

2016

Siketvakok
Országos
Egyesülete

Szerkesztette:
Földesiné
Juhász Viktória



SZEMFÜLES 2016/7

TARTALOM

SZERKESZTŐI KÖSZÖNTŐ.....	3
BETEKINTŐ – EGYESÜLETI HÍREK, INFORMÁCIÓK.....	3
ÓCEÁN – LELKÜNK TITKAI.....	7
MOSZAT – ÉRDEKESSÉGEK.....	8
MESEVILÁG.....	10
MAZSOLA – RECEPTEK.....	11
PENGŐ – PÉNZÜGYI ROVAT.....	14
BARANGOLÓ – HAZÁNK LÁTVÁNYOS HELYEI.....	16
NEVETNI MINDIG JÓ – HUMOR.....	19
VIRÁGSZIROM – IDÉZETEK, VERSEK.....	20
IMPRESSZUM.....	21

SZERKESZTŐI KÖSZÖNTŐ

Szél szava száguld csörgő fák közt,
ünnepi ének csendül halkán.
Hópihe-csillag száll le keringve,
tenyereden olvad, s cseppként csillan.

Hívogatóan nagymami szólít,
bő lakomáink illata lebben.
Angyali hárfák zengnek lágyan,
közel a karácsony, jó szeretetben.

Ara Rauch

Szeretettel köszöntöm minden régi és új olvasómat. Remélem, ezzel a számmal is sikerül örömet okoznom; hogy mindenki megtalálja a kedvére való olvasmányt. Ez úton szeretnék Áldott, Békés, Boldog Ünnepeket kívánni. Találkozunk jövőre, kedves olvasók! Kellemes időtöltést kívánok az újsághoz!

Földesiné Juhász Viktória
Felelős szerkesztő

BETEKINTŐ – EGYESÜLETI HÍREK, INFORMÁCIÓK

Beszélgetés a Scsúr testvérekkel

Hogyan kerültetek kapcsolatba az egyesülettel?

Amikor állást kerestünk mind a ketten, akkor ajánlották az egyesületet.

Mikor volt ez?

Egy éve novemberben.

És aztán?

Rá két hónapra, januárban jöttünk először álláskeresési tanácsadásra, valamint kommunikációs tréningre. Mindkettő sikeresnek bizonyult, mert kaptunk egy idő után munkát.

Befejeződött az álláskeresési tanácsadás. Azóta milyen szálak kötnek benneteket az egyesülethez?

Ági: Jártam az egyik rehabilitációs tanárhoz praktikus dolgokat elsajátítani.

Van még olyan szolgáltatás, amit szeretnétek igénybe venni itt az egyesületnél?

Anikó: Mivel sok siket van a munkahelyen, elkezdünk jelnyelvet tanulni.

Eljutott hozzám a hír, hogy lelkes látogatói vagytok a kluboknak... Melyik klubra jártok?

Anikó: Eddig egy rehab klubon, és egy szabadidős klubon voltunk.

Hogy érezted magad a rehab klubon, Ági?

Ági: Jól. Az elején kicsit ideges voltam, mert még sose voltam ilyen rendezvényen. Nagyon figyelmesek és kedvesek voltak a munkatársak, mert szerveztek mellém írótolmácsot, akinek segítségével teljesen részt tudtam venni az alkalmon.

Mi is volt a téma?

A hallássérültek segédeszközeiről volt szó.

Hogy kell elképzelnem, hogyan zajlott ez a klub számodra?

Körben ültünk, mellettem az írótolmács írta az elhangzottakat egy monitorra.

Mi tetszett a legjobban ebben a rehab klubban?

Mivel ez volt az első ilyen rendezvény, amin részt vettem-, még furcsa volt; viszont az nagyon tetszett, hogy találkoztam hasonló cipőben járó emberekkel.

Volt olyan, ami nem tetszett, vagy ami nehéz volt?

Nem volt.

A bemutatott segédeszközök közül volt olyan, amit először láttál?

Igen, eddig egyiket sem ismertük.

Korábban használtál valamilyen hallást segítő segédeszközt?

Nem, nem használtam. Korábban a rehabon mutattak nekem pár hasznos eszközt (tűbefűző, folyadékszintmérő, forralást jelző korong).

Visszatérve a klubon bemutatott eszközökre: Van olyan, amire szükséged lenne?

Ébresztőórán gondolkodtam, mert semmire sem ébredek fel.

Anikó, és te, hogy érezted magad a rehab klubon?

Jó volt, viszont láttam azt, hogy a többiek jobb állapotban vannak; jobban elboldogulnak. Viszont nagyon jól esett, amikor egy nagyon kedves munkatárs megismételte nekem, amit nem értettem.

Mi tetszett a legjobban a klubon?

Az, hogy hasonló problémával küzdő emberek között voltam, akik nagyon jól kezelték a helyzetemet, helyzetünket a tesómmal. Sajnos az egészséges emberekről ez nem mindig mondható el.

