napon át kóborolt az erdőben. Ha megéhezett, gyökerekkel és vadon termő bogyókkal csillapította az éhét, éjjelente pedig moha volt az ágya a csillagok alatt. Az ötödik nap reggelén végre elért az erdő közepére, egy nagy tisztásra, ahol csodálatos palota állt, de nyomát sem látta életnek, kihalt volt az egész környék.

A királyfi belépett a nyitott kapun, végigjárta az összes szobát, de nem talált egy árva lelket sem. Végül egy nagy terembe ért, aminek a közepén ételtől és italtól roskadozó asztal állt. A királyfi leült, csillapította éhét és szomját, s amint végzett, az asztal rögvest eltűnt a szeme elől. Ezt nagyon furcsállotta, ezért újra végigjárta az összes szobát a padlástól a pincéig, de nem talált senkit, akivel szót válthatott volna. Végül, amikor már sötétedni kezdett, közelgő lépteket hallott, és egy öregembert látott felfelé jönni a lépcsőn.

– Hát te hol jársz erre, hol a madár se jár, és mit keresel az én kastélyomban? – kérdezte az öregember.

A királyfi így válaszolt:

– Eltévedtem az erdőben vadászat közben. Ha felfogadsz, szívesen beállok hozzád, és hű szolgád leszek.

– Jól van – válaszolta az öregember. – Állj hát a szolgálatomba. Három dolgod lesz. Gondoskodnod kell róla, hogy a kályhában mindig égjen a tűz. Ehhez a fát is magadnak kell hoznod az erdőről. Az istállóban lévő fekete lovat is neked kell gondoznod. Napi egy arany lesz a fizetséged, és a nagyteremben minden étkezéskor terített asztal vár, annyit ehetsz és ihatsz, amennyi jólesik.

A királyfi elégedett volt az ajánlattal, és beállt az öregember szolgálatába. Megfogadta, gondoskodni fog róla, hogy mindig legyen elég fa, és soha nem hagyja a tüzet kialudni. A királyfi nem is sejtette, hogy új gazdája egy varázsló, és a kályha lángja varázstűz, ami ha kihunyna, a varázsló elveszítené hatalmának legfőbb forrását.

Az egyik nap azonban a királyfi elfeledkezett a tűzről, és az olyan gyengén pislákol, hogy majdnem ki is aludt. Már épphogy csak parázslott, amikor az öregember berontott a királyfi szobájába.

– Hogy merészeled pislákolni hagyni a tüzet? – dühöngött. – Épphogy ideértem időben.

A királyfi sietve egy fahasábot dobott a kályhába, és fűjni kezdte a paraszt, hogy lángra lobbantsa. A varázsló ráhúzott egyet a piszkavassal, és figyelmeztette, ha ez még egyszer előfordul, nagyon megjárja.

Másnap a királyfi az istállóban lógatta a fejét, amikor meglepetésére a fekete ló megszólította.



– Egyet se búsulj komám – mondta –, megmondom én neked, mi legyen. Hozd ide a kantárt meg a nyerget, és tedd fel rám! Vedd magadhoz a tégelyt is, amit mellettük találsz! Olyan kenőcs van benne, amittől a hajad úgy fog ragyogni, mint a tiszta arany. Aztán menj, rakj a kályhába annyi fát, amennyi csak belefér!

A királyfi megtette, amit a ló mondott neki, felnyergelte és felkantározta, a kenőcsöt a hajára kente, amíg az úgy nem ragyogott, mint a tiszta arany. A kályhában pedig akkora tüzet rakott, hogy a lángok felcsaptak egészen a gerendáig, és hamarosan úgy égett az egész palota, mint egy hatalmas nagy máglya.

Amikor visszasietett az istállóba, a ló így szólt hozzá:

– Van még egy dolog, amit meg kell tenned! A szekrényben találsz egy tükört, egy fésűt és egy ostort, hozd magaddal ezeket, ülj a hátamra és vágtsd olyan gyorsan, ahogyan csak tudsz! Siess, már lángokban áll a ház!

A királyfi úgy tett, ahogyan a ló meghagyta. Alighogy nyeregbe pattant, a ló olyan gyorsan kezdett vágatni, hogy egy szempillantás sem telt bele, és maguk mögött hagyták az erdőt és a varázsló országát.

Eközben a varázsló visszatért a palotába, de csak üszkös romokat talált. Szólongatta a szolgáját, de mindhiába. Végül bement az istállóba, hátha ott megtalálja, s ekkor észrevette, hogy a fekete ló is eltűnt. Azonnal gyanút fogott, hogy a ló és a szolgálja együtt szöktek meg. Felült hát egy aranyszőrű paripára, és üldözőbe vette őket. Ahogy a királyfi vágatott, egyszer csak a lova patadobogást hallott.

– Nézz csak hátra! – mondta. – Látod-e az öregembert a nyomunkban?

A királyfi megfordult a nyeregben, és gomolygó füstfelhőt látott közeledni.

– Sietnünk kell! – mondta a ló.

Vágtattak egy darabig, mikor a ló újra megszólalt:

– Nézz csak hátra, látod-e az öregembert a nyomunkban?

– Már egészen a sarkunkban van! – felelte a királyfi.

– Dobd a földre a tükört! – mondta a ló.

A királyfi úgy is tett. Amikor a varázsló odaért, a lova rálépett a tükörrre, és az hatalmas csörrenéssel széttört alatta. A ló megbotlott, és elhagyta a patkóját, és sántítani kezdett. Mit volt mit tenni, a varázslónak vissza kellett baktatnia az istállóhoz, hogy újra patkolja a lovat. Aztán ismét a királyfi nyomába eredt, mert nagy becsben tartotta a fekete lovat, és vissza akarta szerezni. Időközben a királyfi már messzire jutott, de a fekete ló ismét meghallotta, hogy valaki a nyomukban jár.

– Szállj le – szólt a királyfinak –, hajtsd a füled a földre, és mondd meg, hallasz-e valamit!

A királyfi leszállt, fülelt egy darabig, és így szólt:

– Nem csak hallom, remeg is a föld, azt hiszem, nem lehetnek messze.



– Rögvest pattanj fel rám – sürgette a ló –, olyan gyorsan fogok vágatni, ahogyan csak bírok.

Elindultak hát, s a ló olyan sebesen szállt, hogy patái alig érték a földet.

– Nézz hátra – kérte a ló a királyfit –, látod-e az öregembert?

– Egy felhőt és egy lángot látok a távolban – felelte az.

– Iparkodnunk kell! – nyerített a ló, de kis idő múlva újra megszólalt. – Nézz újra hátra, most már nem lehet messze.

A királyfi megfordult a nyeregben, és felkiáltott:

– Itt van a nyomunkban, kettőt sem pislantok, és a lova orrából kicsapó tűz megperzsel bennünket!

