

Lovász Irén

GYÓGYÍTÓ HANG

healing voice





Lovász Irén:

Hang, test, lélek, hagyomány: gondolatok a népdaléneklés gyógyító szerepéről

Előszó a GYÓGYÍTÓ HANG c. lemezhez

Az éneklés gyógyító szerepével évtizedek óta foglalkozom. A dalolás egyetemes, általános tulajdonságainak megismerésén túl célom a *magyar énekes hagyomány gyógyító jelentőségét* is föltárni, bemutatni és a közkinccsé tenni. Az éneklés fizikai, fiziológiai jellemzői, nyilvánvaló testi összefüggései mellett hangsúlyoznunk kell az éneklés tudati és lelki sajátosságait is. A népdaléneklés szerepét a tradicionális kultúrákban vizsgálva a dalolás eredendő, antropológiai lényegi sajátosságaihoz juthatunk el.

Ami a hagyományos dalolás, a népdaléneklés kiváltságos sajátosságát, különösen erőteljes gyógyító szerepét lehetővé teszi, az a *kodályi* zenei anyanyelv koncepción túl az, amit József Attila úgy fogalmaz meg: „Az őssejtig vagyok minden ős.” Azaz az ősök hagyományos értékeinek, tudásának, művészi kifejezőerejének megidézésével, azzal, hogy „*már százezer éve nézem, amit meglátok hirtelen*”, képes vagyok kitágítani a tér-idő dimenziókat, az aktuálisban érzékelni az örök-időtől és tértől független minőségeket. Ez kivált a népdaléneklés tradicionális, közösségi, rituális kontextusaiban, de akár egyéni, kontemplatív alkalmakkor is érvényesülhet. Éneklés közben az *idő* különböző szintjeit egyszerre élhetjük meg: emlékeztén saját életünk történéseire, érzéseire, részt vehetünk az örök, időtlen dimenzióban, azaz úgy éljük meg saját időben való életünket, mint egy archetipikus, állandóan jelenlevő létezést. Ez a háttér a népdaléneklés csodálatos erejének, testi-lelki gyógyító képességének. A dalolás *fizikai, szellemi és lelki* jótékony hatása egyaránt, egyszerre érvényesülhet.

Az éneklés zeneterápiás sajátosságainak fizikai, fiziológiai alapja, hogy a hangszereünk a saját testünk. A külső-belső levegő áramoltatásával a hangszalagjaink rezegtetésével, szájüreg-barlangunk, mint rezonáns üreg használatával egész testünk rezgés-szintjét, képesek vagyunk befolyásolni. Fizikai szinten a külső levegőt belsővé, a belsőt, testünkbelől kiáramoltatva külsővé tesszük. Az éneklés tehát, mint a levegő, maga az élet-erő. Lelki szinten ugyancsak a művészet, a költészet egyetemes funkcióinak megfelelően a belső tartalmak kiáramoltatása, ezzel a projekcióval az öngyógyítás eszköze. Szellemi szinten pedig mindaz a vonatkozó jelentésszint, amit az énekelt szövegek, tartalmak előhívhatnak, fölidéznek, mozgásba hoznak, tudati szinten is hatnak.

A jó zene a lelki és fizikai rezgések harmóniája. A fizikai hanghullámok rezonálnak lelkünk húrjaira. Az egészséges ember rezgésszintje harmonikus. Amikor megbetegszünk, az egyensúly felborul, helyre kell állítanunk ahhoz, hogy meggyógyulhassunk. Ezért is van a dalolásnak terápiás szerepe. Az énekléskor saját hangszalagjaink segítségével testünket, mint rezonáns üreget használjuk, jó esetben saját testi és lelki rezgéseinket harmonizáljuk.

