

# KÉPMÁS

2021  
12

nőknek és férfiaknak

164  
oldal tartalom

” A GYŰLÖLET  
NAGY INFLUENCER,  
**DE A SZERETET  
SOKKAL ERŐSEBB**

TÓTH VERA &  
TÓTH GABI



+12 OLDAL  
ZENEI MELLÉKLETTEL

ÉVES ELŐFIZETÉS: 7 980 FT | 110 RON  
EGY SZÁM ÁRA: 1290 FT



21012

9 771586 423002

# LEPJE MEG KARÁCSONYRA SZERETTEIT KÉPMÁS MAGAZIN-ELŐFIZETÉSSSEL ÉS NYERJEN!

HA 2022. JANUÁR 16-IG ELŐFIZET A KÉPMÁS MAGAZINRA, MEGNYERHETI

- a **2 ÉJSZAKÁS CSALÁDI PIHENÉST AZ ALSÓPÁHOKI KOLPING HOTELBEN** (2 felnőtt + 2 gyermek) vagy
- a **2 ÉJSZAKÁS PÁROS PIHENÉST A NYÍREGYHÁZI HUNGUEST HOTEL SÓSTÓBA** (2 személy) vagy
- a **MAGYAR ÁLLAMI OPERAHÁZ 200 PÁROS BÉRLETÉNEK EGYIKÉT**, amelyet páros belépőre válthat az Erkel Színház és az Eiffel Műhelyház két tetszőleges, saját szervezésű előadására 2022. május 31-ig vagy
- a **200 UGRON ZSOLNA: A NÁDOR ASSZONYAI CÍMŰ KÖNYV EGYIKÉT**

12 lapszám 7 980 FT

1x



1x



200x2



200x



Előfizetés és részletek: [kepmas.hu/elofizetes](https://kepmas.hu/elofizetes)



Az akció azokra a nyomtatott, belföldi előfizetésekre érvényes, amelynek előfizetési díját az előfizető 2021. október 26. és 2022. január 16. között kiegyenlítette.

További információ: [elofizetes@kepmas.hu](mailto:elofizetes@kepmas.hu)



SZÁM KATI • BEKÖSZÖNTŐ

## Amikor már csendbe dermednek a hajnalok, könnyebb elképzelni, hogy valaki vár.

Sietve kapkodjuk magunkra a ruhákat, és indulunk oda, ahol „égve hagytad a villanyt”. Hazafelé cinkosodként meglessük az ébredő utcákat.

Újra gyerekmancsok tapicskolnak a lisztben, dundira sülnék az aranybarna formák, billen a felakasztott aranytoboz, valakit mindig várunk, valaki mindig érkezik. Hideget hoz a fűtött lakásba, pirosodnak az arcok, csillannak a szemek.

Terveket szövünk, szeretnénk valósággá printelni a rég megélt ünnepeket, elképzelt karácsonyokat. Közben lapot készítünk, ünnepit, 164 oldalon. Zenesz és pszichológus, tanyasi tanár és legendás tudós, bátor rabszolgalány és játékmester, tűzoltó, színész, népi bútorfestő, látássérült tandemkerékpáros-versenyző... miközben képekbe, szövegekbe, betördelt oldalakba csomagoljuk őket, megváltoztatnak, elcsendesítenek, bátorságot adnak.

S mindez észrevétlenül ránk ragad, ahogy a liszt a gyermektenyérre, a csillámpor a tobozt felakasztó kezekre, és rajtunk is marad egy ideig, mint a reggeli rotáték fénye a munkába indulókon.

## TÓTH VERA ÉS GABI A CÍMLAPFOTÓZÁSON



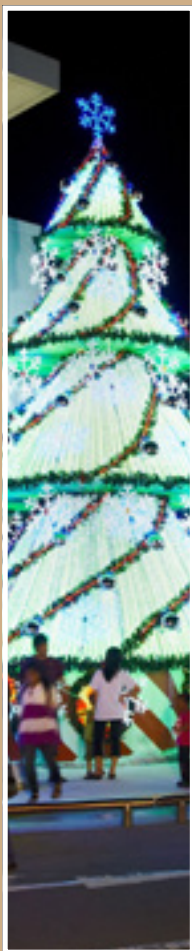
Kép: Jónás Jácint





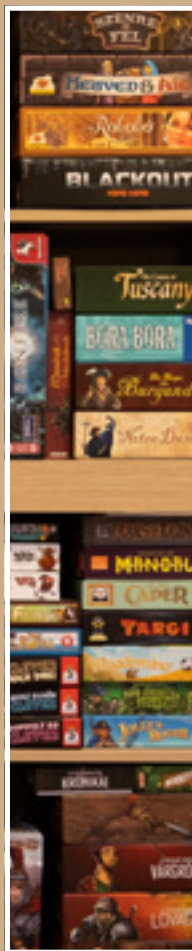
JELENLÉT

14



TANDEM

46



TÜKÖR

62



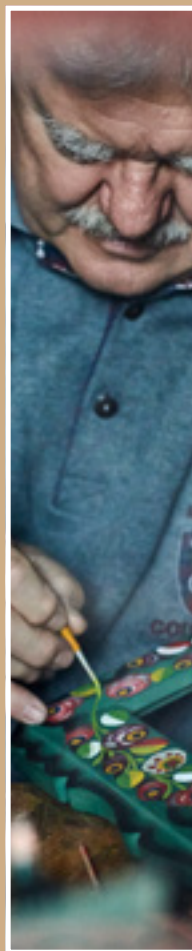
HÁZITREND

90



KIMENŐ

112



#### IMPRESSZUM

Képmás magazin • Kiadja a Képmás 2002 Kft. • 1012 Budapest, Logodi u. 44./D • Ügyfélszolgálat: 1012 Budapest, Alagút u. 1., I. em. 2. (21-es kapucsengő) • Nyitvatartás: H-Cs 8:30–17:00, P 8:30–14:00 • Tel.: 06-1 365-1414, 06-1 365-1415 • Felelős kiadó: Molnár-Bánffy Kata • E-mail: szerkesztoseg@kepmas.hu • www.kepmas.hu • Bankszámlaszám: 12100011-17723064 Gránit Bank  
Főszerkesztő: Szám Kati, szam.katalin@kepmas.hu • Képszerkesztő: Páczai Tamás, paczai.tamas@kepmas.hu • Olvasószerkesztő: Gergely-Baka Ildikó • Korrektúra: Hardy Bea • Címlapfotó: Emmer László • Hátsó borítókép: Páczai Tamás • Arculat, layout, nyomdai előkészítés: Salt Communications Kft. | Nagy István | Balassa Nikolett | Légár Béla

Hirdetésértékesítés: Péterfy Hajnal | peterfy.hajnal@kepmas.hu • Előfizethető: [www.kepmas.hu/elfozetes](http://www.kepmas.hu/elfozetes) | [elfozetes@kepmas.hu](mailto:elfozetes@kepmas.hu), valamint a Magyar Posta hálózatában, és digitális formában: [www.digitalstand.hu](http://www.digitalstand.hu) • Olvasási nehézséggel küzdők részére: [www.erikkancs.hu](http://www.erikkancs.hu) • Erdélyben is előfizethető közel belföldi áron: [elfozetes@kepmas.hu](http://elfozetes@kepmas.hu) • Terjesztés: Urbán András | [urban.andras@kepmas.hu](mailto:urban.andras@kepmas.hu) Terjesztői: a Lapker Zrt., a Magyar Posta Zrt. és alternatív terjesztők • Nyomda: EDS Zrínyi Zrt. 2600 Vác, Nádás utca 8. | Felelős vezető: Vágó Attila vezérigazgató • ISSN 1586-4235 • Lapunkat rendszeresen szemléli Magyarország legnagyobb médiafigyelője, az OBSERVER MÉDIAFIGYELŐ KFT. | A hirdetések tartalmáért nem vállalunk felelősséget. • A szerkesztőségi anyagok vírusellenőrzését az [eset](https://www.eset.com) biztonsági programokkal végezzük, amelyet a szoftver magyarországi forgalmazója, a Sicontact Kft. biztosít számunkra. • Következő számunk 2021. december 31-én jelenik meg. Szerkesztőségi titkár: Demecs Tímea | [demecs.timea@kepmas.hu](mailto:demecs.timea@kepmas.hu) • Képmás nagykövét program koordinátor: Urbán András | [urban.andras@kepmas.hu](mailto:urban.andras@kepmas.hu) • Képmás-estek: Fodor Krisztina | [fodor.krisztina@kepmas.hu](mailto:fodor.krisztina@kepmas.hu)



## KÉPMÁS

A gyűlölet nagy influencer,  
de a szeretet sokkal erősebb  
Interjú Tóth Gabival és Tóth Verával 6

Tiltott karácsony 14

Legyőzik-e a gyerekek a sárkányt? 18

## KÖZKINCS

Nem csak a négy fal között lehet  
tanulni 24

## VILÁG-KÉP

Mobildonor 28

## LÍVIA BESZÉLGET

Ki az én felebarátom, és hogyan kell  
őt szeretnem? 30

Nathanson megtérése 32

Az alkotás öröme, az irgalom passiója  
Interjú Eperjes Károllyal 34

Normális család vagyunk? 38

## KETTŐ AZ EGYBEN

János nagyon hiányzik ebből a világból 42

## KETTŐ AZ EGYBEN

Mit játszunk? 46

Mit, hol, mikor, kivel?

A családi bakancslista 50

## APA, KEZDŐDIK!

A fiam fejében 52

Állásinterjú 53

Nyolcvan százalék öröm,  
húsz százalék feladat 54

A magyar családoknak  
jól indulhat az új év 58

## ÉPÍTŐKOCKÁK

Akadálymentes 60

## KÖZVILÁGÍTÁS

Igazi vagy hamis? 61

Egy döntés vagy könnyű, vagy fontos

Karácsony, értékek mentén 62

## MÉDIA A CSALÁDÉRT

65

## EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

Játszd újra az életed!

Pszichológusszemmel a Lelki  
ismeretek című filmről 66

Az egyensúly kihívásai 70

Helló világ, én is itt vagyok! 74

A karácsonyfa árnyékában 76

## VÉGY EGY RÉGI RECEPTET!

Az ünnep már a spájzban van 82

## ERDŐ-MEZŐ PATIKÁJA

Nemcsak karácsonyi töltelek –  
a kerti mák 84

ZÖLD MOZAIK 86

## VILÁG-KÉP

Fecskekotta 90

## A SZALON

Mi fér bele egy háromgyerekes  
édesanya táskájába és életébe? 92

## LEZSER

Jöjj el hozzánk, Biomikulás! 96

## BIBLIA ÉS IRODALOM

Kicsoda Jézus Krisztus? 98

## HUNGARIKUM

Legkisebb 100

Minden írás kitarulkozás,  
és valamilyen módon teremtés is 102

## BIBLIAI TÖRTÉNETEK

Éjszaka 104

A féken tartott feszültség  
és a jelenlét öröme 106

A bútorfestő és a mintarajzó gyereke 112

Fenyők alatt, szőlők fölött 116

Az alpinista fizikus 118

A zene mélységben és magasságban 122

„Sok mindenre megtanítottak minket  
a rajongóink” 125

„A zenében bármi megtörténhet,  
ha hagyunk rá időt” 128

A zene összeköt 131

## KÉTKEDŐK, KERESŐK, KALANDOROK

Egy rettenthetetlen rabszolgány 134

A legszebb ajándék 140

## DECEMBERI KIMENŐ

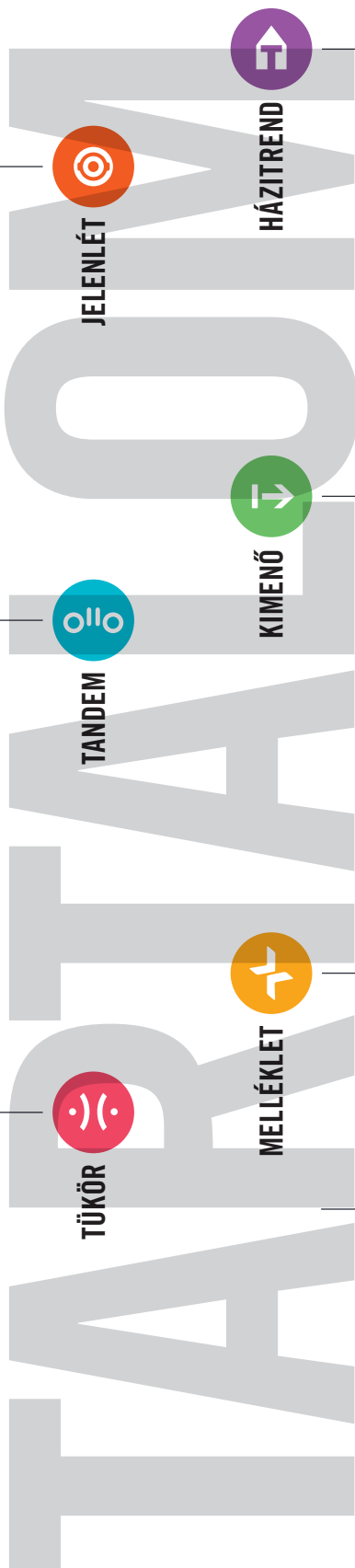
Valéria papírangyalkái 150

Dédmama, a Hajnalcsillag 152

Adventi ébredés Csíkbán 154

„Az örök ünneplésre kellene  
elkészülnünk” 157

Újra lesznek adventi vásárok 160







SZÖVEG –  
SZÁM KATI

KÉP –  
EMMER LÁSZLÓ

SOROZAT –  
KÉPMÁS

# ” A GYŰLÖLET NAGY INFLUENCER, DE A SZERETET SOKKAL ERŐSEBB

Sminkes: Jónás Kata, fodrász: Sári Kata, stylist: Tóth Linda,  
ruhák és ékszerek: Nanushka, Bijou Brigitte, Zara, Mango, Nubü,  
Van Graaf (Marie Lund), Weekend Max Mara

Kislány korokban előadásokat tartottak a tapolcai panellakásban. A két nővér, Vera és Gabi közös címlapfotóra készül, ha jól számolom, heten sürgüncforgunk körülöttük. Legalább 15 éve része az életüknek ez a zsiszegés, egy-egy forgatáskor pedig napi rutin. Keresem a két, nagy álmokkal és nagy szívvel a fővárosba érkező lányt a fodrász és a sminkes keze alatt. Nem kell sokáig kutakodnom.



◆ – **Kislányként elképzeltétek az énekesnők életét a backstage-ben? Esetleg azt is, hogy ketten lesztek ott?**

**Gabi:** Én mindig egy mesevilágot képzeltem el magamnak a kisvárosban, ahol felnőttem. A kosárpályára színpadot, az erdőbe egy Narnia-szerű világot, de erről még álmodni sem mertem.

**Vera:** Külön-külön mindketten híres énekesek akarunk lenni, az viszont nem fordult meg a fejünkben, hogy együtt leszünk azok. Gabi az öltözködés és a kaméleon-szerű változás kicsi kora óta izgatta, én nem nagyon képzeltem el magam kamera előtt.

**Gabi:** Nekem a tánc volt akkor a mindenem, és mindketten tarisznás, Martens bakancsos alter csajok voltunk, sok kézműves és iparművész táborban vettünk részt, nemeztünk, batikoltunk, kötöttünk, a turkálóban vásárolt cuccainkat így mindig sikerült kicsit feldobni, színesíteni. Gyerekként sem a csillogás vagy a hírnév vonzott minket, és most sem ez a fontos. Ezt hoztuk otthonról. A magánéletünket pontosan ugyanúgy éljük a hétköznapiokban, mint mindenki más, bárki számára elérhetőek vagyunk, nem kell minket túlgondolni. A színpad persze már egy egész más világ, ott fontos a show, a csillogás, de ott is önmagunkat adjuk, a közönségnek.

**Vera:** És mekkora áldás ez! Egyszer a Koltay Robi bácsival forgattuk a *Boldogtalan* című klipet, és egy étteremben rámutatott egy nem túl jó állapotú emberre, megkérdezte, szerintem hány éves lehet. Mondtam, hogy olyan 85, erre azt válaszolta, képzeld, annyi, mint én. Én kijátssom magamból, ő pedig nem tudja, mert a kamera másik oldalán áll.

**Gabi:** Aputól kaptunk kazettákat, és arra műsorokat gyártottunk, híradót, zenés kívánságműsort...

**Vera:** És mi énekeltük el a dalokat.

**Gabi:** Az *Apáca* show volt az első előadásunk.

**Vera:** Amikor apuék dolgoztak szombat éjszaka, és Gabi már velem hagyták egyedül – ő nyolc volt, én tíz – a Hungária zenekar *Casino twist* című számára koreográfiát csináltunk, hogy egy családi rendezvényen előadjuk. De azért, ha egyedül is voltunk, a szomszédok esténként csak bekopogtattak, hogy minden rendben van-e.

**Gabi:** Vidéken teljesen természetes volt, hogy mindenki odafigyelt, törődött a másikkal – a panelban éppúgy, mint a családi házaknál, mi is biztonságban éreztük magunkat. Gyakorlatilag néhány percre lakott mindenki: a nagyszülők, a rokonok. Ezért volt nehéz megszokni a nagyvárosi életet, rettenetesen furcsa volt, hogy messze voltak azok, akiket szerettünk.

– **Emlékeztek arra, hogyan láttátok a testvéreteket a karrier felé tartva?**

**Gabi:** Én az elejét kicsit nehezen éltem meg, mert tinédzser voltam, amikor Vera elkezdte bontogatni a szárnyait, vitték anyuék Veszprémbe, fellépőruhát kapott, cilindert, sminket, én meg puffogtam, hogy csak keményítem a szoknyákat a néptánra. Aztán amikor bekerült a Megasztárba, elvakult rajongó lettem, és mentem Budapestre a Tóth Vera-transzparenssekkal, minden szombat, a szüleimmel együtt.

**Vera:** Én biztos voltam benne, hogy a Gabi jön utánam. Mondtam az énektanáromnak, hogy van ám egy húgom is, meghallgatta, és azonnal „ráugrott”. Mindketten a Musical Stúdióba jártunk. Aztán Veszprémbe, Völler Adél énekiskolájába.

**Gabi:** Én közel sem énekeltem olyan jól, mint Vera.

**Vera:** Mert nem erre készültél, neked Sebestyén Márta szólt mindenhol.

**Gabi:** Amikor a Művészetek Völgyében csináltunk egy táncházat, az életem egyik legszebb időszaka volt!

**Vera:** A legjobb bulijaink mindig népzenezők társaságában voltak, Gabi 30. születésnapjára is szerveztem Berecz Pistivel a Fonóban egy ilyen. Gyakorlatilag 150 fős buli lett belőle, körbeálltuk és elénekeltek a születésnap köszöntőt.

**Gabi:** Óriási meglepetés volt, hisz én úgy tudtam, hogy egy céges bulin kell fellépnem. Mindenki eljött, aki közel áll a szívemhez. Ott volt Both Miki, Csoóri Sanyiék családja, olyan emberek, akiket nagyon tisztetek és szeretek. Ez felidézte a gyerekkorunkat, az emlékeinket, hiszen itt, a fővárosban nem olyan egyszerű bejutni a népművészek világába, ezért is volt ez óriási öröm és megtiszteltetés.

– **Egy kicsit két kultúra, kétféle közösség közé pottyantatok?**

**Gabi:** Valahogy úgy. Vándoroltunk albérletből albérletbe, amit én úgy éltem meg, hogy folyamatosan tépik ki a gyökereimet, mindazt, ami fontos nekem, ami meghatároz engem.

**Vera:** És a mai napig igyekszünk újra kinöveszteni a gyökereinket, nekem Palkonyán sikerül, ahol a páromék laknak, és most mi is élünk. Szerintem a Jóisten arrafelé próbál vinni, amerre a lelkünk kívánja, csak elterel minket a munka, egy ideig legalábbis...

**Gabi:** Ez egy daráló, egyik fellépés hozza a másikat, csak még egy munka meg még ez az egy.

**Vera:** Aztán ha az ember egy bizonyos korba elér, és már megteheti, el tudja dönteni, mennyit vállal.





### – És ez Palkonyáról is működhet?

**Vera:** Igen, sőt. A férjem éttermébe én is beálltam dolgozni, amíg nem lehetek rendezvények, és nagyon sokat tanultam a kétkezi és a szellemi munka szerepéről. A szellemi és a kétkezi munkás állandóan összefeszül, pedig az egyik emeli a másikat. A kétkezi munka nem ciki, sőt terápia, és jó helyre teszi az egót. Amit adunk a párommal, az táplálék testnek, léleknek, fontosnak tartjuk, hogy a gasztro és a zene is a legmagasabb szinten legyen átadva.

### – És a Dunakanyarból is működhet?

**Gabi:** Jaj, az nekem szerelem. Nagymaros, Tahi... Pedig mi tanúhegyek látványához szoktunk, de a Dunakanyar elvarázsol, ahogy odaérünk, megnyugszik a lelkem, úgy érzem megéreztem, otthon vagyok. Ott szeretnék élni.

### – Hogy tud az ember gyökeret eresztetni egy idegen helyen?

**Gabi:** Hasonló értékrendű embereket kell találni, de a Lovag utca negyedik emeletén, amikor idegen vagy, nagyon nehéz. Ma is a gyerekkori emlékeket, érzéseket, hagyományokat keresem, mert számomra az jelent biztonságot. A Megasztár alatt és utána is, évekig jártam haza Tapolcára, pedig 4 és fél óra volt a vonatút.

**Vera:** Régen ciki volt vidékinek lenni, ma sikk, valamiféle misztikus dolog. Azokkal találkozol a Káli-medencében, akiknek eszük ágában nem lett volna 20 éve vidéken lakni. Az ember a természetet, a természetességet, a valódiságot keresi, olyan helyet, ahol kompenzálhatja a stresszt.

**Gabi:** Nagyon akartunk a fővárosba jönni, mert ez kellett ahhoz, hogy azt csinálhassuk, amit szeretünk. Itt volt erre lehetőség, és egyszerre kinyílt a világ. De mi ugyanazok maradtunk, akik voltunk. Vidéki lányok a nagyvárosban. Tele álmokkal, tervekkel. 2016-ban volt egy nagyobb változás az életemben. Addig azt hittem, ha elvállalok mindenféle kereskedelmi tévés műsort, majd több zenei felkérést fogok kapni. Azt vettem észre, hogy épp ellenkezőleg, egyre kevesebb minőségi munkát kapok. A tehetséggondozást hivatásnak tekintettem, de amikor láttam, hogyan bánnak a tehetségkutatók a fiatalokkal, a versenyzőkkel, hogy a szerkesztők hogyan turkálnak a magánéletükben... Az a legnagyobb gondjuk, hogy mekkora a nézettség, megverjük-e a konkurenciát, közben nekem pedig azon jár az eszem, hogy porszívózom ki a beteg gyerekem orrából a náthát.

**Vera:** A kereskedelmi televízióban a legkevésbé te számítasz, mert a nézettség érdekében mindent megtesznek, így ha téged kell feláldozni, akkor téged fognak. Ezzel

számolni kell, ha elvállalsz bármit is. Egy stábtag kedvesége, egy szerkesztő megértése kapaszkodó lehet.

**Vera:** Volt egy közös menedzserünk, aki csak fél play-back haknikat tudott hozni, ebből 10 éve elegendő lett. Felépítettem újra a zenei karrieremet, és most azt csinálom, amit szeretek, a Budapest Jazz Orchestrával és a Tóth Vera Quartettel állandó műsoraink vannak.

**Gabi:** Egy évre rá én is abbahagytam, de addig elhitték velem, hogy máshogy nem vagyok érdekes. Azért nem akarták, hogy zenekarral játszunk, mert akkor több embernek kell fizetni.

**Vera:** Meg előbb le kell menni a helyszínre, be kell állni. És az macerás.

**Gabi:** Hakniból ötöt is megcsinálsz egy nap, zenekaros koncertből viszont csak egyet.

### – Vera, ha előtte is jártál, sok akadályt talán nem spóroltál meg Gabinak, hiszen nagyon különböző a habitusotok.

**Gabi:** Sokszor kimondom, amit gondolok, és ez nem mindig célravezető. Nehezen viselem az igazságtalanságot, képes vagyok elmenni a falig. Ha valami megérint, elszomorít, sírok, akár a kamerák előtt is, és vitázom, ha valamivel nem értek egyet. Azt hiszem, mindez együtt okozta azt, hogy megosztó egyéniségnek tartanak. Dolgozom azon, hogy változtassak ezen, ma már igyekszem megfontoltabban viszonyulni dolgokhoz. Hazudnék, ha azt mondanám, hogy nem ártottak a tehetségkutatók. Mindenkinek volt egy karaktere, nekem jutott a vadóc rockerlány, és bármit tettem, az mind csak ezt erősítette.

**Vera:** Vállalod a véleményedet, és másokat is meghallgatsz. Sok embert a másik bátorsága frusztrál, mert ő maga nem mer az lenni. A kommentek nagy része is mindig valami belső frusztrációból fakad, amihez tulajdonképpen semmi közünk nincs. Néha megsajnálom az embereket emiatt, megkérdezném tőlük, hogy: „Hogy vagy, mesélj, mi a baj?”

### – A Sztárban sztár utolsó pár részét látva valóban impulzív, ha úgy tetszik, provokatív személyiség vagy benne, javíts ki, ha tévedek, de azt vettem észre, hogy ezt feszültségoldónak használod, hogy békíts, hogy valakit megvédj, kiengesztelj.

**Gabi:** De jó, hogy ezt gondolod.

**Vera:** Valamiért mindig nagyon neki tud menni a média, pedig semmi botrányos nincs az életében, soha nem volt az a típus, aki váltogatta a partnereit, vagy leitta magát, vagy agresszív volt. Talán ő volt az első ember, aki

megértette, hogy a gyereke arcát nem tolhatja a médiában. Egyszer tette meg, anyák napján.

**Gabi:** Viszont voltak extravagáns jelmezeim, tetoválásaim... Mindig Vera volt a jó zsarú, én meg a rossz zsarú.

**Vera:** Na majd most, a *Konyhafőnök* VIP-ben...

– **Ott főgonosz leszel?**

**Vera:** Nemcsak a visszafogott oldalamat látják. Kiderült, hogy a határait máshol vannak, mint ahogy én azt gondoltam, a forgatás egyben az egyik legjobb önismereti tréning volt, amit valaha megéltem.

– **Nem bántad meg?**

**Vera:** Ott néha megbántam, de utólag úgy gondolom, nem baj, ha kiderült, hogy egy ismert ember is érző lélek. Ebben a műsorban sok a művész, aki a lelkével dolgozik, emiatt talán mélyebben él meg szorult helyzeteket is. Ez nem szégyen.

**Gabi:** A szüleink is kilógtak kicsit a kisvárosi közegeből, mert nem érdekelte őket a pletyka, hogy például anyukám, két kisgyerekekkel miért vesz fel miniszoknyát, vagy miért jár el edzeni. Ennek ellenére jó adag megfelelési kényszerrel indultunk mi is. Én biztos, hogy azt akartam, engem mindenki szeressen.

– **Amikor elvállaltad a Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszus hírnöki szerepét, gondolom, már nem volt ilyen illúziód.**

**Gabi:** Bár Jézussal picit korom óta beszélgettem – mert amikor a nagypapánk meghalt, gondunk volt a halál fogalmával, és nagymama imaképekkel, bibliai idézetekkel magyarázta el –, a nagyvárosban nagyon sok negatív impulzus ért a hitem miatt. Gúnyt űztek belőlem, és ez megalázó volt, ezért akkor inkább elengedtem. 2016-ban kezdett visszatérni a hitem. Rengeteg támadás ért, amiért hírnökként Erdő Péter méltónak tartott arra, hogy én legyek az egyik szereplő, pedig életem egyik leggyönyörűbb pillanatát éltem át a Hősök terén.

– **Vera, te is megszólaltál a nyilvánosság előtt, amikor Gabit bántották a NEK-szereplés miatt...**

**Vera:** Igazi trauma volt, ha a testvéredet bántják, az neked ugyanúgy fáj. Szerintem karaktergyilkosság, amit Gabival tettek, nagyon nem érdemelte meg.

**Gabi:** Pedig akkor már évek óta beszéltem a hitemről, de sosem hallották meg, kivágták...

**Vera:** Szerintem ebben már van politika is, látták a NEK-szereplést, a Dunakanyarról szóló filmet, ami szerintük

” **MINÉL ERŐSEBB A FÉNY,**  
annal kontrasztosabb  
mellette a sötétség

országimázsfilm... De ha valaki más eszmékben hisz, mint mi, az hadd' legyen az ő döntése, felelőssége. Részemről mindenki éljen úgy, ahogy akar, de ma már az is jobboldalinak számít, aki keresztény, és a klasszikus családi felállásban hisz!

**Gabi:** Én nem mondhatom azt, hogy van Istenem, családom, hazám? Hogy Istenem, köszönöm, hogy adtál egy ilyen férfit, és hogy gyermekem lehet, és ez egy csoda? Mert akkor kirekesztő vagyok?

**Vera:** Pedig mi valójában úgy gondolkodunk, mint egy klasszikus liberális: nem értek egyet azzal, amit mondasz, de meghalok azért, hogy mondhasd. Mindenkinek megvan a joga a saját értékrendjéhez. Voltak olyanok, a liberális gondolkodás zászlóvivői között is, akik rám írtak, hogy látják, mi zajlik, és csak egy picit tartson még ki a húgom.

**Gabi:** Sok embert vesztettem el, akikkel az elmúlt évtizedben rengeteget játszottam, zenéltem együtt. Gúnyoltak, cikkeket adtak el rólam... most is megremeg a hangom. Vagy amikor arról beszéltem, mennyire tiszteltem Bőjte atyát, azzal viccelődtek, hogy hú, Gabi azért ez húzós, egy pap meg sok gyerek... ilyenkor azt érzem, hogy a szívem is belesajdul, annyira fáj.

**Vera:** Az egyik barátom azt írta nekem, hogy azért, mert Gabi elénekelt a *Pozsonyi csata* film főcímdalát, ő már nem szívesen ül le velem egy asztalhoz. Ezek nagyon súlyos és szomorú mondatok. Sokat csalódtam azokban, akikről azt hittem, jóban vagyunk, de hiszek abban, hogyha valakinek melletted kell maradnia, akkor minden helyzetben ott van.

**Gabi:** Egy időben nekünk is megromlott a viszonyunk Verával. Azt hiszem, azért is kerültünk újra közelebb egymáshoz, mert *Hanni* megszületett. Akkor már nem voltam az idétlen kis hugi.

**Vera:** Csak te gondoltad így, hogy annak tartalak, de amikor anya lettél, el is hitted, hogy nem vagy az.

### – Miért nem voltatok jóban?

**Gabi:** A környezetünk, a világ, ami körülött bennünket, az sem segített sokat, folyamatosan próbálták minket összehasonlíztatni...

**Vera:** El tudod képzelni, milyen az, amikor odajönnek hozzám, hogy „téged szeretlek, de nem bírom a húgodat?”

**Gabi:** Vagy hogy például a tesód miért nem fogy már le?

### – Nyilván az nem akkora sztori a bulvársajtónak, ha ti jóban vagytok.

**Vera:** Hajjaj, persze! A boldogtalan embereket zavarja az idilli hangulat, meg aztán abban nincs üzleti érdek. A másik, amit el akartak hitetni, hogy nem léteznek együtt szakmai siker és kiegyensúlyozott magánélet. Vagy ez, vagy az. De én mindig is hittem abban, hogy létezik.

### – Érdekes, én pont azt tapasztaltam, hogy ha valaki megtalálja a párját, aki elfogadja és kitart mellette, az sokat lendíthet a szakmai önbizalmon.

**Gabi:** Én bizonyos dolgokat Gábor nélkül nem is tudnék megcsinálni. A pápai szentmisén való fellépés idején a támogatása, a kitartása volt számomra a megtartó erő. Lélekemelő volt a színpadon lenni, akkor már nem féltem, de az előtte való hét rettegéssel telt. Azt éreztem, ha Gábor nincs velem, nem tart meg a lábam.

### – Gabi, mi az, amit viszont kaptál a NEK-kiállástól?

**Gabi:** Ölelést, szeretetet. A hétköznapiakban, nem a virtuális térben. Sok-sok támogatást, erőt. Hatvan-hetven éves asszonyok elővették a matyó blúzukat, és büszkén viselték, fel merték vállalni a hagyományos szeretetet, az én példám nyomán. Az utcán odajöttek és megpuszítottak, hogy lelket öntsenek belém, vagy egyszerűen csak jobb kedvre derítsenek.

**Vera:** Amikor face to face interakcióban vagyunk, nincs köztünk internet, egész más minden. A közösségi oldalakon nem tudsz a másik szemébe nézni és megkérdezni, hogy tulajdonképpen mi is a bajod velem. Konkrét tapasztalatom, hogy valaki mindennek elmondja Gabit egy posztban, aztán másnap odajön hozzám, hogy szia bébike, mi újság van?

### – Talán, mert nem is az igazság volt a fontos, hanem a lájkok.

**Vera:** A gyűlölet nagy influencer. Akinek nincs különösen nagy produktum az életében, néha ráül egy ilyen hullámra, mert így könnyebb követőket szerezni.

**Gabi:** A szeretet nagyobb. Sokkal erősebb. Ezek írtak, hogy bátrabbak lettek, amikor vállaltam a hitemet. Ha ez nincs, biztosan nem találkozom ennyi kedves és jó emberrel. Most lett számomra igazán kerek a világ.

**Vera:** És hány duci lánynak lett kicsit több önbizalma általam, vagy fogyott le, hány embernek lett kedve vidékről karriert csinálni...

**Gabi:** Hány embernek van kedve főzni, vidékre költözni...

**Vera:** A jó életet szeretnénk megmutatni.

**Gabi:** Ha engem ez a kiállás most szakmailag leírt, akkor is boldog ember vagyok, mert van egy gyönyörű kislányom, egy férjem és egy értékrendem, amire ha csak 10 ember kíváncsi, én már boldog vagyok. Ahhoz nem kell gazdagnak lenned, hogy megsüss egy kalácsot a szerelmeddel.

**Vera:** Nem a sötétség szeretnénk lenni, hanem a fény, de minél erősebb a fény, annál kontrasztosabb mellette a sötétség. Közeleg a karácsony, ami a fény eljövetelét jelenti.

**Gabi:** Karácsonyra készülünk egy daloskönyvvel is, minden időszakhoz, ünnephez tartozik majd egy tisztán elénekelt népdal vagy katonadal.

### – Mi az, ami idén karácsonykor a legfontosabb lesz?

**Vera:** Nekem van egy kis gondom a családi ünnepléssel, és a kényszerutazással mamától mamáig... Mindig azt érzem, hogy az év többi napján is így kellene szeretnünk egymást. Én boldog vagyok attól, ha megiszom a párommal egy pohár bort, hogy aznap jön a család vagy másnap, nekem mindegy. Hiszek abban, hogy mindent meg lehet oldani, nem kell semmit kierőszakolni, elvárni, hogy itt legyél, mert a család tagja vagy, és ha nem, összeveszünk. Ha valakinek elvonulni van kedve, vonuljon el, ha elálmósodik ebéd után, hát aludjon. Együtt vagyunk, felidézünk vicces történeteket, vagy elírjuk magunkat, mert egy családtag már nem lehet velünk. Minden mást kint hagyunk, hozzuk a humort, magunkon is nevetünk. Egyszerűen felfogni az életet, kint hagyni a médiát, a bántást...

**Gabi:** Vera mindig kicsit antiszociális volt. Én ragaszkodom a hagyományokhoz, az ünnep hangulatához, a varázslathoz, amit ilyenkor átélünk. Ezt a mostani karácsonyt várom a legjobban, a kislányom, Hanni miatt. Együtt ülni az asztalnál, azokat az ízeletet, illatokat érezni, magunkba szívni, amit anyu vagy a mama tud csak varázsolni, és kicsit újra gyerekeknek lenni, mert mindenki ott van aki fontos, akit szeretünk, aki a biztonságot jelenti. Amikor kicsik voltunk, apu a tejüveg mögött fehér lepelben készítette a fát, mert tudta, hogy leskelődünk, és mi elhittük, hogy Jézus van a szobában, sőt hallottuk, hogy vele beszélget. ♦



SZÖVEG –  
JÁMBOR-MINISKA ZSEJKE

# TILTOTT KARÁCSONY

A karácsony az ünneplésről szól. Az adventi időszakban ajándékokat választunk azoknak, akiket szeretünk, céges bulikon veszünk részt, kimegyünk a fahéj- és szegfűszegillatú vásárba gyönyörködni a hatalmas feldíszített fenyőfában, szenteste pedig a templomba a legszebb ruhánkat öltjük fel. Egyes közösségekben azonban Krisztus születésének nyilvános megünneplése komoly szankciókat von maga után. Van, ahol pénzbüntetést kapnak a keresztények, máshol munkatáborokba hurcolják őket, és sokan rettegnek a terroristáktól is, akik rájuk támadhatnak az utcán és Isten házában. Az üldözöttek ennek ellenére mégis évről évre tanúságot tesznek a hitükről, és nem hagyják el vallásukat, közösségüket.

◆ A karácsonyi időszakra mindannyian máshogy készülünk. Van, aki nagy gondot fordít az otthona kivilágítására, mások már korán beszerzik az ajándékokat, és azon gondolkodnak, hogy mi kerüljön a tányérokra. A világ mintegy kétszáz országából azonban akadnak olyanok is, amelyekben egyáltalán nem ünneplik a karácsonyt, sőt komoly, akár halálos következménnyel is járhat, ha valaki koszorút tesz az ajtajára, vagy üdvözlőlapot küld a szeretteinek.

## BRUNEI

Az olajban gazdag muszlim többségű Bruneiben 2015 óta tilos a karácsony nyilvános megünneplése, és ha valaki megsérti a törvényt, öt év börtönbüntetésre vagy húsz ezer dolláros pénzbírságra számíthat (esetleg mindkettőre). Sajtóhírek szerint a Vallásügyi Minisztérium tisztségviselőket küldött ki, hogy biztosítsák azt, hogy díszek, fák, karácsonyi fények és Mikulás-sapkák ne legyenek nyilvános helyeken, és a betlehemezés sem megengedett. Bár az ország törvényei szerint otthon

ünnepelhetnek a keresztények, karácsonyi terveiket nem oszthatják meg a muszlimokkal. A Vallásügyi Minisztérium szerint a szabályoknak az a célja, hogy ellenőrizzék a karácsony túlzott és nyílt ünneplését, amely károsíthatja a muszlim közösség hitvallását. „A vallási szimbólumok, például kereszték, gyertyagyújtás, karácsonyfák állítása, vallásos énekek éneklése, karácsonyi üdvözlőlet küldése ellentétes az iszlám hittal” – mondták az imámok a helyi sajtóban megjelent prédikációkban.

A nyugati turisták körében népszerű szállodák, amelyek egykor vakító fényekkel és óriás karácsonyfákkal büszkélkedhettek, ma már siváran állnak. „Ez lesz a valaha volt legszomorúbb karácsony számomra” – nyilatkozta egy Bruneiben élő, neve elhallgatását kérő malajziai lakos az AFP-nek 2015-ben. „A karácsony napjának legjobb része az, hogy felébredsz, és az az érzésed, hogy karácsony van, de itt nincs semmi. Mindez csak azért van, mert a szultán akarja. A tiltás előtt sok muszlimot láttam keresztényekkel együtt, akik jól érezték magukat a házibulikon. Minden normális és jó volt” – tette hozzá.

Kép: Profimedia – Red Dot



## SZOMÁLIA

A szomáliai kormány betiltotta a karácsonyi és újévi ünneplést a muszlim országban. „A karácsonyt két okból nem ünnepeljük Szomáliában. Egyrészt az összes szomáliai muszlim, és itt nincs keresztény közösség, másrészt biztonsági okokból” – nyilatkozta a Reutersnek 2015-ben Mogadishu polgármesterének szóvivője. „A karácsony a keresztényeké, nem a muszlimoké” – fűzte hozzá Abdifatah Halane. Tavaly decemberben karácsonyi pihenésre utazó kenyai keresztényeket támadott meg az al-Shabaab terrorszervezet, a támadásban többen meghaltak. A helyi keresztények szerint veszélyes lett számukra az utazás abban a régióban. „A célpontok a hitük miatt a keresztények” – nyilatkozta akkor a sajtónak Grace Kuthea, aki évek óta tanárként dolgozik a régióban. A helyiek szerint egyébként nem mindegyik muszlim ellenséges velük, a probléma a szélsőségesekkel van. A Hungary Helps tanulmányai-ból pedig az derül ki, hogy Szomáliában nagyon is élnek keresztények, akiknek a retorzióktól tartva titokban kell gyakorolniuk vallásukat.

## TÁDZSIKISZTÁN

A közép-ázsiai államban 2015-ben szigorították a karácsony megünneplését. Az ország iskoláiban ekkor tiltották be a karácsonyfa-állítást és az ajándékozást. Néhány évvel a szigorítások előtt egy Mikulás-ruhába öltözött férfit ismeretlen támadók halálra késeltek rokonai otthona előtt.

## COMORE-SZIGETEK

Az Indiai-óceánon fekvő, 98 százaléban szunnita muszlimok által lakott Comore-szigeteken határozottan ellenzik a kereszténységet. Itt szigorúan büntetik az iszlámról a keresztény hitre való áttérést, a keresztényektől megtagadják az engedélyt, hogy templomokat építsenek, és tilos vallási anyagokat, például a Bibliát terjeszteni.

## ÉSZAK-KOREA

A világ legelszigeteltebb és legelnyomóbb országában szigorúan üldözik a vallásosságot. Ennek ellenére becslések szerint több százezer keresztény él itt, akik titokban gyakorolják a vallásukat és ünneplik a karácsonyt. A Business Insidernek Kang Jimin, egy észak-koreai menekült nyilatkozott, aki arról beszélt, hogy hazájában soha nem hallott arról, hogy van karácsony. „A karácsony Jézus Krisztus születésnapja, de Észak-Korea kommunista ország, így az emberek nem tudják, ki Jézus Krisztus. Nem tudják, ki az Isten. A Kim család az ő isteniük. Körülbelül hatvan évvel ezelőtt ez egy nagyon keresztény ország volt, az emberek a »keleti Jeruzsálemnek« neveztek” – mesélte Kang, majd hozzátette: „Nem mondható, hogy keresztény vagy. Aki megteszi, azt fogolytáborba küldik. Hallottam egy családról, akik hittek Istenben, és a titkosrendőrség elkapta őket. Mára mind meghaltak – még a gyerekek is: egy tízéves és egy hétéves” – fűzte hozzá.



Karácsonyi díszkivilágítás Brunei fővárosában – Bandar Serri Begawaan – 2011-ben

## A KARÁCSONY SOK KERESZTÉNY SZÁMÁRA A TERRORFENYEGETETTSÉGRŐL SZÓL

A kereszténység a legüldözöttebb vallási csoport a világon, így sokan vannak, akik nem ünneplhetik meg békében és biztonságban a karácsonyt sem. Háromszázmillióra becsülik azoknak a számát, akiket Krisztus-hitük miatt diszkrimináció ér, vagy üldözést szenved. Az elmúlt évtizedben a véres áldozatokat követelő keresztényüldözések két gócpontja a Közel-Kelet, valamint több afrikai régió, például Nyugat-Afrika. Becslések szerint tavaly csaknem háromezer embert gyilkoltak meg keresztény hite miatt.

„Tavaly Észak-Nigériából több szomorú esetről is kaptunk hírt. Karácsonyi szentmisén megtámadták az ünneplő közösséget a templomban, dzsihadisták bemotoroztak a templomba gépfegyverekkel, és vérengzésbe kezdtek. Hat embert meggyilkoltak, sokakat megsebesítettek. Az együttérzésen és a gyászon túli üzenete ezeknek az eseteknek az európai ember számára, hogy a tragédiát követően ezek a templom újra megtelnek. Egyrészt az emberek tanúságot tesznek a hitük ereje mellett, másrészt pedig ezzel jelzik, hogy készek Krisztusért a mártírságot is vállalni, így őrzik az identitásukat” – hangsúlyozza Azbej Tristan.

A Miniszterelnökség üldözött keresztények megsegítéséért és a Hungary Helps Program megvalósításáért felelős államtitkára arról is beszélt, hogy nem kizárólag a szélsőséges iszlamizmus okolható az üldözésért, de az okozza a legnagyobb problémát. „Attól függően, hogy mennyire szélsőségesen alkalmazzák a muzulmán vallási jogrendet, a saría törvényt, annál szélsőségesebben sújtják a keresztény embereket. Van, ahol már azt büntetik, ha valaki nyilvánosan ünnepli a karácsonyt, mert ráfognak, hogy téríteni próbál a hite nyilvános megélésével, de általánosságban, ahol erős iszlamizmus van jelen, ott a keresztény hitre való megtérés halálos szankcióval jár. A keresztényüldözés jelenségét a nemzetközi szervezetek és a nyugat-európai kormányok – ha egyáltalán beismerik, hogy létezik – próbálják egy távoli jelenségeként bemutatni, a valóság viszont felkapcsolja villanyt. Több esetről tudunk, amikor európai bevándorló közösségekben, keresztény hitre áttérő menekülteket atrocitásoknak tettek ki muszlim háttérű bevándorlók” – tette hozzá Azbej Tristan.

A Hungary Helpsnek van olyan programja, amelyben üldözött, fenyegetett kisebbségben élő keresztényeket fogadnak Magyarországon. Ösztöndíjat adnak nekik magyar egyetemeken azzal a céllal, hogy egy napon vizsziatérjenek a közösségeikhez, és erősítsék azt. „Van több nigériai ösztöndíjasunk, és az egyik lány Északkelet-Nigériából érkezett, arról a területről, ahol a Boko Haram ma is népirást végez a keresztények ellen, és az első karácsonyról, amit itt

töltött, meghatóan számolt be. Már akkor elsírta magát, amikor a szomszédnál meglátta, hogy koszorút rakott az ajtajára. Ahol ő él, a legnagyobb titokban kell tartania a hitét, mert aki a karácsonyt ünnepli, vagy díszeket tesz ki, az célkeresztet rajzol magára. Felemelő volt számára, hogy Magyarországon nyilvánosan ünneplheti a karácsonyt. Nekik ez ilyen sokat jelent! Ezzel szemben azt látjuk, hogy Nyugat-Európa és Észak-Amerika bizonyos részein számúzik a betlehemeket és a karácsony különböző szimbólumait arra hivatkozva, hogy nem akarják mások vallási érzékenységét megsérteni” – hangsúlyozza az államtitkár.

Azbej Tristan szerint annak is szép és megerősítő üzenete van, ahogy a közel-keleti keresztények megünnepelik a karácsonyt. „A keleti ortodox keresztények és más keleti keresztények sokszor együtt ünneplik a karácsonyt és a vízkeresztet. A karácsony ünnepe, mint Krisztus megjelenésének ünnepe hivatkoznak, és azt is komolyan átgondolják ilyenkor, hogy amint Krisztus megjelent védtelen csecsemő formájában a Földön, ehhez a momentumhoz rögtön csatlakozott a véres heródesi üldözés is. Karácsonykor ők a világ urának születését ünneplik, aki ugyanolyan védtelenül jött a világra, amilyen védtelenek ők is, és ez megerősítő számukra.” ♦

### VOLT IDŐ, AMIKOR EURÓPÁBAN IS AKADÁLYOZTÁK

#### A KARÁCSONY SZABAD ÜNNEPLÉSÉT

A 17. századi Angliában *Oliver Cromwell*, a puritánok vezetője illegálisnak nyilvánította a karácsonyi ünnepségeket azzal az indokkal, hogy a mulatság erkölcstelen a szent napon. A vezér halála után feloldották a tiltást.

Az egyházellenes francia forradalmárok „ebek napjaként” hivatkoztak a szent ünnepre, a franciák hagyományos ünnepi tortáját pedig a „szabadság és egyenlőség tortájává” nevezték át.

A hitleri Németországban ártították az ünnepi dalokat, amelyek így nem Krisztust, hanem a nemzeti szocializmust dicsőítették.

Romániában, így Erdélyben is, 1989-ben sokan nem mertek lámpát kapcsolni karácsonykor, mert azzal fenyegették őket a kommunista terroristák, hogyha fényt látnak, belőnek az ablakon. A kommunizmus idején a pártok több európai országban is nekiláttak a régi ünnepek eltörlésének vagy átalakításának.



**KÁDÁR  
ANNAMÁRIA**  
pszichológus  
ajánlásával



**RENDELJE MEG MOST  
20% KEDVEZMÉNNYEL  
KÖZVETLENÜL A KIADÓTÓL!**

A mese a félelmek megszelídítésének egyik legfontosabb eszköze. Ebben segít **Pifkó Célia: Szörnyek a szobádban** című könyve!

[kepmas.hu/szornyek-a-szobadban](http://kepmas.hu/szornyek-a-szobadban)



HUNGUEST HOTEL  
**SÓSTÓ**  
NYÍREGYHÁZA



SZÖVEG –  
PARTI JUDIT

KÉP –  
PÁCZAI TAMÁS

# LEGYŐZIK-E A GYEREKEK A SÁRKÁNYT?

Azért keltünk útra, hogy készítsünk egy anyagot az autizmussal élőket sikeresen integráló iskoláról. A GPS ismerheti a puszta-romantikára vágyó lelkemet, az utolsó negyedórán sáros, felázott földúton vezetett bennünket. „Méntelek mög azé Méntelek, mer az valamikó pusztaság vót. Aszt valamikó valami nagy nemös embör égy sárga csikójé vötte mög.” Az egykori tanyasi iskola legyen a pusztában, én meg hadd gondoljak rá úgy, mint a fényes hajnalcsillagra a sötét éjszakában.

Ezt a pátoszt muszáj volt elengednem azzal szembesülve, hogy ezt az utat nem is használja senki. Az intézményre és főként az itt dolgozókra mégis az jellemző, hogy a látszólag járhatatlan úton azért csak elindulnak. Talán ezért lettek sikeresen integráló iskola.

- ◆ Ha Kecskemét felől érkeztem volna, lehet, hogy bennem is az fogalmazódik meg, mint a kórusvezető és énektanár Megyesi Zsófiában, aki minden reggel elhalad a falutábla mellett.

„Olvashatnám azt is, ami írva van: Méntelek, de bennem mindig az szólal meg: »megmentelek«. Olyan ez az iskola, mint egy menedék – kórusvezetőként is azt élem meg, hogy képviselhetem, ami-ben mélységesen hiszek: mindenki jó valamiben – vagy éppen úgy, ahogy van. Ezért nincs felvételi a kórusba. Egy feltételem van, hogy aki csatlakozik, az szeressen énekelni. Otthon a zongorám fölött, a Bach-portré alatt van egy kép: egyik hajdani tanítványom akkor még girbe-gurba betűi hirdetik: »Senki nem veheti el tőlem, hogy jó vagyok.« Ha ránézek, eszembe jut ez a kislány, aki annyi félelem-mel, nehézséggel kellett hogy gyerekként szembenézzen, mégis meg tudott erősödni az identitása – és Istennek hála, nem egy címkéhez kötődve.”