Írótolmácsra neked is van szükséged, vagy csak a tesódnak?

Nem, én nem használok írótolmácsot. Viszont előfordul, hogy amikor tesómmal együtt vagyunk, belekukucskálok az írótolmács irományába.

Volt-e valami, ami nem tetszett a klubon?

Nem, nem volt ilyen. Egyszerűen csak új szituáció volt.

A bemutatott eszközök közül megtetszett valamelyik, amit szeretnél beszerezni?

Azt gondolom, még nekem ezen eszközökre nincs szükségem. Ami mégis megtetszett, az a beszélő személyi mérleg, de ez halk volt számomra.

Térjünk át a szabadidős klubra. Ági, téged kérdeznék először:

Hogy érezted magad? Mennyire volt más érzés ott lenni, mint a rehab klubon?

Érdekes volt...

Új volt, azért tartod érdekesnek?

Igen.

Mi volt a program?

A Hopp Ferenc Kelet-ázsiai Múzeumba látogattunk el. Megnéztük a múzeumot kívül-belül.

Voltál már ott korábban?

Nem, még soha.

Mi volt a legnagyobb élményed a múzeumban?

Igazából nagyon-nagyon hideg volt aznap; mivel csak a kertben volt tárlatvezetés, sokat voltunk kint. Ez nem volt annyira szerencsés. A benti részt már jobban élveztem.

Tetszett a tárlatvezetés?

Igen. Sokat mesélt a tárlatvezető a múzeumról, a történetéről, a japánkertről.

Volt melletted írótolmács?

Igen, nagyon sokat jelentett ez nekem.

Volt, ami nem tetszett?

Igen, a hideg.

Anikó, te hogy érezted magad ezen a programon? Miben volt más, mint a rehab klub?

Jól éreztem magam. Annyiban volt más, hogy itt nem a beszélgetésen volt a hangsúly, hanem kulturális élményen; jelen esetben a múzeum látogatásán.

Egész jól sikerült nyomon követnem a tárlatvezetést.

Mi volt a legnagyobb élményed a múzeumban?

Jó volt a tárlatvezetés, viszont a belső teret jobban élveztem. Szeretem saját tempómban megnézegetni a dolgokat. Nem vagyok alapvetően múzeumrajongó, ide a tesóm kedvéért jöttem el. Ami viszont még nagyon tetszett, hogy erre a programra inkább fiatalok jöttek el, míg a rehab klubon főleg idősebbek voltak.

Volt-e olyan, ami nem tetszett ebben a programban?

A csigalépcső és társai, mivel tériszonyom van.

Tervezitek, hogy eljöttök máskor is klubokra?

Igen. Szeretnénk elmenni a legközelebbi szabadidős klubra, ahol kézműveskedni fogunk. Valamint ha lesz, a soron következő rehab klubon is ott leszünk!

Rovatot összeállította: Szerkesztő

ÓCEÁN – LELKÜNK TITKAI

Az ember, mint társas lény 2. rész

A párválasztási érettség kibontakozása többtényezős folyamat, illetve folyamatok interakciója. Mielőtt azonban rátérnénk az érettség kibontakozásának mikéntjére, első lépésként azt érdemes tisztázni, az egyénnek hová is „kell” eljutnia, tehát mit értünk párválasztási érettségen

Erre a kérdésre különböző szerzők különböző meghatározásokat adtak. Ezek közül én most hármát emelnék ki.

Erikson a pszichoszexuális fejlettséghez köti, amely egyúttal magában foglalja az együttes orgazmus képességét egy másnemű partnerrel, akiben megbízunk, és akivel meg tudjuk szervezni az egyéb tevékenységeinket az utódok fejlődése érdekében.

Erikson meghatározása nyilvánvalóan nem felel meg a mai nézeteinknek az együttes orgazmust, illetve az egyneműséget illetően. Azonban jól látható, hogy Erikson még ha nem is nevezi meg, az evolúciós modellben gondolkodik, amely szerint a párkapcsolat lényege az utódok fejlődésének biztosítása.

A meghatározásban szerepel a bizalom is, így Erikson szerint nem nevezhetjük párkapcsolatra érettnak azt a személyt, aki nem képes a bizalomra. Úgy gondolom nem a vak naivságra célzott a szerző, inkább a felnőtt bizalomra, amelyet el is lehet játszani.

A második megközelítés Schnabltól származik. Eszerint, a párkapcsolati érettség lényege, hogy képesek legyünk a szexuális viszonyt társas kapcsolattá bővíteni.

Eszerint a párkapcsolat szexuális viszonyként indul, és csak azután fejlődik társas kapcsolattá. Bizonyára Schnabl meghatározása nem volt különösebben népszerű a házasságig tartó szüzesség elvét valló közösségekben. A józanész azonban úgy gondolom mégis csak Schnabl mellett szól, mert ha a szex nem működik (jól vagy egyáltalán), az előbb-utóbb olyan terhet ró a párkapcsolatra, amelyet legtöbbször az el sem bír. Ilyenkor ez eredmény gyakran az elhidegülés, a megcsalás, illetve a válás.