Hangterápiás dalolóköroomben minden alkalmat egy rituális határjelölő, üdvözlő hangképző gyakorlattal kezdünk. Ez egy „*hanglétra*” a testben. Belső *hangmasszázs*nak is nevezem. Saját hangunkkal járjuk be saját testünket, a gerincoszlopnak, mint tengely képének tudatosításával. A létra-metaphora és a testtudatosság segít elképzelni azt, hogy az én valóban létra Föld és Ég között. Másik eszközünk a *barlang*-metaphora. A szájüreg-et barlanghoz hasonlítjuk, amelynek minden üregét bejárjuk a hangunkkal, ahogy a víz bejárja a barlang minden mélyedését, üregét a legkisebbtől a legnagyobbakig. A „*hanglétrán*” csak tiszta zöngét, különböző magánhangzósorokat zengetünk: a, á, o, ú ó, vagy ó, a, á, o, ú, vagy e, é, í, ő, ű. A nyelvállás, az ajakrés vagy ajakkerekítés váltakoztatásával a szájüreg valóban a legváltozatosabb méretűvé válik. Így a „*barlang*” mint hangszer a legnagyobb erővel tud rezonálni. A szájüregbarlangot minél nagyobb felületen tudjuk hangolni, annál nagyobb felületen tudja átadni rezgéseit testünk más részeinek.

Ezzel a hangrezgésekre épülő hangmasszázzsal vagyunk képesek saját testi lelki-harmóniánk javítására. Ez a hangterápia alapja. A *Hanglétra* megjelenik a GYÓGYÍTÓ HANG lemez legutolsó, különálló számaként, azért hogy bárki akár velem együtt énekelhesse önmaga számára.

Az emberi hang, a kimondott szó és ének a szakrális-spirituális kommunikáció és a gyógyítás eszköze is. Antropológiai tény, hogy az archaikus ember tudatosan használta a szóval, dallal mondott jókívánságokat, köszöntéseket. A szómágia ősi, egyetemes törvénye alapján a kimondott szó teremtő erejébe vetett hittel az ember valóban képes volt teremteni: áldást, békességet, egészséget, termékenységet, bőséget. A hagyomány pedig kitermelte, megalkotta a társadalmi kommunikációnak azon rituális alkalmait, melyekben ez az önellátó varázslat folyamatosan, hatékonyan működött. Ezek voltak az egyéni élet fordulóin mondott jókívánságok: a névnapköszöntők, a lakodalmakkor, vagy más vendégjárás végén a házigazdának szánt Szent János-áldások, vagy az esztendő jeles napjainak rituális alkalmain elhangzó különös erejű, termékenység- és bőségvarázsló rítus-énekek. Ezek a testi-lelki-anyagi jókívánságok fontos részei voltak a néphagyománynak.

Az ilyen áldásokkal, jókívánságokkal nemcsak lelki békességet, boldogságot, hanem valódi testi egészséget, de gazdasági bőséget, javakat is kívántak, azaz varázsolnak az ünnepeltnek. Ezek recitálásával, éneklésével folyamatosan biztosították, fenntartották a testi-lelki egészséget, a szó valódi, eredeti értelmében vett *wellness-t*, a bőséget, termékenységet. *Preventív gyógyítás* volt ez a közösség önellátó, és jól működő társadalmi kommunikációs rendszerében. Hisz mindenki rákerült a sor. Egyszer ő adta, másszor ő kapta az áldást, a jókívánságot. Olcsó és hatékony módszer ez a betegségmegelőzésre, az egészség biztosítására.

Népköltészetünk és népzeneünk egyik legarchaikusabb rétegét őrzik a mágikus-mitikus varázscselekményt kísérő varázskénekek, melyekkel az ember egészségét, bol-

dogulását, sikerétét kívánták biztosítani. A névnapköszöntés archaikus énekes szokását még ma is fellelhetjük. Az analógiás mágia gyakori jellemzője e jókívánságmondó, varázserejű rítusszövegeknek. Ezek az archetipusok a gonoszűző, téltemető, tavaszköszöntő népszokásainkban, gyermekjátékainkban is megtalálhatók: „*Ess eső ess! Zab szaporodjék, búza bokrosodjék!*” Mai köszönés és köszöntésformáink erejükben meg sem közelítik az „*adjon Isten jó napot! jó éjszakát!*” típusú megnyilatkozásokat. Ezeket ugyanis a kimondott szó teremtő erejébe vetett hit tartotta fenn. Aki mondta, abban a hitben mondta, az ige ténylegesen valóra válik. Aki kapta, szintén hitt ebben, és viszonozta e jókívánságokat. Így alakult ez a kölcsönös jóindulaton és jószándékon alapuló társadalmi kommunikációs háló a hagyományos falusi közösségekben. Amilyen az adjonisten, olyan a fogadjisten!

