

KÉPMÁS

2017
06

stílusos, bátor, elkötelezett

”

**SOK MESEI ELEM
VAN AZ ÉLETEMBEN**

BOGGIE



15 éves a
Képmás

550 FT ÉVES ELŐFIZETŐKNEK: 425 FT



9 771586 423002

17006





BUDAPEST
2017



Fina
WORLD
CHAMPIONSHIPS



WATER.WONDER.
WELCOME.

17. FINA VILÁGBAJNOKSÁG
2017. JÚLIUS 14-30.
BUDAPEST - BALATONFÜRED

WWW.FINA-BUDAPEST2017.COM

HIVATALOS FINA PARTNER



HIVATALOS FINA BESZÁLLÍTÓ



HIVATALOS NEMZETI TÁMOGATÓ



NEMZETI MÉDIA PARTNER





SZÁM KATI • BEKÖSZÖNTŐ

**MIT TANULHATUNK A FIATALOKTÓL?
EZ A LÉTKÉRDÉS-SOROZAT E HAVI TÉMÁJA,
A KÉRDÉSRE SZOKÁS SZERINT HÁROM SZERZŐNK
VÁLASZOL, DE MINDANNYIAN ELJÁTSZHATUNK
A GONDOLATTAL...**

Engem például gyerekeim döbrentettek rá, hogy semmi sincs a világon jelentés és humor nélkül – amikor pár hónaposan a babakocsiból tanulmányozták a lombok fénnyel játszó alakzatait, hol kacagtak, hol szemöldöküket ráncolva elgondolkodtak. Unszolásukra nemcsak megkóstoltam a gumicukrot, hanem azt is megtudtam, hogy mindig a zöld a legfinomabb. Amikor a csigaversenyen szurkoltak vagy a tojásaikat cipelő hangyákat biztatták, megtanították tisztelni mások – számomra érdektelen, hiábavalónak látszó – erőfeszítéseit. Időben figyelmeztettek, amikor fiatal anyukaként elkezdtem „nagyamamaszandált” hordani, és amikor később az asztalnál nagyokat beszélgettünk, rájöttem, hogy bármennyire is küzdök ellene, sokszor sérelem, indulatok és előfeltevések mentén alkotok véleményt. Mostanában nemcsak arra tanítanak, hogy nem én vagyok az egyetlen, aki meg tud oldani egy-egy problémát, és néha a nem cselekvés a cselekvés, hanem arra is, hogy megengedhetjük magunknak azt a luxust, hogy bizonyos dolgokról nem alkotunk véleményt. Csak érdeklődünk, kérdezzük, értékelünk – és kívárruk, amíg valóban alkalmasak leszünk rá.

CSEMER BOGLÁRKA A CÍMLAPFOTÓZÁSON



További képek a honlapon: kepmas.hu

Képek: Páczai Tamás





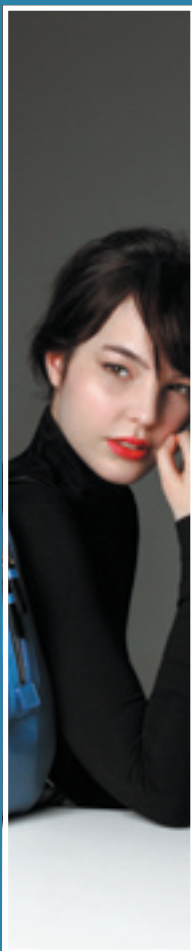
JELENLÉT
20



TANDEM
26



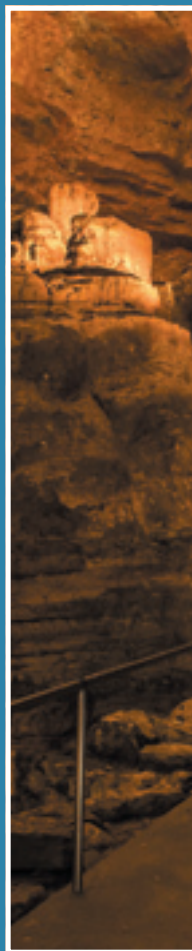
TÜKÖR
54



HÁZITREND
64



KIMENŐ
84



IMPRESSZUM

Képmás családmagazin • Kiadja a Képmás 2002 Kft.
A szerkesztőség címe: 1012 Budapest, Logodi u. 44./d alagsor 1. (Bugát lépcső felől)
Tel./fax: 06/1/365-1414, 06/1/365-1415 • E-mail: szerkesztoseg@kepmas.hu • www.kepmas.hu
• Bankszámlaszám: 10700347-26317904-51100005
Főszerkesztő: Szám Kati, szam.katalin@kepmas.hu • Képszerkesztő: Páczai Tamás paczai.tamas@kepmas.hu • Külső munkatársak: Aczél Petra, Bognár Mária, Bogos Zsuzsanna, Dér Katalin, Fábián Tibor, Fodor Zsófia, Gábos Katalin, Gyombolai-Kocsis Fruzsina, Gyombolai Zsolt, Horváth Pál, Keszler Patrícia, Lackfi János, Mártonffy András, Mirtse Áron, Németh Zsófia, Póta Réka, Szabó Emese, Szabó T. Anna, Széles-Horváth Anna, Szőnyi Lídia, Tolnai Nóra, Ungváry Zsolt, Vanyovszki Mária • Olvasószerkesztő: Kölnei Livia • Korrektúra: Trans-Ken Bt. • Címlapfotó: Emmer László • Hátsó borítókép: Páczai Tamás • Szerkesztő: Baka Ildikó, baka.ildiko@kepmas.hu • Értékesítés: Tóth-Fazekas Andrea, tothfazekas.andi@kepmas.hu • Rendezvények, sajtókapcsolat: Fodor Krisztina, fodor.krisztina@kepmas.hu • Ügyvezető: Molnár-Bánffy Kata, mbk@kepmas.hu, Urbán András, urban.andras@kepmas.hu • Szerkesztőségi titkár: Demecs Tímea, demecs.timea@kepmas.hu

• Nyomdai előkészítés: Grafcom Media Kft., Magdó Emil, Csonka Judit
Arculat, márkasztratégia, layout: Salt Communications / Molnár-Bánffy Kata, Nagy István, Balassa Nikoletta. Tördelőszerkesztő: Légár Béla

Előfizethető a Képmás szerkesztőségében, a 365-1414-es telefonon, az előfizetes@kepmas.hu e-mail címen, a Magyar Posta hálózatában, digitális formában pedig a www.digitalstand.hu oldalon.
• Terjesztő: a Lapker Zrt., a Magyar Posta Zrt. és alternatív terjesztők

Nyomda: Ipress Center Central Europe Zrt. 2600 Vác, Nadas utca 8. – Felelős vezető: Borbás Gábor • ISSN 1586-4235
Lapunkat rendszeresen szemlézi Magyarország legnagyobb médiafigyelője, az OBSERVER MÉDIAFIGYELŐ Kft.

Következő számunk 2017. június 30-án jelenik meg. A Képmás magazin kiadását támogatja: Emberi Erőforrások Minisztériuma

A hirdetések tartalmáért nem vállalunk felelősséget.
A szerkesztőségi anyagok vírusellenőrzését az **eset** biztonsági programokkal végezzük, amelyet a szoftver magyarországi forgalmazója, a Sicontact Kft. biztosítja számunkra.



„Végre egészen Boogie lehetek!”
Csemer Boglárkával beszélgettünk
KÉPMÁS

6

Női arcok egy felvonásban
RIPORT

12

15 éves a Képmás

16

Várnak a pályán
Ajándék gyermekeinktől
A húszéves gyerek is ajándék
LÉTKÉRDÉS

18

Ne fogadjátok meg a tanácsainkat!
VILÁG-KÉP

24

Szerepeink és elvárásaink
A BOLDOG HÁZASSÁG ALAPKÖVEI 6.

26

Családi etimológia
NŐI SZAKASZ

28

Scrabble
FÉRFI SZAKASZ

29

Kapcsolatban –
A vakáció és a „kütyük”

30

A pénzkérdés és a kamaszok
HÁRMAS KÖTÉS

34

MÉDIA A CSALÁDÉRT

41

A végtelenbe és tovább
EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

42

Banán
CSALÁDI KÖRBE

46

Aczél Petra:
KÖZVILÁGÍTÁS

48

Tartalom kívánság szerint

50

A gyakori fájdalomtól
a fenntartható fittségig
BEMELEGÍTÉS

52

Vizek, hajók, kalandok
A SZALON

54

Kollekció az Égei-tenger
háborgó hullámairól
A SZALON

56

TARTALOM

JELENLÉT **HÁZITREND**
TANDEM **KIMENŐ**
TÜKÖR **MELLÉKLET**

Adalékanyagokról – nem dióhéjban
UTÁNAJÁRTUNK

58

Megrázó élmény
GYEREKRENDELŐ

60

Csárda, kávéház, bulinegyed
VÉGY EGY RÉGI RECEPTE!

62

Saláta – a végtelen történet
A SÉF AJÁNLATA

64

ZÖLD MOZAIK

66

A Pearl Harbortól a világűr
KÉRDEZŐK, KÉTKEDŐK, KERESŐK

68

Ikertükör Lackfi Jánossal
és Szabó T. Annával
ÜZENETE ÉRKEZETT!

72

Ki vagy?
BIBLIA ÉS IRODALOM

74

Küldetés a Föld-bolygón

76

JÚNIUSI KIMENŐ

78

Lackfi János:
FRISS FORGÁCSOK

82

Fishing on Orfú, chilling on Abaliget

84

Képernyőn a természet
VADÁLLATOK KÖZELRŐL

88

Nicsak, mi gurul!
TERMÉSZETKÖZELBEN

92

Mindig visszatértem
Csíksomlyói képriport

95

Látni és láttatni

98

Az összetartozás ünnepe

99

Székelyföldi útikalauz turistáknak
és zarándokoknak

100

Miért vonz Székelyföld?

102

Mindig szem előtt, mindig bátran

104

Itthoniak és otthoniak

105



Styling: Domán Melinda • Haj: Fülöp Zsófi • Smink: Somogyvári Dóra • Ruhák: Színes blúz: DAGMINELL - 1051 Budapest, Szent István tér 2., Fehér blúz és nadrág: SPRINGFIELD



SZÖVEG –
KÖLNEI LÍVIA

KÉPEK –
EMMER LÁSZLÓ

SOROZAT –
KÉPMÁS

» VÉGRE EGÉSZEN BOGGIE LEHETEK! »

Boggie, vagyis *Csemer Boglárka* sokunk kedves énekesnője. Már akkor megszerettük, amikor a „Parfüm” című dal meglepő klipjében az arcát átalakította egy képszerkesztő program. Később az Eurovíziós Dalfesztivál sokmillió közönségének énekelt a háborúk hiábavalóságáról. Karakteres egyénisége nem engedi, hogy kategóriákba erőltessük a zenéjét, elég, ha csak átadjuk magunkat a Boggie-varázsnak.

Egy kis kávézóban találkoztunk. Keze ügyébe készítette telefonját, mert a kislánya, Lenke nyugősen aludt el – hátha szükség lesz arra, hogy hazaugorjon hozzá. De teljesen megbízik a nagymamában, férje édesanyjában, aki most vigyáz rá – tette hozzá. Örömmel és elismeréssel lapozott bele a Képmás két, legutóbbi számába. Néhány perc beszélgetés után nagyon-nagyon kék szemeből már teljes figyelme sugárzott felém.

♦ – Családi indíttatást kaptál a színpadi énekléshez?

– Egyszerű, csepeli munkáscsaládból származom, és a szüleim szerencsére soha nem féltettek az énekesi pályától. Számukra ez egy ismeretlen, csillogó-villogó világ volt, büszkeséggel töltötte el őket, hogy a kislányuk ebben részt vehet, ezért mindig támogattak. Kiskorom óta szerettem énekelni, szerepelni, és az iskoláimban mindig volt egy-egy tanár, aki meg is erősítette, hogy ebbe az irányba érdemes haladnom. Kötelességtudó és céltudatos gyerek voltam, én választottam ki, hol akarok tanulni, a szüleim pedig elfogadták. Sok zenész kollégám otthonról csak ellenzést kapott, mivel az ő szüleik tudták, hogy ez egy bizonytalan megélhetést adó pálya – ezért hozzájuk képest nagy az érzelmi előnyöm. Apukám szinte minden koncertemre eljött, és kezdetben elégedetlen volt azzal, hogy csak kis bárókban, kávézóban énekelek, izgatottan várta a nagy „berobbanást”. Sajnos ő éppen az előtt halt meg, hogy az igazán nagy sikereimet megérhette volna. Ott lehetett viszont még 2011 októberében a Jazzy Dalverseny grandiózus díjátadóján, a Művészetek Palotájában, ahol „Japánkert” című dalom szakmai különdíjat kapott. Ott megnyugodott, elengedte az aggodalmait, mert látta, hogy a szakma elismer. Utána egy hónappal távozott közülünk. Sajnálom, hogy kimaradt abból a hihetetlenül sok jó dologból, ami az utóbbi öt-hat évben történt velem. ➤

– Elmeséled a Parfüm-sztorit?

– Amióta megalapítottam a zenekarom, szerettem volna egy olyan produkciót, ami megállja a helyét külföldön is. Bennem gyerekkoromtól élt a vágy, hogy sok embernek énekelhessek, nemzetközi szinten is. Ennek jegyében választottam a Boggie művésznevet, és ezért is koncertezem olyan gyakran külföldön, ezért írom a dalaimat idegen nyelven is. Az első albumom egy modernkori mecénásnak köszönhető, aki rendszeresen járt a koncertjeimre, és egyszer csak felhívott: kifizetett nekünk száz óra stúdiót, hogy fölvehessük a lemez anyagát. Elképesztő ez a sztori, de az egész életemre jellemzőek a segítő emberek. Nélküle valószínűleg ma nem tartanék itt. Ehhez az első albumhoz készült a „Parfüm” című dal, aminek én írtam a dallamát és a francia szövegét. Sok helyen házaltam az elkészült albummal, végül a Tom-Tom Recordsnál Dorozsmai Péter szavazott bizalmat. Neki annyira megtetszett a „Parfüm” demója, hogy meg is támogatta egy szimfonikus kísérettel, utána persze klipet is szeretünk volna hozzá forgatni. Nagyon sokat agyaltunk a rendezőkkel, hogy mivel rukkoljunk elő, körülbelül az ötödik ötlet volt a photoshopos, amelyik végül megvalósult. A projekt nagyságához viszonyítva jóformán fillérekért dolgozott a klip minden résztvevője. Az utómunkacapat tagjai három hónapon át egymást felváltva dolgoztak a megvalósításon, leginkább lelkesedésből. Nem voltak a barátaim, nem azért tették, hanem mert azt érezték, hogy ez egy kreatív dolog, egy igazi kihívás, amibe beleadhatják a tehetségüket. Miután elkészült a klip, sokáig nem volt nagy visszhangja. Izgatottan vártuk a visszajelzéseket, de lassan növekedett a megtekintések száma. A fordulatot az hozta, hogy a Gizmodo nevű nemzetközi sajtóóriás megosztotta a klipet a főoldalán. Ezután már gyakorlatilag a világ minden fontosabb sajtóorgánuma közzétette.

– A „Parfüm” mondanivalója is nagyon fontos: légy természetes, légy önmagad, mert a szépségipar hamis, és tönkretesz, ha hiszel neki. Mítoszromboló videó, a szó legjobb értelmében.

– Igen, pontosan erről szól ez a dal. A vizuális világa pedig olyan erős lett, hogy lerombolta a nyelvi korlátokat, és ezért tudott végigsöpörni az internetes világon. 2014 decemberében a világ egyik legnézettebb videója lett. Nem kellett érteni se magyarul, se franciául,

mégis átment az üzenete. Addig azt hittem, csak a mesében van olyan, hogy sok jó szándékú ember kreatív energiája találkozik, és meghozza a gyümölcsét. Ha jobban belegondolok, elég sok mesei elem van az életemben.

– Miért nevezted be az Euróvíziós Dalfesztivál magyar előválogatójába, a Dalba?

– A „Dal” című vetélkedő ma az egyetlen olyan műsor, amelyben egy előadó főműsoridőben saját számmal bemutatkozhat. Több dallal is jelentkeztünk az akkor készülő második nagylemezemről (All is one is all), és igazából még ma is hihetetlen számomra, hogy bekerültem a műsorba, és nyertem a „Wars for Nothing” című lassú, angol nyelvű, egy szál gitárkíséretes dallal. A közönségsvazatok több mint a felét ez a dal kapta... A szerkesztők utólag úgy magyarázták, hogy egy olyan „rejtőzködő” réteget érintett meg a dalom, akik amúgy nem szoktak ilyen műsorokban szavazni, ezért nem is lehetett őket „mérni”.

– Mi az első szó, ami eszedbe jut arról, hogy „színpad”?

– Emberek.

– „Család?”

– A kislányom és a férjem.

– „Szerelem?”

– Béke.

– Szinte gyerekek lehettetek még, amikor összejöttetek.

– A gimnázium első osztálya óta ismerem, és második óta jártunk együtt. 2014-ben házasodtunk össze. Mindkettőnknek megvan a saját világa és a szabadsága azon belül, hogy egymást támogatjuk. Egy hosszú kapcsolatban persze mindig vannak jó kihívások és nehezebb időszakok.

– Hogyan jutott eszetekbe, hogy éppen Vietnamba menjetek nászútra?

– Vietnam nagyon megfelelt nekünk: nem futottunk össze úton-útfélen turistákkal, ezért az egész ország az igazi arcát mutatta felénk; a közbiztonsága nagyon jó, és kedvesek az ott lakók: nem szállnak rád, nem belőled akarnak meggazdagodni, viszont nagyon szorgalmasak. Tisztelem a vietnamiakat. Csak az utóbbi évtizedekben élnek békében, de máris gazdasági „kis tigrisnek” számítanak az ázsiai országok között.





„JÁRATLAN ÚT AZ,
AMIN HALADOK,
ÉS MINDEN EGYES
SIKERRE
CSODAKÉNT
TEKINTEK.”

– Tartottál a gyerekvállalástól? A családot és a kollégák hogyan álltak ehhez? Sokan vélik úgy, hogy a művészi karriernek gátja a gyerek.

– Mindenki támogatott, még a zenésztársaim is, pedig tőlük tartottam a legjobban, hiszen, ha én terhes vagyok, az fél év leállást jelent a produkció számára. Úgy gondoltuk a férjemmel, hogy itt az idő családot alapítani. Én egyáltalán nem tartottam ettől, a szakmám nagyon rugalmas, megtehetem, hogy egésznap babázom, és csak este megyek el dolgozni. Logisztikai szonglörködés egy programokkal teli nap, de én ezt nagyon élvezem. Sokkal nehezebb az élete annak, aki reggel 8-ra jár, és csak estére ér haza.

– Nagyon kevesen értékelik ilyen praktikusán és pozitívan az előadóművészi pályát a család szempontjából! Nem mondták még neked, milyen idejétmúlt dolog, hogy összeházasodtál a férjeddal, és még férjednek is nevezed?

– El kellett telnie egy kis időnek, mire ráállt a szám. (Nevet.) Szerintem jelenkori társadalmi probléma, hogy sok ember fél elköteleződni, felelősséget vállalni. Sokan attól tartanak, hogy ha családjuk lesz, akkor véget ér az addigi életük. Pedig, ha tudnák, hogy milyen jó érzés családba tartozni! Én ezt az érzést mindenkinek kívánom. Lenkével kitágult a világ, és valahogy a dalszerzésre is több időt fordítok, amióta velünk van. Nagyon inspirál.

– Úgy tapasztalom, hogy a gyerek születése megerősítheti a férfi és nő kapcsolatát, de problémákat is okozhat. A gyerek sokszor akkora „szerelem” egy anya életében, hogy az apára már nem nagyon marad érzelmi energiája.

– A férjem modern apuka, részt vesz a babázásban, és nagyon kötődik Lenkéhez. A gyermekágyi időszakot hármásban töltöttük, és ő mindenben a segítségemre volt. Szerencsére sok időt tud velünk tölteni, mivel szabadúszó ő is. Teljesen megosztjuk a szülői teendőket egymás között, így kiegyensúlyozottak tudunk lenni mindketten, ezért is vagyok ennyire jól.

– A közösségi médiában ügyesen tartod a mértéket a személyes és a közérdekű megosztások között. Bepillantást engedsz az életedbe, de csak annyira, ami még nem magamutogatás, sem túlzott kitárulkozás.

– Jólesik, hogy ezt mondd. A lányunk egyszer fel fog nőni, lesz saját egyénisége és véleménye, személyiségi jogai. Csak olyan dolgokat oszthatok meg róla, amire

nem mondaná később, hogy nem kellett volna. Neked viszont megmutatom itt a telefonomon, hogy Lenke milyen aranyos baba!

Sötét hajú csöppség néz rám a telefonról. Ahogy Boggie a kezében tartja a képét, érezni, hogy ő a szeme fénye. A másik nagy vonzerő, az éneklés és a színpad viszont csak elcsitul a babázás idején, de ugyanúgy meghatározza az életét, mint az anyaság.

– Sokféle zenei képzésben vettél részt, de emellett franciatanári képesítést is szereztél. Mit jelent számodra a francia kultúra?

– Azért végeztem el az egri főiskolán a francia szakot, hogy legyen egy diplomám, egy biztos polgári foglalkozásom. Évekig franciatanítással kerestem a kenyeremet, és sokáig bébiszitterkedtem francia családoknál. Amikor egy évig Párizsban éltem, azzal szórakoztattam magamat minden este, hogy az internetről leszedtem francia dalokat. Kinyomtattam a szövegüket, és hallgattam, hogyan ejti ki a szavakat Edith Piaf, Jacques Brel... A „leszedés” azt jelenti a zenész szlengben, hogy hűen lemásolom hangról hangra az eredeti dallamot, kiejtést, vibrátót, ahogyan éppen Edith Piaf énekel. A sanzonok stílusa része lett az életemnek. Az idegen nyelvű énekléstől sokan tartanak amiatt, hogy majd kinevetik őket a rossz kiejtésük miatt. Egyáltalán nem így van. Nyilván mindenkinek van egy akcentusa, aki nem anyanyelvű, de az legtöbbször bájos az angolok és a franciák számára. Amikor franciául énekelek francia közönségnek, odavannak, hogy hol tanultam meg ilyen jól a nyelvüket. Egyébként nagyon izgalmasnak tartom a francia popzenét, kár, hogy hozzánk kevésbé jut el.

– Sok dicséretet kapsz már, de a szeretet mellett megjelenik a rosszakarat is. Hogyan birkózol meg ezzel?

– Sok negativitással találkoztam a Dal kapcsán. A „Wars for nothing” rengeteg tévénézőhöz eljutott, és nagyon megosztónak bizonyult: nem illeszkedett a trendekhez, és a tartalma megértéséhez is kellett egy bizonyos fokú lelki érzékenység. Voltak, akik nagyon szerették, mások azonban unalmasnak, kevésbé látványosnak találták, ami csak elveszi a győzelmi esélyt. Ezt akkoriban nehezen viseltem, és bántott. Be kellett látnom, hogy akármilyen jók a szándékaim, akármennyire is lelkiismeretes vagyok, nem tudok mindenkinek tetszeni, és nem is kell, mert nem mindenki rezonál ugyanarra. Ezt be kell látnom, el kell engednem.



– Interjúidban gyakran használod magadra az „outsider” fogalmat. Én inkább műfaji határokat feszegető művésznek neveznék. Úgy érzed, hogy egy kicsit kívülálló vagy?

– Persze. Járatlan út az, amin haladok, és minden egyes sikerre csodaként tekintek. Soha nem énekeltem olyan dalt, ami megfelelt volna a trendeknek, pedig ma az előadók többsége és a zenecsatornák is a tutira mennek: csináljunk olyan dalt, ami hasonlít a már beváltakhoz, ne egyénieskedjünk, ne újítsunk! Részben ez áll a retródivat mögött is. Hallgatom a rádiót, és nem ismerem föl, ki énekel, mert ömlenek a karakter nélküli zenék, és ez engem elszomorít. Nem tudom megérteni azokat, akik csak másokéhoz hasonló, „jól bevált” zenéket akarnak játszani.

– Második, 2014-es lemezed óta eltelt három év, és idén új albumon dolgozol.

– Ez lesz az első, teljesen szerzői lemezem: minden dalt és dalszöveget én írok, az angolok kivételével. Nem kapkodok, nem szorítanak a határidők,

júniusban felvesszük, augusztusban zajlanak majd a gyártási folyamatok, és 2017. szeptember 29-én lesz a lemezbemutató koncertem a MOM Kulturális Központban. Most értem el abba korba, amikor már sok mindent el tudok engedni, ami korábban fontosnak tűnt, de valójában nem vitt előre – így az „elengedés” mint számomra fontos életérzés is megjelenik a zenémben. Már nem görcsölök annyit, sokkal kevesebb bennem a megfelelés, és kevésbé tartok a megítéléstől is. Hosszú út vezetett idáig, de nagyon megérte. A tavalyi évem egyik legszebb szakmai felismerése pedig az volt, hogy mennyire jól tudunk egymásért, együtt dolgozni a zenekarommal. Ez rendkívül ritka, és én nagyon meg is becsülöm! Ez az album közös próbatermi hangszerelés eredménye, a dalok pedig a producerek keze alatt nyerik el végleges formájukat.

Az utóbbi években sokat fejlődtem a dalszerzésben, sokat képeztem magam. Határtalan öröm, hogy ezekben az új dalokban teljesen önmagam, vagyis egészen „Boggie-s” lehetek, és hogy ebben a hozzám közel álló emberek támogatnak és megerősítenek. ♦

NŐI ARCOK EGY FELVONÁSBAN

A MásSzínházzal a női identitás nyomában

Vajon mennyire fontos eleme az identitáskeresésnek a nemi identitás megfogalmazása? Előbbre való-e, ha fogyatékkal élő valaki, annál, mint hogy nő? A MásSzínház szerint nem. Hiszen valamiben mindannyian mások vagyunk, viszont képmásként legalább annyira hasonlítunk is egymásra.

- ◆ Ditti és Szabina története a Jurányi Ház büfájében kezd kibontakozni előttem. Ide ülünk le az alkotókkal a próba előtt, hogy elmeséljék, miképpen is született a MásSzínház legújabb előadása, a Képmás, amely egy testvérpár női identitáskeresését kíséri végig a gyerekkortól a középkorúságig. Közülük az egyik, Ditti fogyatékkal élő.

Az alapötlet Bakonyvári Krisztitől ered, aki tíz éve a társulat tagja, és már több darabot rendezett, mégis ez az első integrált színházi előadás, amelyet ő álmodott színpadra. A történet alakításában az egész szereplőgárda részt vett. „Furcsa módon a próbafolyamat éppen kilenc hónapot ölelt fel, akárcsak egy várandósság. Az első félévben főként beszélgettünk, játszottunk, improvizáltunk. Mindannyiunk közös élményanyagából született az előadás. A saját emlékeink, történeteink bújnak meg benne – kezdi Kriszti, aki az öt színészt is a koncepció nyomán válogatta ki a társulattól. – Mivel nem egy megírt szöveget dolgoztunk fel, fontos volt, hogy olyan társakat válasszak, akik meg tudták és meg akarták osztani magukról a gyermek- és kamaszkoruk idevonatkozó pillanatait. Már az elején kiderült: a női identitással kapcsolatban egytől egyig felmerült bennünk a másság kérdése. Mindenkinek közös élménye ugyanis, hogy valamiben különbözik.”

HÚS-VÉR MESE SZÜLETIK

Az öt lány – hárman Ditti, ketten Szabina szerepét testesítik meg felváltva – egytől egyig szívesen hallja vissza a saját mondatait. Történeteiket Jozsef Zsófi írta kerek egészszé. Orsi, Dorka és Hanna azt mondja: szeretik a lányt, aki valahol hármukból gyúródott egygé. „Ki tudom adni magam Ditti szerepében” – fogalmazza meg Orsi. Tőle ered egyébként a testvérek közötti viszony egyik legszívmenetesebb vonása: „Amikor csúfolják, a testvére megvédi” – meséli Orsi Dittiről. Közben azonban kiderül, hogy Kriszti próbák során feltett kérdésére: ki a legfontosabb férfi az életében, ő a bátyját említette. Az óvó, védelmező Áront. Hát, így írja az élet ezt a mesét.



Dorka mást hozott elő a gyerekkorából. A csontig hatoló élményt, amikor egy ünnepségen sokak előtt dalolhatta „A csudálatos Mary”-t, és hatalmas sikert aratott. Igazi ajándék, hogy újra elénekelheti a dalt. „Nagyon szeretek szöveget tanulni, és itt sokat beszélhetek” – mondja boldogan, és Kriszti megerősíti a lelkesedést. „A csapat 40 dal szöveget dolgozott fel három hónap alatt. Dorka pedig az egész darabot kívülről fújja, ha kell, ő súg a próbákon, nem pedig én.”

Hanna mosolyog. Ő egy rég szeretett mesehőst hozott a történetbe, Ditti képzeletbeli barátjának személyét: Alizt, Csodaországából. Mert ahogy mondja: a többség furcsának látja, akárcsak őt saját magát. Amikor a színpadra lépésről kérdezem, lesütött szemmel súgja: „Még csak kicsit izgulok, de aztán ez majd nő, nő, és az előadásra ekkora lesz” – húzza szét a két tenyerét a lehető legtávolabbra. Orsi és Dorka rázza a fejét: ők nem lámpalázások soha. „Hét éve vagyok itt – magyarázza Orsi –, úgyhogy kiállok, és megmutatom a nézőknek: képes vagyok rá. Ilyen egy vérprofi.”

ÖNISMERET ÉS EGYENRANGÚSÁG

„Sokkal nagyobb színpadi rutinjuk van, mint nekem. Mindent tőlük tanulok, de leginkább az önbizalmat – nevet Barbi, Szabina egyik megformálója, amikor arról kérdezem, mi az, amit a három Dittitől szívott magába. Ahogy meséli: nem volt nehezebb számára megnyílni, csak mert a testvére rendezte az előadást. Sőt, sokszor pillantottak össze nosztalgikusan Krisztivel, amikor előkerült egy-egy történet a múltból. – Pszichológushallgatóként látom, hogy a próbafolyamat felért számomra egy önismereti tréninggel.”

Réka, a másik Szabina először állt színpadra a Mászínház tagjaként. „Sokféle társulatban játszom, és nem láttam furcsábbnak vagy nehezebbnek a próbafolyamatot, mint bárhol máshol. Nem kellett beilleszkednem: idejöttem, beálltam, és kész” – zárja rövidre a kérdést nevetve.

„Éppen ebben látom az előadás nagy erejét – fűzi hozzá Kriszti –, a mi hetünk közös működéskében, az egyenrangúságban, amelynek létjogosultságát üzenni is szeretnénk. A megismert történetek hatására, ha meglátok egy sérült nőt az utcán, a hozzáállásom teljesen más alapról indul, mint eddig.”



KÜLÖNBÖZŐ, DE UGYANAZ

A próbaterebben ugyanaz a derű marad velük, mint addig, de szép lassan minden sejtjüket átjárja a koncentráció. Ismételni, ismételni, ismételni – így hangzik a jelszó, hiszen ahogy Kriszti mondja, a fogyatékkal élő színészek esetében ez a legfontosabb: a folyamatos próba, két-három hét szünet után ugyanis elfelejtődnek a dolgok. Annak érdekében pedig, hogy sikerüljön a legnehezebb: a váratlan helyzetekben is jól improvizálni, már egy-két hete nem változtatnak semmin, csak elejétől végéig játsszák újra és újra a darabot.

A bemelegítés során Zsófi mutatja a gyakorlatokat. Először érintik a vállat, a csípőt, a térdet, azután szép lassan mindenki körbe áll, és egymáson folytatják a feladatot. Közben mintegy csatakiáltásként együtt harsogják: váll, váll, csípő, csípő, térd, térd, boka, boka... és így tovább. A nézőtérben ülők, azt gondolom: mennyire különböznek egymástól. Heten ezerfélék. Közben meg ugyanazok: nők, lelkesek, boldogok, akik üzenni akarnak a világnak. A többi meg részletkérdés. ♦

A MáSzínház társulata 12 éve dolgozik enyhe és közepsúlyos értelmi fogyatékossgal élő színészekkel. A társulat a „Képmás” című darabot ősztől középiskolákba szeretné elvinni tantermi előadás és hozzáfűzött foglalkozás keretében. Emellett a próbafolyamatról dokumentumfilm is készült, amelyet egyetemi órák során mutatnának be: gyógypedagógiai, pszichológiai, drámatanári képzések keretében szeretnék beszélni arról, mit is jelent létrehozni egy integrált színházi előadást.

AMIT MA
MEG
TEHETSZ
HOLNAP
MAS TESZ
MEG
VELED



BORÓKAI GÁBOR

AZ IGAZ
SÁG
FÁJHAT, DE
HASZ
NOS



VÁCZI ISTVÁN

FEJ *és* ÍRÁS

heti választ

A FOTÓ
LEHET
FEKETE
FEHER
A VALÓ
SÁG
NEM



STUMPF ANDRÁS

TÚL KICSI
A VILÁG
AHHOZ, HOGY
BEZAR
KÖZ
ZUNK



VÖRÖS SZABOLCS

15 éves a Képmás

2007

FEBR.
27.

A Képmás
munkatársai
létrehozzák
a Média
a Csaláért
Alapítványt



2012

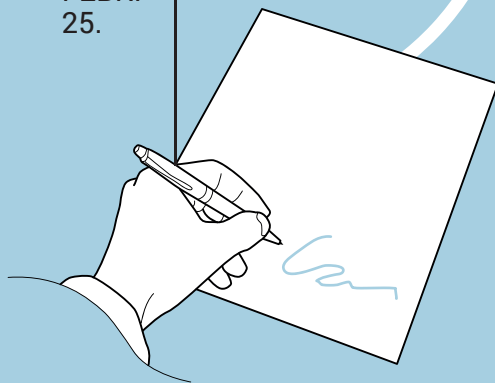
JAN.
03.

A Képmás
márka megújítása
részleges tartalmi
és teljes grafikai
frissítéssel
a SaltComm
csapatával

2002

FEBR.
25.

A Képmás
családmagazin
kiadójának,
a 2002 Kft.-nek
megalakulása



ÁPR
03.

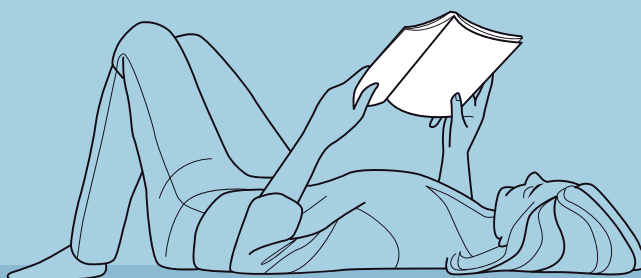
2008

A Képmás
magazin
100 oldalon
jelenik meg

NOV.