– Siess, gyorsan dobd a fésűt a földre! – kiáltotta a ló.

A királyfi ledobta a fésűt, ami azon nyomban olyan sűrű erdővé változott, hogy még a madár sem tudott volna átrepülni rajta. Amikor az öregember odaért, a lova hirtelen megtorpant, egy lépést sem tudott haladni a sűrűben. Így hát nem volt mit tenni, a varázsló visszalovagolt az istállóhoz, hogy hozzon egy fejszét, amivel utat vághat magának. De ez jó darabig eltartott, így a királyfi a fekete lovon ismét előnyre tett szert.

Ám kis idő múlva újra meghallották a patak dobogását.

– Nézz csak hátra – mondta a ló. – Követ-e még az öregember?

– Igen – felelte a királyfi, tisztán hallom.

– Akkor igyekeznünk kell! – mondta a ló. Kis idő múlva ismét megszólalt: – Nézz újra hátra, látod-e már?

– Már látom a lángot, itt van a nyomunkban – felelte a királyfi.

– Akkor most dobd le az ostort! – mondta a ló.

A királyfi ledobta az ostort, mire az egy szempillantás alatt széles folyóvá változott. Mikor a varázsló odaért, belehajszolta a lovát a vízbe. Ám ahogy egyre mélyebbre gázoltak, a láng, ami az varázsló erejét adta, egyre gyengébben pislákol, míg egyszer csak nagy sistergéssel kialudt, és a varázsló a lovával együtt elmerült, elnyelte őket a folyó. A királyfi hiába meresztette a szemét, sehol sem látta őket.

– Na, most már leszállhatsz – mondta a ló –, nincs többé félnivalód, mert az öregember halott. Amott lesz egy patak, a partján találsz egy fűzfavesszőt, vedd magadhoz, csapj vele a földre, az megnyílik, és találsz majd egy ajtót a lábánál.

Amikor a királyfi a vesszővel rácsapott a földre, egy ajtó nyílt a lábánál, ami egy hatalmas kövekből rakott, boltíves csarnokba vezetett.



– Vezess be a csarnokba – kérte a ló. – Én itt maradok, de neked tovább kell menned a mezőn át, egészen addig, míg egy kerthez nem érsz, aminek közepén palota áll. Amint odaérsz, állj be a király szolgálatába. Most búcsút kell mondanunk egymásnak, de ne feledkezz el rólam!

Még mielőtt elváltak volna egymástól, a ló figyelmeztette a királyfit, hogy vigyázzon, a palotából senki meg ne lássa az aranyhaját. Ezért a királyfi a kendőjéből turbánt kötött a fejére, és nekivágott a mezőnek, míg egy gyönyörű kerthez nem ért. A kert közepén egy óriási palota falait és tornyait pillantotta meg. A kert kapujánál találkozott a kertésszel, aki megkérdezte, mi járatban van.

– A király szolgálatába akarok állni – felelte a királyfi.

– Maradj hát itt, és dolgozz nekem! – mondta a kertész, aki a királyfi szegényes ruháját látva, nem jött rá, milyen rangos személlyel van dolga. – Szükségem van valakire, aki kihúzkodja a gatz, és lesöpri az útról a lehullott faleveleket. Napi egy arany a fizetséged, kapsz egy lovat, amivel elhordhatod a leveleket, valamint kosztot, kvártélyt.

A királyfi beleegyezett, és nekilátott a munkának. Ám amikor megkapta az ételt, csak a felét ette meg, a maradékot elvitte a patak melletti boltíves csarnokba, és odaadta a fekete lónak. Így tett minden egyes nap, és a ló hálás volt a hűségéért és a barátságáért.

Egyik este, amikor együtt voltak, a ló így szólt hozzá:

– Holnap hercegek és nagyurak serege érkezik a király palotájába. A föld minden szegletéből jönnek a kérők, hogy elnyerjék a király három lányának a kezét. Mindannyian felsorakoznak majd a palotában. Amikor a három királylány megérkezik, mindnek lesz egy-egy gyémántalma a kezében, amit feldobnak majd a magasba. Akinek a lába elé hullik az alma, az lesz a vőlegény. Te légy a közelükben, mikor dolgozol. A három királylány közül a legkisebb a legszebb, az ő almája el fog gurulni a kérők lábai között, és meg sem áll majd, míg eléd nem ér. Kapd fel rögvést, és tedd a zsebedbe!

Másnap, amikor a kérők összegyűltek a palota udvarán, minden úgy történt, ahogy azt a ló megjósolta. A királylányok a levegőbe dobták a gyémántalmákat, de a legfiatalabb királylányé elgurult az udvarlók mellett, ki a kertbe, majd megállt a fiatal kertész lába előtt, aki éppen a leveleket söpörte. Az egy szempillantás alatt lehajolt, felvette az almát, és zsebre dugta. Csakhogy amint lehajolt, a kendő a fején kicsit félrecsúszott, a királylány megpillantotta aranylő haját, és rögvést beleszeretett.

Búslakodott a király, mert a legkisebb lányát szerette a legjobban, de mit volt mit tenni, másnap megtartották a hármass lakodalmat a palotában, és az esküvő után a legkisebb királylány visszatért férjével a kis kerti kunyhóba, ahol az lakott.

Nem sokkal később, az egyik szomszédos ország népe háborút indított a király ellen, aki elindult a csatába a két idősebb királylány férje kíséretében, pompás paripák hátán. A legkisebb lány férjének nem volt, csak egy öreg, kivénhedt lova, ami a kerti munkában segített neki. A király igen szégyellte ezt a vejét, és nem volt hajlandó másik lovat adni neki. A királyfi viszont elhatározta, hogy nem marad ki a csatározásból, kiment hát a kertbe, felült a szerencsétlen gebére, és elindult. De alig lépett párat, a ló megbotlott és összeesett. Mit volt mit tenni, a királyfi leszállt a lóról, és elment a boltíves csarnokba, ahol a fekete ló lakott. A ló azt mondta neki:



– Nyergelj fel, és tégy rám kantárt, majd menj át a következő terembe, ott találsz egy páncélt és egy kardot. Vedd magadhoz őket, és induljunk együtt a csatába.

A királyfi úgy tett, ahogy a ló mondta neki. Amikor felült a lóra, a páncélja úgy csillogott a napfényben, oly bátornak és daliásnak látszott, hogy senki fel nem ismerte volna, hogy ő a fiatal kertész, aki a leveleket söpri. A ló elvágtatott a királyfival. Amikor a csatátérre értek, látták, hogy a király serege vesztesre áll. Ám ahogy megjelent az ismeretlen vitéz fekete lovon, ragyogó páncélban, és jobbra-balra vágott a kardjával, az ellenség egyszeriben megijedt, és az egész had menekülni kezdett, ki merre látott. A király győztesen került ki a csatából.