A GYÓGYÍTÓ HANG c. lemezre azért kerültek ezekből a régi magyar jókívánság-mondó énekekből, áldásokból, köszöntőkből, hogy itt és most is segíthesse szembé, emberibbé varázsolni ünnepeinket, kapcsolatainkat, fenntartani lelki békénket és egészségünket. Nemcsak az ember és közösségei, hanem teremtett környezete, a földanya egészségéért, fennmaradásáért, fenntarthatóságáért is szól az ének. (*Adjál egy jó esőt, a szegény baromnak jó legelő mezőt!*) A kimondott szó teremtő erejébe vetett hit átjárta hagyomány énekei figyelmeztetnek ma is arra, hogy nemcsak áldó, gyógyító ereje lehet a kimondott szónak, hanem az ellenkező irányba is hathat. Ezért került a lemezre a dal, mely megénekli azt, hogy az irigyek még a jószándékot is „*elkertelték nem fával, nem karóval, hanem rágalmazó szóval.*”

Azt, hogy az emberi hang gyógyít – hisz a hang maga az életerő, és születésünktől a halálig kísér, és hogy az élet első és utolsó jele is hang, és akkor is képes gyógyverővel hatni, ha hallgatja az ember, de még inkább, ha maga dalol –, az egykori parasztemberek jól tudták. Hétköznap is, ünnepnap is sokat énekeltek, ezzel kiadták magukból a fájdal-

maikat, megerősítették örömeiket, az énekléssel megélték ünnepeiket. Tapasztalatom szerint az éneklésnek a hagyományos paraszti életben alapvető funkciója a nyugtatás, gondűzés, az elmélkedés valamint mágikus varázsfunkció és szakrális kommunikáció.

A gyimesi csángóknál végzett terepmunkámon pár éve még elérhettem a koraközépkort idéző ráolvasások, mágikus bajelhárító szövegek, gyógyító imádságok, bájolók, archaikus népi imádságok egész sorát. Megrendítő tapasztalat átélni az archaikus tudás mai, élő, működő jelenlétét, és megsejthetünk valami fontosat a *hang, test, lélek* örök, időtlen összefüggéseiből is. Tiszteletem és hálám kifejezéséeként e hagyományos tudás őrzői felé, *Bájolók* címmel összegyűjtöttem egy csokorra valót a Gyógyító Hang lemezre ezekből az ősi magyar gyógyító szövegekből. Felmutatva a magyar néphagyományban gyökerező, máig működő archaikus, szóval-hanggal gyógyító praktikák gazdag tárházát, és megidézve az időtlenség mélységes mélységeiből ősanyáink gyógyító hangjait.¹

Miután énekesi és kutatói pályámon egyaránt évek óta tapasztaltam, hogy az emberi hangnak, az éneklésnek milyen fontos lelki egészség megőrző, harmónia fenntartó funkciója van, és, hogy az emberi hang milyen mértékben képes segítőül szolgálni akár élet-halál helyzetekben, sorsfordulókon is, és tudván, hogy a népköltészetünkben is vannak szövegek, dallamok, amelyek elmondásával, eléneklésével évszázadokon keresztül segítették a testi-lelki egészség megőrzését az emberek, főleg az asszonyok, elindítottam GYÓGYÍTÓ HANGOK című lemezsorozatot: 1. ÉGI HANG (2006), 2. BELSŐ HANG (2007), 3. NŐI HANG (2017), 4. GYÓGYÍTÓ HANG (2023). A sorozat darbjait összekötő gondolat az emberi hang segítő, gyógyító erején alapul. Meggyőződésem szerint ez a zene, és ezen belül az emberi énekhang egyik legfontosabb, egyetemes és ősi sajátossága, ez a zene antropológiai lényege.