A kérésünkre tart rögtönzött kóruspróbát a könyvtárban, oda igyekezve átvágunk az épületen, felfigyelek az udvarra nyíló ajtón a post-it-re: Éneklés a könyvtárban 9.50-10.00-ig. Zsófia meg is magyarázza: így a legegyszerűbb összegyűjteni a gyerekeket másodikostól nyolcadikosig, hiszen szünetben úgylis kimennek az udvarra.





Meggyesi Zsófia és a kórus a ménteleki iskola könyvtárában

Az épületből kilépve egy kis mesterséges tó mellett haladunk el; kialakítása a gyerekek munkáival nyert pályázattal vált lehetővé, de van egy gyönyörű kemence is a főépület és a könyvtár között – ezt Mihócza Zsolt, a hagyományörzésben is elkötelezett biológia, kémia, technika szakos tanár építette saját kezűleg; így a bankettre itt kemencés ételeket készítenek a szülők.

A könyvtár falát hatalmas színes festmény díszíti – később megtudom, hogy a gyerekek, a szülők és a dolgozók közös munkája ez, amolyan szabad asszociációk vizuális jegyzéke a „könyvtár” témájára.

Amíg a gyerekek érkeznek, a tíz éve itt tanító Zsófi történetéről tudok meg többet, aki annak idején a fiának keresett iskolát, és talált rá Méntelekre. „Mielőtt nyílt napra jöttünk volna a fiammal, este otthon Szalóki Ági egyik CD-jét

hallgattuk, de már csak az első számot engedélyeztem. Másnap jószérivel még be sem léptünk az iskola ajtaján, amikor az egyik teremből meghallottuk a muzsikát – ugyanarról a Szalóki Ági lemeztől a második dalt. Hazaértünk akkor – hiszen az otthon megállított CD itt folytatódott, és amellet, hogy ez pontosan így történt, lelki értelemben is igaz lett. Ez a közösség számomra ma is olyan egy kicsit, mintha a családom lenne.”

A beszélgetés ezen a pontján kerül elő először Tassy Lilla neve, aki 35 éven keresztül adta a szívét és tudását ahhoz, ami Ménteleken létrejöhett – talán ezért hívják a kollégái a mai napig az iskola lelkének a néptáncos mesemondót, a „varázslóasszonyt”. A tanító két éve ment nyugdíjba, de a mai napig visszajár mesélni a gyerekeknek, és ha belép az iskolába, az ünneppé teszi a hétköznapokat. Zsófia fiának is ő volt a tanítója, aki azon a nyílt



Megyesi Dániel gitározik a kóruspróbán



Az elsősök

napon planetáriummal változtatta az osztálytermét, a plafonra vetítve a csillagos eget, és a negyedikes gyerekek latiul is meg tudták nevezni a csillagképeket. A be- és kicsöngetés jelentősége eltörpült amellet a kérdés mellett, hogy előző este melyik gyerekek melyik csillagképet látta a tanyáján, ha felnézett az égre.

„Abban az évben félévkor az énektanár tartós betegsége hozta azt a helyzetet, hogy én magam is bekerülhettem a tantesztületbe – és tíz kislánnyal elkezdtem a kórust is” – meséli Zsófi. „Nem is tudom, milyen bátorsággal vágtam neki, de három hónapon belül minősítő hangversenyen Bartókot énekeltünk, Arany minősítést szerevezve.” Érdeklődöm, hogy hogyan tudja tartani a kórus színvonalát, ha nincs felvételi. „Mindenkinek hagyok időt. Arra is, hogy ebben a rohanásban meghallgassuk egymást, arra is, hogy kiderüljön, ki miben jó. Régebben volt egy HaJÓnaplónak becézett közös füzetünk, ahova mindenki lejegyezhetette, ha valami jó történt vele aznap. Lehet, hogy valakinek sosem lesz tökéletes a hangja, de akkor azzal fog hozzájárulni a kórushoz, amivel ő tud. Itt még az is lehet, hogy valaki nem énekel egyáltalán – és akkor adok neki hangszert. (Zsófi évekig dolgozott a Parafónia Zenekarban sérült emberekkel; a hangszerparkját és a színes kottáit ebben a kórusban is használja.) Tavaly egy fiú, akinek egyáltalán nem volt éneklési hangja, mindig jött segíteni – vele rendeztük be a termet, és a technikai érzéke kipótolta az én hiányosságaimat. Nagyon hálás voltam érte – ő így volt énekkaros. Megezett az is, hogy hármashangzatot szétszedtem három gyereknek, hogy valami módon mindenki megélhesse, hogy számít – nagyon hiányzik az az egy hang is, ha ő nincs ott. Nézd, miket éneklünk: Babits Mihály-, Weöres

Sándor-, Radnóti-versek – szeretném, hogyha ezt a gyógyító élményt, ami a zene, mindenki átélhetné, aki szeretné.”

„Vallom, hogy van, amin nem feltétlenül a szavak segítenek át, de ha itt egy biztonságos, szeretetteljes közegben elénekeljük Weöres Sándor »Ballada a három falevélről« című versét, az van, akinek három falevélről szól, van, akinek sokkal többről” – meséli Zsófi. „Igyekszem olyan dalokat választani, ami őket is megérinti – nem könnyű feladat olyat találni, amelyik első-től nyolcadikig mindenkihez szól. Tudod, a zene gyógyítja a gyerekeket – azt is, akinek nincs papírja a különlegességéről. Annyi a bizonytalanság a világban – a dalokat hazaviszik, és tudnak beléjük kapaszkodni.”

Közben érkeznek futva a gyerekek, hogy el ne kesenek, kedves, cserfes, vidám, nyitott, kíváncsi, tisztelettudó lányok és fiúk. Ebben az iskolában minden évfolyamon egyetlen osztály van, énekkarba viszont minden osztályból többen is jönnek. Körben ülnek le, itt mindent szabad, ami nem zavarja a másikat. A negyedikes fiúktól megtudom, hogy az éneklés menő dolog.

Csepányi Csilla tanító érkezik az éneklés közben, akivel a hagyományörzés szerepéről beszélgetünk. „Mi is megfigyeljük a természetet, és ahogy az évet meghatározza az évszakok váltakozása a mezőgazdasági munkák mentén is, úgy a jeles napok mellett az évkörünket a katolikus ünnepek határozzák meg. Nem vagyunk egyházi iskola, de ez a váz olyan, amire a mai folyton változó világban szerintem mindenkinek szüksége van. Régen a paraszti gazdaságban a Biblia mellett volt egy Kincses Kalendárium is, amiben ezek az ünnepek szerepeltek.” Tassy Lilla neve ebben a beszélgetésben is





A könyvtár falát a diákok közösen festették ki



Életkép a szünetben

előkerül, Csilla tőle vette át a hagyományörzés ménteleki formáit, amit Lilla Mihócza Zsolttal dolgozott ki annak idején. Zsolt egyébként ma is tanítja a gyerekeket íjászatra, rovásiírásra – március 15-én lovon érkezik, mint huszár, köszönteni a szabadságot. Kreativitásra ösztönzi őket, ami épp a helyesen értelmezett szabadságból fakad – teszem hozzá csendben.

„Az ünnepekhez az órákon is kapcsolódunk” – folytatja Csilla. „Szent Mihálykor például terményvásárt is tartunk délután, ahol csereberélnek a gyerekek – aki nem tud terménnyel vagy palántával előrukkolni, az süteménnyel érkezik. A kézzel foghatóság és a régi típusú értékközvetítés ízére hamar rákapnak a gyerekek, Kisboldogasszonytól Pünkösdig nagyon lelkesek tudnak lenni.”

**Szent Mihály ünnepekor a legenda – Mihály küzdelme a sárkánnyal – ad keretet a napnak. A paraszti világban ez a nap egy időszak lezárásaként értékelési, mérlegelési lehetőséget is adott – a gyerekeket is azzal szembesíti a tanév kezdetén: nekik is számot kell majd adni. Szent Mihály sárkány fölötti győzelmét akadályversennyel is megidézik: kimennek az erdőbe, ahol minden feladat teljesítésével jószágköveket gyűjtenek a gyerekek – ezeket utána egy mérlegbe tesszik, a másik serpenyőben pedig egy óriási kő van, a sárkány szíve. A mérlegelés tétje tehát az, hogy a ménteleki iskola le tudja-e győzni a jószágával a sárkányt?**

A „megújuló mozaikot” az aulában akkor vettem észre, amikor először beléptem az ajtón. A képzőművészeti nevelésben elkötelezett tanító néni, Gere Hedvig ösztönzésére készült saját újrahasznosítandó, összetört csempeiből, cserepeiből ez az iskolai mementó – amit jelenleg a régi diákok, akik most már egyetemisták, főiskolások, visszajárnak felújítani minden pénteken.

A lépcsőház tenyérmentáit az iskola apraja-nagyja, „pecsételte”. A gyerekek itt sokféle módon hagyhatnak nyomot.

Persze arról is muszáj írni, hogy a jelenség romantikus közösségkovaócsoló eredményei mögött okként a pénzhiány is fellelhető: az alapítványtól kapott összeg épphogy festékre volt elég.

Gere Hedvig pont olyan fáradhatatlan lelkesedéssel beszél az „Örökös ökoiskola” címről, mint ahogy eddig az iskola jellegét meghatározó művészi tevékenységekről, bár lényegesen nehezebb gyomlálni hívni a gyerekeket, mint közös alkotásra.

Az elmúlt két év szokatlan nehézségeiről az igazgatót, az idén pedagógus Oscar-díjjal kitüntetett Bólya Istvánt kérdezem. Kuttyája, az egy éve iskolakuttyává nemesedett Simon nevű yorki ügy vár a tanári előtt, mint a legkompetensebb munkaerő – és valóban, a tantestület beszámolója szerint nagyon sok gyereknek segített a bizonytalan idők átvészelésében a pusztja jelenlétével. „Van Down-szindrómás gyerekünk, autizmussal élő, Asperger-szindrómás, ADHD-s – ezeknek a gyerekeknek ez a kutya kimondhatatlanul sokat jelent” – kezdi az igazgató. „A karanténidőkre elbírható



Bólya István

eljárásrendet dolgoztunk ki, mindenkit igyekeztünk eszköz-höz juttatni, akinek nem volt, de akinek ezzel együtt sem ment otthon a tanulás, azt behívtuk, és itt ültünk vele az irodában. Ugyanakkor éltünk azzal a jogunkkal is, hogy felfüggesztettük a tantervünket. Jelenléti oktatásban felmértük a gyerekek tudását, és onnan vittük őket tovább, ahol megálltak.”

Amikor azt kérdezem, hogy az igazgató szerint mi a titka a sikeres integrációnak, egy pillanatig sem habozva vágja rá: a kollégái. „Mérhetetlenül megbízom bennük – rengeteget dolgoznak, s amellet, hogy a kollégák befogadóak, az általuk nevelt gyerekek is azok. Minden itt tanítónak van egy speciális területe, és egymást támogatva, megbecsülve alkotunk egységet. Ráadásul csodálatos, állandó gyógypedagógusunk van, és kapunk külső segítséget is. Ettől függetlenül meg kell küzdenünk a gyerekekért – volt, akinek kalózkalapban kellett órát tartanom, mert úgy elfogadott – ez egy sikertörténet. Az egyetlen problémának azt látom, ha az a szülő nem partner, akinek a gyereke valamilyen hátránnyal küzd. Akkor nem tudunk segíteni.

Két éve bontottunk ki egy ötven évig pihent időkapuszlát az iskola falából – nem tettünk újat a helyére. A mi üzenetünk a jövő számára a falakon kívül kezdődik. Már abban is, ahogy látjuk, hogy összefognak a szülők, ha valamelyikük nehéz helyzetbe kerül; előfordult, hogy az egyik szülőt elvesztő családnak gyakorlati segítséget nyújtottak.”



Történelem-szakkör VR-szemüveggel

Antal Emese gyógypedagógus harminc gyerekkel foglalkozik az iskolában, most is dolgozik egy fiú a kicsi fejlesztőszobában. Nincsenek különleges eszközei – de hallgatva, amilyen lelkesedéssel beszél az autizmus-spektrumzavarról, lehet, hogy a titok nem is az eszközökben rejlik.

Pedig sokan saját költségen különleges eszközökkel is gazdagítják az iskolát, így Szondi Endre történelemtanár is, aki éppen szabadulószoza-tervet dolgoz ki a tanítványai számára, vásárolt VR-szemüveget, azt látva, hogy a történelemóra önmagában nem köti le a gyereket. Nem lenyomni szeretné a torkukon az anyagot, de szeretné megmutatni a ménleleki iskolásoknak mindazt, amit ő már láthatott a világból.

Jóságkövek, elfogadás, művészet – elgondolkodva cuppogok itthon az ajándékba kapott birsalmasajton. A ménleleki iskolában két éve elindult a staféta átadása – két nagy formátumú pedagógus vonult nyugdíjba az elmúlt időszakban. Fotós kollégámnak a gyerekek két éves távlatban is lelkesen énekelték végig a szeretett tanítójuknak írt dalt.

Jó lett volna egy edukációs anyagot írni a sikeres módszerről – ehelyett arra a megfoghatatlanra keresem a szavakat, ami a kreativitásból, szeretetből fakadó teteken látszik leginkább. És a gyerekeken. ♦



MAGYAR  
— ÍZEK  
UTCÁJA



# MAGYAR ÍZEK UTCÁJA KARÁCSONYI KÜLÖNKIADÁS!

**Hagyományos karácsonyi ételek vására  
a Millenáris Parkban**

**2021. december 17. (aranyvasárnap) – 24. között.**

**Több, mint 10 féle töltöttkáposztával,  
halászlével, beiglivel, forralt borral  
és sok más finomsággal várjuk!**



SZÖVEG –  
MOLNÁR-BÁNFFY KATA

KÉP –  
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –  
KÖZKINCS

# Nem csak A NÉGY FAL KÖZÖTT LEHET TANULNI

Minden szülő (egyik) réme a „rossz társaságba keveredés”, jelentsen ez bármit is, és azt is sokszor tapasztaljuk, hogy az új generációnak már nem mindig tudunk kellően izgalmas szellemi kihívást ajánlani. Egy egyetemista, egy középiskolás és egy általános iskolás gyerek anyukájaként nem egyszer gondolkodtam már azon, milyen értelmes, közösséget és lelki-szellemi feltöltődést, gyarapodást is kínáló programok felé tereljem értelmes és önálló gyerekeimet. Az ismerősi körünkben megjelentek olyan szülők, akik nem nagyon aggódtak a fentiekben, mert a gyerekek csatlakozott a Mathias Corvinus Collegium valamelyik programjához. Úgy tűnik tehát, valamit tudnak az MCC-sek, és kíváncsi lettem, mi is az.

- ◆ Szalai Zoltán, az MCC főigazgatója beszélt a kezdetekről. Az MCC 1996-ban családi alapítványként jött létre néhány diákkal egy lakásban – de már akkor is grandiózus tervekkel és álmokkal. 2001-ben az akkori kormány támogatásra méltónak tartotta a nevelési programot, így az alapítvány beköltözhetett a Somlói úton található munkásőr-parancsnokság épületébe. Mivel az oktató-nevelő munkát az MCC mindig is az egész Kárpát-medencében képzelte el, a következő központot Kolozsváron nyitották, 2013-ban. Aztán fiatal diákok számára jöttek a vidéki Magyarország nagyobb városai, Kecskemét, Szolnok, Veszprém, Pécs, Miskolc, majd Kárpátalján Beregszász. A növekedés egyik legfontosabb mérföldkövéként tavaly közérdekű vagyonkezelő alapítvány lett a fenntartó, MOL és Richter részvények osztalékhányadából tudják működtetni az alapítványt. Jelenleg 23 helyszínen 3700 diákkal foglalkoznak a Kárpát-medencében, de néhány éven belül 35 helyszínen több mint tízezer diákot szeretnének elérni, nekik szeretnének a közoktatás keretein túlmutató, de a tudatos és felelősségteljes élethez fontos és szükséges tudást, élményanyagot és közösséget adni.





Szalai így fogalmaz az alapítvány stratégiai céljairól: „Az MCC feladata a legtehetségesebb diákokat támogatni készségekre, szakmai tudásra, érzelmi fejlődésre és kapcsolatokra egyaránt odafigyelő, komplex neveléssel, 10 éves kortól az egyetemi képzés végéig, sőt azon túlmenően is. Azt szeretnénk, hogy ez a fajta tudás, ami Budapesten hosszú ideje hozzáférhető, még magasabb minőségben, főállású, kiváló oktatókkal, a legjobb külföldi vendégprofesszorokkal a teljes történelmi Magyarország területén legyen hozzáférhető mindenkinek, aki többet akar kihozni magából, mint ami kényelmesen megszerezhető a közoktatásban.”

A Mathias Corvinus Collegium központi tevékenysége tehát nem csak a bentlakás. A kollégiumi férőhely biztosítása a közösségépítést szolgálja, tudniillik

könnyebben vesznek részt a diákok a délutáni és esti képzéseken és szabadidős programokon, ha utána nem kell még haza is utazniuk. Ha több időt töltenek el együtt, és ehhez az MCC hasznos programokat is kínál, határozottabban fejlődik a közösség kollégiumi keretek között.

A hangsúly a tehetséggondozáson alapuló nevelésen van. Már az általános iskolás és középiskolás korosztálynak is olyan kurzusokat hirdetnek meg, amelyek kiegészítik a hagyományos iskolai oktatást: nyelvek, interdiszciplináris területek, mint például zene és matematika vagy robotika, pénzügy, internethasználat, egészségtudatosság és egészségkultúra, környezetvédelem, ezen belül is a teremtésvédelmi koncepció – számtalan olyan terület, amit a közoktatás csak érintőlegesen



vesz elő, de a gyerekek érdeklődését már korán felkeltetheti. Illetve vannak területek, amik rendszeresen kimaradnak a tananyagból, ilyen például a huszadik századi történelem utolsó néhány évtizede, ameddig ritkán jutnak el a történelemtanárok, és akkor is bizonytalan minőségben. A szakmai kurzusokon kívül készségfejlesztés is zajlik, rengeteg nyári és téli tábor, sok közösségi élmény közül választhatnak a programban egyébként teljesen ingyen résztvevő fiatalok. A középiskolásokat a pályaválasztásban is segítik, hogy el tudják képzelni, mit is tanulnak majd például nemzetközi kapcsolatok szakon, vagy mire is készüljenek, ha diplomaták akarnak lenni.

„Kihívást jelent, nemcsak nekünk, hanem manapság az egész világnak, hogy kombinálni tudjuk a jelenléti és az online lehetőségeket” – válaszol a fejlődés útját firtató kérdésemre Szalai Zoltán. „Ennek most a pandémiás időszakban is nagyon nagy volt a jelentősége, de mi azt is lehetővé akarjuk tenni, hogy egy budapesti képzésbe bekapcsolódhassanak a beregszászi vagy sepsiszentgyörgyi diákok. Az is fontos lenne, hogy a külföldi ösztöndíjakat elnyerő diákjaink a más országokban töltött időszakuk alatt is visszakapcsolódhassanak a kollégiumi munkába. De épp most mesélte nekem egy amerikai egyetem vezetője, hogy nekik is kihívás megteremteni annak a lehetőségét, hogy egy-egy szemeszter külföldről is elvégezhető legyen, mert így olcsóbb képzéseket tudnának kínálni például a távolkeleti diákoknak. Összességében a személyes jelenléten alapuló oktatásban hiszek, de ameddig értelme van, fejleszteni kell az online oktatási lehetőségeinket is.”

Évekkel ezelőtt is jöttek neves oktatók megtartani egy-egy kurzust vagy tartottak előadást a diákoknak, ma azonban már főállásban dolgoznak az MCC-nél olyan nagynevű oktatók és kutatók, mint Cséfalvay Zoltán,



Boriz Kálnoky, Kovács Zoltán, Gallai Sándor, vagy Varga István. Kiváló szakemberek, akik már az MCC-ben kutatnak, innen publikálnak. „A tudást, amit tanítunk, nagy részben már itt is állítjuk elő” – mondja büszkén az igazgató. „Kutatóintézetek jöttek létre az MCC égisze alatt például a migrációkutatás, klíma- és ifjúságkutatás, magyar–német kapcsolatok területén, ezekbe kapcsolódnak be a legjobb nemzetközi kutatók és oktatók is, mindig van 15-20 külföldi vendégprofesszor az MCC-ben. Az is fontos, hogy a mi diákjaink is töltsenek el időt külföldön, szerezzenek ott is tapasztalatot, tanuljanak a legjobbaktól – és aztán jöjjenek haza, hasznosítsák itthon, amit tanultak. Ma már szerencsére itt is egyre jobbak a lehetőségek, sok hazai vállalat és a közsféra is tud olyan perspektívát kínálni, amit egy idegen ország.”

Az értékrendre nevelésről is beszélgetünk. Szalai Zoltán a viták híve, ahogy meséli, egy-egy izgalmasabb előadás után heves, különféle érveket és véleményeket felsorakoztató vita alakul ki a diákok és a meghívott előadók részvételével. „A fontos az, hogy a fiatalok értelmes, jó vitákat hallgassanak, ahol többféle vélemény és értelmezési lehetőség előkerül, és látják, hogy egy jól felkészült, okos érvekkel előálló ember hitelesebb. Ezt a fiatal korosztály nagyra értékeli. A cél az, hogy megismerjék a világ legkülönbözőbb szegmenseit, a gondolkodás legfontosabb műhelyeit, hogy ne egyoldalú, ne didaktikus tudást vagy szemléletformálást kapjanak. A nyugati egyetemeken egyfajta neomarxista, szemlélet, az úgynevezett woke-kultúra uralja ma a képzést. Ez a hazai egyetemi oktatók gondolkodását is sok helyen meghatározza. Az egyetemi értelmiség egy része egyfajta nyugati mainstream köntöst öltött magára, de mögötte még jól érzékelhetően kitapintható a kelet-európai, huszadik századi kommunizmus minden más





gondolkodást és értékrendet kizáróerőszakossága. Azt szeretnénk, hogy az MCC-s diákok kialakíthassák a saját véleményüket egy-egy kérdésben, iskolától, értékrendtől, neveltetéstől függetlenül. Ugyanakkor alapvető patriotizmus, egészséges hazafiság jellemzi az MCC-t, a fiatal értelmiséget a hazája, a nemzete szeretetére, a közösségért való felelősségvállalásra, egyáltalán a közösségről mint értékről való gondolkodásra igyekszünk nevelni. Ezért is fontos, hogy egy közösségben érezzék magukat a határon túli magyar központok diákjaival. A kolozsvári és a beregszászi kívül mára megnyílt a nagyváradi, szatmárnémeti, marosvásárhelyi, székelyudvarhelyi, csíkszeredai, aradi központunk is. És cél, hogy a Vajdaságban, a Felvidéken, sőt Bécsben is legyen működő MCC-s képzés.”

A főigazgató elmondta, hogy a fenntartásukba kerülő régi, sokszor használaton kívüli, rendkívüli mértékben leromlott állapotú, ám a nemzeti építészeti örökség részét képező épületek az MCC tevékenysége során megint érdemi funkciót kapnak, bentlakás- és tehetőség gondozóközpont lesz belőlük. Megnyílnak nemcsak a tanuló fiatalok, hanem szüleik, tanáraik és a város közössége előtt is, hiszen minden központban vannak és lesznek is nyilvánosan elérhető, közösségi programok is. Az alapítvány felújítja, korszerűen átalakítja, fenntartja ezeket a patinás, komoly történelmi múlttal rendelkező épületeket, és nem azt az utat választja, hogy zöldmezős beruházásként a város határában könnyűszerkezetes kampuszokat épít. Így a város is profitál az MCC tevékenységéből, Miskolcon az Avas, Debrecenben az Aranybika Szálló felújításával, vagy a pécsi Tiszti Kaszinó, a szegedi Bartók Béla Művelődési Ház, Zalaegerszegen a régi városháza vagy a szombathelyi



lánykollégium átvételével. A budapesti rendkívül rossz műszaki állapotú, energiapazarló, ráadásul történelmileg terhelt központ helyére pedig teljesen új épületet húznak fel, és közparkként is szolgáló kertet létesítenek. Az MCC átmenetileg használja a volt Flamenco Hotel épületét, ahol most is találkoztunk. A dinamikus közösségi térré alakult Scruton kávézóban beszélgetünk, ahol a konzervatív gondolkodó – sokak szerint legjelentősebb kortárs brit filozófus – Roger Scruton személyes tárgyai és könyvek láthatók. „Scruton többször járt hazánkban, személyesen is ismertük és szerettük és ő is nagyon nagyra tartotta a magyarokat. Sokat tett a brit–magyar barátságért, ezért született az ötlet, hogy közösségi tér alakuljon a nevével. Kiváló kapcsolatot ápolunk özvegyével, aki a hagyaték egy részét is a magyaroknak adta. Így került a közösségi térbe Scruton íróasztala, széke, táskája, könyveinek egy része, festményeinek egy jelentős része, a nyerge és a lovaglópálcája is. Úgy gondolom, ezek a tárgyak is inspirálják a diákokat, hogy ne csak a négy fal között, tanulással töltsék az idejüket, hanem legyenek aktívak a közösségben, hagyjanak időt a tankönyvek mellett a szabadidő változatos, tartalmas, közösségben való eltöltésére. Ne szobanövények legyenek, ahogy mondani szoktuk. A fiatalok években a helykeresés egy jelentős és fontos feladat, megtalálni, hogy hol van a helyem és mi a feladatom a világban, hogyan tudok felelős tagjává válni a közösségnek, amelyhez tartozom. Néha többet tudunk előcsalogatni belőlük, ha elvisszük őket Dunaszerdahelyre DAC meccsre, mintha még több latin nyelvtant tanulnak a négy fal közt. Az MCC abban erős, hogy jó emberi kötődéseket, szoros barátságokat, szakmai kapcsolatokat segít kialakítani a legkritikusabb években. Ebben is szövetségesei vagyunk a szülőknek.” ♦

SZÖVEG –  
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –  
VILÁG-KÉP

◆ Stiller Ákos a National Geographic támogatásával készített fotósorozatában a tanyavilágban és a leszakadó településeken élő diákok nehéz helyzetét mutatja be a pandémia időszakában. A távoktatás különösen megnehezítette a hátrányos helyzetben élő családok hétköznapijait: a kormány és a szolgáltatók ingyen adatforgalommal segítettek a nehéz időszakban, azonban sokan nem engedhetik meg maguknak azokat a készülékeket, amikkel bekapcsolódhatnak a digitális oktatásba, arról nem beszélve, hogy vannak olyan családok, ahol időnként az elektromos áram vásárlása is problémát okoz.

„Már eleve hatalmas hátrány, hogy nem tudnak ott lenni a diákok személyesen az órán, sokkal nehezebb így a tudást átadnia egy tanárnak. Ha még a digitális kapcsolat sincs meg, nincs, ami motiválja a tanulókat – foglalta össze tapasztalatait Stiller Ákos fotóriporter.”

A Magyar Telekom Mobildonor Programja azért jött létre, hogy segítsen a rászorulóknak belépni a digitális világba. Bárki lehet **Mobildonor**, akinek van egy öt évnél nem régebbi, már nem használt mobilja vagy tablete: a felajánlás után a Magyar Telekom adatmentesíti, majd felújítja és a NIOK Alapítványon keresztül rászorulókhoz juttatja el a készülékeket. Részletek: [mobildonor.hu](http://mobildonor.hu) ◆

Az ötödikes Krisztofer és a negyedik osztályos Levente írodalomleckét írnak. A feladatokat lefotózzák, és elküldik a tanárnak.

Kép: Stiller Ákos





## Lívia beszélget

Jorsits Attila evangélikus teológussal

# KI AZ ÉN FELEBARÁTOM, ÉS HOGYAN KELL ŐT SZERETNEM?



♦ – A Bibliában, különösen az Újszövetségben sok helyen olvashatunk a szeretetről. Szállóigékké lettek az erről szóló sorok, talán ezt idézzük a legtöbbször: „Szeresd felebarátodat, mint saját magadat.” És ha még mellé tesszük azt is, amit Jézus kötött az őt követők lelkére, hogy „szeressétek ellenségeiteket, és imádkozzatok üldözőitekért”, akkor ez kész frusztráció egy hitét komolyan vevő keresztény számára, szinte teljesíthetetlennek tűnik. De mit is jelent a szeretet a Bibliában?

– A köznapi beszédben előforduló szeretetértelmezéseknek általában nem sok köze van a bibliai szeretetfogalomhoz. Az Újszövetség három különböző kifejezést használ attól függően, hogy milyen természetű szeretetről beszél. Ezek az *agapé*, amely Isten irántunk való önzetlen és megbocsátó szeretetét fejezi ki, emberi viszonylatban pedig a másik ember üdvösségéért munkálkodó szeretetet jelenti; a *filia*, amely leginkább a baráti szeretetet jelöli; valamint az *erósz*, amelyet a testi szeretetre használ a Szentírás. Továbbá érdemes arra is figyelni, hogy egyes igeszakaszokban ki a szerető és ki a szeretett fél: a „szeressétek egymást” jellegű felszólítások az apostoloknak vagy egy adott gyülekezet tagjainak egymás iránti viszonyulásáról szólnak, és nem arról, hogy a keresztényeknek kötelességük szeretni az egész világot.

– **Ezek szerint nem kell mindenkit szeretnünk?**

– A bibliai szeretetfogalmak egyike sem érzelem. Erre a legjobb példát a szeretetparancsolat adja. Hogyan lehet parancsolni egy érzelmet, ha az érzelmeinket nem mi alakítjuk, hanem ellenkezőleg, leginkább az érzelmeink irányítanak minket? Felülkerekedni tudunk rajtuk, de kiváltani és irányítani őket annál kevésbé. Hogyan lehet parancsra szeretni? Úgy, hogy a bibliai szeretet cselekvő. Nem érzelmi kérdés, hanem minden esetben tettekben nyilvánul meg. Passzív, csupán érzelmi szeretet a Bibliában nem létezik.



*A bibliai szeretet cselekvő.*

*Nem érzelmi kérdés, hanem minden esetben  
tettekben nyilvánul meg.*

Isten irántunk való szeretete sem szép szavakban vagy csupán elfogadásban nyilvánul meg, hanem abban, hogy Fiában eljött a világba, megváltott minket, és a hívők ezt az isteni cselekvő szeretetet ma is megtapasztalják. Tehát amikor Isten szeretetet kér tőlünk vagy parancsot ad a szeretésre, akkor érzelmek helyett – önmagához hasonlóan – konkrét tetteket vár tőlünk. A mindenható és végtelen Istennel szemben viszont mi végesek vagyunk, ezért a szeretetgyakorlásunk sem lehet végtelen.

**– Kit kell akkor szeretnünk a Biblia szerint? Mi választunk, vagy Isten jelöli ki azokat, akikre a szeretetünknek irányulnia kell?**

– Az Újszövetség különböző helyein Isten a felebarát, a család (szülők, házastárs, gyermekek) és a hittestvérek szeretetét parancsolja meg. Ők egy hozzánk közel álló, szűkebb körhöz tartoznak. Ez természetesen nem azt jelenti, hogy nem szerethetünk rajtuk kívül másokat, hanem azt, hogy a cselekvő szeretetünkben őket kell elsősorban részesítenünk. Olyannyira, hogy például Pál apostol Timóteusnak azt írja, püspökséget, egyházi tisztséget ne vállaljon olyan ember, aki előbb a saját családjára nem visel gondot – vagyis nem részesíti megfelelően a szeretetében. Ha a mi saját belső körünkben megcselekedtük, amit a szeretet kíván, akkor természetesen forduljunk a többiek felé is, de az előbbieket minden esetben prioritást élveznek. Ettől válik a bibliai értelemben vett cselekvő szeretet valóban megvalósíthatóvá. Isten minden ember felé egyformán gyakorolt, tökéletes szeretetét az embereken számonkérni nem igazán biblikus.

**– Nehéz értelmezni a felebarát kifejezést. Mit jelent az eredeti fogalom, amelyet a mai napig ezzel a régies magyar szóval adnak vissza a fordítók? Ki az én felebarátom?**

– A felebarátot sokan embertársnak vagy rászorulónak, vagy egyszerűen „mindenkinek” értelmezik, de ez nem helyes. A valódi jelentését egy szóban visszaadni sajnos nem lehet. A felebarát szó az Ószövetségben igen sokféle viszonyt jelöl – pl. társ, barát, rokon, szolga, családtag –, de mindig olyan embert, akivel valamilyen módon személyes kapcsolatban vagyunk. A héber kifejezést a „legeltetni”, „felügyelni” igékkel hozzák rokonságba, ami felelős viszonyra utal. Az Újszövetségben a „közelálló, közeli” (plészion) szóval jelölik a felebarátot.

A legismertebb történet a felebaráttal kapcsolatban az irgalmas samaritánus története. Ebben most csak egy mozzanatra szeretném felhívni a figyelmet: Jézus a példázat végén egy olyan csavart visz a történetbe, amit sokszor figyelmen kívül hagyunk. Nem a samaritánus oldaláról közelítve definiálja a felebarátot, tehát nem azt mondja, hogy minden rászoruló a felebarátunk! Jézus ugyanis azt kérdezi a törvénytudótól, hogy ki volt a felebarátja a rablók kezébe esett embernek. Azt mondja, a bajban lévő ember felebarátja az volt, aki segítette neki. Ezek alapján a felebarátot úgy definiálnám, hogy az, aki hajlandó rajtad segíteni, amikor szükséged van rá. *Valaki, akire számíthatsz.*

**– A szeretet ma egy elmaszatolt fogalom, és annyit emlegetjük, hogy szinte súlytalanná vált. Benned milyen érzéseket kelt például, amikor azt hallod, hogy a karácsony a szeretet ünnepe?**

– Javasolom, hogy nevezzük a karácsonyt egyszerűen annak, ami: a Megváltó születésének ünnepe. Ha valaki belegondol ebbe, hogy emberként megszületett az Isten, hogy az ellene fellázadt emberiséget a saját halálával megmenekítse a megérdemelt kárhózzattól, akkor rájön, hogy a szeretetnél ez sokkal több, mert minden szeretet forrása van emögött: maga Isten. Az Ő ünnepe a karácsony. ♦



SZÖVEG –  
LOVÁSZY LÁSZLÓ

# NATHANSON MEGTÉRÉSE



Fikció és tények arról, hogyan  
tért meg Bernard Nathanson  
75 ezer abortusz után.

◆ Hajnali négy órát mutatott az ágya melletti asztalon álló óra piroosan égő kijelzője, mellette Szent Ágoston Vallomások című könyve és C. S. Lewis kinyitott írása nyugodott. Ott hevert példaképe, Karl Stern könyve is, A tűz pillére. Lassan ülő helyzetbe tornázta magát, majd a sötétbe meredt. Csak felesége halk levegővételét hallotta.

Némán fölkelt az ágyból, gondosan betakarta a nejét. Odalépett a kis íróasztalához, megérintette Dante Isteni színjátékát, és eszébe jutott a Kilencedik körben lévő gigászok kútja. A kút a víz és az élet forrása, itt a testvér- és szülőgyilkosok szenvednek egy befagyott tóban. „Ide jutnék én is? A bűnöm ennél is nagyobb...”

Egy óra múlva már a Central Parkban bolyongott, ahol mindig úgy érezte, kiszabadulva a mindennapi, lélekölő rutinból, igazi, pihentető vadon fogadja. A parkon átvágva már az autók zajos forgatagában találta magát. Ahogy állt, előtte és mögötte sötét járművek névtelen sokasága haladt el, bennük arctalan emberekkel. Mindegyik ismerős volt, de egyiket sem ismerte fel.

A Fifth Avenue-n már egyre több ember nyüzsgött: a város ébredezett. A Szent Patrik-katedrális bejáratánál John O'Connor bíboros várta szelíd, biztató tekintettel. Néhány perc múlva a gyóntatófülkében ültek.

– Bernard, meghoztad a végső döntést? – kérdezte New York püspöke.

– Igen, meg – válaszolta az idős látogató.



– Még mielőtt megteszed, elmondod az Isten színe előtt, hogy mi vezetett ehhez a fontos döntéshez?

Nathanson doktor nagy levegőt vett. Hirtelen nem tudta, hol is kezdje.

– Édesapámat követve én is a McGill Orvosi Egyetemre mentem, és én is nőgyógyász lettem. Bűnbe először akkor estem, amikor 1945-ben, a tőlem terhes barátnőmet meggyőztem, hogy vetesse el a magzatát. Később egy másik nőnél én magam végeztem el a terhesség megszakítását... Akkor mindenki azt mondta, hogy az anyaméhben még nincsen emberi élet, nem lehet eldönteni, hogy mennyire ember a magzat...

Ekkor félve átnézett a rácsokon, amelyek mögött a gyóntató pap csukott szemét látta. Pont olyan volt, mint egy magzat arca az ultrahangkészüléken. A doktor egy pillanatra megijedt, amikor az atya hirtelen kinyitotta a szemét, és ránézett. Elfordította a fejét, úgy folytatta:

– Amikor először megláttam az ultrahangon egy magzatot mozogni és lélegezni, az érzelmeket az arcán, akkor döbentem rá, hogy az egész eddigi tudásom és hitem összedől... Szörnyetgként éltem, és én magam járultam

hozzá ahhoz, hogy a barbárság egy új korba, új szintre lépjen a Földön. Szándékosan hamis adatokat szolgáltattam a Roe v. Wade-ügyben a Planned Parenthood szervezettel együtt. Hazugságra épült az egész jogi kampány, az egész világot megtévesztettük az illegálisan elkövetett abortuszok számát illetően – mondta megtörtén.

– Bernard, azt hiszem, hogy a mai nap tökéletes alkalom, hogy megejtsük a szertartást, Mária szeplőtelen fogantatásának ünnepnapján – mondta a bíboros.

Miután Bernard Nathanson felvette a keresztséget, elvonult, hogy magányában ismét bűnbánatot gyakoroljon. Leült az egyik padra az oltárral szemben, majd letérdelt, és újból imádkozni kezdett. Az ima után felnézett, megpillantotta a Krisztus jeruzsálemi bevonulását ábrázoló képet, és ismét Dante jutott eszébe:

„S mint gyermek nyújtja karját, hogy repessen a mama felé, kinek szívta mellét: kifelé-áradt lelkükkel tüzesen repesnek a fények, hogy fölemeljék lángjukat Máriához: így mutatta mindannyi hozzázvonzó nagy szerelmét.”

(Részlet a szerző novellájából) ♦

1969-ben Norma McCorvey (1947–2017) állapotos lett, de nem akarta megtartani magzatát, mert éppen munkanélküli és depressziós volt. Barátai tanácsára azt hazudta, hogy fekete férfiak erőszakolták meg, és mivel csak nagyon kivételes esetben volt lehetőség elvetetni a gyermeket, és neki nem engedélyezték, beperelte a texasi államot. Az ügy megosztotta az amerikai közvéleményt: az egyik oldal azt hirdette, hogy a nőknek joguk van a testükről dönteni, a másik oldal gyermekgyilkosságnak nevezte a magzat elhajtását. A vita egészen az amerikai Legfelsőbb Bíróságig jutott, ahol a bírók 7:2 arányban döntöttek amellett, hogy alkotmányos jog a terhesség megszakítása. Az abortuszok jogszabályi háttérét ezt követően dolgozták ki.

Az eljárás során McCorvey a Jane Roe álnevet használta, a gyermeket megszülte, majd lemondott róla. 2004-ben, miután megtért evangéliumi keresztényként, eljárást indított a Legfelsőbb Bíróságon, felülvizsgálatot kezdeményezve, de elutasították.

Bernard N. Nathanson (1926 –2011) amerikai nőgyógyász 1969-ben alapította meg a National Association for the Repeal of Abortion Laws (NARAL) abortuszpárti lobbiszervezetét, ami jelentős szerepet játszott a híres-hírhedt Roe v. Wade legfelsőbb bírósági ítélet (1973) abortuszpárti döntésében. A közvélemény és a Legfelsőbb Bíróság megtévesztésére azt állították ugyanis, hogy éves szinten 5-10 ezer áldozata van az illegális abortuszoknak, majd később (1979-ben) Nathanson bevallotta, hogy ez a szám valójában mindössze 160 körül mozgott akkoriban. Nathanson egészen az 1970-es évek közepéig vezette a legnagyobb abortuszklínikát az Egyesült Államokban, és közel 75 ezer abortusz köthető a nevéhez.

A saját maga által alapított mozgalommal fordult szembe, és közreműködött a Néma sikoly című 1984-es dokumentumfilm elkészítésében. Ateista zsidóként definiálta magát egészen 1996 decemberében történt római katolikus szertartás szerinti megkeresztelkedéséig. Életéről a The Hand of God – A Journey from Death to Life by The Abortion Doctor Who Changed His Mind (Isten keze – Utazás a halálból az életbe egy abortuszpárti orvossal, aki megváltoztatta nézetét) című könyvben vallott, megbánva tetteit.



SZÖVEG –  
DR. SZÁSZ ADRIÁN

KÉP –  
JÓNÁS JÁCINT

# AZ ALKOTÁS ÖRÖME, AZ IRGALOM PASSIÓJA

Eperjes Károly szerint  
az igazi művészet  
az igazság fényében születik

*„Remélem, a hívőt megerősíti, a kételkedőt elgondolkodtatja. A nihilistát pedig elindítja a harmadik kategóriából a második felé” – mondja **Eperjes Károly** a Magyar Passió című első olyan mozifilmje kapcsán, amelyet rendezőként és az egyik főszereplőként is jegyez. Sugalmazott történetnek érzi a főhős Leopold atyáét, akihez hasonló személyek az ő életútját is egyengették. Most úgy véli, talán ennek a filmnek az elkészítéséért küldte őt a Jóisten a földre. Az pedig már a beszélgetés elején kiderül, hogy nem ez a legelső rendezése, mert azt még katonakorában alkották meg a társaival...*

- ♦ – „A hetedik te magad légy!” volt a címe. József Attila versét és az akkori társadalmi állapotokat mutattuk be egy színhátékban, amit nem tudtunk máshol előadni, csak magunknak a laktanyában. Az egyik tiszt megnézte, híre ment, hogy éjszakánként próbálunk, de jóváhagyták. Mondom a többieknek, ezek szeretnek minket, vegyünk fel filmre, hogy mások is megnézhessek! Volt valakinek egy gépe, amivel 25 másodpercenként tudtuk rögzíteni, és amikor megmutattuk, benevezték a katonai filmfesztiválra. Persze, hogy ne bukjunk le, amiért titokban csináltuk, a főtörzsőrmester neve alatt futott. Egyszer csak jött a hír, hogy nyertünk... Szóval még játszottam is az első saját filmemben, azaz filmünkben, hiszen az is közös alkotás volt.





**– Akkor is eljátszott már a gondolattal, hogy egyszer rendezőként saját mozifilmet mutathat be?**

– Az amatőr rendezőit addigra elvégeztem, mindenki mondta, hogy kijöhet ebből valami, pedig a mi családkunkból ez nem látszott előre. Az egyik pap nagybátyámat, dr. Eperjes Ernőt Münchenig verték, a másik, Vajk Gyula prépost atya is börtönbe került. Édesapám a falunkban, Hegykőn a forradalmi bizottmány elnöke volt. Matematika-, fizika-, földrajz- és rajztanárként az állásából persze kirúgták. Én állandóan parodizáltam

a tanárokat meg a híres embereket, de ha 18 éves koromban valaki azt mondja, hogy pár év múlva együtt játszhatok Sinkovits Imrével, Őze Lajossal, Kálmán Györggyel vagy Kállai Ferencsel, biztos nem hiszem el! Katonaként egy teljes havi zsoldomból vettem meg Latinovits Zoltántól a Ködszurkálót, kijegyzeteltem, néha előveszem. Az a jegyzetelés a mai napig érvényes.

**– Milyen közeg vette körül a falujában?**

– Nálunk a szocializmus alatt többen voltak a templomban, mint most! A trianoni határszélen, a Fertő tó partján éltünk, és amikor a nagybátyám kijött a börtönből, latinul ministráltam neki. Később persze jöttek a kételyek is, amikor érzékeltem a kettősséget, hogy otthon más tanítást kaptam, mint amit másoktól látok. Szerencsére azok a tanárim, akik komolyan vették az életet, mind a szüleimhez hasonlítottak. Meg az anyai nagyapámhoz, akiről a nagybátyám azt mondta, hogy „a Pestát gyóntatni különös papi kegyelem”. Rokonnál nem szokás gyónni, de ő tudta, hogy az Istennél gyón attól még, hogy a sógora a gyóntató. Mindketten az Istenhez tartoznak, nála kell elszámolni.

**– Téma volt a családban az, amiről a mostani filmje szól, vagyis a papok üldözése?**

– Olyannyira, hogy még titkos találkozók is voltak nálunk, vagy mi mentünk el egy-egy kirándulás alkalmával olyan paphoz beszélgetni, akivel együtt ült a nagybátyám. Kikértem a jelentéseket, az egyik nagybátyámról 270 oldal volt, a másikról is közel 200. Mutattam édesapámnak a róla szóló anyagot, mire csak nevetett és ennyit mondott: „tudtam”. Mondom, mit tudtál, papa? „Azt, hogy ki volt.” „De honnan, ha fedőnevet használt?” „A helyesírási hibáiból.” Végül is az egész falut tanította...

**– Ha jól tudom, felvetődött, hogy ön is egyházi hivatást választ...**

– Szép katolikus hagyomány, hogy az elsőszülött fiút illik papnak felajánlani, engem fel is ajánlottak. Mocorgott is bennem valami, édesanyám mondta, hogy ez nem véletlen. Azt is mondta, hogy aki a véletlenre hivatkozik, az az ördög unokaöccse. De kamaszként észrevettem, hogy a másik nem – akit szintén az Isten teremtett – milyen szép! Ha görögkatolikus vagy református vagyok, valószínűleg most egy színésszel kevesebb van... A gyerekkori kereszténység, ha szabad így mondani, a fickósodás idején kicsorbult, később volt, hogy egy átmulatott éjszaka után mentem a Ferenciek



terére gyónni. Liberális keresztény voltam, pedig ilyen nincs. Ahogy szocialista vagy nacionalista keresztény sincs. Az izmusok nem fedhetik el, szennyezhetik be az egyetemességet. 28 éve volt egy nagy lelki fordulatom, akkor mondtam a feleségemnek – aki apáca szeretett volna lenni –, hogy ha kirepülnek a gyerekek, engedjen el papnak. Erre azt mondja: „Ne akarj megszökni!” Ez olyan szép volt, hogy maradtam.

### **– A színészi és a papi hivatás között vannak azért átfedések, közös jellemzők.**

– Ha jól csinálja az ember, mindkettő evangelizál. És mindkettő művészet. De minden hivatás lehet művészet! A szakmai fogások tanulhatók, más kérdés, hogy hivatással is érik-e bennünk a képesség. Egy asztalosmester vagy egy bankár is lehet művész, ahogy egy pap vagy egy színész is tróger, akit közben művész úrnak szólítanak. Az igazi művészet mindig az igazságra irányul, az igazság fényében születik. A pályám során többször is utánam nyúlt a Jóisten. Az Eldorádóban véltem először hallani, aztán a színpadon, A nagybácsi álmában. Amikor

kértem tőle valamit, és két hétre rá adott egy jelet, akkor fogtam fel a Miatyánk lényegét: „Mindennapi kenyereink add meg nekünk ma.” „Veletek vagyok mindennap a világ végétéig”, ez az életben a legnagyobb biztosíték. Senki nem tudja, mikor lépünk át abba a dimenzióba, ahonnan az életet kaptuk, de hogy erre készen álljunk, ahhoz az Isten nagy lehetőséget adott: a saját testét és véréét. A mindennapi kenyér nem csak egzisztenciális kérdés.

### **– Mondhatjuk, hogy a Magyar Passió megrendezéséhez talán jobban is kellett az emberi érettség, az élettapasztalat, mint pusztán a szakmai felkészültség?**

– Mindegyik kellett. Ahhoz, hogy szakmailag ne herdáljam el az esélyt, meg kellett találnom az arányokat, de élveztem ezt a folyamatot. Igaz, kétszer voltam covidos, a második meggyötört, de talán onnan is jött utána a belső öröm, hogy ajándéknak fogtam fel, hogy egyáltalán dolgozhatok. Két nagy kísértése volt a filmnek, mindkettőt el akartam kerülni: azt is, hogy ÁVH-gyűlölő, és azt is, hogy egyházpátolygató legyen. Bereményi Géza mondta, miután látta a hetedik forgatókönyvet: „Ez nem az én filmem, de ne feledd, a maga módján mindenkinek igaza van.” Ez nagyon fontos mondat volt, végig a lelki szemeim előtt lebegett. Szabó István szerint pedig a film egyik nagy erénye, hogy nem gyűlölködő. Talán jól kaptuk el az akkori mostot, pedig az ávosok még a ruháikat is eltüntették a rendszerváltáskor, úgyhogy mindent újra kellett gyártatnunk, mint egy kosztümös történelmi filmnél.

### **– Hogyan érezte magát a sportnyelven szólva játékos-edzői szerepben, vagyis egyszerre a kamera mindkét oldalán?**

– Jól, mert nagyszerű alkotótársakat kaptam, és a technika is segített, hiszen ma már bármit egyből vissza lehet nézni, és a nyersanyagot sem pazaroljuk. Clint Eastwoodnak vagy Várkonyi tanár úrnak anno nehezebb dolga lehetett! A lényeg, hogy az ember merjen magával is olyan kritikus lenni, mint a kollégáival. Ha nem csinál belőle presztízsharcot, ez a kettős szerep jó belső kormányossá válhat. Összesen háromszor emeltem fel a hangom a forgatás alatt, mindháromszor bocsánatot is kértem a többiektől. Színésznek lenni kirakatiabb állapot, mint a rendezőé, és nekem a színészléteimből fakadóan meg kellett tanulnom szerényen a háttérben maradni. Szívem szerint a végén azt sem írtam volna ki, hogy „rendezte: Eperjes Károly”. Ingmar Bergman írta a naplójában a chartres-i katedrálisról, hogy nem ismerjük az építőit, de látjuk, hogy az Isten dicsőségére, az emberek lelki üdvére készült.