Amikor a király és a két veje meglátták megmentőjüket, a sereggel együtt ujjongani kezdtek:

– Egy isten jött a megmentésünkre!

Körül akarták venni az ismeretlen vitézt, de a fekete ló felágaskodott a levegőbe, és elvágtatott a királyfival a hátán.

Nem sokkal később történt, hogy az ország egy része fellázadt a király ellen, és az uralkodónak a két vejével együtt ismét csatába kellett indulnia. A harmadik vő, a kertész is harcolni akart, ezért odament a királyhoz és azt mondta:

– Kedves apám, hadd menjek én is veletek harcolni!

– Nem akarom, hogy egy ilyen tökfilkó harcoljon értem – mondta a király. – Különbözik sincs neked való lovam, ami illenék hozzád. De nézd, az úton ott van egy kocsis, aki szénát szállít, az ő lovát elviheted.

A királyfi fogta hát a kocsis lovát, de szegény állat öreg volt és fáradt, alig lépett párat, megbotlott és összeesett. Mit volt mit tenni, a királyfi szomorúan visszaballagott a kertbe, és végignézte, ahogy a király a sereg élén, két veje kíséretében kilovagol. Amikor már nem lehetett őket látni, a királyfi elindult a patak melletti boltíves csarnokba. Tanácsot kért a hűséges fekete lótól, majd felvette a csillogó páncélt, és már suhantak is a csatátérre.

A királyfi jobbra-balra vágott a kardjával, és megint szétverte az ellenséges sereget. A király és katonái megint így kiáltoztak:

– Egy isten jött a megmentésünkre! – Ám amikor megpróbálták körülvenni, a fekete ló felágaskodott, és elvágtatott a szemük elől.

Amikor a király és a vejei hazatértek, egész álló nap másról sem tudtak beszélni, csak a vitézről, aki harcolt értük, és mindenki azt találgatta, hogy vajon ki lehetett.

Röviddel ezután egy szomszédos király hadat üzent az országnak. A királynak és a vejeinek újfent csatára kellett készülniük. A királyfi ismét kérte a királyt, hadd lovagolhasson ki velük, de a király megint csak azt mondta, hogy nincs neki való lova.

– De – tette hozzá – elhozhatod annak a favágónak a lovát, aki fát hoz az erdőből, az pont megfelel neked.



A királyfi elhozta hát a favágó lovát, de az olyan öreg és hasznavehetetlen volt, hogy a kapun sem jutottak túl. A királyfi újra elment hát a boltíves terembe, ahol a fekete ló lakott. Ott felvette a páncélt, felült a ló hátára, az elvitte őt a csatatérre, és megint legyőzte az ellenséget, futottak, amerre láttak. De úgy esett a dolog, hogy az ellenség egyik katonája a kardjával megvágta a királyfit a lábán. Erre a király elővette a zsebkendőjét, amibe behímezte a nevét meg a királyi koronát, és azzal kötötte be a sebet. A király felajánlotta a sérült vitéznek, hogy hordágyon egyenesen a palotába viszik, a fekete lovát pedig elviszik a királyi istállóba. De a királyfi megmarkolta hűséges lova sörényét, felkapaszkodott a nyeregbe, a ló pedig a levegőbe emelkedett vele. Ekkor mindannyian felkiáltottak:

– A vitéz, aki értünk küzdött, egész biztosan egy isten!

Ezt követően az egész királyságban másról sem esett szó, az egész nép azt találgatta, ki lehet az a hős, aki annyi csatában harcolt értük. Nem lehet közönséges ember, bizonyára egy isten. A király pedig így szólt:

– Bárcsak még egyszer láthatnám, és ha kiderülne, hogy mégiscsak ember, és nem isten, én biz nekiadnám a fele királyságomat!

Amikor a királyfi hazaérkezett a kis házikóba, ahol a feleségével élt, nagyon fáradt volt, és elaludt. A felesége észrevette a sebet a lábán és a zsebkendőt a seben, s tanakodott, hogy mi lehet az. Aztán közelebbről is megnézte, és látta, hogy a zsebkendő sarkába az apja neve és a királyi korona van behímezve. Egyenesen a palotába szaladt, és elmondta ezt az apjának. Az pedig a két vejével együtt követte őt a házba, ahol a királyfi aludt az ágyán. A kendője, amit mindig a fejére kötve viselt, lecsúszott, aranyló haja csillogott a párnán. Mindannyian felismerték, hogy ő az a vitéz, aki olyan sokat harcolt, és annyi csatát megvívott értük.

Nagy volt az öröm az egész országban! A király ígéretéhez híven nekiadta a fele királyságát. A királyfi pedig a feleségével együtt boldogan uralkodott, amíg meg nem halt.



Mesekalauz

Minden mesében van egy kiindulópont, egy pillanatnyi élethelyzet, amelyben a hős találja magát. Van, amikor elköszön a szüleitől, és elindul szerencsét próbálni. Máskor mostoha szülőktől szabadul, vagy meghalnak a szülei. Ez a mese furcsán kezdődik, a hősünk királyfi, de eltéved, és többé nem találkozik a családjával.

Sokféle módon lehet eltévedni: térben, időben vagy éppen érzelmileg. A királyfi napokon keresztül bolyong, azt eszi és issza, amit éppen talál. Vajon milyen valós élethelyzetre utal ez? Az erdőben tévelygés jungi értelmezés szerint a belső útkeresésnek felel meg. A régi családját a királyfi hátrahagyja – a mesében később sem esik szó arról, hogy vissza szeretne hozzájuk találni – és nem tudja, hogy merre tovább. Mi is találhatjuk magunkat ilyen helyzetben, hogy ami volt, már mögöttünk van, és oda nem akarunk visszamenni, de hogy merre induljunk, ötletünk sincs. Előfordulhat ez az életünk kezdetén, de az életközépi-válságoknak is jellegzetes problémája ez. Megtörténhet a tanulmányok lezárásakor, és szakítás vagy válás után is. A gyász is hasonló lelkiállapot.

Ha ebből az aspektusból nézzük, könnyen azonosulhatunk a helyzettel, amelyben a királyfi pár napig „ha megéhezett, gyökerekkel és vadon termő bogyókkal csillapította az éhét, éjjelente pedig moha volt az ágya a csillagok alatt”. Arról nem szól a mese, hogy miképpen élte ezt meg a királyfi, de végiggondolhatjuk, bennünk milyen érzéseket keltene egy ilyen élethelyzet.

A királyfi története arról szól, hogy amikor újra megtalálja önmagát, amikor „odatalál” valahova, akkor mi történik. A mese tétje, hogy újra királyfivá váljon, és elfoglalja az életében azt a pozíciót, amire hivatott. A hős útja pedig annak a története, hogy mindehhez mit kell tennie, hová kell fejlődnie.