¹ Ősanyáink hangját a 2019-es terepmunkám archiv felvételei is megidézik. Felsejlik a gyimesi asszonyok, Fikó Gizella, Gábor Annamária gyógyító, bájoló imásága a háttérben. Külön köszönet illeti őket!

A négyrészes lemezsorozat záró tétele a GYÓGYÍTÓ HANG c. lemez. Összefoglalása, esszenciája ez mindannak, amit a nemzeti hagyományban gyökerező, anyanyelvű népdaléneklés gyógyító szerepéről és kortárs felhasználásáról gondolkodom. A lemezre rákerült a sorozat korábbi darabjainak egy-egy dala is, új értelmezésben. Utalva ezzel a sorozat négy részének egymásba fonódására, a sorozat egységére. A NŐI HANG c. lemez három dala új értelmezésben élő koncertfelvétellé került rá a GYÓGYÍTÓ HANG c. lemezre. Csakúgy a *Békességben* c. dal is, ami az ÉGI HANG lemezen felhangzó Boldogasszony himnusz új értelmezése. Mostani megjelenését a magyar nemzet lelki gyógyításának ma is aktuális feladata inspirálta. A BELSŐ HANG c. lemezen megjelent Mantrának pedig a *Hanglétra* ad merőben új értelmezést és mindenki számára segítségként felajánlott szabad felhasználást: egyéni vezetett meditáció, belső hangmasszázs kísérője lehet.

Az új dalok sajátos zeneterápiás elveim konkrét megfogalmazásiként értelmezhetőek és felhasználhatók. A *Vigasztalom* c. dalt egy régi magyar imádságszöveg ihlette², majd a nyári balatoni természetben való elmerülés inspirálta. Az ember a kozmikus és természeti világunk része, azzal egy. Ez az archaikus tapasztalat – mely a természetben élő ember sajátja –, adja a vigasztaló, lelki gyógyító felismerést, mely ebből a dalból árad. A magyar szöveget kísérő indiai hegedű ezen archetipikus tapasztalat örök, időtől és tértől független minőségét és hatóerejét hivatott képviselni. A *hazám felé* c. dal azt a biztonságos otthonosság érzetet jeleníti meg, melynek vigasztaló, lelki gyógyító erejére mindannyian vágyunk. Tud is segíteni az „otthon legyünk a világban”, az otthon melege, a szülői ház, a szülőföld metaforák megtartó, vigasztaló, segítő erejével. A *Béküljünk meg* c. dal a megbocsátás és megbékélés lelki gyógyító erejét énekli meg.

² Külön köszönet Kardos Gyöngyinek, aki megosztotta velem a nagymamájától tanult ősi szöveget.

Megidézzük az ősi tudást és erőt, amit ősanyáink évszázadokon keresztül öngyógyításra és a közösség hasznára alkalmaztak a gyógyító mondások, áldások, jókívánságok egész sorával. A magyar néphagyományban máig fennmaradt az ősi zeneterápiás tudás emléke: ahogy az ismert gyermekdalunk őrzi, gyógyítottunk „*síppal, dobbal, nádi hegedűvel*”. Ha tanulunk eleink kincses-tárából, használjuk tudásukat, reánkmaradt segítő, gyógyító szövegeiket, énekeiket, talán a magunk és gyermekeink lelki egészségét is szolgáljuk. Nem csak egyéni, de kollektív egészségre, az egész magyar nemzet, az anyaföld, sőt a teljes földanya gyógyítására is szükség van. A szóval, dallal mondott ősi varázslatok, a gyógyító énekek a földünk egészségének megőrzéséért is szólnak. A lemezen felhangzó húros hangszerek, a magyar cimbalom, az indiai hegedű és a hárfa lelkünk húrjaival együtt zengenek. Csakúgy, mint a legősibb hangszer, az emberi hang és a dob. A GYÓGYÍTÓ HANG c. lemez célja, hogy a magyar néphagyományban fellelhető ősi segítő, gyógyító erőt felidézze, felszínre hozza, és a mai magyar emberek számára is használható módon elérhetővé tegye mindannyiunk egészségére!

Solymár, 2023. február 16.