2011

Első könyveink
megjelenése
Szám Kati:
Családi karikatúra,
Martos Tamás:
Pillanatfelvételek



2014

DEC.
02.

A Képmás-estek
újraindulása Újpalotán,
majd a Várkert Bazárban



2016

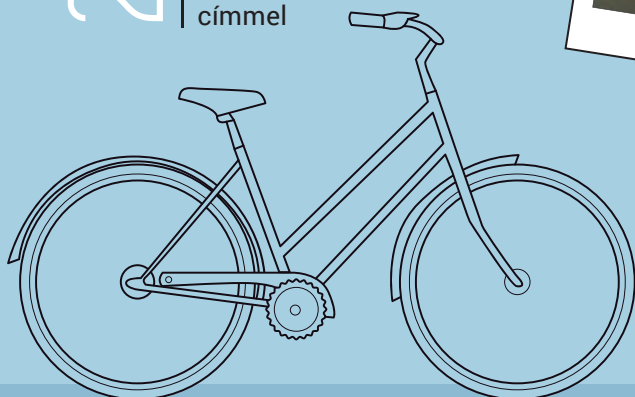
DEC.
07.

Szabó T. Anna és
Lackfi János
Ikertükör
című kötetének
megjelenése

OKT.
04.

2014

A Képmás első
támogatott melléklete
megjelenik
Két keréken
címmel



JÚL.
15.

2015

A Szent Margit
Gimnázium
tantermeiből a
Logodi utcai irodába
költöztünk



MÁRC.
28.

2017

10 000
kedvelője lett
Facebook-
oldalunknak

„A FIATAL IS ADNI AKAR”

(Fábián Tibor: Várnak a pályán)

„EZEK A LÁTSZÓLAG
MELLÉKES BESZÉLGETÉSEK
AZ ÉLET »SAVA-BORSÁT«
ADJÁK”

(Kölnei Livia: A húszéves gyerek is ajándék)

„AZ EMBEREK ZÖME VALÓJÁBAN
APAKÉNT ÉS ANYAKÉNT VÁLIK
IGAZI FELNŐTTÉ”

(Horváth Pál: Ajándék gyermekeinktől)





SZÖVEG –
FÁBIÁN TIBOR református lelkész, publicista

SOROZAT –
LÉTKÉRDÉS

ILLUSZTRÁCIÓ –
BALASSA NIKOLETTA



VÁRNAK A PÁLYÁN

„Mennyi idős a gyermeked?” „Tizenöt hónapos.” „De hiszen akkor te boldog ember vagy!” „Igen, tényleg az vagyok...” Egykori egyetemi kollégámmal folytattuk le nemrég a fenti párbeszédet. Neki hat, már felnőttkort taposó gyereke van, tudja, mit beszél.

◆ Sok ismerőst láttam már, akiknek az élete hipp-hopp megváltozott a gyermek születésével. Ezt kívülről nem igazán érti az ember. Sőt, egyáltalán nem. Csak amikor már a sajátjára néz, és azt üldözi a lakásban vagy az udvaron. A gyermekkel együtt új program, új életmód születik. Sőt, egy kicsit maga a szülő is újjászületik. És mindebben az a legárulkodóbb, ahogy az otthoni, rád szakadt csendben felsejlik benned a belső sóvárgás: mikor hozzák már haza a gyermeket a szomszédból, vagy innen-onnan, hogy lássad azt a jól ismert mosolyt! Hogy feltöltődj általa. Észrevétlenül kisimuljanak a ráncaid, és hallgasd a gyermek patakocskaként csörgedező nevetését. A gyermek ezt adja nekünk. A Teremtésben kapott férfi és női szerep megélését, azt, hogy milyen apának, anyának lenni. Mindennap és minden percben.

Amikor nemrég új szolgálati helyre költöztünk, az első napokban szinte időseket láttunk. Ráncoltuk is a homlokunk: hová kerültünk, hol vannak itt a fiatalok? Aztán egy sikeres gyülekezeti kirándulás során előkerültek a középkorúak és velük együtt a kisebb és nagyobb gyermekek. Csak idehaza, a csoportképet böngészve döbbsentem rá, hogy lám, itt vannak az elveszettek tűnt generációk! Léteznek

és élnek, csak talán feljűk más hívószó érvényes. Mászt várnak, másképpen működnék. Nem, nem feltétlenül a szlengszótáras és erőltetetten bratyizó, ha kell, ha nem tegeződő, modernkedő és leereszkedő magatartást igénylik, inkább csak közvetlen, őszinte és személyre szabott figyelmet. Érdeklődést. A kirándulás alatt a gyermekek odasompolyogtak, odacsapódtak mellém, ismerkedtünk, beszélgettünk, viccelődtünk. Csak úgy, pár szóval. Sok generációs ütközésnek vagyok tanúja, szembenálló felek panaszainak többé-kevésbé türelmes hallgatója. Míg végül lassan kiforrt a vélemény bennem: a fiatalok is szeretnének adni, megmutatni magukat, elképzeléseiket, de rögtön visszabújnak a csigaházba, ha nem találják értő és elfogadó partnerre az idősebb részéről, ha utóbbi csak atyáskodni akar felettük, az alkalmat keresve a fejükre koppintani. A fiatal is adni akar, megnyilvánulni, jelen lenni, de ő egy finom műszer, akit könnyen elronthatunk, „eltekerhetünk” rossz irányba, ha túlságosan magunkra figyelünk.

A kirándulás napján – miután előzőleg felajánlottam, hogy bármikor benne vagyok egy kiadós fociban –, pár órával később már csengetett is egy ifjú. A kezében ott volt a labda. Azt mondta, várnak a pályán. ◆



SZÖVEG –
HORVÁTH PÁL filozófus

SOROZAT –
LÉTKÉRDÉS

AJÁNDÉK

GYERMEKEINKTŐL

„A szülők nevelői joga és kötelessége lényeges, mert szorosan összetartozik az élet továbbadásával; eredeti és elsődleges, mert minden egyéb nevelői tevékenységgel szemben a szülők és a gyermekek közötti szeretetkapcsolatra épül; elcserélhetetlen és elidegeníthetetlen, azaz másokra át nem ruházható, és mások nem bitorolhatják.” (Familiaris consortio – II. János Pál buzdítása a keresztény családokhoz, 1981.)

- ◆ A régiak szép és igaz, bibliai hagyományból vett megfogalmazása szerint a gyermek áldás és ajándék, aki a szüleitől kapott életet számtalan örömmel és boldog teherrel viszonozza. Az idők során a generációk viszonyában a kölcsönös jogok és kötelességek egész sora fogalmazódott meg, a szülő–gyermek kapcsolat lényege azonban az ezeket megalapozó és felülíró öröm és kölcsönös szeretet.

A szülő számára a gyermek nem lehet tulajdon, eszköz, teher vagy játékszer, hanem olyan, az övével egyenlő méltósággal bíró társ és személy, aki élete korai szakaszában órá van bízva, akinek egyéniségét alakítania, de autonómiáját tisztelnie kell, hogy idővel kiléphessen a gyermeki lét kötelékéből. Mint ahogy a gyermek számára sem lehet a szülő pusztán kihasználható és elviselendő eltartó, a hatalom, az önkény megtestesítője, öregségében pedig csak zavaró nyűg és teher, akivel törődni kínos kötelesség.

Mindez csak akkor valósulhat meg maradéktalanul, ha a generációk kapcsolatát nem a szembenállás, rivalizálás, ellenségeskedés légköre lengi át, hanem a feltétel nélkül adni és kapni tudó szeretet. Ez nem jelenti azt, hogy a szülők és gyermekeik között mindig, mindenben teljes az összhang, hiszen új eszmék és divatok jönnek, és a fiak soha nem olyanok, mint apáik. Jól ismerjük a minden korban azonos módon megfogalmazott „bezzeg a mi időnkben” típusú szemrehányásokat és a „maradi öregekre” tett kamaszos kijelentéseket, ezek azonban nem mérgezhetik meg azt





Leonyid Tyerentyerics Csupjatov (1890–1941):
A könyörgő szűz – részlet, 75x67cm, olaj, vászon, 1924

a kapcsolatot, amelyben szülő és gyermek is öröm, élmény és ajándék egymás számára.

Nem igaz, hogy a szülő ad, a gyermek pedig csak kap, befogad. De mi is az, amivel a gyermek ajándékozza meg szüleit? Mi a mindenkori gyermekek adománya a felnőttek világa számára? II. János Pál pápa szerint az öröm, „amelyet mindannyiunknak hoznak a kisgyermekek, akik az élet tavaszát és a föld minden országának jövőjét jelentik. Ugyanis egyetlen nép és politikai rendszer sem gondolhatja el másként a következő korszakát, csak úgy, hogy figyelembe veszi az új nemzedéket, akik a szüleiktől kapják azoknak az értékeknek és kötelességeknek összetett hagyományát, amelyeket maga az állam is, de az emberiség egyetemes családja is óhajt.”

**AMIT A GYERMEK SZÜLEINEK ADHAT,
NEM MÁS, MINT AZ ÖRÖM, A REMÉNY ÉS A SZERETET.**



Aki gyermeket nevel, tudnia kell, hogy rakoncátlan csemetéink egy-egy gesztusa, mozdulata, tette még a legsötétebb pillanatokban is képes jókedvre deríteni az embert. Hordozzák a remény ajándékát is, amikor testben, lélekben, okosságban növekedve azt igazolják, hogy az emberi létben van haladás, fejlődés, van jövő. De a gyermektől kapott ajándékunk az a felelősség is, amit értük vállalunk, viselünk. Nem véletlen, hogy ahol a gyermektelenség divatja hódít, a felelősségérzet, a másokra irányuló figyelem általában is megfogyatkozik.

Gyermekeink tanítanak is minket, hiszen ők még többnyire olyan őszinte és naiv bölcsesség birtokosai, amelyet mi már okosságunk bástyái mögé húzódnak rég elfeledtünk. Nem ritka, hogy kérdéseik késztetnek bennünket fontos, lényeges dolgok megfogalmazására. A szülő-gyermek kapcsolatban nemcsak a nevelt, hanem a nevelő jelleme, értékrendje is épül, és talán az sem merész kijelentés, hogy az emberek zöme valójában apaként, anyaként válik igazán felnőtté.

Gyermekeink adják számunkra az élet értelmének kérdésére is a leghitelesebb választ – hiszen már csupán létük is indokolja az emberben meglévő, az élet továbbadására irányuló természetes szándékot és vágyat. Nem véletlen, hogy a nagy görög bölcselő, Arisztotelész is a gyermekek iránti sóvárgásból, az utódokban való továbbélésből vezeti le a halhatatlanságra irányuló vágyunkat. A férfi és a nő is közös gyermekeiktől kapják meg szerelmük értékének és értelmének visszaigazolását, és a gyermek létezése válik az apák és anyák számára önmaguk felülmúlásának lehetőségévé.

Gyermekeinktől kapott ajándék, hogy megtaníttanak minket a szeretet teljes felelősségének vállalására, és ők viszik tovább szüleik és nagyszüleik iránta és egymás iránt is érzett hűségét, odaadását és szeretetét. ♦



SZÖVEG –
KÓLNEI LÍVIA

SOROZAT –
LÉTKÉRDÉS

A HÚSZÉVES GYEREK IS AJÁNDÉK

A konyhában készítem a szombati ebédet. Késő délelőtt van, Zsuzsi lányom még most reggelizik, közben a telefonját nézegeti. Fél szemmel odasandítva látom, hogy legalább két-három barátjával vagy barátnőjével társalog egyszerre. A rádióból megszólal egy ismert popsláger. Zsuzsi felkapja a fejét.

- ◆ – Tudod, Anyu, hogy ez egy Sia?
– Szia?
– S-sel írják, Sz-szel mondják. Az az énekesnő, aki a Titániummal robbant be az élvonalba, amit David Guettával vett fel.
– Aha – mondom egy kis lelkesedéssel, mert David Guetta sikeres számaait – éppen Zsuzsinak köszönhetően – egy kicsit ismerem.
– Siának voltak zúrókorszakai, de hihetetlenül tehetséges! Ő írja ma a legsikeresebb dalokat Mariah Carey-nek, Rihannának, sőt, még Adele-nek is! És ő maga is nagyon jól énekel! Képzeld, mindig egy táncos kislány helyettesíti a videoklipjein, ha pedig fellép, az arcát paróka takarja el. A paróka lett a védjegye. Igyekszik inkognitóban maradni, alig találni róla igazi arcképet a neten. No meg öregszik is már, túl van az ötvenen. – Nem tudom, Zsuzsi észrevette-e, hogy összehúztam a szemöldökömet erre a kijelentésre, de néhány másodpercre újra belemerült a telefonjába. – Nem is olyan öreg, még csak negyvenkét éves! Nahát! Emlékszel, Anyu, már mutattam neked az *Elastic Heart* című videoklipjét, amiben egy kretchenben táncol egy férfi és egy kislány.
– Emlékszem.
Valóban emlékeztem, mivel nagyszerű az a videó, nem is annyira a zene, hanem a koreográfia: egy „se vele, se nélküle”, szívszorító apa-lánya kapcsolatot jelenít meg. Iszonyú erős. Remekmű, a maga nemében.
A rádióból ezúttal egy szárnyaló, lélekemelő zene szól.

- Hurts. Ez a két pasi is hihetetlen – nyugtázza Zsuzsi, és ezúttal én is lelkesebben bólintok. A Hurts zenéje valóban klassz, én is szívesen hallgatom, amióta Zsuzsi megmutatta nekem. Energiát adnak, feltöltenek ezek a számok, és különleges a hangulatuk. – Ott voltam, majdnem az első sorban a Strand Fesztiválon, a koncertjükön! Azt mondták, a magyar közönség különleges, és látszott rajtuk, hogy tényleg így is érzik. Fehér rózsákat dobáltak be a közönségnek, ez a szokásuk máshol is. Színpadias fogás, de azért szép, nem?
– Valóban szép – nyugtázom, és magamban elképzelem, mintha ott lennék. Melyik nő ne szeretne egy rózsát kapni ezektől a férfiktól, akik ilyen jó zenét játszanak?
– Theo, az énekesük, érdekes pasi. Tudod, Anyu, vannak azok a férfiak, akiken semmi különös nincs, de ahogy mozognak, megszólalnak vagy elmosolyodnak, egyszeriben különlegessé válnak.
– Hogyne tudnám, nagyon is ismerem ezt a típust. Huszonnyolc éve viselem a következményeit, hogy egyszer megismertem egy ilyen férfit – hunyorított Zsuzsira, és megérti további magyarázat nélkül is.
– Szerintem a *Help* című számuk valójában Istenről szól. És nemcsak az, hanem még több is.
Nem csodálkozom. Ami szép, ami nagyra tör, az előbb-utóbb Istenhez ér, vagy gyakran már eleve tőle indul.
– A *Wonderful life*-ot pedig a *Vámpírnapló*kából ismertem meg. Abból a tévésorozatból, amit gimnazista koromban pöntekenként együtt néztünk. Emlékszel, Anyu?





Sia egy moszkvai koncerten, 2016. augusztus 4.

Tényleg, majdnem elfeledkeztem már erről! A második és harmadik évadot néztük végig együtt – Zsuzsi alaposan kihasználta az én fantasy-rajongásomat. Aztán persze megbeszéltük, hogy az első széria még borzasztóan rossz, nyomasztó és hatásvadász volt, de a sorozat később, becsületére a filmkészítőknek, lényegesen jobb lett. Zsuzsi persze minden évadot megnézett, de nem aggódtam, mert akkor már biztos voltam benne, hogy lelkileg és ízlésben is felvértezten áll hozzá. Rendszeresen elmesélte nekem a szövevényes történet alakulását.

– Emlékszem, mennyire megdöbbenek az osztálytársaim, amikor mondtam nekik, hogy sietek haza, mert az anyukámmal nézem a *Vámpírnapló*kat. Irigyeltek érte.

Valóban, volt néhány kétesnek tűnő, valójában azonban jó közös anya-lánya akciónk az elmúlt húsz évben.

Elkődösülő szemmel nézek utána, amikor elviharzik otthonról, mert halaszthatatlan baráti találkozója van. A leves közben elkészült, de én egy ideig még furcsa, elfogódott érzéssel kevergetem. Zsuzsi elhullajtott szófoszlányaitól, apró gondolataitól ismét gazdagabb lettem. Ezek a látszólag mellékes – sőt, sokak szemében értéktelen – beszélgetések számomra az élet savát-borsát adják. Miatta nem tekintek idegenül a tizen- és huszonevesek világára. Általa nem veszítem el a szimpátiámat a fiatalság iránt, és nem válok irigygé. Hálás vagyok neki, hogy megosztja velem az élményeit. És ő csak az egyik a három gyermekemből! A legfiatalabb. ♦

Az Atlanta Falcons gigantikus stadionja előtt egy főként fémből és fából készült sólyom vigyázza a bejáratot.

A műremeket egy fiatal **magyar** képzőművész tervezi.



Miként lesz egy **pesti srác** nagymenő a világban?

GYŰJTŐ

Minden szerdán a Trend FM-en
15.30-tól



Hallgassa további
érdekességéért
a kultúra és befektetés világából

TREND  **FM** ^{94.2}
Gazdaság és Kultúra

www.trendfm.hu



SZÖVEG –
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –
VILÁG-KÉP

NE FOGADJÁTOK MEG A TANÁCSAINKAT!

Különös élmény volt találkozni a 71 éves *Yann Arthus-Bertrand*-nal, a világ egyik legismertebb természetfotósával. Vagy inkább újságírójával, aktivistájával, életművészevel.

Az ősz hajú, szikár, okostelefonjába mélyedő Bertrand fel is vonja bozontos szemöldökét, amikor újságírónk híres fotósnak nevezi. Ő inkább újságírónak tartja magát. Vele készült interjúnkat a 76. oldalon olvashatják.

◆ A szeme huncut, mégis kissé sértődötten reagál, hogy „lefotósozták”. Az élettörténete szerint fiatalon természettudósnak készült, de még érettségi előtt a filmiparban kötött ki, majd egy nemzeti parkban dolgozott vadórként. Nagy hatást gyakorolt rá *Jane Goodall* munkássága, ezért 1976-ban feleségével a kenyai Masai Mara Nemzeti Parkba költöztek, és ott az oroszlánok életének tanulmányozásával tervezte felépíteni tudományos karrierjét. A megélhetéshez turistákat fuvarozott hőlégballonnal, és az utazásokon fényképezett is. Hamar rájött, hogy a légi fényképezés izgalmasabb és jövedelmezőbb, mint a tudományos pálya.

1981-ben visszatért Franciaországba, ahol kiadta „Oroszlánok” albumát, légi és sportfotósként dolgozott, tíz Párizs–Dakar Rally-t fényképezett végig, és minden évben könyvet publikált a Roland Garros-tornákról. *Diane Fossey*, a gorillák híres kutatójának életét is rendszeresen dokumentálta.

Az ENSZ 1992-es riói környezetvédelmi konferenciája fordulópontot jelentett az életében, elhatározta, hogy kamerájával megörökíti a Föld szépségeit és az ember bolygónkra gyakorolt hatását.

Az 1990-es években szinte az egész világot beutazta. Az ezredfordulón megjelent „Földünk a magasból” című könyvével, „a szép és törekeny Föld portréját rajzolta meg”, amelyből a mai napig világszerte több mint négymillió példányt adtak el. A gyűjtemény képeit 200 millióan láthatták a világ több száz nagyvárosának utcai kiállításain, köztük 2002 nyarán a budapesti Felvonulási téren.

Yann Arthus-Bertrand évtizedeken keresztül a magasból szemléli, ahogy az emberiség elfoglalja a Földet, miközben lélekszáma 2 milliárdról 7 milliárdra nő. Az átélt élmények hatására, hírnevét felhasználva alapítványt hozott létre a Föld jövőjének védelmére. A bolygó állapotának feltérképezése (Otthonunk, 2009) után figyelme az ember felé fordult (Human, 2015), hogy a filmforgatásokon átélt megrendítő tapasztalatok után most a nőkről (Woman, tervezett megjelenés 2019) készítsen nagy lélegzetű alkotást. Kérdésünkre, hogy ennyi tapasztalattal a háta mögött mit tanácsol a fiataloknak, ezt mondja: „Ne fogadják meg a tanácsainkat, hiszen sokkal okosabbak, mint a mi generációnk. Akkor járunk a legjobban, ha mernek a saját fejük után menni!” ◆





- ▼ Betakarítás. Etiópia, Tigray-régió, 2012. Afrika második legnépesebb országának gazdasága a mezőgazdaságra épül, ez a szektor adja a GDP 45 és a munkahelyek 85 százalékát. Azonban az összes termőföld állami tulajdonban van, amit a farmerek kibérelnek. A rendszer azt eredményezi, hogy az állami vezetők hatalmas területeket adnak bérbe külföldi befektetőknek, így egyre több család veszíti el korábban művelt földjét, és a befektetők ültetvényein kényszerül dolgozni.



A BOLDOG HÁZASSÁG ALAPKÖVEI 6. Szerepeink és elvárásaink

Egyáltalán nem magától értetődő, hogy szóba kerüljön egy esküvőre készülő párnál a házasságról, illetve a felek házasságban betöltött későbbi szerepéről alkotott kép. Amikor ezek mégis előkerülnek, sajnos a legtöbbször komoly konfliktus forrását képzik.

◆ Érdemes ott kezdeni, hogy végigvesszük az életünkben aktuálisan betöltött szerepeinket. Valakinek a gyermeke vagyok, valakinek a házastársa vagy párja vagyok, lehet, hogy már szülője, általában valakinek a munkatársa, valakinek bizalmas barátja, többkevesebb közösség tagja vagyok, és így tovább. Jó mutató, ha fontossági sorrendbe rendezzük ezeket az aktuális szerepeinket, majd átbeszéljük társunkkal. Ha sikerül jól végigvenni, közösen elkészíthető az új, tervezett lista: hogyan kellene kinéznie a sorrendnek a házasságban vagy annak egy új szakaszában.

A „PAPÍR” MÉGISCSAK SOK MINDENT MEGVÁLTOZTAT

Hiába hiszik azt sokan manapság, hogy a házasságkötésnél már alig változik valami a pár életében, hogy valójában csak formalitásról van szó – ez nem állja meg a helyét.

A házasságkötéseket követő viszonylag gyors, egy-két éven belüli válások okai szerteágazóak. Van viszont egy típus ezek között, ahol látszólag semmi változás nem történt a pár életében, mert már sok éve együtt éltek, ám egyszer elérkezettnek látták az időt (leggyakrabban női sürgetésre), hogy hivatalosan is összekössék az életüket. A beszámolóik szerint ekkor romlott meg a kapcsolatuk, sokszor maguk sem tudják, pontosan miért. Mi köze van ehhez a „papírnak”?

A lélektani magyarázat szerint a házasságkötés mint átmeneti rítus fontos szerepet tölt be egy párkapcsolatban: hiába alkot a két fél már régen egy párost, hiába ismerték meg egymást alaposan, hiába gondol a külvilág rájuk egy párként, amíg ők maguk ki nem jelentik egy látható, megfogható formában (legyen az akár jogi-polgári, akár templomi-szentségi forma), addig csak két, egymáshoz kötődő „én”-ről beszélhetünk. Ha hivatalos, társadalom és környezet előtt is visszajelzett formát kap a kapcsolat, létrejön az addigi két „én”-ből a „mi” – ez pedig, a látszat ellenére, komoly változás. A lényeges különbség, ami alapján az elfogadhatónak tűnően működő együttélés működik, de a hivatalos formában összekötött élet már kevésbé – az, hogy a pár tagjai a régi szokások alapján, kimondatlanul is akkortól kezdenek el a kapcsolatra végelegesként, egész életre szólóan tekinteni, amikortól az hivatalossá válik. Onnantól eltűnik az ideiglenes jelleg, a következmény nélküli kilépés lehetősége, amelyek segítenek abban, hogy elviseljük olyan dolgokat, amiket amúgy eszünk ágában sincs elfogadni, például a másik zavaróan eltérő értékrendjét vagy épp az eltérő életterveit. Ezért látjuk sajnos gyakran, hogy ami egy együttélésbe befér, már nem működik egy nyilvánosan is összekötött, elismert kapcsolatban.



KINEK MI A SZEREPE?

Korábbi cikkünkben volt szó a szüleinktől, származási családukból hozott mintákról, amelyek adnak egy alapértelmezést például arról, hogyan kell viselkednie egy feleségnek egy házasságban, mi a dolga egy férfinak a háztartásban, és sok más hasonló témáról. Ezeket gyakran nem tudatosítjuk, így nem is beszélünk róla. Pedig fontos tudni, hogy a párom ugyanazt gondolja-e a házimunka elosztásáról, a döntések meghozatalának általános módjáról vagy a leendő család vezetésének módjáról. Saját mintáink felidézéséhez, tudatosításához érdemes más baráti-rokoni házaspárokhoz, családokhoz látogatni, ahol élő működési mintákat láthatunk, amikhez utána viszonyulni tudunk, és párunkkal megbeszélhetjük, mit érzünk közelinek, hasonlónak a látottakból, és mi az, amit máshogy tervezünk a saját házasságunkban.

Ha saját lehetőségeinkkel és fejlődési irányainkkal tisztában vagyunk, társunk igényeinek, elvárásainak felmérése következhet. Mire vágyik ő, várhatóan miben kér majd segítséget, extra támogatást a házasságban

vagy később a családban, gyermeknevelésben? Mi az, amivel őt a legegyszerűbben, leghatékonyabban tudom segíteni? Az idők során, a sok változás miatt ezek nem állandó elemek lesznek valószínűleg, de ha rugalmasan viszonyulunk a másik igényeihez is, előbb-utóbb mindig sikerül majd megtalálni a közös hangot.

Sok szó esik ma a férfi-női szerepek változásáról, a megszokott működésmódok átalakulásáról. Mindenképpen érdemes tisztázni egy párkapcsolat kezdeti idején (ha magától nem derülne ki), hogy a két fél inkább a hagyományos szerepértelmezésben gondolkodik a munka-karrier és a teendők megosztásának viszonyában, vagy inkább az egyenlőségre törekednek a gyermeknevelés és az anyagi biztonság megteremtésének feladataiban is. Az ilyen együttgondolkodás, összecsiszolódás szinten nagy rugalmasságot, alázatot, áldozatkészséget és szeretetet kíván mindkét féltől. Akkor lehet mindkettőjüket boldoggá tevő és így hosszan fenntartható döntéseket hozni, ha a pár tagjai nyíltan, őszintén tudnak beszélni ezekről. ♦



SZÖVEG –
SZÁM KATI

SOROZAT –
NŐI SZAKASZ



CSALÁDI ETIMOLÓGIA

A családi nyelvhasználat, amely egyébként csodálatosan modellezi a nyelv fejlődési folyamatait, olykor okoz némi fennakadást a társadalmi érintkezésben. Az első kommunikációs szakadék akkor vált számomra nyilvánvalóvá, amikor elsőszülött, akkor még egyetlen gyermekünkkel a postán jártunk, és ő lebiggyedő szájjal, a kétévesek kitartásával azt kezdte hajtogatni: „Multibúúúúúbánat!” A sorbanállók arcára kiült a döbbenet. Gondolom, mindenki saját világnézete és lelki alkata szerint értelmezte a hallottakat, de abban láthatóan egyetértettek, hogy nálunk már a kétévesek is micsoda agymosáson mehetnek keresztül.

◆ A „multibúbanat” szó etimológiája valójában háromgenerációs nyelvi fejlődés története. A beszédfejlődés hajnalán lányunk (a gyümölcscentrifuga hangjára utalva) nyomatékos „bú” hangutánzó alakkal jelezte, ha gyümölcslére szomjazott, amit mi (bevallom, elsősorban kényelmi szempontok miatt) átvettünk, ahelyett, hogy forszíroztuk volna a nyelvileg fejlettebb és árnyaltabb „Kérlek, légy olyan kedves, és készíts nekem egy kis frissen facsart gyümölcs- és zöldséglékoktétl” formát. Férjem aztán a reformkori nyelvújítók lírai szándékához hasonlóan nem átalotta „búbanattá” szépíteni a kifejezést, ezzel nem éppen a közérthetőség irányába mozdítva azt.

Ezen a ponton lépett be a folyamatba az idegennyelvi hatás. Konkrétan az anyósom által (nem egészen legálisan) lakásunkba bejuttatott importtal: a cukrozott, dobozos gyümölcslével, amelyen a fogyasztói lelkiismeret elaltatása végett a *multivitamin* felirat díszlett. Így lett az egészséges verziótól való jelentésmegkülönböztetés érdekében a cukros italból *multibúbanat*, amely ezután csemetém szemében minden másnál – a postán felé nyújtott víznél is – kívánatosabb lett cukortartalma és tiltott volta miatt.

A következő korszak legnagyobb nyelvhasználati problematikája az lett, hogy a családban volt egy vicces felnőtt

és néhány gyorsan tanuló csemete. Ebben az időszakban óvodás és kisiskolás gyermekeink számára több-kevesebb sikerrel megpróbáltam nyilvánvalóvá tenni, hogy a férjem által használt elnevezések nem mindig alkalmazhatók társalgási szinten. Vagyis a tojáskrém nem *kenőcs*, a csirkecomb nem *állati maradvány*, a víz nem *vizelet*.

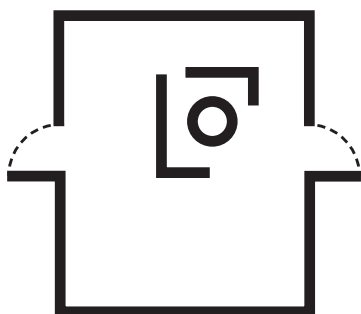
Aztán vannak olyan kifejezések, amelyek minden családtag szájából mást jelentenek. Ha például én válaszolom azt, hogy „*majd meglátjuk*”, az azt jelenti, hogy biztosra vehető. Ha a nagylányom, akkor azt, hogy „*nem hiszem, rengeteg dolgom van*”, ha a kisebbik lányom, akkor azt, hogy „*igyekezem, de mondd majd el újra, mert elfelejttem*”. Ha a férjem mondja, akkor valójában azt jelenti: „*Nem, de nincs kedvem veled vitatkozni*”. Ha a kamasz fiam, akkor így értsd: „*Most nem tudok rád figyelni*.”

A családi nyelvhez persze nemcsak fogalmak, hanem szállóigék, szólások is tartoznak. Ezek néha az ősök idejébe vezetnek, máskor szemünk láttára keletkeznek. Egy családi ebéden például a kicsit ízetlen, kicsit zsíros levest megkóstolva anyósom elismerő hangon így szólt: „*Nagyon szép leves*.” Azóta a „*szép, mint a leves*” minősítést minden jobb sorsra érdemes, ám igyekezetben nem szűkölködő próbálkozás kiérdemli. ◆

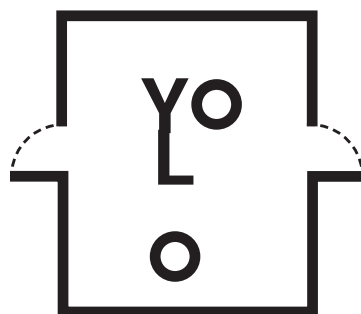


SCRABBLE

Random dialógus egy nappalira és két szereplőre



LOL (ejtsd: loll) jel.: vicces, neveltség



YOLO (ejtsd: joló) jel.: egyszer élünk...

- Ez meg mi? Ilyen szó nincsen.
- De van!
- És mit jelent? Ez egy tulajdonnév?
- Nem. Nem tulajdonnév.
- Akkor mi az, hogy *menci*?
- *Menci*, az menő! Ha a *szupered* átment, akkor ez is.
- Az már része a köznyelvnek.
- A tiédnek vagy az enyémnek?
- Miért, hány köznyelv van szerinted?
- Tiéd, enyém, ez már legalább kettő.
- Ez fogalmi képtelenség. Köznyelv csak egy van.
- Ez most olyan, mint az „anya csak egy van”?
- Olyan. Ergo: az anyanyelvből is egy van.
- Logikus: mert egy meg egy, az egy milyen matek?
- Körkörös érvelés. Kettő az egyben. Állításban a következtetés.
- Skatulyaelv. Mindent bedobozolsz és felcímkézel.
- Csak a szabályhoz ragaszkodom. Ha parttalan folyást engedünk a nyelvi vadhajtásoknak, holnap már egymást sem értjük. Tiszta káosz!
- A nyelv is játék. „Nyelvében él a nemzet.” A sakk is úgy izgalmas, ha minden bábu mozog.
- Éles a nyelved.
- Mert kiélezted a helyzetet, lekaszálnád a zsenge hajtásokat.
- Vadhajtások. Fattyú szavak. Nyakunkra nőnek!
- Gombostűre tűzöd, formalinba mártod, üveg mögé teszed, falra akasztod a nyelvet. Keretek, szabályok. Na jó, ez a játék részéről offos!
- Most miért húzod fel magad, hova mész? Scrabbl-ezünk, vagy sértődöst játszunk?
- LOL. ♦



SZÖVEG –
SZŐNYI LÍDIA pszichológus

KAPCSOLATBAN

A vakáció és a „kütyük”

Ó, íó, ció, áció, káció, akáció, vakáció! Napsütés, vízpart, hegyek, szabad levegő, lubickolás és futkározás, minden, amit egy gyerek élvez, szeret és akar csinálni. De tényleg ezt akarják a gyerekek? Vagy inkább az okostelefonok és tabletek társaságát választják?

◆ NETEZÜNK, NETEZÜNK

Manapság korántsem számít ritka látványnak, hogy már az egészen kicsi, 1–2 éves gyerkőcök is a szüleik okostelefonjára vagy tabletjára meredve, ujjacskáikkal a képernyőt simogatva szórakoztatják magukat. Az idősebbek hasonló módon, de gyakran már saját tulajdonú kütyüjük segítségével ütik el az időt. Lényegében mindnyájan – igen, mi, az idősebb generáció is – nyomkodunk, simogatunk, pötyögünk, üzenünk, google-zunk, multitaskingolunk. A kutatások szerint pedig a gyerekek a szüleik médiahasználati szokásait másolják. A kütyük mindenhol, a munkahelyen, az iskolában, az utcán, a parkban, az étteremben, de még az otthonainkban is meghatározó szerepet töltenek be.