Ez a mese olyan, mintha két történet lenne egymás után: az első részben a királyfi a varázslónál dolgozik, és onnan szabadul, míg a második részben a királyi udvarban szerez magának dicsőséget, feleséget és királyságot. Sok mese csak az egyik, vagy csak a másik részt tartalmazza, de azok nem erről a királyfiról szólnak.

Azokban a mesékben, amelyekben a főhős a királyi udvarba megy, hírnevet és feleséget szerez, a hős tudja, hogy mit akar – de ebben a mesében nem tudja. Azokban a történetekben pedig, ahol az ellenség várából kell megszabadulnia, többnyire valami határozott céllal megy oda, valamit meg akar szerezni, és le akarja győzni az ellenfelét – itt erről sincs szó.

Ez a királyfi tévelygése során véletlenül talál rá a kihalt palotára, és ott minden gyanakvás nélkül áll a legelső ember szolgálatába, akivel találkozik. Az öregember nem tűnik túl veszélyesnek, és nyitottan fordul a királyfihoz. Aki – jobb ötlet híján – munkát kér az öregtől, aki fel is fogadja.

Mindössze három feladatot bíz a királyfira: gyűjtsön fát, tartsa életben a tüzet, gondoskodjon az istállóban lévő fekete lóról, és cserébe teljes ellátást kap. Tetszik a királyfinak a feladat, be is áll a szolgálatba. De amikor egy nap elfeledkezik a tűzről, a varázsló – hiszen az öreg egy varázsló, akinek a tűz adja az erejét – nagyon leszidja, sőt, meg is üti.

Ez a helyzet két nézőpontból is vizsgálható. Egyrészt a királyfi, aki itt már nem királyfi, hanem szolga, nem végzi el a feladatát, holott az nem teljesíthetetlenül sok, de még arról a kevésről is megfélemez. Nyilvánvaló, hogy ambíciónak, belső teljesítményelvárásnak, határozottságnak és önállóságnak nyomát sem találjuk a fiúnál, ami érthetővé teszi azt is, miként tévedhetett, távolodhatott el királyi családjától. Egyszerűen nem volt oda való. Másrészt a varázsló, akinek pont kapóra jött, hogy a királyfi könnyen manipulálható, kihasználja a helyzetet. Olyan dinamikát hoz létre, ahol a királyfi sorsa tőle függ. Ám ő is függ a fiútól, ha kialszik a tűz, nem lesz képes varázsolni. Tipikus bántalmazó dinamikát találunk itt, ahol az erősebb a gyengén élősködik, mert ez nem csak társkapcsolati helyzet lehet, munkahelyi viszonyrendszerben is előfordul.

A királyfinak még egy feladata van – a fekete ló „karbantartása”. A ló nem igazán tartozik a varázslóhoz, nem is szokott lovagolni rajta, épp csak elzárva tartja. A későbbiek ismeretében érthetjük csak meg, hogy ez a ló bizony a királyfihoz tartozik, de ahhoz, hogy élhessen a ló biztosította lehetőségekkel, meg kell változnia, szükség van valamire, ami kimotozítja ebből a langyos állóvízből, amelyben a napjait telnek.

A ló tudja, mikor kell megszólítani a fiút, mikor van itt a változás ideje – akkor, amikor a félelem erősebb lesz, mint a kényelemhez való ragaszkodás. A fekete ló első lépésként egy kenőcsöt kér, aztán ráveszi a fiút, hogy gyűjtsa fel a palotát, pár „apróságot” még összeszedet vele, majd útnak indulnak.

Itt megy végbe a fiúban a fordulat, és ha jobban megvizsgáljuk, ezt a cselekvő igék mintázatából is láthatjuk. Míg eddig eltévedt, elégedett volt, elfeledkezett, és lógatta a fejét (ezek mind passzív cselekvések, csak úgy megtörténnek vele), most hirtelen aktivizálja magát, bekeni a haját, tüzet rak, és felgyújtja a palotát.

Miért kell felgyújtani a palotát? Miért nem elég, ha csak elmenekülnek? A válasz talán a bántalmazó kapcsolat szempontjából lehet érdekes, hiszen így nincs hova visszatérni. Ha „csak” megszökik, és utoléri a varázsló, lehet, hogy simán visszaviszi őt a palotába, az ürességbe, félelembe, bántásba – ahol tudja, hogy miként lehet túlélni. De éppen emiatt a varázsló egy kiégett házba megy vissza, amelyben így nyilvánvaló, hogy az eddigi helyzet nem folytatható tovább.

A királyfi még indulás előtt bekeni a haját a kenőccsel, amitől az olyanná válik, mintha aranyból lenne. Az arany értékes, talán így próbál erőt meríteni önmagából. A frizuránk, hajszínünk megváltoztatása tipikus módja önmagunk átalakításának, és gyakran valamilyen radikális változásra utal az ember életében.

A ló több tárgyat is elhozat a fiúval: egy tükört, egy fésűt és egy ostort, amelyek a menekülés során fontos szerepet töltenek be.

Elsőként a tükör használatára kerül sor. A tükör megmutatja, kik vagyunk, és azt is, ki a másik. Egy nem működő kapcsolatból való kilépésnek fontos része, hogy önmagunk és a másik elé is tükört tartsunk. Amikor a varázsló lóva rálép a tükörré, összetöri, és a szilánkok felsértik a lábát. A tükör az igazságot mutatja meg, és van, hogy az igazság fájdalmas. Ám a királyfi szempontjából ez jó, hiszen időt nyer.

A második varázstárgy a fésű. A fésű a gubancok kibogozására, tisztításra, elsimítására is szolgálhat, de van, hogy már túl sok a gubanc és az akadály. Amikor az adott helyzetben már elviselhetetlenül sok



a kibogozni való. Ez a fésű sűrű erdővé változik, ami tipikus mesei fordulat. Az erdő a titkok, hazugságok helyszíne is, és ez az erdő a varázslót újra megállítja – vissza kell mennie, hogy fejszét hozzon.

A harmadik tárgy az ostor. Az ostorral ütni lehet, vagy visszaütni, mint ebben a helyzetben is. Az ostor folyóvá válik a varázsló előtt, aki nem képes a dühéből és sértettségéből kilátni, kilábalni – így bele is fullad. A királyfi megszabadul.

Ám itt nincs vége a mesének, hiszen most „csak” ugyanott találja magát, ahol a mese elején is volt – semerre sem tart, de már visszafelé sem tud menni. De mégis más helyzetben van, hiszen tudja magáról, hogy túlélte, sőt legyőzte a varázslót, és van egy csodálatos fekete lova is.