Magam is azt támogatom, hogy a pár próbálja ki a házasság előtt a szexet és az együttélést. Hiszen a házasság egy (elvileg) életre szóló döntés.

Végül Szilágyi szerint a párválasztási érettség két fő jellemzővel rendelkezik: a párkereső törekvés, illetve a képesség, hogy megfelelő partnert találjon.

Érdekes, hogy Szilágyi egyáltalán nem említi a szexualitást ebben a kontextusban. Ugyanakkor szerepel benne a partner megtalálására vonatkozó képesség.

Személy szerint ezzel a meghatározással nem értek egyet, mert számtalan szélsőségesen introvertált személy talál magának párt annak ellenére, hogy jó szerivel semmit nem tesz a kapcsolat létrejöttének érdekében. Vagy annyira ügyetlenül teszi azt, hogy az nem nevezhető képességnek.

Egységes meghatározás nincs a szakirodalomban, azonban mindegyikben közös, hogy egyfajta biológiai és érzelmi érettséget feltételez a pár mindkét tagjától, hogy a kapcsolat hosszabb távon is fennmaradjon, biztosítva ezzel az utódok egészségesebb fejlődését.

Bár ilyen nagy nevek mellett szerénytelennek tűnhet, hogy saját meghatározással álljak elő, de a tapasztalatom szerint a párkapcsolati érettség a következőkből áll össze:

- vágy és képesség egy másik személlyel való szexuális kapcsolatra,
- képesség az érzelmi kötődésre,
- képesség a másik kötődésének elfogadására,
- képesség a bizalomra és a megbocsátásra.

Nem gondolom, hogy a párkapcsolati érettségnek része lenne az utódnemzés, ugyanakkor a párkapcsolatban, ahogy az fejlődik (akár a benne élő egyes személyek), felmerül a gyermekvállalás kérdése. Ezt, ha sikerül a pár tagjainak úgy tisztáznia, hogy egy álláspontot képviselnek, akkor azért, mert esetleg nincs gyermekük (nem akarnak, vagy nem tudnak vállalni), még lehetnek személyükben érettek, és a kapcsolatuk minden értelemben lehet érett párkapcsolat.

A folytatásban az egyes életkorokra jellemző folyamatokat igyekszem – bár némileg elnagyoltan – bemutatni.

Csukás Csaba pszichológus

MOSZAT – ÉRDEKESSÉGEK

2020-ra készül el a világ legmagasabb felhőkarcolója

A világ legmagasabb felhőkarcolóját tervezik felépíteni a 2020-as dubai világkiállításra a szintén dubai Burdzs Kalifa építői. Mohammed Alabbar, az Egyesült Arab Emírségek vezető ingatlanfejlesztő cégének, az Emaar Properties-nek az elnöke bejelentette, hogy összefognak Santiago Calatrava Valls svájci-spanyol építésszel egy új felhőkarcoló megépítésére. A Tower (Torony) nevű épület magasabb lesz a 828 méteres Burdzs Kalifánál, amely jelenleg a világ legmagasabb épülete.

Építési költsége egymilliárd amerikai dollárra rúg majd.



A világ legmagasabb felhőkarcolójának látványterve

A felhőkarcoló “egy fokkal lesz magasabb a Burdzs Kalifánál, és a 2020-as világkiállításra készül el” – közölte Alabbar, nem fedve fel, mit ért egy fok alatt. Azt azonban hozzátette, hogy a pontos magasságát majd csak az épület befejezésekor fogják nyilvánosságra hozni. A Burdzs Kalifával ellentétben a Torony nem hagyományos felhőkarcoló lesz, hanem egy kábelekkel kitámasztott torony 20-80 használható szinttel, kilátó teraszokkal, kertekkel és más turistalétesítményekkel. Santiago Calatrava elmondta, hogy páratlan kihívás az építészet történetében egy ilyen felhőkarcolót tervezni és büszke arra, hogy a Torony az arab világ és Dubai történelmét fogja tükrözni.

Forrás: www.erdekesvilag.hu

Rovatot összeállította: Szerkesztő

MESEVILÁG

A hópehely

Hol volt, hol nem, volt egyszer egy nagy hófelhő. Sokáig bolyongott az égen és sokfelé járt. A hópehelyek nézelődtek és töprengtek, vajon hol érnek majd földet.

- De jó lenne egy szép havas háztetőn ülni!
- De jó lenne a mezőn a vetést betakarni!
- De jó lenne egy vidám kisfiú orrára pottyanni! Mekkora kacagna!
- De jó lenne egy jókedvű kislány kabátujjára esni, hogy gyönyörködhessen a szép kristályszerkezetemben!

Így álmodoztak a hópehelycskék. Ám azt is tudták, hogy hová nem akarnak hullani.

- Milyen rossz volna egy sáros tócsába esni!
- Milyen rossz volna egy füstökádó kéménybe esni!