A 2014-es HBSC-vizsgálat eredménye szerint, amely többek között a magyar iskoláskorú gyermekek képernyőhasználatát is görcső alá veszi, hétköznapokon a diákok több mint fele tévézik legalább két órán keresztül, körülbelül ugyanennyien és ugyanennyi időtartamban használják a kütyüket nem játékcélra, és közel 40%-uk játszik a gépen több mint két órát. Hétfévente a képernyő előtt töltött idő megugrik, tehát valószínű, hogy a nyári szünidő alatt a gyerekek még több időt töltenek a világhálón.

A KÉPERNYŐK BŰVÖLETÉBEN

A képernyőmentes élet ma már nem igazán lehet reális cél, hiszen a virtuális világ az életünk részévé vált, így aki nem tájékozódik jól benne, az bizony sok mindenről lemarad. Ez azonban nem jelenti azt, hogy ne élhetnénk képernyőtudatos életet. A szülők által kontrollált képernyőhasználat segíthet abban, hogy az internet pozitívumait kiaknázzuk, és az ártalmakat csökkentjük.

Az egészen kicsi gyermekek esetében még nem kell attól tartanunk, hogy bármiből kimaradnának, nekik még leginkább a különböző érzékszerveiken keresztül érkező megtapasztalásokra, illetve mozgásra van szükségük ahhoz, hogy megfelelően fejlődjenek. Ebben a korai életszakaszban a képernyő előtt töltött időtartamnak még a tartalomnál is nagyobb jelentősége van, ugyanis ilyenkor még a digitális ingerek idegrendszer szervező hatása érvényesül erősebben. A túl sok képernyőidő, a gyakori érzékszervi túlingerlés leginkább a figyelmi folyamatok fejlődését akadályozza. Mivel a folyamatosan bekapcsolt képernyők a szülők figyelmét is lekötik, kevesebbet beszélnek a gyermekeikhez, ami a beszédfejlődésre, valamint a szókincsre is negatívan hat.



Később, 6–8 éves kortól, előtérbe kerül a tartalom szerepe és a kütyük szociális kapcsolatokra gyakorolt hatása. A kicsit idősebbeknél különösen nagy veszélyt jelenthet az éjszakai telefonozás, amely károsan befolyásolja az alvás minőségét. A kialvatlanságnak számos negatív következménye van az érzelemszabályozás romlásán keresztül, az iskolai teljesítmény hanyatlásán át, a különböző pszichoszomatikus tünetekig.

MIRE FIGYELJÜNK A GYERMEKÜNK NETEZÉSI SZOKÁSAIVAL KAPCSOLATBAN?

BESZÉLGESSÜNK!

A legfontosabb teendő, hogy a virtuális világban se engedjük el a gyermekünk kezét! Bár az idősebb generáció tagjai gyakran úgy érzik, hogy közel sem tudnak annyit a kütyükről, mint a csemetéik, a gyermekeknek nagyon is szükségük van a szüleik tanácsaira és iránymutatására. Ha figyelmesen végighallgatjuk gyermekünk mondanivalóját a legújabb számítógépes játékkal kapcsolatban, valódi véleményt tudunk formálni a netes tevékenységéről, és a gyermek is szívesen meghallgatja majd a véleményünket. Gary Chapman szerint a szűrőprogramok mellett „a legjobb biztonsági szűrő, amit a gyermek használhat, saját szeme és füle, valamint az, ha megtanítjuk, hogyan tegyen különbséget az egészséges és az egészségtelen tartalmak között.”

LEGYEN NAPIREND!

Igen gyakori, hogy a „mikor?” és „mennyit?” kérdések mentén alakul ki konfliktus a kütyühasználatot illetően. A legegyszerűbb megoldás, ha rendszer van az életünkben, és egy mindenki számára elfogadható napirend szabályozza a történéseket, így a családtagok tisztában vannak azzal, hogy mi mikor következik. Ezzel az egyszerű módszerrel számos hatalmi harcot megspórolhatunk, nem nekünk kell vezényelnünk, a napirend diktál. Lényeges, hogy a napirenddel kapcsolatban egyeztessünk minden családtaggal, a gyerekeknek az életkoruknak megfelelően legyen beleszólásuk, és mindnyájan legyünk tisztában a menetrenddel!

LEGYENEK SZABÁLYOK!

Érdeemes ezek megalkotásába a gyerekeket is bevonni, meghallgatni a véleményüket, és életkortól függően megbeszélni/elmagyarázni a döntésünket. Megegyezhetünk olyan időszakokban, amikor senki nem használ digitális eszközöket (pl. étkezések alatt), vagy olyan helyszínekben, amelyek képernyőmentes övezetnek minősülnek (pl. hálószobák). Fontos, hogy ezek a szabályok mindenkire vonatkozzanak, és ne feledjük, a szabályok mit sem érnek, ha nem tartjuk és nem tartatjuk be őket egymással!

MUTASSUNK PÉLDÁT!

Ha mi magunk képtelenek vagyunk egyensúlyt teremteni a képernyőhasználat és a család között, és folyton a közösségi oldalakon lógunk, nem nézünk fel az okostelefonból, amikor a gyermekünk beszél hozzánk, naiv dolog lenne azt hinni, hogy a gyermekünk majd érettebben kezeli a virtuális világot. Határozzunk meg saját magunk számára is digitális szabályokat! Érdeemes olyan napokat beiktatni, amikor nem kapcsoljuk be a készülékeinket.

HASZNÁLJUNK SZŰRŐPROGRAMOKAT!

A fentiek mellett érdemes biztonsági szoftvereket telepíteni a gépeinkre, amelyek védelmet nyújtanak a gyermekek számára káros vagy veszélyes oldalak ellen. Ugyanakkor ne feledjük, hogy ezeket a szoftvereket a digitális korban született gyermekek már könnyedén meg tudják kerülni, így a beszélgetést, tanítást, irányítást nem spórolhatjuk meg.

Tavaly jelent meg Magyarországon Gary Chapmannek Arlene Pellicane-nel közösen írt könyve, a *Netfüggő gyerekek*, amelyben az öt szeretetnyelv is szóba kerül. No de mi köze a szeretetnyelveknek a netezéshez?

„Kapcsolat nélkül a szabályok lázadáshoz vezetnek.” Josh McDowell figyelmeztetése rávilágít arra, hogy az egyszerűen megfogalmazott szabályok miért torkollanak gyakran hatalmi harcokba. Ne ringassuk magunkat ábrándokba, a szülői kontroll és a szabályok betartatása mindenképpen nehézséget fog okozni, főként abban az esetben, ha eddig nem tartottuk be következetesen, amit előre megbeszéltünk gyermekünkkel. Ugyanakkor ezt a küzdelmet enyhítheti, ha a gyermek úgy érzi, hogy az érzelmi szükségletei ki vannak elégítve.

Gary Chapman elmélete szerint azáltal tudjuk a gyermek szeretetigényét a leginkább kielégíteni, hogy azon a nyelven (testi érintés, elismerő szavak, minőségi idő, ajándékozás, szívességek) fejezzük ki a szeretetünket az irányába, amit ő a leginkább ért.

**Testi érintés:**

A modern technológia előtt töltött idő nem pótolja az érintéssel kifejezett szeretetet. Azokban a családokban, ahol a tagok túl sok időt töltenek a képernyő előtt, a fizikai kontaktus előfordulása csökken. Ne csak a telefonunkat simogassuk, hanem a gyermekünket is! Kisebбекnél sokat segíthet a meseolvasás, amikor a gyermek a szülő ölében ülve hallgatja a történetet.

**Elismerő szavak:**

A számítógépes játékok jutalmaznak, dicsérnek, bátorítanak, és a győzelmet követően igazán nagy felhajtást rendeznek. A gyermek, aki nem kapja meg a szüleitől az eféle megerősítéseket, könnyen abba a csapdába eshet, hogy túl sok időt töltsön olyan

Ha újság, akkor **DigitalStand**

KEDVENC LAPJAID EGY KATTINTÁSRA!

 DIGITALSTAND



Minőségi idő:

A gépezés sok időnket leköti, érdemes ezért határokat szabni, és képernyőmentes időszakokat kijelölni, amikor csak egymásra figyelünk. Emellett a képernyőket is használhatjuk olyan módon, hogy azok összehozzák a családot és erősítsék a szeretteinkkel való kapcsolatot.



Ajándékozás:

Az internet használatakor a reklámok szinte elárasztanak bennünket, így a gyermekek igényei is egyre nagyobbakká válnak. Nem kell azonban attól tartani, hogy ha nem teljesítjük a gyermekünk minden vágyát, akkor úgy fogja gondolni, nem szeretjük; helyette alakítsunk ki olyan családi szokásokat, amelyek az ajándékok érzelmi üzenetére helyezik a hangsúlyt.



Szívességek:

A szívességek véghezviteléhez, a másiktól való gondoskodáshoz sok időre van szükség. Érdemes ezért tudatosan elhatározni, hogy a képernyőidőt milyen szívességekre cserélhetjük. Mivel a szülői szerep a gondoskodásról (is) szól, könnyen belecsúszhatunk abba a hibába, hogy a gyermekünk minden fizikai szükségletét, kívánságát kielégítjük, de eközben elfeledkezünk az érzelmi fejlődéséről. ♦



WWW.DIGITALSTAND.HU



Kínálatunkból:





SZÖVEG –
SZÁM KATI

SOROZAT –
HÁRMAS KÖTÉS



A PÉNZKÉRDÉS ÉS A KAMASZOK

Itt a nyár. Az iskolába járó kamaszokra rázúdul a szabadság, hiszen az önállóságnak már olyan fokán állnak, amikor a határokat tiszteletben tartva – és persze feszegetve is – többé-kevésbé szabadon dönthetik el, mit kezdenek a vakációval. Csak az a fránya pénz ne lenne! Mert az azért erősen korlátozza az elképzeléseket. Hogyan lehet gyerekeinknek megtanítani, hogy jól bánjanak a pénzzel?

◆ A GYEREK ÉS A CSALÁDI KASSZA

A pénz nem küszöbölhető ki az életünkéből, de nem a legfontosabb érték. Hogyan lehet ezt nemcsak elméletben, hanem a mindennapi gyakorlatban is megmutatni? Orsolics Zoltán Zénó ifjúsági és családi tanácsadó szerint – aki a kamaszszerviz.hu-n ad tanácsot szülőknek a fiatalokat érintő problémákkal kapcsolatban – „fontos, hogy ne feledkezzünk meg arról, hogy a gyerek velünk él, mindent hall és lát, a pénzügyeket is. Ehhez való viszonyát meghatározza, hogy hogy állunk ezzel mi, szülők: mire költünk és mennyit, vagy mit tekintünk fontosabbnak, a gyermekünk is látja, érzékeli.”

ÉN SAJNÁLOM AZOKAT, AKIKNEK MINDIG MINDENÜK MEGVOLT.
HA EGYSZER BAJBA KERÜLNÉNEK, HIÁNYOZNA NEKIK
AZ A KÉPESSÉG, HOGY TÚLÉLJENEK.

(LILI)

„Amikor a hároméves gyermeknek nem engedjük meg, hogy mindent, amit megkíván, belepakoljon a bevásárlókosárba, máris szembesült a pénzügyi korlátokkal” – mondja Németh Erzsébet szociálpszichológus. „Ha kikötjük, hogy csak egy édességet választhat, amit csak fizetés után bonthat ki, túl vagyunk az első, gyakran sírással kísért leckén. Később megismerkedik a család kiadásaival, bevételeivel, lehetőségeivel és azzal, hogy ő ennek a költségvetésnek része, nem csupán haszonélvezője. Minden botlás, túlzott követelés lehetőség a tanulásra. Beszélgetni kell a gyerekekkel ezekről a kérdésekről, segíteni nekik a reális célkitűzések és tervek kidolgozásában. Persze a kamasszal már nem könnyű beszélgetni, főleg a prédikációt nem szeretik, de ez ne tántorítson el minket! Jó, ha tudunk gyermekeink vágyairól, félelmeiről, miként gondolkodnak az életről, a boldogságról, a gazdagságról.”

A kamasszerviz.hu szakértője is figyelmeztet arra, hogy kamassz korban a tinédzser reakciója felerősödik, miközben szeretné befolyásolni, hogy mi legyen a családi prioritás. „Van, hogy másokhoz, a kortársai szüleihez hasonlítja saját szüleit és azok anyagi helyzetét is. Emiatt néha lehet szüleiével szemben degradáló, szemtelen, de hosszú távon érvényes, hogy ahogy a szülő súlyoz, kalkulál, gondolkodik a pénzről, úgy fog gyermeke is.” A kamasszokat érdemes bevonni a család pénzügyeibe, de nem megterhelve őket. Fontos, hogy ne legyen tabu, és a pénzügyi korlátainkra ne csak a viták hevében hivatkozzunk. Orsolics Zénó úgy látja, amennyiben a fiatal tud a család aktuális anyagi helyzetéről, érzékenyítjük arra, hogy ne kérjen olyan dolgot, amit éppen nem kaphat meg. „A mai családok egyik nagy problémája, hogy mindent meg akarnak adni gyermeküknek, ami pénzen megvehető, és nem tanulja meg a gyermek a határokat, a »nem«-eket.”

AJÁNDÉK ÉS ZSEBPÉNZ

Adjunk-e pénzt ajándékba, és ha igen, mikor? Az ifjúsági tanácsadó szerint ezt próbáljuk időben kitolni, amíg lehet. Amikor már azt látjuk, hogy a tinédzser gyűjt valamire, akkor léphet be a pénz mint ajándék, tudva, hogy a pénz akkor okozhat örömet, ha megvan a célja és helye az életben. A zsebpénzzel kapcsolatos kérdésemre pedig ezt válaszolja: „Szinte minden praktikus, kézzel fogható szükségletünk pénzhez kötődik valamilyen formában, ezért nem lehet elég korán elkezdni. Annál is inkább, mert érdemes nem tabuként vagy valamiféle misztikus dologként kezelni, inkább egy egyszerű eszközként, amely sok mindent könnyebbé

tehet. Éppen ezért óvodás vagy kisiskolás korban már adhatunk zsebpénzt. Sokkal kényesebb kérdés a zsebpénz mértéke. Minden család más-más anyagi lehetőségekkel és pénzköltési szokásokkal él. 100 Ft is zsebpénz lehet egy nagycsoportos ovisnak, de egy kisiskolás ne »rohangáljon« több tízezer forinttal, ez nem reális, sőt, veszélyes lehet. Ebben az életkorban néhány száz vagy ezer forint is lehetőséget ad a gyűjtésre, tervezésre, beosztásra, és ez a lényege a zsebpénznek, hogy ezeket a készségeket elsajátítsa.” Németh Erzsébet figyelmeztet arra, hogy kockázat nélkül nincs tanulás. „Fontos, hogy egy tizenévesnek legyen olyan pénze, amit szabadon felhasználhat. Lehet, hogy rosszul költi el, de ez is a tanulás része. Ha elköltötte a gyűjtögetett pénzét valami menő cuccra, és most itt áll egy fitying nélkül, legyünk megértők és segítőkészek, de ne pótoljuk a veszteséget! Viszont segíthetünk, hogy hamar összegyűljön a pénz, amit például egy nyári koncertre gyűjt, azzal, hogy megduplázzuk minden hónap végén azt, amit félretett, vagy valamilyen munkát ajánlunk, amivel pénzt kereshet.”

Kössük-e a zsebpénzt feltételhez, és meghatározhatjuk-e, hogy gyermekünk mire nem költheti: például szeszesitalra vagy cigarettára? A szülők gyakran panaszkodnak, hogy nincs mivel megfogni a kamassz gyermeküket – végső esetben a zsebpénz lehet motivációs kellék. „Viszonylag könnyű meghatározni, hogy melyik érdemjegyért, esetleg tevékenységért mennyi pénz jár, illetve mennyi vonódik le a zsebpénzből. Ilyenkor világos, egyértelmű keretek fogalmazódnak meg. És bár a kamassz nehezen viseli a következményeket, ettől még érdemes kitartani. Ha a szülő szeretné, hogy egészséges és hasznos dolgokat vásároljon gyermeke, viszont az édesapa minden hónapban nagyobb mennyiségű alkoholt vagy cigarettát vásárol magának, akkor nem tudja hitelesen kérni tinédzser gyermekét arra, hogy ne költsön ezekre.”

ANNAK, AKI MINDENT MEGVEHET,
AZÉRT ROSSZ, MERT HIÁNYZIK BELŐLE
A VÁGYAKOZÁS.

(M. MÁTÉ)

SZÁMOMRA A PÉNZ AKKOR KEZDETT EL ÉRTÉKET KÉPVISELNI, AMIKOR HATÉVES KOROMBAN AKARTAM VENNI EGY LEGO-MOTORT 60 FT ZSEBPÉNZBŐL, ÉS KIDERÜLT, HOGY EZ NEM LEHETSÉGES.

(ZSOMBOR)

NEM A MENNYISÉG SZÁMÍT

Nem feltétlenül az a lényeges, hogy a fiatalnak túl sok vagy túl kevés a zsebpénze, hanem az, hogy mihez képest, és ő ezzel mit kezd – véli Orsolics Zénó. „Amennyiben a kortársaihoz képest kevés, de otthon azt látja, hogy nem a pénz az érték, és egyébként mindent megkap a családjától, valószínűleg nem fogja hiányként megélni. Amikor túl sok a pénze a kortársaihoz képest, de otthon nem ezt tekintik értéknek, esetleg régóta gyűjti valami nagy és drága dologra, ez sem okoz problémát. De ha a pénz mint abszolút érték jelenik meg, úgy nyilvánvalóan a kevés és a sok – tehát a szélsőségek – szorongást okoznak. Ilyenkor ez nehezíti a beilleszkedést a kortárs csoportba, okozhat kiközösítést, peremre szorulást. Amennyiben tinédzserkorban hosszan fennáll ez az állapot, személyiségtorzuláshoz vezethet.”

A vakáció idején több lehetőség van a saját pénzkeresetre, ez persze nemcsak izgalmas kihívás, hanem veszélyforrás is. A jogi értelemben felnőtt, de tapasztalatlan fiatalokat szívesen cserkészik be ügynökök, akik kis befektetés fejében mesés jövedelemmel kecsegtetnek, de hamar megtalálják őket a különféle pilótajátékhoz hasonló bizniszek, a „szürke” vagy illegális pénzkereseti lehetőségek, áruvásárlási hitelek. Milyen mélységig szóljunk bele, hogy kamasz

gyerekünk hogyan keres pénzt? „Akinek kamasz gyermeke van, ne pályázzon népszerűsége – figyelmeztet Németh Erzsébet. – A tizenévesek a kortárs csoport elvárásaihoz alkalmazkodva gyakran olyasmiket csinálnak, ami helytelen, veszélyes vagy büntetendő. A szülők hallgassanak a szívükre és a józan eszükre, és ha szükséges, mondjanak nemet! Sokat beszélgessenek a gyerekekkel ezekről a problémákról, és ne féljenek a tizenéves haragjától, duzzogásától! Felnőttkorában fontos értékévé válhat számára a kamaszként megtanult lecke.” Orsolics Zénó szerint „a szülő mindig is tanácsadó, modellszemély marad. Pénzkeresési mintája, állása és az ebből fakadó elégedettsége, boldogulása is minta. Ha a szülők boldog hivatásukban dolgoznak, és ezzel tartják fenn családjukat, elvárhatják gyermeküktől a hasonló út keresését. De fontos a keresés szó! Gondoljunk bele, hogy mi magunk mennyi ideig kerestük jelenlegi munkánkat! Tinédzser gyermekünk az út elején van. Kötelességünk felhívni a figyelmét a bűnözői, csaló, törvénytelen és gyanús munkakínálatokra, amelyekből bőven akad a munkaerőpiacon. Ezzel együtt lesznek rossz munkahelyei, mivel az út elején tart. Néhány év múlva, amikor már nem tudunk rá erős érzelmi és intellektuális hatást gyakorolni, neki kell meghozni a mindennapok döntéseit, abból merítkezve, amit tőlünk kapott egészen 18 vagy 20 éves koráig.”

A MINTÁN TÚL

A pénzügyi nevelés az iskolában is tanítható. Németh Erzsébet szerint a kulcs itt is a fejlesztés és az önvizsgálat. A szociális kompetenciák tanulása, fejlesztése: a frusztrációtűrés, problémamegoldás, felelősségvállalás, kitartás, küzdeni akarás stb. És az önismeret: milyen szükségletét tölti be ez a helyzet? Mitől fél? Mi gátolja? Milyen célokat, álmokat tud megfogalmazni?

Esetleg van, akiben felmerül a kérdés, lehet-e a pénzzel kapcsolatos kérdésekben a kamasz számára hiteles forrás a pedagógus, akinek társadalmi és anyagi megbecsülése a kívánatosnál alacsonyabb. A szociálpszichológus szerint igen. A hitelesség ugyanis nem a pénztárca vastagságától függ, még pénzügyekben sem. „A hitelesség azt jelenti, hogy az ember azt mondja, amit gondol; úgy viselkedik, ahogyan érez, és a fentiekkel összhangban cselekszik. Ebben az esetben tehát nem elég hangoztatni, hogy légy takarékos; addig nyújtózkodj, ameddig a takaród ér; tartsd kézben a pénzügyeidet stb. Ezeket a felnőttnek hitelesen kell képviselni.”

Általános jelenség, hogy a huszonévesek a korábbiánál tovább élnek otthon. Mi az, amiben a fiatalok ilyenkor elakadnak, mi akadályozza őket, hogy a mamahotel-papabank állapotából eljussanak az önmagáért anyagilag felelősséget vállaló, önmagát (vagy akár a gyerekeit is) eltartó felnőttig? A szakértő óvatosan fogalmaz: „Egy konkrét helyzetben, ahol a mamahotel jelenségről beszélünk, ennél azért bonyolultabb a dolog, mert ez családdinamikai jelenség, tehát éppúgy részese a szülő, mint a gyerek. Ez egy családterápiás helyzet, ha probléma adódik, érdemes szakmai segítséget kérni.”



Hallgassák meg június 9-én 11:30-kor az MRI Kossuth Rádión Keresztes Ilona VÁLASZ-UTAK c. műsorát, amely a Hármas kötés e havi témáját dolgozza fel kamaszokkal.

FONTOS, HOGY A TÁRGYAKNAK
ESZMEI ÉRTÉKE LEGYEN.
KIBORULOK, HA VALAKINEK KÉTSZÁZEZRES
TELEFONJA VAN, ÉS NEM VIGYÁZ RÁ.

(LILLA)

Németh Erzsébet szerint számos lehetőség van, hogy pedagógusként is hozzájáruljunk a gyermek pénzügyi tudatosságának fejlesztéséhez. Elérhető például a Pénzügyi Személyiség Teszt, amelyet ő állított össze, és mostanában jelent meg a Pénziránytű alapítvány gondozásában egy kimondottan kiskamaszoknak szóló tankönyv „Küldetések a pénz világában” címmel, ez ingyen letölthető az Alapítvány honlapjáról. A könyv egy nagy játék, amely számos élethelyzetre nyújt ötletes megoldásokat. A Pénziránytű két tankönyve mellett, (mindkettő letölthető a honlapról, és tartalmaz munkafüzetet és tanári kézikönyvet is) ajánlja még a Pénznyelő játékot, amely kiszámolja, hogy mennyit takaríthatunk meg egy-egy pénznyelő kiiktatásával (nagyon sokat). A Pénziránytű Alapítvány honlapján sok hasonlóan jó játék található. ♦

További információ új sorozatunkról és az ahhoz kapcsolódó előfizetői akcióról a kepmas@kepmas.hu címen vagy a kepmas.hu Hármas kötés menüpontjában, ahol az adás is meghallgatható.

25 éves a Vendég a háznál c. műsor, amely a benne vendégeskedő Válasz-Utnaknak is helyet ad. A benne szereplő fiatalok, ahogyan a fiatalok általában, szeretnek beszélgetni fontos dolgokról, nyitottak és toleranciára tanítanak minket.

HARMINCASOK A MAMAHOTELBEN



Egyre gyakoribb, hogy a fiatalok jóval az egyetemi évek után sem kezdenek önálló életet, és akár harminc körül is a mamahotelben élnek. Erről készített műsort **Varga Edit** az Éltre-való április 25-i adásában.

♦ Vályi Gábor családterapeuta szerint ezek a fiatalok nemcsak szó szerinti értelemben, hanem képletesen is a gyerekszobájukban ragadtak: nem visznek háztartást, nem gondoskodnak magukról, nem gazdálkodnak önállóan, miközben gyakran a második, harmadik diplomát szerzik. Vagy ők maguk nem akarnak leválni, vagy a szülő nem akarja, hogy elszakadjanak. Úgy fogalmaz, hogy az a szülő, aki nem hagyja eltávolodni felnőtt gyermekét, az nem *gondoskodik* a gyerekről, hanem *gondozza*. A szakértő úgy tapasztalja, általában a legkisebb gyerek megy el a leghamarabb, a középső gyerekek pedig hajlamosabbak tovább otthon maradni. Emellett ott jellemző még a mamahotel-jelenség, ahol az apa-gyerek viszony problémás. A mamahotelben maradó gyerekek esetében előfordul, hogy nem indul meg az elszakadás, önállósodás, a középszintű szinten tapad meg az otthonlét. Ilyenkor a gyerek vagy nem visz haza párt, vagy ha van párkapcsolata, akkor sem ő, sem a párja nem tud ebben a helyzetben nővé, férfivá válni, hanem bizonyos szempontból gyerekszerepben maradnak.

Bögre Zsuzsa szociológus úgy véli, a jelenség oka, hogy elképesztő teher van ma a fiatalokon. „*A mai társadalom hihetetlenül változékony, ugyanakkor nagyon kevés a megtartó közösségi hálózat, így nincsenek azonosulási pontok, a huszonevesnek magának kell összeraknia, hogy »ki vagyok én, kivé kell válnom, mi a feladatom«.* Ez nem azért

van, mert az egójuk túl nagy, hanem azért, mert nem ad a társadalom kapaszkodókat, és az egyén folyamatos feszültségben él. Kevés a feleség-, a meny-, az anyaszerepminta. Félévenként kiderülhet, hogy nem működök abban a közegben, amelyben addig megfeleltem. Azt érzik a fiatalok, hogy amíg ezzel nincsenek tisztában, nem léphetnek ki, nem találhatnak párt.” A mamahotel–papazseb-jelenség abból következik, hogy ma elhúzódnak az életszakaszok, már a kamaszkor is kitolódik gyakran a húszas évekig.

Csereklye Andrea szexuálterapeuta úgy véli, hogy párkapcsolati téren főként a fiúknál nagy nehézség, ha otthon ragadnak, mert ilyenkor a partnert gyakran összehasonlítják az anyukával, ugyanúgy kell főznie, mosnia, takarítania, ünnepet varázsolnia, ahogy a mama. Az önállósodást jobb fokozatosan megélni, mint összcsoomagolni és menni. Először a napi rutinból kell kizárni az anyát, például abból, melyik inget vegyem föl, aztán a kisebb döntésekből, végül a nagyobbakból is.

A lányoknál főként a tanulmányok miatt toódik ki az elköltözés – mondja Gyombolai-Kocsis Fruzsina pszichológus. – Külföldi tanulás, több diploma, ehhez hozzáadódik, hogy nehéz egy szakmában nőként érvényesülni. Ezért sok nő később köteleződik el, vállal gyereket, tovább marad otthon. „*Egyáltalán nem biztos, hogy kényelmes ez a szerep a fiatalnak, ahogy ezt a közvélemény gondolja. A leszakadás pedig nagyon nehéz feladat mindkét félnek.*” ♦

A cikk az Éltre-való 2017. április 25-i adása alapján készült, visszahallgatható a Magyar Katolikus Rádió weboldalának archívumában.



SEGÍTENI ÉS A LEHETŐ LEGKEVÉSBÉ BÁNTANI

Anyukám hangján az utóbbi évtizedben sokszor hallottam a telefonban: „Te, a Vendég a háznál hallottam...” És itt általában az anyának szóló tanácsok és az újságírónak szóló témajavaslatok következtek. Az MR1 Kossuth Rádió műsora 25 éves, május 6-án a Pagodában meg is ülték a születésnapot a hallgatókkal. *Keresztes Ilona* főszerkesztővel beszélgettem.

♦ – Milyen érzés volt látni is a hallgatókat?

– Nagyon jó volt, mert ugyan hívnak minket telefonon, jönnek levelek, üzenetek, segítségkérések, saját történetek, de az adásokat egyébként a láthatatlanba engedjük bele, és most személyesen találkozhattunk velük. Olyan volt, amilyenek az álmainkban elképzeltük: családi házzá változott a Pagoda. Lehetett kézműveskedni, társasozni, itt volt Süsü, berendeztük a Tévé-Maci szobáját, a válaszfal fiatalok eljöttek mesélni és játszani a kicsikkel. A felnőtteknek beszélgetést szerveztünk szakértőkkel olyan témákról, amelyekről a gondolkodásunk az elmúlt 25 évben nagyon sokat változott. A szülésről, az apaságról, a gyerekek fegyelmzéséről és a generációk együttéléséről. A pici babától a dédmamáig érkeztek hallgatóink.

– A magazinok egykor napi praktikus tanácsokat adtak. Ezek ma már elérhetők online, változtatott ez a műsoron?

– A Vendég a háznál adásaiban viszonylag ritkán foglalkozunk ilyesmivel, és valóban, talán a rádiózásban is kevesebb a konkrét életmód-tanácsadás. Rám is igaz, hogy az örökzöld témákhoz nincs türelmem, például, hogy mit adj a gyerekeknek uzsonnára, hogyan ápolod, ha náthás. A családok emberi működése érdekel jobban, a hallgatók is ilyesmivel keresnek minket. A kényesebb témákkal, amelyek fejlődőfélben vannak, amelyekről jó volna társadalmi szinten is gondolkodni,

mert emberéleteket érintő döntések születnek róluk. Ilyen például a bérnyaság, amelyről a bulvárlapok pletykaszinten tudósítanak, de arról nem ejtenek szót, hogy mit jelent ez a történet összes szereplőjének, milyen kihordani és megszülni más kisbabáját, úgy, hogy nem köthetünk hozzá. Milyen egy újszülöttnak soha oda nem bújni az anyához, helyette idegenekhez, esetleg egy másik kontinensre kerülni.

– Mit kezdtek a fájdalommal vagy indulattal, amelyet kivált egy-egy ilyen kényes téma?

– Felkészülünk rá, hogy ez megtörténhet. Az a kérdés, hogy kiért tartozunk felelősséggel egy olyan műsor készítőiként, amely a gyerekekért van, a gyerekek jóllétéről szól. Informáljuk a közvéleményt komoly kérdésekről, és ha ezekkel lelkiismeretesen és bátran foglalkozunk, előfordulhat, hogy az mélyen érinti a téma szereplőit. De ha egy mozaikcsaládról készült műsorból kihagyod, hogy micsoda trauma a gyerekeknek feldolgozni egy vagy több új személy jelenlétét az életükben, akkor nem voltál közszolgálati, mert nem mutattad meg a teljes képet. De nem lehet cél a bűntudat ébresztése vagy a hatásvadászat. Elsősorban segíteni és a lehető legkevésbé bántani – ez a mottónk. ♦



Az interjú hosszabb változatát a kepmas.hu Társalgó-rovatában olvashatják.



Díjazzuk a családbarát médiát!

A Családbarát Médiaért-díj évek óta rangos elismerése azoknak az újságíróknak és szerkesztőknek, akik a nyomtatott, az elektronikus vagy online sajtóban következetesen kiállnak a családi élet értékei mellett. A díjat a Képmás szerkesztősége hívta életre 2007-ben és a Média a Családért Alapítvány osztja ki.

Az évi 12 jelöltet nyolctagú szakmai zsűri választja ki a print és elektronikus médiamegjelenések közül. Az aktuális hónap győztesével interjúk olvashatnak lapunkban.

Decemberben választjuk ki a **Családbarát Médiaért-díj** 2017 magyarországi és külhoni díjazottait, akik 500 000 Ft jutalmat kapnak.

Bővebb információ: www.mediaacsaladert.hu,
facebook.com/mediaacsaladert



SEGÍTSEN MEGTALÁLNI A HÓNAP JELÖLTJÉT!

Ajánljon olyan nyomtatott vagy elektronikus sajtóban megjelent, illetve rádióban, televízióban sugárzott anyagot, országos vagy határon túli médiából, amely a családot mint értéket jeleníti meg!

Javaslatát az info@mediaacsaladert.hu címre várjuk.

AZOK KÖZÖTT, AKIK A KRITÉRIUMOK-
NAK MEGFELELŐ JELÖLÉST (ÚJSÁGCIKKET,
RÁDIÓ- VAGY TÉVÉMŰSORT, ONLINE
TARTALMAT) KÜLDENEK NEKÜNK, HAVONTA
KISORSOLUNK EGY AJÁNDÉKOT.

Támogatók





JÚNIUSI JELÖLT



DIÓS JUDIT



Diós Judit idén februártól a *Vendég a háznál* szerkesztő-riportere, az egyetem elvégzése óta rádióriporterként dolgozik. Pályáját az egri Katolikus Rádiónál kezdte, a Kossuth Rádióhoz 2004-ben került, 2011-ig a hírszerkesztőségénél dolgozott.

LÁTHATATLAN SEGÍTSÉG

A láthatatlan munka láthatóvá tételére hirdetett pályázatot a Nagycsaládosok Országos Egyesülete. Ennek eredményéről, az egymás életét könnyítő ötletes és hatékony segítségről, illetve magáról a díjátadóról számolt be a Kossuth Rádió *Vendég a háznál* című műsora, amely a Családbarát Médiáért-díj júniusi jelöltje lett. A téma fontosságáról **Diós Judit** szerkesztő beszélt nekünk.

◆ A Nagycsaládosok Országos Egyesülete a láthatatlan munka napjához igazodva szervezte konferenciáját, így a témafelvetés adott volt. A felelős szerkesztő, *Keresztes Ilona* ötlete volt, hogy a műsorban behatóbban is foglalkozzanak ezzel. – *A rendezvény nagyon érdekes volt, köré épült az összeállításom is. A témára azért ugrottam rá, mert az önkéntes munka, ami szívügyem, része a láthatatlan munkának, még akkor is, ha maga a konferencia nem erre volt kihegyezve* – mondja Judit. Hozzáteszi, hogy az esemény központjában a családban végzett nem látható munka állt, ami ugyancsak pótolhatatlan és fizetség nélküli. Nagyon érdekes dolgok hangzottak el, például hogy ez a tevékenység sokkal komolyabb szektora a gazdaságnak, mint gondolnánk. A Központi Statisztikai Hivatal szakemberei az úgynevezett időmérleg-kutatásokkal nagyon pontosan ki tudják mutatni, hogy ez mit is jelent, ha pedig mindezt kivetik a bruttó hazai termékre, akkor kiderül, hogy a GDP

26 százalékát adja. Ez hatalmas tétel, mondhatni erre épül a közösség egésze, nélküle a társadalom összeomolhatna. Ez a munka ennek ellenére nemcsak láthatatlan, hanem nem is eléggé megbecsült. A szerkesztő úgy gondolja, értékére emiatt újra és újra fel kell hívni a figyelmet.