A ló egy föld alatti csarnokba vezeti, és irányba állítja, megmutatja neki, miként jut el a királyi palota kertjébe. Ő viszont ott marad, a háttérből segíti a királyfit, aki cserébe tovább gondozza és táplálja. Ad neki egy tanácsot is, ne mutassa meg az aranyhaját. Mit jelenthet ez? Az aranyhaj a királyi minőségnek a jelképe, egyelőre nem lehet nyilvános, hiszen bizonyítás nélkül csak felvágásnak tűnhet. Épp ezért nem lóval, lovag módjára, királyfiként érkezik meg a palotába, hanem egyszerű emberként, aki ismét csak szolgálatot keres.

„Alulról” kezdi a palotában, a kertész segédjeként. De ez a helyzet mégis lehetővé teszi, hogy amikor kell, ott legyen, ahol fontos a dolgok történnie. A királylányok varázssalmákkal keresnek maguknak párt, akihez az alma gurul, elvileg méltó kell, hogy legyen a királylány kezére – így mindenkit meglep (az olvasó kivételével), amikor a legkisebb királylány almája a kertészfiúhoz gurul. A lány előtt a fiú nem tudja (remélhetőleg nem is akarja) leplezni valódi kilétét, az aranyhaja felvillan, a leány beleszeret, és feleségül is megy hozzá. De ez még nem elég ahhoz, hogy a rátermettségét és alkalmasságát bizonyítsa.

Erre a háború ad lehetőséget. A királyfi nincs jó helyzetben, mert nem gondolnak róla túl sokat, és nem adnak neki lehetőséget a bizonyításra (nem lehet valaki lovag más lován), viszont a saját lova segít (háromszor is), és inkognitóban megnyeri a királynak a csatát. Még nem vállalja fel önmagát, mert van még mit bizonyítania, és amíg meg nem teremti a saját lovagi hírnevét, addig nem él a „családi kapcsolatok” segítségével. Pedig megtehetné már az első alkalom után is, de mégsem teszi, sőt a végén is a felesége „buktatja le”. Vajon miért? Mi az a próba, amit még ki kell állnia a királyfinak, hogy igazi uralkodóvá válhasson?

Egyrészt a szerénység és az alázat próbája is vár rá, másrészt a „késleltetett kielégülés” mentén láthatjuk, hogy minél tovább vár, annál nagyobb lesz a várható nyereség, hiszen a harmadik alkalom után a király felajánlja számára az uralkodói pozíciót, a fele királyságot.

Itt jön el az a feladat, hogy a királyfi kiálljon, és nyilvánosan felvállalja önmagát. Ez nem könnyű, hiszen lehet, hogy ő nem tartja magát olyan jónak, amilyennek mások látják – és ekkor siet segítségére a felesége, aki szintén segítő karakter. Ő látja a fiúban a hőst, és ezt megmondja az apjának is. Most már meglátják a többiek is a fiú aranyhaját, az értékeit, és méltó hősként léphet a trónra.

Megdolgozott az uralkodásért, így tényleg boldogan élhet, amíg meg nem hal.



Merre indulj, ha önállóan dolgozol a mesével?

Egy mese segítségével önmagunkon dolgozni izgalmas feladat, de egyáltalán nem egyszerű. A mesékben a végére helyreáll a rend, a mese hőse bejár egy utat, és ezen keresztül fejlődik.

Ez a mi feladatunk is, a mese fordulatait és „kódjait” a saját életünkre értelmezve meg kell találnunk azokat a lépéseket, amelyeket megtéve, saját életünk uraivá, úrnőivé válhatunk.

Amikor elkezdünk dolgozni önmagunkon A varázsló lova című mese segítségével, először hallgassuk meg vagy olvassuk el a történetet, majd dőljünk hátra, és hagyjuk, hogy átjárjon bennünket a mese hangulata. Csukjuk be a szemünket, és idézzünk fel egy ízt, egy illatot, egy képet a meséből! Mi az, amit átélnénk a történetből, ha tehetnénk? Vajon a mese helyszínei között éppen hol járunk, és milyen szerepben vagyunk?

Ezt követően fogjunk egy ceruzát, és a kártyákon, vagy itt a szövegben megfogalmazott kérdésekre írjuk össze a válaszainkat! Azokkal a kérdésekkel foglalkozzunk, amelyek a leginkább érintenek minket! Nem biztos, hogy minden kérdés releváns számunkra, de amelyik igen, azon érdemes akár hosszabban elgondolkodni, sőt akár másokkal is beszélgetni róla: szüleinkkel, barátainkkal, társainkkal vagy épp segítőinkkel.

Hogyan történik ez? Valószínűleg valamelyik szereplő, helyszín vagy tárgy megragadja a képzeletünket. Az egyes mesei elemek nem feltétlenül ugyanazt jelentik mindenki számára. Amikor magunkon dolgozunk a mesével, önmagunkra vonatkoztatjuk a helyzeteket, karaktereket stb., melyek a mesében megjelennek.

A mese szereplői

Mindegyik karakter üzen valamit. Mindegyiknek megvannak a maga erősségei, a maga szerepe, a maga üzenete. A karakterek kártyái ezeket az üzeneteket hordozzák.

- ❖ Történetünk hőse egy eltévedt királyfi. Nem tudjuk a nevét, bármelyikünk lehetne. A feladata, hogy meglegelje az útját, hogy valódi királlyá váljon, ne csak tévelyegjen az erdőben, és egyből a szolgálatába álljon az első embernek, akivel találkozik. Ahhoz, hogy király legyen – kontrollálja a saját életét –, sok mindent meg kell tanulnia, és be kell bizonyítani a rátermettségét.
- ❖ A varázsló a fő ellenfél a mesében, egyben egy nagyon fontos tanulságot is hordoz: ha te nem tudod, mit kezdj magaddal, majd mások kezdenek veled valamit, de azt a saját céljaik érdekében teszik majd. Ne legyünk naivak, mint a királyfi, akinek szüksége volt arra a szimbolikus (és nem csak szimbolikus) pofonra, amit ettől a kezdetben kedvesnek és támogatónak tűnő öregembertől kap. Az ellenfelektől is lehet tanulni, és ez alól a varázsló sem kivétel, megtanulhatjuk tőle, hogy ne engedjük kialudni magunkban a tüzet, és talán azt is, hogy ennek a tűznek a táplálását ne bízuk másra, és hogy ne hajtson minket a makacs bosszú.
- ❖ A királyfi fő segítője a fekete ló. Tanácsokat ad, és konkrét fizikai segítséget is nyújt mind a menekülésben, mind a csatákban. De ehhez a királyfinak gondoskodnia kell róla, táplálnia kell,



és hallgatnia rá. Vajon nekünk milyen belső táltosparipánk van, és azt hogyan tudjuk táplálni? Milyen tanácsokat sug nekünk a belső táltosunk?