Hosszabb, teljesebb változat az egész Gyógyító Hangok c. lemezsorozatot kísérő, magyarázó szöveggént olvasható:
www.lovasziren.hu/media/2023/03/Lovasz-Iren-Gyogyito-Hangok-tanulmany.pdf





Irén Lovász:

Voice, Body, Soul and Tradition: Thoughts on the Healing Power of Traditional Singing

Foreword to the HEALING VOICE CD

I have been studying the healing power of singing for decades. My goal is not only to apprehend and present the universal qualities of singing, but also to specifically reveal the healing significance of the Hungarian singing tradition. Singing has physical, physiological, cognitive, and spiritual characteristics, all of which play a significant role in its therapeutic benefits. By examining the role of folk song singing in traditional cultures, we can identify the inherent, anthropological essential characteristics of singing itself.

The Kodály “musical mother tongue” concept is fundamental to traditional singing. However, what makes the healing power of folk song singing possible could be expressed in the words of the Hungarian poet Attila József, who said, “*I am every parent in the boundless succession to the primal lonely cell.*” For me this statement reflects also how singing can evoke the traditional values, knowledge, and artistic expression of the ancestors, allowing us to perceive realities beyond the confines of time and space in the present. This experience is especially potent in the context of communal and ritual folk singing, but it can also be a significant practice for individuals in contemplative settings. Through singing we experience different dimensions of time simultaneously, recalling as we do events and feelings from our own life, and at the same time participating in the eternal, timeless dimension of existence. This dance between past and present creates an archetypal, ever-present experience that lies at the heart of the healing power of folk



song singing. This practice allows us to tap into a profound interconnectedness with our ancestors, benefiting us physically and emotionally. We encounter *physical, mental* and *spiritual* benefits through singing all at the same time.

The physical and physiological basis of such music therapy is the fact that our instrument is our own body. Through the act of singing, we create a flow of air that moves both inward and outward, activating our vocal cords and using our oral cavity as a resonant chamber. This process influences the vibrational and energetic levels of our entire body. Singing is, therefore, a manifestation of life force, akin to the very air we breathe. On an emotional and spiritual level, the creation and expression of art and poetry serve as a means of self-healing. The sung texts have connotations and levels of meaning that can evoke a strong mental and conscious effect. The essence of singing is to make the *outsider inner* and to project the inner world *outwards*.

Great music involves a harmonic interplay between spiritual/emotional and physical vibrations. Physical sound waves resonate the strings of our soul. The energetic vibration of a healthy person is harmonic. When we get sick, however, this balance is disturbed, and we need to restore it in order to heal. Singing has a potent therapeutic role in this regard. With the help of our own vocal cords, we use our body as a resonant cavity, harmonizing our own physical and mental vibrations. By utilising our own vocal cords and our body as a resonant chamber, we have the potential to properly harmonize our physical and mental vibrations.

In my voice therapy singing classes, each session begins with a ritual boundary-marking, welcoming, sound-forming exercise. I call this a “voice ladder” in the body, or an internal voice massage. We walk through our body with our own voice, becoming aware of the image of the spinal column as an axis. The ladder metaphor and body-awareness helps us imagine that the self is really a ladder between Earth and Heaven. Our second

tool is the cave metaphor, which likens the oral cavity to a cave that we enter with our voice. Just as water flows through every cavity of a cave, from the smallest to the largest, we use our voice to explore every corner of our oral cavity. On the “voice ladder,” we sing only pure vowel sounds such as a, á, o, ú, ó, or ó, a, á, o, ú, or e, é, í, ő, ű. By adjusting the position of our tongue, the gap between our lips, and the roundness of our lips, we can create a wide range of resonant cavities within our oral cavity. The larger the surface area of the resonant cavity, the more effectively it can transmit vibrations throughout our body. Thus, the “cave” becomes an instrument that resonates with the deepest levels of our being. Through this sound massage based on vibrations, we can improve our physical and mental harmony, which is at the basis of voice therapy.