Egy napon aztán kirepedt a hófelhő dunnája és szépen hullott belőle a hó. Egyik hópihe a havas háztetőre esett, másik a vetést takarta be. Óvodás és iskolás gyerekek közé is hullott belőle. Ki a vidám kisfiúk orrára ült, ki a kislányok kabátjára, nagy öröme és csodálatára a gyerekeknek. Sajnos volt olyan hópihe, ami az állatok ólja melletti sárba hullott vagy egy kéményben semmisült meg. Hirtelen feltámadt a jókedvű téli szél. A szállingózó havat felkapta és göndör lányhalként sodorta maga előtt, majd kedvét másban keresve hagyta lehullani őket. Ezek a hópihék egy meredek hegyoldalon értek földet. Illatos fenyőerdő vette körül őket. Hamarosan vidám kisgyermekek vették birtokukba a hegyet. Szánkóval, sílécekkel érkeztek.

- Jaj, de jó a hó! – kiáltották és lecsúsztak a meredeken. Újra és újra kacagva, kimelegedve szánkóztak, síeltek estig. Az ide hullott hópihék este összesúgtak a Hold fényében szikrázó éjszakában:

- Mi hullottunk a legjobb helyre! Milyen jó, hogy a gyerekeket boldoggá tehetjük!

Rovatot összeállította: Szerkesztő

MAZSOLA – RECEPTEK

Banán krémleves 1 személyre (annyival szorozd meg a hozzávalókat, ahány személyre csinálod a levest)

Hozzávalók személyenként:

fél banán
1 dl tejszín
2 dl tej
ízlés szerint őrölt fahéj
1-2 evőkanál méz
1/2 citrom leve
tejszínhab a díszítéshez

Elkészítés

A banánt meghámozzuk, karikákra vágjuk, s turmixgépbe tesszük. Hozzáadjuk a tejszínt, a tejet, ízlés szerint őrölt fahéjat, ízlés szerint 1-2 evőkanál mézet, s a fél citrom levét. Össze turmixoljuk, majd tányérba öntjük. A tetejét tejszínhabbal díszítjük, s végül mézet csurgatunk rá.

Avokádós spagetti

Hozzávalók (4 főre):

300 g spagetti tészta
2 db közepes avokádó
6 db fűtős koktél paradicsom
1,5 ek pirított fenyőmag
1,5 ek reszelt parmezán
1/2 gerezd fokhagyma
1/2 chili paprika
1/2 csokor friss petrezselyem
2 ek olívaolaj
1 csipet só
frissen őrölt bors

Elkészítés

Egy késes aprítóba kanalazzuk az avokádót, hozzáadjuk a pirított fenyőmagot, a fokhagymát, a reszelt parmezánt, 1 evőkanál olívaolajat, a sót, borsot és az egészet összezzuk. Egy serpenyőt felhevítünk 1,5 evőkanál olívaolajjal és megfuttatjuk rajta a félbe vágott koktélpáradicsomokat, a szárával együtt, és a karikákra vágott chilit, majd sózzuk, borsozzuk. Egy lábasban kifőzzük a spagetti tésztát. A paradicsomokat megszórjuk aprított petrezselyemmel, a paradicsomok szárát kivesszük és ráöntjük az avokádós krémet, majd 1-2 merőkanálnyi hozzáadunk a tészta főzővizéből. Összeforgatjuk a tésztával és egy kis reszelt parmezánnal és aprított petrezselyemmel tálaljuk.

Sárgarépás muffin

Hozzávalók:

150 g sárgarépa
225 g liszt
2 teáskanál sütőpor
1 tk szódabikarbóna
1 nagy tojás
2 evőkanál olajbogyókrém (zöld tapenade)
250 ml Alpro szója Főzőkrém
30 g fenyőmag
4 szál rozmaring
frissen őrölt bors
muffin sütőforma

Elkészítés

A sütőt melegítsd elő 200°C-ra. Hámozd meg, reszeld le a sárgarépát, és aprítsd finomra a rozmaringot (a negyedét tedd félre a díszítéshez!). Szitáld egy nagy keverőtálba a lisztet, a sütőport és a szódabikarbónát. Add hozzá, és keverd el jól a lisztes tál tartalmával a reszelt sárgarépát, az apróra vágott rozmaringot és fűszerezd a frissen őrölt borssal és sóval. Keverd el alaposan az olajbogyókrémet a tojással, majd add hozzá az Alpro szója Főzőkrémet.

Alakíts ki kézzel egy lyukat a lisztes tál közepén, és öntsd bele a tojásos-olajbogyókrémes keveréket. Óvatosan keverd a sima tésztává a liszttel, majd fűszerezd frissen őrölt borssal. Oszd el a tésztát a kivajazott muffin sütőformákba, vagy papír muffin formákba. Szórd a fenyőmagot és a maradék apróra vágott rozmaringot a tetejére.