– **A Jóisten azért vitte önt erre a pályára, hogy a filmjein keresztül üzenhessen?**

– Talán igen. Legalábbis jó lenne. Nem feledem Szabó István szavait, miután látta a Magyar Passiót. A vetítésről vittem haza, és így köszönt el: „Azt hiszem, nagyon fogják szeretni ezt a filmet...” Ahogy kiszállt a kocsiból, visszafordulva még hozzátette: „...viseld el!” Nyilván a hozadékát és a hordalékát is. A gyermek megszületett, a szülő ilyenkor elgondolkodik: vajon mi lesz ebből a gyerekből? Kérem is a szülőket, tanárokat, papokat, a lelki élettel, ifjúsággal foglalkozókat, az érett fiatalokat, hogy ha méltónak tartják rá, ajánlják a filmet másoknak is. Ne miattam, hanem hogy közkinccsé váljon, ahogy a lengyeleknél Katyn. Mert 1950. június 8., a közel 12 ezer szerzetes kitelepítése a magyarországi katolikus intelligencia likvidálásának napja volt. 1956 is másképp alakulhatott volna, ha az utcákon hömpölygő tömegnek lettek volna szakrális vezetői, és az emberek igazi közösséggé formálódnak.

– **A film külföldön Mercy címmel fut, ami annyit tesz: Irgalom. Ebben a szóban foglalható össze a fő mondanivalója?**

– A Magyar Passió címben van egy kis vagancia is, hogy „na, mit csinált a Szamóca a Gibson bácsi Passiója után?”. De ez nemcsak a papok passiója, hanem az ÁVH-soké, a kulákoké, az egész országé, hiszen még Trianon emlékezete is benne van. A jövő nemzedéké is a kislány, Imelda karaktere által. A legmélyebb tartalma valóban az irgalom, a kegyelem lehet. A mai világban, amikor a modernizált klasszikus darabok és a zeneművek is az ösztönöket célozzák. Amikor vannak gondolatfogyasztók és érzelmefogyasztók, pedig a kettő harmóniáját kellene megélni. A történet fő szála a valóságban is megtörtént, egy bicskei pappal, Tabódy Istvánnal. Az utolsó nagy jelenet hivatott érzékeltetni azt a sok szenvedést, amit nem lehetett részleteiben megmutatni, különben ember nem merte volna megnézni a filmet. A legvégét már én képzeltem hozzá. Négy verzióm volt a lezárásra, végül Szabó Pista egy mondata döntött. Ő átengedte magán, hallgatott, majd ennyit mondott: „Szép... szép... Ha meg tudod csinálni, szép.” Hogy sikerült-e, arra Bereményi Géza utalt, amikor a végső változatot így nyugtázta: „Jól van, akkor ezt megúsztuk.” „Méltó hozzád...!!!” – üzenté Faragó Tamás „Tonó”, Koltai Lajos „Sutyi” szavait pedig el sem merem mondani, oly nagy dicsőretnék tűnnének. Azt viszont igen, hogy miután elköszöntünk egymástól a vetítés végén, visszajött, hogy még egyszer megölelhessen... ♦

# Indul

a Média a  
Családért-díj 2021  
közönségsvavazása!



Olvassa el, nézze és hallgassa meg az ideai magyarországi és határon túli jelöltek cikkeit és műsorait, és szavazatával segítsen kiválasztani a Média a Családért-díj 2021 két közönségdíjasát.

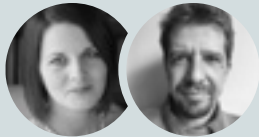
**Voksait több munkára leadhatja a hazai és külhoni kategóriában is, az online szavazás 2021. december 1-től 2022. január 10. éjfélig tart.**

További részletek a  
[www.mediaacsaladert.hu](http://www.mediaacsaladert.hu)  
oldalon!





TANDEM >



SZÖVEG –  
SZŐNYI LÍDIA és SZÖLLŐS ÁKOS

# Normális CSALÁD VAGYUNK?



Kép: Gettyimages Hungary

Igyekszünk elkerülni, hogy nagyon másféle család legyünk, mint a többség. Hisz' a többségről szól minden: az óvoda, az iskola, a filmek, az állami támogatás, az egyházi program... szóval jó dolog a többséghez tartozni. De mi van, ha közbeszól egy tragédia, vagy másképp alakul az életünk? A tankönyvek és társadalmi ideálok által leírt átlagos családok mellett már nagy számban élnek a „másmilyen” családok: egyszülős családok és mozaikcsaládok. Róluk szól a cikkünk.

#### ◆ NORMÁLIS?

Néhány éve egy kétségbeesett család ült a tanácsadásunkon: anya és kiskamasz fia. A gyermek apja néhány éve véglegesen kilépett a család életéből. Az anyának szándéka volt jól nevelni a gyermeket, ám rendre úgy érezte, hogy kudarcot vallott. Elkeseredve mesélt próbálkozásairól, csalódásairól, és ennek mentén a büntudatról, amelyet tovább fokozott annak a megélése, hogy „mi nem vagyunk olyanok, mint más családok”. Elmondta, hogy számos szülőknek szóló könyvet és cikket elolvasott, de ezek ahelyett, hogy segítettek volna, még inkább összezavarták. Válaszokat és megoldásokat keresett, de minduntalan azzal találkozott, hogy a gyerekneveléssel foglalkozó írók a hagyományos családmodellt veszik alapul, és ennek mentén írják le a családi életciklus egymást követő szakaszait, az ezekhez kapcsolódó érzelmi és fejlődési folyamatokat, illetve a gyakorlati tanácsokat. Megélése szerint ezek többsége az ő esetükben megvalósíthatatlan volt. Így családjuk speciális jellemzői az „ideálistól” való eltérésként jelentek meg, ami feszültséggel és szorongással töltötte el. „Rendben vagyunk?”, „Egyáltalán, normális család vagyunk?” – kérdezte kétségbeesetten.

Nem szerencsés a hagyományos családokat „normális családoknak” nevezni, hiszen ezzel terhet rakunk a másfajta családokban élőkre. Valójában bármilyen családmodellben élünk is, magunknak kell kialakítanunk családunk működés módját, és ehhez minden esetben személyes és kapcsolati önismeret szükséges. Kíváncsisággal, megértéssel, elfogadással és szeretettel fordulni a saját belső állapotaink és a másik ember felé a kulcs a harmonikus családi élethez, legyen szó akár hagyományos, akár egyszülős, akár mozaikcsaládról. Ugyanakkor sokat segíthet, ha ismerjük azokat a speciális kihívásokat és erőforrásokat, amelyek az általunk megélt családmodellt jellemzik.

#### EGYEDÜLÁLLÓ SZÜLŐK

Anikó fia, Bálint egyéjszakás kapcsolatból származott. Anikó a továbbiakban nem találkozott az apával, aki soha nem tudta meg, hogy gyermek fogant tőle. Az anya a várandósság első pillanatától arra készült, hogy örömmel és szeretetben, de egyedül, illetve a vele együtt élő édesanyjára támaszkodva neveli fel gyermekét. Később sem lett hosszabb párkapcsolata. Kétszülős családokat látva egyre gyakrabban gondolt arra, hogy ha ilyenek a „normális családok”, akkor ők vajon mennyiben mások, mennyire látszik majd Bálinton, hogy nem kétszülős családban nőtt fel. Kétségei már a kezdetektől arra sarkallták, hogy intenzív kapcsolatot ápoljon húgaival és azok családjáival, őrizte

baráti körét, hogy legyenek olyan kapcsolatai és szerepei, amelyek nem kizárólag egyedülálló szülőségével függenek össze. A lehetőségekhez képest a kezdetektől tudatosan alakította életét, fejlesztette magát. Ügyelt arra, hogy legyen körülötte lelki és gyakorlati kérdésekben is megbízható, támogató kör, és hogy élete sokszínű legyen, ne csak egyedülálló szülőként lássa magát. Ugyanakkor tudatosan kereste az egyedülálló szülőknek kínált egyházi és civil közösségi alkalmakat és szolgáltatásokat is.

2011-ben Magyarországon az egyszülős családok a családok 19,8 százalékát tették ki, 2016-ban pedig kilencszer nagyobb esélye volt annak, hogy egyedülálló szülőként nő áll a család élén, mint hogy férfi. Az egyszülős család kialakulásának története sokféle lehet: kezdőpontja lehet válás vagy özvegyesség, elhagyás vagy eleve egyszülősre tervezett, donortól történő fogamás vagy örökbe fogadás. A korábbi évszázadokban többnyire a házastárs halála következtében lett egyszülössé a család, majd a múlt évszázadban megjelentek a válás útján egyszülössé alakult családok, míg az utóbbi évtizedekben a szándék szerint, eleve egyszülősként induló családok. Óriási különbséget jelent a megélésben, hogy egy ilyen család veszteségből vagy pedig tervezetten születik meg, illetve az, hogy folyamatosan egy típusba tartozik, vagy pedig típusváltás következik be a története során: előfordulhat kétszülős családként induló, de válás vagy haláleset folytán egyszülössé váló család, amely átmenetileg mozaikcsaláddá alakul, de a párkapcsolat kudarcá folytán ismét egyszülős családdá válik, majd egy újabb párkapcsolat folytán tartósan visszavált mozaikcsaláddá. Az átélt típusváltásokkal járó érzelmi feladatok érzelmi terhet is jelentenek minden családtag számára.

Az ilyen családok társadalmi megítélése átalakulóban van, növekvő arányuk (az összes család nagyjából 20%-a egyszülős) segíti elfogadásukat. Erre szükségük is van, hiszen a statisztika azt mondja, hogy sérülékenyebbek lehetnek, és nagyobb valószínűséggel küzdhetnek fokozott vagy több nehézséggel, mint a kétszülős családok. A társadalom részéről mégis gyakran egyfajta lenézés látható velük kapcsolatban, mintha a hiány lenne a leglényegesebb jellemzőjük, nem pedig a rengeteg erőfeszítés, az életbátorság és a küzdeni akarás. Mintha egy hegycsúcsot ostromló, félkarú hegymászon megbotránkozónak, hogyan mer mindig újabb és újabb lépést megtenni és nem feladni a küzdelmet, miért nem akar lemondani a hegymászó létformáról, és egyszerű félkarúként élni távol a hegyektől – ahelyett, hogy rendkívüli teljesítményét, önfegyelmét és kitartását dicsérnénk.

## ÓRIÁSI KÜLÖNBSÉGET JELENT A MEGÉLÉSBN,

hogy egy egyszülős család veszteségből vagy pedig tervezetten születik meg.

Az egyszülős családokban gyakran megfigyelhető a családtagok közötti igen szoros kapcsolat. Többnyire jellemző az egyedülálló családfő heroikus küzdelme a létfenntartásért, és a hiányokat is pótolni próbáló gondoskodása. Megfigyelhető, hogy sokszor a gyermekben is megjelenik egyfajta nagymértékű felelősségvállalás a szülőért, illetve a testvérért, amely fokozottabban kiterjedhet egymás érzelmi jóllétére. Emiatt a gyermekek bizonyos vonásaikban érettebbek lehetnek koruknál, aminek persze ára van: saját igényeiket háttérbe szoríthatják, kis felnőttként kezdenek gondolkodni. Ennek oka az a valójában nem gyermekre szabott vágyuk, hogy az egyedülálló szülő mellett érzelmi helytállással pótolni próbálják a hiányzó házastárs által hagyott úrt.

Ezek a gyerekek sokszor hamarabb megismerik a háztartás csínját-bínját, realisabban gondolkodnak, gyakorlatiasabb a problémamegközelítésük, mint hagyományos családban élő társaiknak.

A szülő számára ilyenkor kihívás, hogy óvja gyermekét a túlzott felelősségvállalástól, hogy ne váljék idejekorán felnőtté. Ugyancsak nem egyszerű fenntartania a határokat az egyfős szülői alrendszer és a gyakran szintén egyfős gyermeki alrendszer között. Ebben segítséget nyújthatnak számára saját felnőtt rokonai vagy barátai, akik támogatására számíthat, illetve azok az elfoglaltságok és szerepek, amelyekben nem szülőként vesz részt. Fel kell ismernie, hogy társ híján aktívan kell gondoskodnia a lelki és anyagi stabilitásról, így a nagyobb családi és baráti körtől, illetve társadalmi környezettől érkező támogatásról is.

Az egyszülős családok erőteljesebben rá lehetnek utalva támogató környezetükre. A társadalom könnyebb sorsot élő tagjainak feladata, hogy megbélyegzés és elfordulás helyett keressék támogatásuk módját – nem nagy szavakban vagy egyszerű gesztusokban, hanem az adott lakó- vagy iskolai környezetben odafordulva, és apró tettekkel kezdve.

## MOZAIKCSALÁDOK

Anna a válása után évekig nevelte egyedül a két lányát. Az apa kéthetente hétvégén töltött időt a lányokkal, egyébként élte a saját életét. Annát a történetek nagyon megviselték, sokáig úgy gondolta, hogy nehezebb esne újra megbízni egy férjben. Bár fájdalmas volt, tudatosan kezdett foglalkozni a veszteség feldolgozásával, és a sebek lassan begyógyultak. Péterrel a munkahelyén találkozott, mellette újra biztonságban és szeretve érezte magát. Különösen figyeltek arra, hogy a kapcsolati döntéseikkel ne a gyerekeket terheljék, hanem biztonságos, tiszta helyzeteket teremtsenek számukra. Így volt ez a kezdeti kisebb lépéseknél, majd akkor is, amikor úgy döntöttek, összeházasodnak. A helyzetet bonyolította, hogy Péternek is volt két lánya, akiket a volt feleségével nevelt heti váltásban. Különösen nehéznek bizonyult, hogy a férfi gyermekei egyik héten velük voltak, a másik héten az édesanyjukkal, de egyetértettek abban, hogy érdemes vállalni az ezzel járó kihívásokat annak érdekében, hogy a lányoknak mindkét szülőjükkel megmaradjon az intenzív kapcsolata. Anna és Péter sok energiát fordítottak arra, hogy összecsiszolják a különböző családi szokásokat, rituálékat és hagyományokat. Ez nem volt könnyű feladat, de sokat segítettek, hogy bevezették a „családi kupatánácsot”, amikor minden családtag elmondhatta a kialakult helyzettel kapcsolatos gondolatait és érzelmeit, és közösen kerestek megoldásokat a felmerülő kérdésekre.

Az egyszülős családok mellett az elmúlt évtizedekben megnövekedett a családok felbomlásával és újjászervezésével létrejött mozaikcsaládok száma is. Leggyakrabban egyszerű mozaikcsaládról van szó, ahol a gyermekeit egyedül nevelő szülő mellé érkezik az új párja. Ritkább, amikor két egyszülős család egyesül, és mindkét fél hoz gyermeket a kapcsolatba. A mozaikcsaládok abban is különböznek egymástól, hogy a gyerekek állandóan vagy változó időszakonként laknak az egyik vagy a másik családdal. Tovább színesíti a képet, hogy a fenti esetek mind egyikében előfordulhat, hogy az újjáalakuló családban a pár közös gyermeket is vállal.

A mozaikcsaládok alakulását a múltban gyakran súlyos tragédiák árnyékolták be, betegség, háború vagy szülést követő halálestet. Manapság gyakoribb, hogy

a szülők személyes döntése alapján létrejövő válást, majd az új párválasztást követően jön létre az új család. Már maga a „mozaikcsalád” vagy „patchwork-család” elnevezés is utal arra, hogy egy olyan folyamatról van szó, amibe sok munkát és energiát érdemes fektetni ahhoz, hogy a „színes foltokból” vagy „széttöredezett darabokból” végül valami új, értékes alkotás születhesen. Mindez sok alkalmazkodást, egyeztetést és rugalmasságot kíván minden érintett részéről, ami eleinte sok feszültséggel járhat, de lehetőséget is biztosít a családtagoknak arra, hogy nagy gyakorlatot szerezzenek a konfliktuskezelésben, az alkalmazkodásban, illetve a szövevényes emberi kapcsolatokon való kiigazodás képességében.

A továbblépés feltétele a veszteségek, illetve az ehhez kapcsolódó zavaros, gyakran ellentmondásos érzések feldolgozása. Az elvált szülők gyakran számolnak be arról, hogy nemcsak a lezárult párkapcsolat történetének elgyászolása, az ehhez fűződő érzések feldolgozása nehéz, hanem meg kell küzdeni a gyermekkel kapcsolatos bűntudat érzésével is.

A nehéz érzések feldolgozása nagyban megkönnyíti a gyermekekkel való kapcsolattartás megszervezését és megélését. Minden érintett számára lelkileg megterhelő hozzászokni az új felálláshoz, és feldolgozni az átmenettel kapcsolatos érzelmeiket. A gyermekek számára különösen nehéz lehet a két szülői környezet közti váltás, ám fontos kiemelnünk, hogy a kutatások szerint a váltott gondoskodás, ezáltal mindkét szülővel megmaradó intenzív kapcsolat, több pozitív hozadékkal jár a gyermekek számára, mint a folyamattal járó pszichés teher.

A mozaikcsalád számára kihívás lehet az egység érzésének megteremtése. Ebben segíthet, ha a családtagoknak lehetőségük van megosztani egymással a helyzettel kapcsolatos gondolataikat, érzéseiket, szükségleteiket, igényeiket, illetve a megoldás irányába mutató javaslatokat (például „Mit tudok én hozzátenni ahhoz, hogy mindenkinek jó legyen ebben a családban élni?”). Érdemes mindennek időt adni, hiszen a szülők döntése, miszerint ők egy család szeretnének lenni, a gyermekek számára érzelmileg megalapozatlan, sőt ellentmondásos lehet, így a kapcsolat erőltetése ellentétes hatást válthat ki. Az új párkapcsolat melletti döntés nem képes automatikusan családi érzéseket kialakítani a gyermekekben, éppen ezért érdemes megadni az időt és a teret annak, hogy az új kapcsolódásokból valódi, erős családi szövetség bontakozhasson ki. ♦



SZÖVEG –  
PARTI JUDIT

KÉP –  
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –  
KETTŐ AZ EGYBEN

A rovat támogatója a  Média a Csaláért Alapítvány

# JÁNOS NAGYON HIÁNYZIK EBBŐL A VILÁGBÓL

Páros interjúkat úgy szoktunk felvenni, hogy egyszerre van jelen a házaspár – ez a mostani is így készült, bár olyan síkon, amire viszonylag ritkán gondol az, aki nem él benne.

**Térey János** író, költő, műfordító, drámaíró két és fél évvel ezelőtt, nagyon hirtelen veszítettük el, ahogy felesége **dr. Harmath Artemisz** is. Vele és a vele maradt Jánossal beszélgettünk egy mindkettejüknek kedves helyen, a svábhegyi Jókai-kertben, Jókai Mór egykori birtokán, a továbbélés valóságáról és az életmű külön életéről.

◆ – **Nem volt lehetőség felkészülni a veszteségre, mert nagyon hirtelen történt.**

– A gyakorlati részét tekintve ez valóban igaz, de a lelki részére úgy érzem, fel voltam készülve abban az értelemben, hogy Jézus Krisztusban bízam az addigi életem folyamán is, és ez a bizalom alapozta meg, hogy bármi drasztikus dolog történt az életemben, tudtam úgy látni, hogy Ő arról is tud. Ha pedig megengedte, akkor meg fogja adni az erőt az elhordozásához, mert azt is tudja, hogy nekem egyedül ez nem fog menni. A másik kapaszkodóm az irodalom volt. Jánossal úgy gondolkodtunk erről, hogy a végső kérdésekhez nem tesz hozzá, nem ment meg, nem lehet az életedet a művészetre építeni – és ezt ma is ki merem mondani. Viszont ezzel együtt úgy gondolom, hogy azok az élethelyzetek, amelyeket regénykaraktereken vagy verseken keresztül éltem meg, az átszűrődő érzések, gondolatok, bár nem annyira kézzelfoghatóak, de

mégiscsak hozzáadnak valamit az emberi tapasztalathoz – azok működésbe tudtak lépni. Úgy éreztem, hogy voltam már ilyen helyzetben.

– **Olvasóként ez picit más. Vagy mindig is mélyebben olvastál?**

– Azért nem annyira, hogy beleszerettem volna irodalmi hősökbe, de annyira mindenképpen, hogy akár a gyászt is ismerős érzésként tudtam azonosítani. Nagyon sok olyan szöveg van, főleg a kelet-európai regény- és novellairodalomban, amelyiket olvasva reménytelen, kilátástalan helyzetbe kell beleképzelnünk magunkat. Amikor minden elveszik – akkor mi marad?

– **Az első reakciód János halála után a hálaadás volt az életéért, az együtt töltött időért, a gyerekekért, az előző estéért – a szó nehéz és legnemesebb értelmében nem emberi válasz volt a halál tényére.**



– Erre nem is emlékeztem, csak amikor utólag szembesítettek vele. Általában nagyon valamilyennek szeretik látni az embereket a gyászt, mert egyszerűsíti a kommunikációt, ha nagyon kell sajnálni valakit, vagy ha lehet dicsérni az erejét. Egyik sem igaz önmagában, nagyon vegyes és sok érzelmet mozgató folyamat ez, és teljesen egyéni, hogy ki hol tart benne éppen, mikor lóbal ki az egyik szakaszból és ér a másikba. Magamat úgy látom hitelesnek ebben a helyzetben, ha mindent megteszek azért, hogy az élet újra tudjon indulni. Ehhez kell mozgósítani az erőforrásokat.

**– A gyerekeitek számára hogyan fordítottad ezt a helyzetet?**

– Ez a legnehezebb része. Folyamatosan emlegetjük apát – és én velük élem az ő gyászszakaszait is. Nagyon nehéz látni, ahogy egy kis lélek megrogyik. De tehetetlenségemben is azt gondolom, hogy Isten nem szórakozik vagy packázik a gyerekeimmel sem, és akármilyen nagy

fájdalom ez, rábízom őket. Azt nem kérdőjeleztem meg, hogy Isten jó – előfordulhatott volna, de nem történt meg. Közvetlenül a halála után nagyon fontos volt, hogy mindenhova jöjjenek velem, ahol megemlékeztek Jánosról, mert ezek elemelték a fizikai létől az ő karakterét, igaz, kevésbé személyessé, viszont rituálét adtak az elengedéshez. Aztán adott ponton be kellett látnom, hogy ez már inkább felszaggatja a sebeket. Egy olyan családban, ahol nem maradt életmű, ott nem kell olyan gyakran szembesülni azzal a ténnyel, hogy valakit elvesztettünk – nálunk ez kézzelfoghatóan része a mindennapoknak is.

**– Az identitásuk része az apukájuk. Térey János utolsó könyve, a Boldogh-ház, ami a halála pillanatában kulcsrakész állapotban volt, kapaszkodót jelent a gyerekek számára?**

– Megosztlanak a vélemények arról, hogy mennyit dolgozott volna még vele, nagyjából 60%-os állapotban volt, de

töredékességében is kiad egy egészet; nagyon rétegzetten dolgozza fel a családi kapcsolatokat, azt a miliőt és kulturális beágyazottságot, ahonnan János érkezett, és igen, hatalmas ajándékként, segítségként éltem meg, hogy meg tudom a gyerekeknek mutatni a családjukat az édesapjuk szemével. Ahogy János elment, elvesztettem vele minimum félkönyvtárnyi lexikont, mert az ő agya mindent pontosan rögzített: neveket, helyszíneket, de kapcsolatokat is. Ezek legalább ebben a körben visszakereshetőek lettek. Persze volt olyan családi történet, amit már nem tudott megírni. Családi történetekről szólt az utolsó esténk is, János mesélt az egyik rokonáról, aki többször mindenét elvesztette, kétszer a teljes vagyonát, és onnan állt föl. Próbáltam biztatón visszafordítani magunkra, illetve Jánosra, aki akkor szürkébben látta a világot, hogy adjon erőt számára a családi identitás: minden mélységből újra lehet építkezni.

#### **– Ezt azóta is válaszolod neki minden nap az életetekkel.**

– Próbálok üzeni, hogy ne izguljon. A fiúknak tartást ad, hogy tudják, ki volt az apukájuk. A nagyobb fiam egyébként a nyáron kezdett naplózni, a kisebbik meséket írt, kukucska-könyvet tervezett, ami különböző nézőpontokból egészen mást mutat.

#### **– Sokat meséltél nekik fejből?**

– Minden este más történettel kellett előállnom adott tematika és adott karakterek mentén. Ha utána számolunk, több ezer új mese született így...

#### **– Nem gondoltad, hogy le kellene írni?**

– Hála Istennek, nem. Mindenkit figyelmeztetek is rá, hogy azért, mert tud mesélni a saját gyerekének, nem biztos, hogy könyvet kell írnia. Inkább gyomlálom a gyerekirodalom virágos kertjét (az Ifjúsági és Gyerekirodalmi Centrum vezetőjeként – a szerk.).

Szeretem érteni, amit ésszel fel lehet fogni, és szeretem vizsgálni, hogy hol van az a határ, ahol a racionalitás már nem tud fogást találni egy művön. Annak idején a doktori dolgozatomat is kockázatelméletből írtam, ahol szintén ez foglalkoztatott, hogy mi az, ami kiszámítható, és mi az, ami fölött már nincs uralmunk. Egy ideig vizsgálható, hogy hogyan működik a költői nyelv, és egzakt módon sokkal jobban le lehet írni, mint ahogy azt az átlagember gondolja, mert vannak nyelvi tények; de egy adott ponton túl már nem tudjuk, hogyan működik a jelentésképződés például.



#### **– Miért nem szereted az özvegy szót?**

– Azt nem szeretem, ami kulturálisan hozzátapad. Nagyon súlyos szó – nem mintha ne takarna súlyos dolgot, de van benne szereplehetőség, éppen csak azért, mert kötünk hozzá bizonyos viselkedésmódokat, gesztusokat, amelyek származhatnak akár művészeti alkotásokból is, neked is biztosan rögtön beugrik Madarász Viktortól a Hunyadi László siratása vagy A kőszívű ember fiai.

#### **– Számodra mit jelent ez az állapot, és ettől a jelentésrétgtől való elszakadás?**

– Azt, hogy mindent újra kell gondolni. Meg kell vizsgálni, hogy mi az, ami maradt, amire lehet építkezni, mit akar Isten velünk, és föl kell nőni egy olyan élethelyzethez, amit nem választottam magamnak, és adott esetben a tulajdonságaim nem is tennének alkalmassá rá.

– Azon gondolkodtam közben, hogy tudatosan nem hordtál-e fekete ruhát, csak a János halála körüli közvetlen megemlékezéseken. Miért döntöttél így?

– Akkor is a jelenlévők kedvéért viseltem. Ugyanazért, amit a szó kapcsán elmondtam: nem szerettem volna semmilyen pózt felvenni – amivel nem azonosulok teljesen, az ne kapcsolódjon életem egyik meghatározó eseményéhez sem. Jánoshoz sem méltó, ha valami nem igaz; szerintem egy érzelmileg nagyon mélyen érintő helyzetben nincs helye a hamisságnak, és itt nem a fekete színre, hanem az elvárásnak való megfelelésre gondolok. El lehet ítélni, és nem is csodálkozom rajta, de nem szeretek kimenni a temetőbe, és nem tudom gondozni a sírt. Én a szövegeket gondozom, amikben ő ma is él. Számomra János nem a temetőben van. Tárgyalok a szövegeiről, rendezőkkel beszélgetek, levelezek különböző projektek vezetőivel, hogy milyen sorsa legyen a műveinek.

János nagyon hiányzik ebből a világból. Leleplező ember volt – nyíltan, de humorral. Kicsit olyan, mintha már csak féligazságokat mondhatnék, mert az ő véleménye, a felfogása mindig kiegészítette az enyémet. De fordítva is igaz volt. Ad egy lendületet, hogy ezeket a gondolatokat és törekvéseket tovább lehet vinni, és ezekben újra együtt élhetek vele, de vannak olyan pontok, amikor elgondolkozom azon, hogy mennyire kell követnem valamit, amit örököltem.

– **Úgy érted, hogy ezzel kaptál egy feladatot, egy szerepet, és ez is meghatározott pályára állít, aminek azért folyamatosan meg kell felelni: Térey János szellemiségének kell megfelelned?**

– Nagyon érdekes volt, amikor levettem a jegygyűrűmet. Most jobban önmagam vagyok, mint a házasság utolsó szakaszában, mert kevésbé kell megfelelnem, annak, ami Ő – ez egy pont a gyászfolyamatban, amikor távolabb kerültem tőle. Talán azzal a képpel megfoghatóbb, hogy a kód egyre sűrűbb körülötte – de néha belehasít a valóságunkba. A buszon hallottam a hangosbemondót, ahogy az újraélesztés világnapját harsogja – nekem pedig ez fizikálisan nem sikerült, hiába próbáltam aznap reggel újraélesztetni. Annak ellenére, hogy a kardiológus szerint a sikerre nem is volt esélyem, ez a mai napig fáj. Szellemi értelemben viszont szeretném életben tartani. Ha megszólal egy sora mondjuk színpadról, és így lélegezni kezd, akkor annak az élethelyzetnek az örömeiben létezem, hogy megajándékozott vagyok, mert mégis él tovább. ♦



## OLVASSA A KÉPMÁS DIGITÁLIS VÁLTOZATÁT!

Nem kell tárolni, virtuális könyvespolcán bármikor elérí



Ajándékba is vásárolható



Kiadványát több eszközön is elérheti



Pár kattintással azonnal olvasható, előfizethető

[WWW.DIGITALSTAND.HU/KEPMAS](http://WWW.DIGITALSTAND.HU/KEPMAS)



SZÖVEG –  
SZÁM KATI

SOROZAT –  
KETTŐ AZ EGYBEN

KÉP –  
GRESKOVITS ANDRÁS

A rovat támogatója a  Média a Családért Alapítvány



# Mit JÁTSSZUNK?

Sokunknál kerül elő a kérdés az ünnepi ebédek után, miután elmúlt a kajakóma. Talán, mert a játék kitüntetett, egymásnak és magunknak adott idő. Egy olyan házaspárnál jártam, ahol naponta többször is felteszi valaki ezt a kérdést, hiszen munkájuk, hobbijuk, életmódjuk, sőt – talán *Chapman* sem haragszik meg, ha ezt mondom – szeretetnyelvük a játék. **Győri Zoltán** és **Győri-Nádai Réka**, a Mit játszunk vlog készítői láttak vendégül.

- ◆ Mielőtt leülnénk, ott ragadok a plafonig érő játékpólcs előtt, ahol nemcsak Zoli saját fejlesztésű játéka foglalnak helyet rangos társaságban és pedáns rendben (pedig mennyi apró alkatrészt rejthetnek a dobozok!), hanem igazi kuriózumok is, például egy gyönyörű dél-koreai társas, egy aukciós játék, amelynek festmények a kellékei. És persze, külön „szabad” polcok vannak a négyévesek magasságában kisfiuk, Csabi számára.



– Melyik volt előbb, a közös játék vagy a szerelem? Csak nem egy társaspartin ismerkedtetek meg?

**Zoli:** Nem. Színész szakos voltam a Gór Nagy Mária Színitanodában, ott tanácsolták, hogy csináltsassak portfóliót, és Rékát ajánlották. Meg is beszélünk egy találkozót a Prága Kávézó előtt.

**Réka:** Én is színészképzős voltam a Bánfalvyban, és ezzel egészítettem ki az egyetemista keresetemet.

**Zoli:** Este fél kilenckor találkoztunk, úgy voltam vele, kábé egy óra lesz, még elérem az esti 10-es filmet.

– Szóval nagyon nem randira készültetek.

**Réka:** Edzésről jöttem, le voltam izzadva, nem voltam szépen felöltözve. A kávézó előtt nyomogattam a telefonomat – előtte lecsekkoltam iWiWen –, felnéztem és megláttam Zolit. Sosem hittem az első látásra szerelemben, de emlékszem a megérkezés élményre: „Aha, Ó az, ő lesz a párom.”

**Zoli:** Rékával az első perctől önmagam tudtam lenni, szerintem ez nem működött volna azonnal, ha ez egy kifejezetten randisituáció lett volna.

**Réka:** Neeem, nagyon béna randizók voltunk.

**Zoli:** Réka úgy jött, hogy ő a fotós, akkor meghív, amíg elment a mosdóba, én rendeztem a számlát.

– Ekkor lett randi az üzleti megbeszélésből?

**Zoli:** Fordítottunk a helyzetet.

**Réka:** Mondjuk megkérdezte, hogy van-e pasim. Akkor azért már gyanakodtam.

**Zoli:** Nem, nem, ezt sokkal rafináltabban kérdeztem meg: „A pároddal mikor szoktatok filmeket nézni?” Ez lassan 10 éve történt, aztán március 15-én találkoztunk, és azóta nem volt, hogy egy hétnél többet távol lettünk volna egymástól. Egyszer ment hosszabb időre Bécsbe, de már minden bajom volt, úgyhogy utána is mentem.

– Emlékeztek az első közös játékokra?

**Réka:** Az Atlantisz volt, nem?

**Zoli:** Az az elsők között volt, az biztos. Amit nagy pénzért vettünk, és izzadt a tenyerünk – 12 ezer forint volt, két egyetemistának ez nem kis összeg –, az a Talizmán volt, rongyosra játszottuk. Most visszanezve, nagyon egyszerű kis játék volt.

**Réka:** Emlékszem, amikor Zoli átjött hozzánk, és megállt a nagy DVD-polc előtt, aztán rácsodálkozott a társasjátékaimra is. Ez volt a két kedvenc hobbink. Társasjátékos rendezvényekre kezdtünk járni, és így lett része az életünknek a játék. Lassan átvette a filmektől a szerepet. Egyre több társasjátékot szerettünk volna megismerni, rácsodálkoztunk, hogy milyen sokféle van, az ismerőseink meg kérdezték, mit ajánlunk. Így kezdtük el 2017-ben a vlogot.

**Zoli:** Szemet gyönyörködtető, amikor a kisfiunk felfedez valamit, rácsodálkozik és meg akarja velünk osztani. Mi is így voltunk ezzel.

**Réka:** Az első döbbenet az volt, amikor észrevettük, hogy ötezer követőnk van.

**Zoli:** Meg az első margitszigeti társasjátékpiknik, ahol 240-en voltak. A következő alkalmon már kétszer annyian, akkor rádöbrentünk, hogy 400 ember milyen sok, ha látod őket összegyűlni. És akkor kapunk egy olyan számot, hogy 96 000 megtekintés van egy videó alatt...

**Réka:** A pandémia alatt sok levelet kaptunk, hogy el vannak keseredve az emberek, csináltunk egy Pánik helyett játssz! kampányt. Akkor közel hatvanezren csatlakoztak.

– Emlékeztek még, hogy a legelején miért szerettetek együtt társasozni?

**Réka:** Összehozott minket, mert jól tudtunk csapatban játszani együtt, és amikor kooperálni kellett, szuper-teamnek éreztük magunkat.

**– Olyankor nem kell kifelé figyelni, csak egymásra és a játékra?**

**Réka:** A jelenlét nagyon fontos.

**Zoli:** Mérő László azt mondja, hogy nincs játéktalan ember. Nincs, csak könnyebben és nehezebben játszó ember. Mindketten könnyen játékra kapható emberek vagyunk.

**– A játék felszabadít. Néha épp ezért nem merünk játszani, hátha valami kiderül rólunk, amit nem szeretnénk. Nektek színészként nem lehetett ijesztő ez a kitarulkozás sem.**

**Réka:** Nem, de a barátaink között észrevettük, hogy az introvertált emberek is hihetetlenül sokat nyíltak a társasozásnak köszönhetően. A játékban nem tudja az ember fenntartani a maszkot, mert a játék nem azt a karaktert kéri, amelybe a hétköznapiakban belebújnak. A többiek pedig ezen nem ütköznek meg, mert játék közben sokkal elfogadóbbak vagyunk...

**– Talán kisebb is a tér, mint az életben, hisz kiléphetünk belőle.**

**Zoli:** Nagyon nagy önismeretre tehetünk szert a játékok által, ha egy játékban nem érzem jól magam, az sokat elmond rólam. Valaki nem szereti, ha blöffölni, hazudni kell a játékosársaknak, van, akinek a titkos szerepes játékok nem komfortosak, más a hosszú összetett játékokat nem szereti, inkább a rövidebb vagy beszélgetős játékokat kedveli.

**Réka:** Ezért csináljuk a társasjátékos délutánokat, hogy mindenkinek finomodhasson az ízlése, kipróbálhasson különböző játékokat. Aki meg nem akar ennyit belefeccolni, annak ott vannak a bemutató videóink. Sok ember van a követőink között, akinek más az ízlése, mint nekünk, ezért igyekszünk objektívek lenni.

**– A Mit játszunk? Facebook-csoportban olvastam pár napja: „A barátnőm nem tud veszíteni, milyen játékot javasoltok?”**

**Réka:** Igaza van, senki nem szeret veszíteni.

**Zoli:** A veszítésnek is gazdag tárháza van, ahogy a nyereségnek, a győzelemnek is. Én például úgy nem szeretek veszíteni, amikor már a játék felénél vége van a menetnek, mert győzelmi pontokat kell gyűjteni, de látszik, hogy már eldőlt, ki győz, ilyenkor demotivált leszek. Én azt szeretem, amikor egy játék arra emlékeztet, hogy megéri végigcsinálni.

**– És ilyenkor jön az a játékos típus, aki azt mondja, hogy játszunk végig, ez a szabály!**

**Zoli:** És ez például zseniális helyzet a beszélgetésre. Sokszor ér véget nálunk a játék beszélgetéssel. Mindketten trénernek is vagyunk, ezért ez nem is megy nehezen.

**Réka:** Én azt viselem nehezen, amikor egyértelmű, hogy Zoli nyert, és Zoli még kapar pontokért. De ő a saját teljesítményét akarja kimaxolni, nem az a fontos neki, hogy hozzám képest hol végez. Aki nem tud veszíteni, egyrészt nem biztos, hogy jó játékot játszik. Másrészt nem jó felől nézi, inkább magához képest kellene látnia az eredményét. De ne hazudjuk azt, hogy jó veszíteni. De ezt sokan nem tanulják meg, mert gyerekkorukban hagyták őket nyerni, csalni.

**– Csabival hogy játszottok?**

**Zoli:** Fontos, hogy megmaradjunk a játék műfajban, néha érzem, hogy már nem játszik, hanem megfelel, dolgozik. Amikor a játék önfeledt, és – hogy Csíkszentmihályira emlékezzünk – flow-ban vagyunk, mert megfejtettük, megoldottuk, elértük, az az igazi. Felnőtteknél ez órákra nyúlhat, egy kisgyermek esetében ez sokszor csak percekig tart. És ha négyévesen arra van igénye, hogy más szabályokat pakoljon a játékba, akkor hagyom.

**Réka:** Nem hagyjuk nyerni, de esélykiegyenlítéssel szoktunk játszani, nem kell annyi kört mennie vagy előbbrol indul. Ha kimarad egy körből, megbeszéljük, hogy ez rossz érzés, de nézd, mindjárt újra te jössz. Sok gyereket láttam szorongva játszani.

**– Van békülős társas? Vagy vitatkozó?**

**Réka:** Létezik konfliktusos társas, de mi nem nagyon szeretjük. De van olyan pár, akik csipkelődni szeretnek, és a versenyhelyzet oldja őket.

**Zoli:** A Carcassonnét például lehet nagyon békésen játszani, de volt, hogy beült hozzánk valaki, aki „szétszedte” a játékot.

**Réka:** Mert ők így játszzák. Ezt a típusú játékot hívjuk ökölnék. De nincs ilyenkor hibás, nincs értékmegjelölés. Sokszor a világ legkedvesebb, legjámborabb embere így éli ki az indulatait.

**Zoli:** Legtöbbször annyira a dráma, hogy egy tortán osztozunk, de vannak játékok, ahol opció a gonoszság, vagyis árthatok a másinak. Szerintem az a lényeg, hogy olyan élményben részesüljek, amire befizetek.

**Réka:** A Hullámhossz például nevezhető békülős játéknak, az a lényege, hogy a másikkal egy hullámhosszra kerülj, és szempontváltásra kényszerülj. De Zoli Igen című társasjátéka is ilyen. Azt randijátéokra fejlesztették eredetileg, az a lényege, hogy vedd észre, értsd meg,

# Nincs játéktalan ember

hogya a másik most hogyan érzi magát. Nincsenek benne múltra vonatkozó kérdések. És Zoli Hogy folytatod? játéka is ilyen. Mentálhigiénés hatású.

**Zoli:** Rékával például ritkán játszunk kooperatív játékot, mert az egész élete kooperatív.

**Réka:** Minden munkánkat átszövi a játék, a tréningjeinket, a rendezvényeinket is.

## – Nektek biztosan a kisujjatokban van az időmenedzsment...

**Zoli:** Nullhuszonnégyben egymás mellett dolgozunk, komoly munka meghatározni, hogy mi a munkaidő, a szülői minőségi ideje, a játékidő, és méltóképpen örülnünk kell annak, amikor a saját szórakoztatásunkra játszunk.

**Réka:** Az énhatárok megtartása fontos, amikor nem MI vagyunk, hanem Zoli és Réka. Mert vagyunk szülők, munkatársak, házaspár, de férfi és nő is külön. Szerintem egy párkapcsolatban ez így is van rendben.

**Zoli:** Ez nemcsak időbeosztás kérdése, hanem adaptivitás is, a hirtelen alkalmazkodás megy nekünk. Ez a Covid-helyzetben jól jött.

**Réka:** De azért is van, mert hibrid munkavégzéssel dolgoztunk mindig is. Mi osztjuk be a forgatási napokat, a teszteléseket. 8-tól 4-ig dolgozunk, akkor Csabi hazajön az oviból, és estig együtt vagyunk vele, akkor idehívunk egy nagymamát, aki vigyáz az álmára, és megyünk dolgozni, vagy itthon adminisztrálunk, tesztelünk, forgatunk.

## – Csabi mit válaszol, ha megkérdezik tőle, mit dolgoznak a szülei?

**Réka:** Apa játékokat csinál, és társasoznak. Azt is tudja, hogy színházba járnak, mert Zoli ott is játszik, én meg néha rendezek. Megszokta, hogy állandóan ki van pakolva a játék...

**Zoli:** Annnyira édes, megkérdezi, hogy ez felnőttjáték?

**Réka:** És olyan óvatosan nyúl hozzá. Ő nem egy rombolós kisgyerek.

**Zoli:** Mindig ő választ játékot, a múltkor tízet is kiválasztottunk, és mindegyikkel játszottunk is. Mondjuk, amikor nyolc percig tart egy, és ez másfél órán át megy, akkor leolvad az agyamban a szoftver. Nagyon fontos, hogy mi szeretjük, amit csinálunk. Én észrevétlenül a munkában találok magam, hobbiból olvasok játékszabályokat.

**Réka:** Megbeszéltük, hogy addig fogjuk csinálni, amíg ez szenvedély.

## – Az ünnepekre mit tanácsoltok, hogy a játék öröm legyen mindenkinek?

**Réka:** Karácsonykor van erre egy komoly költségvetése az embereknek, de sokszor csak a Monopolyt vagy a Rizikót veszik meg, mert azt ismerik, de nem nekik való, még össze is vesznek rajta, visszateszik a polcra, és az marad meg bennük, hogy társasozni rossz. Azon dolgozunk, hogy ne így legyen.

**Zoli:** A baj az, hogy egy konfliktuson alapuló kiejtős társasjátékokra azt írják, hogy családi. Vannak tökéletesen karácsony kompatibilis családi társasjátékok, ezeket igyekszünk bemutatni.

## – Van ideális idő a játékokra?

**Zoli:** Amikor mindenkinek van kedve játszani. Ne legyen kötelező. Például nagyon szeretem Réka nagypapáját, aki úgy játszik, hogy nem játszik. Neki elég, ha ott ül az asztalnál.

**Réka:** Nagyon sok családban annyi az elfojtott konfliktus, hogy már utálnak ott lenni. Ilyen alkalmakra jó, ha van egy beszélgetős társasjáték, mert segíthet kapcsolatot teremteni.

**Zoli:** Ha a játék véget ért, akkor véget ért. Nem szabad erőltetni, hogy márpedig végig kell játszani.

## – Gyerekek előtt talán azért fordul ez elő, hogy megmussuk, végig kell csinálni, akkor is, ha nehezünkre esik?

**Zoli:** A modern gyerekjáték maximum negyedórás. Azalatt kiderül, szeretnél-e még egyet játszani.

**Réka:** Néha azt érzem, hogy a szülőben van olyan fájdalom, nehézség, amit látni vélnék a gyerekekben is, és ezt akarják kezelni. Ilyenkor érdemes ezt végiggondolni. Például, miért gondolom azt, hogy neki győznie kell, és ezért esetleg hagyom csalni. Sok család vezet egy érzelemfűzetet, és ha például összevesznek azon, ki kezdjen, akkor valószínűleg érdemes a dominanciával foglalkozni. De ilyenek is bekerülnek, hogy például „zavar, hogy lassú vagyok”.

**Zoli:** Vagy unatkoztam játék közben.

## – És ezt látványosan teszem...

**Réka:** Tudod, hogy hány olyan levelet kapunk, hogy a férjem nem akar társasozni, mit csináljak vele?

**Zoli:** Hagyd békén! Minden második visszajelzés az Igen című játékomhoz az, hogy nem játszzák végig, mert elindul egy beszélgetés. Én ilyenkor szerzőként pezsgőt bontok, mert pont ez a játék célja. ♦



SZÖVEG –  
BALKUNÉ SZÜCS EMESE tanácsadó szakpszichológus

# MIT, HOL, MIKOR, KIVEL?

## A CSALÁDI BAKANCSLISTA

A december az egyik legmozgalmasabb hónap az évben. Ilyenkor minden sürgetővé válik: jaj, csak be tudjuk fejezni ezt a projektet, legyünk már túl ezen a fontos feladaton, ne kezdjük az új esztendő felhalmozódó problémákkal, és jöjjön végre egy kis nyugi, legalább mindennek a végén! Mintha a lezárásra készülve éppen az utóbbi tudatosulása elől menekülnénk a tevékenységek hajszolásába.

◆ Szeptember végén tízéves lányom panaszosan megjegyezte, mennyit dolgozom, és mikor leszünk már együtt. Egészen elképedtem, mivel gyermekpszichológusként gondos és felkészült anyukának tartom magam. Ráadásul a nyárutót kihasználva még csaptunk egy családi hosszú hétvégét is a sulikezdes előtt. Hogy lehet az, hogy a gyerekek mégis úgy érzik, nem töltök vele elég időt? Aztán magamba szállva ráeszméltem, hogy ami számomra a mindennapi tevékenységek monoton egymásutánosságában csupán szempillantásnak tűnik, az a lányomnak hetek hosszú sora.

### HOGYAN LEGYÜNK JÓL EGYÜTT?

Töltsünk hát együtt több időt – teljesen jogos igény. Például szívesen sétálnék már egy nagyot, mert egész héten folyamatosan ülök, ami nagyon egészségtelen, fárasztó, és amúgy is vágynék a természetbe. De ő is ezt szeretné?

Ma már a köztudatban is meggyökerezett a minőségi idő fogalma, amelyet Gary Chapman az egyik szeretetnyelvként definiált műveiben. Család- és párkonzultációk során számos alkalommal térünk ki erre a témára, hangsúlyozva a kölcsönösség fontosságát. Gyakran találkozom azzal a helyzettel, amikor a pár egyik tagja magára vállalja a programszervező szerepét, és a társa helyett is ő hozza meg a pihenéssel, utazással, nyaralással

kapcsolatos döntéseket. A másik fél sokszor zokszó nélkül elfogadja a felkínált lehetőségeket, de amikor észreveszi, hogy az irányítást átengedte a társának, fel is lázadhat. Az aktívabb fél ilyenkor csodálkozástól tágra nyílt szemekkel kérdezi, mióta érdeklődik a párja egyáltalán bármilyen szervezői funkció iránt.

### KÖZÖS FELELŐSSÉG – KÖZÖS ÖRÖM

Elsőre úgy látszik, mintha az ebben a tekintetben dominánsabb fél leuralná a másikat, aki szegény csak szenved elnyomatásában. Egyszer egyik kliensem, Kata elmesélte, miért lett elege a randipartneréből nagyjából három hónap után. A férfi minden egyes alkalommal ráhagyta, hová menjenek, mivel töltsék az időt. Amikor erre ráunva arra készítette, rukkoljon elő egy vonzó ötlettel, csak a válát vonogatta, mondván, neki aztán mindegy. Kata előtt lepergett eljövendő életük forgatókönyve, amely szerint minden felelősség az ő vállát nyomja majd, legyen az otthonteremtés, nyaralás, társasági élet, gyerekvállalás, míg a párja kényelmesen elfogadja a kézen kapott alternatívákat. Ha pedig valami balul sült el, akkor az is nyilvánvaló lesz, kinél lehet reklamálni.

A kiegyenlített erőviszonyok mindkét fél érdekét szolgálják, amikor együtt találják ki a közös jövőjüket, hiszen így mindenki érvényesítheti az érdekeit, ám a döntések következményeire is közösen felelnek. Az ilyen módon



működő szülőpár mellett felnövekvő gyerekek pedig ezt a mintát viszik tovább magukkal. Vagyis engedjük el a fantáziánkat, tervezzünk és kivitelezünk együtt!

### KÉSZÍTSÜNK EGYÜTT BAKANCSLISTÁT!

Ismét meghökkentem, amikor a lányom előállt a maga bájos bakancslistájával, amely az „Ezt szeretném csinálni anyuékka!” címet viselte. Rögtön szembeötlöttek a kedvenc közös kinti sportok, a társasozás, a mesekitalálás, a diavetítés, az óriási puzzle-k kirakása. Emellett egészen különös ötletekkel is találkoztam, amit könyvmoly gyermekem innen-onnan összeolvasott, pedig akár a pszichológus anyukájától is hallhatta volna. Többnyire Beck Andrea Titoktündér sorozatát jelölte meg forrásként, amikor érdeklődtem nála a szakirodalomról, amelyben utánanézhettek a pontos szabályoknak. Az őszinteség napján például teljes nyíltsággal beszélünk egymással, a szerepcseré alkalmával pedig mindenki igyekszik úgy viselkedni, ahogyan a másiktól azt tapasztalta. Persze kihagyhatatlan a klasszikus párnacsata, amihez tényleg semmi más nem kell, csak jókedv és nevetés.

### KALANDRA FEL! – DE MIKOR IS?

A saját listám részben ugyan eltér a gyerekeimtől, mert egy felnőtt vágyait foglalja magába, ugyanakkor észre kellett vennem, mennyivel egyszerűbben kivitelezhetőek az ő kívánságai. Először fejtörést jelentett számomra,

hogy hová tudnék rendszeresen beiktatni egy egész délutános programsorozatot. Majd bevillant Pál Ferenc atya módszere, aki egyik könyvében bűnbánóan ecsetelte, mennyire kevés ideje marad a családtagjaira bokros teendők közepette, ezért fogta magát, és beírta az édesanyját a naptárjába. Hát, én is beírtam a lányomat az enyémbé, és bejött! A lányommal közös projektünk hetek óta zajlik, és állíthatom, számos ragyogó élményben volt részünk a „csak a miénk” délutánjainkon!