The creative power of the spoken word has been recognized since ancient times, with our ancestors intentionally utilising various forms of well-wishes and greetings through words and songs. The power of the uttered word was harnessed to invoke blessings, peace, health, fertility, and abundance, and these greetings and well-wishes formed an integral part of traditional rituals and social communication. They were recited and sung during various occasions, such as name days, weddings, and new year’s day ceremonies. By ensuring and maintaining physical and mental health, wellness, abundance, and fertility, these good wishes served as a preventive treatment within the community’s self-sufficient and well-functioning social communication system.

One of the most ancient layers of our folk poetry and music is preserved through the magic songs, verbal formulas, that accompanied mythical-magical acts. These songs were performed to ensure health, well-being, and success in farming. Analogical magic is a common feature across all these well-wishing and magical ritual texts. Even today, old Hungarian well-wishing songs, blessings, and greetings can make our holidays and relationships more meaningful, and help maintain our peace of mind and health. Their archetype can also be found in our folk customs and children’s games, such as “*Let it*

rain, let it rain! Oats multiply, wheat bush!” Today’s greetings and forms of greeting do not come close to the power of utterances such as “May God give you good night/rest!” These words were spoken with faith in the creative power of the spoken word. Whoever said it believed that their words would come true, and whoever received it also believed in it and reciprocated the good wishes. In this way, a social communication network based on mutual goodwill and trust was formed in the traditional village community.

These old Hungarian well-wishing songs, blessings, and greetings have been compiled on the HEALING VOICE CD, which aims to bring peace and prosperity to our holidays and relationships, and help us maintain mental tranquillity and physical health in the present day. These songs not only speak to the health, survival, and sustainability of individuals and communities, but also to the environment and Mother Earth. For example, the song *Silent River* includes a request for rain and good grazing fields for those in need. The belief in the creative power of the spoken word is woven throughout this tradition. Even today, these songs warn us that not only can the uttered, sung word have a blessing and healing power, but it can also have the opposite effect. That’s why the song, *Ihajla*, was put on the record, telling a story about the power of the spoken word by singing that the envious “*fenced off even the good intentions, not with wood or stake, but with slanderous words.*”

The former peasants of traditional Hungarian communities knew very well that the human voice could heal. They understood that the voice was the very essence of life, accompanying individuals from birth until death. They believed that the voice could have a healing effect if a person listened to it, but even more so if they sang themselves. Thus, they sang not only on holidays, but also on weekdays to release their pains, strengthen their joys, and celebrate life. Based on my personal experiences, it is evident that singing played a vital role in inducing calm, relaxation, and meditation in traditional peasant life, while also serving as a magical and sacred form of communication.

During my fieldwork with the Csángós of Gyimes, an ethnic Hungarian community in Transylvania, I had the privilege of accessing a vast collection of archaic healing chants and incantations. These magical texts, reminiscent of the Middle Ages, included healing prayers, charms, and archaic folk prayers that were used to ward off trouble and promote healing. It was a moving experience to observe the living presence of this archaic knowledge, and one could sense something important from the eternal, timeless connections of voice, body, and soul. As a sign of my respect and gratitude to the women who preserved this traditional knowledge, I have collected a number of these ancient Hungarian healing texts on the HEALING VOICE CD under the title *Charming Magic*. My aim is to showcase the rich repertoire of early, word-healing practices rooted in Hungarian folk tradition that are still part of the vernacular today, and to recall the healing voices of our ancestors from the depths of timelessness.

After many years of experience as a singer and researcher, I have come to appreciate the importance of the human voice and singing in preserving mental health and harmony. I have also witnessed how the human voice can serve as a helper, even in life-and-death situations and key turning points in a person’s fate. This inspired me to create my four-part CD series called HEALING VOICE, which includes SACRED VOICE (2006), INNER VOICE (2007), FEMALE VOICE (2017), and HEALING VOICE (2023). The concept that drives the series is the therapeutic and restorative power of the human voice, which I believe is one of the most important, universal, and ancient characteristics of music. In Hungarian folk poetry, there are texts and melodies that have helped people, especially women, preserve their physical and mental health for centuries. The HEALING VOICE CD is the final piece of the series and summarises my thoughts on the healing role and contemporary use of traditional singing in the Hungarian oral tradition. The disc includes new interpretations of a few songs from the previous pieces of the series, highlighting the interconnection of the four parts and the unity of the entire series.