Helyezd a muffin sütőformákat a sütő közepére, és süsd őket körülbelül 20-25 perc alatt aranybarnára. Tedd a sütőből kivett muffinokat egy sütőrácsra hűlni, majd kínáld őket szeretettel. Jó étvágyat!

Lilahagymás almasaláta

Hozzávalók:

80 dkg
alma
20 dkg lilahagyma
5 cl citromlé
5 cl olívaolaj
0,5 dkg só
0,5 dkg porcukor
késhegynyi fehérbors

Elkészítés

Az almát és a lilahagymát szeletekre vágjuk. Az olajat, citromlevet, sót, cukrot és borsot összekeverjük, majd az almára és a lilahagymára öntjük, összeforgatjuk.

Megjegyzés:

Az almát tegyük citromos vízbe tisztításakor, hogy ne legyen barna.

Mandulás-tejszínes süti

Hozzávalók:

tésztához:
30 dkg liszt
1 sütőpor
25 dkg cukor
3 tojás
2,5 dl tejszín
töltelékhez:
12,5 dkg vaj
25 dkg cukor
3 evőkanál tej
10 dkg szeletelt mandula

Elkészítés

A tésztához szitáljuk össze a lisztet és a sütőport, keverjük össze a tojásokkal és a cukorral majd a tejszínnel (ne verjük fel) Simítsuk a tésztát a sütőpapírral bélelt tepsire, tegyük a sütőbe . Elektromos sütő 200 fok, légkeveréses:

180 fok,. Sütési idő kb. 20 perc

Közben melegítsük meg a vaját, hogy folyékony legyen (de ne barna) adjuk hozzá a cukrot és a tejet. Simítsuk a masszát az elősütött tésztára majd szórjuk meg mandulával és tegyük Vissza a sütőbe még kb. 10-15 percre

Rovatot összeállította: Szerkesztő

PENGŐ – PÉNZÜGYI ROVAT

Miért nem tesznek boldoggá a megvett termékek?

Az emberek egész életükben a boldogságot és megelégedést keresik. Ezért tesznek, vagy nem tesznek bizonyos dolgokat, követnek eszméket és ideológiákat, használnak ajzószerket és így tovább.

A legtöbb tettünk mögött kimondatlanul is ez a cél van.

Így van ez a vásárlással is. Sokan a boldogságot és a megelégedést, az elfogadást és a sikerérzést keresik a vásárlásban. Ezt erősítik szándékosan a reklámok is. A mai reklámok már régen nem terméket akarnak eladni nekünk, hanem életérzést, ami a miénk lehet, ha birtokoljuk a reklámozott terméket.

Pénzügyi tanácsadás, üzleti terv, pénzügyi tanácsadó, vagyontervezés

Felnéznek ránk az emberek, sikeresnek gondolnak (sőt magunk is annak fogjuk gondolni magunkat), elfogadnak, ha drága és márkás termékeket veszünk, kabrióval járunk, vagy jakuzzi-t rakatunk a kertbe. A termék használata elégedettséggel és megelégedéssel fog eltölteni, boldogok leszünk pusztán a tárgy birtoklása által is.

Legalábbis ezt sugallják a reklámok és sokan ezért is vásárolnak.

Ezzel szemben a szomorú valóság, amire talán mindenki rájön, ha már elmúlt 30-40 éves, hogy semmivel nem leszel boldogabb a 300 ezres mobiltelefonnal, vagy a 15 milliós autóddal, mint voltál előtte. Sőt, az emberek is pont tesznek rá, hogy neked mid van, őket csak az érdekli, hogy ők mit birtokolnak.

Az egyetlen érzés, amit ki tudsz váltani az emberekből az általad vett tárgyakkal, az maximum a rosszindulatú irigység.

Amíg fiatalabb vagy, megpróbálsz bemagyarázni magadnak az ellenkezőjét, de aztán rájössz, hogy nem igaz.

Olvastam egy érdekes tanulmányt. Eszerint a legnagyobb boldogságot minden termék akkor okoz, amikor úton vagy vele a pénztárhoz.

Sokkal nagyobb az izgalom és élményfaktora minden terméknek, amíg keresed, olvasol róla, álmodozol róla, megnézed a neten a fotóit, lapozgatod a katalógust és tervezgeted, milyen kárpittal kérd az új autót. Már csak pár nap vagy hét és megveszed a Terméket.

Ez csúcsosodik ki a pénztárhoz vezető úton, hogy utána meredeken zuhanni kezdjen az élmény és élvezeti faktor. A drága telefon két hét múlva csak egy jó telefon, már semmi élményt nem ad. A drága autó is egyszerű közlekedési eszközzé válik hamarosan.

Vagyis valójában nem a termék, hanem annak megszerzése az, ami a legtöbb embernek izgalmat és élményt ad.

S mivel oda az izgalom, keresheted az új terméket, ami újra élményt tud kínálni. Nagyon sok ember ezért cserélgeti a telefonját, autóját vagy bármi egyébét, nem azért, mert egy két éve vett autó vagy telefon nem lenne elég jó bármire.