### VÁGJUNK BELE!

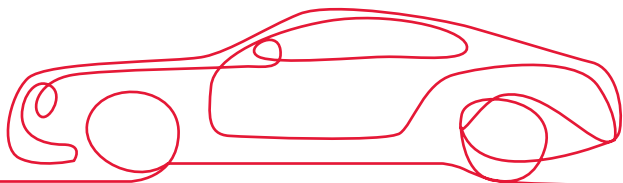
Először egyébként a ma már felnőtt lányom készített hasonló cselekvési tervet, amit karácsonyi ajándékként nyújtott át számomra, mivel korábban beszélgettünk arról, kinek mi a legfontosabb szeretetnyelve. Akár az egész következő évre is tervezhetünk, és kívánságainkkal jelezhetjük a kedvezményezett fél számára, mennyire fontos nekünk, hiszen ilyen módon is kifejezhetjük felé a kötődésünket.

A klienseimnek is szoktam javasolni együtt töltött minőségi idővel kapcsolatos feladatokat. A családon belül érdemes mindenkit bevonni az ötletelésbe, így megtudhatjuk, ki mit, hogyan és kivel szeretne csinálni, hiszen nem feltétlenül kell minden tevékenységben az összes családtagnak részt vennie. Azért nyilván jó, ha megtaláljuk azokat a pontokat, amelyekhez mindenki jó szívvel tud kapcsolódni, amely mindenkinek örömet és feltöltődést jelent. ♦



SZÖVEG –  
VÉSEY MIKLÓS

SOROZAT –  
APA, KEZDŐDIK!



# A FIAM FEJÉBEN

- ◆ Elővigyázatlanul megkérdeztem a fiamat, ki ül a piros kocsiban, amit tologat. Apa, szólt a válasz. És apán kívül még ki? Látszott rajta az öröm, hogy bárkit az apja mellé ültethet. A szomszéd bácsi, mondta vigyorogva. És még ki? A kukás bácsi. És még? A pénztáros néni. A négyse-mélyes sportkocsi ezzel meg is telt. Én ültem a volánnál. Hajtottunk a kanapé felé.
- Miklós, megtenné, hogy elvisz az ajtóig? – kérdezi tőlem a szomszéd bácsi.
  - Sajnos nem én irányítom a kocsit – válaszolom neki – a fiam fejében vagyunk. Arra tudom csak mozdítani a kormányt, amerre ő akarja. Látja, most például gondolt egyet, és máris az autópályán haladunk...
  - A pénztáros néni sóhajt egyet. Látszik, hogy pár perce még a szalagnál ült, céges pólóban van, a kezében pirosan villog a vonalkód-leolvasó.
  - Annyit legalább tudunk, hogy közeledünk Budapesthez, vagy távolodunk tőle? – kérdezi gondterhelt arccal.
  - Nehéz megmondani. A fiam fejében szerintem még nem létezik Budapest. Attól félek, az autópályának sem az a funkciója, hogy valahova eljussunk.
  - Akkor mégis mi értelme van az egésznek?
  - Jó kérdés. Ha tippelnem kéne, akkor azt mondanám, hogy semmi. Megyünk, haladunk, gurulunk, ennyi.
  - Szerintem is hiába keresünk ok-okozati összefüggéseket – szólal meg a hátsó ülésen a kukás bácsi. – Van ebben tapasztalatom. A múltkor az egyik kis rosszcsontrám gondolt, mire egy végcécsészében találtam magam. Ahhoz viszonyítva ez a mostani helyzet nem is olyan rossz...

- A zuhanyzásról hallott? Émelyítő bűz árad magából – förmed rá a pénztáros néni.
- Nem volt időm ruhát cserélni, ahogy látom magának sem. Persze azzal gondolom semmi problémája sincs, hogy hetente elviszik a szemetét. Akkor milyen bűz lenne a városban, ha csak úgy ott hagynánk a házak előtt... – morog a kukás bácsi.
- És akkor hogyan menekülünk ki ebből a bűzbarlangból? – kérdezi a pénztáros néni.
- Sehogy. Várjuk, hogy másra gondoljon.
- Ne vicceljen Miklós, tudja merre lakunk, vigyen haza – méltatlankodik a szomszéd bácsi. – Ez azért mégse járj... – folytatná, de a mondat közepén hirtelen lecsuklik a feje.
- Meghalt? – kérdezi a kukás bácsi.
- Én hallom, hogy szuszog – nyugtatja meg a pénztáros néni, majd az ő feje is lecsuklik, és horkolni kezd.
- A kukás bácsi előre hajol hozzám, és aggódva teszi fel a kérdést:
- Én is el fogok aludni?
- Valószínűleg. Épp altatás van, és azt soroljuk neki, hogy ki mindenki alszik. Előbb-utóbb el szoktunk érne a kukás bácsiig a felsorolásban.
- Levegőt vesz, de már nincs ideje megszólalni. A pénztáros néni ölébe dől öntudatlanul.
- Van ebben valami meghitt, ahogy szinkronban horkolnak körülöttem. Ettől nekem is ásítanom kell. Annyi időm még marad, hogy félreálljak egy benzinkútnál, és leállítsam a motort, mielőtt engem is elnyom az álom. ◆

# ÁLLÁSINTERJÚ

Szasztok, srácok! Jó, hogy itt vagytok, bár ma késtetek pár percet, hallottam ám a harangszót! Arra gondoltam, felvehetnétek, ha már úgyis minden kedden és pénteken összefutunk. Ügyesen tudok ugrálni fel-le, jól áll nekem a narancssárga, és egész jól bírom a bűdöset. Felmászhatok melléd? Nem zavarok, eskü! Húúú, ez király! Hogyhogy hol az anyám? Nem hordom mindig magammal, főleg nem állásinterjúra.

- ◆ Mit kell ezekkel a gombokkal csinálni? Mi, hogy ne nyomkodjam? Nyugi, mindent tudok a Rotopressekről meg a Variopressekről. Engem majd előre tegyetek, tők ügyesen intetek a kicsiknek. A hajnali kelés nem probléma, anyámék ki is vannak tőle, mindig azt hallgatom, hogy sosem tudnak tőlem aludni. Tudtátok, hogy egy kukásautó átlagosan kilencven-száz darab ezeregyszáz literes konténert tud elnyelni? Nem vagyok koravén, nem kell sértegetni, csak érdekelnek a kukásautók. Láttam vagy egy rakat filmet, meg van egy csomó könyvem tele kukákkal, szeméttel meg kukásautókkal, megjegyeztem dolgokat. Mondom, hogy fel kéne vennetek. Mi ez a kallantyú? Na, ne legyél már ideges! Amúgy ez egy Variopress, ugye? Nem darálja a szemetet, hanem tömörítőlapátot használ. Aztaaa, van itt minden, GPS, digitális tachográf, fedélzeti komputer, URH készülék! Kipróbálhatom ezt itt? Na, ne kiabálj, nem kell idegeskedni. Az automata sebességváltó? Á, igen, azok ott a piros vészleállító gombok. Nyugi már, nem vagyok hülye, tudom, hogy leállítja az egész berendezést. Seggfűtés nincs? Figyu, én pár perc alatt elirányítgatom az egész kócerájt. De jó fej vagyok, nektek is szívesen segítek, ha elakadtok. Például a Mártonéknál, tudjátok, ott három házzal feljebb mindig rámentek arra a vézna kis cserjére. Azért ezt lehet ügyesebben is, nem, fiúk? Vannak újító ötleteim is. Elmondjam? Jóvanna, akkor majd máskor mesélem el. Amúgy, ha most mégsem kerestek friss munkaerőt, akkor nem akartok egyszerűen csak a sulim felé kanyarodni néha? Vicces lenne, ha felvennétek énekóra után, és hazadobnátok. Volt egy ovistársam, a Feri, azért mindig traktorral jött az apja. Ha nem, hát nem. Az is elég lesz, ha külön nekem túlköltök, amikor erre jártok, és kikiabáltok, hogy szeva, Lajcsi. Az utcában a sok kis nyikhaj ovist megeszi majd a méreg. Úúú, lehet, hogy ezt a gombot tényleg nem kellett volna megnyomnom! Na bocs, srácok, most mennem kell, anyám már biztosan keres, palacsinta lesz reggelire. Ezt a kis maradék szétszórt szemetet az utcán már ti is tudjátok rendezni, ugye? Vágjátok, hol lakom, ha kellek. ◆



SZÖVEG –  
KIRÁLY ESZTER

# NYOLCVAN SZÁZALÉK ÖRÖM, HÚSZ SZÁZALÉK FELADAT

Miről szól egy sérült gyerek testvéreinek gyermekkora? Hogyan határozza meg a jövőtervezésüket, hogy az öccsük sorsáért biztosan ők felelnek majd? Mi a választható felelősség, és mi nem az? **Szállási Johanna** és **Szállási Diána** két nővér, akik saját gyermekeik mellett felnőtt autista testvérüket, Zsigát is a szárnyaik alá vették.

♦ – **Mi a legkorábbi emléketek arról, hogy Zsiga más, mint a többiek?**

**Johanna:** Zsiga kétéves volt, Didus négy, én hat. Az esztergomi strandon az öcsénket megmarta egy kutya. Onnantól kezdve a szüleink, Mama és Papa vizsgálatról vizsgálatra hordták, ezek hozták meg a diagnózist. Közben Zsiga viselkedése is nagyon megváltozott. Korábban mondott szavakat, baba, mama, papa, azóta viszont egyáltalán nem beszél. Ekkor vált világossá, hogy ő eltérően fejlődik.

**Diána:** Mi a férjemmel és a gyerekeimmel most a szülői házban élünk, amíg a saját otthonunk fel nem épül. A Mama gyakran mondogatja, hogy Zsiga mennyire más volt az én kisfiamhoz képest, sokkal kevésbé érdeklődő, sokkal lassabb. Bár ő pszichiáter, ezekre a jelekre mégsem gyanakodott, mert két lány után Zsiga viselkedését annak tudta be, hogy a fiúk mások, mint a lányok.

– **Mikor tudatosult bennetek, hogy a testvéretek autista?**

**Diána:** Mi ebben nőttünk föl. Nem valamiféle címkeként gondolok erre. Ez az életünk, nekünk ez a normális.

Kép: Családi arhivum



### – A szüleitek hogyan segítettek nektek értelmezni a helyzetet?

**Johanna:** Egy családi anekdotával válaszolnék. Egyszer gyerekelőadásra mentünk a Zeneakadémiára, Zsiga pedig a zeneszó hallatán gajdolvá énekelni kezdett, és bemászott a székek alá. Erre én éktelen hisztiben törtem ki, hogy miért van nekem ilyen öcsém, aki nem tud rendesen viselkedni. A Mama szerint szégyelltem akkor a Zsigát. Didus szintén a székek közé kucorodva majszolta a ropit, mert ha Zsigának szabad, akkor neki is. A Mama pedig hozzám lépett oda, engem nyugtatott meg, nem a két kicsit szidta össze.

**Diána:** Tehát ilyen helyzetekben a szüleink mindig a mi hozzáállásunkon igyekeztek változtatni, a mi sérzettségünket próbálták helyrerakni, és nem az értelmi

fogyatékos, autista fiuk viselkedését akarták a normához igazítani. Valószínűleg ez is hozzájárult ahhoz, hogy Zsigának a mai napig egyetlen nyugtatót, semmilyen gyógyszerrel nem kellett beadni. Mindig jött és jön velünk programokra, közösségbe, most is visszük strandra, játszótérre, de sörfesztiválra is. Ha sok neki, akkor fülhallgatóval néz mesét telefonon.

### – A kicsi Johannához hasonló szégyénérzet a szakirodalom szerint gyakori a sérült gyerekek testvéreinél. Ahogy az irigység vagy düh, de a féltés és az empátia is. Nektek milyen érzéseitek voltak Zsigával kapcsolatban?

**Johanna:** Egy ideig zavart, hogy megnéznék minket az utcán – ez ma már lepereg. Volt, amikor nekem kellett Zsigára és Didusra vigyázni akár tíz-tizenkét évesen. Olyankor nem mehettem el programokra, találkozókra. Ezért kamaszfejjel persze dühös az ember. Féltékenységre nem emlékszem. Sosem irigyeltem tőle például, hogy több mesét nézhet vagy több édességet ehet.

**Diána:** Én mindig rajongtam Zsigáért, ugyanis vele sosem volt konfliktusom. Mindig volt köztünk egy hallgatólagos megegyezés, hogy vele nem kötekedünk. Ha valamit ő kapott, arra nem fentük a fogunkat, nem volt vita.

### – Nyilván lemondásokkal is járt, hogy sérült gyerek van a családban.

**Diána:** Leginkább az a plusz felelősség jelentett lemondást, ami akkor hárult ránk, ha Zsigát ránk hagyták. Mikor a szüleink utaztak – évente egyszer elmentek egy-két hétre –, akkor mi a nagyszülőkkel maradtunk, ahol sok feladatunk volt, mert mi nagyobb rutinnal rendelkezünk Zsiga ellátásában, mint ők. Ma is velünk van, ha a Mamáék elmennek, és a két-két saját gyerekünk mellett őt is el kell látni: könnyen beilleszthető a kisgyerekes napirendbe, mert ő is három-négy évesként működik, időben eszik, iszik, fürdik, alszik. Olyan áldozatot, amit visszamenőleg megbántunk volna, nem tudok mondani. Zsigát soha nem úgy kezeltük a családban, mint egy lemondást.

**Johanna:** Semmiben nem szenvedtünk hiányt azért, mert van egy autista öcsém. Mi is mehettünk táborokba, edzésekre, közösségekbe. A szüleink nagyon sokat tettek azért, hogy meglegyenek a lehetőségeink, de nem kivételtek velünk, nem akarták túlkompenzálni, hogy sérült testvérrel élünk.



## A szüleink mindig a mi sértettségünket próbálták helyrerakni,

és nem az értelmi fogyatékos, autista fiúk viselkedését akarták a normához igazítani.

– Adódtak mulatságos helyzetek abból, hogy Zsiga „másképp van bekötve”?

**Johanna:** Zsiga például minden kopasz ember fejét megsimogatja, mert nem érti, miért nincs ott haj, azt hiszi, hogy az fáj az illetőnek. Régen, ha strandra mentünk, a pocakos emberek hasát is értetlenkedve nézte, néha meg is fogdosta, hogy vajon mi az ott. Szerencsére ezt már nem csinálja...

**Diána:** Egyszer az uszodában az emberek után dobálta a papucsait, törülközőiket a medencébe. Mikor második alkalommal mentünk Horvátországba nyaralni a tengerpartra, egy autópálya-felújítás miatt új útvonalat kellett választanunk. Ahogy a terelésnél lekanyarodtunk

a sztrádáról, Zsiga rögtön elővette a kinyomtatott kártyáit, és kétségbeesetten mutogatta a tengert ábrázoló lapot, jelezve, hogy rossz irányba megyünk. Egy év után is emlékezett, hogy merre mentünk.

– Mindkettőtöknek két kicsi gyereke van. Milyen Zsiga a nagybácsi szerepében?

**Diána:** Életkori sajátosság, hogy a kicsik egyszerűen tudomásul veszik valakiről, hogy olyan, amilyen. A mieinknek természetes, hogy Zsiga nem beszél és furcsán jár. Johanna mindig azt mondja Emíliának, hogy Zsiga különleges. Az én Álmos fiam imádja, egyfolytában keresi, húzza-vonja maga után. Már a kis Lelle is kokettál vele, odamászik hozzá, a kezébe ad dolgokat.

**Johanna:** Emília az én példámat látva már most ugyanúgy „intézi” Zsigát, ahogy én is. Instruálja, irányítja, hogy gyere, Zsiga, moss kezet, ülj asztalhoz, Zsiga, most megyünk fürdeni, Zsiga. Úgy nevezi őt, hogy „a nagyöcsém”.

**Diána:** Egyébként Zsiga azóta lett sokkal türelmesebb, hogy nekünk kisgyerekeink vannak. Azelőtt egyáltalán nem tudta elviselni a sírást, de a mieinknél megszokta,



hogy nem olyan nagy tragédia, ha egy baba sír, mert mindegyik ezt csinálja...

**Johanna:** Tavaly Siófokra költöztünk a koronavírus elől fél évre. Zsiga néhány hetet nálunk töltött, és Emília minden egyes étkezésnél másik székre ültette őt. Egy autistának az állandóság, a kiszámíthatóság lenne a legfontosabb... Emíliának eltúrte, hogy összevissza ültetgeti.

#### **- Mi lesz, ha a születek már nem tudnak gondoskodni Zsigáról?**

**Johanna:** Akkor majd mi fogunk. Világéletünkben tudtuk, hogy ez így lesz, nem volt a fejünkben más forgatókönyv. Didussal teljes az egyetértés közöttünk abban, hogy Zsigát nem adjuk intézménybe. Vagy egyikünkénél lakik majd, vagy másikunknál, vagy felváltva, de biztosan velünk lesz, meg fogjuk oldani. Neki a biztos, szerető családi környezet a legfontosabb, és ma Magyarországon ehhez hasonlóly egy intézmény sem tud nyújtani.

**Diána:** A kampányokban többnyire viszonylag jól funkcionáló autista embereket látni. De Zsiga nem olyan auti, aki ezerszer lepucolja a kilincset és megjegyzi a rendszámokat, egyébként pedig kifejezi és elnavigálja magát.

Ő súlyosabb eset, aki nem beszél, ellátásra szorul, nincs önvédelmi reflexe, értelmi fogyatékos. Egy bentlakásos intézményben leginkább gyógyszerekkel kezelnék a szorongásait, kényszereit, ezt pedig nem akarjuk.

#### **- A családjaitok elfogadták, hogy Zsiga egyszer velük él majd?**

**Johanna:** Mind „csomaggal” érkezünk. A férjeink ezt vállalták, ők is, és a gyerekek is megkapják és elfogadják a csomagunkat, Zsigástól.

**Diána:** Pontosan. Zsiga nem egy választható opció, hanem van, és kész. Akinek ez nem tetszik, az elment már az elején vagy útközben. Barátok is.

#### **- Kamaszként fognak-e a gyerekeitek méltatlankodni, hogy miért kell nekik egy fogyatékos nagybácsival együtt élni?**

**Diána:** Fognak. De ezzel nincsen semmi probléma, biztos mi is feleseltünk. És ahogy nekünk, úgy a gyerekeinknek is meg kell érteni, hogy ez nem egy alternatíva, hanem a mi élettörténetünk, felelősségünk és örömünk, Zsiga hozzánk tartozik.

#### **- És ha egyszer azt mondják, hogy köszönik szépen, ebből nem kérnek?**

**Diána:** Ahol ez történik, ott szerintem sokkal mélyebben gyökerező dolgok romlottak el, amiket ennél apróbb döntéshelyzetek alapoznak meg. Szerintem bármelyik kamaszgyerek eljutna addig a kérdésig, hogy neki miért kell egy fogyatékos rokonnal együtt élni, de aki elegendő örömet is talál a fogyatékos családtaggal való közösségben, az nem akar „lelépni”. Nálunk például mindig vannak pluszok, amiket csak Zsigával lehet: mesét nézni, a szokásosnál többször vízbe menni, fennmaradni, játszani. Zsiga nyolcvan százalék öröm, húsz százalék feladat.

#### **- Úgy sejtem, hogy ez csapatmunka.**

**Johanna:** Az. Azt szoktam mondani, hogy Zsigával nincs gond, de Zsigával dolog van. A sajátjainkat most lehet keretek közé állítani, megalapozni bennük az értékeket, a szeretetteljes hozzáállást. Ha jól csináljuk, akkor már most is teszünk azért, hogy amikor odajutunk, az együtt-élés természetes és örömteli legyen.

**Diána:** Ezt a csapatot valahol a Zsiga „hozta össze”: mi Johannával például neki köszönhetjük azt, hogy elpusztíthatatlan és bensőséges szövetség lett a testvéri kapcsolatunk, ami ritkaság. ♦



# A MAGYAR CSALÁDOKNAK JÓL INDULHAT AZ ÚJ ÉV

A gyermeket nevelő családok február közepéig visszakapják az idén befizetett személyi jövedelemadójuk összegét az átlagbért terhelő adó mértékéig. A magyar emberek ismerik és támogatják a gyermeket nevelők szja-visszatérítését. Az ősszel megkérdezettek közül 10-ből 8-an hallottak róla, háromnegyedük (77 százalékuk) pedig egyetértett az intézkedéssel – derült ki a Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért (KINCS) reprezentatív felméréséből.

◆ Ez az egyszeri adó-visszatérítés körülbelül 1,9 millió szülőlt érint, amely az átlagbér adószintjéig történhet meg, és fejenként akár 800 ezer forintot, családonként pedig legfeljebb 1,6 millió forintot is jelenthet. A bruttó átlagkereset adóterhe alapján a visszatéríthető összeg felső határa 809 000 forint.

A KINCS őszi kutatásából kiderült, hogy a magyarok többsége egyetért a gyermeket nevelőknek járó személyi jövedelemadó-visszatérítéssel. Tízből nyolcan hallottak róla, és a megkérdezettek nagyobb része (77%) támogatja az intézkedést (65% teljes mértékben, 12% pedig inkább támogatja). Családi állapot tekintetében leginkább a házasság nyilatkozta pozitívan az intézkedésről (80%), de az egyedülállók és az élettársi kapcsolatban élők körében is népszerű.

A válaszadók közel háromnegyede (73%) egyetértett azzal, hogy a koronavírus-járvány idején leginkább a gyermeket nevelőknek kellett helyt állniuk, ezért megérdemlik az adó-visszatérítést, 67 százalékuk pedig úgy véli, a támogatás kifejezi a gyermeket nevelő családok megbecsülését. A magyarok kétharmada igazságosnak tartja, hogy a családok szja-visszatérítése nem korlátlanul vonatkozik a befizetett személyi jövedelemadóra, hanem az átlagjövedelem adómértékéig jár.

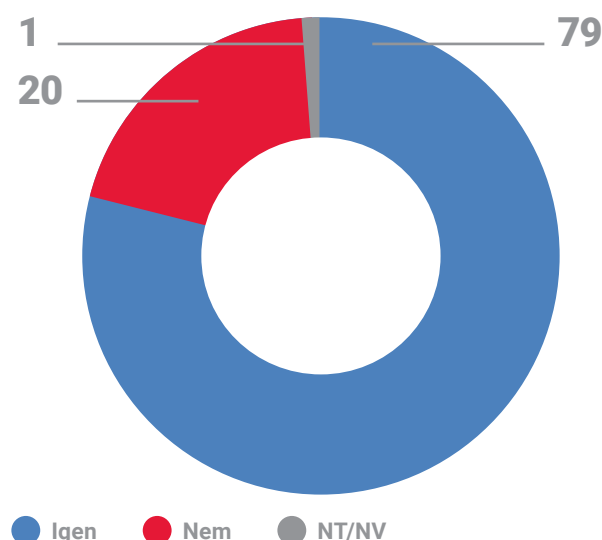
## ELVÁLT SZÜLŐK ÉS MOZAIKCSALÁDOK

A személyi jövedelemadó visszatérítése minden családi kedvezményre jogosult gyermeket nevelő szülőnek jár, aki személyi jövedelemadót fizet, illetve azoknak is, akik ekhős vagy katás vállalkozók. A támogatásban a szülők mellett a várandós édesanyák és házastársaik is részesülhetnek, amennyiben a várandósság időtartama 2021. december 31-ig eléri a 91 napot.

Sokan aggódnak amiatt, hogy ha a szülők nem házasságban vagy elváltak, akkor nem kaphatják meg a kedvezményt. Ez részben igaz: az szja-visszatérítést azok vehetik igénybe, akik 2021-ben közös háztartásban nevelték gyermeküket, házasságban vagy élettársi kapcsolatban élnek egymással, és jogosultak a családi pótlékra. A várandósnál feltétel, hogy a szülők házasságban legyenek és egy háztartásban éljenek. Elvált szülők esetében, ha felváltva gondozzák gyermeküket, és ezért a családi pótlékra, valamint a családi kedvezményre is 50-50 százalékban jogosultak, akkor a visszatérítést mindkét szülő igénybe veheti. Akkor, ha a szülők 2021-ben váltak el, és a válásig mindketten jogosultak voltak családi kedvezményre, akkor mindkét fél jogosult a visszatérítésre, ha viszont 2021 előtt váltak el, akkor a visszatérítés annak a szülőnek jár, aki 2021-ben családi kedvezményre volt jogosult.

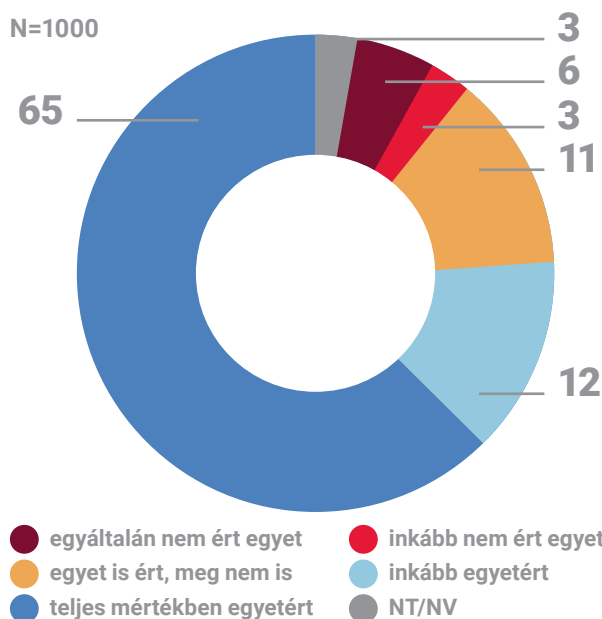
**ÖN HALLOTT-E MÁR ARRÓL, HOGY HA A GAZDASÁGI NÖVEKEDÉS EBBEN AZ ÉVBEN ELÉRI AZ 5,5%-OT, AKKOR A GYERMEKET NEVELŐK VISSZAKAPJÁK AZ IDÉN BEFIZETETT SZEMÉLYI JÖVEDELEMDÓT 2022 ELEJÉN? %**

N=1000



**MENNYIRE ÉRT EGYET AZZAL, HOGY A GYERMEKET NEVELŐK VISSZAKAPHATJÁK AZ IDÉN BEFIZETETT SZEMÉLYI JÖVEDELEMDÓJUKAT 2022 ELEJÉN? %**

N=1000



Forrás: KINCS felmérés, 2021. ősz

Az intézkedés a mozaikcsaládokat is érinti: azoknak is visszajár az szja – amennyiben jogosultak a családi pótlékra –, akik élettársukkal közösen nevelik párjuk gyermekét. A mostohašzülőnek azonban csak akkor, ha a gyermek szülőjével házasságban, vagy legalább egy éve – közjegyző előtt nyilvántartásba vetten – élettársi kapcsolatban él.

Szintén gyakran felmerülő kérdés, hogy mi történik abban az esetben, ha a gyermek időközben betölti a 18. életévét? A jogosultság nem a gyermek életkorától függ, hanem attól, hogy a gyermek után jár-e családi kedvezmény. Ha a szülő 2021-ben akár csak egy napig is jogosult volt a gyermek után járó családi kedvezményre, akkor jogosult a visszatérítésre is. Így a nagykorú gyermeket nevelő családok számára is kedvezően indulhat a jövő év. A NAV online felületén már elérhető a VISSZADO-nyilatkozat a gyermeket nevelő magánszemélyek adó-visszatérítéséhez. A VISSZADO-nyilatkozatot 2021. december 31-ig lehet benyújtani elektronikusan, postai úton vagy személyesen.

A KINCS felmérése szerint összességében a válaszadók kétharmada úgy gondolta, hogy a gazdasági növekedés mértéke lehetővé teszi az intézkedés megvalósítását. Az szja-visszatérítés ugyanis csak akkor valósul meg, ha a gazdasági növekedés mértéke 2021-ben eléri az 5,5 százalékot. A válaszok alapján az emberek bíznak a jövőben, amire a friss adatok alapján minden okuk meg is lehetett. Öröndetes, hogy a magyar emberek bíznak a hazai gazdaság teljesítőképességében.

**ÚJ ÉV – MEGÚJULÓ HÁZ**

A Képmás által megkérdezett szülők többsége lakásfelújításra szeretné költeni a visszakapott összeget. A két gyermeket nevelő Judit és férje öt éve költözött közös otthonba, amely felújításra szorul. Andreáék otthonuk tetőcseréjére költenék a pénzt. A szülők a maximálisan kapható 1,6 millió forintot várják vissza (azaz 809 000 forintot fejenként). Hasonló összegre számítanak Gabrielláék is. „Pont jókor jött a kedvezmény, ebből fogjuk állni a fűtés korszerűsítését” – mondta az édesanya. Mások új elektronikai berendezésre fordítják majd. „Mi mosogatógépet vennénk belőle, mert három gyerek mellett már nem bírjuk a kézi mosogatást. De plusz egy szárítógép is jól jönne” – osztotta meg terveit Alexandra. Olyanok is vannak, akik egy darabig nem nyúlnának az összeghez, mint Nikolett és párja, akik egy 4 és fél éves kislány szülei. „A pénzt valószínűleg át fogjuk vezetni a megtakarítási számlánkra. Még nem tudjuk, mennyit kapunk, de az sosem baj, ha van egy kis vésztartalék” – mondja. ♦



# AKADÁLYMENTES

25 éves koromban egy majdnem végzetes balesetben nemcsak az egyik gerincsigolyám törött szilánkosra, hanem az úgynevezett életem is. A csontokat fixálták, de a helyzet adta leckéket egyedül kell megtanulnom. Leckéket, amelyek tapasztalataira egy új életet építhetek.

◆ Móricz Zsigmond körtér, metróállomás, végállomás – szól az ismerős női robothang a 6-os villamoson. Még a mozgó villamosban igyekszem a megfelelő ajtóhoz jutni, és párhuzamosan álló kerekkel beállni a leszálláshoz. Az alacsonypadlós szerelvény megáll a megállóban, kinyílnak az ajtók.

Úgy érzem magam, mint egy autóversenyző: nem látok mást, csak a villamos és a jó néhány centiméterrel alacsonyabban lévő peron közötti áthidalhatatlan távolságot. Remegni kezdek, felgyorsul a szívverésem, a fülemben hallok a vérem lüktetését. Nagy levegőt veszek, elindulok az ajtó felé. A székelem első kerekei egy tompa puffanással földet érnek. Egy határozott mozdulattal újra megindulok... azaz megindulnék, de egy élesen csikorgó hang megállít. A kerekesszékelem borulásgátlója fennakadt a villamos padlóján, ahogyan a hátsó kerekek is. Se előre, se hátra nem tudok menni.

A másodperc töredéke alatt lejártszódik előttem a jelet, hogy rám csukódik a villamos ajtaja, és elindul a szerelvény a székelem hátuljával együtt. Pillanatokkal később már a síneken találok magam, és azon gondolkodom, mi lenne a jobb: a székelembe ragadni, vagy vállalni a zuhanást. Rémszerű képzelődéseimből két fiatal nő ráz fel. Férfiakat meghazudtoló erővel emelik le a székelem hátulját a villamosról, mit sem törődve a közel 200 kg-os súllyal.

A megkönnyebbülés és a meghatottság könnyei csorognak az arcomon, a torkomon akadnak a szavak. Nagy nehezen kipréselek magamból egy köszönömöt, mély levegőket veszek, hogy megnyugodjak.

A fiatalabb nő hirtelen gúnyosan felnevet, és a hátunk mögött kifüggesztett plakátra mutat, amin a következő szöveg olvasható: „Egész Budát akadálymentesítjük nektek!” Szótlanul elmosolyodom, és arra gondolok, a balesetem előtt el sem tudtam volna képzelni, mit jelenthet néhány centiméternyi szintkülönbség. „Talán kezdenénk azzal is az akadálymentesítést, hogy átépítjük ezeket a balesetveszélyes peronokat” – mondja az idősebb nő nem kis felháborodással a hangjában. „Bele se merek gondolni, mi történt volna, ha mi nem segítünk neked” – teszi hozzá. Vagy fel lehetne újítani az útburkolatot, hogy ne legyen annyi padka és repedés a járdákon, fűzi tovább a fiatalabb nő.

Ezen a ponton elkalandozik a figyelmem, csak fél füllel hallok, ahogy arról ötletelnek, hogyan tehetnék szebbé és élhetőbbé a fővárost. Még akkor sem hagyják abba, amikor egy közeli kávézó teraszán leülünk, hogy igyunk valamit a nagy ijedtségre. Boldog vagyok, mert ez az élmény mindkettőjüknek megadta azt a kezdő lökést, ami nélkül szerintem nincs igazi fejlődés. Az ő fejükben már elindult az akadálymentesítés. ◆



SZÖVEG –  
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –  
KÖZVILÁGÍTÁS

# IGAZI vagy HAMIS?

165 évig működött Amerika egyik legelismertebb galériája. New York szívében, a művészetkedvelő gazdagok és a gazdagkedvelő művészek elegáns „találkahelyeként” működő Knoedler előbb régi műalkotásokkal, később aztán kortárs festőkkel foglalkozott. Többek között *Diebenkorn*nal, *Frank Stellával* vagy *Scullyval*. Utóbbinak nemrég volt kiállítása Budapesten is. A Knoedler nem csupán dollármilliomosoknak kínált festményeket, hanem múzeumoknak is, nyilván olyan összegekért, amelyek a forintszorzás előtt sem mellőzték a sokszámjegyűséget. Ma azonban hiába keresnénk Manhattanben a neves és meglehetősen sznob művészeti központot. 2011-ben ugyanis váratlanul bezárt. Mégpedig azért, mert a Knoedler nevéhez fűződik az ezredforduló legnagyobb festményhamisítási botránya.

◆ 1994 és 2008 között ugyanis a galéria – Ann Freedman elnökségével és irányításával – mintegy negyven hamis absztrakt expresszionista művet vett meg és adott el. Kivételesen nagy árréssel. Legtöbbjük Jackson Pollocknak és Mark Rothkonak tulajdonított alkotás volt (a művészek stílusát e helyütt, nagy bátorsággal így összegezném: négyzetek, színek, pöttyök, ívek). Több mint 80 millió dolláros csalásról volt szó. A galéria vezetője még ma is ártatlannak vallja magát: arra a sok-sok szakértőre hivatkozik, akiket felkért, miután ugyanattól a rejtélyes múltú hölgytől befogadta a festményeket annyi éven át. Valamennyi általa megkérdézett hozzáértő egyöntetűen azt állította, hogy eredeti művekről van szó. Később persze más szakértők rájöttek, hogy mégsem. Erről az izgalmas és meglepő történetről szól egy nemrég megjelent dokumentumfilm. És arról, hogyan lehetséges, hogy a legtapasztaltabbakat is megvezette egy tehetséges, kínai származású piktor, aki az amerikai nagyváros egyik garázsában alkotott – mások nevében. Értelemszerűen

nem csak őket vezették meg. Mondják – legalábbis Thomas Hoving –, hogy a Metropolitan Múzeumban kiállított tárgyak majdnem fele hamisítvány. És nemcsak a MET-re igaz ez, hanem szerte a világban, szinte minden kiállítóhelyre. Ezért is a vicc, hogy Camille Corot 3000 művet festett, amelyből 5000 az USA-ban található...

A hamisítványt tényleg nehéz megkülönböztetni az igazitól. Ezen morfondírozom így, decemberben is. Karácsony havában. Vajon igazi vagy hamisítvány a karácsonyunk? Vajon az ajándékok, a díszek, a csillóság, a dekor, a popzene, a csillagszóró, vajon ilyen az igazi? Attól, hogy olyan, mint a tavalyi, attól valóságos is? Az eredeti? Gyurkovics Tibor szavai jutnak eszembe: „Egy bizonyos idő után akárhány karácsonyfát láthatsz, mindig csak egyet látsz, s a többi látszat...” És elbizonytalanodom. Mert nemcsak a Knoedler mehet tönkre abban, hogy hamisítványt árul. Hanem a lélek is, ha nem jut el az igaziig. A megérkezésig. A megszületésig. Talán erről is elkélne mostanában egy jó dokumentumfilm. ◆



SZÖVEG –  
SZŐNYI LÍDIA pszichológus

# EGY DÖNTÉS VAGY KÖNNYŰ, VAGY FONTOS



## Karácsony, értékek mentén

Mit kezdünk a decemberi hajtásban megélt stresszel és feszültséggel? Hogyan tudunk szabadabban viszonyulni a saját belső világunkhoz, és azt tenni, ami igazán számít nekünk, karácsonykor is? **Dr. Márky Ádám**mal, a Longevity Project orvosigazgatójával beszélgettünk, aki munkája során életmód orvostannal és a pszichológiai rugalmasság fejlesztésével foglalkozik.

### ♦ – Mit jelent a pszichológiai rugalmasság?

– Ez egy olyan működés, amikor képesek vagyunk megfigyelni, hogy éppen mi zajlik bennünk és körülöttünk, miközben nyitottan és elfogadóan viszonyulunk a gondolatainkhoz, késztetéseinkhez és érzéseinkhez, vagyis nem akarjuk megváltoztatni őket. Nem olvadunk össze az érzeteinkkel, hanem ezekkel összhangban, vagy éppen ellentétesen, a személyesen választott értékeink mellett döntünk és cselekszünk.

### – Ez fejleszthető készség?

– Abszolút. Sőt mindannyian képesek vagyunk alapból pszichológiailag rugalmas módon működni, és nagyon sokszor cselekszünk így a mindennapokban. Amikor elköteleződünk egy számunkra fontos érték mellett, majd a nehéz érzéseink ellenére aszerint cselekszünk, akkor pszichológiailag rugalmasak vagyunk. A cél az, hogy ezt a működést minél tudatosabban, az életünk minél több területén alkalmazzuk.

Az egyik legfontosabb az érzékelés képességének a fejlesztése, vagyis mindannak a tudatosítása, ami éppen

bennünk van. Az emberi működésünk egyik legfőbb nehézsége, hogy a leghangosabb érzés és gondolat tölti be leginkább a látóterünket. Amikor feszültek vagyunk, akkor a feszültség érzésén kívül nem nagyon veszünk észre mást. Ilyenkor automatikusan bekapcsol a problémamegoldó működésünk, hogy miként tudnánk a kellemetlen belső tartalmakat megváltoztatni, elengedni, valamilyen úton-módon kitörölni. A problémamegoldásban ugyanis nagyon hatékonyak vagyunk, hiszen ez a társadalmunk fejlődésének alapja. Amikor fáztunk, akkor előbb-utóbb bementünk a barlangba, lett faház és kőház, manapság pedig elég könnyen tudjuk állítani a termosztátot. Ha valami zavar bennünket, megoldjuk.

Amikor a saját belső világunkhoz is problémamegoldó viszonyulással fordulunk, akkor az a célunk, hogy a kellemetlen érzéseink csökkenjenek. Ennek a leghatékonyabb módja, hogy nem tesszük azt, ami nehéz érzéssel jár, annak ellenére, hogy az a dolog egyébként fontos számunkra. Ez azonban zsákutca, mert így nem a személyesen választott értékek határozzák meg a magatartásunkat, hanem a leghangosabb érzéseink és gondolataink.

Portré: Pozsonyi Rebeka | Kép: Gettyimages Hungary



Nincs tökéletes karácsony, vagyis olyan karácsony, ahol nem jelennek meg nehéz érzések. Mindig találhatunk valamit, ami jobb, szebb vagy finomabb lehetett volna.

A készségfejlesztés alapvetően arról szól, hogy megtanuljuk tágítani a perspektívánkat, hogy ne csak a nehéz érzéseket vegyük észre, hanem mindazt, ami még mellette van. Többé nem megváltoztatni vagy megszerelni akarjuk az érzéseinket, hanem tudatosítjuk, hogy itt vannak, és ettől függetlenül továbbra is azt tesszük, ami fontos nekünk. Ehhez szükséges, hogy tisztában legyünk a számunkra fontos, személyesen választott értékekkel, amelyeknek mentén az életünket élni szeretnénk.

– Az advent ebből a szempontból kettős. Egyrészt ez a lelki felkészülés időszaka, amikor befelé figyelhetünk és elcsendesedhetünk. Másrészt az ünnepi készülődéssel kapcsolatos feladatoknak is eleget kell tenni. Mindez hatalmas feszültséggel járhat. Miként segíthet ez a szemléletmód abban, hogy nyugodtabban, harmonikusabban éljük meg az ünnepeket?

– A karácsony óriási nagy dilemma. Tökéletes karácsonyról ábrándozunk, mert mindenhol olyan reklámokkal találkozunk, ahol a gyönyörű szép család a csodásan feldíszített karácsonyfa mellett mosolyog. Még tavaly egy koronavírus-világjárvány kellős közepén is ugyanezek a reklámok vettek körül minket, talán a leginkább empátiuk reklámban az hangzott el, hogy ez egy „különleges karácsony”. Nem tudom, számomra talán egy beszélő elefánt különleges, de egy világjárványban benne lenni, az nem különleges, hanem krízis. Tulajdonképpen olyan képet festenek, mintha karácsonykor semmi helye nem

lenne a rossz érzéseknek, a feszültségnek és a nehéz gondolatoknak. Mi pedig megpróbáljuk mindezt, vagyis a kívül-belül tökéletes karácsonyt megvalósítani. Rengeteg belső szabályunk van, hogy milyennek kellene lennünk, hogyan kellene működnünk. De ezeknek nem tudunk mindig megfelelni.

**– Ez tovább fokozza a belső feszültséget.**

– Pontosán. Érdemes felismerni, hogy nincs tökéletes karácsony, vagyis olyan karácsony, ahol nem jelennek meg nehéz érzések. Mindig találhatunk valamit, ami jobb, szebb vagy finomabb lehetett volna. Jó, ha tudatosítjuk: egy döntés vagy könnyű, vagy fontos. Tehát ha úgy döntök, hogy inkább a gyerekeimmel vagyok többet, akkor vállalom annak a feszültségét, hogy nem lesz annyira tökéletes a díszítés, de ha tökéletesen akarom megcsinálni a díszítést, akkor ott van annak a feszültsége, hogy nem vagyok eleget a gyerekekkel. Ez természetes.

Mégis gyakran vádoljuk magunkat, hogy azért nem tökéletes az ünnep, mert nem tudtunk mindent kifogástalanul megcsinálni. Tehát a mi hibánk. Ilyenkor fontos észrevennünk, hogy ez nem a valóság, csupán egy gondolat. A valóság az, hogy van egy olyan gondolatunk, miszerint a mi hibánk, hogy nem tökéletes a karácsony. Ez nem biztos, hogy így van.

**– A tökéletes karácsony tehát nem a nehéz érzésektől mentes karácsonyt jelenti, hanem hogy képesek vagyunk elfogadni, hogy az ünnepek idején is ugyanúgy emberek vagyunk, és ugyanúgy megéljük az érzelmeik széles skáláját.**

– Abszolút. Ebben sokat segíthet, ha megfogalmazzuk magunknak, hogy milyen érték mentén szeretnénk megélni az ünnepet, illetve milyen értékek vannak az egyes döntéseink mögött.

Ez segít, hogy felismerjük, a feszültség nem rossz, nincs semmi baj velünk. Azért vagyunk feszültek, mert a választott értékeink szerint éljük az életünket, és ennek ez az ára, ez így természetes.

**– Ez pedig paradox módon csökkenteni fogja a feszültségünket.**

– Így van. Két szempontból is. Az ilyen dolgok mindig párban vannak. Van belégzés meg kilégzés. Tök jó dolog belélegezni, de hogyha az ember egyfolytában belélegez, megfullad. A szabadság felelősséggel, a szeretet a sebezhetőség érzésével jár együtt. Ebből következik, hogy az értékalapú döntés általában nehéz érzésekkel jár együtt.



A feszültség nem rossz, nincs semmi baj velünk. Azért vagyunk feszültek, mert a választott értékeink szerint éljük az életünket.

Ilyenkor érdemes tudatosítani, hogy ez teljesen normális. Innentől kezdve a feszültség nem valami rossz dolog, ami „a rossz anya/apa”, esetleg a „rossz háziaszszony” címkéként jelenik meg a gondolatainkban, hanem tudjuk, hogy ez csak egy érzés, ami az értékalapú döntésünk ára. Az érzés, ami bennünk van, valójában ugyanaz, de teljesen máshogy tudunk viszonyulni hozzá. Nagyon fontos, hogy a pszichológiai rugalmasságot fejlesztő intervencióknak nem az a célja, hogy megváltoztassunk érzéseket, hanem az, hogy másképp viszonyuljunk ezekhez az érzésekhez, vagyis a funkciójukat szeretnénk megváltoztatni.

**– Mi történik, ha a családtagoknak más jelent értéket? Egyiküknek például a hagyományörzés, a másiknak pedig a nyugalom és béke megélése? Mit tehetünk, ha ez a kettő nehezen megy együtt?**

– A családon belül is vannak értékkonfliktusok, ugyanúgy, ahogy saját magunkban is. Ezek nehéz dilemmák lehetnek. Előfordulhat, hogy azon dilemmáink, hogy a szeretet jegyében sütit süssünk, vagy olvassunk a gyerekeknek, vagy az önszeretet aktusát gyakorolva inkább pihenjünk egy kicsit. Bármelyik mellett is döntünk, a másik kettőre nemet mondunk. Bár értékalapú döntést hozunk, az agyunk elő fog venni bennünket, hogy miért nem olvasunk a gyerekeknek, vagy miért nem sütitünk sütit, vagy miért nem vigyázunk magunkra. Könnyen lehet, hogy a családtagok számára más jelenti az értéket, ilyenkor érdemes megbeszélni, hogy az adott cselekvés mögött hogyan tudjuk megtalálni azt a közös értéket, ami mindenki számára fontos. Egy cselekedet mögött sokféle értéket felfedezhetünk, lehet, hogy egyikünknek a hagyomány értéke miatt fontos a mézeskalácssütés, de a másik is tud ehhez kapcsolódni a szeretet értéke miatt.

Megfogalmazni és egyeztetni az értékeinket a családban nagy feladat, ilyen szempontból a karácsony hatalmas személyes és kapcsolati fejlődési lehetőséget biztosít számunkra. ♦

# A Média a Családért-díj

## decemberi jelöltjei



### Média a Családért-díj

**FARKAS ADRIENNE**

**Kháron Iadikján - a gyász kísérése a gyakorlatban**

Kossuth Rádió

A Média a Családért-díj fő támogatója:



### Külhoni Média a Családért-díj

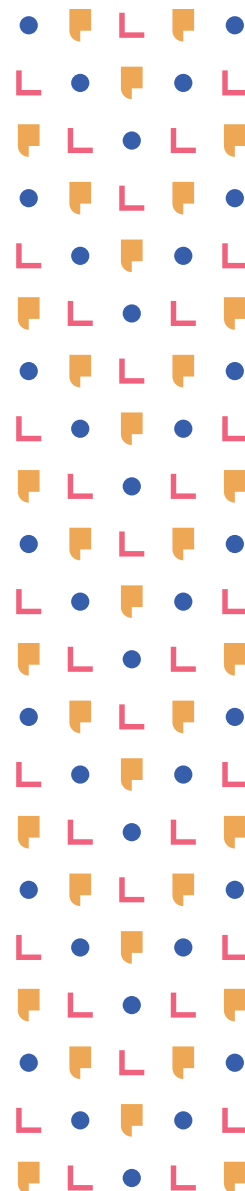
**BOKOR KLÁRA**

**Elhagyott gyerekekből boldog család**  
ma7.sk

A Külhoni Média a Családért-díj fő támogatója:



A jelöltekről szóló ismertetőt és a jelölt munkákat megismerheti a [mediaacsaladert.hu](http://mediaacsaladert.hu)-n, ahol az Ön jelölését is várjuk.





SZÖVEG –  
NÉMETH ZSÓFIA, SZŐNYI LÍDIA pszichológusok

SOROZAT –  
EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

# JÁTSZD ÚJRA AZ ÉLETED!

Pszichológusszemmel a  
*Lelki ismeretek* című filmről

Álmodozunk, tervezgetünk, rohanunk egyik feladattól a másikig, aggódunk a jövő miatt, merengünk a múlton. Felnevetünk egy frappáns viccen, és sírunk a *Titanic* végén. Máskor pedig ámulattal bámuljuk a lehulló színes, őszi faleveleket. Hogyan válik az életünk a sajátunkká? Honnan jön a személyiségünk esszenciája, és hogyan alakulunk önmagunkká?

## ◆ A TÖRTÉNET

A Pixar alkotói ismét nagy fába vágják a fejszéküket, mert nem csupán arra a kérdésre keresik a választ, hogy mi az élet értelme, hanem ezzel párhuzamosan azon is eltöprengenek, hogy „Mi vár ránk a halál után?” és vajon „Mi történik a születésünk előtt?”. Ezeket a kérdéseket a *Lelki ismeretek* című filmben Joe Gardner kalandjai nyomán tesszük fel nekünk. Joe középkorú New York-i zenetanár, aki kicsit már belefásult a hétköznapi egyhangúságába, illetve a botfűlű zenekari növendékek tanításába. Minden egyes ébren töltött perce a zene és a jazz körül forog, de eddig még nem sikerült bekerülni az illusztris művészi társaságba.

Persze ami késik, nem múlik, csak megérkezik a nagy lehetőség: Joe-t felkérlik, hogy zongorán kísérje a híres szaxofonost, Dorothea Williamst. Annyi év után végre bebizonyíthatja a kétkedő édesanyjának – és persze saját magának –, hogy igenis van benne spiritusz. Csak egy a bökkenő: a meghallgatásról hazafelé tartva, a sikertől megrészeült Joe nem néz a lába elé, és beleesik egy aknába. A következő pillanatban pedig már a másvilágra tartó mozgólépcsőn találja magát, vagyis inkább a lelkét.



Hogy történhetett meg ez éppen most? Joe nem hajlandó beletörődni az elkerülhetetlenbe, és végül sikerül kerekét oldania, megússza a másvilágot, ám ennek következtében egy még furcsább helyre keveredik, ami első pillantásra úgy fest, mint egy pasztellszínekben pompázó vattacukormező. Ezen a helyen olyan apró lelkek visonganak, játszanak és tréfálkoznak, amelyek még nem születtek le a földre. Azért vannak itt, hogy megtapasztalják, milyen lesz a leendő személyiségük, és megtalálják azt a belső hajtóerőt, ha úgy tetszik spirituszt, ami majd átrendíti őket a földi élet nehézségein, illetve segít kibontakoztatni a bennük rejlő lehetőségeket.