– *Az embereknek el kell mondani, hogy aki otthon van a gyerekekkel, illetve ebbe besegít, az nemcsak feladatot végez, hanem komoly értéket is termel. Ezt az üzenetet fontos a döntéshozók felé is közvetíteni, mert a legtöbb láthatatlan munka a gyerekre irányul, és a nők végzik, és itt számolnak is vele, viszont a nyugdíjszámításnál már alig veszik figyelembe* – emeli ki Judit. A szerkesztőhöz a téma azért is közel állt, mert a kommunikáció szak mellett szociológiát is végzett, a szakdolgozatát is az önkéntes munkáról írta. Ez a téma nagyon széles, beletartozik egyebek mellett az is, amikor egy nyugdíjas a szomszéd kislányokat hazakíséri az iskolából azért, hogy ezzel is segítse a mellette élő családot. ◆



A Családbarát Médiáért-díj határon túli jelöltje júniusban
Kiss Réka: Otthontalan memoár.
Az írás a hitek.sk portálon jelent meg.



SZÖVEG –
NÉMETH ZSÓFIA, SZŐNYI LÍDIA pszichológusok

SOROZAT –
EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

A VÉGTELENBE ÉS TOVÁBB

*„Hogy rettenetes, elhiszem,
De így igaz.
Ha szeretsz, életed legyen
Öngyilkosság, vagy majdnem az.
Mit bánom én, hogy a modernek
Vagy a törvény mit követelnek;
Bent maga ura, aki rab
Volt odakint,
Én nem tudok örülni csak
A magam törvénye szerint.
[...]
Ne szólj, ne sírj, e bonthatatlan
Börtönt ne lásd;
És én majd elvégzem magamban,
Hogy zsarnokságom megbocsásd.”*
(Szabó Lőrinc)

Bár életünket nem vethetjük le és fel kényünk-
kedvünkre, mint valami elnyűtt kabátot, de azért
valljuk be, időnként elfog minket a vágy, hogy
kilépjunk a megszokott kereteink, korlátaink közül,
hogy valami merőben mást, újszerűt, a mindennapi
rutin szöges ellentétét csináljuk. Sőt, néha
szeretnénk mindent újrakezdeni, a legelejéről vagy
majdnem onnan, tiszta lappal, ám ha lehet, akkor
a mostani bölcsességünkkel felvértezve, mert akkor
talán másképp alakulnának a dolgaink. No igen,
a kéne meg a volna, a két elbájoló, kételykirobbantó
szavunk. Mi lenne, ha szó szerint fényévekre
kerülnénk a mostani életünk folyásától, a világtól,
amit már oly jól ismerünk?

◆ A TÖRTÉNET

Történetünk, az „Utazók” című film hősei hétköznapi emberek, akik valami egészen
rendkívüli dologra vállalkoztak. Egyenesen fejest ugrottak az ismeretlenbe azért,
hogy a szó szoros értelmében kezdjék újra az életüket. Egy teljesen új világba
tartanak 5000 másik emberrel együtt az Avalon nevű űrhajón, és az út 120 évig tart.
Annak érdekében, hogy az utasok túléljék ezt az intergalaktikus űrutazást, minden
egyik ember egy speciális ágykamrában fekszik hibernált állapotban, így a testük
egyáltalán nem öregszik, és olyan, mintha csak elszundítottak volna. Jelen esetben
a szunyókálás azonban több mint egy évszázadig elhúzódik. Az eredeti tervek szerint
az űrhajó robotpilótával üzemel, és az utasokat csak négy hónappal a célbaérés előtt
ébreszti fel a rendszer, ám az ilyen kalandoknak éppen az a lényege, hogy mindig
váratlan fordulat következik be.



Jim (Chris Pratt) egyszer csak ébren találja magát ezen az ultramodern, ám tökéletesen néma és üres monstrumon. Izgatottan várja, mikor bukkannak fel a társai, hogy megkezdjék utuk következő szakaszát, ám mindhiába, mert önmagán kívül egyetlen éber lélekkel sem találkozik. Rá kell jönnie, hogy porszem került a gépezetbe, és 90 évvel a tervezett időpont előtt sikerült felébrednie. Nem kellene hozzá különösebben magas szintű matematikai képességek, hogy Jim ráébredjen, halálra van ítélve: így soha nem fog megérkezni az új világba, és élete hátralevő részét az űrben, egy acélmonstrum csillogó-villogó, zárt belsejében, magányosan fogja eltölteni.

Kezdeti reményvesztett állapotából az android-robot bártender Arthur (Michael Sheen) billenti ki, aki a pillanat megragadására ösztökéli Jimet. A férfi minden tőle telhetőt megtesz, mindeközben kiismeri az egész űrhajót, különösen annak egyik alvó utasát, Aurorát (Jennifer Lawrence). Jim egy éven keresztül őrlődik egyedül, míg végül rászánja magát, és engedve a pillanatnyi önzésnek, felébreszti a nőt. Kétségbeesett idők kétségbeesett tettekre sarkallnak, tartja a régi mondás. Aurora azt hiszi, ő is egy meghibásodás következtében ébredt fel.

ÖNZÉS VAGY SZERETET?

Kezdetét veszi hát a két ember nem mindennapi kalandja, amely sok kérdést felvetett bennünk. Az ember társas lény, és a kiközösítettség érzése, valamint a társaktól való elszigetelődés negatívan befolyásolja mind az egészségünket, mind pedig a hangulati állapotunkat, és korai halálhoz is vezethet. De volt-e joga Jimnek ilyen módon meghatározni, és ha úgy tetszik, elvenni egy másik ember életét? Morális kérdés egy olyan témáról, amely több mint valószínű, soha nem fog megtörténni jelen sorok egyetlen olvasójával sem. Mégis szeretünk eltöprengeni az ilyen és ehhez hasonló kérdéseken, kényelmes ezekről vitázni, hiszen kellő mértékben távolinak, elképzelhetetlennek tűnik a szituáció, nem rólunk szól, így bátran véleményt nyilváníthatunk. Valójában azonban igencsak húsba vágó kérdéseket boncolgat a film, hiszen a párkapcsolatokban élők zöme szembesül a kínzó kétellyel: ellentétes érdekek esetén kinek a vágyait vegyük figyelembe, ráerőltethetjük-e a másikkra az akaratunkat, manipulálhatjuk-e a másikat a céljaink elérése érdekében, kisajátíthatjuk-e a másik embert? Lehet-e egyensúlyba hozni két embert?



Persze jelen történetünk csupán a képzelet szüleménye, amolyan 21. századi mese. A régi mesék főhősei is felébresztették az üvegekoporsóban fekvő lányokat, de ezzel életre hívták őket. Jim ébresztése azonban a való élet helyett csupán egy acélba zárt életet ad a lánynak, elvéve ezzel Aurora jövőbeli lehetőségeit. A meséket gyakran vádolják azzal, hogy nincs mondanivalójuk a párkapcsolatok valódi nehézségeiről, hiszen véget érnek, amint a szereplők egymásra találhatnak. Verena Kast, svájci pszichoterapeuta szerint ez nem így van, hiszen egymás megtalálása nem csupán egy meghatározott pillanat eredménye, sokkal inkább folyamat, amelynek ismétlődnie kell, hogy a férj és a feleség közös erővel legyűrhessek a párkapcsolatok különböző fázisaiban óhatatlanul is felbukkanó elidegenedés érzését, s újra és újra egymásra találjanak.

Mivel a boldog menyegző és a hetedhét országra szóló lakodalom nem éppen az a befejezés, amelyet a saját házasságainknak szánunk, így érdemes az egymásra találásra egy olyan lehetőségként tekintenünk, amelyhez bármely párkapcsolati szakaszban folyamodhatunk.

Auróra és Jim között valódi kapcsolat a nő döntése hiányában nem tud kialakulni, hiszen az ébredést a férfi egyedül kezdeményezte, s az azt megelőző egy év bőven elegendő idő volt számára, hogy a lány szépségét lesve, a leírt gondolatain ábrándozva egy olyan képet alakítson ki róla, amelynek a valósághoz nem sok köze

van. Mese habbal, mondhatjuk, de tényleg olyan ritka ez a való életben? Bizony, olykor megesik, hogy amikor figyelünk a másik emberre, ahelyett, hogy minél alaposabban igyekeznénk megismerni őt, a fantáziánk segítségével próbáljuk felépíteni a másik személyiségét. Igen veszélyes út ez, hiszen így a másik valójában rejtve marad, s elmarad az önfelismerés élménye is, amikor a másik szemében felfedezzük saját magunkat, s ez erővel és önbizalommal tölt el bennünket, és építi magát a kapcsolatot is. Bár a film mindezt összecsapja, és leönti egy nagy adag cukorsziruppal, de végeredményben a fentiek miatt a szereplőinknek kell a külön töltött idő, az egyedüllét, hogy visszaadják egymás szabadságát, hogy aztán éretten, immár a másik tökéletlenségének tudatában, a másik birtoklása nélkül szabadon dönthessenek egymás mellett. Valódi elköteleződés és életközösség csak így jöhet létre. Allport szavaival élve: „A meghittségnek (...) feltétele, hogy ne legyünk terhére másoknak, ne gátoljunk másokat, ne szűkítsük le más emberek mozgásterét a saját identitásunk keresésében.”

EGYÜTTES ERŐVEL

Jim és Aurora nehéz helyzetben sodródnak a világűrben, s életbevágóan fontos a kérdés: ketten vajon többre lesznek képesek, könnyebben felülkerekednek a rájuk leselkedő veszélyen?

„A PÁRKAPCSOLATOKBAN ÉLŐK ZÖME
SZEMBESÜL A KÍNZÓ KÉTELLEL:
ELLENTÉTES ÉRDEKEK ESETÉN KINEK
A VÁGYAIT VEGYÜK FIGYELEMBE,
RÁERŐLTETHETJÜK-E A MÁSIKRA AZ
AKARATUNKAT, MANIPULÁLHATJUK-E
A MÁSIKAT A CÉLJAINK ELÉRÉSE
ÉRDEKÉBEN, KISAJÁTÍTHATJUK-E
A MÁSIK EMBERT?”

Ki tudnak lábalni szorult helyzetükből? „Az egész több, mint a részek összessége.” – állítja a Gestaltpszichológia. A szinergia, vagyis az eredményes együttműködés elve ugyanezt írja le, amikor a dolgok vagy emberek, egy csapat, egy baráti pár, egy házaspár együtt sokkal többre lesznek képesek, mint amire külön-külön lettek volna. A többletenergia létrejöttének azonban feltételei is vannak. Szükséges, hogy a pár tagjai képesek legyenek kommunikálni egymással, egy közös cél felé, közös irányba haladjanak, de közben felismerjék az eltérő képességeiket, tehetségüket is, amelyek összeadódva járulhatnak hozzá a közös cél eléréséhez.

GONDOLATAINK EREJÉVEL

Anélkül hogy a csattanót elárulnánk, annyi elmondható, hogy a film kiváló példa arra a fajta megküzdésre, amikor nem gyakorolunk teljes kontrollt egy kialakult helyzet felett, és nem áll módunkban megváltoztatni a körülményeinket. Ilyenkor a legjobb, amit tehetünk, hogy a helyzethez való hozzáállásunkat változtatjuk meg, és igyekszünk más szemszögből szemlélni az eseményeket – így tudjuk a legtöbbet kihozni az adott szituációból. Ehhez viszont szükségünk lehet a társas támogatásra, illetve minden olyan erőforrásunkra, ami támogatóan hat ránk. ♦

KÉPMÁS-ESTEK CSALÁD ÉS MŰVÉSZET MEGHÍVÓ

HELYSZÍN:
VÁRKERT BAZÁR
1013 BUDAPEST, YBL MIKLÓS TÉR 6.
RENDEZVÉNYTEREM

APA, FIGYELJ!


Beszélgetés az apaságról.

Az inspirációt
Varró Dani adja,
aki verseiből olvas föl.

Pszichológus
szakértő
vendégek: **Szónyi Lídia** és
Gyombolai Zsolt

A beszélgetést **Szám Kati** vezeti.

2017.
06.06.
KEDD

19 ÓRA


A RENDEZVÉNYEN VALÓ RÉSZVÉTEL INGYENES,
DE REGISZTRÁCIÓHOZ KÖTÖTT.
TOVÁBBI INFORMÁCIÓ +36/1/3651414
SZERKESZTOSEG@KEPMAS.HU
WWW.KEPMAS.HU

RENDEZŐ:



KÖZREMŰKÖDŐ:



TÁMOGATÓ:



SZERENCSEJÁTÉK ZRT.





SZÖVEG –
UNGVÁRY ZSOLT

SOROZAT –
CSALÁDI KÖRBE

BANÁN



Számomra a banán a mai napig különleges szimbóluma a szocializmusnak, a gyerekkoromnak, annak a furcsán nyomasztó világnak, amelyben felnőttem. Kizárólag a téli hónapokban, általában karácsony előtt lehetett kapni. Nem árulták túlságosan drágán, de ritkasága miatt rögtön sor keletkezett ott, ahol megjelent. Általában nem is a zöldség-, gyümölcs- vagy élelmiszerboltokban folyt az értékesítés, hanem az üzlet mellett, az utcán, egy kitelepült mérleg és eladó segítségével. A mai napig, ha az utcán valahol megpillantok egy hosszú sort, az első gondolatom mindjárt az, hogy „nicsak, banán érkezett”.

◆ Egyszer, a nyolcvanas évek közepén, az orrom előtt fogyott el, de kikönyörögtem egy szép, íves darabot az előttem állótól, hogy legalább annyi hadd jusson nekem. Úgy emlékszem, végül az öcsémmel feleztem el. Azóta sem visz rá a lélek, hogy megegyek egy egész banánt.

Néhány hete az egyik szupermarketben akciós banánt kínáltak, olcsóbb volt az almánál (persze ez manapság nem akkora kuriózum), de mire odaértem, az áthúzott és csökkentett árról tanúskodó tábla alatt csak egyetlen papírdobozban árválkodott néhány – egyébként épnek látszó – gyümölcs. Ezt az utolsó néhány darabot aztán senki sem vitte el, tologatták, fogdosták, de ahogy a tízforintos zsömle között is válogat az öntudatos magyar vásárló, úgy a banánból sem kellett már az alja. Sok társammal családostan állapítottuk meg, hogy ezúttal lemaradtunk. Én főleg a gyerekek miatt szomorkodtam, hogy nem lesz nekik, bár igazság szerint ők az almát, epret, körtét ugyanúgy szeretik, sőt. A hatalmas fémkocsira támaszkodó, frusztrált vásárlók között méltatlankodó hangok hallatszottak, elvégre, ha már meghirdették 299 forintért, akkor az jár is nekünk, megoldoztunk érte, a nemjóját az ilyen átverős marketingfogásoknak!

Hirtelen felbukkant két aprócska női alkalmazott, jókora kerek járgányokon húztak nyolc-tíz megpakolt papírdobozt, majd lendületes mozdulatokkal

főlrakták a pultra a 20–25 kilós kartonokat. A körben állók – köztük megannyi életerős férfi, bár egyikük kisbabával – türelmetlenül figyelték. Átfutott az agyamon, hogy segítsék, de a helyzet nem engedte: energikus öntudattal vágták oda a banános ládákat, közeledésemet a mai világban szexuális zaklatásnak vehették volna, vagy annak bizonyítékát látják benne, hogy nem találok alkalmasnak a női munkavállalót a feladat elvégzésére, ezt pedig aligha túrná az egyenlő bánásmód fölött őrkdő hatóság.

Bátrabb vásárlók közben bontogatni próbálták a lenejlonozott csomagokat a banánhoz jutás reményében, az egyik hölgy azonban keményen rádörrent („Várjon, majd én kinyitom!”), azzal a gyűlölettel, ahogyan csak magyar (kelet-európai) kereskedő és ügyintéző képes gyűlölni az ügyfelet, akiből él. Persze, mondhatja, hogy amennyit itt fizetnek neki, azért ne is várjon tőle a cég lojalitást.

Amint odafértem, én is feltankoltam vagy kétkilónyi banánt (ezúton is csókoltam azokat, akik statisztikákat tesznek közzé arról a sajtóban, hogy nem értük még el a nyolcvanas évek életszínvonalát...), és arra gondoltam, vajon a jelenetsorban megbúvó szimbolikus tartalmakból miféle képet rajzolhatunk napjaink Magyarországaról.

Végül aztán úgy alakult, hogy nem is ettem belőle. ◆

MIÉRT LETT BEFEKTETÉSI „SLÁGERTERMÉK” AZ ÁLLAMPAPÍR?

A válasz egyszerű:

mert versenyképes kamatokat és több mint tízféle – különböző futamidejű és kamatozású – megtakarítási formát kínál.

Már egészen kis összeggel is bárki beszállhat az állampapír-befektetésbe.

Egyre tudatosabbak az emberek a pénzügyeiket illetően. A 2008-as pénzügyi világválság óta sokan gondolják úgy, hogy kis összegeket is érdemes rendszeresen gyűjtögetni és befektetni. A legtöbb embernek a biztonság a fontos, hogy belátható időre, előre ismert kamat mellett kockázatmentesen fektethesse be pénzét. Egy befektetés biztonságát és értékállóságát sok tényező befolyásolja, pl. az árfolyamok ingadozása, a pénzügyi környezet vagy akár a pénzügyi szolgáltatók stabilitása, megbízhatósága. Egy jól megválasztott termékkel és pénzügyi szolgáltatóval minden veszélyforrást minimálisra lehet csökkenteni. Erre nyújt megoldást az állampapír.

Érdemes átgondolni, mielőtt befektetésről döntenénk: Milyen időtávra tudjuk nélkülözni (lekötni) a megtakarításunkat? Járnak-e adókedvezményel vagy állami

támogatással? Tartsuk szem előtt, hogy minél nagyobb az ígért hozam, valószínűleg annál kockázatosabb a befektetés. Könnyen visszaváltható-e, ér-e bennünket veszteség a visszaváltás során? Ezeket és más szempontokat is megvizsgálva a befektetések közül kiemelkednek az állampapírok magas kamatozásukkal, az általuk nyújtott biztonság és a sokféle választási lehetőség miatt (féléves futamidőtől a tízévesig, 1 Ft-os névértéktől 10 000 Ft-ig, fix vagy változó kamatozással).

Ha az állampapírt nem tudjuk lejáratig megőrizni, akkor el is lehet adni azon az árfolyamon, amelyet a forgalmazók meghatároznak, és a vásárlástól a visszaváltásig eltelt napoknak megfelelő időarányos kamatot is kézhez kapjuk, a felmerülő költségek (pl. kamatadó) levonását követően. Állampapírokat sok helyen lehet vásárolni: egyes kereskedelmi bankoknál, a Magyar Postán, illetve a Magyar Államkincstár fiókhálózatában. A Magyar Államkincstár igen jó alternatívának tűnik, hiszen itt már a számlanyitással spórolunk: költségmentesen, kötelező megkötések, apró betűs részek nélkül nyithatunk és vezethetünk értékpapírszámlát, és annyit fektethetünk be a megtakarításunkból, amennyit csak akarunk. Online időpontfoglalással a sorban állás is elkerülhető. (x)



SZÖVEG –
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –
KÖZVILÁGÍTÁS

SZABAD MELLŰ ÖRÖMÖK

„*Június volt s ujjongtunk, nincs tovább, / Most gyertek szabad mellű örömök...*” – írja Ady, nosztalgikusan gondolva az iskolaév végére, de feltételezem, nem pont ilyen örömökre gondolt. És nem azért, mert a szabad mellű inkább jelenti a szabadot, mint a mellet.

◆ De haladjunk sorban, mert a dolgok nem most nyáron kezdődtek. Hanem 2016 decemberében, a Londoni Egyetem Goldsmiths kutatókarán, ahol neves pszichológusok, informatikusok és filozófusok gyűltek össze, hogy rátapintsanak a lényegre. Sőt, még előbb, 2007-ben, amikor megjelent David Levy könyve *Love and Sex with Robots – Szerelem és szex robotokkal* címmel. Levy alaptétele egyszerű: a kísérőrobotok valódi társrobotokká válnak, amelyekkel mára intim életünket is megoszthatjuk. Jóslása szerint 2050-re házasságot is köthetünk majd velük. Hajaj, megint valami futurisztikus dolog, miközben a hétköznapjaink valójában alig változnak! – gondolhatnánk. De lehet, hogy tévedünk. Merthogy élénk, jövedelmező üzletről és ötletekről van szó. Mint például a nevében politikai áthallásokat is hordozó Kissengeré, a csökkészüléké, amely csókot másol és szimulál. Bár a szilikonérintés élethűségének még van híja, pl. a „nedvesség” – ahogy a lelkes kipróbálók megállapították –, megbukni nem fog a csökkütyü. És ez csak egy a jelen írásban kevésbé részletezendők sorában.

A robotokkal való intimitás pártolói szerint a szexgépek képesek az érzelmek, vonzódás szimulációjára: a testi-lelki „kapcsolatra”. Ez pedig hozzájárulhat a prostitúció és az emberkereskedelem csökkenéséhez, a távol élő párok kapcsolatának fenntartásához, a házassági hullámvölgyek túléléséhez, ahhoz, hogy az aszociábilisak is átélhessék, amire annyira vágnak.

„Aki képtelen valóságos emberi kapcsolatokra, annak terápiára van szüksége, nem robotszerelemre” – mondja Kathleen Richardson professzor, a „kampány a szexrobotok ellen” mozgalom vezetője. Nincs egyedül az aggályaival, például azzal, hogy a robotok visszautasíthatnak-e majd közeledést. Hogy miként lehet majd kezelni a nyilvánvaló fizikai kapacitáskülönbséget? Nyugtalanító az is, ahogy ezek a szerkezetek táplálhatják az aberrációkat. Vagy az, ahogy ismert sztárok utánzataival csalják majd meg egymást a felek – átlépve ezzel erkölcsi és jogi határokat.

A jövő ezúttal múlt idő. 2017 elejére többet piacra dobtak a 2016 végén bemutatott gépekből. A technológiapolitika bekúszott a paplan alá. Persze, lehet a Kissengerrel anyut is puszilni, és biztos oldhatja robotrománc a magányt. De mi lesz, amikor a robotok házasodnak majd egymással, a mi élethűségünkön elmélázva? És az emberi szerelmet kell majd újra kitalálni, Londonban, egy tudományos konferencián? ◆

Bárki beszállhat



Magyar
Állampapír



Magyar Állampapír

allampapir.hu

A **10 féle befektetési lehetőségnek** köszönhetően a Magyar Állampapír **mindenki számára** ideális megtakarítási forma. Pénzét 6 hónaptól 10 évig terjedő futamidőre, **magas kamatozással** kötheti le. Összegtől függetlenül állami garancia nyújtotta **biztonság**.

Keresse a **Magyar Államkincstár**, a **Magyar Posta** és **egyes bankok** fiókhálózatában!

Jelen tájékoztatás a tőkepiacról szóló 2001. évi CXX. törvény vonatkozó rendelkezései alapján kereskedelmi kommunikációnak minősül, és nem tekintendő ajánlattételnek, teljes körű tájékoztatásnak, befektetési vagy adótanácsadásnak.

TARTALOM KÍVÁNSÁG SZERINT

Az újmédia kiszabadíthatja a szellemet a palackból?

Két kedvenc sorozatom megy egy időben, de nem akarok lemondani egyikről sem, így az egyiket set-top boxra rögzítem, majd alkalomadtán megnézem. Televíziós programcsomagomat megfejeltem egy filmcsatornacsomaggal, így ha ott valamiről lemaradok, nem jelenti azt, hogy kimaradok, mert megnézhetem on-demand. Tévészési szokásaim igencsak megváltoztak az utóbbi években – de mindez milyen befolyással van az életemre?

◆ IGY (IS) TELEVÍZIÓZUNK MI

A testreszabás vagy KIT (azaz saját magunk által összeállítható készlet) a műsorszórás és műsorkészítés fejlődését is meghatározta. Ha a televízió nem kapcsol időben, akkor elveszítheti a tartalomszolgáltatói piac jelentős részét. Az eNet Internetkutató fogyasztói szokásokat felmérő kutatása szerint a tévének három vetélytárral kell ringbe szállnia a fogyasztók kegyeiért. Az egyik a YouTube, a másik a torrentezés, a harmadik pedig az interneten keresztül egyidejű adatfolyamként (streaming) nézhető televíziós tartalmak, például filmek, sorozatok. Ez utóbbira példa a Netflix, az Amazon Prime vagy a Hulu. Az általuk nyújtott műsorfogyasztási újdonságokat mi, magyarok még csak ízlelgetjük, de a tengerentúlon már jelentősen megbolygatták a műsorszolgáltatói piacot.

A kutatás egyik készítője, Pintér Róbert, az eNet kutatásvezetője és a Corvinus Egyetem Infokommunikációs Tanszékének adjunktusa elmondta, hogy a műsoros tartalmak fogyasztása terén most még párhuzamos világok vannak. Ez azt jelenti, hogy a hagyományos televíziózás mellett jelen van az új típusú, internetalapú médiafogyasztás. Szerinte médiafogyasztási szokásainkat részben az határozza meg, hogy melyik időszakban szocializálódunk. A 60-as és annál idősebb korosztály számára az újság és a rádió, a 40-esek és 50-esek számára a tévé, a 30-asok vagy annál fiatalabbak számára pedig az internet a mérvadó média.

TÉVÉ HALADÓKNAK

Mivel a hagyományos televíziózás kihívói elsősorban az azonnaliságra összpontosítanak, a tévé is felvette a kesztyűt. Az ezredfordulón indult el a time-shifting, azaz a késleltetett tévézés: a felvett műsor bármikor megnézhető, egyszerre több is rögzíthető. Ezzel valóban a tévézés kezébe kerül a távirányító, s – amint egy kutatásból kiderült – így élvezhetőbb is a televíziózás. Mindenkinek tetszik, ha saját műsorfolyamot állíthat össze a neki megfelelő programokból. Tetszés szerint alakíthatjuk a nézési időt az on-demand szolgáltatással is. Ez olyan, mint egy digitális videotéka. On-demand, azaz igény szerint válogathatunk a set-top box segítségével a különböző tévéműsorok, filmek között.

ITT ÉS MOST

Ez a tálcán kínált lehetőség egyet jelenthet a kényelemmel, az itt és most élményével. Elsősorban a fiatalabb korosztályok igénye az, hogy valami elérhető legyen bárhol, bármikor. Ám az ezt kiszolgáló technológia behálózta életünket, hosszú távú hatása lehet, hogy fogy a türelem, a késleltetés hiánya pedig a várakozási képességet áthatja alá. „Tovább erősíthet olyan tendenciákat, ami jellemző a mai fiatal generációra: hogy mindent azonnal kapjanak meg” – támasztja alá Ábel Krisztina pszichológus.



SOROZATBARÁTOK, FIGYELEM!

Akár kényszerként is megélhető az a szabadság, amit a digitális környezet kínál azzal, hogy szinte korlátlanul nézhetjük a tartalmakat. Kialakulhat függőség, különösen a sorozatkedvelőknél. A sorozatnézés ma már széles tömegek szabadidős tevékenysége. A pszichológus szerint függésről akkor beszélünk, ha valaki három órát meghaladóan néz sorozatokat, és emellett hajlamos benne maradni abban a világban, ami távol áll a reális élettől. „A való élete unalmassá válik, egy mesterségesen gerjesztett világot tapasztal meg, érzelmeit pedig a sorozat irányítja” – összegzi a szakember. Roger Silverstone, a „Médiaerkölcs” című könyv szerzője szerint a média egyre tolokodóbb alternatívát nyújt arra, amit nem tudunk megtapasztalni a fizikai térben.

AZ ON-DEMAND VILÁGÁBAN

Ha tudatosan használjuk ezt a lehetőséget, úgy érezhetjük, hogy kezünkben a kontroll. Silverstone szerint a műsorsugárzás időbeli beosztásával keretet teremtünk a mindennapok beosztásához, ami csökkenti a bizonytalanságot. A digitalizáció, az információtechnológia lehetőséget ad arra is, hogy kis számú és szétszórtan elhelyezkedő fogyasztók is hozzájussanak a nekik tetsző tartalmakhoz.

„Ez a long tail (hosszú fark) közgazdasági fogalommal magyarázható – mondja Pintér Róbert –, amely a médiafogyasztásra úgy fordítható le, hogy az egyik oldalon áll a kevés tartalom, amely sok embert érdekel, a másikon pedig a sokféle tartalom, amely külön-külön kevés embert vonz, de összességében tömegeket érint. Ez utóbbiakat is figyelembe veszi ez a modell.” Tulajdonképpen végtelen választék alakul ki, ez pedig átalakítja az üzleti modelleket is.

Az on-demand világában más változások is bekövetkeznek. Például, ha saját zenei rádiót állítunk össze egy legálisan használható zeneletöltő segítségével, vagy „saját híradót” kreálunk a minket érdeklő hírfolyamból, akkor nincs szükség olyan szelektálókra, akik megmondják, hogy mit tekintsünk hírnek. Pintér Róbert szerint azonban ezek a szereplők nem tűnnek el, inkább átalakulnak az üzleti modellek.

A változások még nem jelentik a tévé végét. Egy amerikai médiabefektető szerint a televízió tíz éven belül teljesen internetalapú és on-demand lesz. Az on-demand technológia egyik célja a tudatosságra nevelés, segítségével a tévézés tervezhető, értelmes szabadidős alternatívává válik. Egyébként nekünk, a médiakultúra résztvevőinek, tudnunk kell felelősséget vállalni saját részvételünkért. ♦



SZÖVEG –
TOLNAI NÓRA sportpszichológus, életmód-terapeuta, fitness instruktork

SOROZAT –
BEMELEGÍTÉS

A GYAKORI FÁJDALOMTÓL A FENNTARTHATÓ FITTSÉGIG

Gyakran előfordul, hogy elkezdesz rendszeresen edzeni, minden jól halad, érzed a pozitív változásokat, aztán egy hirtelen fellépő sérülés, elhúzódó fájdalom nemcsak a munkád eredményét csorbítja, de akár még kedvedet is szegi? Újabb csalódás, újabb leállás, majd keserédes újrakezés. Van egy jó hírünk: ha betartjuk testünk játékszabályait, és ha jól csináljuk az edzéseket, nem szabad, hogy fájjon.

◆ A kulcs a megfelelő terhelés és a terhelés fokozatos, arányos, egyenletes növelése. Túl hirtelen adott túl nagy terhelés kinyírja az ízületeket, a szervezet izomzata nem készül fel rá, ezért megsérül, ami több hétre, de akár több hónapra is kényszerpihenőre küldhet. Fontos tudatosítanunk: ne kampányszerűen akarjunk eredményeket elérni! Az edzéseket fel kell építeni, az edzescélokat periodizálni kell, a fejlődést folyamatossá és mértékét fenntarthatóvá kell tenni. Tisztázzuk magunkban: mi a célunk? Mit szeretnénk elérni? Egy életre vagy egy strandszezonra tervezünk? Halljuk, de nem hallgatjuk meg, hogy fontos, hogy jól érezzük magunkat sportolás közben. Pedig fontos! Anélkül egy energianyelő, erőből kiszenvedett tevékenységet csinálunk belőle. És nem csoda, hogy a testünk meg is sínyli.

Egy kisebb sérülés, húzóadás, izomláz pár nap alatt magától regenerálódik. Akkor kell orvoshoz fordulni és rehabilitációt végezni, ha a sérülés, probléma nagyjából két hét alatt sem enyhül vagy szűnik meg. Nem feltétlenül enyhül pihentetés hatására, vagy újabb hasonló terhelésre ismételt fájdalommal reagál. Ilyenkor a megoldás – a mozgások korrekcióján

túl – a gyógytornász által előírt és vezetett gyakorlatok napi szintű végrehajtása, az izmok megerősítése és egyensúlyba hozása.

Sok esetben a fellépő ízületi és izomfájdalmakat egyszerűen lehet korrigálni otthon is végezhető, 5–10 perces stabilizációs és mobilizációs gyakorlatokkal. Így az edzés is fájdalommentessé és hatékonyabbá válhat. Ne sajnáljuk az időt ezekre, mert az izomegyensúly és ízületi mozgékonyság visszaállításával sokkal kiegyensúlyozottabban és egészségesebben sportolhatunk. Egy életen át.



MIÉRT FÁJHAT A VÁLL?

Fontos kivizsgáltatni a probléma eredetét. Egész más terápiát igényel, ha a fájdalom a nyaki gerintől vagy a váll problémájából ered. A vállövet tartó és mozgató izmok megerősítése a kulcs, ha ugyanis a vállízületet tartó izmok gyengék, a váll előreeshet vagy lefelé ereszkedhet, ezzel is növelve a sérülés veszélyét. A vállat forgató és tartó rotátorköpeny izmait négy izom alkotja, amelyek a vállízület rögzítésében kiemelkedően fontosak. Ezek megerősítése egyszerű gyakorlatokkal elérhető,



ha rendszeresen végezzük. Fontos, hogy a váll hátrahúzását, hátrafelé forgatását ezekkel az izmokkal érzük el, és ne kompenzáljuk nyakból, a törzsünkkel vagy a trapézizmokkal. A váll izmait különösen terhelik az olyan sportok, mint például a tenisz, röplabda, kézilabda, vízilabda, de a súlyzós erősítő edzések is. Ezekhez kiváltképp szükség van a vállízület stabilitására és a megerősítésére. Hatékonyak lehetnek a gumikötéssel vagy gumiszalaggal végzett erősítések, rotációs és mobilizációs gyakorlatok. Figyeljünk rá, hogy szabályosan végezzük ezeket, inkább kevesebb ismétlésszámmal, lassan és kontrolláltan végrehajtva. Érdemes rehabilitációs tréner vagy gyógytornász segítségét kérnünk, mert bár egyszerű gyakorlatokról van szó, nagyon kell figyelni a szabályos végrehajtásra és posztúrára. Ha fáj a vállunk, és ízületi mobilizációra van szükség, egy-egy alkalommal mindig csak addig terheljük, ameddig a fájdalomhatáron belül tudunk dolgozni. Túl korai és túl nagy terhelés további gyulladáshoz, egyéb izmok túlkompenzáló működéséhez vagy a mozgásterjedelem beszűküléséhez vezethet. Ez pedig egy újabb váll- vagy akár nyaki fájdalmat is eredményezhet.



MIT TEGYÜNK, HA FÁJ A CSÍPŐ?