Pénzügyi oktatás, pénzügyi ismeretek,

Sokan úgy gondolják, ha nem tett boldoggá az autó, akkor tévét veszek, vagy bármi mást. Ha az sem, akkor kerti grillt. Ennek eredménye, hogy annyi kacat van a házban, hogy már a garázsba sem lehet beállni az autóval. Érdeemes végiggondolnod, hogy a legutóbbi termék, aminek megszerzésére annyira vágytál, meddig okozott élményt vagy izgalmat? Hány hét vagy hónap után jutott először eszedbe, hogy kellene egy másik telefon/autó/ruha/fényképezőgép, vagy bármi egyéb, mert a mostani mégsem a tökéletes választás?

Azt a szolgáltatását a terméknek, ami miatt muszáj volt megvenned a jobbat, újabbat, modernebbet, mennyire használtad ki?

Ha élményre vágysz (és anyagilag is megengedheted magadnak), legközelebb ne egy 300 ezer forintos telefont vagy fényképezőgépet vegyél, hanem egy 300 ezer forintos nyaralást. Az jó esetben legalább egy hétig tart és utána sokkal többet eszedbe jut évek múlva is, nem úgy, mint a legutóbbi ruhád vagy kütyüd, amit csak a vásárlás örömeért vettél meg.

Minél kevesebb pénzt költesz termékekre, annál kiegyensúlyozottabb lesz az anyagi életed és annál inkább kiegyensúlyozott leszel te is. Ha nem a megélhetésért és az életszínvonalad fenntartásáért kell kaparnod egész nap, hanem anyagi biztonságban tudod magad és megengedheted magadnak azt a luxust, hogy pénzkeresés helyett inkább az igazán fontos dolgokkal törődj, mint foci a fiaddal, vagy, hogy elmenj a lányod versenyére, sokkal boldogabb ember leszel. Ne feledd, minden vásárlásért nem pénzzel fizetsz, hanem az életeddel: azzal az időddel, amit azzal töltöttél, hogy

dolgozz azért a termékért, amit megvettél. Ahelyett, hogy ennél fontosabb dolgokra fordítottad volna azokat a napokat vagy hónapokat.

Ehhez csak az kell, hogy rájössz, a te boldogságod forrása nem tárgyak és márkák megszerzésében és birtoklásában van.

Update: a további esetleges félreértések elkerülése érdekében: a cikk NEM arról szól, hogy ne vegyél semmit, arról sem szól, hogy nem tudsz olyat venni, amiben évekig örömeid leled, arról sem, hogy nem örülhetsz egy autónak és arról sem, hogy mindig nyaralnod kellene menned, ahelyett hogy veszel valamit.

Forrás: www.kiszamolo.hu

BARANGOLÓ – HAZÁNK LÁTVÁNYOS HELYEI

Hazánk legrégebbi vidéki templomai, amiktől eláll a lélegzet

Felemelő érzés végiglátogatni hazánk Árpád-kori templomait. Most bemutatunk néhányat.

Keresztény templomaink között nem egyet találunk, amely közel ezer éves, alapítása Szent Istvánhoz vagy az Árpádházi királyok egyikéhez kötődik. I. István a római központú kereszténység felvételekor rendeletet hozott a vallás tiszteletéről és a templomépítésről. Meghagyta, hogy minden tíz falu építsen egy templomot, és rendeletében azt is előírta, mivel lássák el a települések a templomokat.

"István két érsekséget alapított, az esztergomit és a kalocsait, továbbá nyolc püspöki egyházmegyét szervezett, központjaik Veszprémben, Pécsen, Győrött, Egerben, Vácott, Csanádon, Biharban és Gyulafehérváron voltak. A magyar egyház feje az esztergomi prímás-érsek lett. Az egyház jövedelme kettős eredetű volt: egyrészt a püspökségek hatalmas földadományokat kaptak a királytól, másrészt a tized (latin decima - dézsma) is az egyházat gyarapította, amelynek szedését István törvényben rendelte el."

A legrégebbi alapítású kolostoraink és templomaink között a pannonhalmi a leghíresebb. Ám mi most nem ezzel foglalkozunk, hanem bemutatunk nektek 8 másik Árpád-kori templomot. Mindegyikük megér egy kirándulást.

1. Árpás

A Rábaközben bújjik meg ez az izgalmas kis falu. Tudtátok, hogy már a római birodalom idején fontos szerepet játszott a kereskedelemben? Erre húzódtott ugyanis a Borostyánút. A település templomát Szent Jakab tiszteletére emelték a premontrei

rend tagjai az 1200-as évek közepén. A hozzá tartozó épületekben egykor apácák laktak, a törökök kivonulását követően klarissza nővérek vették birtokba a monostort. 1751-ben ők építették újjá a templomot. Az akkori építésszek természetesen a kor divatjának megfelelően itt-ott barokk stílusúvá alakítottak. Az épült egésze megőrizte eredeti formáját, masszív, karakteres kialakítását.