A felügyelő személyzet Joe-t teljesen más valakinek gondolja, így beveszik a mentorprogramba, ahol segítenie kell a 22-es számnévre hallgató léleknek megtalálni

azt, hogy mitől repes a szíve, mi az ő belső hajtóereje. 22 azonban egyáltalán nem könnyű eset, még az olyan ikonikus lelkek is, mint Gandhi, Kopernikusz vagy Teréz anya, rendre kudarcot vallottak vele. 22-t egyáltalán nem lelkesíti annak a lehetősége, hogy megszülessen a Földön, és egyáltalán nem érti, hogy Joe miért akar olyan kétségbeesetten visszatérni oda. Olyan, mint egy koravén, szkeptikus kis tudós, aki mindent megkérdőjelez.

Egy furcsa balesetnek köszönhetően azonban együtt kötnek ki a Földön, és megkezdődik a versenyfutás az idővel. Vajon Joe vissza tudja szerezni az életét, hogy megvalósíthassa a legnagyobb álmát? 22 pedig immáron valódi tapasztalatot szerezhet a földi életről. Vajon megihleti a valós környezetet, és rátalál végre leendő élete vezérfonalára?

## TÉNYLEG ENNYI AZ EGÉSZ ÉLET?

Valószínűleg már mindannyian jártunk Joe és 22 cipőjében. Az életben adódnak olyan helyzetek, amikor pontosan tudjuk, hová szeretnénk eljutni, mit szeretnénk megvalósítani, de úton-útfélen akadályokba ütközünk, a küzdelmek pedig lassan bizonytalanná tesznek bennünket. Máskor pedig fogalmunk sincs, mitévők legyünk, merre induljunk el, miközben azzal szembesülünk, hogy talán mi vagyunk az egyetlenek, akik nem értik ezt az élet nevű játékot, mert mindenki tudatosan teszi a dolgát.

A film egyszerre tárja eléink az életközepi válság és a kapunyitási pánik dilemmáját. Az előbbi esetében úgy érezzük, hogy egyre kevesebb időnk és esélyünk van, hogy megvalósítsuk az álmainkat, míg az utóbbi esetben az előttünk álló lehetőségek tárháza tölt el olyan mértékű szorongással, ami megbénít, és tartósan rossz hangulattal tölt el bennünket.

Mindannyian szeretnénk boldog és értelmes életet élni, ám nem is olyan könnyű megtalálni azt a belső szikrát, ami hozzásegít bennünket ehhez. Könnyű belesúszni abba, hogy az élet egyetlen aspektusára koncentráljunk, és abból próbáljuk meg kifacsarni mindazt a megelégedettséget, amire a lelkünk legmélyéből vágyunk. Az autentikus életöröm elmélete szerint azonban a pszichológiai jóllétnek öt eleme van: a pozitív kapcsolatok, a pozitív érzelem, az elmélyülés, az értelem és a teljesítmény. A harmónia megtalálásához érdemes megtalálni az egyensúlyt a fenti tényezők között.

# 01.

### Pozitív kapcsolatok

Mielőtt találtakoztak volna egymással, Joe és 22 is magányos életet élt, az élményeik és az ezek mentén megélt érzéseik az egymással való kapcsolódásban váltak valóságossá. Ezen a kapcsolaton keresztül mindketten megtapasztalhatták, hogy a teljes élet csak a személyes és valóságos kapcsolatokon keresztül élhető meg. Életünk legfontosabb, leginkább meghatározó élményei ritkán magányos jellegűek, az igazán jelentőségteljes tapasztalásainkat rendszerint mások jelenlétében éljük meg. Mindannyiunknak szüksége van arra, hogy a teljes valóinkban lássanak bennünket, és érezhessük, hogy szeretetre méltóak és értékesek vagyunk.

Történetünk arra is rávilágít, hogy a valóságos viszonyok nem mentesek a konfliktusoktól és a frusztrációtól, sőt ezek szükségesek ahhoz, hogy a pozitív érzelmek is megélhetőek legyenek a kapcsolatban.



A film egyik legerősebb jelenete, mikor 22-t maga alá temetik mindazok a nehéz érzések és gondolatok, és az ezekben való elmerülés megakadályozza, hogy kiteljesedett és boldog életet éljen. Kívülről félelmetes szörnynek tűnik, ám ha a felszín alá nézünk, akkor ott kucorodik egy elhagyatott, magányos és elkeseredett lélek, aki kapcsolatokban sebződött meg, ám a gyógyulás útja is a kapcsolatokon keresztül történhet meg. Pont úgy, ahogy Edwin Markham írja a versében: „Kört rajzolt a porba, amelyből kivett, / mint holmi lázadót – mint egy eretneket. / Szeretettel túljártam az eszén: / kört rajzoltam én is – ő volt a közepén.”

# 02.

### Pozitív érzelem

Az életörömöt és a jóllétet gyakran összekeverjük a boldogsággal. Ráadásul a közösségi médiában bemutatott, tökéletesnek tűnő pillanatképek is azt az illúziót keltik, hogy a vidámság, a sok élmény a boldog élet zálogai. Felhőtlen öröme és vidámságra vágyunk, ám jó ha tudjuk, hogy a negatívnak címkézett érzelmek nélkül (például bánat, szomorúság, harag) a boldogság sem élhető meg. A pozitív érzelmek megtapasztalásának



kulcsa ugyanis a saját belső valóságunkkal való találkozás. Ez paradoxonnak hangzik, hiszen amikor megengedjük magunknak, hogy kapcsolatba kerüljünk önmagunkkal, vagyis mindazokkal az érzésekkel, amik bennünk vannak, akkor nehéz érzésekkel, szomorúsággal, bánattal, félelemmel, szorongással, gyásszal, önváddal, haraggal és megannyi más nehéz érzéssel is találkozunk. Egyszerűbb út lenne felölni a ragyogó mosolyunkat, és tudomást sem venni ezekről. Ám ezzel pont ellenkező hatást érünk el, ugyanis ilyenkor minden energiánkat felémészti, hogy a nehéz érzéseket a mélyben tartsuk, így a boldogságot sem tudjuk a maga teljességében megélni.

Amikor nagyon beszükülünk, akkor a nehéz érzések elnyomása helyett érdemes kitágítani a perspektívánkat, és arra fókuszálni, hogy mi van még ezek mellett az érzések mellett? Mindannyiunknak lehetnek olyan gondolatai, hogy nem vagyunk elég jók, de ez nem jelenti azt, hogy ez igaz is. Érdemes tudatosítani, hogy azok a bántó mondatok, amiket ilyenkor önmagunknak mondunk, bárhonnan származhatnak is, nem egyenlők a valósággal, csupán gondolatok, amelyeknek az igazságtartalma megkérdőjelezhető.

## 03.

### Teljesítmény

Amikor azt a kérdést tesszük fel, hogy hogyan legyünk boldogabbak, gyakran a sikeres életet gondoljuk válasznak. Próbálunk hatékonyak lenni, minél nagyobb teljesítményt elérni, és abban reménykedünk, hogy ha végre sikerül célt érünk, akkor egyensúlyba és harmóniába kerülünk önmagunkkal. Az eredményes életre törekvés azonban könnyen eluralkathatja a mindennapjainkat, és egy idő után azt tapasztalhatjuk, hogy a teljesítmény hajszolása nem ösztönöz, hanem bebörtönöz bennünket. Jó érzés sikeresnek lenni, elérni a céljainkat és megvalósítani az álmainkat, ám ez igen tünékeny boldogságot ad, így érdemes megválaszolnunk a kérdést: Hogyan tovább, ha elértem a célokat?

## 04.

### Elmélyülés

Különösen értékes része a filmnek, hogy közel hozza hozzánk a magyar származású, nemrég elhunyt Csíkszentmihályi Mihály fogalmát, a flow-t. Ez egy olyan állapot, amikor elmerülünk és feloldódunk a tevékenységben, amit éppen csinálunk. Ugyanakkor ezen a területen is érdemes az egyensúlyt megtalálni, mert ha a flow megszállottsággá válik, akkor az ember elszakad a valóságtól.

## 05.

### Értelem

Mitől érezzük értelmesek az életünket? Mi az a szikra, ami az életünk motorját hajtja? Az életcélunk hajszolása vagy valami egészen más: megélni a pillanatot, belefeledkezni és eggyé válni vele? Dorothea Williams tolmácsolásában hallhatjuk a film készítőinek üzenetét: „Van ez a történet az ifjú halról. Odaúszik az öreg halhoz, és azt mondja:

– A tenger nevű helyet próbálok megtalálni.

– A tenger? – kérdi az öreg hal. Most is abban úszkálsz.

– Ez itt? – kérdezi az ifjú hal. – De hát ez a víz.

Én a tengeret próbálok megtalálni.”

A szikránk nem az értelem vagy a célok hajszolása, ugyanis az értelemmel teli élet éppen abból bontakozik ki, ha megéljük a mindennapokat a maguk teljességében, és valódi kapcsolatba kerülünk mindazzal, ami bennünk és körülöttünk zajlik. ♦



SZÖVEG –  
TOLNAI NÓRA sportpszichológus

KÉP –  
JÓNÁS JÁCINT

# EGYENSÚLY TANDEMBEN

Ocelka Róbert és Nagy Gergely a tokiói paralimpián megvalósították az álmukat: látássérült parasportolóink közül egyedül Róbert képviselte Magyarországot, pilótája, Gergely oldalán. Nagy Gergely profi triatlonistaként versenyez, Ocelka Róbert szintén triatlonistaként kezdte, majd látássérült parakerékpárosként folytatta pályafutását. A jobb szemére teljesen vak, bal szemével alaklító kerékpáros és pilótája négy éve dolgoznak együtt, tandemben több számban is kiemelkedő eredményeket értek el. Két apa, két kiváló sportember, akiknek a munkája egymás tiszteletén és a másik szükségleteinek figyelembevételén alapul. A köztük lévő egységről mesélnek.

- ◆ Nem akarják, hogy csodaként tekintsünk rájuk, de azt sem, hogy csak annyit lássunk belőlük, hogy a fogyatékossgal élőt megsegíti valaki, aki hajlandó volt őt felkarolni. Mindketten azt vallják, ez nem is lenne lehetséges, hiszen ami a hajtóerőt adja, az belül formálódik, éppen ezért mindketten hozzá tudják tenni a saját részüket, amely a sikereikhez elengedhetetlen.

– **A tokiói paralimpiai szereplésről milyen élményekkel tértetek haza?**

**Róbert:** A paralimpiát megelőző három év sikeres versenyszereplésekkel telt, és a kvótaszerezés után – a szakágvezető döntött arról, hogy ki juthat ki Tokióba – az álmunk az volt, hogy egy számban a négy közül bekerüljünk a top 10-be. A négy szám közül kettőben, az országúti időfutamban és mezőnyversenyben 8., míg az 1000 és 4000 méteres pályaversenyben 9. helyen végeztünk. Ezek közül a legemlékezetesebb a 4000 m volt, ahol álmidőt mentünk, és sikerült országos csúcspot javítanunk.



**Gergely:** Nagyon izgultunk a 4000 m előtt, remegett kezünk-lábunk, de hatalmas kő esett le a szívünkről. Összetett dolog ez a szám, ugyanis közel maximális erő kifejtésre van szükség, kőkemény erő és állóképesség szükségeltetik hozzá. Sajnos a paralimpia előtt sosem tudtunk versenykörülmények között menni, Magyarországon nincs rajtgép sem a gyakorláshoz, de végig bírtuk erővel, és óriási élmény volt megélni, hogy országos csúcsot tudtunk menni.

**- Heteken át egymásra voltatok utalva, és Gergő, te a pályán kívül is segítettél Robit, például a közlekedésben, ami egy ismeretlen helyen, közegben, számára elengedhetetlen.**

**Róbert:** Ahol mi laktunk, 170 km-re volt a paralimpiai falutól, mert az volt a célravezető, hogy a versenyünk helyszínét minél könnyebben elérjük. A Covid miatt sok szabályt kellett betartani, így sok mozgásterünk nem volt – mondjuk nekem egyébként sincs, úgyhogy ez inkább biztonságot adott, bár kétségkívül kötöttséget is jelentett. Ismeretlenbe érkeztünk, két és fél hetet töltöttünk együtt, így akadtak súrlódások, de mindkettőnk képesek voltunk felülemelkedni a nehézségeken. Nehéz ilyen körülmények között lenni, segítő team hiányában, kevés felszereléssel. Lengyel Gábor és Sebestyén Zsolt nevét viszont meg kell említenünk, ők végig segítettek bennünket.





**Gergely:** Jó volna, ha csak arra tudnánk összpontosítani egy versenyen, hogyan hozzuk ki a maximumot magunkból. Sok technikai probléma lépett fel Tokióban, például láncszakadás, amely sok felesleges idegeskedést okoz, miközben csak arra kellene figyelni, hogy jól teljesítsünk. Szükség volna egy olyan hátszázagra, amely mind az emberi erőforrást, mind a technikai felszerelést biztosítja, mert enélkül felaprózódnak a mentális energiák.

### – Mi hajt titeket, miért tudjátok ilyen magas szinten űzni ezt a sportot?

**Róbert:** Sok lemondással jár ez az életforma, mégis ez éltet. Külföldön sok elismerést és tiszteletet kapunk. Ott olyan természetességgel mozognak körülöttünk az emberek, amiktől megbecsülve érzem magam – versenyzőnek, és nem fogyatékosággal élnek.

**Gergely:** Négy éve kaptam Robitól a felkérést, hogy legyek a pilótája. Számomra az adja a motivációt, hogy láttam, milyen profin áll a sporthoz. A parasport tétje a paralimpia, ide eljutni alázatos munkát követel, és én ezt láttam benne. Az egész életemet a sportra tettem fel, szerencsésnek gondolom magam, hogy egy sportszakmai vállalkozást is ebből építettem fel – lettek tanítványaim, akik az iránymutatásommal készülnek fel saját kitűzött sportcéljaikra. Engem hajt, ha látom, hogy valaki vállalja a kőkemény munkát, és ebben valamilyen módon részt tudok vállalni. Robival így a világ sportszúcsára juthattunk fel.

### – Hogyan tovább?

**Gergely:** Szükségünk lenne olyan támogató háttérre, ami segíti az előrejutást. Önerőből már nehezen megy. A fejlődést most leginkább a körülményeink színvonalának

javulása jelentené: több eszköz, tartalék alkatrészek, technikai fejlesztések, edzéshez szükséges felszerelések. A tandemkerékpárhoz szükséges versenyalkatrészek is speciálisak, ezek beszerzése és a szerelés is hozzáértő szakembereket igényel.

**Róbert:** Én nem tudok anyagi juttatást adni Gergő munkájáért, önkéntesként készül a versenyekre velem, de ez nehéz érzéseket is kelt bennem. Néhány elkötelezett és lelkes ember hozzáadott munkája már rengeteget jelentene – például már az könnyítés lenne, ha görgős edzések közben valaki monitorozni tudná a pulzust, pedálfordulatot, teljesítményt. Ilyesmivel például jól lehetne segíteni.

A beszélgetésünket egy kis feszélyezettség jellemezte. Ez akkor kezdett oldódni, amikor elkezdtek az edzéshez készülődni és történeteket mesélni – akkor értettem meg, hogy nekik nehéz beszélni erről, nekik az ad biztosságot és magabiztosságot, amikor együtt ülnek a tandemkerékpáron – Gergő pilótaként elől, Robi mögötte, hozzá igazodva. A sikereiknek is sokkal jobban örülhetnénk, ha látnánk, hogy ez a két ember együtt értéket teremt. Összetett kapcsolat ez: ott van az ember, aki nem adós, mégis kiszolgáltattott. És a másik, aki nem felkaroló, mégis biztos bázis – így egyensúlyoznak együtt, tandemben.

Ahogy paralimpikonjaink sikerével együtt örülünk, úgy a küzdelmükre sem volna szabad kizárólag a sajátjukként tekintenünk. Még mindig fontos hangsúlyozni, hogy ne szánalommal forduljunk feléjük. Ha úgy tekintünk parasportolóinkra, mint akik nem csodát csinálnak a világban, hanem teljes erejükkel és igyekezetükkel tesznek azért, ami iránt elhivatottak, akkor egy idő után talán a megbecsülésük is hasonló lesz, mint a nem fogyatékoság-  
gal élő sportolóké. ♦



♥ A család második otthona

Karácsonykor is.



[kolping.hotel.hu/karacsony](http://kolping.hotel.hu/karacsony)



Újdonság  
a szomszédban!



SZÖVEG –  
JÁMBOR-MINISKA ZSEJKE

# HELLÓ VILÁG, ÉN IS ITT VAGYOK!

Hogyan tarthatják a kapcsolatot  
munkahelyükkel a kisgyerekekkel  
otthon maradók?

Sokféle kisgyermekes szülő létezik. Van, aki otthon teljesedik ki, és egyáltalán nem vágyik vissza a munkaerőpiacra. Sokaknak azonban nagy fejtörést okoz, hogyan lehet a szülési szabadság idején is kapcsolatot tartani a munkahellyel.

◆ A munkavégzésre nem csak pénzkereseti lehetőségként érdemes tekinteni, hiszen sokak számára fontos a szakmai kiteljesedés, ez azonban a szülési szabadságon lévőkhöz képest nagy kihívást jelent. Az UNICEF tavalyi tanulmányában arra hívja fel a figyelmet, hogy a kisgyermekes anyák munkaerőpiacra való belépése Magyarországon nem mindenhol van munkaadói oldal felől aktívan támogatva. A kutatásban szereplő céges lekérdezés eredménye szerint a jó munkaerő fogalma egyébként nincs összefüggésben a családi állapottal. A megkérdezettek leginkább olyan személyes tulajdonságokat emeltek ki elvárásként, mint precizitás, lojalitás, elkötelezettség, szorgalom, csapatjáték, lelkiismeretesség. Ez akár a kisgyermekesek malmára is hajthatja a vizet, hiszen az említett tulajdonságok szülőként általában tovább erősödnek.

A koronavírus-járvány sok vállalat életében hozott változást a foglalkoztatási formák tekintetében. „Sok cég főleg a Covid miatt lehetővé teszi, hogy otthonról is egyre több feladatot elvégezhető legyen. Régebben a vállalatok idegenkedtek ettől, de így, hogy rá voltak kényszerítve, rájöttek arra, hogy a home office a dolgozónak és a cégnek is jó lehet” – hangsúlyozta Nyerges Kriszta, a Kismama-szövetkezet elnöke.

A vilá járvány kirobbanása óta sok vállalat teszi lehetővé a hibrid foglalkoztatási formát, tehát csak

bizonyos napokon követelik meg a személyes jelenlétet az egyébként rugalmas munkaidőben. A szülési szabadságon lévőkhöz képest jellemzően a közösségi médián keresztül tartják a kapcsolatot kollégáikkal, ott értesülnek a legfontosabb céges információkról, és gyakran bekapcsolják őket távolról az értekezletekbe, vagy akár a közös ebédekbe is. Egyes cégek rögzített munkabeosztással és extra szabadnapokkal segítik a kisgyermekeseket, sőt a személyre szabott tanácsadás is sok munkahelyen elérhető. Emellett közös szabadidős tevékenységeket, családi napokat, kifejezetten kisgyermekeseket célzó programokat szerveznek, sőt van, ahol a gyermekmegőrzésben is részt tudnak vállalni. Van olyan vállalat, ahol „Vidd be a babát a munkahelyre!” napot tartanak, hogy a cég biztosítsa a szülőket a támogatásról. Sokat számít a főnök személye, hogy mennyire akarja megtalálni a módját annak, hogy aki a szülési szabadságát tölti, és szeretne bekapcsolódni, hasznos tagja lehessen a munkahelyi életnek. A vezetőség ilyenkor az egyéni igényekkel összeegyeztethető munkarendet kínálhat, illetve ez az időszak arra is felhasználható, hogy a munkáltató támogatásával továbbképzéseken, tanfolyamokon vehessen részt a munkavállaló.



A kisgyerekesek visszatalálását a régi vagy egy új munkahelyre a nemrég megalakult Kismama-szövetkezet is segíti, amelybe a belépés sok előnnyel jár. A szervezet úgy működik, mint a diákszövetkezetek, vagyis lényegesen kedvezőbb adózást biztosítanak a tagok számára, akiknek a béréből csak a 15 százalékos személyi jövedelemadó kell levonni. Emellett az adminisztratív jellegű feladatokat is a szövetkezet végzi el, valamint tanácsokat adnak, hogy a szülők a családi szerepekhez tudják igazítani munkavégzésük idejét. ♦



Mivel a kiskereskedelmi szektorban kiemelten magas a női munkavállalók aránya, a Tesco tavaly májusban útjára indított egy programot, amely a gyermekükkel otthon lévő munkatársakat támogatja. A TescoMoms a várandósságtól a munkába való visszatérésig terjedő időre fókuszál. Már a kezdeteknél segít eligazodni a gyermekvállaláshoz kötődő állami támogatások között, de a szülési szabadság idején is elősegíti azt, hogy a dolgozó aktívan tarthassa a kapcsolatot a munkahelyével. Az édesanya például Facebook-csoporton keresztül megkapja a legfrissebb információkat, és beszélgethet a kollégáival. A tréningek és mentorprogramok tanulási lehetőséget is kínálnak az anyukáknak, a visszatéréskor pedig a HR-osztály munkatársai karrierbeszélgetések során segítenek felkészülni, és az ideális munkakört megtalálni. A TescoMoms program keretén belül az áruházlánc nemrégiben csatlakozott a Három Királyfi, Három Királylány Mozgalom vándorbölcső programjához is. A Kárpát-medencében őshonos fából készült bölcső a tescós családok között vándorol, és a baba hat hónapos koráig használhatják a családok, mielőtt új otthonba kerül. Az áruházlánc a munkahelyen és a családban betöltött szerepek összeegyeztetését olyan rugalmas megoldásokkal segíti, mint a fixen fix részmunkaidős foglalkoztatás, ami lehetővé teszi, hogy rögzített beosztással vállaljanak részmunkaidős munkát. Az első osztályosok szüleinek plusz szabadnap jár szeptember 1-jén, emellett igénybe lehet venni a nyári gyerekmegőrzőt is. Lehetővé teszik a táboroztatást, a távoli munkavégzést az irodai dolgozóknak, és a műszakbeosztás egyeztetésére is van lehetőség. Családtámogatás intézkedéseiért a Tesco 2019 decemberében elnyerte a Családbarát Munkahely tanúsító védjegyet.



# A KARÁCSONYFA ÁRNYÉKÁBAN



SZÖVEG –  
SZABÓ EMESE

SOROZAT –  
RENDELŐ

Karácsonykor több az öngyilkosság, halljuk minden évben. Igaz, hogy az ünnepek idején rosszabb állapotba kerülhetnek azok, akik mentális problémákkal küzdenek, de semmivel sem magasabb az öngyilkosságok aránya. Hogyan viszonyuljunk ebben az időszakban azokhoz a családtagokhoz, akikről tudjuk vagy sejtjük, hogy mentális gondokkal küzdenek?

◆ „Laikusként logikusnak tűnik, hogy karácsonykor az egyedülálló emberek szomorkodnak a karácsonyfa előtt – vagy anélkül, mert fájuk sem feltétlenül van. Ezt semmilyen statisztika nem támasztja alá, az öngyilkosságok száma még szilveszterkor is alacsonyabb, egyedül az azt követő napokban, év elején emelkedik” – mondja **dr. Vizi János** pszichiáter, igazságügyi pszichiáter szakértő.

Furcsának tűnhet, de az öngyilkosságoknak eleve szezonalitása van: tavaszra és kora nyárra esik a csúcs, ősszel és télen pedig mindig kevesebb az ilyen cselekmény. Bár a különbség nem annyira komoly, mint karácsonykor, de csökken az öngyilkosságok száma húsvétkor és pünkösdkor is. Ez egyébként nem magyar sajátosság, a statisztikák világszerte azt mutatják, hogy ezen időszakokban csökken mind a kísérletek, mind a befejezett öngyilkosságok száma.

### A LETARGIA VALÓS

Vizsont az, hogy az ünnepek alatt kevesebb az öngyilkosság, nem jelenti azt, hogy nem kerülhetnek rosszabb állapotba azok, akik valamilyen mentális problémával küzdenek. A látszólagos ellentmondás magyarázata abban keresendő, hogy a karácsony vallási ünnep, ilyenkor „nem illik” öngyilkosságot elkövetni. A csökkenésben más tényezők is szerepet játszanak. „Ilyenkor két dolog is hatással van azokra, akik depressziósak. Aki például magányos vagy gyengék a szociális kapcsolatai, az rosszabb állapotba kerül amiatt, mert a hétköznapi magányosságánál gyötrőbb az ünnepeket egyedül tölteni. De van fordított mechanizmus is: karácsonykor a család összejön, jobban törődünk egymással, ami átmeneti javulást okozhat a mentális problémáknál” – magyarázza a pszichiáter. Emiatt lehet jó az ünnepek apropóján bővíteni, feléleszteni, aktivizálni a szociális kapcsolatokat. Vizsont ez nem olyan egyszerű, ugyanis a mentális problémákkal küzdők nagy része passzív, magyarán azt várja, hogy felhívják, meglátogassák, vendégségbe invitálják. Azzal nem számol, hogy családtagjai, hozzátartozói pont a passzivitása miatt nem keresik, egyszerűen leszoktak erről a sok visszautasítás vagy válasz nélkül maradt meghívás után: ha keresték már többször az érintettet, de egyszer sem jött el, fölösleges invitálni.



## AZ ALKOHOLPROBLÉMÁVAL KÜZDŐK JELENTŐS RÉSZÉ NEM VÁLLALJA FÖL

### A PROBLÉMÁJÁT,

inkább azt mondja:  
olyan gyógyszert szed,  
amire nem ihat.

#### FÖLISMERNI A DEPRESSZIÓT

„Általánosan is probléma, hogy a barátok, hozzátartozók nem ismerik föl a mentális gondokat. Nem látják, ha valaki nem azért nem vesz részt az eseményeken, mert nem érdeklik őt a rokonok, hanem azért, mert depressziós, szorong. Emiatt az lenne az első lépés, hogy felismerjük, mi áll a háttérben. A második lépés, hogy ne azt mondjuk, hogy az illető már megint nem jött el, már megint nem hívott vissza minket, hanem elfogadjuk, hogy pillanatnyilag nincs jó lelkiállapotban, és később is próbálkozzunk. Függetlenül attól, hogy az érintett már többször visszautasított minket” – emeli ki Vizi János. Az újbóli invitálás mindig egyéni kérdés. Például ha tudjuk, hogy valaki visszavonultan él, már nem is foglalkozik semmivel, de ismert, hogy például szeretett squasholni, akkor esélyesebb abba az irányba mozgósítani. Vagy ha tudjuk, hogy szereti az állatokat, de társaságba nem jár, akkor jobb elhívni egy erdei kutyasétáltatásra. Ilyen programra az érintett nagyobb eséllyel elmegy, mint egy nagyobb karácsonyi eseményre. Ahogy szakértőnk fogalmaz: mindig arra kell koncentrálni, hogy mi az, ami megmaradt.

#### AKIKET ELVESZTETTÜNK

Szintén nehéz helyzet, amikor a család úgy jön össze karácsonykor, hogy év közben elvesztettek hozzátartozót. „Akármennyire triviális, de a gyakorlatban azt tapasztaljuk, hogy az emberek nem készülnek fel erre. Pedig tudatosítani kell az ilyen helyzeteket, mert nélkülük sokkoló élmény lehet az asztal mellett rádőbbenni: korábban mindig ott ült a nagymama vagy a nagypapa is. Léteznek olyan rituálék, amelyek külön is segíthetik a feldolgozást: főleg a keleti országokban él például egy olyan szokás, amelynél szenteste, az ünnepi vacsorából a temetőbe is visznek

egy keveset az elhunyt hozzátartozóknak. Ez egy olyan szimbolikus aktus, amely kifejezi, hogy a családtagok lélekben még mindig köztünk vannak, nem felejtettük el őket. Ez a gesztus a feldolgozást mindenképp segíti” – mondja a pszichiáter.

Egészen más helyzet, amikor egy-egy családtag ugyan jelen lehetne az ünnepi asztalnál, de tudjuk, hogy problémásan viselkedik, korábbi tapasztalatok miatt tartunk attól, hogy botrányt rendez a közös ebédnél vagy vacsoránál. „Az ilyen helyzeteket nagyon nehéz kezelni. Például ha tudjuk, hogy valakinek borderline személyiségzavara van, és egyes családtagokra úgymond ugrik, akkor vagy egyiküket hívjuk meg, vagy a másikat. Viszont ezek nehéz döntések, mert az ilyen jellegű problémák kezelése már nem a család illetékessége, segíteni csak szakemberek tudnak” – emeli ki a pszichiáter.

#### NE LEGYEN TABUTÉMA

Komoly kérdés a közös karácsonynál és szilveszternél az is, ha tudjuk vagy sejtjük, hogy egy-egy családtagnak problémája lehet az alkohollal – és az is, ha amúgy van, de ez bennünk föl sem merül. Megesik például, hogy egy alkoholista hosszú absztinencia után azt mondja: a szilveszterre muszáj koccintani, aztán másnap délután arra ébred, hogy semmire nem emlékszik, teljes filmszakadása van. Ilyesmi még azokkal is előfordul, akik nem súlyos alkoholisták, de a magányosságérzést, hangulatzavart vagy szorongást alkohollal próbálják kezelni. Számukra az ünnep egyfajta felmentést adhat, hiszen karácsonykor és szilveszterkor végképp van mire inni.

„Ez a történet mindig kétoldalú, sok múlik azon is, hogy valaki a problémáját fölállalja-e. Itthon ez sajnos nem jellemző, nem igazán lehet azt mondani, hogy köszönöm, nem iszom. Ilyenkor ugyanis elkeződik egyfajta presszió, a rokonok azt mondják: most karácsony van, szilveszter van, muszáj koccintani. És itt jön képbe az, hogy képes-e valaki azt mondani: márpedig nem iszok, mert nem akar inni. Az érintettek jelentős része nem vállalja föl a problémáját, inkább azt mondja: olyan gyógyszert szed, amire nem ihat. Gyakori módszer az is, hogy valaki akkor is autóval megy, ha amúgy közel lakik, mert erre hivatkozva vissza tudja utasítani az italt” – mondja a pszichiáter. De a hozzátartozók ilyenkor jellemzően azt javasolják, hogy akkor az érintett sétáljon, menjen haza taxival vagy tömegközlekedéssel, esetleg aludjon ott, vagy pedig ne vegye be a gyógyszert. A kínálás az esetek jelentős részében inkább kényszerítés, az érintettnek nem sok esélye van nemet mondani. ♦



# ÖRÖMHÍR MINDENKINEK!

BÁRHOL ÉS  
BÁRMIKOR  
**MOBILON IS!**



Megjelent az  
**„...ami a miénk”**  
ötven írás  
a családról  
kötet,  
Novák Katalin  
ajánlóival



Keresse  
a könyvesboltokban  
és a **KINCS**  
e-könyvesboltjában!  
[ekonyv.koppmariaintezet.hu](http://ekonyv.koppmariaintezet.hu)



**KINCS**

KOPP MÁRIA INTÉZET  
A NÉPESEDÉSÉRT  
ÉS A CSALÁDOKÉRT

# A TÁRSADALMI FELELŐSSÉGVÁLLALÁS NEM CSUPÁN AZ ADOMÁNYOZÁS RÓL SZÓL

Adományozni, segíteni nemcsak annak jó, aki kapja, hanem annak is, aki adni tud. Ez a gesztus ember és ember között hihetetlen feltöltődéssel jár. Hogy lehet ezt átmenetni akkor, ha szervezetekről, intézményekről van szó? Mit jelent a segítség, a biztonság és felelősségvállalás egy biztosítással foglalkozó cég vezetőjének, túl az üzleti szempontokon?

- ◆ A Hungarikum Alkusz Cégcsoport kötelékében tevékenykedő HUNAlapítvány a Jövőért olyan családokat segít, akik anyagi támogatást igényelnek egy súlyosan beteg gyermek ápolása, egészségügyi kezelése miatt. Az alapítvány emellett a hátrányos helyzetű vagy kimagasló teljesítményt nyújtó gyermekek és fiatalok kultúrához, művelődéshez, sporthoz, közösségi élményekhez való hozzáférésehez is nyújt támogatást, és elkötelezettek az egészségügy, azon belül a betegellátás támogatásában is. A kedvezményezettek köréről, a támogatott célokról dönteni nem könnyű, hisz mindenki más élethelyzetekhez kerül közel, más-más a prioritás a saját életünkben is. Az alapítványt létrehozó Hungarikum Alkusz Cégcsoport alapítója és társtulajdonosa, Keszthelyi Erik fontosnak tartja, hogy a különböző szerepvállalásai a szervezeti kultúrájuk részeként tükrözzék az alapítvány szándékait.

„Bízunk benne, hogy a társadalom szereplői közül egyre többen gondolják úgy, hogy az arra rászoruló honfitársainkat támogatnunk kell. Ennek érdekében minden évben éves támogatási javaslatokat és célokat állítunk össze, amelyben szervezeteket, intézményeket, alapítványokat jelölünk ki támogatásra, továbbá év közben magánszemélyek és szervezetek is megkeresik alapítványunkat támogatásuk érdekében” – osztja meg velünk a döntési mechanizmus részleteit. Az alapítvány mindenkori pénzügyi lehetőségeit figyelembe véve törekszünk minden támogatott területnek arányosan megfelelő pénzügyi vagy tárgyi támogatást nyújtani, illetve mindig mérlegeljük, hogy mivel tudunk a legjobban segítségére lenni az adott támogatottnak. Az anyagi támogatáson



túl rendszeresen szervezünk adománygyűjtéseket is. Legutóbb a Cseppkő Gyermekotthoni Központ részére gyűjtöttünk gyermekruhákat, iskolaszereket, könyveket és jó állapotban lévő játékokat, hogy vidámabbá tehesük az otthonban élő gyermekek iskolakezdési időszakát. Karácsony előtt – a tavalyi évben átadott 10 db tablet mellé – újabb 10 db tabletet adunk át a Gyermekotthoni Központnak annak érdekében, hogy tovább tudják fejleszteni digitális tantermeiket.”

### **A SZEMÉLYES ÉLMÉNYEK ÉS PREFERENCIÁK FONTOSÁGÁRA IS RÁKÉRDEZTÜNK.**

„Nem tagadom, hogy kétgyermekes édesapaként engem is megérint, amikor egy család súlyosan beteg gyermekének

orvosi ellátásához szükséges anyagi forrás előteremtése érdekében fordul segítségért alapítványunkhoz. Néhány héttel ezelőtt egy igen forgalmas autópályán közlekedő gépjármű lesodródott az úttestről, majd szalagkorlátnak ütközött. A tragédiában életét veszítette egy fiatal férfi. A családja élete egy pillanat alatt összeomlott, ugyanis mindössze 28 éves felesége, aki egyik napról a másikra özvegy lett, az első közös gyermeküket várta. Az édesapa már nem láthatta gyermekét megszületni. A hír hallatán alapítványunk azonnal felvette a kismamával a kapcsolatot, és anyagi támogatást nyújtott a kritikus időszak átvészelése érdekében. Azóta az édesanya világra hozta egészséges gyermeküket, aki soha nem tapasztalhatja meg, hogy milyen egy édesapa karjaiban biztonságban lenni. Szerettük volna az édesanyát és a gyermeket érzelmi- és tárgyi adományokkal is támogatni, hogy a kisbaba ne szenvedjen hiányt az alapvető szükségletekben, ezért a Hungarikum Alkusz Cégcsoport kötelékében tevékenykedő több mint 200 munkatársammal és 600 tanácsadó kollégámmal közös adománygyűjtést szerveztünk, ami még jelenleg is tart. Megható volt számomra azt látni, ahogyan közösségünk összefogása által napról napra gyűlnek össze a szükséges kellékek – úgy mint a babafürdető, sampon, cumisüveg, rágóka, cumi, pelenka vagy épp pamut-rudalózó –, amely kezdeményezéshez természetesen mi is csatlakoztunk a feleségemmel.

„Számomra a társadalmi felelősségvállalás – a segítség, támogatás és a biztonság – sokkal többet jelent, és nem csupán az adományozásról szól” – folytatja Keszthelyi Erik. „Három fontos területet emelnék ki, amely kifejezi tevékenységünket és személyes hajtóerőmet is: Társadalmilag felelősen működő cégcsoportként személyes felelősséget érzek egyrészt 200 munkatársam stabil egzisztenciájának és az emberközpontú vállalati légkör megteremtése iránt. Másrészt nagyon fontosnak tartom, hogy visszaadjunk annak a közösségnek, amiben élünk. 2016-ban ennek szellemében hívtam életre a Keszthelyi Alapítványt a Mosolygó Gyermekéket alapítványt, amely mára HUNAlapítvány a Jövőért néven teljesíti ki a Hungarikum Alkusz Cégcsoport CSR víziójának megvalósulását. Harmadrészt pedig maga a biztosítási szakmánk is arról szól, hogy különböző biztosítási programok által a családok és vállalatok anyagi biztonságba kerülhessenek egy váratlan esemény bekövetkezése esetén. Céloom, hogy minél több családhoz időben eljuthassunk! ♦

(x)



SZÖVEG –  
BOGOS ZSUZSANNA

SOROZAT –  
VÉGY EGY RÉGI RECEPTET!

# AZ ÜNNEP MÁR A SPÁJZBAN VAN

Egy jó kamra nemcsak a rohanós hétköznapokon siet segítségünkre. Akkor is jó szolgálatot tesz, ha éppen nagyon meg akarjuk adni a módját az evésnek. Sőt, akkor mutatja csak meg igazán, milyen kincseket rejt. Például karácsonyra.

„Bármilyen tartós élelmiszer a rántáskonzervtől a fácánpástétomig gazdagíthatja” kamránkat az 1906-ban megjelent *Dunántúli szakácskönyv* szerint. Egy jól berendezett spájz kicsit valóban olyan, mint egy delikát üzlet, és funkciója is megfelelhet annak: ha nincs időnk vagy kedvünk bevásárolni, elég, ha alaposan szétnézünk itt. De még ha nincs is lehetőségünk egy külön helyiséget tartani erre a célra, érdemes betárazni néhány alapdarabbal és egy-két ínycsengéssel. Ha ügyesek vagyunk, akár pár polc is elég ahhoz, hogy egész nap jóllakjunk, vagyis hogy minden étkezést megoldjunk a készletről. Ünnepi alkalmakkor szintén segíthet egy-egy, akár idővel már el is felejtett kamralakó. Gasztroajándék lehet a savanyított gomba, egy üveg fűszeres befőtt, valamilyen kandírozott gyümölcs, házi fűszer- vagy teakeverékek, zöldségőrlemény. És az ünnep fényét is emelhetjük, ha jól spájzoltunk.

## KÖNNYŰ REGGELI

A kisbőjtöt lezáró ünnepi vacsora előtt, a napközbeni sok teendőhöz jól jön az energia. Kiadós reggelink lehet, ha van a kamránkban konzervhal és néhány régi recept a fejünkben. Mondjuk Bánffyhungyady Hungyady Erzsébet 1924-ben megjelent szakácskönyvéből. A következő ételt akár már előző nap elkészíthetjük, hiszen minél tovább érnek az ízek, annál finomabb lesz. Fogunk egy heringkonzervet, két főtt burgonyát (jöhet a rántott hal mellé kínált majonézes krumpliból), két főtt tojást.

Ezeket villával összetörjük, hozzáadunk 10-12 dkg vajat, 5 dkg mustárt, reszelt vöröshagymát, sót, pirospaprikát. Krémes állagúra kenjük (ha gyorsak akarunk lenni, botmixerrel rásegíthetünk), majd szendvicznek elkészítve tálaljuk. Persze nem polgári szakácskönyvről lenne szó, ha nem találnánk benne olyan receptet, mely mai szemmel, egy ponton túl, igencsak túlzásnak tűnik. A „halszendvicshöz” 15 dkg vajat habosra keverünk, aztán hozzáadunk és villával összetörünk 25 dkg reszelt ementáltit, 4-5 darab szardíniát, 2 szardellát, apróra vagdalt sonkát és kaviárt. Nagyvonalúan megjegyzi a szerző, hogy ez el is maradhat – ezt a két hozzávalót frissítő zöldfűszerre és egy kis facsárásnyi citromlére cserélném. Salátalevéllé, csírákkal tálalva kiadós napindító reggeli lehet belőle. S ha már fűszerek, tehetünk egy próbát a zöldmártással kínált halsalátával. Itt bármilyen konzervet vagy füstölt árut használhatunk (a könyv lazacot, heringet említ példaként), ezt apró falatkákra vágjuk. A mártáshoz leforrázzuk a zöldeket (mindegyikből 5 dekát számít a recept), vagyis a spenótot, tárkonyt, petrezselymet, aztán apróra vágjuk, majonézzal kikeverjük és vegyítjük a hallal. Főtt tojással körítve tálaljuk, pirítóssal. De ha ennél sietősebb, elővehetünk a kamrapolcra egy tetszőleges halkonzervet, mellé pedig egy saját készítésű savanyúságot. Ilyenkor jön jól egy üveg tárkonyecetes gyöngyhagyma, fokhagymás uborka, ánizsos savanyított zeller, ecetes szilva vagy tormás cékla a háznál.





### EBÉD MELLÉ

Az ünnepi menüt szintén feldobhatjuk néhány régi ötlet és kamralakó segítségével. Hunyady Erzsébet burgonya-salátája például zellerrel készült (a főtt, vékonyra szeletelt zöldségeket ecetes-cukros öntettel locsoljuk meg, borssal és paprikával fűszerezzük). De remek kamra-ürítő fogás a vegyes salátája is, melynél a főtt krumplihoz kockára vágott ecetes uborkát, ecetes céklát, zellert, almát teszünk. Ehhez aztán használhatjuk a klasszikus, 1:3 arányú ecetes-olajos dresszinget, de kikeverhetünk házi majonézt (friss snidlinggel vagy tárkonnyal megszórva), készíthetünk joghurtos, esetleg kefires öntetet. Krumplisaláta helyett adhatunk házi savanyú káposztát (ez a töltött káposzta miatt úgyis akad otthon) a sült hal mellé, régen ezt len- vagy tökmagolajjal locsolták meg. Vagy ott van Hunyady másik lakrtató salátaötlete, amihez zsírjára sütjük a szalonnát, majd a húst félretesszük, zsíradékon meleg vizet és ecetet forralunk, sózzuk, cukrozzuk, fokhagymát dobunk bele, végül átforgatjuk benne a galambbegysalátát, visszatesszük a szalonnapörcöt, és belekockázunk néhány főtt tojást. A szakácskönyv szerint pár kanál tejföllel is lehet variálni rajta.

### VACSORA UTÁN

Az ünnepi menü igazi koronája mindig az édesség, különösen karácsonykor. A bejglivel, a családban hagyományos aprósütitkkel nehéz felvenni a versenyt. Még egy régi szakácskönyvnek is. De azért tehetünk egy kísérletet. Elővehetünk néhány aszalványt a kamrából, ezek önmagukban is remek csemegék, de akár belemárthatjuk olvasztott csokiba. (Néhány tábla csoki mindig legyen a kamránkban!) Levendulát is szórhatunk bele, aszalt szilvával például nagyon finom. Aztán itt van Hunyady gesztenyés édessége, amit már napokkal korábban megcsinálhatunk. A gesztenyepürét összekeverjük vaníliás tejjel, rummal, cukorral, darabosra vágott dióval, kockára vágott birssajttal, mazsolával és reszelt csokoládéval. Tetszőlegesen formázhatjuk, golyókat vagy rudakat csinálhatunk belőle. Utóbbi esetén fél csésze erős, megcukrozott kávéból, olvasztott csokiból, 5 dkg vajból és egy tojássárgájából kikevert krémmel vonhatjuk be. ♦



SZÖVEG –  
POLYÁK ÁGNES gyógynövény-botanikus

SOROZAT –  
ERDŐ-MEZŐ PATIKÁJA

# NEMCSAK KARÁCSONYI TÖLTÉLÉK

## A kerti mák

Gyermekeként sokat készültem decemberben az ünnepre. Kibokszoltam a csizmámat és kitettem az ablakba december 5-én, segédkeztem a házon belül, jól viselkedtem, és a háztáji jószágok ellátásából is kivettem a részem. Karácsonyra mindig sütöttünk kalácsot, és az én feladatom volt a mák darálása. Nekem a karácsony jut eszembe a mákról, hogy együtt van az egész család, és a csikorgó hó, amikor éjfélkor gyalog megyünk a szentmisére.

◆ Az emberiség legkorábbi Kr. e. 5000 évvel ezelőtti sumér feljegyzéseiben már szerepelt a mák, illetve a belőle készült fájdalomcsillapításra felhasznált ópiátok. Az egyiptomiak természetették is a mákot, magját bele-sütötték a kenyerekbe. Az ókori görögöknél Hippokratész álmatlanság kezelésére javasolta, bár már gyakori volt az ópiátokkal történő gyógyítás is. Thomas Sydenham angol orvos állította elő 1660-ban az első ópiumtinktúrát, amelyet a XX. század elejéig Laudanum néven vény nélkül lehetett kapni a patikákban, és elsősorban fájdalom- és köhögéscsillapítónak használtak. Ma már az egész világon függőséget okozó szerként tartják számon, és csak kivételes esetben használják, mint például súlyos fájdalom csökkentésére. Túladagoláskor ezek az opiátok eszméletvesztést és légzésleállást okoznak. Mesterséges ellenanyagai (vincetoxicum) a naloxon és nalmefen vegyületek, amelyek az ember központi idegrendszerében lévő opioid receptorokhoz sikeresebben tudnak csatlakozni, így kizárják más opiátok kötődését. A morfin vegyületet először 1805-ben Friedrich Sertürmer német gyógyszerész azonosította.

A kerti mák egyéves, karógyökerű kultúrnövény, a csírázó mag először rövid szártagú hajtást és tölévélrózsát hoz létre, és utána szökken szárba, fokozatosan lesz hosszú szártagú a hajtása. A virágok a főtengely végén magányosan állnak, bimbós állapotban lehajlottak, majd virágzás során felemelkednek, és a két csészelevélből előbújik a négy szíromlevél, majd a csészelevél lehullik. Sok porzója van, és a bibe korong alakú ülő bibévé alakul. Magháza lyukakkal nyíló toktermés. A magokat a szél terjeszti, azért ilyen aprók és könnyűek. A betakarítás miatt a természetett fajták magháza zárva maradnak. Az őszi vetésű mákfajták május elején, a tavaszi vetésűek júniusban virágoznak. Az egész növényt behálózzák a tejcsovék. A megsértett tok fehér színű tejnedve idővel a levegőn megszilárdul, és ez adja a megbarnult nyers ópiumot (*Opium crudum*).

A száraz mákgubóból (*Papaveris fructus*) állítják elő a narkotikus fájdalomcsillapító hatású morfint, a köhögés- és fájdalomcsillapító kodeint, a naloxon előállításánál fontos tebaint, a noszkapin (narkotin) köhögéscsillapító és rákellenes szert, a papaverint, amely görcsoldó hatású vegyület. Eddig legalább 40-féle





alkaloid vegyületet fedeztek fel a növényben, a legnagyobb mennyiségben a toktermés falából mutatták ki.

A mákolaj (*Oleum papaveris seminis*) legfontosabb vegyületei az omega-3 zsírsavak közül a linolénsav, amely többszörösen telített zsírsav. Jótékony hatású a szív- és érrendszeri megbetegedések, illetve gyulladások csökkentésében. További zsírsavak a linolsav, amely az omega-6 zsírsavak közé tartozik és esszenciális zsírsav, az olajsav és a palmitinsav. B1-, B2- és E-vitaminban gazdag, főleg alfa- és gamma-tokoferolt tartalmaz. Fontos szerepe van a sejtek oxidációs folyamatai során termelt szabad gyökök megkötésében. A flavonoidok közül a kvercetin, a kemferol, a luteolin és a hipoletin a legjellemzőbb. Fontos vas-, kalcium- és cinkforrás.

Ma Magyarországon évente több mint 3000 hektáron termelnek mákot. Megkülönböztetünk őszi és tavaszi mákokat, illetve étkezési és ipari alapanyagokat. Az étkezési mákokat a maghozam növelése céljából, az ipari mákokat az alkaloidtartalom miatt kezdték el nemesíteni az 1920-as években. Amely mákfajták 0,7% alatti alkaloidtartalmúak, azokból lettek az étkezési mákok. Bár itt megjegyzem, hogy a mákmagok semmilyen alkaloidot nem tartalmaznak, csak a zöld vagy már megszáradt toktermések tartalmazzzák azokat. Kabay János gyógyszerész 1927-ben testvéreivel alapította meg az Alkaloida Vegyészeti Gyárat, amely elsőnek zöld máknövény kipréselt mákfejeiből (első szabadalom), majd száraz mákszalmából (második szabadalom) vonta ki a morfint. Később a gyár kiszolgálására magasabb morfintartalmú növényeket ültettek, mint a Kék Duna és az Óriás Kék fajtákat. A mai napig a Nemzeti Fajtajegyzékben több mákfajta fellelhető, amely étkezési vagy ipari mákot szolgáltat, mint például a Buddha. ♦

# KÉPMÁS családnapár



## AZ ÖSSZES CSALÁDTAG PROGRAMJA EGY HELYEN!

VIDÁM GRAFIKÁKKAL

RENDELJE MEG DECEMBER 10-IG  
KÖZVETLENÜL A KIADÓTÓL

**20% KEDVEZMÉNNYEL**

1700 Ft helyett **1360 Ft-ért\***

[kepmas.hu/naptar](http://kepmas.hu/naptar)

\*Postai küldésnél csomagolási és postaköltséget számolunk fel.

20  
22

Családi naptár



SZÖVEG –  
BOGNÁR MÁRIA

SOROZAT –  
ZÖLD MOZAIK

A rovat támogatója a



SZERENCSEJÁTÉK ZRT.

# ZÖLD mozaik

1



## Szúnyogbiztos ruházat

Tapasztaltuk már, hogy a szúnyogoknak nem szab gátat a vastag (akár farmer) szövet sem, sőt azok több rétegen is áthatolnak. Az Észak-Karolinai Egyetemen most olyan ruhaszöveten dolgoznak, ami leküzdhetetlen akadályt jelent a vérszívóknak, amellet kényelmes viselet is. Olyan ultrafinom szintetikus polimerből alakítják ki, amelynek rendkívül apró pórusai vannak, emellett mégis jó légáteresztő, és viselőjének mozgását sem gátolja.

Évente hozzávetőleg 700 millió embert betegítenek meg a szúnyogok világszerte, főként maláriával. Afrikában a legsúlyosabb a helyzet, de onnan a maláriát okozó Anopheles-szúnyognak egyes példányai hazánkba is eljutnak. Tömeges elterjedésüknek – egyelőre – az itteni klíma gátat szab. Szúnyogok terjesztik a Zika-lázat is. Újabban ez is terjedőben van, és már Európában is regisztráltak eseteket. A betegség többnyire enyhe lefolyású, de a terhes nőkre különösen veszélyes, mert a magzatnak mikrokefáliát (kisfejűséget) okozhat. Újjövevényként már megtelepedett a japán bozótszúnyog és a koreai szúnyog is, mindkettő súlyos betegségekért felelős.