Számos oka lehet a csípőtájéki fájdalomnak. A csípőhorpaszizom merevsége, a farizom feszsége, illetve gyengesége, a combfeszítő túlhangsúlyozottsága a hajlítóhoz képest, a külső csípőizmok elhanyagolása, a térdízület befelé fordulása mind-mind közrejátszhat benne. Elsőként meg kell találnunk a probléma okát, hogy megfelelő terápiát végezhesünk. Legjobb, ha szakember segítségét kérjük, hiszen nehéz öndiagnosztizálni. De azt például magunk is megfigyelhetjük, hogy ha a csípőhorpasz vagy a farizmok nyújtásával fokozatosan enyhül a fájdalom, akkor nagyobb hangsúlyt kell fektetnünk a feszes izomzat nyújtására. Ha komplexen és arányosan dolgozunk a nagy farizomra, a kis- és középső farizomra, a külső csípőizmokra, valamint a comb hátulsó és elülső izmaira, akkor egyensúlyba kerül a rendszer. A Pilates például kifejezetten alkalmas ennek az izomegyensúlynak és a nyújtásnak az elérésére, valamint a csípőízületi mozgástartomány egyenletes növelésére.

A következő számban az alsó végtag ízületeinek fájdalmáról, karbantartásukról, egészségük visszaállításáról írok. ♦



SZÖVEG –
VANYOVSZKI MÁRIA

KÉP –
AJKAI DÁVID

A Salon
BUDAPEST

VIZEK, HAJÓK, KALANDOK

ENIHORN

2017. tavasz/nyár

Az április szeszélye és a május bizakodása után a június kétségtelenül magával hozza a nyár hangulatát, legyen az időjárás bármilyen. Ez az a hónap, amikor a kevésbé rutinos vitorlázók is kötelet és kormányt ragadnak, hogy a szelet befogva, a vizeket meghódítva induljanak új kalandokra.

- ◆ Egy ilyen kora nyári vitorlázás élménye ihlette az ENIHORN idei tavaszi-nyári kollekcióját: a finoman nőies, mégis praktikus és lezser öltözékeket, illetve a hozzájuk választható, különböző fazonú és mintázatú táskákat.

A kollekció minden darabja tökéletes kiegészítője az urbánus, mégis kissé „matrózos” megjelenésnek. A praktikumot és nem utolsósorban a könnyed eleganciát képviselik. Egyes darabokon megjelenik a márka összes eddigi kollekciójára jellemző virágminta. Az alkalmazott színek elsősorban a víz végtelenségét és szeszélyességét ragadják meg: főszerepbe kerül a sötét tengerkék, az égbék, az aprócska szigetekre jellemző homokszín és az aranyló ragyogás. Felismerhetők továbbá a görög szigetvilágra oly jellemző murvafürt virág lilás, magentás, olykor pirosas tónusai is. A kék és fehér kombinációjából született tengerész stílus, valamint a márkára jellemző, élettel teli meggypiros és az örökvényű fekete is ismét életre kel. ◆





SZÖVEG –
VANYOVSZKI MÁRIA

KÉP –
HORN ENIKŐ

A Salon
BUDAPEST

KOLLEKCIÓ AZ ÉGEI-TENGER HÁBORGÓ HULLÁMAIRÓL

Horn Enikő kézjegye azonnal felismerhető táskáin és ruháin. Az ENIHORN ruhák olyanok, mint a tervező maga: finom vonalak, légies könnyedség, határozott stílus. Az általa képviselt elegancia párosul a mindennapok praktikumával, és közben megidéz valami emléket a saját személyes életéből, ami lehet akár egy épület látványa, a déd- vagy üknagymama ruhatára, egy nyári, szeles vitorlázás.

◆ Enikő tavaly júniusban szállt hajóra a férjével, hogy élete meghatározó vitorlázós élménye után egy erős kollekcióban térjen vissza. A pár a Görögország területéhez tartozó Kükládok-szigetcsoport között hajózott az Égei-tengeren. Erre a vidékre a folyton fújó, meltemi szél jellemző, ami kellemessé teszi az ottani forró levegőt, de a rendkívül erős, akár 5–6 méteres hullámok is gerjesztő légmozgás a legtapasztaltabb vitorlázókat is rendszeresen megoldoztatja, néha még a rendszeres hajómenetrendeket is felborítja.

Az egyik ilyen kemény út alatt Enikő az ilyenkor szokásos módszerrel, a hajó egyik fix pontjához kötve magát szinte a túlélésért küzdött, fejében azonban már a skicceket rajzolta. „Ahogy álltam ott a hajó végében, nézve a háborgó tengert, arra gondoltam, hogy ennek nem így kellene kinéznie. Nekem nem így kellene kinézniem. Fejben már ott tervezni kezdtem egy komplett ruhatárat, benne a tengerész stílust nőies vonalakban idéző ruhákat, overallt, viharkabátot, táskákat. Amikor kikötöttünk, még a hajón azonnal papírt, ceruzát ragadtam. Férjem kérdezte is: »Te mit csinálsz?« »Tervezek.«”

A klasszikus és közkedvelt kék-fehér csíkok megjelennek többek közt a modern sikket megtestesítő LYNN MAY overallon, valamint a laza és a nőies stílusosság különleges kombinációjából született, mélykék maxiruha, a REESE HOOD kapucniján.

Az ENIHORN márka összes eddigi kollekciójára jellemző virágminta ezúttal is meghatározó elemmé válik. A tavasz minden frissessége életre kel a ragyogó királykék, a pasztell finomságú virágminták és a derék vonalát hangsúlyozó, klasszikus nőiességet árasztó maxi fazon randevújából teremtett LUISE ruhán. A kollekció jellegzetes darabja a GISELLE FLORAL bomberkabát, amelynek divatos fazonja kifinomult, mályvaszínű virágokkal festett műbőr alapanyaggal párosul.

A márka kedvelt mintái, az épületmotívumok ezúttal mediterrán hangulatban jelennek meg a színpompás VICTORIA VIVACITY és az EIRA JOLLY szoknyákon.

A kampányképekhez kapcsolt tájképeket maga Enikő készítette az utazásuk alatt.

Horn Enikő 2013-ban indította el első kollekcióját. Különleges tervezésű táskáihoz és ruháihoz azóta is magas minőségű, Olaszországból származó bőr és textil alapanyagokat használ. Eredetileg csak női ruhákat és táskákat készített, egy idő után azonban a férje jelezte, hogy ő is szeretne ENIHORN táskákba pakolni. Így ez esetben is a személyes igények adták az inspirációt a tavaly ősszel bemutatott férfikollekcióhoz, amelyben az üzleti, a sportos és a nagyobb, kifejezetten utazós táskák is megtalálhatók. ◆





SZÖVEG –
SZABÓ EMESE

SOROZAT
UTÁNAJÁRTUNK

ADALÉKANYAGOKRÓL – NEM DIÓHÉJBAN

Sokan tartanak az adalékanyagoktól az allergiás reakció veszélye miatt is, azonban ilyesmit ezek a komponensek csak elvétele okoznak:
A TOP 14-ES TÁPLÁLÉKALLERGÉN KÖZÖTT PÉLDÁUL CSAK EGYETLEN ADALÉKANYAG SZEREPEL.

- ◆ A táplálékallergia olyan immunmediált reakció, amely a táplálék fehérjetermészetű összetevőivel szemben alakul ki. Valódi táplálékallergia a felnőttek kevesebb mint 1 százalékánál, míg a gyerekek 5 százalékánál fordul elő. Ezt a problémát folyamatosan kutatják, a molekuláris allergológia például egy viszonylag új tudomány, de segítségével meg lehet határozni azt is, hogy egy adott élelmiszerben pontosan mely fehérjeláncok váltanak ki tünetet. Ha tehát a pontos meghatározást vesszük, akkor az élelmiszer-adalékok nem tudnak táplálékallergiát okozni, csak túlérzékenységi reakciót, hiperszenzitivitást.

Ezek a komponensek nagyon sokfélék, felhasználhatóságukról az élelmiszerkönyv és a hatályos jogszabályok rendelkeznek. Java részük természetes eredetű, sokszor a természetben is azonos formában fordulnak elő. Például a gumicukor színezésére céklalevet és klorofillt is használnak, amelyek a zöldségekben, gyümölcsökben ugyanúgy megtalálhatók – mondja dr. Pálfi Erzsébet dietetikus, főiskolai docens. Hozzáteszi, hogy a nátrium-glutamátot nagyon gyakran használják ízfokozóként, főleg késztermékeknél, leveseknel, levesalapoknál, csipszeknél. Igazi táplálékallergiát ez sem okoz, de

túlzott fogyasztása fejfájást válthat ki. Ezt az érzékenységet bőrtesztekkel ki is lehet mutatni, és akinél ilyesmi jelentkezik, annak kerülnie kell ezt az adalékot.

A SZORBITTÓL A KÉNIG

Érzékenység a szorbitra is kialakulhat, de az is ritka, ahogyan a tartósítószerre való hiperérzékenységi reakció is. Az allergén élelmiszereknek van egy 14-es listája, amely szerepel az uniós és a hazai jogszabályokban, ezek váltanak ki a leggyakrabban allergiát – az adalékanyagok közül csak a kén-dioxid és a szulfitek szerepelnek itt, amelyekre viszonylag könnyen kialakulhat érzékenység: jellemzően asztmatikus tüneteket okoznak. Gyümölcskészítményekben, gyümölcsjoghurtokban, befőttekben található, segít ugyanis megőrizni az eredeti színeket. Lehetnek ilyen adalékok a borokban is.

A top 14 allergén táplálék listáján emellett a tejfehérje, a tojás és a szója is szerepel, amelyek főleg gyerekekben okoznak problémát. A tejfehérje például többféle allergiás reakciót is okozhat: kiütést vagy hasmenést, esetleg anafilaxiás reakciót. Ehhez nem is feltétlenül kell tejterméket fogyasztani, ugyanis tejfehérjét adalékként felvágottakba, öntetporokba is gyakran tesznek.





Laktózkristályokról készült mikroszkopikus felvétel

MILLIGRAMMOK IS SZÁMÍTANAK!

Mivel az erre érzékenyeknél a tejfehérje már mikrogrammos mennyiségben is tüneteket okozhat, az is problémát jelenthet, ha más élelmiszerek a gyártósoron, gyártóüzemben szennyeződnek vele. Felnőttkorban inkább a pollenallergiához társuló zöldség- és gyümölcs-keresztreakciók váltanak ki allergiás választ. Gyakori keresztreakció a parlagfűé és a dinnyeféléké, ráadásul a parlagfűszezon pont egybeesik a dinnyeszezonnal. A fűfélék pollenje a sárgarépával és a zellerrel gyakran ad keresztreakciót, pollenszezonban pedig az érintettek annyira érzékenyek lehetnek, hogy még húslevest sem tudtak enni.

Az arra allergiásoknál veszélyes élelmiszer-komponens a mogoró is, amely szintén nem adalékanyagként, hanem összetevőként, illetve közös gyártósorok miatt „keresztzennyeződésként” kerülhet az élelmiszerekbe. Aki allergiás rá, annál életet veszélyeztető anafilaxiás reakciót is kiválthat, így az érintetteknek még azonos gyártósoron készült egyéb élelmiszert sem szabad fogyasztaniuk. Pálfi Erzsébet kiemeli, hogy a nyírfapollen is életet veszélyeztető reakciót okozhat, amennyiben mellette valaki almát fogyaszt. Aki erre allergiás, annak pollenszezonban és azon kívül sem szabad almát ennie.

FÉLREÉRTETT GABONA

A top 14-es élelmiszerallergén listáján szerepel a gabonaallergia is, ami nem azonos a cöliákiával, ismertebb nevén lisztérzékenységgel, pláne nem a gluténérzékenységgel emlegetett jelenséggel. „A gabonaallergiát nem biztos, hogy a glutén váltja ki, hanem jellemzően a gabonafélék más fehérjéje. Többféle megjelenése van, létezik például az úgynevezett mozgás indukálta gabonaallergia, amelyet az omega-5 gliadin vált ki, és amely anafilaxiás reakciót okoz. Nagyon ritka jelenség, gyakorisága 0,3 százalék körüli” – mondja Pálfi Erzsébet. Hozzáteszi, hogy vizsgálattal ki lehet mutatni, ha valaki a gabona ezen fehérjéjére érzékeny. A gabonákban még az alfa-amiláz inhibitor és a tripszin inhibitor is gyakrabban okoz allergiát, mint a sokat emlegetett glutén. Ezeknél nem is gluténmentes diétát kell tartani, hanem gabonamenteset. Ez nagyon nehéz, mert sok gluténmentes termék tartalmaz olyan búzakeményítőt, amelyet ilyenkor nem szabad fogyasztani. ♦

MEGRÁZÓ ÉLMÉNY

Az áramütés mint háztartási baleset gyermekkorban

Az áramütés gyermekekre és felnőttekre egyaránt veszélyes. Otthonainkban leginkább az 1–5 éves korosztály van kitéve az áramütés veszélyeinek. Ők általában pusztán kézzel vagy valamilyen fémtárggyal nyúlnak közvetlenül a konnectorba. A tinédzser korosztály már jellemzően a háztartási elektronikai eszközök használata során sérül. A Bethesda Gyermekkórházba évről évre több alacsonyfeszültségű direktáramütést elszenvedett gyermek érkezik (vagyis a sérült teste közvetlen kapcsolatba kerül az áramforrással). Az áramütöttek nagy része maradványtünetek nélkül gyógyul, de igen komoly égési sérülést vagy szervkárosodást is okozhat a konnectorainkban futó 230 Volt feszültségű, 50 Herz-es váltakozó áram.

◆ MIÉRT VESZÉLYES A HÁZTARTÁSI ÁRAM?

A tüneteket és a károsodás mértékét az áram erőssége, típusa (egyenáram vagy váltóáram), a behatás ideje és az áram testen belüli útja, valamint a gyermek egészségi állapota együttesen határozza meg.

Ha az áram áthalad a szíven, akár életet veszélyeztető szívritmuszavart is képes létrehozni. Emellett változatos idegrendszeri károsodást (pl. érzés- és mozgászavart, eszméletvesztést stb.), vesekárosodást, traumás és égési sérülést, áramjegyet okozhat. (Áramjegynek nevezzük azokat a felületi és mélybe terjedő sérüléseket, amelyeket az áram a testbe be- és kilépve létrehoz). A sérült izmai görcsbe rándulhatnak, így nem képes elengedni az áramforrást, ami a hosszú behatási idő miatt igen súlyos károsodásokat eredményezhet.

Eltérő a sérülés mértéke attól függően is, hogy az áram nedves vagy száraz bőrfelülettel érintkezett-e. A nedves bőrfelület kis elektromos ellenállású, így az áram szinte akadálytalanul halad keresztül a bőrfelszínen, ekkor

esélyes a mélyebb szövetek károsodása. Száraz bőrfelületen jellemzően felszínesebb sérülések keletkeznek. Tudnunk kell, hogy az áram a nagyobb ellenállású szövetekben (izmok, inak, csontok mentén) hozza létre a magasabb hőmérsékletet, ezzel együtt a nagyobb károsodást.

HOGYAN LEHET MEGELŐZNI AZ ÁRAMÜTÉST?

A legfontosabb a gondos szülői felügyelet és a kisgyermek megtanítása arra, hogy szülő jelenléte nélkül is maradjon távol a konnectortól és az elektronikai eszközöktől. Emellett sokféle olcsó műanyag vakdugó létezik, amelyek a konnectorba dugva mechanikai akadályt képeznek, így a gyermek nem képes érintkezni az áramforrással. Érdemes a hálózatba FI (másnéven életvédelmi) relét is beszereltetni. Ez az eszköz a „szivárgó” áramot észleli, ami „hiányzik” az áramkörből a testtel való érintkezés során, és még az áramütés tényleges bekövetkezése előtt lekapcsolja a hálózatot.



MIT TEGYÜNK, HA BEKÖVETKEZETT A BAJ?

Az elsősegélynyújtást a saját testi épségünk figyelembevételével végezzük! Áramtalanítsunk, vagy valamilyen nem vezető tárgy segítségével távolítsuk el a gyermeket az áramforrástól. Az áramütést elszenvedett gyermek orvosi kivizsgálást igényel. Amennyiben a sérült nem lélegzik, kiterjedt égési sérülése vagy tudatzavara van, eszméletvesztése volt, esetleg görcsrohama zajlott, hívjunk mentőt! Ha ezen tünetek nem állnak fenn, saját magunk is háziorvoshoz vagy orvosi ügyeletre szállíthatjuk a gyermeket.

MIRE TERJED KI AZ ORVOSI VIZSGÁLAT?

Az ellátást végző orvos belátása szerint az alábbi vizsgálatokat végezheti el gyermekünknel: vér- és vizeletvizsgálat, vérgáz- és EKG-elemzés, az életfunkciók folyamatos monitorizálása, áramjegy mellett szükség esetén sebellenlátás, konzíliumkérés a társszakmáktól.

A körelőzmény és a kapott vizsgálati eredmények birtokában a doktor akár be is fektetheti a gyermeket kórházi megfigyelés céljából. A megfigyelési idő változó lehet, legtöbbször nem több, mint 24 óra. ♦

OLVASNIVALÓ EGY HÓNAPRA, ÉRTÉKEK EGY ÉLETRE.

KÉPMÁS

› stílusos › bátor › elkötelezett



KÉPMÁS MAGAZIN ELŐFIZETÉSEK:

ÉVES ELŐFIZETÉS

(NYOMTATOTT): 5100 FT

TÁMOGATÓI ELŐFIZETÉS

(NYOMTATOTT): 8400 FT

MEGRENDELHETŐ:

KEPMAS.HU

ÉVES VEGYES ELŐFIZETÉS

(1 DIGITÁLIS + 1 NYOMTATOTT PÉLDÁNY)

8640 FT HELYETT 6100 FT

MEGRENDELHETŐ:

DIGITALSTAND.HU/KEPMAS

KÉPMÁS 2002 KFT. 1012 BP. LOGODI U. 44./D ALAGSOR 1. •
BEJÁRAT A BUGÁT LÉPCSŐ FELŐL • TEL: 061 3651414
HA ELŐFIZETÉssel KAPCSOLATOS KÉRDÉSE VAN, ÍRJON
AZ ELOFIZETES@KEPMAS.HU-RA!



SZÖVEG –
BOGOS ZSUZSANNA

SOROZAT –
VÉGY EGY RÉGI RECEPTE!

CSÁRDA, KÁVÉHÁZ, BULINEGYED

Vajon mi a titka a magyar vendéglátásnak?
Mit jelent egyáltalán, és miért vagyunk rá büszkék?
Eredjünk a titok nyomába!

◆ „ÉREZD MAGAD OTTHON!”

A királyi és főúri lakomákról egykori krónikásaink és népmeséink révén tudjuk: dúsan terített asztalok, zenei kíséret és jókedv jellemezték. Faluhelyen a népszokások őrizték meg a vendéglátás hagyományait. Az alkalom, amikor úgy igazán vendégül lehet látni valakit, általában egy-egy ünnephez kötődött, így a kínált ételek és a vendéglátás egyes mozzanatai is rituális funkciót töltek be.

Nem hagyhatjuk ki a felsorolásból a városok lakóit: a hangulatos vendéglők és kiskocsmák világát, ahol az otthon meghitt hangulatát ötvözték a szakácstudománnyal, Krúdy Gyula örökítette meg az utókornak. Az irodalomnak köszönhetjük azt is, hogy nem merült feledésbe kávéházi kultúránk sem. A Pilvax, a New York, a Hadik vagy a Japán legalább olyan fontos helyszíne művelődéstörténetünknek, mint egy-egy íróknak szülőhelye. A kávéház titkát Kosztolányi Dezső foglalta össze legjobban, aki szerint a pesti ember azt mondja: „Az én kávéházam, az én váram.” Mert igaz, hogy ünnepélyes volt, kínálatában és kiszolgálásban pedig vérprofi, mégis belakták az odajárók. Márpedig ez nagyon fontos: akár vendégül látunk, akár vendégségbe megyünk, szeretjük magunkat otthon érezni.

◆ „KI A LEGÉNY A CSÁRDÁBAN?”

Éppen ezért lóg ki a sorból másik kultikus vendéglátóhelyünk, a csárda. A vendéglátás silányságára panaszkodott már Kazinczy és Petőfi is. A szegényes kosztról Jókai és Móra Ferenc is megemlékezett, az épületek romosságáról, elhanyagoltságáról pedig Ady írt. De mit kínált a csárda, ha ételt és kedélyes kiszolgálást csak bizonytalan megbízhatósággal szolgáltatott? Társasági teret! Üzletek, cserék zajlottak benne, híreket lehetett itt hallani. Az ellenségek itt zárták le vitájukat vagy megbékélve, vagy halálra menő verekedéssel, hiszen két dudás egy csárdában nem fér meg. S a betyárlegendák szerint olykor menedék is lehetett egy-egy csárda, pontosabban az alatta húzódó alagútrendszer. Így hát, hiába volt híján a kifinomult vendéglátásnak, a csárda a magyaros virtus és szabadság szimbóluma lett. A XX. századi másodvirágzását éppen ennek a pusztaromantikának köszönhette. Az egykori ételkínálatot (amely leginkább szalonnából és kenyérből állt, csak a tehetősebb utazók kaptak sült húst vagy kolbászt) hozzáigazították a kor igényeihez. Mivel ekkoriban a csárdáknak is otthont adó alföldi régió konyhája jelentette kizárólag a „magyart”,





a három főszereplő a pörkölt, a gulyás és a halászlé lett. Modernizálták a vendéglátást is, nagy súlyt fektettek a hangulatra, a díszekre (pl. paprikafüzér, karikás ostor, cserépedények), a betyárvilág megidézésére. Mítoszt teremtettek. A korszakból adódóan bőven akadtak hiányosságok ebben, mégis, nagyon fontos tanulsággal járt ez a korai brandépítés. Az ötlet a hagyományból jött. Ehhez tették hozzá azt, amit a kor vendége megkívánt (például ételkínálatban), és e köré kerekítették azt a történetet, amely kultikus helyé emelte a csárdát.

„PEST MEGÉR EGY ESTET!”

A pusztuló külső megjelenés romantikája tehát már korábban is meghatározó szerepet töltött be a hazai vendéglátásban. Az első pesti romkocsmák ezt ötvözték a másik alappillérrrel, az otthonosság érzetével (gondoljunk csak a berendezésre). A siker ezek után törvényszerű volt. Ahogy egykor a Horthy-korszak mulatóiban, úgy ma mindenki Budapest bulinegyedében akar szórakozni és jókat enni-inni, legyen az magyar vagy külföldi. A kerület hihetetlen változásokon ment keresztül. A központnak számító

Gozsdu-udvar egyik első fecskéje az azóta is töretlen népszerűségnek örvendő Spíler volt. A 20. század elején élt világhírű ökolívó, Spíler Béla fiktív figurája és története köré dizájnolt kocsmá-borbár-bisztró a magyar vendéglátás minden erényét ötvözi. A laza környezet megadja az otthonosságot, a hely története pedig a mítoszt. Az ételek közt vannak magyar klasszikusok (gulyás, lecsó, mangalicakolbász, csirkepaprikás), kenyérlángosok, de divatos nemzetközi fogások is (burgerek, csípős csirkeszárny). Megfér itt egymás mellett a modernizált hagyomány, a kézműves magyar sör, a fröccs, a minőségi pálinka és a koktél. Betérhetünk reggelire, napközbeni beszélgetésre vagy egy éjszakai bulira. Szemben, a Spíler Sanghaiban a budapesti belváros romkocsmás, kicsit „szakadt” hangulata ötvöződik a ’30-as évek Sanghajának stílusával. Távol-keleti sörök és ázsiai ihletésű, de a megszokottól mégis eltérő, sokkal modernebb ételek. A lenti „titkos bár” pedig tökéletes buli- vagy rendezvényhelyszín. Ha a nyár érkezévével utazni támadt kedvünk, itt megtehetjük, anélkül, hogy elhagynánk Pestet. ♦



SZÖVEG –
BOGOS ZSUZSANNA, 21 étterem

KÉP –
KAUNITZ TAMÁS

SOROZAT –
A SÉF AJÁNLATA

SALÁTA – A VÉGTELEN TÖRTÉNET

Ahogy ruhatárunkban, úgy konyhai repertoárunkban is érdemes néhány alapidarabot tartanunk. Jó például, ha tudunk egy üzembiztos salátareceptet. Örökzöld darab, amely a kis fekete ruhához hasonlóan működik: számtalan alkalomból használhatjuk, hiszen lehet belőle reggeli, ebéd, vacsora; mindig szezonja van; nem hivalkodik, de megbízható minőséget képvisel; és ha egy kis csavart viszünk bele, vagyis feldobjuk néhány kiegészítővel, főszereplővé válhat.

◆ A múlt század harmincas éveinek Ínyesmestere, Magyar Elek egy másik hasonlattal érzékelteti a saláta jelentőségét. Szerinte ez a fogás „az ételek birodalmában a szimfóniát helyettesíti. Megkomponálásához művészet, de feltétlenül szív és lélek kívántatik, és pazar bőkezűség akkor, amikor az olaj, fősvénység, amikor az ecet és bölcsesség, amikor a só adagolásáról van szó.” Látszólag egyszerű étel ez, kell hozzá valamilyen salátafajta és egy jó öntet, de már Magyar Elek leírásából is érzékelhető, hogy itt minden alkotóelemnek komoly jelentősége van.

AZ ÖNTET

Az Ínyesmester például a vinaigrette-ről ír, amely két komponensből áll: sav és zsiradék. Nála ez ecet és olaj, ugyanakkor már itt is számos választási lehetőségünk van. Kipróbálhatunk különféle növényi olajokat (a szőlőmag, a len vagy a repace olaja könnyed ízeket ad, a tökmagé már karakteresebb), és ecetből is választhatunk fűszereset (nyáron például levendulását, ehhez csak néhány szálat kell beleáztatnunk az ecetbe két-három hétig), gyümölcsösöt (mint a málna- vagy az almaecet), de még balsamecetből is többféle áll rendelkezésünkre. Aztán a sav lehet valamilyen citrusféle leve is: használhatunk citromot, zöldcitromot, grépfrútlevet vagy narancsot. Változtathatunk a zsiradékon is: vajjal, de még olvasztott zsírral (olvasztott libazsírral vagy szalonna kisült zsírjával) is készíthetünk salátaöntetet. Ami pedig a két hozzávaló arányát illeti, általában 1:3 arányt használhatunk a zsiradék javára, de

ez függ a másik összetevő savasságától és ízlésünktől is – az 1:4 aránnyal sem lövünk nagyon mellé. Tovább tökéletesíthetjük salátáinkat, ha az öntetet fűszerezük. A szardella a sós ízt, a mustár a savanyúságot erősítheti, a Worcester-szósz enyhe csípősséget adhat ételünknek, ezenfelül pedig bármilyen zöldfűszerrel is ízesíthetjük a dresszingtonget, amely ráadásul nemcsak vinaigrette lehet, hanem használhatunk joghurtot vagy tejfölt is alapként... A bőséges variációs lehetőség jól mutatja, egyszerűen nincs mód megunni ezt az ételt, mert egy kis csavarral máris új formát adhatunk neki.

AZ ALAP ÉS A KIEGÉSZÍTŐK

Ráadásul saláták terén is van választási lehetőségünk: használhatjuk a jól megszokott fejest, az újra divatba jövő rómaidat, az ízében és állagában tökéletes szívсалátát, a jég-salátát, az elfelejtett régi kedvencet, a galambbegyet vagy éppen a mutatós tölgysalátát. Az alapot pedig más levelekkel (például rukkola) vagy zöldségekkel (uborka, paradicsom, avokádó stb.) tovább színesíthetjük. Aztán ott van a feltét kérdése: piríthatunk zsemle- vagy kenyérkockát, szalonnát és különféle magvakat, de 19. századi receptjeink tőpörtyűt is ajánlanak. Ha pedig főétellé emelnénk a salátát, grillezhetünk mellé halat, húst, sajtot. A számos variáció láttán talán kicsit elveszettek is érezhetjük magunkat, ezért mutatunk két salátareceptet. Egy klasszikust és egy újat – mindkettő alapidarabunk lehet! ◆



ÚJ ÍZEK

NIZZAI SALÁTA

Hozzávalók négy főre:

4 × 150 g tonhal, 200 g zöldbab, 4 főtt tojás,
240 g újborgonya, 20 g kapribogyó, 120 g vöröshagyma,
80 g retek, vegyes saláta, só, bors

Az öntethez:

15 g szardella, 5 g fokhagyma, 10 g mustár,
20 ml citromlé, 60 ml olívaolaj

Elkészítés:

1. Főzzük meg a zöldbabot, az újborgonyát és a tojást – utóbbit hat percig.
2. Ezalatt vágjuk fel vékony szeletekre a retket és a hagymát, és keverjük össze az öntet összetevőit.
3. A tonhalat sózzuk, borsozzuk ízlés szerint, majd forró serpenyőben süssük 2–2 percig mindkét oldalát.
4. Keverjük össze salátánk összetevőit, majd tálaláskor helyezzük tetejére a tonhalat és a félbe vágott tojást. Végül locsoljuk meg az öntettel. ♦



Opera Café

KLASSZIKUSOK KÖNNYEDÉN

KECSKESAJTOS SALÁTA

Hozzávalók 4 főre:

360 g kecskesajt (darabonként 90 g), 100 g leveles tészta ,
1 tojás, 480 g salátalevél, 240 g eper, 80 g spárga, 60 g dió

Az öntethez:

40 ml fehér balsamecet, 20 ml vörösborecet,
10 g méz, 5 g mustár, 80 ml olívaolaj, 20 ml citromlé,
20 ml zöldcitromlé, 20 ml narancslé

Elkészítés

1. A kecskesajtszeleteket tekerjük körbe a leveles tésztával, majd kenjük meg tojássárgájával, hogy szép pirosra süljön majd. 200 fokos sütőben süssük 12 percig.
2. Vágjuk fel az epreket, pucoljuk meg a spárgákat, majd zöldséghámozóval szeljük vékony csíkokat belőle. Serpenyőben rövid ideig pirítsuk meg a diót.
3. Öntsük össze az öntet összetevőit és keverjük addig, míg egységes textúrát kapunk.
4. Keverjük össze a saláta összetevőit, tetejükre tálaljuk a megsült sajtot, majd azt szórjuk meg a piritott dióval, és locsoljuk meg az öntettel. ♦



Pest-Buda Bistro



SZÖVEG –
BOGNÁR MÁRIA

SOROZAT –
ZÖLD MOZAIK

ZÖLD MOZAIK

1

SZÉLESSÁV ÉS ŪRSZEMÉT

A Google, a SpaceX, a Boeing és a Samsung az egész világon működő vezeték nélküli netre törekszik, és ezt többzernyi kis műholdnak alacsony pályára állításával szándékozik elérni. Ennek árnyoldala, hogy akár 50 százalékkal is megnövekedhet a „katasztrófálisnak” nevezhető ütközések száma – ami végső soron visszahat az eredeti célra is, káoszba sodorva ezeket a mindentudó rendszereket. Már így is sok egy cm-nél nagyobb tárgy kering a Föld körül ūrszemétként. Ezek „utazási” sebessége 40 ezer km/óra, azaz ütközéskor egy parányi ilyen darabka is egy kézigránát energiájával hat. Az Európai Ūrügynökség (ESA) ezért előírná, hogy a fellőtt egységeket úgy alakítsák ki, hogy azok – feladatuk végeztével – égjenek el az atmoszférában. További problémát jelentenek azonban az üzemanyagegységek és a nyomástartályok, amelyek robbanást idézhetnek elő. Tehát lenne mit megoldani a „megakonstellációkról” álmodó nagy cégeknek!

2

A TISZTA TISZÁÉRT

A Tiszán régóta rendkívüli mennyiségű PET palack úszik le. Ez mindenképpen nyomot hagy, tavalyi laboratóriumi vizsgálatok már kimutatták a vízben a *ftalát* vegyületet, amelyet a műanyaggyártáshoz használnak. A mikroműanyag-szennyezés immár az élelmiszerekben is megjelenik. Ezek az aprózódó műanyagrészcskék már önmagukban, vegyileg is veszélyesek, azáltal azonban, hogy a vizekben levő szerves szennyeződésekkel megkötik, még koncentráltabban jutnak az élő szervezetekbe. A PET Kupa és egy független laboratórium ezért az idén nyáron megméri a Tisza mikroműanyag-tartalmát. A PET Kupa eddig is mintegy 120 folyamkilométert térképezett már fel. Új akcióként 2017-ben egy „Petényi” nevű, „szemétevő” hajót bocsátanak vízre. Ez PET palackok alkotta pontonokból áll, és a műanyag hulladékot gyűjti be. A fő szennyező, Ukrajna felől újabb biztató hírek érkeznek: például programok indulnak hulladéklerakók, -válogatók létesítésére.



Kép - Profimedia - Red Dot



Kép - petkupa-hu

A ROVAT TÁMOGATÓJA AZ



3

HORDOZHATÓ NAPELEM

Az amerikai *mPower Technology* miniatürizált méretű cellákat fejlesztett ki. Nem utolsósorban mérete miatt az új napelem jóval törésállóbb – úgyszólván rugalmas, emellett hordozható méretű. A fejlesztők szerint idővel feleslegessé válhatnak a tetőkre szerelt, terjedelmes napelemek. A kis méret gyorsabb fel- és leszerelést is jelent, ami az olcsóbbá válás egyik tényezője a nagyobb strapabírás mellett. Az űrtechnológiában különösen nagy jelentősége lehet: kevesebb súlyt kell így a műholdak felfövésekor az űrbe juttatni. A kis napelemeket drónok is magukkal vihetik.



Kép - Profimedia - Red Dot

4

OKOS GURULÓUTAK

Jelentősen csökkenthető a gurulási idő azokon a repülőtereken, ahol a betonba épített középvo-naljelző zöld fény mutatja a helyes útirányt a gépeknek. Ezek a repülőgép előtt csak azon az irányon világítanak, amerre a gépnek a futópálya és a terminál között haladnia kell. Ezek a fények nemcsak a pilótákat segítik a sikeres és biztonságos fel- és leszállásban, de a repülőgépek üzemanyag-fogyasztá-sára és így a károsanyag-kibocsátására is kedvező hatással vannak. A frankfurti és müncheni repülőtér mérési eredményei

szerint a gurulás ideje 10–37 százalékkal csökken, attól függően, milyenek a látási viszonyok, illetve milyen a reptér automatizáltságának a mértéke. A teljesen automatizált rendszerek szinte emberi kéz nélkül képesek kirajzolni a gurulási irányt az érkező vagy induló gép elé, vannak viszont olyanok is, amelyek még részben kézi vezérlésűek.