- ❖ A kiráylány is segíti a királyfit azáltal, hogy annak látja őt, aki, és feleségül megy hozzá. Beleszeret. Épp ezért, amikor bizonyosságot nyer róla, hogy a férje valóban az, akinek ő látja, egy aranyhajú hős, akkor ezt az apjának is elmondja. Van a mi életünkben olyan ember, aki értékesnek, fontosnak tart minket, és ezt mások előtt is felvállalja?
- ❖ A király (és a vejei) nem látnak át a felszínen, és csak egy bugyuta, szegény kertészfiúnak nézik, lehetőséget sem adnak rá, hogy bizonyítson. Ebből a sztereotip skatulyából kell kiverekednie magát, még hozzá úgy, ahogy egy király azt elvárja, csatában. A király emellett azonban igazságos és alázatos is, egyrészt odaadja a kertészfiúnak a lányát, másrészt később, amikor már bizonyított, a fele királyságát is. Vannak-e olyan emberek, akik előtt bizonyítanunk kell, de utána számíthatunk a segítségükre? Hogyan tudunk bizonyítani, milyen csatákat kell megvívniuk?

A mese helyszínei

Az is kérdés, hogy mi hol tartunk, a mese melyik helyszínén járunk. Minden helyszínnek megvannak a maga feladatai, ezeket el kell végeznünk ahhoz, hogy a következő helyszínre érkezzünk.

- ❖ Az első helyszín az erdő, a tévelygés színhelye. Itt az a feladat, hogy találjunk egy helyet, ahol fizikailag biztonságba kerülünk.
- ❖ A második helyszín a varázsló kastélya. Itt az a feladat, hogy a varázsló tüzét ne hagyjuk kialudni, majd az, hogy képesek legyünk innen megszabadulni.
- ❖ A harmadik helyszín a menekülés útja. Itt több feladatunk is van, szembe kell néznünk önmagunkkal (tükör), kibontani, megoldani a körülöttünk levő problémákat (fésű), és kilépni a káros dinamikáinkból (folyó), és képesnek kell lennünk változni, elhagyni az eddigi rossz mintákat.
- ❖ A negyedik helyszín a föld alatti terem, a titkos, belső termünk, ahol a fekete ló él. Itt tartjuk az erőforrásainkat, ide kell visszatérnünk segítségért, erőforrásért, tanácsért, illetve táplálnunk kell a lovunkat.
- ❖ Az ötödik helyszín a csatatér. Itt az a feladat, hogy bebizonyítsuk, érdemesek vagyunk a trónra, igazi lovagok vagyunk.
- ❖ A hatodik helyszín a fiatal pár otthona. Itt az a feladat, hogy legyünk képesek megmutatni magunkat a kiráylánynak, felvállalni önmagunkat.
- ❖ Végül az utolsó helyszín a királyi palota, ahol önmagunk szélesebb körben való felvállalása, és az uralkodó szerep elfogadása a dolgunk.

Láthatóan több irányból is elindulhatunk, amikor a mesével dolgozunk önmagunkon. Nincs egyetlen, kitüntetett megközelítés, bár a helyszínek és az ott megfogalmazott feladatok kifejezetten egymásra épülnek, az egyes témákkal nagyjából bármilyen sorrendben foglalkozhatunk.



Nem valószínű, hogy gyorsan a mese végére érünk. Azok a folyamatok, események, amelyeken a mese hőse keresztülmegegy, nem egyik napról a másikra zajlanak le. Fontos, hogy mi is a saját személyes tempónknak megfelelően haladjunk. Ez egy olyan mese, amivel akár éveken át dolgozhatunk. Az a fontos, hogy időről időre újra elővegyük és megnézzük, hol tartunk éppen.



Merre indulj, ha segítőként dolgozol a mesével?

Amikor segítőként szeretnénk dolgozni a mesével, az első lépés, hogy magunkon is dolgozzunk vele – vagyis gondoljuk át az előző fejezet lépéseit.

Elengedhetetlen, hogy a „szubjektív” meseértelmezés, a mese önmagunkra való vonatkoztatása megtörténjen, mielőtt segítőként kezdünk a mesével dolgozni, hogy ne a saját értelmezésünket próbáljunk ráerőltetni a kliensekre. Ehhez viszont tudnunk kell, hogy mi is a saját értelmezésünk. Másrészt azért is fontos a mesét a saját életünkre vonatkoztatni, hogy a klienssel történő munka közben ne szaladjunk bele váratlanul olyan kérdésekbe, témákba, amelyek érzelmi reakciót váltanak ki belőlünk.

Ezzel párhuzamosan azonban a mesét magát is elemeznünk kell, és átgondolni a lehetséges értelmezéseket kliens szempontjából is.

Boldizsár Ildikó objektív és szubjektív mesemátrixnak hívja a két megközelítési módot. Az objektív mátrixban a mesét értelmezzük, a szubjektív mátrixban viszont magunkat vizsgáljuk a mese tükrében.

A varázsló lova című mese objektív mátrixa:

- ❖ Ki a mese hőse? – A mese főhőse az elveszett gyermek, az eltévedt királyfi.
- ❖ Mi az élethelyzet? – A családjától elkóborolva az eltévedt királyfi keresi az útját és önmagát.
- ❖ Mi a mese tétje? – Képessé válik-e a királyfi arra, hogy királlyá váljon?
- ❖ Ki az ellenfél? – Bár a fő ellenfélnek első pillantásra a varázsló látszik, a királyfi magától áll a szolgálatába – és neki is kell onnan megszabadulnia, rálátni mindazokra a dinamikákra, amelyek őt ott tartják, és tudatosan változtatni az életén.
- ❖ Ki a segítő? – A varázsló lova a segítő, egy táltos paripa, aki segíti mozgósítani a belső és külső erőforrásokat, hogy a királyfi királlyá válhasson.
- ❖ Mi a megoldás? – A királyfinak magára kell találnia, és bizonyítania kell a rátermettségét mind önmaga, mind a környezete számára.

A mese szubjektív mátrixa:

- ❖ Ki vagyok én a mesében? – A legkönnyebben a főhőssel azonosulhatunk, ha magunk is küzdöttünk olyan élethelyzettel, amikor fogalmunk sem volt, hogy mit akarunk, és merre induljunk. Segítőként azonban lehet, hogy a lóval azonosulunk, aki kimenekíti a királyfit egy bántalmazó kapcsolatból, és segít neki rátalálni a saját útjára. És persze a királylánnyal vagy az édesapjával is azonosulhatunk, ha a környezetünkben van valaki, akiről látjuk, ahogy lassan, de biztosan összeszedi magát.
- ❖ Hol vagyok a mesében? – Egy biztos, olyan helyszínen nem lehetek, ahol az a szereplő nem járt, akivel azonosulok. Amikor megtalálom a helyszínt, ahol éppen érzem magam, érdemes ott körülnéznem, és elgondolkodnom a következő kérdésen.
- ❖ Mi a feladatom ezen a helyszínen? – Lehet, csak bogyókat kell keresnem, hogy ne haljak éhen, vagy rá kell döbbennem, hogy meg kell szöknöm a bántalmazó varázslótól. Az élethelyzeteink



nagyon különböző feladatokat tartogathatnak, és attól függően, hogy a mesében hol látom magam, más-más feladat várhat most rám.