## Szuperkorallok

A sajtó már jó ideje foglalkozik a korallok pusztulásával. 2014 és 2017 között a korallzátonyok 75 százalékán észleltek a tengervíz felmelegedése okozta fehéredést.

Üdítő hír, hogy mindez a jelenség a Fülöp-szigetek Luzon és Mindano szigetét elválasztó Verde Island-szorosra nem vonatkozik. Ennek térsége olyan sokszínű és élettel teli, hogy a Csendes-óceán Amazonasaként emlegetik. Itt a korallok élnek és virulnak, pedig a talajvíz révén nem kevés – máshol káros – széndioxid jut le hozzájuk. A szuperkorallok most a szakmai érdeklődés homlokterébe kerültek: mi az, amiben különböznek a máshol kókadózó fajtársaiktól, és lehetne-e őket más térségekbe is telepíteni?

2



Kép: Profimedia – Red Dot



3



## Napelemeket a tetőre!

Ha az épülő és már meglévő házak tetőinek a felén napelemeket helyeznének el, az már fedezné az emberiség energiaszükségletének az egészét – legalábbis elméletben. E tekintetben Indiában és Kínában a legkedvezőbb a helyzet, mert a gyakori napsütéshez a napenergia kisebb előállítási költsége is társul. Ezzel szemben a napelemes energiaellátás különösen az USA-ban, Nagy-Britanniában és Japánban jóval költségesebb.

A probléma persze ismert: az átlagosan elegendő napenergia-mennyiség télen keletkező része messze nem elegendő, a nyári energiátöbblet nagy része pedig kárba vész, amiatt is, mivel ilyenkor a legkisebb rá az igény, hiszen fűteni nem kell.

A nyári energiátöbbletet ezért tárolni kellene, amire azonban kidolgozott hatékony megoldások még alig léteznek. A hegy tetejére felpumpált víz felhasználható energiája például csak legfeljebb a fele a napelemek termelte energiának, hiszen a víz feljuttatása legalább annyi energiát emészt fel, amennyit a víz felülről lezúdítása jelentene.

## Energiatárolás

A megújuló energiák egyik problémája, hogy azok gyakran többletmennyiségben termelődnek, ezért átmeneti tárolásukra lenne szükség. Egy svájci székhelyű cég új megoldással kísérletezik: EVx típusú tornyai potenciális energiává alakítják a beérkező elektromos áramot. Az áram működtette elektromos motorok hatalmas, téglaszerű súlyokat emelnek fel.

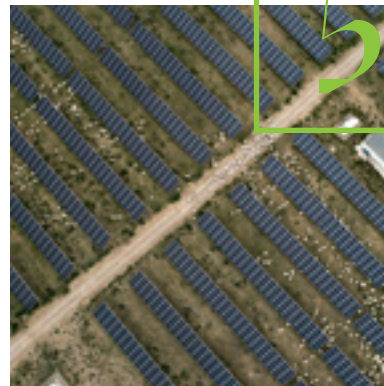
Amikor szükség van rá, e téglatestek leengedésével a felszabaduló mozgási energiát ismét árammá alakítják. A hat karból álló tornyok 80-85 százalékos hatékonyságúak, és akár 35 évig működőképesek lehetnek.

A téglatesteket helyi földből, illetve személerakókba szánt hulladékanyagokból gyártják le. A „téglák” időkorlátozás nélkül a levegőben maradhatnak.

4



5



## Giga-napelemparkok

Az EU-Solar Zrt. összeállította a világ legnagyobb napelemparkjainak listáját, teljesítmény szerint. Ezek többsége Kínában és Indiában van, közülük a két legkisebbnek is figyelemre méltó 1GW (=1000Mw) a teljesítménye.

A pálmát a kínai Qinghai (Csinghaj) tartományban levő Golmud Desert Solar Park viszi a maga 2,8 GW kapacitásával, amely akár 4-5 GW-ra is növelhető. A komplexum jelenleg 80 kisebb egységéből áll. A nem kínai és indiai objektumok közül jelenleg az első az egyiptomi Benban Solar Park, 1,3 GW-tal. Ez 27, egyenként 50 Mw-os blokkból áll. Az ilyen nagy napelemparkok többnyire elhagyott, de napsütésben bővelkedő – nem ritkán sivatagos – területeken létesülnek.

A magyarországi napelem-létesítmények kapacitása együttvéve 2,0 GW.



## Villanyautó, de nem mindenáron

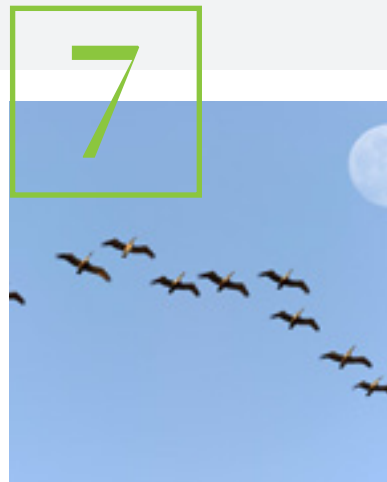
Mára teljesen elfogadott, hogy az elektromos autók környezetkímélőbbek (persze igazából csak akkor, ha „zöld” áramot, vagyis megújuló energiaforrásból származót fogyasztanak). Akkor gyorsan dobjuk ki hagyományos üzemanyaggal működő gépkocsinkat? A helyzet nem ilyen egyszerű. A japán Kyushu Egyetem kutatói utána számoltak, hogy ez a megoldás akár ártalmasabb is lehet a környezetre nézve, mintha a régi autónkat elkerülhetetlen leselejtezésükig tovább használnánk. A régi járművek kidobása ugyanis egyrészt a hulladékhegyet növeli, másrészt a helyettük rohamtempóban és nagy számban legyártott villanyautók előállításához szükséges nem kevés energia akár környezetszennyezőbb hatású lehet (legalábbis átmenetileg), mintha továbbra is használnánk – ameddig lehet – környezetszennyező hagyományos járműveinket. Nem véletlen, hogy erre éppen Japánban jöttek rá, ahol rendkívül gyakran cserélgetik az autót. Itt egy gépkocsi mindössze 13 évet ér meg, amíg a hulladéklerakókba jut, ebből az első tulajdonos átlagosan csak öt évig használja. Ha a japánok csak 10 százalékkal használnák tovább autóikat, az összesen 30,7 millió tonna üvegházhatású gáz csökkenésével járna.

## Vándormadarak és növényvilág

Az éghajlatváltozáshoz az állatok úgy alkalmazkodnak, hogy a számukra megfelelő térségekre vonulnak az eddigi, megváltozott klímájú területekről. A növényeknél ez csak magjaiknak a kedvező térségekbe való eljuttatásával érhető el. A klímaváltozás néhol olyan gyors ütemű, hogy ez egyre nagyobb távolságokat jelent. Ezek leküzdésében fontos szerepe van a vándormadaraknak, amelyek a gyümölcsöket elfogyasztva azok magjait messzire hordják.

Vannak madarak, amelyek a nyári hőség elől tavasszal hűvösebb északi tájakra vonulnak, ezek az érintett területekről a növénymagvaknak 35 százalékát viszik el északra. A téli hideg elől délre vonuló madarak ezzel szemben a magok 86 százalékát hordják a melegebb területekre.

A legnagyobb eséllyel az ún. palearktikus fajok – vagyis a Közép-Európában, Dél-Európában vagy Észak-Afrikában telelő madarak juttatják el az európai növényeket északi területekre. Ezt a tevékenységet azonban csak kisszámú madárfaj végzi, ezek egy részét pedig a vadászat is fenyegeti.



8



## Több szén-dioxid – intenzívebb fotoszintézis

Birminghami kutatók úgy találták, hogy az idős tölgyfák sajátos módon reagálnak a légkör megnövekedett szén-dioxid-tartalmára: fokozzák fotoszintézisüket, azaz gyorsabban terebélyesednek. Eközben nem változik a levelekben a szén és a nitrogén egyensúlya, azaz az öreg fák arányosan több nitrogént vonnak ki a földből, hogy ellensúlyozzák a levegőből kivont többletszenet. A kutatásban az ausztráliai Nyugat-Sydney Egyetem is részt vett. Itt az eukaliptuszfákat is vizsgálták, amelyeknek a fotoszintézise egyötöddel nőtt a többlet-szén-dioxid hatására, miközben azonban a CO<sub>2</sub>-növekedés egy bizonyos pontján a fotoszintézis növekedése megállt. Az európai vizsgálatok most azt kutatják, hogy az utóbbi jelenség a tölgyfák esetében is fennáll-e.

A két különböző helyen és fafajon végzett kísérletek azt sejtetik, hogy a jelenség minden fafaj esetében hasonló lehet, azaz az erdők tompíthatják a szén-dioxid-növekedés káros hatásait.

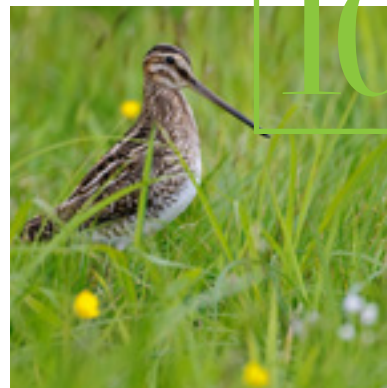
## Légi járművek töltőállomása

Az elektromos meghajtásnak légi közlekedésben való elterjedését segíti elő a skycharge töltőállomás. Ez az Eaton által szabadalmaztatott töltési technológián alapul. Két típusban gyártják: van egy állványra szerelt, statikus változata, és egy kerekeken mozgó verziója. Utóbbi telepítési költség nélkül alkalmas repülőknél, de akár autókhoz is az energiaellátására.

9



10



## Változó madárvilág

A Birdlife madárvédelmi szervezet három madárfaj kihalását jelentette Európában 2015-ben: így kontinensünkről eltűnt a talpastyúk, a rozsdástorkú guvatfűrj és a fenyőszármány. 2021-ben 544 Európában őshonos madárfajt tartanak nyilván, ezek 13 százalékát fenyegeti kihalás, 6 százalékuk pedig mérsékelten fenyegetett. Akkor tekinthető kihaltnak egy madárfaj, ha öt éven át egyszer sem látták. Jelenleg különösen a sárszalonna, a sarlósfecske és a – néhány évtizede például Magyarországon még tömegesen előforduló – vetési varjú számít fenyegetettnek. Eltűnésükben szerepet játszik az élőhelyek eltűnése, az intenzívebbé váló mezőgazdaság, a környezetszennyezés, a kifogásolható erdészeti gyakorlat és a források túlzott kihasználása. Mindezt a klímaváltozás is gyorsítja.

Vannak persze pozitív megfigyelések is. A sztyeppi lilét és a sivatagi poszátát 2015-ben kihaltak vélték, ám azóta ismét felbukkantak Európában. Egyes fajok esetében működnek a megmentésükre tett intézkedések, így a vörös kánya állománya növekedett, a nagy goda pedig a sebezhetőből a nem fenyegetett kategóriába került. Előbbiekben egyes rovarirtó szerek kitalálása segített, a leginkább Izlandon élő utóbbiakon pedig az ottani tavaszi hőmérséklet emelkedése.

SZÖVEG –  
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –  
VILÁG-KÉP

◆ Kártyás Gergő 15 éves körmendi „legényke”, nemrég kezdte el a gimnáziumot. A nyári szüneteket a család a döröskei parasztházban tölti, az ifjú fotós reggeltől estig a közeli erdőket, réteket járja fényképezőgépével. Vagy kiül a verandára, és felnéz az égre: „Fecske röppen fel a villanydrótok között a döröskei házunk előtt. A kép alsó perspektívából és ellenfényben készült, így sikerült elérni ezt a minimalista hatást.” Ami olyan jól sikerült, hogy a legrangosabb itthoni természetfotós pályázaton a zsűri díjjal jutalmazta munkáját az ifjúsági kategóriában. Gergő a fotózást teljesen autodidakta módon tanulja, online tartja a kapcsolatot a fiatal természetfotósokkal, de időnként közös fotózásokat is szerveznek. **Fecskékotta** című fényképe a maga egyszerűségében tökéletes világával kiemelkedik a szokásosan világszínvonalú, díjazott képek közül is. A Lenergy – Az Év Természetfotósa 2021 fotókiállítás december 31-ig tekinthető meg a Magyar Természettudományi Múzeumban. ◆

Kép: naturart.hu/Kártyás Gergő







SZÖVEG –  
VANYOVSZKI MÁRIA

*A Salon*  
BUDAPEST

# Mi fér bele

EGY HÁROMGYEREKES  
ÉDESANYA TÁSKÁJÁBA  
ÉS ÉLETÉBE?

**Szabó Marianna** inspiráció lehet minden 40 feletti nő számára, akinek megvalósulatlan álmai vannak. Hosszú évek emberi és szakmai tapasztalata előzte meg azt, hogy idén debütált a saját márkájával The Bag néven.

◆ Marianna az öltözködés iránti érdeklődését pedagógus édesanyjától örökölte. „Édesanyámnak nem voltak konfekcióruhái. Egész fiatalkorában – később időskorában újra – maga tervezte és varratta az öltözékeit. A szobám melletti gardrób szekrényben voltak ezek a gyönyörűségek, és én rendszeresen átjártam ebbe a helyiségbe: csak álltam és néztem, annyira elbűvöltek ezek a ruhák” – kezdi a történetét.

A szabolcsi kisvárosban felnőtt fiatal lány rendkívül jó nyelvezéssel a debreceni Kossuth Lajos Tudományegyetemen tanult tovább angol–német szakon, majd germanisztikán szerzett egyetemi diplomát. Női ruha-készítést később egy szakmunkás-képzőben tanult. Ezt követően a Rosemari Divatiskola (ma Budapesti Divatiskola) hároméves képzését is elvégezte stylist-divattervező szakon. „Akkor úgy képzeltem, hogy amint befejezem, azonnal elmegyek a divatszakmába dolgozni. Visszanézve, nem értem, hogy gondoltam, mert a divatiskola alatt született két gyerekem, a második az utolsó iskolai bemutató után két héttel. Azonban pontosan emlékszem a nagy készletésre, majd aztán arra is, ahogy szép lassan rájövök, hogy a két kisgyerek mellett ez most nem fog menni” – meséli nevetve.







A diplomák és a tervek bekerültek ugyan a fiókba, de az öltözködési kultúra Marianna mindennapjának fontos része maradt a továbbiakban is. Egyre többször frissítette ruhatárát saját készítésű ruhákkal. Nagy hatással van rá a vintage és az angol divat, azaz a múlt és a jövő – ezek keverékéből képez lenyomatot a jelenben. „A régebbi korok stílusát szeretem keverni progresszív részletekkel, vagy a progresszívabb stílust vintage-dzsel, mert mind a múlt, mind a jövő előtt nyitva tartom az ajtómat” – mondja.

Tulajdonképpen az idén indított táskamárka is egy régi kincs felfedezésére vezethető vissza. Jó pár évvel ezelőtt egy utcai árustól vett meg egy használt, viszonylag nagyobb méretű, régi táskát, aminek a különlegessége azonnal megfogta. Hónapok teltek el, mire használni kezdte, onnantól viszont nem tudta letenni. „Nemcsak azért, mert nem találtam szebbet és praktikusabbat, hanem nálam ez mindennel így működik: ha valami beválik, azt addig használom, amíg már nem lehet megjavíttatni. A slow fashion mozgalommal szerencsére egyre jobban terjed, hogy a tárgyak életét hosszabbítsuk meg, ameddig csak lehet, nálam ez alapbeállítottság. Azt a táskát is nagyon sokáig hordtam, számtalanszor megcsináltattam. Amikor végleg tönkrement, ott álltam tanácsaltanul, hogy akkor most mi lesz.” Marianna megpróbált



hasonló kinézetű és funkciójú táskát keresni, de hamar kiderült, nincs olyan a piacon, ami minden igényét kielégítené. Pont annyira legyen szép, mint amennyire praktikus, azaz férjen bele minden.

Így jött a gondolat, hogy elkészíti saját táskáját, amibe beépíti a régi darab kvalitásait és hozzáfűzi a többéves használatból eredő tapasztalatokat. A márka indulását ugyanakkor egy hosszabb érési folyamat, többéves előkészület előzte meg. Volt, amikor nem találtak megfelelő fogótartót a táskához, és emiatt került a terv újra a fiókba. Marianna nem bánja ezeket az éveket, mivel nem szereti siettetni valami megérését. Ráadásul nem is sűrgette semmi. „Nem volt rajtam az a nyomás, hogy a piaci igényekre a versenytársaimnál hamarabb kell reagálnom, hiszen ilyen típusú táskát nem fejlesztett senki. Erre az igényre én mutatok rá, így bármikor kijöhettem vele” – idézi fel a kezdeteket.

Saját tapasztalatai alapján fejlesztette tovább a régi táska adottságait azzal a belső tagoltsággal, amiben most már mindennek megvan a helye. A THE BAG by maarjan nagyméretű táskái azoknak a nőknek szólnak, akiknek egy napon belül több különböző feladatuk van – mint Mariannának –, és ehhez sok dolgot kell magukkal vinniük. „Azt vettem észre, hogy a munkába





igyekvő nők több táskával próbálják mindezt megoldani. Külön van kis táska a mobillal, pénztárcával, apró dolgokkal, külön a laptop, az iratok, külön az egyéb dolgok, és így is előfordul, hogy kikandikál egy kulacs, vagy a parkolójegy felderíthetetlen helyekre kerül az átláthatatlan táskabelsőben. Ezeknek a hölgyeknek megoldás a THE BAG. Azoknak, akik a munkába, megbeszélésekre, találkozókra összeszedetten szeretnek érkezni, és a táska az öltözköjüknek egy olyan kiegészítője, aminél az esztétikum legalább ennyire fontos szempont” – meséli lelkesen a táska előnyeit.

A praktikum elegáns vonalvezetéssel társul, amit a változatos szín és bőrfelület tesz egyedivé. Minden darab limitált szériában készül, így járulva hozzá az egyéni ruhatár igényeihez. Ezt erősíti az a koncepció is, hogy a táskákat kívül nem logózzák. Így figyelnek azok igényeire, akik nem brandjelölésekkel akarják magukat definiálni, hanem épp ellenkezőleg: a tárgyak finoman simulnak a karakter személyes jegyeihez, mint a méretre szabott ruhák.

A nagy táskák mellé elkészült a midi széria is, ami nem laptopméret, de ugyanolyan jól pakolható, miközben kompaktabb és ékszerszerűbb. A női vonalnál nem álltak meg, Rieger Attilával, a brand művészeti vezetőjével megalkották a férfiaknak szóló sorozatot, amely formájában

idézi a klasszikus vonalat, lekerekítettsége és tagoltsága pedig a mai trendeknek és praktikumnak szól.

Marianna a márka indításának évében kezdte meg pszichológiai tanulmányait a Pécsi Tudományegyetemen. Kérdésemre, hogyan fér főállás és három kamaszkorú gyerek (Regő 15, Csongor 14, Gitta 12 éves) mellett ennyi minden az idejébe, így válaszol: „Hiperaktív vagyok, így nálam az ingerküszöb máshol van. Az is sokat segít, hogy a jelenlegi munkahelyemre egy laptoppal bárhol tudok dolgozni, illetve az utóbbi időben nem is kell bemennem, reggel azonnal neki tudok látni a munkának. Miközben jól beosztom a munkaidőt, folyamatosan elérhető vagyok a gyerekeim számára is. Ennél többet viszont már biztos nem fogok vállalni” – mondja mosolygva az időzsonglőr édesanya.

Marianna a pszichológiai tanulmányait is szeretné összekapcsolni az öltözködéssel. A divatpszichológia egy kevésbé feltárt terület, így bőven ad lehetőséget öltözködési szokásaink, illetve a trendek kutatására. Hosszabb távú terveit között szerepel, hogy táskáihoz illő ruhadarabokat is kínálhasson vásárlóinak, illetve hogy pszichológusként komplex tanácsadással szolgálja ügyfeleit: „A divat és a stílus, amit képviselünk, a személyiségünk része, lelki folyamataink lenyomata, egy tudatos és egyben tudatalatti eszköz azok kommunikálásához.” ♦



SZÖVEG –  
FÚTÓ ISTVÁN

SOROZAT –  
LEZSER

# JÖJJ EL HOZZÁNK BIOMIKULÁS!

◆ Nos, úgy érzem, a Mikulás kissé lemaradt. Lemaradt és/vagy nem figyel. Ez pedig súlyos hiba egy olyan iparágban, ahol a tevékenység lényegi eleme az odafigyelés, vagy ahogy manapság a terminológia emlegeti, az ügyfélközpontúság.

Egyszerűen nem értem, hogy ez hogy lehet, illetve hogy a Mikulás hogyhogyan nem figyel fel erre. Ma már minden valamirevaló esemény előtt, óvodában, iskolában, zsúron, táborban stb. felmerül a kérdés, hogy a gyermek érzékeny-e erre vagy arra, ehete cukrot vagy sem, gluténérzékeny vagy esetleg allergiás a mogyoróra? Csatlakozott-e a no plastic mozgalomhoz, kiáll-e az állatkínzás ellen? Megannyi kérdés. Egy valamirevaló Mikulásnak ezzel muszáj lenne foglalkoznia.

Marketing szempontból órási hiba, ha az eddig piacvezető, sőt a piacon egyeduralkodó Joulupukki és stábjja nem foglalkozik ezekkel a kérdésekkel. Sajnos ez a fajta magatartás, vagy ha precízebben akarunk fogalmazni, ez a szolgáltatói attitűd gyakran megfigyelhető az ún. monopolisztikus piacokon.

Úgy gondoljuk, hogy Mr. Joulupukki számára egyrészt üzleti szempontból nem megkerülhető ez a kérdés, másrészt a probléma, vagy nevezzük kihívásnak, a társadalmi szerepvállalás mentén elfoglalt eddigi pozíciójából sem értékelhető pozitívan.

Amennyiben Mr. Joulupukki nem lépne ez ügyben, valószínűleg megjelenének a fenti igényeket is kielégítő alternatív szolgáltató-Mikulások, a manapság oly lendületes csomagküldési biznisszben megfigyelhető tendenciáknak megfelelően. Lenne, amelyik a rénszarvasokat cserélné valamilyen hibrid vagy elektromos meghajtású vontatóeszközre. (Mellesleg a polkorrektség jegyében lennének végre fehér krampuszok és fekete hóemberek is.) Megjelenének a papír, a lebomló műanyag és a csomagolásmentes megoldások. De a legfontosabb, hogy minden gyermek számára – és ne feledjük: minden gyermek várva vár! – a megfelelő, egyéni igényekre szabott édességek kerülnének a csomagba. Nem hinnénk, hogy a Mikulás ügyfélinformációs részlege számára ez megoldhatatlan kihívást jelentene, hiszen ismert, hogy minden gyermeket előre leprofiloznak, ismerve erősségeiket, hiányosságait, sőt a csizmáik, cipőik aznap állapotát is. Persze értjük, egy ilyen világszintű kiszolgálást nyújtó vállalkozás számára nem egyszerű fejlesztesről van szó, de tekintettel az üzlet szezonális jellegére – úgy érezzük –, kellő idő áll rendelkezésére, hogy informatikai rendszereit, folyamatait a mai piaci igényeknek megfelelően fejlessze.

Egyszóval idén is nagyon várjuk már december hatodikát, hátha történik valami előrelépés ezen a téren. Jöjj el hozzánk, várunk rád! ◆





# MÁV APPAL MINDENKI NYER!

*Használja a MÁV appot, és utazzon gyorsan,  
kényelmesen a fenntartható jövőért!*

*Ha most vásárol jegyet vagy bérletet a MÁV appon, öné lehet az elektromos kerékpárok egyike!*



[mav.hu/appnyeremeny](https://mav.hu/appnyeremeny)

 MÁV-START



# KICSODA JÉZUS KRISZTUS?

**Sosem hallottam oly szavát apámnak,  
Hogy volna fogantja imádságnak.  
Anyám is vette legfőbb példaképnek  
Jézust. Szavát erkölcsi nevelésnek,  
De hogy ő Isten egyszülött fia?  
Vagy esztelenség, vagy komédia.  
Ezt hallottam, de soha semmi mást.**

Reményik Sándor: Elkéstemek (részlet)

◆ Amikor Pál apostol és a többi újszövetségi író a Jézus Krisztusban való hitről beszél, ezt pontosan úgy értik, hogy az ember elfogadja Jézust a maga személyes, legszemélyesebb megváltójának, szabadítójának a bűnből és a haláltól. Ez az, ami hibádzott a közgondolkodásból száz évvel ezelőtt, amikor Reményik Sándor a költeményt írta, és fájón hiányzik a mai kereszténységben is, amelyet immár régóta súlyosan befolyásol a felvilágosodás, a materializmus és a racionalizmus eszméje. Ha megkérdeznénk a magukat keresztényeknek, Krisztushoz tartozóknak valló embereket, megkockázatom, a nagyobbik részük azt mondaná, hogy Jézus egy nagyszerű csodálatos ember volt, erkölcsi példakép minden korban, meg messiás (jelentsen ez bármit), megváltó (de mitől?). Ilyesmiket hallanánk. Azt, hogy ő személyesen az én szabadítóm, sokkal kevesebben vallják.

Kicsoda-micsoda Jézus? „Legfőbb példakép”, ahogy a költő édesanyja is vélte, ennyi. A többi „vagy esztelenség, vagy komédia”! Nos, ez így nem megy. Így nem lehet megszabadulni a bűntől, és erőt venni az igaz élethez. Persze az, hogy ő Isten Fia, aki megtestesült, emberré lett Isten,

csakugyan nehezen hihető. Akik hiszik és mondják, azoknak egy része is úgy érti, hogy Krisztus embersége afféle álruha volt, amelyet ideiglenesen felöltött, de embersége alatt tulajdonképpen egy percig sem volt veszélyben, mivel isten is volt. Mint ilyen, nem szenvedhetett, nem félt semmitől, nem is halt meg igazán, egyszóval a földi élet vállalásával igazából nem kockáztatott semmit. Ám ha így lett volna, akkor az a többször ismételt felszólítása, hogy „jőjj és kövess engem”, az a kíváncsi, hogy én, aki a földön félek, szenvedek, gyötörődöm és meghalok, mindent kockázatok, én kövessem őt – ezt mondani énnekem: minősíthetetlen erkölcstelenség, galádság lett volna Jézus részéről. De természetesen nem erről van szó. Ő nem álruhás emberré, hanem valóságos emberré lett. Éppen ezért kellett földi anyától, Máriától születnie, hogy tőle örökölje emberi természetét, és valóságos emberré legyen, az ember bűnben megromlott genetikai és pszichés adottságaival együtt. Hogy pontosan oda jöjjön le, ahol mi vagyunk, a mi földi, egzisztenciális helyzetünkbe. Ezért lett valóságos emberré, és még azért, hogy megmutassa: így, emberként is le lehet győzni a rosszat. Persze ez az embernek egyedül nem sikerülhet, míg Istennel szövetségben lehetséges. Jézus Krisztusban is éppen úgy megvolt a fogékonyság a rosszra, pontosabban a hajlam arra, hogy önmagának kedvezzen, mint mindenki. Hiszen a Zsidó levél szerint mindenben kísértést szenvedett, mint mi (Zsid 4,15). Olykor félt a rá váró feladattól, a Gecsemáni kertben például halálfélelmében véres könnyeket sírt, és háromszor imádkozott Istenhez, hogy vegye el tőle a szenvedés kelyhét. De amikor azután megerősödött abban, hogy igen, neki ezt meg kell tennie, életét kell adnia az emberért, nem kétségeskedett többé, hanem zokszó nélkül ment a maga útján. ◆



Ifj. Frans Francken (1581–1642): A pásztorok imádása, 1625–1630 körül



SZÖVEG –  
LACKFI JÁNOS

SOROZAT –  
HUNGARIKUM

ILLUSZTRÁCIÓ –  
BALASSA NIKOLETTA

A CIKK TÁMOGATÓJA:



AGRÁRMINISZTERIUM

# LEGKISEBB

◆ Volt egyszer egy szegény ember, és annak három fia. A legnagyobb szeretett tanulni, halbiológusnak állt, egy németországi kutatóintézetben agyatlanra keresi magát, legalábbis hozzám képest. Szuper jó fej a felesége, Hilde, van három klassz srácuk, erdei oviba jár a legnagyobb, egész nap a természetben. Sárgulok az irigységtől. Vagy a fene tudja, Norbi mindig higgadt és türelmes volt, én ilyen sose tudnék lenni. Ha nekem jut az ő élete, egy szép napon rám jönne a dili, szétrúgnám az egészet, hátralévő éveimben megátkoznám magam emiatt.

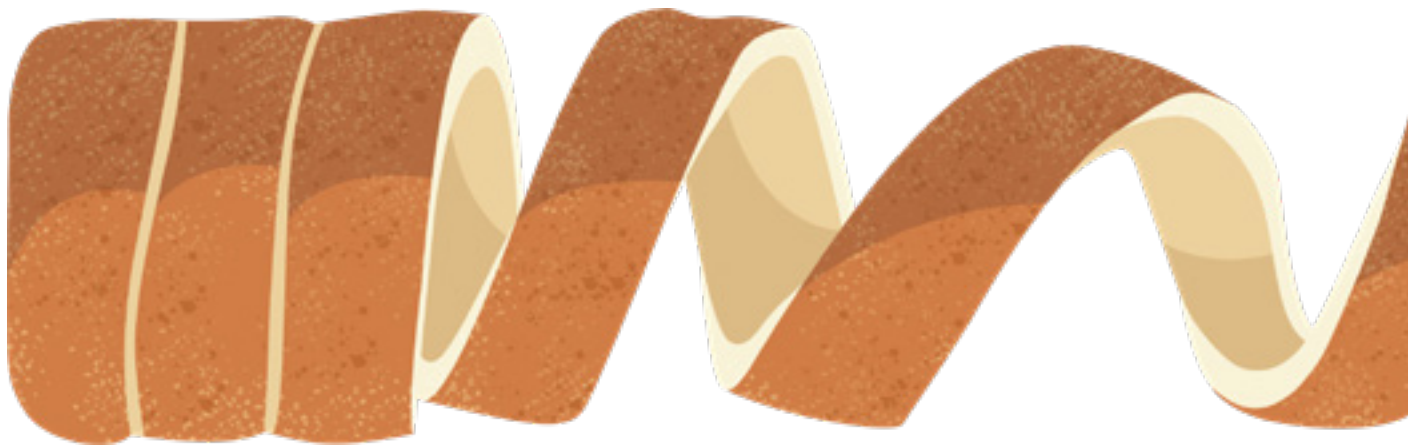
A szegény ember történelmet tanított, megtanult hát rafináltan beszélni a múlt eseményeiről. Úgy, hogy se a rendszert ne haragítsa magára, se magát ne kelljen szembeköpnie. Megvoltak a túlélési stratégiái, ahogy nevetve mesélte. „A Szovjetunió gazdasági fejlődése töretlen, a tudomány jelenlegi állása szerint nem meghatározható, mikor előzi meg az Egyesült Államokat... Értitek? Nem meghatározható... Ebbe kössenek bele!” Rejtett ellenállási akciói voltak a legbecsesebb kincsei. Na meg a gyufaszálakból épített makettek, Operaház, Parlament, Mátyás-templom. Végtelen munkaóra, végtelen számú cigaretta, éjszakánként villanycsík kúszott ki a konyhaajtó alatt, ahol munkálkodott. „Jövök, anyu, csak ezt a párkányt befejezem.” Mindig akadt egy félkész párkány. Mikor megrendelték tőle a Lomonoszov Egyetem kicsinyített mását, időhiányra hivatkozva udvariasan visszautasította a felkérést, mert éppen az Eiffel-féle Nyugati pályaudvaron dolgozott. „Értitek! NYUGATI pályaudvar!” Hurutos nevetéssel kísérte szavait, valahányszor túljárt a rendszer eszén.

Középső fia is volt ám a szegény embernek, nagyreményű sportoló, mígnem pont a csúcson, élete első felnőtt magyar bajnokságán, amelyet addigi eredményei alapján meg kellett volna nyernie, beleakadt a lába egy gátba, zuhantában feldöntött még négyet vagy ötöt. Spirális szerkezetű sípcsonttörést szerzett, elröppentek a sportálmái. A testnevelésit elvégezte. Plusz egy alkohollista tornatanár. Oké, küzd a piával, hol tisztább, hol kevésbé, de önkéntelenül szagolgatni kezdte a lehetőséget, sosem tudod, hol tart éppen. Lányát alig látja, felesége otthagya. A szülők a kirúgatását követelik, pedig a srácok alaplól szeretik, csak ha másnapos, irgalmatlanul meghajtja őket.

Tekeredik. A kígyó. Rétes akar lenni.

Rétes nem, de kürtős mindenképpen. Ki tudja, reggel óta hányadikat gyúrom, tekerem fel. Egyszer összegeztem, és ha úgy vesszük, hogy a méteres csíkokból legalább három percenként eladunk egyet (ami óvatos becslés, sokan kettőt-hármat visznek),





akkor egy-egy ilyen tízórás után kétszáz méter fogy el. Ami évi kétszáz munkanappal felsorozva negyvenezer. Tizenkét hónap alatt negyven kilométer utat teszek meg tésztaháton, öt éve csinálom, ami kétszázat jelent. A bódénktól Pozsonyig ki lehetne aszfaltozni vele az utat. Ha kicsit reálisabban kalkulálok, akár Bécsig vagy Zágrábig is elérhet a tekeredő kígyó.

Közben nem mozdulok tapodtat sem. A világ maga jön hozzánk. Hungarian speciality. Csehek, angolok, németek, spanyolok, távol-keletiek, ezer náció. Volt már perui meg malajziai is. Sejtjeikbe épülve viszik szépen tovább a magyar tésztát. Egy darab búzaföld. Nem ilyen romantikus munka ám, nincs idő tökölni, töprengeni.

Fahéjas, diós, kakaós, málnás. A málnás kicsit savanykás a szárított, morzsolt gyümölcstől. Kiveszem a tésztaedényeket a hűtőből, kezdem nyújtani, vágom is, csévélem is, megállás nélkül. A feltekert hengereket adom Szilvinek vagy Tominak, pörkölik az izzó parázs fölött. Aztán beleforgatják a kívánt szóróba, csomagolják, és ollé! Itt, a belvárosban mindig sorállás van a bodegánk előtt.

Cigiszünetben, vagy ha ebédelek, megpróbálom elképzelni az emberek fejében forgó sorsok szalagját. Mert mindenkinek megvan a magáé. Az indiai srácok informatikusok, egész nap hirdetésekkel szórják be a netet kamuprofilokon keresztül. A két spicces osztrák lány egyetemista, egyik vegyész lesz, másik iparművész, mellésként babysittelnek. A hatalmas sörényű lengyel lány modellkarrierről álmodozik egy nagyáruház pénztárában. A jó karban lévő idős amerikai pár körtét nemesít a kertben, mióta nyugdíjba mentek.

Szilvivel megvagyunk, hol a munka mérgezi a magánéletet, hol a magánélet a munkát. Kettőnk hullámvastagját

is belegyúrom a tészta. Nehéz a másikra haragudni, ha három négyzetméteren kell elférni vele, és folyton egymásba ütköztök. Persze békében élni is nehéz így. Ráadásul árgus szemmel figyelnek kintről, mint valami állatkerti állatokat.

Hullafáradtan hazaesünk, és csak pörgetjük a net végtelenített tésztafalagját. Gyerek? Lakás? Miből? Hogyan? Nem is tudom, Szilvi akarja-e. Beszélni kéne róla. Van egy kutyánk, Robin. Körülbelül minden energiánkat leköti. Ráadásul jönnek az ünnepek, még nagyobb lesz a hajtás.

Ja, nem mondtam? Én vagyok a szegény ember legkisebb fia. Ha kiálltam a próbákat, lehetek halbiológus vagy alkoholista tornatanár. Standup-comedy-sztár vagy béke Nobel-díjas. Nem leszek. Tekeredik a szalag. Vajon mi akar lenni? ♦

## A kürtőskalács

nevét a formájában hasonló, füstelvezetésre használt kürtőről kapta. Az egyik első ismert receptje gróf zabolai Mikes Mária 1784. évi erdélyi szakácskönyvéből származik, a 18. század végére a teljes magyar nyelvterületen elterjedt, és mind a polgári, mind a népi konyhaművészetnek meghatározó eleme lett. A 20. század elején felületét kristálycukorral és dióval kezdték ízesíteni. A Dunántúlon botra tekercsnek, dorongfánknak, dorongos fánknak; az ország keleti területén kürtőskalácsnak, kürtősfánknak, kürtős pánkónak hívják.



SZÖVEG –  
PARTI JUDIT

KÉP –  
PÁCZAI TAMÁS

# MINDEN ÍRÁS KITÁRULKOZÁS, ÉS VALAMILYEN MÓDON TEREMTÉS IS

Női sorsok kedvelt írója, a József Attila-díjas **Ugron Zsolna**, amikor legújabb könyve kapcsán találkozunk, ragyog és szabadkozik. Aggódik az összekoszolt bögre miatt, és gyermeki örömmel fogadja a duplafalú lattés poharat, ami a nyári emlékeit idézi. Ilyenkor még szebb. Egyébként nem reggelizik. Szinte soha. A novellás kötetének címe olyan, mint a kifordított Esterházy-kötet (Egy nő), de nem kérdezek rá, inkább az írói identitást járjuk körül.

## ◆ – Beszéltél róla, hogy vágnál egy írókabinra, ezt hol képzeled el?

– Erdőben – arra vágyom, hogy fák vegyenek körül. Nemrég online sorozatot készítettem arról, ahogy híres írók dolgoztak. Írópavilonja Mark Twainnek volt: a testvére farmján az Egyesült Államokban, a háztól jókora távolságra egy dombtetőn – ha elvonult írni, csak gonggal lehetett jelezni neki étkezés vagy más mondanivaló ürügyén, de személyesen nem lehetett zavarni. Az írók közt eltéréseket abban találtam, hogy valaki ülve, állva, esetleg fekvésként írt-e, színjózanul vagy félrészegen – a közös pont: mindenki izolálva írt, vagy legalábbis csukott ajtók mögött.

## – Inspirált ez a sorozat téged is?

– Sokáig nem írtam, mert annyi más zajlott az életemben; szóval kicsit kapaszkodót is kerestem a nagyok munkamódszerében; érdekelt, hogy oldják meg, amikor nem tudnak írni.

## – Tisztázódott ezekből valami a magad számára?

– Semmi új és semmi meglepő. Részben emiatt vagy sem, ezt már nem tudnám megmondani, de elkezdtem írni. November végén jelent meg az a néhány új novella, amelyek régebbi szövegemmel egybeszerkesztve alkotnak kötetet. Tőlem váratlan írások, azt hiszem.

## – Írói válságod volt, ha jól értem.

– A múlt időt akkor merem majd kimondani, ha megírom a következő regényt. Bár ezek a mostani rövidebb írások sem a műfajuk okán jelentettek könnyebbséget, hanem mert a regény komolyabb elköteleződést igényel. Ahogy múlnak az évek, egyre féltékenyebb vagyok az időmre, és komolyabban átgondolom, hogy mire számok belőle – nem mindegy, hogy egy-két éven keresztül mivel foglalkozom.

## – Félsz egy nagyobb lélegzetvételi könyvtől?

– Persze, hogy félek. Mindig tartok a szövegtől, az írástól. Minden munkának van tétje – ennek is. De nem is a tétje riaszt, hanem az, hogyha elkezdem, meg kell csinálni – a gyötrődés, ami közben van, az a riasztó. Irigylem azokat, akik számára az írás felszabadító tevékenység – nekem kihívás és kínlódás. Persze az élet sokszor hoz gyötrődést – aminek a vége mégis jó.

## – Pont a tétről akartalak kérdezni: Visky András kolozsvári íróhoz kötődik bennem az a gondolat, hogy az írás magas kockázatú tevékenység. Számodra mi a tétje?

– Minden írás kitárulkozás is, és valamilyen módon teremtés is, a szavak okán. A korábbi történeteimben az a súly is ott volt, hogy a magyar történelemszemléletet



mégiscsak formálja az irodalom. Ebből is következik valamilyen tét – de főleg abból, ahogy a szövegek hatnak. Rám is és másra, és ez utóbbi felmérhetetlen.

#### **– Miben mások ezek a történetek?**

– Talán a mágikus realizmus és a fantasy felé mutatnak, ha mindenképpen be kell dobozolni. Nagyon sokszor engem is megleptek a szövegek, nem számítottam rájuk. Van bennem szorongás, ha a fogadtatásra gondolok. Meg fog viselni, ha nem szeretik majd – de a következő regényt még biztosan meg fogom írni. Az igazi tét azonban mégis az, ahogy a szöveg alakul és alakít engem.

#### **– Mi okozta azt a változást benned, aminek az eredménye a másfajta megfogalmazás?**

– Nagyon zaklatott ritmusa van mostanában az életemnek, amin próbálok változtatni, de egy része nem tőlem függ – ez a személyes reflexióm erre. Más ritmusú, más

tömörségű szövegek jöttek létre, de ez nem volt tudatos, egyszerűen így alakult. Nagyon ösztönösen írok – ezt talán mostanra tudtam megszeretni.

#### **– Az igazságkeresésben viszont van egy nagyon racionális oldalad is.**

– Ezt én még mindig az emocionális részhez sorolom. Jogot tanultam, és a jogtudomány struktúrái mint rendszer és rendszerben tartott gondolkodás, belém vésődött. Ez tud abban segíteni, hogy keretek között tartom az ösztönösen belülről építkező történeteket.

#### **– Különböző identitásokból, változatokból vegyül össze az, aki vagy, a jogász, az író, az édesanya... Önmagad meghatározását mivel kezdenéd?**

– Nem akarom magamat meghatározni. Nagyon összetett mindannyiunk jelenléte a világban, nem szeretek azzal foglalkozni, hogy én ki vagyok. Valós kérdésnek azt gondolom, hogy a kapott feladatoknak és felelősségemnek megfelelek-e, és hogyan hagyok nyomot a körülöttem élőkben.

#### **– Minden írásod önreflexió is...**

– Ahogy minden írás az. Ebben a könyvben vannak azért megment történetek, amelyek annyiban önreflexiók, hogy az én világlátásom a szűrő.

#### **– Mennyi belőle az olvasmányaid hatása?**

– Mostanában erősebben hatnak a vizuális tapasztalatok, mint a szövegélményeim – nem véletlenül jelentek meg a rajzok is a kötetben. A nyaralásunk alatt hosszú idő után először voltak napjaim, amikor semmilyen határidő nem nyomasztott, és ebben a szabadságban kezdtek megszületni ezek a grafikák. Humoránál fogva inspirálóan hatott egy-két karikatúraszzerű, reneszánsz végi rajz, középkori kódexképekben találtam hasonlókra.

#### **– A pandémia nyilván veled is tett valamit azontúl, hogy az internetes jelenléted jelentősebb lett, és kaptál egy József Attila-díjat.**

– Azért a realitástól való elszakadás nem új – hiszen eddig sem véletlenül írtam olyan történeteket, amelyek nem a mai magyar valóságban játszódnak. Mindig komoly díszlet- és jelmeztárból dolgoztam, amikor előállt egy-egy szöveg, hogy ez erőteljesebb, azt lehet a pandémia számlájára írni. Lehet, hogy szokatlan tőlem ez a hang, de ez is én vagyok. Újrakezdtém írni, és a megszülető lendületből lesz erőm továbbvinni a nagyobb lélegzetvételi szövegeket is. Szóval lesz regény is. ♦



SZÖVEG –  
VÉSEY MIKLÓS

SOROZAT –  
BIBLIAI TÖRTÉNETEK

# ÉJSZAKA

„Amikor Heródes látta, hogy a bölcsek kijátszották, haragra lobbant és Betlehemben és környékén minden fiúgyermeket megöletett kétéves korig.

(Mt 2,16)

◆ Még jó, hogy nem az anyaméhben akarják megölni őket, mondta a feleségem, amikor felolvastam neki a határozatot. A benne forrongó méreg aztán pár perc alatt sírásba torkolt. A vállamra dőlt, és csendesen rázta a zokogás. Tudtam, hogy nem a kétségbeesés, hanem a hála könnyei voltak ezek: elképesztően szerencsések voltunk, mert a legkisebb fiunk egy hete lett kétéves. Ha csak pár nappal lett volna fiatalabb, őt is lemészárolták volna. Heródes katonái nem ismertek kegyelmet.

Talán ennek a felfokozott érzelmi állapotnak köszönhető, hogy megsajnáltam azt a hajléktalan párt. Az is igaz persze, hogy a valódi, őszinte alázattal szemben mindig fegyvertelen voltam. Csak álltak az ajtóban lesütött szemmel, és látszott rajtuk, hogy nemleges válasz esetén is ugyanaz lesz a reakciónk, mintha befogadtam volna őket. Jó lesz nekünk az istálló is, mondta a férfi, csak pár órára lenne szükségünk, és már megyünk is tovább. Az asszony hiába takargatta a hasát, egyértelmű volt a helyzet. Képtelen voltam nemet mondani.

Féltem, hogy az állataim ellenségesen fogadják őket, de még a vemhes, izgága szamaram is egyfajta belső nyugalommal vette tudomásul az érkezésüket. Kerülgették, szagolgatták a párt egy darabig, aztán visszamentek a helyükre. A férfi alázatosan hálálkodni kezdett, de mielőtt befejezhette volna, gyorsan mondtam neki, hogy én nem is hallottam rólok, ha bárki kérdezi, ők csak belógtak ide a tudtom nélkül.

Valószínűleg az istállóból behallatszó nyögések és kiabálások tehetnek arról, hogy rosszul aludtam aznap éjjel. Álmodtam katonák törtek ránk, furcsa, zöld öltözetben. A karszalagjukon kereszt volt, amelynek négy ága horogszerűen megtört, sapkájukon pedig ötágú vörös csillag virított. Benyitottak az összes szobába, feldöntögették a bútorokat, a falakat végigkopogtatták, az egyikük még a deszkapadlót is felbontotta. Hol rejtegetitek őket, üvöltötte a vezérük teli torokból, tudjuk, hogy tiltott személyeket bújtattok. Nem válaszoltam semmit, úgyhogy az ágyamra fektetett, a mellkasomra ült, és kést nyomott a torkomhoz.

Arra ébredtem, hogy Heródes egyik katonája a mellkasomon ül, és kést szorít a torkomhoz, hol rejtegetitek a csecsemőt, faggatott, több tanúnk van rá, hogy a ti istállótok felől hallották a sírását. Én nem tudok semmiről, sziszegtem a szemébe, de a szamaram ma hajnalban ellett, lehet, hogy az ő bőgését hallották. Nem találtunk senkit, szólt rá egy társa a hálószoba ajtajából, csak egy szamarat nyalogatja az istállóban a borját, az éjjel szülhetett. Gyanúsak vagytok ti nekem, suttogetta a fülembe a katona, de leszállt rólam. Verj a kapuba egy szöveget, szólt vissza a másiknak, de csak félig üsd be, abból tudják a többiek, hogy már jártunk itt.

Bár egyfajta jelként biztosította a védelmünket a többi katonától, mégis megpróbáltam kihúzni azt a szöveget, miután távoztak. Bélyegnek éreztem. De hiába rángattam órákig egy harapófogóval, sehogy se sikerült. ◆

# ÚJRAKEZDÉS, KIBONTAKOZÁS, FELFEDEZÉSEK

A Liszt Ferenc Kamarazenekar a nemzetközi híró hegedűművész, *Vadim Gluzman* vendégszereplésével kezdte meg 2021/22-es évadát a Zeneakadémián. A nagy sikerű telt házas koncert után az együttes művészeti vezetőjével, *Várdai István* csellóművésszel beszélgettünk.



## ◆ – Hogyan kezdődött a közös pályafutás a kamarazenekarral?

– Örömmel mondtam igent 2020 elején a zenekar felkérésére, mivel úgy érzem, hogy a Liszt Ferenc Kamarazenekar és a saját művészi fejlődésem kulcsa ugyanaz: magyar muzsikusként olyan zenei és művészeti programok létrehozása, amelyek maradandó élményt nyújtanak a közönségnek, és magas szintű kulturális értéket képviselnek a világ bármely pontján.

– A 2021/22-es évadban összesen 7 alkalommal lép fel a zenekar a Zeneakadémián. A zenekarvezetők manapság szívesen hívják fel a figyelmet arra egy-egy jelzővel vagy mottóval, hogy koherens műsor-összeállításra számíthat a közönség. Mire gondoljunk, ha végignézzük az ideji programot?

– Nekem a kibontakozás, az újrakezdés jut eszembe. Elég komplikált időszakon vagyunk túl, a lezárások

alatt is igen aktív előkészítő munkát folytattunk, aminek a gyümölcse most érik be, és örömmel tölt el, hogy a nehézségek ellenére, kiváló vendégművészekkel dolgozhatunk együtt az ideji évad során.

– A következő zeneakadémiai hangversenyük szólistája, az aktív és szenvedélyes kamarazenész, a 33 éves *Sergei Dogadin* hegedűművész. Mi az apropója a koncertnek?

– A hangverseny a Liszt Ferenc Kamarazenekar és a Zeneakadémia közös, Mesterjáték elnevezésű projektjének első eseménye, amely egy izgalmas folyamat eredménye: a zenekar az ideji évben különböző kurzusokkal integrálódott az egyetem oktatási rendszerébe, majd mintegy 70 jelentkező közül választottuk ki a nyolc legígéretesebb diákot, akikkel két fő- és több kisebb projektben dolgozunk tovább együtt. Ezen az estén, december 5-én a 8 tehetség velünk együtt lép fel.