On the HEALING VOICE CD, we reinterpreted and recreated a song from the SACRED VOICE album and three songs from the FEMALE VOICE album, and included them as live concert recordings. The CD also includes new songs that can be interpreted and used as a concrete formulation of my specific music therapy principles. For example, the song *My Consolation* was inspired by an old Hungarian prayer text and immersions in summertime nature at Balaton. The Indian violin accompanying the Hungarian text represents the eternal quality and power of this archetypal experience, independent of time and space. Similarly, the song *To My Home* highlights the comforting and soul-healing power of feeling safe and at home, and the piece *Reconcile* sings the spiritual healing power of forgiveness and reconciliation.

The CD invokes the ancient knowledge and power that our ancestors used over the centuries for self-healing and for the benefit of the community with a whole series of healing rituals, blessings, and good wishes. In the Hungarian folk tradition, the memory of the ancient knowledge of music therapy has survived to this day, as our well-known children's song reminds us: we *"healed with whistles, drums, and reed violins..."*

By tapping into the treasury of our forefathers and mothers and their traditional Hungarian healing texts and songs, we can not only serve our own personal psychical health, but also the health of our children, communities, and wider world. We require not only individual, but also collective health; the healing of the entire Hungarian nation, the motherland, and even the entire Mother Earth. The goal of the HEALING VOICE CD is to recall the ancient helping and healing power found in the Hungarian folk tradition, bring it to the surface afresh, and make it available for the well-being of all Hungarian people today. Let us draw on this precious heritage and strive towards the healing of ourselves, our nation, and the world at large.



Lovász Irén: ének | *voice*
Deva (Takács Dorina) ének, elektronika | *voice, electronics* (2, 3, 4, 5, 14)
Lukács Miklós: cimbalom | *dulcimer* (7, 9, 11, 15)
Lantos Zoltán: hegedű | *violin* (1, 8, 15, 16)
Horváth Kornél: ütőhangszerek | *percussion* (10, 12, 13, 15)
Mizsei Zoltán: ének, billentyű | *voice, keyboard* (6, 10, 12, 14, 15, 16)
Ágoston Béla: basszusklarinét, szaxofon | *bass clarinet, saxophone* (6, 14)
Pintér Ágnes: hárfa | *harp* (12, 13)
Balázs Gergely: ének | *voice* (14)
Keöncsh László Farkas: kalimba, ének | *kalimba, voice* (6, 14)

Hangfelvétel és utómunka: **Pannonia Stúdió**, Budapest, 2022. november – 2023. február.
Recorded, mixed and edited in the Pannonia Studio, Budapest, November 2022 – February 2023.

Hangmérnök, mastering | *Recorded, mixed, mastered by: Réddy Dénes*
Élő koncertfelvételek felhasználásával | *Live concert recordings: 2, 3, 5, 6, 14.*
(Lovász Irén - Deva: Alma, fája koncert. Budapest, Várkert Bazár, 2022. május 1.

Hangmérnök | *Sound engineer: Elekes Tibor*
Zenei producer | *Music producer: Takács Dorina* (2, 3, 4, 5)
Zenei rendező | *Musical director: Mizsei Zoltán*
Zenei szerkesztő és producer | *Compiled and produced by: Lovász Irén*

A magyar néphagyományban fennmaradt szövegek, dallamok alapján készült művek és más szerzemények.
Songs inspired by texts and melodies of traditional Hungarian culture and other creations.

Fotó | *Photo: Cseke Csilla*
Fordította | *Translated by: Lovász Irén*
Az angol előszót lektorálta | *Foreword edited by: Robert Logan*
Műszaki szerkesztő | *Printing editor: Szilasi Marianne*
Grafika | *Design: Avalanche Kreatív Ügynökség, Baranyai Júlia*

Külön köszönet | *Special thanks to:*
Dr. Konta Ildikó, Dr. Kardos Gyöngyi, Pócza Barbara, Tombor Sarolta

A dalszövegek a honlapon olvashatóak. | *Texts of the songs are on the homepage:*
www.lovasziren.hu

Lovász Irén

Tanulmányai – Studies

- 1984: József Attila Tudományegyetem, Szeged. Diploma (MA)
1995: A néprajztudomány kandidátusa (PhD in Ethnography):
Szakrális kommunikáció, Budapest, EFI, 2002. Budapest, L'Harmattan, 2011.