5

LENGYEL VILLANYAUTÓ

A jól ismert kis Polski Fiathoz hasonló méretűre tervezik a fejlesztés alatt álló lengyel villanyautót. Hossza a tervek szerint nem haladhatja meg a 3,7 métert, és egy töltéssel 250 kilométert fog megtenni. Karosszériájára változatokat dolgoznak ki, és a közvéleményre bízzák a leginkább tetszőnek a kiválasztását. A karosszéria-tervezésnek 2017 közepéig kell lezárulnia. Ezután a prototípusok kifejlesztése következnek. Ezekből lehet majd választani, már egy év múlva. A gyártást 49 százalékos állami és 51 százalékos magánrésztvételrel képzelik el. A kormány szándékai szerint 2025-ben már egymillió elektromos autó lenne forgalomban Lengyelországban.

6

SZAÚDI SZÉLERŐMŰ

Az olajban úszó Szaúd-Arábiában borúlátó jóslatok szerint már 35–40 év múlva annyira megfogyatkozhat az olaj, hogy az ország akár energiabehozatalra szorulhat. Ezt a népesség gyors növekedéséből és egyre energiaigényesebb életmódjából vezetik le. A jelenleg (még) olcsó helyi olaj és gáz pazarlást is eredményez. Az ország energiaigénye 2032-re már meghaladja a 120 gigawattot. Egy most kidolgozás alatt levő, 50 milliárd dolláros program nyomán 2023-ban már 10 GW-ot nyernének megújuló forrásokból – ami persze csupán az összefogyasztás 10%-a. Ennek nem kis része származna szélenergiából. Az erre irányuló projekt első fázisaként máris felavattak egy kis szél erőművet Turaifban, a jordán határ közelében, amelynek 2,75 MW-os teljesítménye 250 háztartás ellátására elég. A General Electric további szél erőműveket épít ugyanitt.




SZÖVEG –
MÁRTONFFY ANDRÁS

SOROZAT –
KÉRDEZŐK, KÉTKEDŐK, KERESŐK

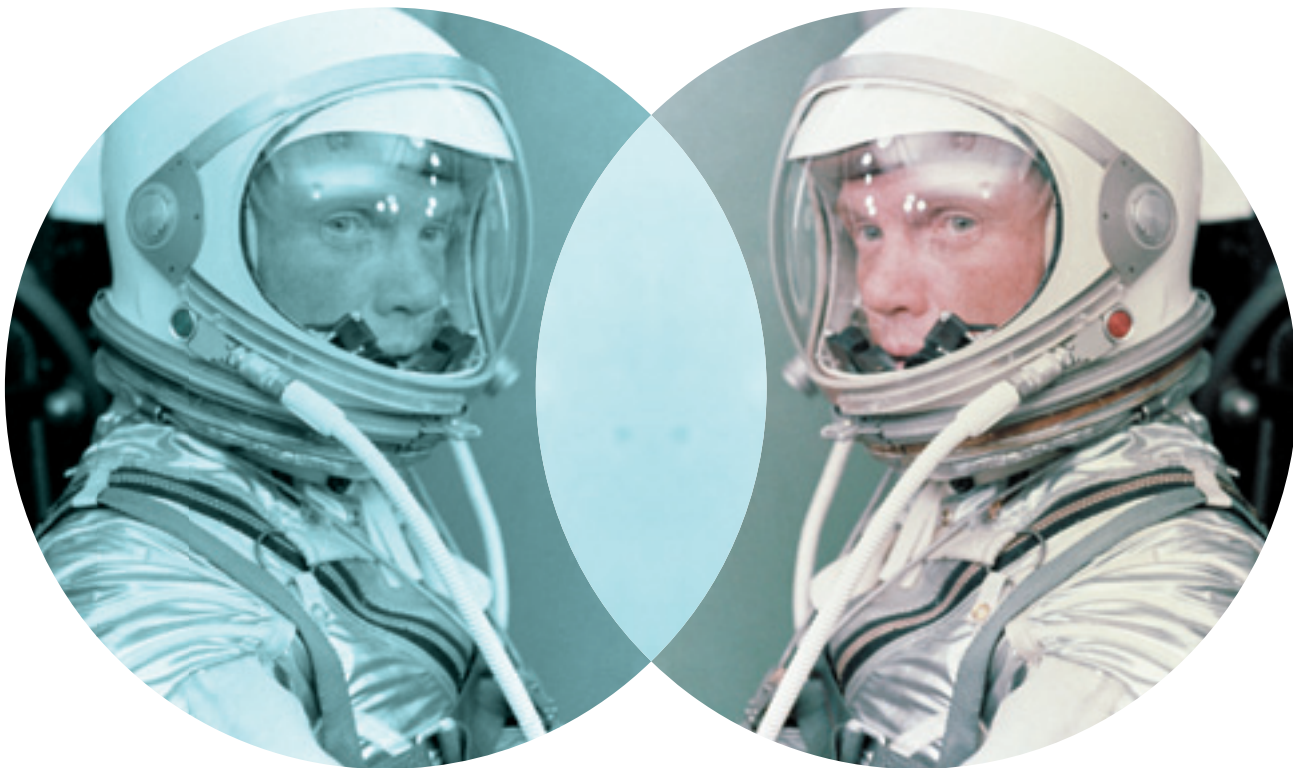
PEARL HARBORTÓL A VILÁGÚRIG

John Glenn életéről nehéz úgy beszélni, és nehéz a fényképére úgy ránézni, hogy ne egy fogpasztamosolyú, szögletes állú, amerikai szuperhős jusson az eszünkbe. Pedig érdemes, mert nem mindennapi figura volt a tudomány és az űrkutatás történetében.

- 
 Kevés olyan ember él már, aki úgy igazából a huszadik század sűrűjében élt. Tavaly december óta még eggyel kevesebben vannak, mert kilencvenöt éves korában meghalt John Glenn. Karrierje – mint sok más, jellegzetesen amerikai típusú hősnek – neki is a hadseregben kezdődött. 1941-ben húszéves és éppen egyetemista volt, amikor a japánok megtámadták Pearl Harbor kikötőjét, és ezzel belerángatták az Egyesült Államokat a második világháborúba.

A kötelességtudó fiatalember nem sokat tépelődött, azonnal megszakította a tanulmányait, és beállt katonának. Soha nem is folytatta az egyetemet: a mérnöki diplomáját csak több mint húsz évvel később, „érdemei elismerése mellett” kapta meg. Annál tevékenyebben részt vett viszont a háborúban. Pilóta lett, bár ez nekünk itt, Közép-Kelet-Európában nem olyan nagy öröm, mert a hozzá hasonló repülősök bombázták rommá Magyarországot. Ő azonban nem itt teljesített szolgálatot, hanem a Föld tőlünk talán legmesszebb eső vidékén, a csendes-óceáni Marshall-szigeteknél.

1945 után nem sok békeév adatott neki, a koreai háborúban is harcolt. Rengeteg bevételt teljesített, és kifejezetten vakmerő volt. Veszélyesen alacsony repüléseket hajtott végre, hogy magára vonja és elterelje a légvédelem figyelmét a bajtársairól. Egy ízben úgy tért vissza a bázisra, hogy kétszázötvennél is több lyukat számoltak össze a repülőgépe fenekén. Ettől kezdve széles körben csak *Mágnességűnek* nevezték.



LEICÁVAL AZ ŰRBEN

Ő volt az első, aki szuperszonikus sebességgel, három és negyed óra alatt átrepült az Egyesült Államok fölött. Az átlagsebessége még úgy sem esett hangsebesség alá, hogy a levegőben háromszor kellett megtankolnia a gépet. És még csak most érünk el az űrkutatáshoz!

Amikor Kennedy elnök és a hidegháború által ihletve beindult az amerikai-szovjet űrverseny, neves háborús veteránként természetesen felmerült a neve. Az előkészületi fázisban lévő Mercury-programhoz kerestek űrhajósjelölteket. Amerika kínos lemaradásban volt a Szovjetunióval szemben: az első Szputnyik, Lajka kutya, Gagarin, Tyitov, mindannyian megelőzték. Az USA sürgősen helyre akarta állítani a tekintélyét, ezért őrült tempóban kezdett felzárkózni.

Glenn minden áron ki akart jutni a világűrbe, de ez nem ment egyszerűen. Nem volt egyetemi diplomája,

ráadásul 1961-ben már negyvenéves volt, ami nem az ideális életkor ahhoz, hogy a világ első űrutasai között legyen valaki. Végül az billentette javára a mérleget, hogy nem volt elég jelentkező, aki megfelelő tapasztalattal rendelkezett volna. Márpedig ő ezen a téren verhetetlen volt. Végül 1962. február 20-án felszállt a „Barátság 7” nevű űrhajóiban. Mai szemmel nézve elképesztő, hogy erre a járműre bízták az életét. A fedélzeti számítógéphez képest a legostobább mai mobiltelefon is felfoghatatlan csodatechnológia, maga Glenn pedig egy sarki kisboltban vásárolta meg azt a fényképezőgépet, amellyel a világűrt fényképezte. A biztonság kedvéért ugyanis magával vitte saját kis Leica-gépét is: a szűk helyen összepréselődve, az ablakon keresztül ezzel készítette azokat a híressé vált képeket, amelyeket azóta is látni lehet a sajtóban.

„VIGYETEK A VEZÉRETEKHEZ!”

Az élete az űrkapszulában is legalább annyira veszélyben forgott, amint a két háború alatt, a vadászgépek vezetőfülkéjében. A felszállás után kiderült, hogy a robotpilóta egyáltalán nem működik, így kézi irányítással kellett levezényelnie az egész repülést. Azt már el is titkolták előle a földi irányítóközpontban, hogy leszállás közben a szerkezet hőpajza meglazult. Ha szétesik, akkor John Glenn elevenen megsül, és hős helyett hősi halottként tér vissza a földre, mint öt évvel később az orosz Vlagyimir Komarov. Az amerikai kapszula végül is kitartott, ami egyébként szintén részben Glenn érdeme, mert már 1959-től részt vett a megtervezésében, és egy eredeti méretű modell tesztelésében is. A kisse túlkoros űrhajós négy óra ötvenöt percet töltött az űrben, összesen 121 794 kilométert tett meg, a legnagyobb sebessége 28 200 kilométer per óra volt, és háromszor kerülte meg a Földet. Ő volt az ötödik ember az űrben.

Amikor a kapszula épségben beleszapódott a Csendes-óceán vizébe, Glenn-nek végül fel sem kellett használnia a magánál tartott, ma már kisse megmosolyogtató levelet. Ezt arra az esetre vitte magával, ha ismeretlen törzsek közé kerülne földet érés után. Több mikronéziai nyelven a következő állt benne: „Idegen vagyok, békével jöttem. Vigyetek a vezérekhez, és hatalmas jutalomban részesültek az örökkévalóságban.”

John Glenn természetesen nemzeti hős lett. Olyan értékes személyiséggé vált, hogy soha többé nem engedték az űrbe. Szenátorrá választották, egyszer alelnökjelöltként is szerepelt a választásokon a Demokrata Párt színeiben, sőt, elnöki ambíciói is voltak, de nem szerzett elég szavazatot. Mindez persze nem zavarta abban, hogy hosszú hátralévő életét is megbecsülésben élje le.



HETVENSKÉNT AZ ŰRBN

Még a hetvenes életeiben is tartogatott meglepetést a világ számára: 1998-ban másodszorra is felrepült a világűrbe! Újabb rekordot döntött: ő lett a valaha élt legidősebb űrhajós. Ahogy ő maga mondta, kísérleti nyúlként ment fel: azt figyelték a segítségével, hogyan reagál az idős szervezet a súlytalanságra és az extrém gyorsulásra. Nemcsak egészségesen tért vissza az űrből, hanem további tizennyolc évet minden komolyabb betegség nélkül élt le.

Házassága is rekordhosszúságú volt: 1943-tól 2016-os haláláig tartott. A pilótajogosítványát is a nyolcvanas éveikig megtartotta, és ekkor is csak azért hagyta abba a repülést, mert a feleségével együtt a fájós térdük miatt egyre nehezebben szálltak be a magánrepülőgépekbe. John Glenn kilencvenöt évesen, végelgyengülésben halt meg 2016 decemberében. ♦

hirdetés

SZENT ISTVÁN RÁDIÓ
TELEFON: 36/ 510 610
E-MAIL: INFO@SZENTISTVANRADIO.HU
WWW.SZENTISTVANRADIO.HU

HALLGASSA RÁDIÓNKAT,
OLVASSA HÍREINKET
INTERNETEN!

HITTEL SZÓLUNK ÉRTÉKEKRŐL

EGER 91,8 MHz
MISKOLC 95,1 MHz
ENCS 95,4 MHz
GYÖNGYÖS 102,2 MHz
HATVAN 94,0 MHz
BÁTORALJÁJJHELY 90,6 MHz
TOKAJ 101,8 MHz
TÖRÖKSZENTMIKLÓS 96,4 MHz

AZ EGERI FŐEGYHÁZMEGYE TELEVÍZIÓJA
HÍREK AZ EGYHÁZMEGYÉBŐL - SZENTMISÉK
ELŐADÁSOK - STÚDIÓBESZÉLGETÉSEK
FILMEK AZ EGERSZALÓKI
IFJÚSÁGI TALÁLKOZÓRÓL
WWW.SZENTISTVANTV.HU

SZENT ISTVÁN TELEVÍZIÓ

HUNGARIAN NATIONAL BALLET
MAGYAR NEMZETI

BALETT

*Venekei Marianna
Tennessee Williams
Dés László*

A vágy villamosa

Tennessee Williams azonos című drámájának balettváltozata. Az előadás a The University of the South, Sewanee, Tennessee különleges engedélyével jött létre. Copyright © 1947, 1953 felújítva 1975, 1981 The University of the South.

Koreográfus ▶ **Venekei Marianna**
Librettó ▶ **Venekei Marianna, Dés László**
Jelmeztervező ▶ **Bianca Imelda Jeremias**
A koreográfus asszisztense ▶ **Sárközy Holler Ágnes**

Zeneszerző ▶ **Dés László**
Díszlettervező ▶ **Zöldy Z Gergely**
Világítástervező ▶ **Csontos Balázs**

Bemutató ▶ 2017. június 17., Erkel Színház
További előadások ▶ 2017. június 23., 24., 25.

ERKEL
SZÍNHÁZ
THEATRE

A jogtulajdonos engedélyét a Hofra Kft. közvetítette (www.hofra.hu)

Médiapartner ▶ **ORIGO**

www.opera.hu | www.facebook.com/Operahaz



SZÖVEG –
LACKFI JÁNOS

☞ CÁPAUSZONY, ORRSZARVÚTÜLÖK

◆ A francia költőnő a kortárs mezőnyben szinte páratlanul remekül szavalja verseit. Lüktető, lihegő hanglejtéssel, táncosan ingadozva, érzékelte a mondatok zakatolását. Ezt a versét viszont más okból is muszáj volt trükkösen fordítanom. Hiszen az eredetiben olyan módszerrel élt, amely magyarul teljességgel visszaadhatatlan. Élőbeszédszerűen lecsípte ugyanis a „néma e”-ket, amelyeket a klasszikus hagyományban ki kellett zengetni szépen, vagyis néma létükre mégiscsak szótagnyivá testesedtek szavaláskor. Elképesztő trükk: ahhoz, hogy veretes nyolcasokban szólaljon meg a vers, keresztbe kellett húzni a régies költői hangsúlyozás egyik aranszabályát! Ez a vers csak úgy cseng hagyományosan, ha hagyományellenesen olvassuk... Nagyot ugrottam örömben, amikor rájöttem, hogyan tudom legalább részben visszaadni ezt a virtuóz húzást. Barbáruul összeragasztottam a szavakat, csak a felező metszetet meghagyva. Így értelmetlen szószőrnyek jönnek létre, amelyek az iskolás verskántálás bénácska hagyományát idézik. Kértem persze és kaptam is engedélyt az efféle kalózkodásra.

A vers stílizáltsága szembeötlő: mintha egy mesében járnánk, öregnéne őzikéje steril világában, ahol minden csupa harmonikus, romantikus szépség, vénséges vén a fa, a kert csodás, a madár szebb minden más madárnál. Holdas este van, mintha királyfiak és tündérek osonnának mindenfelé. Ebbe a babaszoba-idillbe tör be aztán a gyilkos indulat teljesen váratlanul. Merthogy ilyen földhöz ragadt lény az ember: állatkertben szívesen meghallgatja a különleges madárdalt, felvételtől is örömet megtanulja felismerni a sokféle füttyögetést. Csak hát akkor szóljon az a csicsérgés, amikor akarom, lehessen lehalkítani, kikapcsolni, kiiktatni. Mindenből pont annyit kérünk, amennyi épp jólesik. A cápából a finom uszonyát, az elefántból a csodás agyaráát, az orrszarvúból a túlkét, a homárból a húsos farokrészt. Amennyi beilleszthető világunkba. Legyen akvárium, mert a hal nem zajos. Legyen egy négyzetnyi előkert, ahol jól mutat két bokor virág.

Na de próbáljon csak a hangya, a légy, a fülbemászó, a katica, poloska bejönni a házba, amely a mi birtokunk, rögtön készíjtjük a radikális ellencsapást! Hogyisne, majd éppen élősködőkkel osztjuk meg fedelünket! Legszívesebben emberirtóval lefújnánk a flexelő szomszédot, a vijjogó riasztójú autó tulajdonosát, az utcán cigizve éjjel röhögcsélő fiatalokat is. Ófelsége, az ÉN, aludni szeretne, rettentő fáradt, holnap korán kel, vállán a mindenség összes gondja, és különben is az ő háza az ő vára. Úgy tűnik, a túl sok szépség is elviselhetetlen, és felszíjtja gyilkos ösztöneinket! ◆



IKERTÜKÖR

Egy-egy mai vers,
a szerző külföldi, hol nő, hol férfi.
Akik rápillantanak, költők maguk is,
egy férfi és egy nő.
Ugyanaz a szöveg kétféle
arcát mutatja kétfelé...

Edith Azam HÁZAMMÖGÖTT VANEGYKISKERT

Házammögött vanegykiskert.
Átkellmászni egykissövény
Nemtúl magas rajtagyerünk.
Abbakertbe egyvénfaáll
Ezeréves rajtamadár
Sokmadárközt vanegykivált
Avilágleg szebbmadara.
Aszobámból épplátniót.
Neménekel inkábbrikolt.
Azágyamból ponthallani.
Mindenáldott éjjelrikolt.
Legszebbmadár hogyharikolt,
Mindenéjjel szívemszakad.
Élvenyúzza apitvarom
Bőszenrikolt rettentető
Tegnapnemtűr temtétlenül.
Szépestevolt fehérhold
Csendbenléptem átasövényt
Felmásztama vénfánbizony
Aszépmadár igenrikolt
Minthanyúznák szinteüvölt
Mégszebbisvolt mintvalaha
Markombazár tamügyesen
Hátmégsokkal jobbanrikolt
Megfojtottam immárhallott!
RECCS! Alszikszegény!
Alhatomén!

▶▶▶ Lackfi János fordítása

SZÖVEG –
SZABÓ T. ANNA



RECCSMADÁR

A világ egyik legviccesebb és legszomorúbb verse ez. Nem ismerem az eredetét, de a fordítást kell dicsérenem először, mert annyi regisztrált zenget meg a magyar költészet történetéből, hogy öröm olvasni. Először is a felező nyolcas, ami a népdalokat, elsősorban a szerelmes népdalokat idézi, a hadarós iskolás szavalatok szubverzív trükkjével: „teengeme téntégedet”, vagy ha már a madaraknál tartunk: „mindenmadár társatválaszt”; felhossa Aranyt is, nemcsak az epikát, miszerint „szállamadár ágrólágra”, de a boszorkányos balladákat is, „Vörösrébék átalmenta” (csak a végén „hessmadár” helyett „reccsmadár” lesz).

Ez az egyszusz-beszéd nevetséges, de a lihegő örületet is megvillantja, azt a pillanatot, amikor valami külső hatásra – legyen az a Camus-féle vakító sivatagi napsütés, a telehold úri hidege vagy egy hang, szüntelen autóriasztó vagy csillapíthatatlan csecsemő sírás – egyszerre elpattan valami, és olyan gyilkos indulat ébred, ami kioltja a racionalitás világosságát.

Még szerencse, hogy nem ember, hanem egy madár esik áldozatul a ragadozó éjjeli démonnak. Különbösen is, megérdemli, minek rikoltzott úgy! (Szép madár a szarka és a szajkó is, csak a hangja ne volna...) Na ugye. Na ugye? Ki és mi lehet ez a madár, ez az ezeréves, ez a legszebb? Talán afféle tücsöktódor, a lelkiismeret nem szűnő intése? Vagy egy régi szerelem szívszaggató emlékének rémítő dallamfoszlánya? Esetleg a boldogság kék madara, ami megvalósulatlan vágyainkat ismétli folyton? Vagy – és talán ez a legijesztőbb – talán saját tehetségünk, amit végleg magára hagytunk egy sövényekkel körülvett kertben, hogy ne zavarja meg sürgető parancsaival nyugalmunkat, álmunkat, mindennapjainkat? „Egy madár ül a vállamon,/ Ki együtt született velem./ Már oly nagy, már olyan nehéz,/ Hogy minden léptem gyötirelem” írja Nemes Nagy Ágnes a „Madár” című versében. A tehetség szép és fájdalmas, és ha nem etetjük a vérünkkel, bizony éhesen rikoltozik. Betapaszthatjuk a fülünket, párna alá bújhatunk, bujdoshatunk a pusztában, mint a néhai Jónás, de a gyónás elől, a szembesülés elől, urunk szava elől, önmagunk elől nem tudunk elmenekülni.

Mi hát a teendő? Üss vagy fuss, mondja a testünk reakciója – és ha a futás nem segít, az ütés jön. Leütni, megütni, elhallgattatni. Ha valamit nem lehet elviselni, akkor... Akkor? Vajon alhatunk tovább úgy, ahogy eddig? Vajon, ha kitépjük magunkból, ami fáj, akkor nem szakad-e ki vele együtt a szívünk is...? De nagy szavak, széles gesztusok ezek. A vers inkább kaján torzpfófat mutat, szellemkastély tükrében szörnyű dagadt, önző önmagunkat. ♦



SZÖVEG –
DÉR KATALIN klasszika-filológus

SOROZAT –
BIBLIA ÉS IRODALOM

KI VAGY?

Ki vagy, miért vagy, hol lakol? és kinek Szavára mozgasz? s végre mivé leszel? Míg ezt ki nem vizsgálod, addig Por vagy, az is leszel.

◆ **Csokonai Vitéz Mihály** „Az ember, a poézis első tárgya” című versében, 1805-ös halála előtt alig négy évvel, költészetének radikális fordulatáról számol be: arról, hogyan próbált a lét nagy kérdései felé fordulni, szakítva addigi örömközpontú rokokó poézisével, amikor az egész világból egyedül arról akart tudni, hogy „élni s enyelegni édes”. Az idézett részlet kérdéseit „egy levegői hang”, egy haragvó angyal teszi fel a költőnek – ő pedig nekünk. A rokokó kora ez, amikor az ember elveszíti a felvilágosodás vallásellenessége nyomán egykori biztos alapját, transzcendens gyökereit, és halandó volta félelmeivel, szorongásaival küzd. Megpróbálja körülbástyázni magát a való élet borzalmai ellen, a létkérdésekről szóló gondolkodás ellen az evilági szépség és kényelem, a luxus, az érzéki örömek, a szerelem, az erotika igenlésével, a mennyországot a földre varázsló palotáival és porcelán nippjeivel. A mai helyzet hasonló. Egészen másnak látszik ugyan, mások a mai ember szimbólumai, új mítoszait a szappanoperák és a valóságshow-k jelentik, még sincs a lényegben, a lelki mechanizmusban nagy különbség. A 21. századi ember is a lét biztonságos, szilárd kereteinek felbomlását akarja túlélni valahogy, azért veszi körül magát a konzuméletmód legváltozatosabb kellékeivel.

A régi-új értékrend azért vált mára olyan sikeressé, és azért terjed oly sebesen, mert a benne rejlő számtalan

örömforrás könnyen megszerezhető, és e könnyű öröm segít abban, hogy a saját végességével szembesülő ember kiteljesítse önmagát, és abban is, hogy miközben az egyén foglalkozni csak önmagával foglalkozik, ne kelljen gondolkodnia önmagáról, ne kelljen feltennie magának a versbeli kérdéseket. Mindezt persze a fogyasztás kultuszát ránk oktroyáló médiaipar tolatkodó buzdításával. Ám a tárgyak, szolgáltatások, médiatermékek fogyasztása nem képes elérni azt a célját, hogy elfojtsa vagy éppen meggyógyítsa, feloldja az elmagányosodó ember szorongását. Igyekezete reménytelen, mert a vers kérdéseit, a lét egyetemes összefüggéseit firtató kérdéseket senki emberfia nem tudja végleg lerázni magáról. A „levegői hang” kérdései nagyon jó kérdések, mindenkinek fel kellene tennie azokat: Ki vagy? Ki vagy valójában? Az, akinek Isten akart, vagy valami egészen más? Miért vagy? Mit gondolsz életed forrásáról? A teremtő Isten az, vagy egy biológiai vakvéletlen, és te annak értelmetlen terméke vagy? Hol lakol? Hol állsz? A megfelelő helyen, ahol lenned kell, ahová sorsod, ahová Isten állított – vagy sodródsz, amerre a szél fúj? És kinek szavára mozgasz? Isten szava, akarata irányítja-e cselekedeteidet, életedet, vagy saját vágyaid szava, a világ szava, netán a sátán szava? S végre mivé leszel? Erre az utolsó kérdésre a költő maga ad választ: Míg ezt ki nem vizsgálod, addig por vagy, az is leszel. ◆



Ricardo Solis (Guadalajara, Mexikó): Játékos festmények 12. – Zebra



SZÖVEG –
KESZLER PATRÍCIA

KÉP –
PÁCZAI TAMÁS

KÜLDETÉS A FÖLD-BOLYGÓN

Yann Arthus-Bertrand, a „Földünk a magasból” című fotóalbumával világhírnevet szerzett francia fényképész április közepén látogatott Budapestre az Európai Bizottság Információs és Kulturális Központjának, az Európa Pontnak a jóvoltából. A 71 éves világotutazó, aki természetfotósként kezdte, majd dokumentumfilmessé és környezetvédelmi aktivistává avaszták, a „Human” című filmjével nézők millióit szembesítette az élet létkérdéseivel és megrázó emberi sorsokkal. Arról mesélt, milyen küldetésünk is van mindannyiunknak e Föld nevű bolygón.

◆ – **Ön bejárta az egész világot, végigpásztázta a kontinenseket, kicsit olyan, mint egy úrhajós. Gondolja, hogy egy átlagember e kivételes tapasztalatok nélkül is gondolkodhat a bolygónkról hasonlóan felelősségteljesen, mint Ön?**

– Természetesen. Ehhez nem kell felszállni az égbe vagy iskolába járni. Nem kell körbeutaznod a világot, hogy megértsd a működését. Ma könnyű kilépnünk az életünkéből az internet segítségével, amely szinte mindent megváltoztatott. Maga a „Human” című film is azért készült, mert az utazásaim során az egyszerű emberekkel folytatott beszélgetéseim arra döbbsentettek rá, hogy mind ugyanolyanok vagyunk, s bárkinek lehet a másik számára használható életfilozófiája. Ezt szerettem volna megosztani a nézőkkel, s kihasználva a világháló nyújtotta kapcsolódást, mindenki számára ingyenesen elérhetővé tenni ezeket az élményeket.

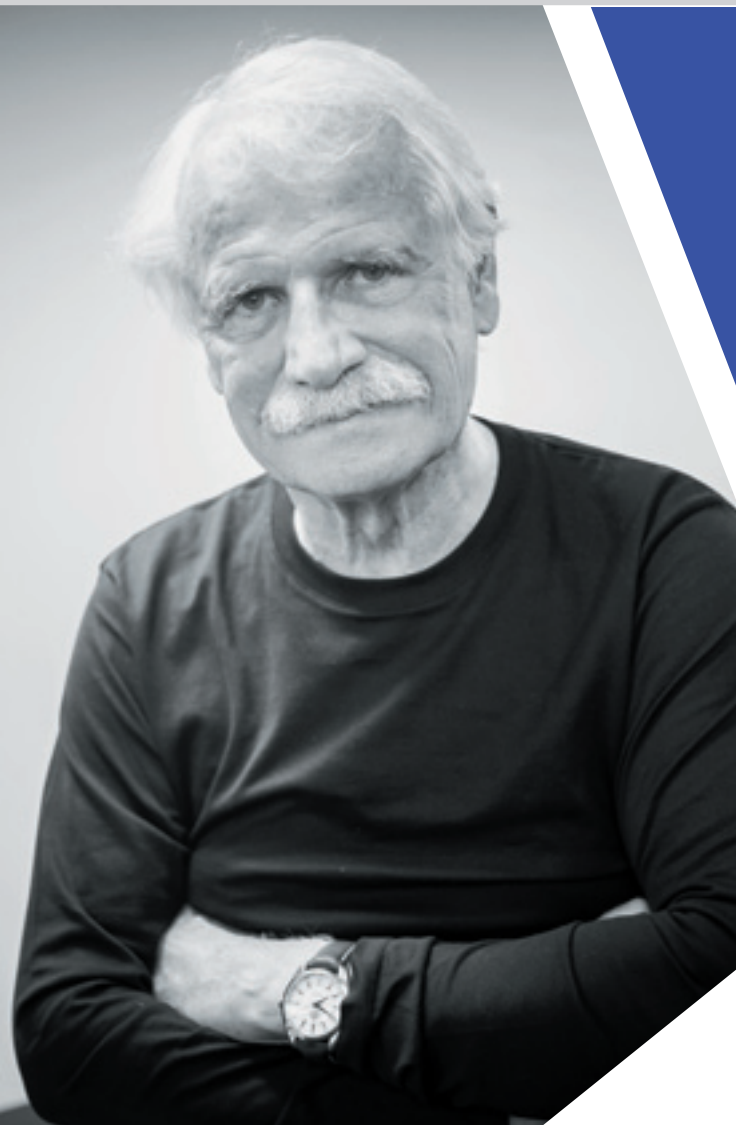
– **Nagyon sokféle tevékenységet űz: fotográfus, filmrendező, környezetvédelmi aktivista. Ön minek tartja magát?**

– Szívem szerint leginkább újságíróként definiálnám a munkámat, aki elsősorban a dialógusban hisz, és hídként működik az emberek között. Az írás nem az én asztalom, a képek viszont annál inkább.

A dokumentumfilmjeimben valós sztorikat közvetítek a nézők felé, s bár nem állítom, hogy semleges nézőpontból teszem, hiszen aktivistaként tevékenykedem a környezetért, alapítványt működtetek, előadásokat tartok a klímaváltozásról, ám mindezzel együtt igyekszem általuk az igazságot közvetíteni.

– **A XXI. század, a vizualitás korszaka milyen képet sugall a mai kor emberének?**

– Ha csak az elmúlt húsz évet nézzük, hihetetlen technikai forradalom zajlott le az életünkben. Ma bárhol vagyunk a világon, Szudánban, Etiópiában vagy akár Norvégiában, mindenki mindenkivel össze van kötve az internetnek köszönhetően. Bárki számára elérhető, hogy például mennyi a francia átlagkereset. Ezek az információk a szegényebb országokban élő embereknek olyan képet sugallnak, hogy nekik is erre van szükségük, és a paradicsomi állapot elérése mindenki számára jogos követelés lehet. Mindenki jobban akar élni, de egyúttal minden egyes emberben ott van az irigység is a jobban élők iránt. Én úgy hiszem, hogy az irigység, a komfort, a kapitalizmuson alapuló civilizációs életforma az, ami a bolygónkat valójában tönkreteszi. Én is e társadalmi berendezkedés része vagyok, és valljuk be, nehéz a megszokott életformánkat feladni.



– Sokszor említi a küldetés fontosságát. Hogyan definiálná a saját küldetését?

– Mindannyiunknak van küldetése, de erről nem mi döntünk, viszont az életünk végén ugyanazokkal a kérdésekkel kell szembesülnünk. Az a tizenhárom éves, kongói utcagyerek jut az eszembe, aki az életének az értelmét úgy fogalmazta meg, hogy Isten neki is biztosan szánt valamilyen küldetést. Lehet valaki jó anya, taxifőnök, szakács, igazából bármi, a lényeg, hogy tudatosan csinálja azt, amit csinál. Bár nem vagyok istenhívő, a jóban és a rosszban hiszek, és abban is, hogy lelkiismereti alapon van választásunk. Hogy úgy haljunk meg, hogy mosoly van az arcunkon – ezt is egy korábbi interjúalanyom mondta –, nos, ez is komoly kihívás mindannyiunk számára, és egyúttal komoly küldetés is.

– Egyetlen utunk – az Ön szavait idézve – annak érdekében, hogy a világot jó irányba változtassuk, a spirituális forradalom. Mit ért ez alatt?

– A politika nem hoz megoldást, hiszen mi választjuk a vezetőinket a demokráciában, akik hozzánk hasonlóak. Az ökológiai felhasználást is nehéz lenne egyik napról a másikra megváltoztatni, lemondani az olajról, a nikkellemelekről, az elektromos készülékekről. A gazdasági rendszerünk pedig a növekedésen alapul, aminek visszafordítása szintén elképzelhetetlen. Magunkban kell tehát a változást végrehajtanunk, mindenkinek személy szerint, és döntenünk a saját életünkben fogatosítandó változásokról. Így felismerhetjük, hogy minél kevesebbet birtoklunk, annál többek és emberibbek lehetünk.

– Jelenleg a „Woman” című filmjén dolgozik, amely 2019-től látható majd a virtuális térben. Miért választotta témaként a nőket?

– A „Human” forgatása nagyon erősen hatott rám, a benne megjelenő női sorsok mélyen megérintettek. Ha a statisztikákat nézzük, a nők még mindig hátrányos helyzetben vannak és alulértékeltek, ugyanakkor ebben a férfiak uralta világban ők a jó dolgok hírnökei. Ami személyesen is érint e téma kapcsán, hogy amióta ezen a dokumentumfilmen dolgozom, teljességgel megváltozott a kapcsolatom az anyámmal, a feleségemmel, a nővéremmel. Más szemmel tekintek rájuk és általában a hölgyekre.

– Honfitársa, Saint-Exupéry, aki szintén a repülés szerelmese volt, azt mondta, hogy jól csak a szívével lát az ember, ami igazán fontos, az a szemnek láthatatlan. Ön pedig többször úgy fogalmazott, hogy a legjobb fotói azok, amelyeket nem készített el. Ma is így gondolja?