Emellett a már említett kiváló vendégművészeink, *Sergei Dogadin* szólójátékát is élvezheti aznap este a közönség. Emlékszem, a fiatal orosz hegedűművészt a moszkvai Csajkovszkij Verseny zsűrijében ülve hallottam először. A versenyt akkor megnyerte, ma pedig már a legrangosabb együttesekkel dolgozik együtt, és rendszeresen fellép olyan nemzetközileg elismert muzikusokkal, mint *Daniil Trifonov*, *Narek Hakhnazaryan* vagy *Denis Matsuev*. Közös fellépésünkön az egyik legvirtuózabb koncertóval mutatkozik be a budapesti közönségnek. *Brahms* D-dúr hegedűversenyét sokáig ritkán lehetett csak hallani, mert technikailag egyszerűen megoldhatatlannak tartották néhány elemét. Úgy hiszem, amellet, hogy biztosan érett művészi interpretációra számíthatunk, jelenléte példát és távlatot kínál majd a növendékek számára. ◆

További információ: [www.lfkz.hu](http://www.lfkz.hu)



SZÖVEG –  
SZÁM KATI

# *A FÉKEN TARTOTT FESZÜLTSGÉ ÉS A JELENLÉT ÖRÖME*

Kép: InterCom



**Didergős, sötét, adventi estéken, amikor a város karácsonyi fényei meglágyítják a szívet, jó összefutni valahol a családtagokkal, barátokkal. És ki ne nézne meg ilyenkor egy igazi karácsonyi filmet? Ha lehet, valami újat. Idén magyar karácsonyi filmünk is lesz! November 25-én mutatták be a mozik a Nagykarácsony című romkomot. A rendezővel, *Tiszeker Dániellel* és a forgatókönyv ihletőjével, *Lantos Arnolddal*, ja, nem, *Ötvös Andrással* beszélgettünk.**

**- Négy évig készült a film forgatókönyve. Tulajdonképpen mi történik ennyi idő alatt?**

**Dániel:** Jópofa dolognak tartottam, hogy Andrisra írunk egy forgatókönyvet, de ez nagy felelősséggel is jár, mert megkeserítjük a színész életét, hiszen rengeteg bizonytalan tényező van, az is végig ott lebeg, hogy esetleg nem valósul meg, az is, hogy nem őt szavazzák meg. Ezért emberi oldalról kicsit bánom, mert nehéz pillanatokot okoztam neki, nekem viszont nagy segítség volt végig ismerni a főszereplőt. Nagyon erős tud lenni egy karakter, ha látom magam előtt az arcot, az embert. Bár a *Testről* és *lélekről* például 18 évig készült, nekünk a négy év is sok volt, ebben sok gyakorlati akadály is közrejátszott, a járvány is például, de minden okkal történt és értelmet nyert.

*A karácsonyhoz az emberek nagyon különbözőképpen viszonyulnak – ilyenkor van a legtöbb lánykérés, és sokan ilyenkor a legmagányosabbak.*

**– András a karácsonyi sztorihoz passzolt a fejedben?**

**Dániel:** Nem, a tűzoltóhoz. December 24-én a nagybátyám lakásából végignéztem, ahogy lehozta a Szabadsághídról egy öngyilkosjelölt lányt. Fent a magasban órákig ölelték a tűzoltók a karjukban, felvittek egy nagykabátot is, és abban ölelték. Szép pillanat volt ez karácsony este. A forgatókönyvíróknak elmeséltem a sztorit, és innen kezdett kirajzolódni a történet. Az volt a cél, hogy a mi filmünk ne a Mikulásról szóljon, mint az angolszász filmek, hanem egy ma élő hús-vér emberről – egy tűzoltóról. Andris volt az első és utolsó, aki beugrott a fejemben.

**– A tűzoltó is kicsit mesebeli hős, a kisfiúk példaképe. Talán annak is a szimbóluma, hogy mindannyiunkban vannak ideális elképzelések a hivatásunkról, de hőssé lenni ritkán van alkalom, mert sokszor a sűrű hétköznapi megemésztik az álmokat. András, neked mit jelent ez a tűzoltó?**

**András:** Nyilván volt egy ethosza a figurának, és igazság szerint minden igazolódott is ebben a fél évben, amit gondoltam róla. Ugyanakkor annak is lehetnek problémái, főbiái, akít a gyerekek vagy az emberek hősnek gondolnak. Ennek a kettősségnek a megmutatása csodálatos jutalomjáték egy színész számára. A másik fontos tapasztalat, hogy a tűzoltók oda mennek, ahol baj van, és ez a létezésnek azzal a részével is szembesít – bármennyire is szeretnénk mosolyogva élni a kis civilizált életünket –, hogy velünk is megtörténhetnek a bajok, hogy sok minden van, amit nem tartunk az uralmunk alatt. Például az életünket. Mindemellett a tűzoltók munkája egyfajta féken tartott feszültség, ami a színésznek is alapélmény. Ezért jönnek az emberek a színházba, Márai Sándor ezt cuclinak hívja. Annál feszültebb dolgot nem tudok elképzelni, mint amikor egy tűzoltószertárban még nincs semmi, a csőre töltött nadrágok várakoznak, az ajtó bármelyik pillanatban kinyílhat...



Tiszeker Dániel

Ötvös András

**Dániel:** Takarás. Én így szoktam nevezni ezt a színházban. Csak a tűzoltó nem egy háromórás előadás egy részében van takarásban, hanem egy 12 órás műszakban, és ugyanúgy azonnal ugrani kell.

**– Vagy tágabb értelemben az egész premier előtti munka ilyen, hiszen a próbán is fel kell hoznod magad arra a feszültségi szintre, amikor majd közönség előtt játszol?**

**András:** Igen. De nekem maga a sztár feszültsége, a várakozó autók fejezik ki a legjobban mindezt, amikor még a tűzoltók kint pingpongoznak...

**– A színész, aki ilyen képekben lát, segíti a rendezőt is?**

**Dániel:** Az az öt-hat alkalom sokat segített, amikor tudtunk a karakterről beszélgetni Andriszal, sőt egy idő után már Lantos Arnolddal beszélgettem. Harcos- és alkotótárs lett.

**– A karácsonyi közönségfilmek receptjéből mit akartatok elhagyni vagy megtartani?**

**Dániel:** A karácsonyi filmeknek az angolszász és olasz kultúrában nagy hagyománya van. A kelet-közép-európai országok nagy része elkezdte lemásolni az *Igazából szerelem* vígjátékot, a lengyeleknek egész trilógiájuk épült hasonló minitörténetekre, de a csehek és a németek is megcsinálták a maguk igazából szerelem filmjeiket. Ilyet nem szerettem volna, a főszereplők sem felső tízezer-beli emberek, hanem egy tűzoltó és egy tanárnő. Az angolszász hagyományok – a Mikulás, a pulyka, a fagyöngy alatti csókolózás – helyett itt töltöttkaposzta, betlehemezés, Mennyből az angyal van. Ezek persze csak díszítő elemek, de egy saját karácsonyi filmnyelv megteremtése

is a szándékunk volt. Az alapvetés az volt, hogy a karácsonyt a maga komplex jelentésében mutassuk meg, mert nemcsak arról szól, hogy összegyűlik a család és megajándékozzuk egymást, hanem ennél sokkal-sokkal rétegzettebb. Az emberek is nagyon különbözőképpen viszonyulnak hozzá – ilyenkor van a legtöbb lánykérés, és sokan ilyenkor a legmagányosabbak.

**– A karácsony, az ünnep nagyon beszédes pillanatfelvétel is lehet az emberi kapcsolatokról, a közösségekről. A ti életetekben mire világít rá?**

**András:** Inkább úgy fogalmaznék, hogy nekem kell rávilágítanom, hol tudom felfedezni az ünnepet, és hogy tudom megvédeni a körülöttem élőket attól, amit ma hazudnak nekünk. Azért nem szeretik az emberek a karácsonyt, mert annyiféle gazdasági szándék tapad rá, hogy nehéz megóvni – ahogy Pilinszky mondja – a jelenlétünk örömét. Ez a film úgy készült, és annyi munka van benne, hogy alkalmas arra, hogy megvilágítson valamit, ezt jó lesz együtt megnézni.

**Dániel:** A szeretet tériszonyáról és kicsinyes aggodalmáról is van Pilinszkynek egy verse – sok Pilinszkyt olvastunk a forgatás alatt. A film dalában is elhangzik, hogy együtt lesz minden nap ünnep – ezt próbáltuk meg kirajzolni. A karácsony a kereszénység második legnagyobb ünnepe, tehát fontos ez a dátum, de mi magunk is ünneppé tehetjük a napokat. Én kis csonka családban nőttem föl, a huszonegyedik a nagymamámmal, nagybátyámmal és az édesanyámmal telt, az apai ágon pedig 25-én 40-50 fős karácsony volt. Sokáig nem tetszett, hogy egy évben egyszer nekem kötelező elmenni a nagy Tiszeker karácsonyra, de amikor már ott voltam, mindig azt éreztem, hogy ez nagyon jó. Később nagyon jó beszélgetéseink voltak ezeken a családi összejöveteleken. Ez a kettősség is izgatott. Hogy miért kell egy évben egyszer ünneplőbe öltözni, ajándékot venni, sorban állni... de amikor már ott állunk a fa alatt, és kibontjuk az ajándékot, amikor a kisgyerek szemét befogjuk, aztán meglátja a karácsonyfát, akkor mégiscsak értelmet nyer az egész.

**– A karácsony, sokunkban legkésőbb 24-én éjfélig felteszi azt a kérdést, hogy jobb emberek lettünk-e a tavalyinál. Oda tudtam-e figyelni másokra, fel vagyok-e készülve az ünnepre? És legtöbbször az ember deficitel érkezik a fa alá...**

**András:** Azt, hogy a téli napfordulón megszületik az Isten, azt, hogy az az Ige, amely kialakította a világot, testté lesz, egy hosszú advent előzi meg. Ez az Ószövetség. Eszerint

a mérce szerint az egész életünk deficitben telik, de nem azért, mert nem vagyunk jó emberek, hanem mert az ember alapvetően céltévesztettségben él, ha magát magából definiálja. Ebbe a céltévesztettségbe világít be az, hogy a Teremtő testet ölt. De nem visszafelé világít, hanem előre. Föl azért nem ment minket, de segít élni, mert az ember a nyomorúságával együtt elfogadtatik.

**– Egy olyan korban, ahol mindent szeretünk egyénre, fogyasztóra szabni, létezik családi film? A Nagykarácsony családi film?**

**Dániel:** Valamiért a karácsonyi filmekről azt gondoljuk, hogy családi filmek, ugyanakkor ma már nagyon nehéz a tizenkettes karika alá belekerülni. Ez egy érzelmes és szórakoztató történet, amelyben benne van a karácsonyi mese is, de ha arra törekedtünk volna, hogy 12 év alattiak is nézhessék, nagyon sok fals dolog lett volna benne. Például a tűzoltó közeg egy kemény maszkulin társaság, a tagjai biztosan mondanak olyan szavakat, amelyeket a gyerekeknek nem kellene hallaniuk. Ez egy randifilm vagy nagyon jó szórakozás 12 évnél nagyobb gyerekekkel, vagy ha lenne nyolcéves karika, akkor nyolcévesekkel. Egyébként kilencéves gyerek-szereplői vannak.

**András:** Manapság elhithetik velünk, hogy mindenki egyéni, de hogy lehet, hogy mégis mindenki ugyanabban a ruhában, ugyanolyan hajjal, ugyanazzal a bizalomkártyával éli a „nagyon egyéni” életét. Szerintem azért családi ez a film, mert minden alak komolyan van véve. A magyar mozival sokszor az a gond, hogy a közönségfilmekben kétdimenziós figurák vannak. Ez a film úgy szellemes, hogy minden korosztály – és sok korosztály van benne, ahogyan egy családban is – komolyan van véve.

**Dániel:** Ha forgalmazóként nézem a mostani helyzetet, a 30 százalékos mozilátogatottsággal és a streaming szolgáltatók zsilipelésével, akkor nehezen sorolom be, de ha a forgatásnak az a pillanata jut eszembe, ahol a karácsonyi fények között szólt a dal, és mi magunk is egy nagy családként vagyunk együtt – akkor ennél családibbat el sem tudok képzelni.

Kiváló végszó lehetne, de András, ahogy szokta, most sem feledkezik meg a filmben velük dolgozó igazi tűzoltókról, és hozzáfűzi: „Esetleg elmondhatom a tűzoltók neveit? Oláh Péter, Winkler Sándor, Szabó Rafael, Breiner Gábor, Papszics Gábor, Kodrucz Norbert, Balázs Mihály, Égető Szilárd. Csak hogy sokáig éljenek” – teszi hozzá. ♦



SZÖVEG –  
JÓNÁS ÁGI



„Néha bizony állhatna egy nap többől, mint 24 óra” – mondja mosolyogva **Batthyány-Schmidt Margit**. Aki édesanya, feleség, nemzetközi agrárszakértő, a Magyar Női Unió Egyesület alapítója és elnöke, több nemzetközi szervezet tagja, a Magyar Batthyány Alapítvány elnöke, valamint az Új Társadalom Szalon megálmodója és főszerzője. Misszióiról, családról, nőiségről és jövőbeli tervekről beszélgettünk vele.

◆ – **Kezdetben, hogy élte meg, hogy egy ilyen nagy múltú család tagjává vált?**

– A Batthyány család egy zárt közösség, tagjának lenni nagy társadalmi felelősséget jelent. Beleástam magam a család több évszázados történetébe, majd férjemmel közösen megalapítottuk a Magyar Batthyány Alapítványt, amelynek célja a családi hagyományok ápolása, a szellemi örökség gondozása, a fennmaradt történelmi relikviák összegyűjtése, valamint komplex szakmai programok megvalósítása. Hagyományörzés és újító szándék összekapcsolása ez, melyet én tradinnovációként szoktam említeni – azaz a klasszikus értékeket a jelen és jövő nemzedéke számára is követhetővé, befogadhatóvá tesszük.

– **A Magyar Női Unió eredményei közül mire a legbüszkébb?**

– Konferenciákat szervezünk, kerekasztal-beszélgetéseket, képzéseket tartunk, pályázati lehetőségeket mutatunk be. Legfőbb célunk az önmagukat magyarnak valló

”

## Pelikánoknak és oroszlánoknak is kell lennünk

vidéki nők felkarolása, családban betöltött szerepük felértékelése, életminőségük javítása, testi-lelki és mentális egészségük megőrzése, vállalkozóvá válásuk ösztönzése. Fontosnak tartom, hogy férfi és nő egymást kiegészítő szerepét hangsúlyozzuk a családban, közösségekben, a társadalomban. Büszke vagyok például a novemberben induló Talent A Magyarország – 2021 Oktatási és támogatási programra, melyen legalább 30 magyar női gazdálkodó vehet részt. A hazai szakértők bevonásával megvalósuló ingyenes online program célja, hogy a mezőgazdasággal foglalkozó magyar nők számára széles körű szakmai, oktatási és pénzügyi lehetőséget biztosítson. De azt is említhetném, hogy sikerült bejutnia egy hazai hölgynek az európai női farmereknek kiírt innovációs díj (Innovation Award for Women Farmers) legjobb jelöltjei közé.

– **Ön szerint miért jó nőnek lenni?**

– Elsősorban, mert a nő kiváltsága, hogy életet adhat. Szerintem amilyen a nő, olyan a család, s amilyen a család olyan a társadalom. A Magyar Női Unió abban próbál segíteni, hogy a nők harmóniában éljenek. Amikor a Batthyány-címerre nézek, eszembe jut, mennyit változott a világ és a nők helyzete. A címer tetejét korona díszíti, közepében egy pajzsformában látható egy pelikán, aki védi és saját vérével eteti a kicsinyeit. Alatta ott a szájában kardot tartó oroszlán. Mi, nők hosszú ideig pelikánok voltunk, szeretettel áldoztuk fel magunkat a családért. De ma a „pelikánság” mellett ott kell lennie bennünk az „oroszlánságnak” is. Oroszlánként kell véde-nünk kultúránkat, vallásunkat, az anyaföldünket, családunkat és a hagyományainkat. Ez most akár úgy is hangozhat, mint egy hitvallás – mert az is. ◆

# Ajándékozzon színházi élményt!

Diótörő

Jövőre,  
Veled,  
Itt!

Nine

A mosoly  
ország

Szegény Dzsoni és Árnika

János  
vitéz

BUDAPESTI



OPERETT SZÍNHÁZ



WWW.OPERETT.HU

OPERETT SZÍNHÁZ



FELELŐS KIADÓ: KISS-B. ATILLA | FŐIGAZGATÓ





SZÖVEG –  
SZABÓ FRUZZSINA

KÉP –  
PÁCZAI TAMÁS

# A bútorfestő és a mintarajzoló gyermek

**Kovács Szabolcs** bútorfestő, népi iparművész, a Népművészet Mestere több száz éves hagyományt őriz. De ahogy mondja, ehhez nemcsak a szüleitől örökölt tudás kellett, hanem szerelem is.

♦ „Már kicsi gyerekként bejártam édesapám műhelyébe, de ezeket a festékeket a ruhából csak ollóval lehetett kiszedni, ezért édesapám ügyelt rá, hogy idő előtt ne kerüljön a kezembe az ecset meg a festék” – meséli Szabolcs. Azonban a krétától a ceruzáig mindent használt, volt, amikor egy ágdarabbal a porba és a sárba rajzolt, vagy mészkődarabokkal a betonra – az egri vár ostromát elevenítette meg barátaival. Az asztalosság is érdekelte, ezért is volt számára izgalmas édesapja műhelye. Szerette a szerszámokat, a bútorokat, ahogy azok az első készítési fázistól eljutnak az utolsóig, a forgácsot, ahogy kijön a gyaluból. „A hatalmas forgácskupacokban a bátyámmal jól lehetett birkózni és bújócskázni. Ott voltunk a műhelyben mindig, de én mégis akkor irigykedtem igazán édesapámra, amikor a bútorokat festette. Olyankor ki volt takarítva, portalanítva, mert a festéshez pormentesség kell, hogy ne ragadjon bele semmi, amíg meg nem szárad a bútor. Amikor előkerültek az ecsetek meg a festékek, szájítátva néztem, ahogy formálja a motívumokat” – meséli a mester.

Később pedig, ahogy Szabolcs egyre nagyobb lett, ő is festhetett. Eleinte mindenfélét kitalált az édesapjától kapott fadarabokra, madarat, pillangót, kígyót, békát, lovat, harcosokat. Ahogy pedig az idő telt, Kovács András, Szabolcs édesapja, már saját ecseteit és



festékpalettaikat is engedte használni a fiának. „Amikor festettem a sárkányt vagy azokat a kisebb jeleneteket, mindig néztem fél szemmel édesapám virágmotívumainak a készületét. Megtanultam, hogy a csörgőrózsáknak átmeneteseeknek, szirmosoknak és gömbölydedeknek kell lenniük, a matyó tulipánoknak az alja pedig íves, és ezeket én is elkezdtem utánozni, próbálgatni és gyakorolni. Eleinte soha nem hasonlítottak virágra a motívumaim, ami idegesített, így, amikor tudtam, gyakoroltam” – mondja a népművész. Végül, amikor már Szabolcs elég idős volt, először a virágok közepének a megfestése vált a feladatává, utána a szirmokat is elkészíthette. Így lett egyre nagyobb rutinja.

Szabolcs tehetségét édesanyjának is köszönheti, aki mintarajzó asszony volt. A mintarajzoláshoz, vagy ahogy Matyóföldön mondják, az „íráshoz” kevesen

értettek. „Régen az asszonyok kiszabták a textíliákat, a ruhaneműket, és elvitték a rajzóhoz, akiben megbíztak. Elmondták, hogy milyen díszítésű terítőt vagy ruhát várnak a kelengyészládába. Az író asszonyok pedig az elmondottak alapján díszítették a textíliát; ha földműves családról volt szó, megjelent a búzakalás is egy-egy hímzésmintában. Minden »írónak« egyedi stílusa volt, és minden kornak megvoltak az ismert rajzoló is” – meséli Szabolcs. A népművész sokszor segített édesanyjának, például tojásfestéskor lesúrolta a tojáshéjakat, hogy azok ne legyenek zsírosak, és jól fogjon rájuk a festék. Jutalmul megkapta az eltört tojáshéjakat, és festhetett, rajzolhatott rájuk. „Diákkoromban megbíztak azzal, hogy rajzoljak virágmotívumokat, nagy spirálfüzetek lapjait tudtam pillanatok alatt megtölteni. Nagy életfából indultam ki, és végül az egész lap tele lett matyóhímzés-mintás virágokkal.”



”

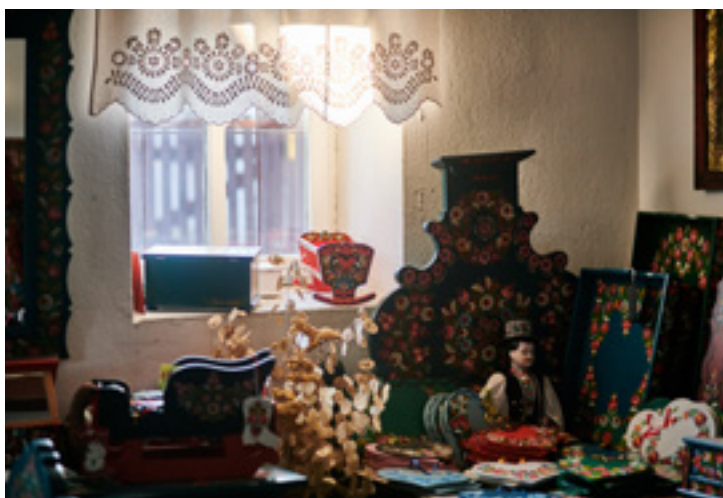
**Édesapám ezt is csalafintán csinálta. Azt mondta, sürgősen el kell szaladnia, és fejezzem be a tegnapi alapozott karosszéket, fessek meg virágokkal.**



„Nem elég beleszületni egy ilyen hagyományokat őrző családba, fontos a tehetség, de ez annyira időigényes tevékenység, hogy szerelem nélkül nem lehet csinálni” – fogalmaz Szabolcs. „A bútorfestés nem lapok festéséből áll, hanem először azokat el kell készíteni, meg kell álmodni, tervezni, hogy nézzen ki a bútoregyüttes, hiszen ezek mind egyedi darabok. Utána következik az alapszín kiválasztása. A mezőkövesdi matyóknál a legregyebb bútordarab, ami még megvan, az 1753-as dátumú Mária-szekrény, aminek az alapszíne zöldeskék. Az 1810-es években ez a zöldeskék szín eltűnt, és egy narancsos pirosas, a matyók úgy nevezik, habospiros alapszín lett kedveltebb. Fekete felhőszerű

festéssel, márványozással, habozással. A 20. század elején pedig a pácolt barna alapszínű bútorok is megjelentek. Sajnos ma már nem jellemzőek ezek a generációkat kiszolgáló bútordarabok, hiszen a fiatalok igénye megváltozott. Nemcsak a parasztbútoroknál, hanem minden más darabnál is megfigyelhető ez. Sőt, lassan már a fa is kiszorul, kevés az olyan asztalos szakember, aki valódi fával tud dolgozni” – mondja a bútorfestő.

„Ez egy nagyon ritka szakma, ezért nem engedhetem meg magamnak, hogy lazábban csináljam, és ne tökéletes használati tárgyakat, bútorokat adjak ki a kezem közül, hiszen én vagyok, aki fenntartja ezt a hivatást.”



### GYURI BÁCSI KAROSSZÉKE

A hosszú beszélgetés és a tájház kincseinek, bútorainak, festett matyó ládikóinak és házi áldásainak megcsodálása után megkérdezem Szabolcstól, emlékszik-e első önálló munkájára, amivel édesapja bízta meg. A népművész ősz bajusza alatt mosolygva kezd mesélni: „Gyuri bácsi, a helyi cipész karosszéke volt az. Azt is olyan csalfintán csinálta édesapám. Azt mondta, sürgősen el kell szaladnia, és fejezzem be a tegnapi lealapozott karosszéket, fessek meg virágokkal. Előtte soha önállóan nem csináltam ilyesmit. Persze tapasztalatom és képzeletem

volt. Végül elkezdtem festeni a széket, majd édesapám két óra múlva visszajött a műhelybe, és nézte, mit csinállok. A karosszék hátsó támláján egy ovális csokrot készítettem, alul középről indultam a három gránátalmával, balra két akáclevél és három csörgőróza volt, a másik oldalon pedig még semmi. Édesapám csak nézett, hogy ez meg micsoda, elmagyaráztam neki, ami a fejemben volt, végül mondtam, hogy közelebb odaírom majd, hogy Gyuri bácsi. Édesapámnak könnyes lett a szeme, mert akkor jött rá, hogy ugyanúgy festek én is, ahogy ő.” ♦



SZÖVEG –  
FODOR KRISZTINA

# FENYŐK ALATT, SZŐLŐK FÖLÖTT

*„Sohasem felejttem el azt a pillanatot, amikor ezt a tündérországot megláttam... Megálltam, mintha lábam gyökeret vert volna” – írta Eötvös Károly, amikor szétnézett a balatonyöröki szép kilátópontról. Nem messze van innen a Folly Arborétum és Borászat. Folly Rékával, az arborétum alapítójának dédunokájával fedezzük fel a télen is nyitvatartó kertet.*

◆ A bejáratnál szemben hatalmas atlaszcédruscsoport fogad, egy fészket építettek a fákra, ahova létra vezet. Eszembe jut nyolcéves keresztlányom, akit pár hét múlva elhozok majd, biztosan le lesz nyűgözve. Szürkebarát szőlősorok között jutunk fel a legújabb épületig, előtte 50 éves olajfa, nemrég érkezett Franciaországból. A Panoráma teraszon omlós reggeli süteményekkel és finom szörpökkel kínálnak, alig tudok választani: fenyőörügy, levendula, citromfű-menta, bodza. A nemrég elkészült pincében készülnek a Folly borok, negyvenötezer palack évente. A környékre nem jellemzően még vörösboruk is van. „Csak a kert magában nem elég, szeretnénk komplex élményt nyújtani az idelátogatóknak” – mondja Réka. Működik itt étterem, amelynek a konyháján a kertben termő fűszerekkel ízesítenek, és augusztus óta különleges sütikkel is elkápráztatja a vendégeket a cukrász.

Lent szőlők, fent fenyők. Van itt tengerparti mamutfenyő, andalúziai jegenyefenyő, a tréfás nevű, egyedülállóan húsos kolbászfenyő, himalájai selyemfenyő és óriástobozú fenyő is. Száz éve amolyan úri hóbortként kihívás volt betelepíteni a különleges, itthon ismeretlen növényeket. A kert minden szegletéhez tartozik egy családi történet. Mert ezt a kertet 116 éve egy orvos, Folly Gyula álmodta meg. A ház pincéjében hamarosan a család

történetéről is lesz egy minikiállítás, a gyerekek számára is izgalmas digitális kalandozással. Felfelé indulunk, egy csinos pihenő irányába, amely hamarosan összekötésbe kerül a házzal, ideális helyszín lesz örök hűséget fogadó pároknak. A Kisörsi-hegyen vagyunk, nem könnyű terep, de a második szintig nemsokára babakocsival is fel lehet jönni, így a legkisebekkel érkező családok számára is elérhetővé válik. Hamarosan lesz kötélcső, mászóalagút, a domb tetején egy hosszú kilengésű hinta, terveznek pihenőpavilonokat, fa ülőbutorokat. A botanikus kert ékességét, a kert legnépszerűbb fájának tobozáról mintázott kilátót is megerősítik. A fejlesztések a Kisfaludy 2030 turisztikai attrakciófejlesztési pályázat keretében valósulnak meg.

A honlap szerint 1,5-2 óra bejárni a kertet, de úgy tervezem, amikor visszajövünk, legalább egy fél napot rászánunk. Csúszdázunk, megpörgetjük magunkat a mókuserékben, rácsodálkozunk a vadcitromfa tuskéire, átöleljük a tarkakérgű fenyőt, méricskéljük a különböző túlevelek hosszát, beleszippantunk a mézillatot árasztó táskavirágak mellett a levegőbe, benézünk a fákon található odúkba, és a kerti székekben, bámulva a balatoni panorámát, elgondolkozunk, hogy melyik fát fogadjuk örökre. ◆

Támogatott tartalom | Kép: Folly Arborétum és Borászat

A  SZERENCSEJÁTÉK ZRT. BEMUTATJA



# AKOS

BUDAPEST  
ARÉNA

# 2021

# DEC. 11.

PAPP LÁSZLÓ BUDAPEST ARÉNA

Jegyek a [www.akos.hu](http://www.akos.hu) webáruházban  
és az Eventim hálózatában kaphatók!

**a**



 Roland



× DRK ×



SZÖVEG –  
HORVÁTH PÁL filozófus

SOROZAT –  
MAGYAR PÉLDAKÉPTÁR

# AZ ALPINISTA FIZIKUS

Magyarország joggal büszke a 19. század végén, a 20. század elején született világhírű természettudósaira, Nobel-díjasaira, akik ugyan eredményeiket többnyire nem hazai földön érték el, de tudásukat a kiegyezés után virágzásnak induló hazai természettudományi kutatás és képzés közegében nyerték el. Annak, hogy ilyen szellemi légkör kialakulhatott, olyan példaképek megjelenése lehetett az egyik oka, mint a világhírré szert tévő magyar fizikus, az itthon alkotó, tanító, laboratóriumát, munkáját élete lényegének tekintő **báró Vásárosnaményi Eötvös Loránd**.

- ◆ Eötvös Loránd a szabadságharc idején született Budán. Édesapja báró Eötvös József volt, a reformkor és a kiegyezés utáni idők jelentős politikusa, kultúrpolitikusa, ismert és elismert író, aki az 1848-as Batthyány-kormányban és az 1867 után megalakult Andrássy-kormányban is a vallás- és közoktatási tárcát vezette, édesanyja, Rosty Ágnes is nemesi családból származott. Az Eötvös család a 16. században bukkant fel a forrásokban mint tehetőes középnemesi család, amelynek – a család előneve, a Vásárosnaményi is erre utal – Szatmár és Bereg vármegyében voltak birtokai. Loránd egyik ős, Miklós 1768-ban nyert bárói címet, az egymást követő generációk a megyei kormányzatban és az államigazgatásban viseltek komoly tisztségeket. Loránd apja első minisztersége idején, 1848 nyarán látta meg a napvilágot. Alig volt néhány hónapos, amikor apja Lamberg altábornagy felkoncolása, a fegyveres harc kirobbanása idején lemondott, majd családját Münchenbe vitte, ahonnan csak két év múlva tértek haza. Gimnáziumba a pesti piaristákhoz járt, ott érettségizett 1865-ben. A pesti egyetemre iratkozott be, kezdetben jogot tanult, de eljárt a matematikai, kémiai, ásványtani kurzusokra is. Végül a természettudományok mellett döntött, és a kiegyezés évében Heidelbergbe ment, ahol főként fizikát tanult olyan nagy tudósok keze alatt, mint Kirchhoff, Helmholtz és Bunsen, szabadidejében pedig az Alpok csúcsait, köztük a különösen nehéz feladatot jelentő Monte Rosát hódította meg.

Kép: Wikimedia Commons | Fortepan.hu



Hazatérve doktorált elméleti fizikából, és magántanári kinevezést nyert a pesti egyetemen. Rövidesen már kísérleti fizikát is adott elő, nyilvános rendes tanár lett, Jedlik Ányos utóda a Fizikai Intézet élén. Hitvallása szerint „az igazi természettudós örömet talál magában a kutatásban s azokban az eredményekben, amelyeket az emberiség anyagi jólétének előmozdítására értékesít jelentős tudományos eredményei alapján”. Az Akadémia 1873-ban levelező, tíz évvel később rendes tagjává választotta, 1889-től 1905-ig pedig elnöke volt a tudományos testületnek. 1894–95-ben válás- és közoktatási miniszterként tagja volt Wekerle Sándor kormányának. Főleg az iskolák állapota, az oktatás színvonala, a pedagógusok megbecsülése foglalkoztatta, azt vallotta, hogy „amit nem bír megtenni az egyes ember, azt kormányával az élen megteheti egy egész nemzet”. Az ő alapítása volt a nevét viselő Eötvös Kollégium, amely máig a hazai szellemi elit képzésének otthona. Meggyőződése volt, hogy „a tudósok tanítása annyiféle, ahány a tudomány és ahány maga a tudós, az egyik a részletekbe mélyed, a másik inkább általános tételekkel foglalkozik, az egyik szaval, a másik diktál, az egyik kísérletez, a másik dedukál, egy mintára szabni valamennyit lehetetlen, és nem is szabad, mert értéket a tanításnak éppen egyéni jellege ad”. Ezért kapcsolódott be a Magyar Királyi Természettudományi Társulat munkájába, alapítója volt a Matematikai és Fizikai Társulatnak és a társulat folyóiratának, a Matematikai és Fizikai Lapoknak, amelyben számos más hazai és küllhoni természettudományos orgánium mellett rendszeresen jelentek meg kutatási közleményei. Mindezzel a magas szintű szaktudományos munka érdekét kívánta szolgálni: „ma éppen oly kevésbé becsüljük az olyan ember tudományát, aki mindent egyformán jól tud, mint amilyen kevésbé bízunk annak a munkájában, aki válogatás nélkül minden dologra vállalkozik” –vallotta.

## TUDOMÁNY ÉS MAGÁNÉLET

Eötvös professzor folyamatosan dolgozott kutatásain, laboratóriumi kísérletein, maga által tervezett műszerei elkészítésén. Kezdetben a folyadékok felületi feszültségének fizikai törvényszerűségei, az úgynevezett hajszálcsovesség jelenségének értelmezése, a gravitációnak folyadékokra gyakorolt hatása érdekelte, megállapításait a ma is Eötvös-törvénynek nevezett szabályban foglalta össze. Állandó témája volt a gravitáció, a tömegvonzás jelenségének vizsgálata. Fontos megfigyeléseket tett a nehézségi gyorsulás vizsgálata során, maga építette műszer segítségével igazolta, hogy a gravitációnak köszönhetően a földünkön kelet felé mozgó tárgyak veszítenek tömegükből, a nyugat felé mozgó tömege viszont

növekszik, ez a megállapítása pedig egyik forrása volt a relativitáselmélet megfogalmazásakor tisztelője, Albert Einstein munkájának, aki Eötvös halálakor úgy emlékezett róla, hogy személyében „a fizika egyik fejedelme halt meg”.

**Eötvös tudósi életművének legfontosabb eredménye a torziós inga vagy Eötvös-inga megalkotása volt. Ez az egyszerű, platinaszálon függő platinarudakból álló eszköz bepillantást engedett a föld mélyébe, érzékelte a talaj szerkezetében mutatkozó gravitációs eltéréseket. Az első inga 1890-ben készült el, Eötvös a Gellért-hegy, a Ság-hegy és a befagyott Balaton felszínén is kipróbálta. A párizsi vilákiállításán, mint a földtani kutatások hatékony, próbafúrásokat nem igénylő eszközét mutatta be, a végső változat pedig 1912-ben Hamburgban debütált az ottani földmérőkongresszuson. A műszer hatalmas siker volt, 1915-től évtizedeken keresztül a kőolajkutatás eszköze világszerte, késői, tökéletesített változata pedig ma is fontos a geodéziai kutatómunkában. 1913-ban az Akadémia Nobel-díjra is ajánlotta, ezt azonban nem neki ítélték.**

Bár letele középpontjában a munka állt, a biztos tudományos egzisztencia birtokában, nyilvános rendes tanárrá való kinevezését követő esztendőben megnősült. Horvát Gizellát vette el, Horvát Boldizsár neves jogtudósna, a kiegyezés utáni Andrássy-kormány igazságügy-miniszterének a lányát, három lányuk született. Egyikük sajnos korán meghalt, a másik két lány, Rolanda és Ilona lelkes hegymászók lettek, akik elkísérték apjukat alpesi túráira. Eötvös szabadidejét a természetjárás töltötte ki. Úgy vélte, „többet lát egy ország természeti szépségeiből az az utas, ki tapasztalt vezető kíséretében, tervszerűen megválasztott ösvényeken bejárja ama néhány legértékesebb vidéket, mint aki végignyargal minden szélesre taposott országúton”. Tagja volt a Magyar Kárpát Egyesületnek, amely az ő idejében építette ki a Magas-Tátra turistaútjait, menedékházait, alapításától elnöke volt a Magyar Turista Egyesületnek, annak első, Dobogókőn emelt turistaháza 1898-as felépítésétől az ő nevét viselte. Szívesen kerékpározott, a ma nevét viselő pesti egyetemre pedig lovon járt be.

Egészsége 1918-ban megromlott – rákot diagnosztizáltak nála. 1919 április elején halt meg, a Nemzeti Múzeumban ravatalozták föl, és a Kerepesi temetőben temették el. ♦



MELLÉKLET

A tematikus  
melléklet támogatója  
a SZERENCSEJÁTÉK ZRT.

---

# A ZENE HÍDJAI

---





SZÖVEG –  
PARTI JUDIT

# A ZENE MÉLYSÉGBEN ÉS MAGASSÁGBAN

**Várnagy Andrea** Liszt Ferenc-díjas zongoraművész fáradhatatlan energiával és kiapadhatatlan kreativitással adja tovább a komolyzene iránti szeretetét és azt a hitét, hogy a nagy változások is egyetlen kis lépéssel kezdődnek.

A ZeneVarázslat megálmodója és életre hívójaként Kárpátaljától Erdélyig azokhoz is eljuttatja a komolyzene átformáló erejét, akik számára erre a találkozásra talán nem is adódna lehetőség. A mozgalomhoz kötődve hatodik alkalommal zajlott le novemberben a Nemzetközi Négykezes Zongoraverseny és Zongorafesztivál, ami küldetésében és üzenetében is elűt a XXI. század individualista törekvéseitől. És ez a szándék vezeti például az elítéltek gyermekeinek szóló programot is.

## ♦ – Mit jelent számodra a zene?

– Mindig azt a legnehezebb megfogalmazni, ami számunkra magától értetődő. Ha zongorázhatnám a választ, jobban értenéd – mert maga a zene sokkal többet mond a szavaknál: megfoghatatlan, de mindent mélységében kifejező világ. Nem lehet pontosan leírni, hogy a hatására miért tudsz jobban befelé figyelni, miért tudod intenzívebben megélni az érzéseidet, miért ad annyi örömet, miért tud összekötni másokkal, hogyan ad kulcsot önmagad elérhetetlennek hitt belső rezdüléseidhez. Számomra a zene Isten egyik legnagyobb ajándéka, amit azért kaphattunk, hogy a lelkünk gazdagabb, szebb és színesebb legyen. A zene képes hidakat építeni, ezért születtek a ZeneVarázslat-koncertek is, ahol az összművészet segítségével, interaktív módon szerethetővé tesszük a komolyzenét – ez volt az álomom, és csodálatos megélni, hogy megvalósult, mostanra mozgalommá nőtt, sőt kiváló kollégák csatlakoztak hozzá.

## – A három gyermekedből kettő is művészi pályára készül, ebben is juthatott neked hídépítő szerep.

– A gyerekeim az anyatejjel szívták magukba a zenét, Lili egész kicsi volt, amikor újrakezdtem a koncertezést – ő zongorista lett. A ZeneVarázslat során kicsit színésznő is lehetek – ezt a pályát Laura lányom vitte tovább, és én mindkettejükkel együtt állhatok a színpadon. Jelenthetne az anya-lánya páros rizikót is, de mégis annak az örömét tapasztalom Lilivel, hogy a zongorához ülve a közös játékban feloldódunk, s én hálát adok azért, hogy ezt az élményt megkaphattam.





Kaposváron komolyzenei mesejátékra készülünk *Lélekhíd* címmel, ahol az egyik főszereplő Laura lesz. Azontúl, hogy ezzel is sokakat szeretnék megnyerni a zene szeretetének, bennünket ez családként is megerősít.

A fiamat viszont, akinek szintén nagyon jó érzéke van a művészetekhez, nehezebben tudom a zongorához ültetni. De sokszor rajtakapom a vagány sportembert, hogy Lisztet dudorászik. Amikor megosztottam vele azt az örömet, hogy 2020-ban Liszt-díjat kaptam, táncolva kiáltozta a nappaliban: „Megcsináltuk, anya!”

**- A ZeneVarázslathoz kötődően novemberben hatodszorra rendezik meg a Nemzetközi Négykezes Zongorafesztivált...**

- Aminek egyébként a zenén messze túlmutató üzenete is van: a „valósítsd meg önmagad” harsogó zajában azt

szeretném a világba zenélni, hogy nem ez az egyetlen út. Ha együtt gondolkodunk, együtt dolgozunk a sikerért, együtt formálunk egy zeneművet, az többet ad a saját személyiségünkhöz is – a mai napig emlékszem, amikor kis zeneiskolásként négykezes próbáltam a barátnőmmel a Zongoraiskola 2-ből, *Mozart Varázsfuvoláját* – ez úgy mélyítette el a barátságot, hogy az utána következő közös hintázást is más szintre emelte.

A ZeneVarázslat négykezes versenyén a közösség-építő szándék is kitűzött cél. A tanár-diák párosban egy növendék számára örök emlék marad, hogy együtt küzdhet a tanárával a sikerért. A zsűrünk Kossuth-díjas, Liszt Ferenc-díjas zongoraművészekből áll; így a tanárok is lámpalázzal lépnek színpadra, de érezheti mellettük a növendék, hogy ebben sincs egyedül, és átsegítik egymást a nehézségeken.



**– A sok öröm mellett, ami ért, biztosan voltak neked is küzdelmeid. Téged mi vitt át az életed nehézségein?**

– A hitem mindig kapaszkodót jelentett, és Isten csodálatos embereket állított mellém. Megélt nehézségek közben indult a missziói munkám is, amelynek kezdő lépéseinél ott volt Böjte Csaba testvér is. Nemcsak az általa vezetett otthonokat koncertezhettem végig, hanem útjára indult a börtönmissziós tevékenység az életemben, aminek kapcsán azoknak szeretnék a művészet által fogódzót nyújtani, akik változtatni szeretnének az életükön. Az a vágyam, hogy remény legyen a szívükben, és a szabadulás hajnalán legyen erejük és hitük azt mondani, hogy nem a régi úton mennek tovább.

**– Hátrányos helyzetű gyerekeket táboroztatsz az Ökumenikus Segélyszervezettel, reintegrációs programot dolgozol ki az elítéltek számára, és segíted a gyerekeiket a láthatatlan szegényből való szabadulásra. Hogyan fér össze a szociális érzékenységed a koncerttermek csillogásával?**

– Nagyon szívesen megyek a legszebb koncerttermekbe, és örömmel tartok kurzust zeneakadémistáknak, ahol hosszan bogozgatjuk, hogyan lehet egy Bach-fúgát szebben formálni, de ugyanolyan elhívás az, amikor azok előtt zenélhetek, akik számára ez nem lenne magától értetődő. Nagyon komolyan kell ezt venni, mert lehet, hogy annak a gyerekeknek az életében ez az egyetlen alkalom, hogy találkozzon ezzel a szépséggel, és az az én felelősségem, hogy megérintettem-e annyira, hogy a zene valamikor menedék lehessen a számára.

Nyáron az egyik tábor végén olyan közös koncertet adtunk a gyerekekkel, ahol sok-sok klasszikus zenei mű mellett zárásként elénekeltük a cigány himnuszt, ami után egy gyerek azt mondta: „megszerettük az Andi néni zenéjét, mert ő is megszerette a miénket”. Hasonlót éltem át a fogvatartottak gyerekei között. Érezni lehet ezeken a gyerekeken a láthatatlan szegényt – és abban a pillanatban, ahogy elkezdtünk velük muzsikálni, énekelni, ez szünni kezdett. Milyen hidakat képes építeni a zene? Ebben a táborban nekem mondták el a féltett titkaikat, amiket talán senkinek – mert ahogy láttak zenélni, megszületett bennük a bizalom. Ezek a pillanatok visszaigazolják, hogy érdemes kijönni az elefántcsonttoronyból, és elvárásolni a gyerekeket a zenével. A kisgyerek, aki ma hallgat engem, ahogy Grieget zongorázom, holnap, amikor jogász lesz vagy autószerelő, nem fogja eltekerni a rádiót, amikor megszólal egy Beethoven-szimfónia – ha így lesz, akkor van létjogosultsága annak, amit csinálok.

**– Téged is tanítanak ezek a helyzetek?**

– Sokat tanultam általuk: nemcsak lélekben gazdagabb lettem, de hálásabb is. Hiszen ahonnan én jöttem, onnan könnyű volt elindulni – a szüleimnek ezt nem lehet eléggé megköszönni. De mindent, amit tehetek az önhibájából vagy önhibáján kívül leszakadt rétegért, azt szeretném megtenni. ♦

Kép: Éder Vera





SZÖVEG –  
FEKETE FANNI

KÉP –  
ÉDER VERA

# ” SOK MINDENRE MEGTANÍTOTTAK MINKET A RAJONGÓINK

A gyergyószentmiklósi Bagossy Brothers Company tagjai kezdetben pár tucat ember előtt léptek fel, nyolc évvel indulásuk után pedig első Aréna-koncertjükre készülnek, amelyre több mint tízezer nézőt várnak. A zenekar alapítóival **Bagossy Norberttel** és **Lászlóval** beszélgettem.

♦ – **Mi volt az első meghatározó zenei élményetek?**

**Norbert:** Már kölyökként is mindig szólt nálunk a zene. Kezdetben retró dalokat, például Republic-számokat hallgattunk, amik édesanyánk válogatás kazettáin szerepeltek. Aztán ahogy cseperedtünk, úgy formálódott az ízlésünk.

**László:** Egy időben a Music Mix csatorna határozta meg a stílusunkat. Egyszer a kívánságműsor alatt SMS-ben mi is kértünk egy számot, majd összekötöttük a tévét a hifivel, és felvettük a dalt, miközben halandza angollal lejegyeztük a szövegét. Nagyon nagy zenefanatikusok voltunk. Amikor aztán Norbi elkezdett breaktáncolni, a rapzene lett a kedvencünk, amit egy punkosabb-rockosabb korszak követett. Olyan zenekarokért rajongtunk, mint a Linkin Park, a Green Day és a Red Hot Chili Peppers.

**Norbert:** A zene volt az első dolog, ami igazán magával ragadott minket. Mint egy hóglyó, ami elkezd gurulni, és közben egyre nő, mi pedig vele gurulunk. Nagy hatással volt ránk György László filozófiatanár is, aki gitáresteket szervezett a diákoknak. Ő nemcsak zenélni tanított minket, hanem elemezte velünk egy-egy dal szövegének mondanivalóját. Eleinte a hátsó sorban ülve hallgattuk, aztán egyre jobban figyelni kezdtünk a szavaira.

**László:** Érdekes volt felismerni, mennyi érzést lehet közvetíteni a zenével. Ez az, amire mi is törekszünk, hogy a dalaink segítsenek másoknak az útkeresésben.



### – Tavasszal megjelent ötödik nagylemezetek, a Fordul a világ milyen üzeneteket hordoz?

**Norbert:** A számok – a Covid miatt – komorabb hangulatúak, mint a korábbi szerzeményeink. Én viszont happy end-párti vagyok, ezért törekedtünk a pozitív kicsengetésre. Mivel sokan hallgatnak minket, azt is fontosnak tartjuk, hogy értékeket közvetítsünk, és hogy jó példát mutassunk. A címadó dal a környezetvédelem, a fogyasztói társadalom kérdéseire reflektál. A világ ciklikusan változik, és mindig visszatér ugyanoda, ahogyan az emberek is mindig megbotlanak, de sosem tanulnak a hibáikból, és újból elkövetik azokat.

### – Melyik a kedvenc dalotok az új albumról?

**Norbert:** Az Őszi szél, ami egy nagyon komplex dal. Nem a populáris vonalat követi, így inkább akusztikus koncerteken fogjuk játszani, ahol a közönség jobban odafigyel a szövegre.

**László:** Nekem a Királyném, amelyben különösen jól működik együtt a zene és a szöveg. Kevés benne a szöveg, de az nagyon velős.

### – Laci, egy interjúban azt nyilatkoztad, az új albummal kiléptetek a komfortzónátokból. Mire gondoltál pontosan?

**László:** Olyan stílusokat próbáltunk ki, amikkel azelőtt nem mertünk kísérletezni. Az Őszi szélben például hiphopos jegyek is felismerhetőek, illetve a teljes refrén rendhagyó módon csak a legvégén hangzik el, előtte csupán két sort énekel belőle Norbi.

### – Miért éreztétek szükségesnek az újításokat?

**László:** Mert nem akarjuk ismételni, sem beskatulyázni magunkat. Bár az Olyan ő című számunk óriási siker lett, mégsem fogunk egy hasonló hangszerelésű és hangulatú dalt készíteni. Emellett szeretjük a kihívásokat és feszegetni a határainkat. Azt is fontosnak tartjuk, hogy egy zenekar kipróbáljon új dolgokat, de közben maradjunk önazonosak. Ne az alapján határozzuk meg magunkat, hogy mit akar a közönség, hanem őrizzük meg azokat a jegyeket, amik miatt megkedveltek miket.

### – Milyen a kapcsolatotok a rajongóitokkal?

## ” KARÁCSONYKOR RENDSZERESEN JÁRUNK ÉNEKELNI:

felkeressük pár barátunkat, és egész nap együtt zenélünk. Ilyenkor előkerül mindenféle hangszer, harmonika, gitár, kisdob és a forralt bor sem maradhat el. Aztán felkerekedünk, és megyünk a következő baráthoz. Ez a szokás a nagyvárosban őket is össze tudja hozni.

**Norbert:** Mivel sokan vannak, nehéz velük közvetlen kapcsolatot kialakítani, viszont az első pár évből vannak olyanok, akik rajongókból váltak a barátainkká.

**László:** Az új rajongóink közül is akadnak, akiket már névről ismerünk – ők azok, akiknek a koncerteken bérelt helye van az első két sorban. Amikor meglátjuk őket, már tudjuk, hogy ez egy jó buli lesz. Egyszer egy pár az egyik koncertünk után Magyarország legnyugatibb pontjától egészen Székelyföldre kísért minket, ahol szintén felléptünk. Szerettük volna megtapasztalni, milyen lehet a turnézás, ezért tették meg ők is a nagy utat.

**Norbert:** A koncertjeinkre egyébként fiatalok és idősebbek is járnak, mivel a dalaink nem egy bizonyos korosztálynak szólnak. Az is talál neki tetsző dalt, aki könnyedebb szórakozásra vágyik, és az is, aki mélyebbre szeretne látni a sorok mögött.

### – A követőitek számára létrehozhatok egy Facebook-csoportot Hegyilevegő néven. Miért jó ez a csoport?

**László:** A csoportban a rajongók tudnak egymással beszélgetni, ismerkedni, és megosztani az észrevételeiket. Nagyon barátságos és összetartó közösség: volt, hogy páran összefogtak, és együtt utaztak Magyarországról a gyergyószentmiklósi koncertünkre. Sokat tanulunk tőlük kitartásról, és ez a történet azt is jól példázza, hogy hatása van a hangunknak, és nagy is a felelősségünk. Bár ez nem volt konkrét célunk, a csoport az erdélyi és a magyarországi rajongók közt is hidat képez. Amikor pedig Romániában nem lehetett 500 fő feletti koncertet adni, a magyarországi fellépéseinket élőben közvetítettük, hogy az itteniek se maradjanak ki belőle.





**NORBERT**



**LÁSZLÓ**

**– Más az otthoni és a magyarországi közönségnek játszani?**

**Norbert:** Gyergyóban sokan a barátaink, ezért leírhatatlan érzés előttük énekelni. Mivel már egyre ritkábban koncertezünk otthon, ezért egy ünneppel érnek fel ezek az alkalmak. Olyankor az egész napot együtt töltjük.