2. BÉlapátfalva

Gyönyörű helyen, a Bükkben, a Bél-kő alatt elterülő községben találjátok az 1232-ben alapított apátsági templomot és a hozzá tartozó egykori monostor romjait.

A torony nélküli, román stílusú épületet a 14-15. században gótikus stíluselemekkel építették át. (Külseje a kor itáliai templomait idézi; emlékeztet például az assisi Santa Maria Maggiore templomra és a Santa Chiara bazilikára.) Az épület díszes vitathatatlanul a rózsablak a főhomlokzaton, illetve a bejárat a vízszintesen váltakozva rakott szürke és vörös téglasorokkal, valamint a bélétes kapu.

3. Bodrogolaszi

Még a 12. században emelték egy magaslatra a félköríves szentéllyel záruló templomot. Résablakai arra utalnak, hogy a vallási funkció mellett egykor védelmi feladatokat is ellátott - erre utal a templom körül húzódó falmaradvány is. A templom eredetileg a Tokaj-Hegyalján és környékén megtelepedett, szőlészettel-borászattal foglalkozó bevándorlók, a vallonok számára készült. (A vallonok a mai Belgium déli részéről származó népcsoport, francia vagy flamand anyanyelvűek is lehetnek.)

A templomot többször is átépítették: a 18. század végén, a 19. század második felében és az 1970-es évek végén. Utóbbi volt a legnagyobb átalakítás, végső formáját így nyerte el az épület.

4. Csaroda

Végtelenül izgalmas, karcsú épület áll a Tiszahát egyik településén. A Káta nemzetség tagjai emeltették a 13. században. A többi Árpád-kori templomhoz képest kifejezetten kecses, magasra törő. Belsejét már építésekor falfestményekkel díszítették, szentek láthatók a freskókon: a bizánci Kozma és Damján, majd Péter, Pál és János apostol alakja került a falra, végül Szent Anna, és Mária - a gyermek Jézussal. A festmények a 20. századi feltárásoknak köszönhetően bukkantak elő, mivel a reformáció idején a kálvinista hívek (akiknél a katolikusokkal ellentétben a szentek kultusza nem része a vallásnak) bevakolták, lefestették.

5. Csengersima

Lélegzetelállító helyen áll a templom: a Szamos egyik holtágának partján. Azt pontosan nem tudjuk, mikor épülhetett, valószínűleg az 1200-as évek első évtizedeiben. Egyhajós, kicsiny épület, homlokzatát torony díszíti. Először a 15. században építették át. Egy ízben majdnem teljesen elpusztult. A tatárok az 1700-as években betörték a Rákóczi-szabadságharc, valamint a pestisjárvány miatt elnéptelenedett faluba, és felgyújtották a templomot. 1729 és 1734 között építették újjá. Az 1890-es évek végére az épület állapota leromlott, ám csupán évtizedekkel később újjáépítették fel. Egyik éke az 1760-as években, népi barokk stílusban készült gyönyörű, kazettás famennyezet.

6. Ják

Szombathelytől nem messze találjátok az egyik leghíresebb, és talán az egyik legépebben maradt középkori templomunkat. Még 1214-ben kezdték építeni, Szent György tiszteletére, ám csak négy évtizeddel később fejezték be - ebben nyilvánvaló szerepet játszott a tatárjárás, illetve az azt követő sokk is. A templomot a 17. század közepén átépítették, az 19-20. század fordulóján restaurálták.

Gyönyörű épület - a művészettörténettel foglalkozó könyvekben a béli kapujáról készített fotó egészen biztosan szerepel. Miről híres még? Gazdagon díszített külső kialakítása és belső tere évtizedek óta vonzza a látogatókat. Az állatokat és embereket ábrázoló díszítések azért számítanak ritkaságnak, mert a török időkben a hódoltság területén a muszlim vallású hódítók vallási okokból a legtöbb ilyen motívumot levették a magyarországi épületekről. A jáki templom közelében kicsiny kápolna is áll, amely a hátborzongató Csontház nevet viseli.

7. Öskü

Kis sziklás dombra épült ez az erdei gombára emlékeztető, úgynevezett "nagysapkás", kupolában végződő épület. A 11. században római óratoronyra építették, azért ovális alakú az alaprajza. A régi, hazai körtemplomok egyike. A sekrestyét csupán a 15. században csapták hozzá. A teteje eredetileg nem ilyen lehetett, hanem valószínűleg kúp formájú. A kupolát a barokk korban, az 1700-as évek elején alakíthatták ki. Műemléki helyreállítása az 1970-es években történt.

8. Sóly

Úgy tartják, a sólyi református templom épülete lehet hazánk egyik legrégebbi olyan falusi temploma, amely még ma is áll. 1009-ben Sólyon írta I. (Szent) István királyunk a veszprémi püspökséget alapító okiratot (a püspökséget Veszprém, Kolon, Alba és Visegrád királyi várispánságok fölé helyezve). Sóly fogadalmi kápolnája e dokumentum alapján az egyetlen olyan templomunk, amely bizonyíthatóan Szent Istvánhoz fűződik.