- ❖ Mi akadályoz, mit kell legyőznöm, hogy előrébb léphessek? – Királyfiként elsőként a sodródást, a kritikátlan hozzáállást és az önsajnálatot kell levetkőznöm ahhoz, hogy el tudjak indulni fejlődés útján. Segítőként pedig képesnek kell lennem, hogy akkor szólítsam meg a másikat, amikor nyitott rá, hogy meghallja, és tudnom kell hátrébb lépni, amikor a másik fejlődését az viszi előrébb.
- ❖ Mi a belső segítségem, milyen erőforrásaim vannak a változáshoz? – Ahhoz, hogy valamit megváltoztassunk az életünkben, erőforrásokra van szükségünk. A táltos paripa mint belső segítő mindezeket az erőforrásokat jelképezi. Mi az én táltos paripám? Milyen erőforrásokból, képességekből, erőkből tevődik össze?
- ❖ Milyen tárgyat hoznék ki magammal a meséből? – A varázstárgyak is segítő funkciót töltenek be a mesékben. Nem minden mesében van ilyen varázstárgy, de ez nem jelenti azt, hogy a mesében megjelenő tárgyak nem bírhatnak varázserővel a számunkra. Ebben a mesében is vannak olyan tárgyak, amelyek varázserővel bírnak – és segítenek a menekülésben, vagy a lovaggá válásban (lovagi páncél). De az is előfordulhat, hogy a varázsló tűzére van éppen szükségem.
- ❖ Mi az a teljesen dolog, ami ahhoz kell, hogy továbblépjek ebben a helyzetben? – Ha a fenti kérdéseket alaposan körbejártuk, valószínűleg már körvonalazódott előttünk egy lehetséges út. De ez sokszor csak még ijesztőbbé teszi a helyzetünket. Rengeteg megoldandó feladattal szembesülhetünk. Hogyan leszek képes minderre? Mennyi ideig fog ez tartani? Biztos, hogy ezt nem fogom tudni teljesíteni – mondhatjuk magunknak. Mielőtt pánikba esnénk, érdemes lépésekre bontanunk az előttünk álló utat és bízunk kell benne, hogyha egy lépést megtettünk, a következőt is meg fogjuk tudni tenni. Vagyis a kérdés így szól: melyik lépés jön most, mi az, aminek a megtételére képes vagyok?

A mese alapos átgondolása után kezdetünk el a kliensünkkel, klienseinkkel dolgozni. Amennyiben egyéni segítő folyamat keretében dolgozunk a klienssel, az a fő kérdés, hogy honnan indul, melyik helyszínen, milyen fejlődési szinten van jelenleg a kliensünk. Ezt az előző beszélgetések mentén már kideríthettük, de az is lehet, hogy amikor odaadjuk neki a mesét, vagy meghallgatja, és ő maga határozza meg a kiinduló állapotot.

Ezt követően a kliens értelmezésére és a korábban általunk megfogalmazott értelmezésekre támaszkodva a segítői folyamat során – ami esetenként akár több alkalmat is igénybe vehet – menjünk végig az előzőekben, illetve a kártyákon megfogalmazott kérdéseken. Nem muszáj minden kérdéssel dolgozni, van, amelyik releváns, másik meg nem. Lehetséges, hogy új kérdések merülnek fel a kártyák kérdéseiből kiindulva, és arra haladunk tovább. A kártyákon főként kérdések találhatók, néha azonban megoldandó feladatot tartalmaznak.

Előfordulhat, hogy olyan témába ütközünk, amely már nem fér ennek a mesének a kereteibe. Ekkor más mesével is folytathatjuk a munkát, és aztán később visszatérhetünk ehhez a történethez.

A folyamat célja, hogy a kliens hatékony szorongásoldó stratégiákat alakítson ki, és alkalmazzon, találja meg a gyökerét a szorongásainak, és engedje el ezeket.



A következőkben arra adunk javaslatot, hogy hogyan lehet csoportosan foglalkozni a fiatalokkal.



Egy lehetséges csoportfoglalkozás forgatókönyve

A mesecsoport célja: saját táltos paripánk megtalálása és táplálása

A célcsoport: 18-23 éves fiatalok (esetleg idősebbek is), akik még nem tudják, mire képesek

A mesecsoport időtartama: 60 perc

Résztevők száma: legfeljebb 20 fő

A helyszín előkészítése:

A mesecsoport helyszínét a mese hangulatának megfelelően érdemes előkészíteni. Fontos, hogy a résztvevők körbe tudjanak ülni, esetleg nem is széken, hanem párnákon. Legyen egy egyértelmű helye a beléptetésnek, ami lehet a terem ajtaja, de ha nem teremben vagyunk, vagy túl nagy a terem, akkor alakítsunk ki egy „kaput”.

Törekedjünk arra, hogy kellő, de ne túl erős megvilágítás legyen! Amennyiben vannak asztalok, azokat a terem szélén helyezzük el, az egyéni munka során még jól jöhetnek. Ha nincsenek asztalok, akkor vigyünk be rajztáblákat, mappákat, amiken a résztvevők írhatnak vagy rajzolhatnak.

A „kapu” közelében, már a téren belül, készítsük ki a szimbólumkártyákat, hogy belépéskor a résztvevők választhassanak egyet, és mára a választott kártyával foglaljanak helyet. Lehetnek ezek OH kártyák, Dixit kártyák, vagy akár saját képgyűjtemény, képeslap gyűjtemény is, a lényeg, hogy különböző helyzeteket, érzéseket fejezzenek ki, és legyen belőlük legalább a résztvevők számának másfél-kétszerese, hogy mindenki tudjon választani.

Az ülőhelyek által meghatározott kör közepére érdemes egy színes kendőt, esetleg virágot, vagy valamilyen, a meséhez kapcsolható tárgyat tenni. Ennél a mesénél rakjunk ki tükröket, fésűt, esetleg hajfestéket és kendőket, sapkákat.

A körön kívül, a csoportvezető keze ügyében helyezzük el az egyéb kellékeket, amiket használni szeretnénk, beleértve a mesekártyákat, mesekártya-kontúrokat is.

Amennyiben a mese prezentálása videó segítségével történik, a számítógép, projektor, vászon / falfelület, hangfalak is legyenek előkészítve, és kipróbálva, hogy ne akasszuk meg a folyamatot.

Amennyiben a csoport a teremben gyülekezik, a kezdés előtt kérjünk meg mindenkit, hogy hagyja el a termet, és a szimbólumkártyákat, kendőt, tárgyakat csak akkor tegyük ki, amikor a csoport már kint várakozik.