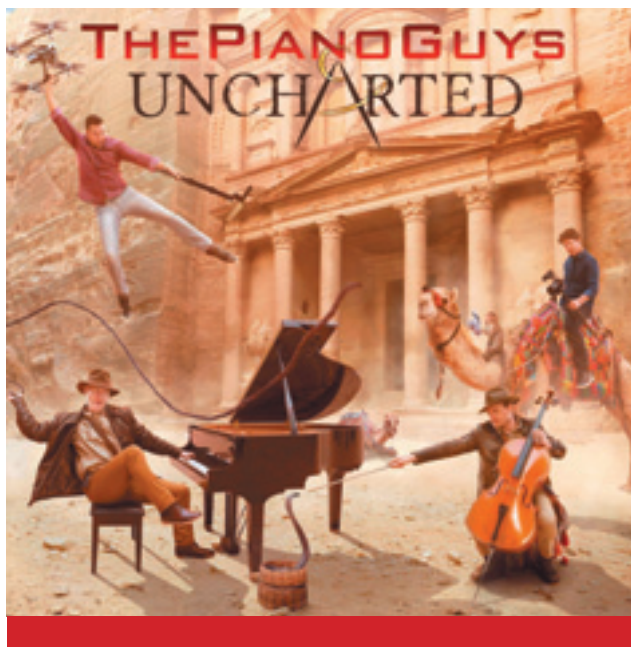
– Ma a legszebb fényképem az, ami az unokámat ábrázolja, és a tárcámban található. ♦

JÚNIUSI KIMENŐ

THE PIANO GUYS KONCERT

Az amerikai Utah állambeli együttes az interneten terjedő, rengeteg megtekintést elért videókkal lett ismert. Egy zongorista és egy csellista zenél hegytetőkön, esőerdőben és mindenféle építményeken, klasszikus műveket és mai popslágereket játszanak egyedi hangszerelésben. Hogy hangzanak Mozart, Vivaldi vagy Beethoven ismert dallamai Adele, a One Direction vagy David Guetta slágereivel egy színpadon, vagy épp egy szerzeményben? A The Piano Guys a klasszikus zenét szeretné eljuttatni a fiatalokhoz.

Túskecsarnok, 2017. június 7.



SZOLNOK MASTERCLASS GÁLAKONCERT

Sokszínű repertoárral érkeznek Budapestre az ifjú nemzetközi karmesterek és karnagyok. A gálakoncerten a Szolnoki Mesterkurzus kiemelkedő résztvevői vezénylik a Szolnoki Szimfonikusokat, a Szolnoki Bartók Béla Kamarakórust és a debreceni Kodály Kórust. A zenetörténet legkiválóbb komponistáinak remekművei csendülnek fel, mint pl. Beethoven II. szimfóniája, Mendelssohn V. szimfóniája vagy Csajkovszkij IV. szimfóniája, de a XX. századi modern zene kedvelői is megtalálhatják számításaikat, hiszen Bartók egyik legismertebb műve, a Táncszvit is elhangzik a koncerten.

MomKult, 2017. június 18.



BERTALAN ÉS BARNABÁS

Borbála néni lázas készülődésben van. Nagy nap ez a mai! Épp ma van Boldizsár bácsi nagyon, de nagyon sokadik születésnapja. De mit rejt a szalaggal átkötött piros doboz? Két egyforma kutyus, Bertalan és Barnabás kandikál ki belőle. De vajon tényleg annyira egyformák? Az Aranyszamár Színház bábelőadása az identitáskeresésről, az otthonra találásról és a családról mesél piciknek és nagyobbacsáknak.

Városmajori Szabadtéri Színpad, 2017. június 18.



MŰZEUMOK ÉJSZAKÁJA 2017

Az idei rendezvény „fővárosa” Debrecen, a kiemelt téma az értékőrzés lesz. Ezúttal is számos múzeum várja izgalmas programokkal az érdeklődőket.

Több városban, 2017. június 24.

Y'AKOTO-KONCERT

A ghánai születésű énekesnő, Y'akoto először lép fel Magyarországon. Sötét, kifejező hangja miatt olyan jazz-ikonokhoz hasonlítják, mint Nina Simone és Billie Holiday. A természet tiszteletéről énekel; zenei világát, amit a blues, a neo-soul és az ambient pop egyaránt jellemez, az intenzív előadásmódnak köszönhetően mély szenvedély járja át.

Margitszigeti Szabadtéri Színpad, 2017. június 17.



VAD ÉSZAK – MESE AZ EZER TÓ ORSZÁGÁBÓL

A szinkronizált természetfilm a finn tavak élővilágát mutatja be. A film alkotói alámerülnek a tavak mélyére, és lélegzetelállító víz alatti képekben mutatják be a vad észak flóráját és faunáját. Marko Röhr és Kim Saarniluoto műve a tavalyi év egyik legnagyobb filmsikere volt a finn mozikban.

2017. május 11-től a művészmozikban



XIII. TIHANYI LEVENDULA FESZTIVÁL ÉS LEVENDULA HETEK

A Balaton-felvidéki Nemzeti Park várja a tihanyi bekötőút mellett fekvő levendulaültetvényen azokat, akik a virágzó levendula szemet gyönyörködtető látványa mellett szeretnék a szedés élményét is átélni, és saját kezűleg aratott tihanyi levendulát hazavinni.

Tihany, 2017. június 19 – június 25.



88. ÜNNEPI KÖNYVHÉT ÉS 16. GYERMEKKÖNYVNAPOK

Idén júniusban ismét akciókkal és programokkal várják a kiadók az olvasókat Budapesten több helyszínen és közel 80 vidéki városban, illetve Erdélyben is.

Több helyszínen, 2017. június 8–12.

MARGITAI GÁBOR: TILTOTT KASTÉLY

Példamesébe illő az erdélyi főnemesség XXI. századi „palotaforradalma”: hogy a Trianontól kezdve vesszőfutásra kényszerített rend megpróbál újra gyökeret verni ott, ahonnan elűzték. A magyar történelmet évszázadokig alakító családok tagjai harcba indultak, földadva magyarországi vagy nyugat-európai egzisztenciájukat, hogy elkobzott birtokaikért, pusztulásra ítélt kastélyaikért perbe szálljanak a román állammal. Margittai Gábor író, újságíró felkerekedett, hogy kinyomozza, mi lett a Teleki-, Bánffy-, Bethlen-, Mikes-, Apor- és Haller-család tagjaival, hogyan próbálnak ma visszatérni a szétszóratásból, kik laknak most ősi kastélyaikban, és miként próbálnak visszaköltözni oda, ahonnan még az emléküket is igyekeztek kitörölni.

A szerző több ezer kilométert, csaknem száz helyszínt járt be Erdély ismert és szinte teljesen ismeretlen vidékein, hogy igazolja: a történelem a Kárpát-medencében is képes az önkorrekcióna.

Margittai Gábor: Tiltott kastély – Erdélyi történelmi családok a jóvátétel útvesztőjében

Kiadó: Külső Magyarok Kft., megjelenés: 2017. április





KÖZÉPKORI VAKÁCIÓ SÜMEGEN!

Kalandozz velünk a középkorba! Légy részese az élménynek, éld át a lovagkor hangulatát!

> **Akciós nyári csomagajánlatok**
félpanzióval, korlátlan wellness használattal,
1 alkalommal történelmi lovasjátékok bemutatóval,
gyermek animációs-, és kézműves foglalkozásokkal
már **15 990 Ft/fő/éj-től** foglalhatók

Vakációzzunk együtt,
nálunk minden nap új élmény Vár!



Hotel Kapitány ★★★★★ superior Wellness

8330 Sümeg, Tóth Tivadar u. 19. • Tel./Fax: +36 87 550 166 • +36 87 550 167

E-mail: sales@hotelkapitany.hu • foglalas@hotelkapitany.hu • www.hotelkapitany.hu



SZÖVEG –
LACKFI JÁNOS

SOROZAT –
FRISS FORGÁCSOK

PÁLINKASPRICC VÍZIPISZTOLYBÓL

◆ Hohó, ifjúkoromban komoly fiatalember voltam ám, Krúdy Gyula módjára öltöztem, nyakkendő, mellényt, ezüst óraláncot hordtam, amelyről persze ruszki krumpli lógott. De felhúztam becsülettel minden áldott reggel. Persze közben tartottam dzsúdóedzést gyerekeknek, szerkesztettem helyi lapot. És huszonegy évesen apa lettem. Aztán Simon fiamon láttam, milyen elképesztő ereje van a gyermeki látásnak. Ez vitt a gyerekirodalom felé is, el akartam csípni ezt a sistersgó kreativitást. Egy kölkök azt mondja, hogy a ház „fel van bálványozva”. Felhúzzuk a magasba, és megértjük. Vagy megkérdezi a kórházban, hogy ugye, itt gyógyítják a hordókat is. Ránézünk a BETEGHORDÓK feliratú ajtóra, és megértjük. A mókás kanalakat meg hosszan vizsgálja, majd kijelenti, egyáltalán nem „mókásak”.

Néha egy-egy felnőtt írásom témáját is újíraírom gyerekeknek. Egyes történetek mindkétféle közönséget érdekelhetik, ha más-más az ábrázolás módja. Amikor lecsapok valami érdekesre, már érzem, milyen műfajban, milyen közönségnek lesz érdemes feldolgozni. Arany János „alaksejtelemnek” nevezi ezt az állapotot: olyan semmibuborék, amit majd a mű ki fog tölteni. Ha valakik a kocsmában vízipisztollyal lődözik egymás szájába a pálinkát, az infantilis eset, de felnőtt-novella lesz belőle. Ha zenész barátom elmeséli az „apás” reggelt kislányával, amikor apa nem jól főzi a kakaót, nem jól öltöztet, nem jól fésüli a haját, nem jól köti a masnit, nem jól adja fel a cipőt, abból sejtethetően gyerekes műfaj születik. De ha az jut

eszembe, hogy „*A béemvés nem indexel, / a béemvés nem hibázik, / jól fizetett őrangyalok / ölben viszik a kórházig*”, hát az valahol a kettő között szólal majd meg. Sok az átmenet a korosztályok közt, társasági oldalamon a felnőttek éppúgy élvezik egyes gyerekverseimet, mint az iskolások. Velem számtalanszor megesett, hogy gyerekeknek szóló műveim révén szereztem felnőtt olvasókat is, vagy éppen fordítva.

Nem szabadna segítség nélkül túl régies nyelvezetű szövegeket adni a diákok kezébe, mert félő, hogy megutáljuk az olvasást. Vörös István kollégámmal ezért is írtuk meg az *Apám kakasa* versgyűjteményt, ahol régi szerzők műveire írtunk változatokat. A „*Józsika, Józsika csápol, / frászkarikán hegedülget*” olvasása után máshogy cseng a *Bóbita*. Az iskolások lelkesen harsogják, hogy „*Parabola, Parabola antenna, / nézzünk tévét éppen ma*”, és a Csiribirihez is van egyfajta kulcsuk. Mait, régít együtt olvastatnék mindenképpen. A jobb tankönyvek errefelé is haladnak.

A diákok rögtön feloldódnak, ha nem beszélünk el nagyképpően a fejük fölött. Ha hagyjuk, hogy hozzáérjenek a szövegekhez, megtapogassák, meggyúrogassák őket. Igen, „*lehunyja sok szemét a sok szemét*”. És „*repült felém anyám, s én kinyitám az ablakot, ma is repül talán*”. Nem jó, ha az irodalmat tisztelik. A tisztelet határos az unalommal, ami pedig az irodalom halála. Ez ne legyen kötelező kelkáposzta, amit lenyomunk a torkukon, hanem hab a tortán! Valami, ami örömet szerez. Vagy segít banksódni. Velünk van, mint egy kisállat, hasznos, mint egy konyhai robotgép. ◆

hirdetés

ÖRÖMHÍR MINDENKINEK!

FIATALOKNAK
IDŐSEKNEK
CSALÁDOSOKNAK
EGYEDÜLÁLLÓKNAK

WWW.KATOLIKUSRADIO.HU • INFO@KATRADIO.HU • 06 1 255 3333

ÚJPALOTAI KÉPMÁS-ESTEK MEGHÍVÓ

HELYSZÍN:
KIKÖTŐ

1156 BUDAPEST, SZÁRAZNÁD U. 5.

MI FÉRHET EL EGY LAKÓTELEPI KONYHÁBAN?

Vendég:

SALY NOÉMI

IRODALOM- ÉS BUDAPEST-TÖRTÉNÉSZ

Időpont:

2017.
06.14.
SZERDA

19 ÓRA



A RENDEZVÉNYEN VALÓ RÉSZVÉTEL INGYENES,
DE HELYSZÍNI REGISZTRÁCIÓHOZ KÖTÖTT.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ:
+ 36 1 365 1414
SZERKESZTOSEG@KEPMAS.HU

WWW.KEPMAS.HU

RENDEZŐ:



KÖZREMŰKÖDŐ:



TÁMOGATÓ:



Bár Saly Noémi nem tartja magát gasztrogurunak, sem „legendás háziasszonynak”, e gyönyörű könyvéből mégis az derül ki, mi mindent lehet hókuszpókuszok nélkül újratemetni. Kiváló alapanyagokból, zöldségekből, gyümölcsökből, melyekhez vágódeszka, vándling és éles kiskés illik; nagylábos, merőkanál, szűrőkanál, üvegek és celofán. Ennyi az egész.

m·a·g·y·a·r
konyha



Bolti ár: 3300 Ft

Kiadói ár 20% kedvezménnyel: 2640 Ft

A könyv megvásárolható a könyvesboltokban
és 20% kedvezménnyel a kiadóban.

Cím: 1027 Budapest, Horvát utca 14-24., V. emelet. Telefon: 06 1 461-1400

A könyv a Szerencsejáték Service Nonprofit Kft. támogatásával jött létre.

 SZERENCSEJÁTÉK ZRT.

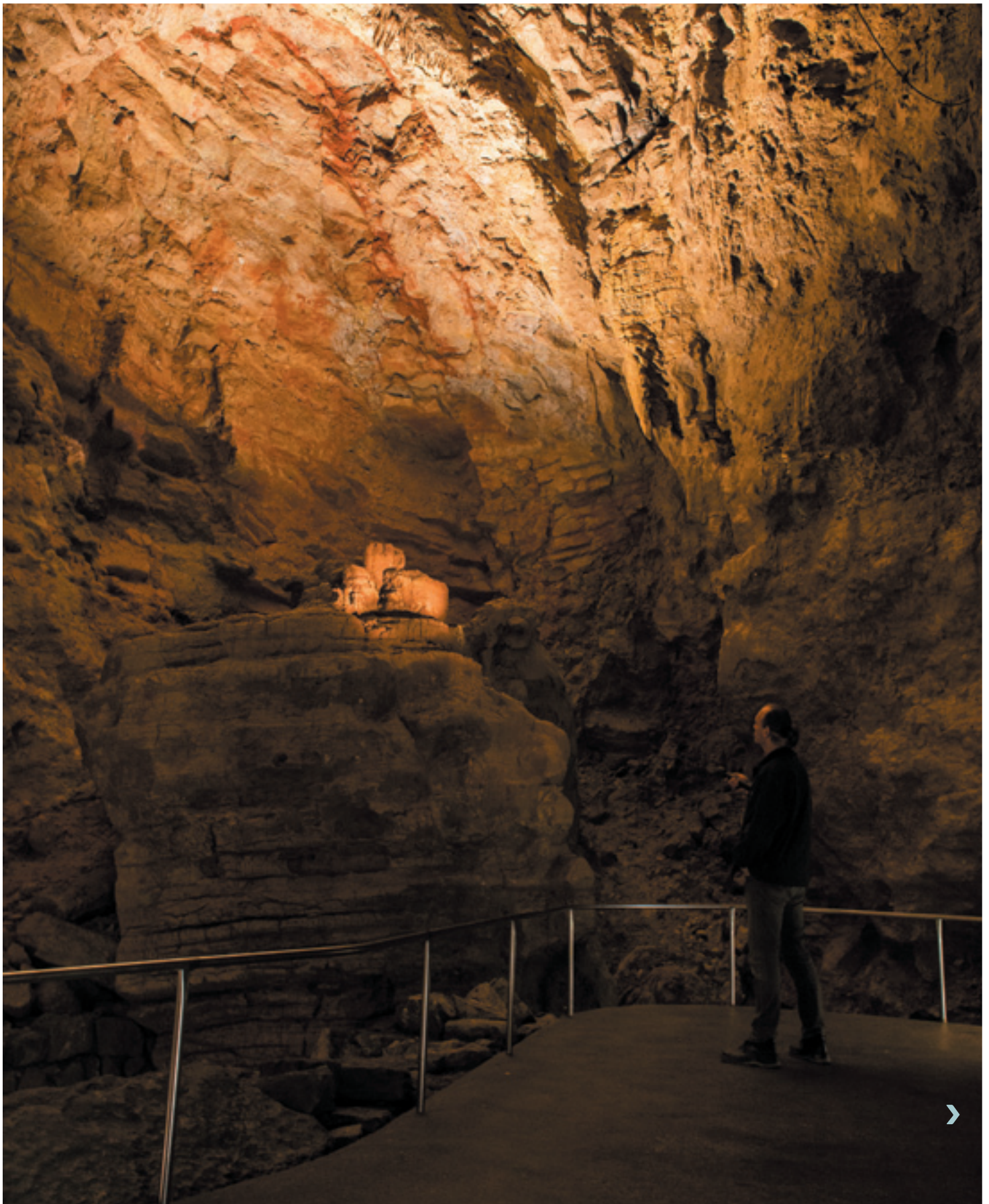


FISHING ON ORFŰ, CHILLING ON ABALIGET

Minden fesztiválon eljőhet az a pillanat, amikor telítődünk a sok élménnyel, koncerttel, kézműves élvezeti termékkel, vagy egyszerűen csak felfedező vágyunknak nem szab határokat a szervezők kínálta programkavalkád. A „karszalagon túli” területeken pedig rejtett kincsekre bukkanhatunk.

- ◆ Június 20–24. között tizedik születésnapját ünnepli a Fishing on Orfű. Lovasi András 50. születésnapjára koncertjével indul az „ereszdelahajam” olyan fellépőkkel, mint a Csík zenekar, a 30Y, a Szabó Balázs Bandája, a PASO, a Quimby, és még a következő lapzártáig sorolhatnánk a színvonalas lineup-ot. Ráadásul a Fishing lett az ország első családbarát fesztiválja, idén például a 12 éven aluliak számára ingyenes a belépőjegy, felnőtt kísérettel természetesen. Akit bővebben érdekel ez és a részletes program, halásszon a fishingonorfu.hu-n, bár bizonyos napokra már elővételben elkelt az összes jegy. Az ország egyik legszebb barlangja, Abaliget alig négy kilométer a fesztiválközponttól. Az abaligeti a Mecsek leghosszabb patakos barlangja, évi 55 ezer látogatójával a harmadik legnépszerűbb föld alatti képződmény hazánkban. Első írásos említése a 18. század közepére datálható. Akkoriban a barlang előüreg a falu plébánosának pincéje volt, innen származik a ma is használatos Paplika elnevezés. Később fokozatosan feltárták, a 19. század vége felé már belépőjeggyel, hivatásos vezetővel lehetett megtekinteni. Kezdetben 36 tölgyfahidat építettek a patak fölé, majd az 1950-es években a látogatást betonjárdákkal, hidakkal és lépcsőkkel tették biztonságossá. Ezt korszerűsítették 2001-ben, idén pedig a barlang világítását cserélték energiatakarékos LED-izzókra, amelyeknek a színhőmérséklete gátolja a növények és algák megtelepedését, ezek ugyanis nem természetes lakók a barlang mikrovilágában. Az átlagosan 12 °C hőmérsékletű barlang klímája a légúti, allergiás és asztmatikus betegségekben szenvedőknek igazi enyhülést ad, így képzelhetjük, hogy mekkora felüdülést jelenthet a többnapos éneklést, porban ugrálást, jóféle kézműves italok mértékletes fogyasztását túlélő fesztiválózó szervezetének. A különleges formájú képződmények közül több nevet is kapott, így látható itt többek között a Pisai ferdetorony, a Kálvária, az Elefántfej, Karthágó romjai vagy a Niagara-vízesés, de a barlang 25 méter magas nagytermében a sümegi vár több százezer éves „makettjét” is megcsodálhatjuk. A fesztiválózó szervezetét gyöttrő fáradtság könnyen idézhet elő látomásokat a barlang 466 méter hosszú főágában, így akár a nevünkhöz kötődhet Lovasi András abaligeti mellszobrának felfedezése, legyünk résen!







Az abaligeti barlangban 190 állatfaj él, közülük több endemikus, azaz a világon csak itt találhatóak meg, ilyenek a patakban élő egyes vak bolharákok és vak víziászok. A barlang jelentős téli denevér-pihenőhely, ilyenkor százával gyűlnek össze a barlang csendesebb mellékjárataiban. Nyáron is szerencsénk lehet, a nagy patkósdenevért vagy a kis patkósdenevért időnként a kiépített szakaszon is láthatjuk. Lemaradni semmiképpen nem fogunk a misztikus repülő emlősökről, hiszen a barlang mellett üzemel egy igazi Denevérmúzeum, ahol interaktív kiállításon ismerhetjük meg, hogy mit jelent az éjszakai üzemmód a fesztivált körülvevő világban. Akárhogy is nézzük, az abaligeti barlang kötelező pihenő (chilling) program az orfűi pörgésben. ♦

NYITVA:

Nyáron 9–18-ig, a csoportok minden óra egészkor indulnak.

JEGY:

Felnőtt 1000 Ft, diák, nyugdíjas: 800 Ft. Fishing on Orfű-karszalaggal a barlangba szóló belépőjegy a Denevérmúzeum megtekintésére is feljogosítja a látogatókat.

RUHÁZAT:

A barlangi levegő 12 °C, ajánlott a hosszú nadrág és a meleg, vízhatlan felső.

UTAZÁS:

Orfűről buszjárat nagyjából óránként van, gyalog 3,8 km.

WEB:

www.abaligetibarlang.hu



KONDOR BÉLA

GYŰJTEMÉNYES KIÁLLÍTÁSA

Várkert Bazár - Testőrpalota

2017.03.31. - 07.02.

www.kogart.hu

 KOGART
KIÁLLÍTÁSOK



M|N|G





SZÖVEG –
MIRTSE ÁRON

SOROZAT –
VADÁLLATOK KÖZELRŐL

KÉPERNYŐN A TERMÉSZET

Egy évszázaddal ezelőtt még ahhoz, hogy valaki a távoli tájak állatait valós szépségükben lássa, legalábbis állatkertbe kellett menni, hiszen nem léteztek élethű, színes fényképek. Ma a nappalinkból sem kell kimozdulnunk, hogy akár vadászni is lássuk az oroszánt – köszönhetően a természetfilmeknek.

- ◆ Semmivel össze nem hasonlítható érzés egy állatot élőben látni, pláne közelről, úgy, hogy akár még a szagát is érezzük. Ezért az állatkertek népszerűsége soha nem fog csökkenni, ám a legmodernebb, legjobban megtervezett állatkertben sem tudjuk megfigyelni az állatok természetes viselkedésének nagy részét. Nem mindenkinek telik azonban egzotikus utazásokra, és valljuk be, nagy bajban is lenne a Föld, ha a jelenleginek sokszorosára nőne az egyes vidékeken már ma is hatalmas természeti terhelést jelentő turistaáradat. Az egész világot meg pláne kevesen járhatják be.

KISZÁMÍTHATATLAN LÁTVÁNYOSSÁGOK

Ráadásul a vadállatok nem olyanok, mint a műemlékek. Aki Egyiptomba utazik, garantáltan gyönyörködhet a piramisokban, de hogy a szent szkarabeuszbogarat is látni fogja, amint éppen trágyagalacsint görget, abban nem lehet biztos. Vannak persze olyan vadrezervátumok, ahol szinte tálcán kínálják a látogatóknak a vadlejt, mert a helyi lakosság és országvezetés már régen felismerte, hogy a még meglévő élővilág többet hoz a konyhára élve, mint halva – ám ebben is van ellentmondás. A legnagyobb turisztikai forgalmat lebonyolító afrikai nemzeti parkok némelyikében például az eredetileg nappal vadászó gepárdok kénytelenek voltak éjszakai életmódra áttérni, mert minden egyes zsákmányszerzési kísérletüket megghiúsították a nyomukba szegődő, kíváncsi turistákkal megrakott terepjárók.

JÓKOR LENNI JÓ HELYEN

Még szerencse, hogy léteznek hivatásos és elhivatott közvetítők a vadon és a civilizált emberiség között: a természetfilmesek. Rászánják az időt, hogy órákat, hónapokat vagy éveket töltsenek egy sátorban várakozással, míg végre sikerül megörökíteniük egy-egy különleges és látványos eseményt. Felkapaszkodnak, illetve alászállnak helyettünk is a nyaktörő szirtekre, a fák tetejére és a barlangok vagy a tenger mélyére. Így nem kell választanunk, hogy a gnúk vándorlását szeretnénk végigkövetni Afrikában vagy a rénszarvasokét Alaszkában: akár egyetlen este alatt is megcsodálhatjuk mindkettőt.



BUDAPEST ÉS HOLLYWOOD

Talán kevesen tudják, hogy a magyarok a természetfilmzés első nagy úttörői közé tartoztak. Budapesten már 1913-ban, nagyjából a hollywoodi filmgyártás kezdetével egyidőben pedagógiai filmgyártás alapítottak, ahol többek között egy-egy állat, növény vagy tájegység bemutatását szolgáló filmek is készültek. A magyar természetfilmzés első legendás alakja Homoki Nagy István volt, akit ugyan sok bíráló is ért, de szerepe megkérdőjelezhetetlen. Talán legismertebb alkotása az erdő életét bemutató „Gyöngyvirágtól lombhullásig”, amelyet 1953-ban mutattak be. Később előre megírt forgatókönyv alapján készült, kalandos történetre felfűzött ismeretterjesztő játékfilmeket készített, amelyekben betanított állatok alakították a főbb szerepeket. Még ha ilyenformán a hitelesség valamelyest csorbult is, a „Cimborák” epizódjai nagy népszerűsége tettek szert.

A természetfilmzés „koronázatlan királyaként” minden bizonnyal az angol Sir David Attenborough-t tisztelhetjük, de a magyaroknak sincs szégyellnivalójuk ma sem, bár a rendelkezésükre álló pénzüsszeg töredéke annak, amiből a nyugat-európai vagy amerikai stábok gazdálkodhatnak.

A magyar televízió Natura szerkesztősége volt az első magyar közszolgálati, természetfilmzéssel foglalkozó műhely, amelyhez olyan ismert, nagy természetfilmesek neve kötődik, mint pl. Rockenbauer Pál, Rácz Gábor, Balogh János professzor vagy a ma is aktív Sáfrány József.



Kép - Getty Images Hungary

HÁLÁS MEDVE ÉS RÉSZEG ZSIRÁF

A játékfilm és a természetfilm elemeinek ötvözése nem ismeretlen a világ más tájain sem. Egyik legismertebb képviselője ennek a műfajnak a dél-afrikai Jamie Uys volt, akinek több filmjét (Sivatagi show, Az istenek a fejükre estek I-II.) bemutatták hazánkban is, de ide sorolhatjuk az egyébként nem kimondottan természet-, hanem játékfilmrendező Jean-Jacque Annaud „A medve” című, számos díjat nyert alkotását is. Ezekben a filmekben az izgalmas történet, a hatásvadászat és a humor ugyan gyakran előtérbe kerül a tudományos pontossággal szemben, hiszen a valóságban soha nem történhet meg, hogy egy sebesült hím grizzly medve örökbe fogadna egy elárvult bocsot, vagy hogy a zsiráfok lerészegednének az erjedő hullott gyümölcsből, viszont tömegekkel ismertetik és szerettetik meg egy-egy táj – jelen esetben a Kalahárisivatag, illetve a kanadai vadon – lenyűgöző élővilágát.

A FORGATÓKÖNYVET AZ ÉLET ÍRJA

A modern, komoly természetfilmek célja többnyire nem elsősorban a szórakoztatás, hanem az ismeretterjesztés. Alapelv, hogy kívül kell maradniuk az eseményeken, külső szemlélőként dokumentálni, és nem avatkozhatnak be akkor sem, ha olykor drámai képsorokat örökítenek meg, mint például ahogy egy újszülött zebracsikót szétszaggatnak az oroszlánok. Az élővilágot olyannak igyekeznek bemutatni, amilyen, mellőzve minden befolyásolást, hamisítást, idealizálást és antropomorfizálást, hiszen a természet kitalált történetek és beleerőltetett erkölcsi tanulság nélkül, önmagában is káprázatosan érdekes, élő mesekönyv. ♦

A természetfilmzés olyan elhivatottság, amely gyakran apáról fiúra száll. A Kossuth-díjas Kollányi Ágostont fia, ifj. Kollányi Ágoston követte, Pásztor Ferenc és ifj. Pásztor Ferenc nevét pedig (Siska Vincével kiegészülve) a „magyar Cousteau-csoportként emlegetik.” Maga Cousteau kapitány is bevonta munkájába fiait, akárcsak a német Bernhard Grzimek professzor. Szomorú párhuzam köztük, hogy akárcsak Philippe Cousteau, Michael Grzimek is repülőbalesetben veszítette életét, éppen „A Serengeti nem halhat meg” című, Oscar-díjat nyert dokumentumfilm forgatásának idején.

Jean-Jacques Annaud „A medve” című filmjének címszereplője a filmtörténet leghíresebb sztármedvéje, Bart volt. A közel 700 kilós és felegyenesedve csaknem három méter magas hím grizzly számtalan filmben szerepelt, és 23 évig volt társa trénerének, Doug Seusnak, aki még ma, 70 év felett is medvékkel birkózik.

SZENTENDREI NYÁR – SZÍNPADI ÉLMÉNYEKKEL



**SZENTENDREI
TEÁTRUM ÉS NYÁR**

1969-ben színművészeti főiskolások ötlete nyomán nyári színház született Szentendre különleges atmoszférájú barokk főterén. A Szentendrei teátrum csaknem 50 éve ajándékozza meg felejthetetlen élményekkel a kultúrákedvelőket.

- ◆ 2017. július 7-étől augusztus 20-ig, a Szentendrei Teátrum és Nyár másfél hónapos programsorozata idején Szentendre belvárosának hat helyszínén 25 produkciót láthat és hallhat a közönség. A nyári programsorozat arca és háziasszonya Fűr Anikó, aki szívesen áll minden jó ügy mellé. Szép emlékek kötik a Szentendrei Teátrumhoz, és maga a város is mindig időutazást és kikapcsolódást jelent a számára. „Szentendrén ugyanis bármi megtörténhet, a falakban ott a mese. És mindenki, aki itt él, tovább írja a városka meséjét...” – nyilatkozta a színésznő.

A legnagyobb idei szenzációnak a Szentendrei Teátrum és az Operettissima Nonprofit Kft közös bemutatója ígérkezik: KERO rendezésében kerül a Főtér színpadára Rossini „A sevillai borbély” című kétfelvonásos vígoperája, amely azért is emblemikus, mivel ugyanezzel nyitotta meg az első Szentendrei Teátrum a kapuit. A vígoperát július 29-én és 30-án este tekintheti meg a közönség. A másik nagy bemutató Szép Ernő „Vőlegény” című háromfelvonásos vígjátéka,

amely a Szentendrei Teátrum és az Orlai Produkciós Iroda együttműködésével jön létre.

Külön színterei lesznek a különféle műfajú előadásoknak és koncerteknek. A Városháza udvarán főleg meghívott előadások játszódnak majd, például Csehov egyfelvonásos komédiái, Gogol „Egy örült naplója” vagy Neil LaBute-tól a „Valami csajok”. A MűvészetMalom ad helyet a „Liliomfi”-nak. A Ferenczy Múzeum udvarán kamaraelőadások és kisebb koncertek lesznek, köztük Fűr Anikó koncertje, Tóth Auguszt Mezei Mária-estje és Auksz Éva „Sweet Charity”-je. A Barcsay-udvar öt koncertnek ad majd otthont, például Karosi Júliának és együttesének, valamint a Harcsa Vera–Gyémánt Bálint duónak.

A FRISS programsorozat keretében a Dunaparti Művelődési Ház fogadja udvarán a színészhallgatók és pályakezdő színészek kísérletező kedvű darabjait, de ugyancsak ez lesz majd a helyszíne hétvégénként délelőtt a Gyerekteátrum előadásainak is. www.szentendreiteatrum.hu

(x)





SZÖVEG –
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –
TERMÉSZETKÖZELBEN

NICSAK, MI GURUL!

Alaposan megcincálta a hiénák bajszát **Will Burrard-Lucas**. Az angol természetfotós elhatározta, hogy a modern technikát kihasználva elkészíti azokat a fotókat, amelyekről már gyerekkora óta álmodott: megmutatni a szavannák éjszakai világát úgy, ahogy eddig még sosem láthattuk.

- ◆ Persze nem úgy kell elképzelni, hogy Will halált megvető bátorsággal, halottnak álcázva magát feküdt éjszakákon át a zambiai Liuwa Plain Nemzeti Park füves pusztáin, hogy az éhes hiénák rátaláljanak. Helyette évekig dolgozott egy különleges, távirányítható kamerán, mert tapasztalt természetfotósként tudta, hogy az állatok éjszakai életét megörökíteni úgy, hogy viselkedésük természetes maradjon és még a Tejútrendszer is jól látható legyen a háttérben, különleges technikai megoldásokat igényel.

A végeredmény a *BeetleCam* – bogárkamera – névre keresztelt önjáró, távirányítható robot lett. A guruló jármű kívülről zöld színű és terepmintás, belül pedig professzionális, programozott fényképezőgép kapott helyet, ez wifin keresztül kommunikál, így a fotós élőben láthatja a kamera képét, és laptopjáról készítheti el a fényképeket. A fejlesztés nagy része azonban titok, hiszen egy ilyen komoly tudású „fotórobot” elkészítéséhez általában féltve őrzött, új találmányokat használnak fel.

Will azonban segít is a természetfotózás kedvelőinek: könyvet írt a távirányítható fényképezésről, weboldalán pedig ingyenes tippeket, tanácsokat olvashatunk tőle, ha mi is az éjszakai fotózás rejtelmeiben szeretnénk elmélyedni.

Burrard-lucas.com, www.camtraptions.com. ◆





A MELLÉKLET TÁMOGATÓJA:



NEMZETSTRATÉGIAI KUTATÓINTÉZET

GYŰLJETEK ÖSSZE MIND!

TISZTELT OLVASÓ!