2008-ban arról számolt be a sajtó, hogy a templomot a Kulturális Örökségvédelmi Szakszolgálat munkatársai feltárják; 2009-ben az ásatás során a padozat alatt középkori csontvázakat találtak. Az épületet kívülről szemlélve is nyilvánvaló, hogy úgynevezett erődtemplomnak emelték.

Forrás: www.szeretlekmagyarorszag.hu

Rovatot összeállította: Szerkesztő

NEVETNI MINDIG JÓ – HUMOR

HIDEG TÉLI ESTE

Egy téli estén, mínusz 20 fokban és szélviharban betántorog egy öregember a pékségbe zárás előtt öt perccel. Vékony kabátjában átfagyott, fogvacogva mondja:

- Kérek két szezámmagos zsömlét.
- Kettőt? - kérdez vissza az eladó.
- Igen, egyet nekem, egyet a Marikának.
- Rendben. Marika a felesége?
- Mit gondol, ki más lehet? Talán anyám küldött ki ilyen időben?

TÉLI ÁLOM

– Télen az élőlények közül sokan eltűnnek a világ szeme elől, úgynevezett téli álmot alszanak – magyarázza a tanító néni. – Ki tudna olyan élőlényt mondani, amelyet csak tavasszal látunk újra?

Annuska nagyon jelentkezik:

– A fagylaltos!

TÉLI ZÖLDSÉG

- Apu, ismerek egy téli zöldséget!
- Na ne mondd! És melyik az?
- A síparadicsom!

Ki az, aki nem élhet nő nélkül?
A nőgyógyász.

Hány biztos bolt van manapság?
Kettő. Az égbolt és a sírbolt.

Mi a dekoltázs?

Mély ruhakivágás, amellyel egy fiatal nő férjet, egy idős nő pedig náthát szerezhet magának.

Miért van az, hogy előbb látjuk a villámot és aztán halljuk a dörgést?
Mert a szemünk előrébb van, mint a fülünk .

Mi a víz?

A víz olyan színtelen folyadék, amely kézmosás hatására megfeketedik.

Miért süt a Nap?

Mert nem tud főzni!

Rovatot összeállította: Szerkesztő

VIRÁGSZIROM – IDÉZETEK, VERSEK

Wass Albert: Tél

Templomi csöndben,
Éjjeli ködben
Aszkéta-ágot zörrent a szél,
Valahol messze,
Csillag szemekre
Szürke ködfátylat borít a Tél.

Túl a tetőkön,
Dárdás fenyőkön:
Zöld diadémon, pára lebeg,
Sűrű vadonban
Halkan, titokban,
Fenyő-óriások könnye pereg...

Néma a szikla,
Kristály patakja,
Jeges páncélban tompán zubog,
Mogorva ormon
Nincs rhododendron,
Csak sötét árnyak: Tantalusok.

Mélyen a völgyben,
Fűzfa berekben,
Néha, titokban zörren a szél,
S fent a magasban
Pára alakban
Halkan suhanó szellem: a Tél.

Márai Sándor: Az ünnepekről

Ha az ünnep elérkezik életedben, akkor ünnepelj egészen. Ölts fekete ruhát. Keféld meg hajad vizes kefével. Tisztálkodjál belülről és kívülről. Felejts el mindent, ami a köznapok szertartása és feladata. Az ünnepet nemcsak a naptárban írják piros betűkkel. Nézd a régieket, milyen áhítatosan, milyen feltétlenül, milyen körülményesen, mennyi vad örömmel ünnepeltek! Az ünnep a különbözőség. Az ünnep a mély és varázsos rendhagyás. Az ünnep legyen ünnepies. Legyen benne tánc, virág, fiatal nők, válogatott étek, vérpezsdítő és feledkezést nyújtó italok. S mindenképp legyen benne valami a régi rendtartásból, a hetedik naptárból, a megszakításból, a teljes kikapcsolásból, legyen benne áhítat és föltétlenség. Az ünnep az élet rangja, felsőbb értelme. Készülj föl reá, testben és lélekben.

S nemcsak a naptárnak van piros betűs napja. Az élet elhoz másféle, láthatatlan ünnepeket is. Ilyenkor felejts el mindent, figyelj az ünnepre.

Impresszum

SzemFüles

Kiadja: Siketvakok Országos Egyesülete
Hungarian Deafblind Association

Székhely: 1146 Budapest, Ajtósi Dürer sor 39.
Levelezési cím: 1053 Budapest, Múzeum körút 3. II. em.1.
Telefon: 06-1/361-2007
Fax: 06-1/209-5829
E-mail: siketvakok@gmail.com

Számlaszám: 10409015-90117325-00000000
Adószám: 18061031-1-42

Felelős kiadó: Gangl Tamás, elnök
Felelős szerkesztő: Földesiné Juhász Viktória