Lemezei – Discography

1. Világfa (zene: Hortobágyi László), Magyar Nemzeti Múzeum, 1995.
2. Rosebuds in a Stonyard (zene: Hortobágyi), Erdenklang Musikverlag, 1996.
3. Világfa (zene: Hortobágyi), Fonó Records, 1999.
4. Supreme Silence (zene: Peeter Vahi), CC'nC Records, 1998.
5. Skanzen (zene: Makám), Fonó Records, 1999.
6. Wide is the Danube (zene: Teagrass), CC'nC Records, 2000.
7. 9 Colinda (zene: Makám), Fonó Records, 2001.
8. Szindbád (zene: Makám), Fonó Records, 2002.
9. Fellegajtó – Cloud-doors (Mizsei, Lukács, Szokolay, Lovász), Hungaroton Classic, 2005.
10. ÉGI HANG – Sacred Voice. Gyógyító Hangok 1., Siren Voices, 2006.
11. BELSŐ HANG – Inner Voice. Gyógyító Hangok 2., Siren Voices, 2007.
12. Szerelmes Virág (Lovász, Győri, Szabó, Horváth, Ágoston), Siren Voices, 2008.
13. Világfa (Remix Album), Siren Voices, 2009.
14. Hangtájkép – Soundscape (Lovász Irén-Groove&Voice Trio), Siren Voices, 2015.
15. Tri Hlasy – Three Voices (Jitka Suranska, Irén Lovász, Michal Elia Kamal), Indies Sope, CZ, 2015.
16. NŐI HANG – Female Voice, Gyógyító Hangok 3., Siren Voices, 2017.
17. GYÓGYÍTÓ HANG – Healing Voice, Gyógyító Hangok 4., Siren Voices, 2023.

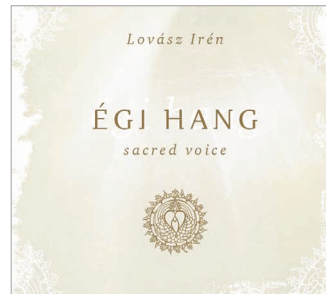
Díjai – Prizes

1987. A Népművészet Ifjú Mestere (Joung Master of Folk Arts)
1996. Német Zenekritikusok Díja, (German RECORDcritics' Award)
2003. Az Év Legjobb Énekesnője, eMeRTon Díj ("Singer of the Year" award of the Hungarian Radio)
2006. Bartók Béla Díj (Béla Bartók Prize)
2009. Magyar Művészetért Díj („For Hungarian Arts” Award)
2020. MAGYARORSZÁG ÉRDEMES MŰVÉSZE (Hungarian State Award)
2021. KOSSUTH-DÍJ (Kossuth Prize, Hungarian State Award)
2022. Magyar Örökség Díj (Hungarian Heritage Prize)

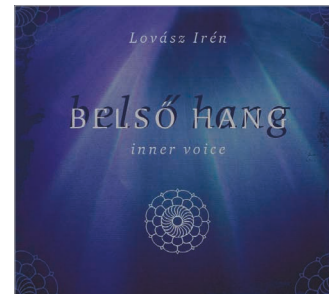


A GYÓGYÍTÓ HANGOK sorozat lemezei Albums released in Healing Voices series

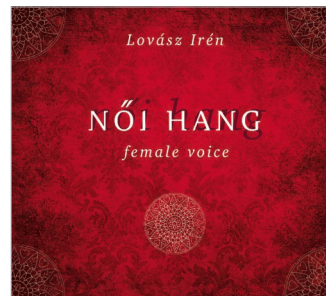
ÉGI HANG SCVD01



BELSŐ HANG SCVD02



NŐI HANG SCVD06



GYÓGYÍTÓ HANG SCVD07