Ha Erdély tündérkert, akkor minden bizonnyal Székelyföld a tündérkert kapuja... Bükk- és tölgyfaerdőket körülölelő sűrű fenyvesek, sziklás bérceken lakó sólymok, vulkánokban lakó morgó, félelmetes óriások, gonosz várurak és szent leányok, sziklákat valósággal szétmorzsoló tündérek országában járunk.

Orbán Balázs így írja le: „Így színezn, így festeni csak Isten tud, ily nagyszerű képet csak a mindenható természet tud elővarázsolni... Kétségtelenül szép a Székelyföldnek lakott része is, de ki azt valódi nagyszerűségében akarja ismerni, annak be kell hatolni határhavasaink nagyszerű tömkelegébe, meg kell utazni azon gyönyörű hegyzorosokat, melyeket a Teremtő – mint e szép haza bűvútjait – helyezte a határszélre, s csak akkor fogja azt egész nagyszerűségében, egész pompájában ismerni.”

E vadregényes, pogány mítoszokból és szent legendákból is jól ismert ősi székely-magyar térség nemzetstratégiai értéke felbecsülhetetlen, hiszen – Magyarország mellett – a világmagyarország második/másik tömbjének számít, ugyanakkor az Erdélyben élő külhoni közösségünk belső anyaországaként is értelmezhető.

Az ott élő emberek vendégszeretete pedig legendás. A székely kapu – amelynek faragásaiban új életre kel az erdő fája – hívogató és barátságos feliratai hirdetik: „Szíves vendéglátó e háznak gazdája, ki a fáradt utast tárt karokkal várja.”

Kérem, forgassák ugyanolyan szívesen a Képmás magazin Székelyföldről és Csíksomlyóról szóló mellékletét!

SZÁSZ JENŐ

a Nemzetstratégiai Kutatóintézet elnöke

MINDIG VISSZATÉRTEM

Középiskolában a kedvesnővér szigorúan pásztázó tekintetét állva vettünk részt a kötelező szentmiséken. Hangosan és szépen artikulálva kellett imádkoznunk, néha odarohant, ha valakinek a hüvelykujja nem állt „rendesen” közben. Vigyázzban térdepeltünk, és egymásra ritkán néz(het)tünk.

Megérteni sohasem tudtam, de elfogadtam a játékszabályokat.

- ◆ Lázadó kamasz énem 17 évesen gyóntatószékbe került egy franciaországi cserkészzarándoklaton. Mindenszentek előtti héten a burgundiai Vezelay környékén gyalogoltunk: vérzett a talpunk a napi harmictól, éjjel megfagyott a vizespalack, harmadnapra elfogytak a konzervek. Esténként templomokban melegedtünk. Olvadt a lábszag a sorok közt, prédikáció közben szendvicset majszoltunk, néha kiszöktünk egy pohár vörösborra, mások meg horkoltak. De mindig visszaértünk időben, az önfegyelem adott tartást, nem a kényszer. Varázslatos volt átélni, ahogy karmester nélkül felcsendül az ének ezernyi cserkész torkából, tapogatni az áldozás utáni őszinte csendet.

Csíksomlyón – 15 év távlatából visszatekintve – ehhez hasonló élményeket és fényképeket kerestem. 2002 és 2004 között három pünkösdi zarándoklaton vettem részt. Órákat dolgoztam állvánnyal a kegytemplomban, óránként végigjártam a kálváriát, aludtam a kolostor sötét folyosóján, illemhelyiségben, a Salvator-kápolna tövében. Láttam Lukács atyát gyóntatni, akinél elsőáldoztam Marosvásárhelyen még 1988-ban. Találkoztam Pali atyával, aki nagyapámat temette 2002-ben, szintén Vásárhelyt. Norvég, amerikai fotósokkal kötöttem barátságot a nyeregben, ahol a fél magyarság összesereglett. Énekeltük a himnuszokat rendületlenül. Legjobban a péntek éjszakákat szerettem. A kegytemplomba folyamatosan érkeztek a zarándokok fáradtan, csatatosan, éhesen. Együtt imádkoztunk, énekeltünk, ettünk, ittunk, aludtunk, és megvendégeltük egymást Isten házában. ◆





▼ Zarándokok vonaton, Lóvész környéke, 2002.



▼ Virrasztás a kegytemplomban, Csíksomlyó, 2003.



▼ Csángó mise, Szent Péter és Pál-plébániatemplom, Csobotfalva, 2003.



▼ Áldozás után, Szent Péter és Pál-plébániatemplom, Csobotfalva, 2003.





▼ Lányok hajnalban, Csíksomlyó, 2004.



▼ Moldvai csángó asszony a csobotfalvi templom Mária szobrával, Szent Péter és Pál-plébániatemplom, Csobotfalva, 2002.



▼ Szentmise a nyeregben, Csíksomlyó, 2004.



▼ Pusztinai lányok, Csobotfalva, 2003.

LÁTNI ÉS LÁTTATNI

A csíksomlyói búcsú történetéről *Dr. Mohay Tamás* etnográfus-szociológusnak számos fontos publikációja, illetve könyve jelent meg. Egy kis ízelítőt kértünk a búcsújárás gazdag forrásaiból és a szakember véleményéből.



◆ **– A ma is élő hagyományon kívül milyen forrásaink vannak csíksomlyói búcsú évszázados szokásairól?**

– A legkevesebb forrásunk a diktatúra évtizedeiből maradt fenn, de kéziratok háztörténetek, naplók és visszaemlékezések ebből az időből is sok érdekességet őriztek meg. Például azt, hogy kis csoportokban a búcsújáróka virrasztástól a körmenetig szinte a teljes

régi „forgatókönyvet” betartották. A legtöbb történeti forrást és feldolgozást a második világháborút megelőző nyolcvan–száz évből lapozhatjuk fel – részben a ferencesektől, részben kívülálló érdeklődőktől. Orbán Balázs például a térden megtett keresztútjárást írta le, amit egy-egy buzgóbb zarándok az 1990-es években is megtett. A helybeli újságok és a ferencesek saját újságjai is sok híradást, riportot meg persze intelmet, elmélkedést tartalmaznak. Koldusokról, versengésekről, és persze megkapóan szép jelenetekről is olvashatunk, például 1925-ből: „A zászlós tarkaság eleven hulláma a nyírfürtös hegyoldalon, a 30 ezernyi ajaknak hatalmas zsongássá verődő éneklése, a 'labóriumot' (labarum) vivő mirtuszkoronás diák s az öntudatos komolysággal haladó székely papság... mind, mind drága emlékei maradnak a testvéri ölelkezésből hazatérő hitvalló székelynek, nemkülönben a távoli tájakról eljött fehéringujjas csángónak.” A visszaemlékező 19 éves csíkközmási diák, Bálint Tivadar később pap lett, aztán öt évet töltött kommunista munkatáborokban és

börtönökben. Mindezekről részletesen szó esik a búcsújárás történetéről szóló, 2009-ben megjelent könyvében.

– **A liturgiai eredetű hagyományt mivel gazdagította a helyi kultúra? Különbözik ez a nagy nyilvánosság által ismert csillagösvényes, romantikus képtől?**

– A búcsújárás régebbi hagyományában nagy szerepet játszott a ferencesek gimnáziuma, ami háromszáz éven át, a 19. század végéig állt a rend vezetése alatt. A diákság buzgó tagja volt a Mária, a Szent Antal és más vallásos társulatoknak. Tanáraik színdarabokat írtak, amelyeket virágvasárnap is, pünkösöd szombaton is előadtak. A 18. századi feljegyzések igen sok csodás gyógyulást, imameghallgatást örökítettek meg: az emberek szíve hálával telt meg, ha ezekre gondoltak, és erős hittel tudtak fohászolni. A tömeges zarándoklatok résztvevőinek egy része megérzésem szerint ezt a kissé megfogyatkozott belső erőt keresi, amikor a búcsújáráshoz történeteket költ, kicsi mítoszokat formál, vagy világiasabb tartalmakkal, túlfűtött nemzeti érzésekkel pótolja a valódi áhítatot.

– **Mennyire enged Csíksomlyó az újfajta „zarándokdivatoknak”, azok kellékeinek?**

– A búcsújárás minden generáció idején változott, az újabb divatok látványossá tesznek sok mindent, ami látható, mondhatnám, ami felszínes. A búcsúsok jó része régen is „látni és láttatni” érkezett a kegyhelyre. A kíváncsiság és a megmutatkozás vágya: természetes emberi hajlandóságok. Mellettük mindig szükség volt és van kiművelt lelki tartásra, tudatos belső fegyelemre, hogy ezeken túlemelkedve a búcsú valóban az legyen, ami: közös imádság, az eucharisztia közös megünneplése, a bűnbánat jeles alkalma, egyszerűen a hit megélésének, megerősítésének jeles napja. ◆

AZ ÖSSZETARTOZÁS ÜNNEPE

Dr. Bali Jánossal, a Nemzetstratégiai Kutatóintézet igazgatójával Csíksomlyó múltjáról, jelenéről és jövőjéről beszélgettünk.



♦
– **Előfordult, hogy a búcsújárás hagyománya hosszabb időre megszakadt a nehezebb történelmi időszakokban?**

– A ferencesek mára 15. század közepén elkezdték itt építeni a rendházukat, az ő munkálkodásuk eredményeként alakult ki csíksomlyói Mária-tisztelet és búcsú. Annyit tudunk, hogy 1949-ig nagyjából folytonos volt a megelőző 100–150 évet

tekintve. A román rendszerben, tehát 1950 és 1989 között, illetve Ceaușescu idején nem volt lehetőség a búcsújárásra, csak a hatósági tiltással dacoló kisebb, spontán búcsújárásról van tudomásunk. 1990-ig regionális búcsúhely maradt Csíksomlyó, tehát főként Erdélyből, a környező székely településekről jöttek a hívek, illetve a csángó magyar katolikusok vettek részt az egyházi ünnepen. Az, hogy azóta egy Kárpát-medencei összmagyar ünneppé vált, az 1990-es évek eseményeinek, tehát a román forradalomnak és rendszerváltásnak a hatása. Egyre nagyobb arányban jelentek meg zarándokok az Erdélyen kívüli nemzetrészekből. Magyarországról az Erdély-járás már a rendszerváltást megelőző egy-két évtizedben megindult kevésbé legális formában, amikor városi értelmiségiek fölfedezték a hagyományőrző Erdélyt, így a csíksomlyói kegyhelyet is. Különösen a táncházmozgalom adott ösztönzést ehhez. Jelenleg a magyarság legfontosabb és legnagyobb lélekszámú ünnepéről van szó, hiszen 200 ezer és 500 ezer fő között van azoknak a száma, akik a somlyói nyeregben

megjelennek, és hallgatják a pünkösdi szombatján tartott szentmisét.

– **Hogyan lehet ilyen mennyiségű embert ömeget irányítani? Kapnak a ferencesek külső segítséget?**

– A ferencesek sokan vannak, és idegyűlnek ilyenkor. Szépen, fegyelmezetten szokott zajlani az ünnep. A gyimesi csángók például gyalog teszik meg az idevezető negyven kilométert úgy, hogy hajnalban kelnek és indulnak útnak. Minden település a maga keresztalijával vonul. A nagyobb probléma inkább az infrastruktúra, ennyi embernek az együttes ellátása. Ugyanakkor nem éri meg állandó jelleggel ekkora tömegre tervezni, hiszen az év többi napján legfeljebb néhány ezer turista jelenik itt meg. Kutatásaink azt mutatják, hogy nagy igény lenne egy ferences múzeum létrehozására, így az infrastruktúrát is egész évben kihasználhatnák az odalátogatók.

– **Ön szerint a jövőben is megtarthatja különleges jelentőségét?**

– Korábban a katolikus hit iránti hűség kifejezése vonzotta az idejárókat, mára Csíksomlyó összkeresztény zarándokhelyé válik, sőt, a magyarság, a nemzeti identitás hitvallásának a helyszíne is. Én nem is igazán választanám el a kettőt: erről szóló kutatásom azt bizonyítja, hogy a magyarság és a kereszténység egy töről fakad. Sokan spirituálisan szeretnének feloldódni az ünnepben, de az sem baj, ha utána örömmel megesznek egy finom mics román húst, vagy a Salvator étteremben megisznak egy pohár zsidveit. Csíksomlyó a közösség erejének, összetartozásának a szép, erőteljes szimbóluma, ezért mindenképpen van jövője. ♦

SZÖVEG –
KESZLER PATRÍCIAKÉP –
MOHAI BALÁZS

SZÉKELYFÖLDI ÚTIKALAUZ TURISTÁKNAK ÉS ZARÁNDOKOKNAK

Csíksomlyó közel fél évezrede vonzza a zarándokokat, és ma már Közép-Európa *El Caminó*jának, a Mariazellből induló *Mária-útnak* is a végállomása. A pünkösdszombati búcsúra minden évben több százezer látogató érkezik. Az 1990-es évek romániai politikai fordulatától kezdődően e szakrális hely vált a világ keresztény magyarságának ökumenikus nemzeti kegyhelyévé és találkozóhelyévé.

◆ A csíksomlyói pünkösdi búcsú résztvevői – akik a 2016-os NSKI-kutatás szerint főként Magyarországról (70%) Erdélyből (21%) és Felvidékről érkeznek – a közösségi élmény, a vallási és a nemzeti identitás megőrzése és a székelyföldi magyarokkal való találkozás miatt utaznak a helyszínre. Az ide érkező zarándokok tömege miatt az ünnepi szentmisét áthelyezték a ferences templomból a Hármashalom-oltárhoz, amely Makovecz Imre tervei alapján épült a Kissomlyó-hegy és a Nagysomlyó-hegy közötti nyeregben. Így a szabadtéri liturgián mindenki részt vehet.

LEGENDA ÉS HAGYOMÁNY

A csíksomlyói pünkösdszombati búcsújárás hagyománya egy legendás esemény, az 1567-es nagyerdei (tolvajosi) csata idejére nyúlik vissza. E legenda szerint János Zsigmond fejedelem katonái erővel akarta a csíki és gyergyói katolikusokra kényszeríteni az unitárius hitet, azonban az asszonyok és a gyerekek a kegytemplomban lévő Mária-szoborhoz járultak, hogy a Szűzanya segítségét kérik, s imájuk meghallgatásra talált: a férfiak a csatában győztek, ezzel elhárították szülőföldjüktől az erőszakos hittérítés veszélyét. A történelmi tények ismeretében nem valószínű, hogy ez az esemény éppen így történt, történelmi források sem említik. A valóság az, hogy már ezt megelőzően, évszázadokra visszamenően is nagy tisztelet övezte a csíksomlyói Szűzanyát, azonban a 16. század második felében

a katolikusnak megmaradt székelyeket az unitárius hit intenzív terjedése nyilván még nagyobb összetartásra, hitük megerősítésére ösztönözte. A hitéletet mélyítették a kegytemplomhoz kötődő csodák, valamint a külső fenyegetettség, a 17. századi tatár és török támadások is.

Az ötszáz éves csíksomlyói Szűz Mária-szobrot a világ egyik legnagyobb kegytemplomaként emlegetik. A nap sugarai veszik körbe, lábával a holdsarlón áll, fejét korona és tizenkét csillagból álló koszorú ékesíti. Jobb kezében jogart tart, bal karján a kis Jézus ül. A székely leányarcú Madonna a *Jelenések könyve* „napba öltözött asszonyát” mintázza. Az 1500-as évek elején készült hársfából, 2,27 méter magas. A helyiek számára védelmetadott és – különböző csodajelekkel – figyelmeztetést is a tatár és török pusztítások idején. Az ide zarándoklók és bűnbánatot gyakorlók közül sokan felgyógyultak betegségeikből, és különféle kegyelmekben részesültek.

A pünkösdszombati búcsújárás egyik leghangszúlyosabb eleme a körmenet, illetve a zarándokok fel- és levonulása a szent hegyre. Az egyházközségek zarándokcsoportjai, vagyis „keresztaljai” meghatározott sorrendben járják végig a lankás vidéket, a hagyomány szerint ma is első a gyergyófalusi keresztalja, a sort pedig a moldvai csángók zárják. A zarándokok nyírfaágot visznek magukkal, ahogy a legenda szerint az 1567-es hargitai győzelem napján is a székely férfiak a május végén virágzó zöld nyírfák lengetésével adták hírül, hogy megnyerték a csatát.





BÚCSÚJÁRÓK ÉS TURISTÁK

A csíksomlyói búcsú eredeti célkitűzése napjainkra sem változott, sőt, az egyház által elsődlegesnek tekintett cél: a hit megélése, a bűnbocsánat, a gyógyulás, a hála továbbra is egyértelműen a leghangsúlyosabb tényező. Ennek a szem előtt tartásával mégis beszélhetünk a csíksomlyói búcsú turisztikai vonzerejéről is. A búcsújárás helyszínén kívül a zarándokok többsége felkeresi a Nepomuki Szent János-kápolnát, a Kós Károly által épített KALOT-házat, a Barátok fürdőjét és a Nagysomlyó-hegy kilátóját, ahonnan az egész Csíki-medencére csodálatos panoráma nyílik. A lelki töltekezésen túl Székelyföld természeti és kulturális kincsei egész évben vonzzák a turistákat: a borvizes ásványvíz-forrásokat és gyógyfürdőket összekötő Borvíz-bicikliút, a gyergyószentmiklósi Csíky-kert egyedülálló flórája, a fenyőcsonkokkal teli Gyilkos-tó, az öt kilométer hosszan elnyúló szurdokvölgy, a Békás-szoros, a világ legnagyobb heliotermikus sós tava, a szovátai Medve-tó vagy az erdélyi magyarság szellemi fellegvára, Székelyudvarhely. A fazekasműhelyek és kosárfonók, a kürtőskalács-mesterek, a fafaragók, a házi szőttek és tulipános ládák, a harmincthatféle gyógynövényből készült keserűlikőr, a paradisi só

vagy a székely és csángó táncok igazi turistacsalogatók, ám mégis elsősorban a székely emberek sorscsapásuktól nem kímélt, örök túlélő közössége vonzza a magyarokat.

A POLITIKA ÉS A ZARÁNDOKUTAK

A középkori emberek életében a távoli kegyhelyek (Róma, Szentföld, Santiago de Compostela, Aachen stb.) felkeresése volt a vágyott cél, a késő középkorban és a kora újkorban azonban sorra alakultak a közeli, kistáji, helyi jellegű búcsújáró helyek. A kegyhelyek olyan vonzaskörzeteket hoztak létre, amelyekkel rendszeres kapcsolatban álltak, s e területek lakosságára jelentős hatást gyakoroltak. Magyarország viszonylatában a politikai változások átszabták a zarándok-vonzaskörzeteket. A trianoni határok vágták ketté Máriaradna, Máriapócs, Barka, Máriagyűd és sok más kegyhely körzetét, más irányt szabva a búcsúsoknak. Részben ennek következtében vált nagytáji jelentőségűvé a csíksomlyói búcsújáró hely, amely az 1990-es romániai forradalom után az egész nemzet ökumenikus kegyhelyévé vált. A Mária-úton az egész nemzet ökumenikus kegyhelyévé vált. A Mária-úton az is végigmennek, akik csupán meg akarják ismerni a Kárpát-medence népeit, azok keresztény hagyományait, fel akarják fedezni tájait, és kíváncsiak az itt élők kultúrájára, vendégszeretetére. ♦

MIÉRT VONZ SZÉKELYFÖLD?

◆ LÉVAI ANIKÓ

1984 pünkösdjén jártam első ízben a csíksomlyói búcsúban. Hosszú vonatút után fáradtan kaprattunk csővázás hátizsákunkat cipelve a templom felé. Igyekeznünk kellett, ha látni akartuk a felvonuló keresztaljakat. Ekkor még nem a nyeregben, hanem a barokk templomban és az előtte lévő téren tartották a búcsút. A falvak lakói már napokkal korábban elindultak, és a mise előtti éjszakát a két hegy közötti nyeregben töltötték. Imádkozva, énekelve, meggyónva, tiszta lélekkel. Mi is közéjük verődtünk, ott vártuk meg a napfelkeltét. Nagyon hideg volt. Az egyik csángó falu lakói, a pusztinaiak mellé kerültünk. Akkor hallottam életemben először őket beszélni. „Jó regvelt!” – mondták, amikor virradni kezdett. Felnéztem az égre, és szinte egyszerre mondtuk: „Úristen! Magyar színek!” A felkelő nap körül, mint egy kokárda, megjelent a piros-fehér-zöld trikolor. Énekeltek a Boldogasszony anyánkat, az istenhit és a hazaszeretet egybetartozásáról szóló egyházi éneket. Akármennyire is igyekeztünk, a templomba már nem fértünk be, de nem is bántuk, mert így megsodálhattuk az egymás után érkező falvak keresztaljit. Templomuk nyírfaágakkal díszített zászlaja alatt a papjuk vezetésével, gyalog érkeztek. A zászlóra a település neve is rá volt hímezve, így követni tudtuk, hogy mikor kik érkeznek. Népviselőket jöttek, egymás után, a menetet hagyományosan a gyergyóalfalusiak vezették, majd a többi gyergyói falu, őket követték a labarumot vivő diákok, majd a papok, utánuk következtek a többi falu zarándokai: Alcsík, Felcsík, Nyáradmente, Sóvidék, még a messzi Brassó képviselői is. A menetet a gyimesi és moldvai csángók zárták. A csángóké volt a fehér keresztalja, mert a férfiak mind ünnepi fehér ruhában jöttek, derekukon a széles övekkel, asszonyaik pedig a gyönyörű katrincákban, hímzett ujjú ingekben. Minket, akik ott álltunk a fémváz hátizsákunkkal, piros sportdzsekiben, lenyűgözött a gyönyörű, ünnepi viseletbe öltözött embertömeg, akik Mária-énekeket énekeltek. Tudtam, hogy olyan eseménynek vagyok tanúja, amelyet otthon már nem élhetnék át. Néztem az agyondolgozott kezű öregasszonyokat, és tudtam, hogy ők annak a paraszti életnek az utolsó sorsrészesei, amelyet már az unokáik sem fognak megélni. Néztem azt a rengeteg, életerős fiatalot, akik a menet élén mentek, és éreztem, hogy az ő gyökereik még mélyre nyúlnak, mert ők becsülik a múltat, értékelik a márt, és érdemesek lesznek a jövőre.



Kép - Emmer László



Kép - Emmer László

UGRON ZSOLNA, író

Azt hiszem, Erdélyhez már leginkább én magam kötöm magam. Részben persze örököltem is ezt a vérségi kötődést, de ma már biztos vagyok benne, hogy legalább annyira választott, mint amennyire elrendeltetett az én erdélyiségem. Ha Erdélyben vagyok, másképp érzékelem a lét dimenzióit,

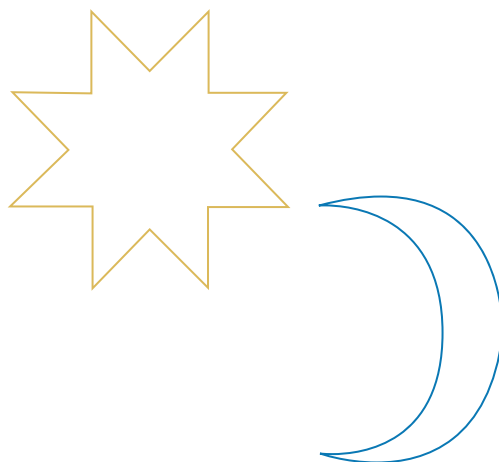
máshova kerülnek a létezés hangsúlyai. Szeretem az abszurditását, az ellentmondásait, a sokszínűségét. Szeretem sok gyökerű kultúráját. Szeretem az erdélyi táj arányait, léptékeit. Szeretem az erdélyi élet ritmusát, a nyelv ízét. Húsvétkor Székelyföldön voltunk, és mielőtt hazaindultunk Budapestre, a nyolcéves lányom letört három zöld bokorágat, ott őrizi az íróasztalán azóta is. Azt mondja, ha látja, megnyugszik, hazagondol. Erdélyben otthon vagyunk, Erdélybe hazamegyünk, és hát az ember előbb-utóbb mindig hazamegy.



KOVÁCS ATTILA, világhírű cipőkészítő

Nagyváradon születtem, Nagyszalontán jártam gimnáziumba, és Temesváron voltam katona, ezért rendszeresen visszajárok. Jó érzés szülővárosom utcáin sétálva felidézni gyermek- és ifjúkorom történéseit. Ugyanakkor szívesen járok Erdély más tájain is, kifejezetten szeretem

Székelyföldet, a sajátos hangulatát, az ott élő emberek hihetetlen vendégszeretetét és a kemény élethez való viszonyulásukat a maguk csendes, jellegzetes humorával.



Kép - Páczai Tamás

DR. VÉGSŐ GYULA, sebész

Erdélybe csak azt vonzhatja valami vissza, aki már járt ott. Ami turistaként vonz: az egykor Magyarországhoz tartozó terület városainak,

természeti adottságainak, látnivalóinak, az ott élő és szűkebb hazájukat el nem hagyó embereknek a megismerése. Keresztényként a csíksomlyói búcsú, ahol a zarándokút fáradalmait után közösen lehetünk részesei hitünk szent titkáinak. A sok ezer zarándok a székelységgel egybegyűlve, melléjük állva őket kitartásukban erősítheti. Nem utolsósorban pedig a Somlyó-hegyek „nyergében” megmutathatjuk és röstelkezés nélkül kimondhatjuk: Igen, magyarok vagyunk! (Végső Gyulának *Vándorfecske hazatalál* címmel könyve jelent meg a csíksomlyói búcsú élményéről.) ♦

MINDIG SZEM ELŐTT, MINDIG BÁTRAN



MÁRTON ÁRON

Csíksomlyó szorosan kötődik Márton Áron püspök életéhez, és nem csak azért, mert iskoláinak egy részét itt végezte. Románia legjobban megfigyelt személyét, aki a többszöri börtön és őrizet ellenére is kiállt elveiért és a rábízottakért, már életében a hívek szeretete kísérte, ezért amikor 1949 tavaszán Felcsíkon volt bérmaúton, a gyimesi hívek egy fehér lovat ajándékoztak neki, ezen vonult be Csíksomlyóra. Az állami szervek ezt le is filmezték, és tervbe vették Márton Áron letartóztatását Székelyudvarhely és Segesvár között, de sofőrje mezei és hegyi utakon vitte haza Gyulafehérvárra. A püspöki palotát ezután állandó megfigyelés alatt tartották.

♦ Márton Áron püspöki jelmondatát Tours-i Szent Mártontól választotta: „Non recuso laborem” (Nem utasítom vissza a munkát). Első püspöki körlevelében, 1939-ben ezt írta: „Szent hivatalom kötelez, hogy egyformán püspöke legyek szegénynek és gazdagnak, tanultaknak és a tanulás lehetőségeitől elzártaknak, előkelőknek és egyszerű embereknek, az élet kegyeltjeinek és az élet szerencsétlenjeinek, bűnösöknek és a kegyelem áldottjainak. Az Isten felé vezető utat mindenki számára kell feltárnom, egyengetnem és kívánatosá tennem.” Emellett püspöksége idején mindvégig kiállt az emberi jogokért és az üldözöttekért, fajra és vallásra való tekintet nélkül. 1944-es kolozsvári beszédében a Szent Mihály-templomban szót emelt a zsidók elhurcolása ellen, valamint levelében szólította fel Sztójay Döme miniszterelnököt, a belügyminisztert, a főispáni hivatalt és a rendőrkapitányságot, hogy akadályozzák azt meg. Válaszul Kolozsvár rendőrkapitánya kiutasította a városból. 1946-ban a román miniszterelnöknek írt levelében az erdélyi magyarság sérelmeire kért orvoslást. A romániai görög katolikus egyház betiltásakor, 1948-ban pedig körlevelében hívta fel a katolikus papokat, hogy „a görög-katolikus testvéreinket előzékeny szeretettel a legmesszebbmenő vallási

támogatásban és segítségben részesítsék, amikor szükséges, templomainkat, kelyhűnket és egyházi felszereléseinket a keleti szertartású szentmise bemutatására készségesen rendelkezésükre bocsássák”. A róla szóló ügynöki jelentések 263 dossziét tesznek ki. 1949-ben koncepcióos váddal letartóztatták, tíz év fegyházra és életfogytig tartó kényszermunkára ítélték. 1955-ben felfüggesztették börtönbüntetését, de az 1956-os magyarországi forradalom után ismét egy évig házi őrizetben volt. 1956-tól kezdve – Maros, majd Uránia néven – szigorú megfigyelés alatt tartották: ügynököket állítottak rá, követték és titokban fotózták, lehallgatták lakását és telefonbeszélgetéseit, valamint ellenőrizték leveleit. ♦

Bár Márton Áron püspököt sokan már életében szentnek tartották, a hivatalos eljárás 1992-ben indulhatott meg, és jelenleg is tart. Dr. Kovács Gergely, Márton Áron szentté avatásának Rómában szorgalmazó posztulátora szabadsága idején rendszeresen szervez erdélyi zarándoklatokat a püspök életútjának állomásait érintve, csíki, gyergyói, gyulafehérvári és kolozsvári helyszínekre.

ITTHONIAK ÉS OTTHONIAK

A kisebbségben és szórványban élők számára létfontosságú a kultúra megőrzése, nemcsak a nemzeti megmaradás, hanem az egyén jólléte szempontjából is. Ma már több kutatás is igazolta, hogy a nyelvüket és kultúrájukat megőrző közösségek tagjai lelkileg és testileg is egészségesebbek, mint teljesen asszimilálódó társaik. De a határainkon kívül rekedt magyarok hagyományos kultúrája az anyaország számára is hatalmas erőforrás lehet. Székelyföld több mint 800 ezer lelket számlál, s a székelyek már az államalapításnak is részesei voltak, nem csoda, hogy különös szerepük van a magyar történelemben. Nekik köszönhetjük – sok más kiváló ember között – Benedek Eleket, Tamási Áront, Apáczai Csere Jánost, Kőrösi Csoma Sándort, Puskás Tivadart, Kányádi Sándort, Márton Áront, Gábor Áront, Orbán Balázst.

◆ SZÉKELY BÁL

A Nemzetstratégiai Kutatóintézet idén negyedik alkalommal rendezte meg a Budapesti Székely Bált, amely a fővárosi báli szezon egyik legnagyobb társadalmi eseménye lett. Bevételeit a hagyomány szerint 2017-ben is külföldi magyar közösségeknek ajánlották fel: az oklándi unitárius közösségnek, a marosvásárhelyi Szent Erzsébet Társulás árváinak, a Mária Rádió Erdély Egyesületnek, a Beregszászi Református Gyülekezet fenntartásában álló Pulzus Rádióknak, valamint Atyha római katolikus templomának.



BOLDOGASSZONY KIÁLLÍTÁS MÁRIA-KULTUSZ KORTÁRS SZEMMEL

A Nemzetstratégiai Kutatóintézet a jubileumi Mária-év előtt tisztelve 2015-ben, a budapesti megnyitó rendezvényt követően útjára indította Boldogasszony kiállítását a Kárpát-medencében. A kiállítással célja a nemzet

megmaradásának zálogát jelentő keresztény hit és értékrend felmutatása, a magyar összetartozást jelképező Mária-kultusz tudatosítása. Az ötvenöt kiemelkedő kortárs művész Mária ábrázolását bemutató tárlat Erdélyt, Partiumot és Délvidéket követően májustól augusztusig Kárpátalján, Nagyszőlősen és Munkácson, őszől Felvidéken, majd Muravidéken lesz látható.

SZÉKELY FESZTIVÁL

Május második hétvégéjén harmadszor rendezték meg a Székely Fesztivált Budapesten, a Millenárison. Székelyföld három napra a nemzet fővárosába költözött, hogy bemutathassa természeti és kulturális értékeit. Az idei évben Gyergyószék volt a díszvendég. A Maros felső folyásánál elterülő Gyergyói-medencét zömmel római katolikus székelyek lakják. A Görgényi-, Gyergyói-havasok és a Hargita által ölelt medence bővelkedik természeti látványosságokban. Ebből is ízelítőt kaphattak a látogatók, de a néptánc, népzene és a helyi gasztronómia is sok érdeklődőt vonzott. ◆



Kép - Páczai Tamás

KISBABÁT VÁRSZ?
KÉRDÉSED VAN?




TÖLTSD LE AZ ÉDES KISBABÁM
MOBIL ALKALMAZÁST,
IGÉNYELD ÁTVEVŐKÓDODAT,



www.edeskisbabam.hu



ÉS VEDD ÁT INGYENES PROMOBX
VÁRANDÓSCSOMAGODAT
AZ  **alma**
gyógyszertárak -BAN!

AZ ELSŐ PILLANATTÓL...

www.promobox.hu
varandoscsomag@promobox.hu



NYARALÁS CSALÁDOKNAK SZERETETTEL

06.16–09.03.

- Szabadság a gyerekeknek, szabadidő a szülőknek
- Program All Inclusive: több helyszínen, naponta legalább 21 családi és gyerekprogram
- Bababarát szobák és családi lakosztályok
- 100.000 m² kalandra hívogató park
- Gyerekbarát gasztronómia
- Stoller Akadémia® babaúszás hetente többször
- Többtermes játékbirodalom, játszóterek
- Családi élményfürdő, vizes játszóter, sószoba
- Csendes wellness, szaunapark csak felnőtteknek
- Wellness és gyógyító kezelések, bio kozmetika

Még egy érv az időpont választáshoz:

- 7=6 akció – érkezési napok: 08.20., 08.27.

KOLPING HOTEL **** SPA & FAMILY RESORT

8394 Alsópáhok, Fő u. 120.
(+36) 83 344 143
sales@kolping.hotel.hu



Részletek, online árkalkuláció és foglalás:

kolping.hotel.hu

facebook.com/kolpinghotel
youtube.com/kolpinghotel



Hallotta már?

Miénk a szakma legnagyobb elismerése: Év Szállodája Díj 2016.
Szabadidős programok kategória első helyezettje – Family Cup Díj 2016.
Leginnovatívabb vidéki szálloda – Gastro Design Rülöndíj 2016.
Magyarország Legnépszerűbb Családbarát Hotelje – TripAdvisor 2016.



SAMPSON

stílusos, bátor, elkötelezett



CSEMER BOGLÁRKA

„TREFÁN SÁNDOR, A KERESZTAPUKÁM KICSI KOROM ÓTA ELVARÁZSOLT KUTYASZERETETÉVEL. FELNŐTTKÉNT ÉRTETTEM MEG, HOGY A SZENVEDÉLYE EGYBEN A SZAKMÁJA IS. A VILÁG LEGEREDMÉNYESEBB KUTYATENYÉSZTŐJEKÉNT TARTJÁK SZÁMON. MUNKÁJA, KITARTÁSA A MAI NAPIG INSPIRÁL.”