Szükséges eszközök:

Kendő a kör közepére, dekorációs elemek, szimbólum-kártyák, írótablák, ha szükséges, tollak, színes ceruzák, rajzeszközök, a mesedoboz-kártyák, és a kontúrok minden résztvevő számára elegendő példányban kinyomtatva.



Esetleg: számítógép, projektor, vászon / falfelület, hangfalak

Forgatókönyv

(az időtartamok hozzávetőlegesek, csoportfüggők)

Beléptetés:

Időtartam: 5 perc

A csoporttagokat lehetőleg egyenként engedjük be, és adjuk nekik a következő feladatot:

„Voltál már olyan élethelyzetben, amikor fogalmad sem volt, mit kéne csinálnod, csak bolyongtál, mint aki eltévedt egy erdőben? Válassz egy kártyát, ami ezt az élethelyzetet jelképezi!”

Amikor mindenki választott, és leült, csatlakozzunk mi is.

Ráhangolódás

Időtartam: 10-15 perc

Beszéljük meg a résztvevők által választott kártyákat! Ne menjünk körbe, nem kell feltétlenül mindenkinek beszélnie a kártyájáról, de adjunk elég időt mindenkinek, aki szeretne. Beszélgessünk arról, mi történik akkor, amikor nem tudjuk, mit kéne csinálnunk, és csak sodródunk.

A beszélgetés során tegyük fel a következő kérdéseket:

- ❖ Milyen helyzetekben érezzük azt, hogy teljesen eltévedtünk az életünkben?
- ❖ Milyen hatással van ez az emberi kapcsolatainkra?
- ❖ Mennyire tudunk ilyen állapotban jó döntéseket hozni?
- ❖ Megesik-e, hogy valaki felismeri, hogy nincsenek céljaink, és a saját céljai érdekében kihasznál minket?

Mesemondás

Időtartam: kb. 15 perc

Amikor rátérnénk a mesére, tegyük fel a következő kérdést:

„Volt egy fiú, aki eltévedt az erdőben, elsodródott, és olyasvalakihez fordult segítségért, akihez nem kellett volna. Szeretnétek hallani a történetét?”

Az a legjobb, ha a saját szavainkkal meséljük el a történetet. Ha ez gondot okoz, akkor meghallgathatunk egy felvételt is, vagy felolvashatjuk a történetet papírról.



Amennyiben előszóval mesélünk, kérjük meg a résztvevőket, hogy csukják be a szemüket, lazítsanak, és figyeljék a légzésüket, és amikor a csoport már kellőképpen fókuszált, akkor kezdjük el a mesélést!

Hangszerrel (pl. koshi, kalimba, sansula) is ráhangolhatjuk a résztvevőket a mesemondásra.

A mese végén kérjük meg ismét a résztvevőket, hogy csukják be a szemüket, és – kellő időt hagyva a saját belső képek aktiválására – adjuk a következő feladatokat:

- ❖ Hozz magaddal egy színt a meséből!
- ❖ Hozz magaddal egy illatot a meséből!
- ❖ Hozz magaddal egy tárgyat a meséből!
- ❖ Nézz körül, hol jársz a mesében? Mi van körülötted, kik vesznek körül?
- ❖ Mi a feladatod ezen a helyen?

Feldolgozás:

Időtartam: 35-40 perc

Miután mindenki visszatért a meséből, beszéljük meg, ki mit hozott magával a meséből, milyen tájon találta magát? Nem kell mindenkinek válaszolnia, csak az beszéljen, aki szeretne! A helyszínnek esetén rákérdezhetünk a résztvevőknél, hogy mi is ott a feladat?

Közben, ahogy adódik, beszélgethetünk a következő témákról:

- ❖ Miért keveredhetett ilyen helyzetbe a királyfi? Milyen tulajdonságai vannak, amik bajba sodorták? Ők mennyire szoktak ilyen helyzetbe kerülni?
- ❖ Mit gondolnak a varázslóról? Mit tanulhat tőle a királyfi?
- ❖ Vannak-e az életükben olyan személyek, mint a varázsló, akik elsőre segítőnek tűnnek, majd később kiderül, hogy csak kihasználják azt, aki hozzájuk fordul?

Az első feladat a változás elindítása.

Tegyük középre a hajszínező eszközöket, a tükört, és a fésűt. Osszuk a csoportot párokba. Kérdezzünk rá, hogy előfordult-e már, hogy megváltoztatták a hajukat? Mikor, milyen helyzetben? Ki milyen színűre változtatta vagy változtatná a haját?

Gondolják végig, áll-e előttük olyan nagy lépés az életükben, ami akkora változást jelent, ami miatt megváltoztatnák a kinézetüket?

A párok beszéljék meg, majd közösen gyűjtsünk össze pár élethelyzetet, amikor nagy változásra van szükség, illetve ami hasonló az előttük álló élethelyzethez.

A második feladat a változás véghez vitele.

A változás folyamata. Beszéljük végig röviden, mit jelenthet a tükör, a fésű és az ostor a fiú változásának folyamatában (lásd mesekalauz), majd egyéni munkára kérjük a résztvevőket. Ehhez adjuk ki a „tükör” színezőt és a 9. kártyát. A feladatok a következők:



- ❖ Te mit látnál a varázstükörben, milyen dolgok akadályozhatnak a céljaidban?
- ❖ Egyben a lovat is mutatja a tükör – mi az, amit örömmel látsz magadon, amikor a tükörbe nézel?

Hagyjunk időt egyéni munkára, akár 8-10 percet is. Ezt követően szabadon megoszthatják, amit szeretnének. Nem kell mindenkinek szerepelnie, és nem kell az összes válasz.

A harmadik téma: a belső táltos paripa. (5-ös kártya)

- ❖ Neked milyen erőforrásokra lenne szükséged ahhoz, hogy uralkodni tudj az életedben?
- ❖ Ezek közül melyek állnak a rendelkezésedre?
- ❖ Van olyan segítőd, aki el tud igazítani, mihez kezdj, ha segítségre van szükséged?
- ❖ Hogyan táplálod a saját belső fekete lovadat?

Ehhez adjuk ki a "Fekete ló" színezőt és az 5. kártyát. Hagyjunk időt egyéni munkára, akár 8-10 percet is. Ezt követően szabadon megoszthatják, amit szeretnének. Nem kell mindenkinek szerepelnie, és nem kell az összes válasz.

Kiléptetés:

Amikor lejár az időnk, még lesz, aki rajzol, színez, dolgozik. Azzal zárjuk a foglalkozást, hogy a következő pár percben mindenkinek ki kell lépnie a mese teréből. Kiállunk a kapuba, és ott egyenként fogadjuk, aki elkészült.

Megkérjük, hogy mondja el, miként táplálja majd a saját belső táltos paripáját.