**– Évente több mint száz koncertet adtok. Melyik fellépés a legemlékezetesebb számotokra?**

**Norbert:** Fantasztikus volt a Budapest Parkban és a Puskás Aréna Szoborparkban a Szuperkoncerten zenélni... A fesztiválokön eleinte a délutáni időszámban játszottunk, ezért megesett, hogy ötven ember előtt kezdünk, aztán a koncert végére egy csomóan összegyűltek, olyan jó volt a hangulat. De a fesztiválos koncertek mellett a kisebb fellépéseknek is megvan a maga varázsa. Emlékezetes például a szigligeti várban adott koncertünk, ahol naplementekor álltunk színpadra, és mindössze fél méter választott el a minket a közönségtől.

**– Jövő januárban lesz a Bagossy Brothers Company első nagykoncertje a Papp László Budapest Sportarénában. Hogyan készültök rá?**

**Norbert:** Sok-sok megelégedéssel. Most először fogunk

például saját LED-falat használni. Ezzel azért vártunk eddig, hogy megmaradjon az Aréna-koncert varázsa. Szeretnénk odatenni magunkat, hogy a közönség ne csak azt érezze, egy Bagossy-koncertre jött, hanem hogy A koncertre.

**László:** Lesznek vendéglőadók is, emellett a rajongók egy vadonatúj dalt is hallhatnak.

**– Mik a következő terveitek?**

**Norbert:** Jelen pillanatban csak az Aréna-koncertre tudunk fókuszálni, és úgy várjuk, mint egy kiskgyerek az elsőáldozást. Emellett 2022-ben lesz egy európai turnénk is.

**– A dalaitokat magyar nyelven írtátok és adjátok elő. Hogyan szeretnétek megszólítani a nemzetközi közönséget?**

**László:** Külföldön ugyanúgy magyarul fogunk énekelni. Egy dal sikere nem azon múlik, milyen nyelven szól, gondoljunk csak a Despacitóra, aminek a magyarok többsége egy szavát sem értette, mégis az elmúlt évek legnagyobb slágere lett. Ha rajtunk múlik, egyszer egy magyar dal is világszláger lesz. Egyébként az idegen nyelvű dalok akár kedvet is hozhatnak az adott nyelvhez, egy dél-afrikai vlogger lány például a dalaink segítségével tanul magyarul. ♦

SZÖVEG –  
DR. SZÁSZ ADRIÁNKÉP –  
JÓNÁS JÁCINT

# A ZENÉBEN BÁRMI MEGTÖRTÉNHEK, HA HAGYUNK RÁ IDŐT

Beszélgetés Barabás Lőrincsel,  
akinek a dalai naplójegyzetek is

Szereti az éjszakát, sőt most már a hajnalt, a reggelt is – árulja el **Barabás Lőrinc** dzsessztrombitás és zeneszerző, akit a szülei mindig támogattak abban, amit hivatásul választott. Korábbi sikercsapatai (Irie Maffia, Barabás Lőrinc Eklektric) után mostanság főleg kvartettben, szólóban és a *Random Szerda* nevű improvizatív esteken varázsolja el a közönséget. Egy kézzel és teljes szívvel muzsikál.

♦ – **Van olyan – nem zenész – ismerősöm, aki egyszer azt mondta, hogy a zenéért a leghálásabb az életében. Ha te nem említhetnéd a zenét, akkor mit mondanál: miért vagy a leghálásabb?**

– Azért, hogy olyan munkám van, amit szeretek, és amiért még olyan emberek is hálát éreznek, akik nem zenészek. Azzal töltöm az időm nagy részét, amiben örömet lelem, és ez ritka adomány.

– **Mi a fontosabb: az, hogy te élvezd a zenélést, vagy hogy mások értékeljék, amit csinálsz?**

– Egyikből fakad a másik. Én az elsöre teszem a hangsúlyt, de nyilván az emberek sem élveznék annyira a zenémet, ha nem szeretném így játszani. Talán ez a hozzáállás jön át a közönségnek.

– **Mit gondolsz, a szöveg nélküli számaid mennyire jelentik ugyanazt a hallgatóknak, amit neked?**

– Nem teljesen konkrét üzeneteket küldök a zene által, kevésbé megfogalmazható terepen mozogok. Mivel nem

pontosan körvonalazható a mondanivaló, „filmzenés-ként” is szokták jellemezni, amit csinálok. Van benne egyfajta utazás. Szeretem az ismétlődő, repetitív dolgokat. A hallgatókban sokszor születik képi analógia a zenéim kapcsán, de ami közös bennük, az a mozgás, az utazás. A *Random Szerda*-estjeink például teljesen improvizatívak, mi sem tudjuk előre, mit fogunk előadni. A zeneszerzés és az előadás határmezsgyéjén mozogunk, kicsit akár törzsi szeánszszerű hangulatokat is próbálunk elcsípni.

– **Ha már ezt említed, úgy tudom, egyébként is érdekelnek a különböző törzsi kultúrák...**

– A természetközeli népek törzsi zenéi különösen foglalkoztatnak, szeretem kutatógatni is őket. Jártam ilyen helyszínen és emberek között, sok olyan impulzus ért a közegükben, amelyeket megkérdőjelezhetetlenül igaznak gondolok. Ahogy nálunk a népzene terjedt szájról szájra, és lekopott róla minden sallang, úgy a törzsi zenék is lenyűgözően őszinték, egyenesek.





**– Ez az, ami igazán kikapcsol és egyben inspirál: az utazás?**

– Igen, elmenni helyekre, ahol még sosem jártam, vagy nem sűrűn, de visszavágyom. Rengeteg ötletet csal elő belőlem, ha akár csak egy-két estét sétálok egy városban, ahol számomra újak az energiák. Máskor a természetben találok meg azt, ami kizökkent a mindennapokból és inspirál. De ezek az ötletek később jönnek ki belőlem, és nem is követhető le konkrétan, hogy melyik sétából melyik dal született, viszont jó alapanyagot adnak, és nem tudhatjuk, miből lesz a cserebogár.

**– Jellemzően mikor szerzed a dalaidat?**

– Éjjel kettő és reggel öt között. Szeretem az éjszakát. Van benne valami nagyon jó csönd. Mindig szerettem más napirend szerint élni, igaz, ma már egyre többször a hajnal, a reggel ihlet meg. Négykor, ötkor kipattan a szemem, és délig elkap egy húzás, csak úgy pattogzanak az ötletek. Szerencsére olyan helyen lakunk, hogy a hangoskodással nem zavarok másokat.

**– Van, ami a zene nyelvén nem fogalmazható meg?**

– Talán az olyan dolgok, amiket szavakkal sokkal inkább és előbb megfogalmaztak: szabályok, társadalmi, politikai, kulturális folyamatok. A tudományosan körülírt dolgokhoz a zene csak asszociációkkal telítve tud bármit hozzátenni, de nem is célja, hogy definíciókat fogalmazzon meg.

**– Tervezel esetleg a jövőben szöveges dalokat is?**

– Nem zárom ki, de én a szöveget is sokszor ritmusként, szinte hangszerként szeretem kezelni, akár egy halandzsaszövegben is a magán- és mássalhangzók hangeffektjeit, mint egy hangszer hangjait.

**– Vannak olyan szerzeményeid, amelyek jelentése időről időre számodra is változik?**

– Hogyne, sőt vannak olyanok, amelyeknél az első ötlet-től a végleges verzióig, a lemezre kerülésig eltelt mondjuk kilenc év. El lehet képzelni, ezek addig mennyi minden mentek keresztül. Farigcsáltam, félreraktam, újra



## VANNAK EMBEREK A KÖRNYEZETEMBEN, AKIKNEK ADOK A VÉLEMÉNYÉRE.

De az ő mondataik is másképp hatnak rám ma, mint tizenöt éve.

elővettem, más irányba vittem őket. Sokszor úgy érzem, hogy a dalok, dalkezdemények, amelyek a gépemen vannak, és akár soha meg sem jelentek, számomra afféle naplójegyzetek. Életem egy részének lenyomatai, és ha visszahallgatom őket, visszahúznak abba a korszakba és életérzésbe, amelyekben születtem. Ez is a zene egyik szuper jó tulajdonsága.

### – Van, volt kedvenc korszakod?

– A kilencvenes évek. Nagy nosztalgiával tekintek az utolsó online-mentes évtized élményeire.

### – Az online világgal sok kéretlen vélemény is ránk ömlött. Te mennyire vagy kritikus magaddal?

– Próbálok egyensúlyt találni, hogy el se szálljak, de ne is önsanyargatással teljen az életem, noha nem mindig könnyű a saját munkámat külső szemmel nézni. A közönség megítélése viszont már nem feszélyez, nem az határoz meg, hogy más mit fog gondolni rólam. Mérlegelem persze, de nem hagyom, hogy rám telepedjen. Vannak emberek a környezetemben, akiknek adok a véleményére, érdekel, hogy egy-egy új alkotásom bennük hogyan csapódik le. De ezek is másképp hatottak rám tizenöt éve, mint ma. Függetlenedni a külső véleményektől talán a korral jár, az öregedés jele...

### – Szerinted mit csinálnál, ha bármi oknál fogva nem zenélhetnél?

– Tetszenek a kézműves dolgok, sok videót nézek arról, hogyan készítenek valamit agyagból, fából, fémből. A családomban jó pár képzőművész van, talán innen jön ez. Szerintem ilyesmivel foglalkoznék, de mindenképp olyannal, amiben örömet lelem. Szerencsére sosem volt rajtam nyomás, hogy ilyen vagy olyan szakmát válasszak, hanem amit választottam, abban a szüleim

támogattak. De nem írtam ifjúkoromban karriertervet sem, amit aztán követtem volna, sok minden ösztönösen jött. Van, amit utólag már másképp csinálnék, de az is mind az utam része volt.

### – Például?

– Egyes lemezekem a lábcint kicsit hangosabbra venném. Csupa szakmai apróság. Ez egy folyamatos keresgélős és megtalálós játék. A zenében a keresgélésnek megvan a helye, erre is van idő, ezért tud sok olyan dolog is megtörténni, ami nem történne meg, ha nem hagynánk rá időt. David Lynch könyvében olvastam, hogy az egyik barátja apukája festőművész volt, és néha három napon át csak úgy elvult a műtermében. A harmadik nap végére jutott el abba a tudatállapotba, amikor megjelent a szikra, amely továbbvitte a munkában. Ehhez három napig kellett olyasmiket csinálnia, amiknek látszólag semmi értelme, de ezek hozták meg a gyümölcsöt. Én is igyekszem úgy szervezni az életem, hogy legyen lehetőségem keresgélni – azt is, hogy bizonyos élethelyzetek milyen érzéseket, zenéket generálnak bennem. A kísérletezésre úgy tekintek, mint befektetésre, a táptalaj megforgatására.

### – Mit gondolsz, másképp kanyarodott volna az életutad, ha két kézzel születesz?

– A trombita választását meghatározta, hogy olyan hangszerem legyen, amelyen egy kézzel is teljes értékűen lehet játszani. Ki tudja, hogy két kézzel is rátaláltam volna-e? Az is lehet, akkor zongorista lettem volna vagy szobrász. Az egy kéz kitörőhatetlen védjegyem, persze csak első blikkre megy ritkaságszámba. Akik régóta ismernek, azoknak már nem tűnik fel, abszolút nem téma.

### – A hangszereden, a trombitán kívül mihez ragaszkodsz még nagyon?

– Van egy pianínóm is, vagyis egy másik hangszerhez. Ezt talán kevesebben látják, noha szoros érzelmi kötelék fűz hozzá. Illetve kiemelkedően fontos lett az otthonom – nem tudom, hogy ez a covidos év miatt van-e. Közel lakom az erdőhöz, és a zenélésem nagy százaléka sem a színpadon, hanem az otthonomban zajlik, amely így egyszerre munkatér és élettér is. Fontos tehát, hogy jól működjön. Ahogy a dalaimat, úgy az otthonomat is mindig csiszolgom, rendezgetem. ♦





SZÖVEG –  
SZABÓ EMESE

# A ZENE ÖSSZEKÖT

## ◆ ISMERŐSÖK LESZNEK AZOK, AKIK ADDIG VADIDEGENEK VOLTAK

„Azok a pillanatok jutnak az eszembe, amikor kis klubokban vagyunk, és a közönség is kisebb helyen ül. Mert amikor nincs szó nagyszínpadról, akkor abszolút érezhető, hogy azok, akik a koncert elején még vadidegennek számítanak, az első harmad után ismerőssé válnak. Sokkal élénkebbek a visszacsatolások, minden és mindenki közel van, érezzük az illatokat, a lélegzeteket. Ilyenkor jobban tudunk szólni az emberekhez is. Persze a nagyszínpadon is megvan a zene összekovácsoló ereje, de egy kisebb, intimebb fellépésnél ez a hatás már 15 perc után érezhető. Egyfajta egységérzés ez, amit egymástól kapunk, és ami azért jó, mert ebben a században az időnk nagy részét elszigetelten töltjük a saját világunkban. Jó dolog tehát, hogy az emberek a zene miatt összeverődnek kisebb-nagyobb csoportokba. A zene otthon is a mindennapjaink része, a gyerekeink egész nap énekelnek. Gyakran előfordul, hogy ülnek a fürdőkádban, betesznek nekik valamilyen zenét, és elkezdnek nekik hülyéskedni, elbújni a fal mögött, bénán ugrálva táncolni. Nem is tudom szavakba önteni azt a gurgulázó nevetést, amit olyankor kapok tőlük. Mert a zenének univerzális ereje van, kortól, nemtől, nyelvtől függetlenül képes bármit feloldani, bárkit felvidítani.”

(Kollányi Zsuzsi énekesnő)

Így vagy úgy, de a zene összeköt bennünket, legyen szó közös programokról, koncertekről, fesztiválokról, otthoni zenehallgatásról, beszélgetésekről. Ismert zenészeket, énekeseket kérdeztünk arról, hogy számukra mit jelent ez a gondolat.

## ◆ MINDIG VAN KÖZÖS METSZET

„A VIII. kerületben nőttem föl, a Szigony utcai lakótelepen, ahol a zene összekötötte azokat, akik a rapet szerették. Abban a társaságban, ahová én jártam, mindenki ezt a műfajt kedvelte, külön voltak a metál-osok, a Depeche Mode-osok, a New Kids on the Blockosok és a Cure-osok. Ismertük őket is, de akkoriban még a ruha alapján is meg lehetett különböztetni ezeket a társaságokat, tudni lehetett, ki melyik zenét szereti. Manapság ez szerintem már másképp van, de a zene ma is összekapcsolja az embereket. Mi például Qkával már több mint 30 éve csináljuk a zenekart, szóval minket a zene idén már egymilliárd másodperce köt össze. Egy láthatatlan, meghatározhatatlan kis társaság is kialakult körülöttük, ők azok, akik az Animal Cannibalst szeretik, a zenénk őket is összeköti. Érdekes, de a baráti körömről nem jellemző, hogy hasonló zenét szeretnének, emiatt is fordul elő, hogy szilveszterkor szinte öltre menő harc folyik azért, hogy mit hallgassunk. De közös metszet persze mindig van.”

(Dósa Richárd, művésznevén Ricsipí, az Animal Cannibals tagja)

## ◆ FANTASZTIKUS KÖZÖSSÉGEK ALAKULNAK KI

„A zene univerzális nyelvként képes összekötni az embereket, kevés az ilyen dolog az életben. És gondoljunk csak



KOLLÁNYI ZSUZI



DÓSA RICHÁRD



KIRÁLY VIKTOR

bele, a koncertek is több ezer embert tudnak összehozni egy helyszínen, még hozzá békésen. Az összekapcsoló-dást szakmán belül is érzem, talán azért is beszélek nehezen erről, mert nekem ez a természetes. Például amikor zeneszerzőként dolgozok együtt más emberekkel, leírhatatlan érzés, hogy nekik nem kell elmagyaráznom, mit akarok. Szóval ez egy univerzális nyelv, amivel tudunk kommunikálni, érzéseket közvetíteni. Már gyerekkoromban is hobbim volt a zene, míg mások kosárcsapatokban játszottak, addig én egy garázszenekart hoztam létre, és minden délután jammeltem a haverokkal. Akkor még doboltam, nem énekeltem, de fantasztikus kis közösség alakult ki, onnan lettek a barátaim is.”

(Király Viktor énekes, zeneszerző)

### A VILÁG LEGBOLDOGABB EMBEREI KÖZÉ TARTOZHATUNK

„A kislányomnak még szeptember elején volt egy bal-esete, beütötte a fejét, ömlött belőle a vér. A mentő nem ért ki időben, előttük jutottam haza, majd vittem be őt a Heim Pál Gyermekkórházba, ahol a sebét összekapcsolták. Másnap a történetet megosztottam a Facebookon, és fölvettem a kérdést, hogy vajon miért nem jön időben

a mentő. Ha azért, mert nincs elég autó, akkor a zenekarommal indítunk egy jótékonysági koncertet, és akit ez zenészként érdekel, az csatlakozhat hozzánk. A januári koncertnek a Zenészek a mentősökért címet adtuk, és nagyon hamar jelentkezett rá 240 zenész és zenekar. Ez is mutatja, hogy a zenészek közösségében milyen komoly az összetartó erő. Mert nekünk ez nemcsak a szakmánk, hanem a hobbink is, és ezáltal a világ legboldogabb emberei közé tartozhatunk. És persze mindenkinek megvan a saját stílusa, de aki hall, az mindenképp szeret valamilyen zenét. Ami engem illet, én öt éves korom óta zenélek, egész életemben ezt csináltam. Az egyik meghatározó élményem az volt, amikor '87-ben apukámtól megkaptam az első magnómat, ami csak előrefele játszott, négy elemmel működött. Ha jól emlékszem, két és fél óra alatt merült le, de azt az egy darab kazettát, ami járt hozzá, rongyosra tekertem. Ezen hallgattam az első számot is, ami az életemben meghatározó volt: a Queen-től az I Want It Allt. Onnantól kezdve a rock lett az igazi szerelmem, függetlenül attól, hogy 20 éven keresztül klasszikus zenei pályán mozogtam, szimfonikus zenekarban játszottam, mostanra pedig elmentem a jazz és a popzene irányába.”

(Lombos Pál, a Swing A La Django zenekar vezetője és bögőse)





**LOMBOS PÁL**



**NAGY ADRI**



**CSEPREGI ÉVA**

### **A ZENE SEGÍTI, HOGY MEGNYÍLJUNK**

„Én a Kecskeméti Kodály Zoltán Ének-zenei Általános Iskolába jártam, szinte minden nap volt énekóránk, sokáig kórusban is énekeltem. Rengeteget próbáltunk, a közös munka pedig összekötött bennünket, mindig voltak közös témáink, közös dalaink, amiket gyakoroltunk otthon is. Ráadásul olyan szerencsések voltunk, hogy a kórusunk nemcsak régi népdalokat vagy kórusműveket tanult, hanem modern, új dalokat is. Szóval a zenének már gyerekkoromban is meghatározó szerepe volt, a szeretetét pedig a fiamnak is szeretném átadni. Szerintem a zene elképesztő módon fejleszti az emberek érzelmi intelligenciáját, segít bennünket abban is, hogy megnyíljunk, ki tudjuk fejezni magunkat. A zene nemcsak gyerekkorban, hanem felnőttként is összehozhat embereket, nekem is sok olyan barátom van, akiket műsoroknak, rendezvényeknek és gáláknak köszönhetően ismertem meg. Amióta elkezdtem dalszövegeket írni, a közönséggel való kapcsolatom is megváltozott: fantasztikus, amikor állok a színpadon, és azt hallom, hogy éneklük a dalaimat. Megható pillanat ez, olyan, mintha egygyé válnánk a közönséggel.”

*(Nagy Adri énekesnő)*

### **A HABKÖNNYŰ SLÁGEREKNEK IS ÜZENETE VAN**

„A zene elengedhetetlen az ember életében, olyan, mint a víz, ami a testünk legnagyobb részét adja. Ha elmegyünk egy természetgyógyászhoz, akkor ott biztos elhangzik, hogy igyunk sok vizet, és hallgassunk sok zenét. Mert a zene hihetetlenül jó hatással van ránk, összetart bennünket. A zene a közönséggel is összekapcsol minket: a Neoton Famíliának is legalább 450 dala van, persze a dalaink látszólag habkőnyű slágerek, de rendkívül gazdag a mondanivalójuk, amit az emberek is éreznek. Jómagam már az iskolában, sőt, már az óvodában is sokat énekeltem. Szerencsés helyzetben voltam, mert mindig készültünk valamire, gyönyörű ruhákban léptünk fel az ünnepeken. Sokszor voltunk színpadon a kultúrházban is, ahol az óvodások, az általános iskolások és a gimnazisták rendszeresen megfordultak, ez a helyszín egyfajta bázis volt számunkra. Tanultam zongorázni és hegedülni is, de mindig az éneklést éreztem a sajátomnak. Otthon is sokat énekelünk, főleg az apukámmal, a zene szeretete, a közös zenehallgatás a családot is összekötötte.”

*(Csepregi Éva énekesnő, a Neoton Famílija tagja) ♦*



SZÖVEG –  
MÁRTONFFY ANDRÁS

SOROZAT –  
KÉTKEDŐK, KERESŐK, KALANDOROK

# EGY RETTENTHETETLEN

”

*A földalatti vasút kalauza voltam nyolc évig, és elmondhatom magamról, amit a legtöbb kalauz nem mondhat el: soha nem siklott ki a vonatom, és egyetlen utast sem veszítettem.*

(Harriet Tubman)



Kép: Profimedia – Red Dot

# RABSZOLGALÁNY

Az amerikai Délen megszökni a rabszolgatartók elől már önmagában is életveszélyes vállalkozás volt. Ahhoz viszont, hogy egy aprócska termetű, magányos fekete nő a biztonságos távolból újra és újra visszamenjen, és több tucat embert kimenekítsen, kifejezetten csodálatra méltó bátorság kell.

◆ Harriet Tubman története éppen úgy kezdődött, mint sok millió más amerikai rabszolgáé. Valamikor a tizennyolcadik század végén egy hajó érkezett Ghána partjaihoz, fegyveres emberkereskedők szálltak ki belőle, olcsó, színes tömegtermékekért cserébe megvásárolták a helyi törzsfőnökök és kiskirályok alattvalóit, felterelték őket a hajóra, áthajóztak velük az Atlanti-óceán túloldalára, és azokat, akik életben maradtak a mocskos, zsúfolt raktérben, eladták valamelyik rabszolgapiacon egy amerikai ültetvénytulajdonosnak.

Ezzel a hajóval hurcolták az Egyesült Államokba az 1820 körül született Araminta Ross nevű kislány nagymamáját is. A lány apja ács volt egy ültetvényen, anyja szakács egy másikon. Kilenc gyerekük közül hármat elszakítottak tőlük, amikor eladták őket, és a házaspár állandó rettegésben élt, nehogy tovább csonkítsák a családjukat.

Egy nap egy férfi érkezett, akinek a tulajdonos el akarta adni a Ross család legkisebb fiát, Mosest. Az apa fejszével a kezében megállt a kunyhója ajtajában, és közölte, hogy aki először belép a házába, annak széthasítja a fejét. A tulajdonos meghátrált. Átgondolta a lehetséges következményeket, és mégsem adta el a kislányt. Talán ez volt az az esemény, ahonnan a lányuk rettenthetetlen bátorsága eredt.

Aramintát hamar munkára fogták. Már öt-hat éves korában bérbe adták mint dajkát. Az volt a feladata, hogy egy bizonyos Miss Susan alvó csecsemője ne ébredjen föl. Ha a gazda családja mégis sírást hallott, Aramintát megkorbácsolták, volt, hogy naponta többször is. Később a kártevő pézsmapockoknak felállított csapdákat kellett figyelnie, majd amikor nagyobb és erősebb lett, ökröket terelt, farönköket cipelt vagy szántott. De akármilyen engedelmesen robotolt, a bajt nem tudta elkerülni. Egy alkalommal a munkafelügyelő konfliktusba keveredett egy szökni készülő rabszolgával, és a dulakodás hevében megdobta egy mérlegsúlyyal. A férfi elhajolt az egy kilogrammos, vasból készült súly elől, ami aztán a fiatal lányt találta fejen. Araminta olyan súlyos sérülést szenvedett, hogy két napig félig eszméletlenül feküdt – jobb híján egy szövőszéken, ahová sebétben fellődítették. Ettől kezdve élete végéig komoly fejfájások és epilepsziás rohamok kínozták, és egyre jobban megerősödött benne az a gondolat, hogy meg kell szöknie.

Körülbelül húszéves korában férjhez ment egy John Tubman nevű szabad fekete férfihoz. Felvette az anyja keresztnévét is, ettől kezdve hívták Harriet Tubmannek. Mivel azonban a rabszolgaság szempontjából az anya jogi státusza volt mérvadó, a leendő gyerekeik szolgasorba születtek volna. Mindketten érezték, hogy nem ígéretes a közös jövőjük. Eközben ráadásul meghalt a gazdája, aki rendszeresen ígérgette, hogy felszabadítja Harriet apját, a család pedig nekilátott, hogy egyfajta „végkiárúsításon” értékesítse a rabszolgáit. Közülük pedig Harriet lett volna az első, akit betegsége és gyenge fizikuma miatt olcsón eladnak az első jelentkezőnek. Ettől kezdve sem a házasság, sem az óvatosság nem számított a fiatal nőnek. Egyfolytában kereste az alkalmat a menekülésre. Az idő akkor jött el, amikor megint bérbé adták egy másik ültetvényre. Egy éjszaka elszökött, kihasználta, hogy a gazdái csak napok múlva értesülnek majd az eltűnéséről, ráadásul szerencséje is volt: a száz dollár nyomravezetői díjat csak két héttel később tették közzé a helyi újságban.

Mint legalább százezer másik szökött rabszolga, ő is az úgynevezett „földalatti vasút” hálózatán keresztül menekült. Ez egy alaposan bejáratott rendszer volt, ami már évtizedek óta, az amerikai függetlenségi háborútól kezdve működött. Jóságos emberek tartották fenn: szabadok és rabszolgák, fehérek és feketék. Templomok, iskolaépületek, magánházak, rabszolgakunyhók szolgáltak ideiglenes menedékkül, ahol szállást, meleget és ételt találtak a szökevények. A hálózat tagjai figyelték, hogy járnak-e rabszolgavadászok a környéken, az információt pedig előre megbeszélte jelekkel adták át. Volt, hogy egy spirituálé megfelelő versszakát énekelték, máskor lámpással adtak fényjeleket. Harriet is ilyen „vasútállomások” érintésével gyalogolt százötven kilométert. Volt olyan, hogy egy egész napig söprögette egy segítőtje kertjét, csak hogy a külvilág rabszolgának higgye, majd éjjel egy szekér ponyvája alá elbújtatva szállították át a következő menedékpontig. Éjszakánként gyalogolt, és az északi irányt jobb híján a Sarkcsillag pozíciója alapján követte.

Ilyen módszerekkel jutottak a menekülők a rabszolgatartó déli államokból a szabadság irányába. A legtöbben egyre északabbra, főleg Kanadába igyekeztek, ahol már 1783-ban betiltották a rabszolgaságot, de olyanok is voltak, akik Mexikóba vagy Európába mentek.

Az Egyesült Államokban ezalatt nemhogy enyhültek volna a szabályok, hanem kifejezetten szigorodtak.



Harriet Tubman és férje, Nelson Davis örökbefogadott lányukkal, Gertievel. A fénykép 1887 körül készült

1850-ben szavazták meg a szökött rabszolgákra vonatkozó törvényt, amely szövetségi szinten szabályozta a kérdést. Minden államnak, amelyben tilos volt a rabszolgaság, kötelessége volt visszaszolgáltatni a területére szökött rabszolgákat, és minden amerikai állampolgárnak tevékenyen is segítenie kellett a rabszolgavadászok munkáját. A büntetés mértéke a tulajdonosoktól függött. Semmi nem akadályozta meg őket abban, hogy a legkegyetlenebb megtorlást alkalmazzák a szökevényekkel szemben.

Ezért megdöbbenő, hogy miután Harriet Tubman megkönnyebbülten és halál fáradtan megérkezett a szabad Pennsylvania államba, eltökélte magában, hogy menti a családtagjait is. Minden alkalmi és időnyomunkát

elvállalt, hogy összegyűjtsön egy kis pénzt, majd visszatért Délre, ahonnan az élete kockáztatásával szökött meg. Első útjával az unokahúgát és gyerekeit hozta ki, és vitte el északra, majd felbátorodva újra nekiindult, és kimene-kítette a legfiatalabb öccsét, Mosest is.

Ettől kezdve egyre magabiztosabban viselkedett. Álruhákat szerzett, és vett egy pisztolyt is, amit leginkább a küldetéseket veszélyeztető, elbátortalanodott menekültek megregulázására használt. Hosszú, sötét téli éjszakákon érkezett, amikor az emberek a házukban melegedtek vagy aludtak. Felvette a kapcsolatot a szökevényekkel, és mindig szombat este indult velük útnak, hogy a szökés hírérl a helyi közösség csak a hétfő reggeli újságból értesülhessen. Kihozta három másik testvérét azok gyerekeivel együtt, majd mindenkit, akit csak tudott. Az elkövetkezendő tizenegy évben tizenháromszor tért vissza a rabszolgotartó délre, és legalább hetven embert menekített ki. További hatvan menekülőnek adott pontos információkat és utasításokat, hogy merre menjenek. Soha senki nem tudta meg, hogy a rejtélyes szökevények mögött ez a fogyatékkal élő, százötven centis fiatal nő áll.

A földalatti vasút egyik állomása egy John Brown nevű fehér férfi bőrcserző műhelye volt. Brown a rabszolgaság ellen küzdő abolitionisták harcos szárnyához tartozott, és az volt a meggyőződése, hogy egy ilyen aljas rendszer ellen csak erőszakkal lehet célt érni. Önmagát főparancsnoknak nevezette ki a követőivel, árnyékkormányt alakított, és gondosan eltervezte, hogyan fogja egy merész katonai akcióval összeomlasztani a déli rendszert, megfosztani a mezőgazdaságot a nélkülözhetetlen munkaerőtől, és új, szabad, fekete államot létrehozni. Ehhez elsősorban katonákra volt szüksége, ezért a rabszolgák körében kezdett toborozni. Kapóra jött neki, hogy megismerkedett Harriet Tubmannel, akinek a gyakorlata, helyismerete óriási segítséget jelentett volna. Harriet kissé kelleetlenül ugyan, de nekilátott toborozni. Töretlen jó szándéka és naivitása miatt nem vette észre, hogy eleve vesztes ügy mellé áll, és az erőszakot nem fogja szentesíteni egy parádés győzelem sem. Brown négy-ötezer emberre számított, de mindössze huszonegyet sikerült beszerveznie. Őket is nagyrészt az általa Tubman tábornoknak nevezett Harriet toborozta.

Ezzel a maroknyi emberrel Brown 1859-ben megostromolta az Egyesült Államok központi fegyverraktárát és fegyveralkatrész-gyárát a virginiai Harpers Ferry városkában. Komoly ostromról persze nem volt

szó, hiszen a több mint százezer lőfegyvert egyetlen ember őrizte. Brown szentül hitte, hogy a híre a rabszolgák ezrével fognak fellázadni, ő pedig felfegyverzi őket, és térdre kényszeríti a déli államokat. A rabszolgák azonban késlekedtek a felkeléssel, miközben a hadsereg alakulatai körülverték a lázadó csoportot, és rövid tűzharc után elfogták mindazokat, akik életben maradtak. Brown három fiából kettőt lelőttek a katonák, a harmadikat pedig magával a vezérrel és több társával együtt akasztották föl egy gyorsított tárgyalás után.

Harriet Tubman expedícióinak csak az 1861-ben kitört polgárháború vetett véget, ő pedig lelkesen részt vett a harcokban, mivel elérkezettnek látta az időt a rabszolgaság végleges eltörlésére. Volt, hogy főzött a hadsereg tisztjeire, máskor vérhasban és himlőben szenvedő katonákat ápolt. Ha kellett, csapatokat vezetett a jól ismert rejtett útvonalakon, máskor feketéket toborzott a harcra, felderítő utakat végzett, és kémkedett. Mindezt soha nem kapott egyetlen fillért sem, sőt, a hadsereg által felajánlott élelmiszer-fejadagot is visszautasította, nehogy a többi afroamerikai sorstársa úgy érezze, hogy kivételeznek vele. Mindent saját maga finanszírozott, ha kellett, fillérekért saját készítésű süteményt vagy az USA-ban népszerű, élénkítő hatású gyökérsört árult.

Mire véget ért a polgárháború, Harriet híres ember lett. Az újságok sokat cikkeztek róla, interjúk készültek vele. Egyre többen megbecsülték, és felnéztek rá, de az állam jóindulata odáig azért nem terjedt, hogy egy éppen felszabadult fekete nőről anyagilag is gondoskodjanak. Tubman élete végéig szegénységben élt, amin nem sokat segített, hogy a kongresszus megszavazott neki egyhavi nyolc dolláros, mai értéken hetvenötezer forintos nyugdíjat. Jóindulata és naivitása olykor bajba is keverte: egy alkalommal két szélhámos hamis ígérettel rávette, hogy kölcsönkérjen ötezer dollárt, majd amikor egy félreeső erdőben jóhiszeműen átadta az összeget, eszméletlenül verték, és elszöktek a pénzzel.

Élete végéig érvelt, nyilatkozott, beszédeket tartott, turnézott az általa fontosnak tartott ügyekért, a huszadik század elején például a női választójog bevezetéséért.

Öregkorára a fejsérülése miatti fájdalmi és epilepsziás rohamai folyamatosan súlyosbodtak, egyre jobban legyengült, majd 1913-ban, több mint kilencvenévesen meghalt. Halálában már igyekeztek megadni neki azt, amit életében megérdemelt volna: a temetése katonai tiszteletadás mellett zajlott. ♦



SZÖVEG –  
OSZTOVITS ÁGNES

# A LEGSZEBB AJÁNDÉK

Könyvvásárlásra és olvasásra buzdító felszólításokban sosincs hiány. „Kell a jó könyv” – hirdette évtizedeken át a Magyar–Szovjet Baráti Társaság, „Olvasni kell!” – kiált ránk az idei Margó Fesztivál plakátja. „Legszebb ajándék a könyv” – biztatott egy régi szép falragasz. Ma is egyetérthetünk vele, ha hozzátesszük, hogy a szeretettel, gondossággal kiválasztott kötetek tényleg őszinte, tiszta örömet szerezhetnek. A válogatásban próbálunk segíteni.

◆ **KLAUS HEMMERLE A JÁSZOLHOZ A HÁTSÓ AJTÓN ÁT** című vékonyka kötete már címében is különbözik a karácsonyra kiadott hitbuzgalmi könyvek sokaságától. A rendkívül sokoldalú, neves művész és teológusprofesszor (1929–1994), egykori aacheni püspök nem a kitaposott úton vezeti el a modern embert a betlehemi istállóba, hanem kanyargós mellékutakon, amelyeken új és új felismerésekre juthat az ünnep legfőbb tartalmáról. A negyven rövid szöveg (vers, prédikáció-, elmélkedésrészlet, fohász) arra ad választ, miért hatalmas ajándék Istennek a kiseded Jézus, („... a mindentudó Isten a mindenkihez közeli Isten akart lenni. Nem csak tudni akarta, mi lakik az ember szívében, meg akarta tapasztalni”), és nekünk mit kell tennünk ezzel a nagy ajándékkal.

A szövegeket az 1947-ben született *Roberto Cipollone* (művésznéven *Ciro*) olasz szobrászművész alkotásairól készített fotók illusztrálják. A művész eldobott, hasznavehetetlen tárgyakból építi fel nemesen egyszerű, groteszken is szívszorító Betlehemét. (Golgotája is a mai keresztény művészet világszerte elismert remeke.)

A kötet az utóbbi idők egyik legszebb kiadványa: tökéletes a szövegek tördelése, a képek elhelyezése, az egységes színvilág. Igazi ajándékkönyv.

(Új Város Alapítvány, 3200 Ft)

**KÁLI-ROZMIS BARBARA ERZSÉBET KIRÁLYNÉ ÉS A MAGYAROK** című, több mint 450 oldalas könyve mindmáig az egyik legrészletesebb és egyben a leggazdagabb képanyaggal ellátott Sisi-életrajz. Az interneten régóta népszerű szerző több mint 15 éve kutatja a témát, hat éve rendszeresen publikál. Megnyerte a Habsburg-leszármazottak bizalmát, így eddig ismeretlen dokumentumokhoz, levelekhez is hozzájutott. A bizalmat azzal hálálta és hálálja meg, hogy nem ad hitelt az Erzsébet királynét övező olykor gonosz pletykáknak, sőt cáfolja őket. Az ő Sisije gyönyörű, okos, mélyen érző, nagyon tehetséges, férjét mindhalálig szerető feleség, érzékeny anya, remek költő, és mindenekelött



mélysegesen magyar lelkű asszony. Aki tökéletesen beszél, ír magyarul. Erzsébet verseinek kiváló fordítója, *Mészöly Dezső* mondta az általa összeállított kötet bemutatóján sok évvel ezelőtt, hogy Sisibe minden valamirevaló magyar férfi szerelmes volt, sőt szerelmes mind a mai napig. Ehhez hozzátehetjük, hogy minden magyar nő máig csodálja szépségeért, karcsúságáért (étkezési szokásait is utánozzák – reménytelenül), szabad gondolkodásáért. Erzsébet népszerűségéhez nagyban hozzájárul, hogy szinte minden évben vetíti valamelyik tévécsatorna a bűbajos *Romy Schneider* főszereplésével készült Sissy című osztrák-német filmet. És rendre kiadják a királyné bizalmasainak, magyar udvarhölgyeinek rajongó visszaemlékezéseit.

A XX. század második felének kétkedői persze keresték a romantikusan idealizált kép mögött az árnyoldalakat.

Bizonygatták, hogy a királyné csak anyósát bosszantandó viseltetett különös rokonszenvvel a magyarok iránt, ezért töltött több időt nálunk, mint Bécsben. Szerelmes volt *Andrássy Gyulába*, miatta hidegült el férjétől. A Magyarországon született *Mária Valérián* kívül egyetlen gyerekével sem törődött. A szerencsétlen sorsú *Rudolf* trónörökösnek sem nyújtott segítő kezet. Férjét egy színésznő karjaiba lökte, csakhogy ne kelljen vele foglalkoznia. Önző, önimádó nő volt. Káli-Rozmis Barbara ezeket a vádakat tételesen cáfolja, és tovább fényesíti a régóta ragyogó Sisi-képet.

Az *Erzsébet királyné és a magyarok* című kötetnek biztos sikere lesz az idősebb korosztálynál és a romantikus lelkű fiatalok körében.

(*Helikon* Kiadó, 4999 Ft)





**KOLLÁR-KLEMENCZ LÁSZLÓ ÖREG BANDA** című könyve az év öröndetes meglepetése. A fiatalok körében népszerű *Kistehén zenekar* dalszerzője és énekes első regényében (korábban két novelláskötetet tett közzé) sváb felmenőinek állít emléket. A *Kaldenecker* família a főszereplő, amely nemzedékek során át nagyszerű zenészeket vonultatott fel, akik nem zeneiskolában tanulták a muzsikálás rejtelseit, hanem egymástól, és akik a szorgos munka mellett rézfúvós zenekarokkal szórakoztatták és fogták össze a közösséget. Az 1700-as években betelepített, idővel teljesen elmagyarosodott Duna-melléki falvakban élők, a hagyományokat hűségesen ápoló svábok komolyan vették az életet, félték az Istent és nagyon szerettek muzsikálni. Az *Öreg Banda*ba csak szorgalmasan gyakorló, megbízható és jófúlú muzsikuskok kerülhetnek be. Ezért voltak a legjobbak a környéken. Ők kísérték a násznépet a templomba, ők táncoltattak búcsúkor, bálokon. Itt nem voltak volksbundisták, és emberek nem vágytak Németországba, magyarul beszéltek. Nekik köszönhető, hogy 1945 után nem ürítették ki a települést.

Kollár-Klemencz nagyszerű, szerethető figurákat teremt, remekül idézi meg a múltat, a régi sváb világot. Szinte halljuk a Régi Banda lüktető muzsikáját, érezzük az ételek ízét, és rezignáltan vesszük tudomásul, hogy mindez végérvényesen eltűnt.

(Magvető Kiadó, 3990 Ft)

**GERZSENYI GABRIELLA BRÜSSZEL UTÁN SZABADON** címmel írt rendkívül szórakoztató és tanulságos könyvet, miután befejezte 16 éves jogász szolgálatát az Európai Bizottságnál, ahova szigorú szakmai vizsga után jutott be. A személyes hangú beszámoló minden lényeges dolgot elmond Belgiumról, Brüsszeltől, a Bizottságban zajló sokszor idegölő munkáról. Megtudjuk, miért jó a belgák fővárosában élni, mi az, amit el kellene tanulnunk tőlük, és mi az, amitől kirázza az embert a hideg. Gabriella független fiatal nőként kezdte pályáját, és két gyermekkel tért haza férje oldalán. A gyerekek (és így a szülők is) megismerték az óvodát és a különféle iskolákat, rengeteg sportágban próbálkoztak, zenét tanultak, és persze idegen nyelvet. A két magyar szülő mindent megtett, hogy jól és hasznosan töltsék az időt, rengeteget kirándultak, színházba, hangversenyre, kiállításokra jártak.

A könyvnek vannak pompás humorérezékről tanúskodó fejezetei is, és vannak lehangoló meglátásai. Gerzsenyi Gabriella született elbeszélő, nagyszerű stílusista és jó szerkesztő. Első könyve több mint ígéretes próbálkozás.

A *Brüsszel után szabadon* minden nemzedéknek tartogat élményeket. Azoknak a fiataloknak pedig, akik Brüsszelbe készülnek a jövőben, erősen ajánlott olvasmány.

(Nap Kiadó, 3900 Ft)



**CSIKOS SÁNDOR – KULISSZÁK NÉLKÜL** Idén nyolcvanéves a debreceni Csokonai Színház legendás művésze, akit *Gaál István Sodrásban* című filmjében ismerhetett meg a közönség. Utána játszott még néhány filmben, illetve tévéjátékban, de nem ezekről nevezetes. Hanem arról, hogy a Színművészeti Főiskola után Egerben, Miskolcon, Szolnokon, Győrben, Nyíregyházán és Debrecenben szolgálta a magyar színházi kultúra ügyét. Ragyogó adottságai, egyszerű beszédtechnikája, intellektuális felkészültsége mindenkit magával ragadott. Soha nem akart sztár lenni, de az lett ott, ahova éppen hívták. Játszott, később rendezett, volt „botcsinálta” színházigazgató Nyíregyházán, de legjobban Debrecenben érezte, érzi magát.

A kerek születésnapra Kornya István készített vele élvezetes életútinterjút. Ez képezi a könyv gerincét. A kérdező diszkrétén háttérbe vonul, de az élet minden fontos mozzanatáról kifaggatja a művészt. Az egykori karcagi kisdíák mindenütt helytállt, megalkuvások nélkül élte meg a XX. század második felét, és ma is boldog embernek vallja magát, hiszen egész életében azt csinálta, amit szeretett.

A sok-sok fotóval illusztrált kötet egy kivételesen rokonszenves művészt állít reflektorfénybe. Mindenkinék szép ajándék, akit izgat a színház világa, aki celebek helyett igaz, elkötelezett színházi emberekre kíváncsi, és persze a magyar történelem elmúlt évtizedeire.

(Debreceni Csokonai Színház, ármegjelölés nélkül)

**JONATHAN FRANZEN KERESZTUTAK** című, közel nyolcszáz oldalas regénye az idei téli könyvvásár minden bizonnyal legjobban várt alkotása. Két remekbe szabott nagyregénye, a *Javítások* és a *Szabadság* után az 1959-ben született amerikai író végre visszatért kedvenc műneméhez, a családragényhez. A történet a hetvenes évek elején játszódik az amerikai középnyugaton. Főszereplője egy baptista lelkész, valamint a felesége és négy gyermeke. A kultúráváltás időszakát éljük, a 68-as szellem a békés világra is beszivárog. A levegőben feszültség vibrál. A lelkész, akitől elvették ifjúsági csoportját és porig alázták, fellázad örömtelen élete ellen. Legidősebb fia nemcsak az egyház, hanem Isten ellen is lázad. Gyönyörű fiatal lánya egy folkrock énekes búvkörébe kerül, és hatására buzgó keresztény lesz. Középső szuperintelligens és érzékeny fia – bár tagadja – kábítószerfüggő. A legkisebb néma és értetlen figyelője a családi veszekedéseknek. A feleség pedig, aki férje kedvéért kilépett a katolikus egyházból, és most baptista prédikációkat fogalmaz, elveszítette női vonzerejét, ápolatlan, kövér asszony lett. Vajon megmenthető ez a család? S egyáltalán az a világ, amibe beleszülettek?

Franzen a jelen és múlt között ugrál. Kibeszéltetlen titkokat hordoznak a szereplők, súlyosan vétének egymás ellen, s miközben saját életük nyomorúságán rágódnak, nem veszik észre a szinte szemük előtt zajló tragédiát, a középső gyerek megtébozódását.

Nagyon sok fontos mellékszála van a regénynek, remek, empatikusan ábrázolt figurák sora vonul fel, súlyos erkölcsi, világnézeti dilemmák kerülnek terütekre. Szükség van-e még Istenre? Hallgat-e az imákra? Lehet-e jó ember az istentagadó? Megszólítható-e keresztény példabeszédekkel, hagyományos igehirdetéssel az ifjúság?

A látszólag lassan induló első kötet alcíme *Advent*. A várakozás idejében járunk, sötétség van, még minden megtörténhet. A második könyv alcíme *Húsvét*. Iszonyatos kínok után jön a feltámadás. A fájdalmas újjászületés.

A *Keresztutak* nem könnyű olvasmány, de a remekművek katartikus élményével ajándékozza meg a türelmes olvasót. Minden keresztályt magával ragadhat, és sokáig fogva tart. A regény – s ez a magyar könyvesek felkészültségét jelzi – egyidőben jelent meg az amerikai kiadással. Hála *Pék Zoltán* fordítónak és a szerkesztőknek.

(XXI. Század Kiadó, 5990 Ft) ♦



SZÖVEG –  
PARTI JUDIT

KÉP –  
SZAKÁL SZILVIA

# HA VALAKI ÍR, AZÉRT VÁLLALJA A FELELŐSSÉGET

Nagycsaládból jövő, fiatal kétgyerekes apuka, doktorandusz, író, focista, tanár, hívó ember, gyerekhangú, kereső felnőtt. Második kötete a Tiki, amelyben a fiatalság hősiességét is megmutatja a gyerekkori minimumok mentén (vonatozás, Balaton, foci), és árnyalja Kőbánya negatív nimbuszát. Írói álarcokról, az irodalom hasznáról és a létezés kérdéseiről beszélgettünk **Regős Mátyással**.

◆ – **A Tiki háttérhelyszíne Kőbánya, ahol magad is felnőttel; polgári, vallásos családban.**

– Magunk is éreztük az éles kontrasztot a kőbányai általános iskola és az otthonunk világa között, de megtanultunk jól lavírozni ezek között.

– **Voltak ennek fájdalmas részei?**

– Nem mondanám fájdalmasnak, esetleg oknak a szorongásra. Az iskolai közegben jobbra értelmezhetetlen tevékenység volt a templomba járás is, de a ministránsi gyakorlat végképp. Annyira nyomasztó lett volna felvállalni, hogy erről az ember inkább nem beszélt. Ha egy gyerek azt érzi, hogy nem mutatkozhat meg teljes valójában, az szorongó érzés – ugyanakkor nyilván ennek a fordítottja is igaz volt, hogy a kőbányai külvárosi kultúrát beszívárogtatni a családunk életébe sem volt üdvözölt cselekedet. Volt olyan időszak is, amikor az osztálytársaimmal előszeregettel éltünk a trágárság adta lehetőségekkel, sőt fürdőztünk benne, bár gyanítom, hogy ez általános kamasz attitűd azért. Mindenesetre nálam ez okozott

plusz szorongást, hogy nem tudtam egészen eldönteni, melyik vagyok én – hol vagyok igazán önmagam. Az iskolában, ahol egy ösztönösebb lényem van jelen, akinek csak okosan el kell kerülnie néhány témát, vagy otthon a szerető családi környezetben, ahol kontrollt gyakorolok magam fölött. Tízévesen, ha valaki egy családi portrét készített volna rólunk, vagy az osztályunkról készített volna egy tanulmányt, teljesen más képet kapott volna rólam.

– **Felnőttként tapasztaltál ilyen kettősséget magadon?**

– Ez elkerülhetetlen, de azáltal, hogy reflektálttá válik, lehetőségként jelenik meg számomra. A futballpályán focista lehetek – annak is elég közönséges, agresszív, győzni akaró –, de apaként vagy barátként nem ilyen vagyok. Természetes, hogy különböző szerepekben különböző álarcaink vannak, és az nagyon izgalmas tud lenni, ha az ember ezekkel tudatosan játszik. Gyerekkoromban nem mertem volna megcsinálni, de most boldogan szórakoztatom vagy épp hozom zavarba a környezetemet ezzel.



**HA EGY GYEREK  
AZT ÉRZI,  
hogy nem mutatkozhat  
meg teljes valójában,  
az szorongó érzés**



**– Mondj egy példát!**

– Irodalmi körben, ahol mindenki az írói álarcát hordja, nagyon szép tud lenni, ha a kőbányai focista megjelenik. Ha ezzel szórakozom, mindig öniróniával teszem, nem hergelek magam ellen embereket.

**– Neked milyen az írói álarcod?**

– Nem szeretek kinyilatkoztató lenni, úgyhogy tépelődő, bizonytalan figura az írói énem, főleg az alkotására nézve. Mondom ezt úgy, hogy örömmel szólalok fel a művészi álszerénységgel szemben, mert meg tud őrjíteni, amikor alkotó emberek úgy hivatkoznak a saját munkájukra, hogy „ez most így sikerült...” Ha valaki ezen a bolygón jó esetben tudatosan és ereje teljében eltöltött negyven-ötven évéből az írásra szánja az összeset, az eleve bizonyos értelemben futóbolondnak minősül, de ha még nem is hisz ebben, az minimum szomorú. Jobb esetben pózer, vagy rajta van a „szerény író” álarca. Ha valaki nem hajlandó teljes mellszélességgel felvállalni akár azt a keveset, amit csinál, az számomra hiteltelen mint alkotó. Pilinszkynek sincs vasos életműve, de amit megírt, azok mögé odaállt. Ha valaki

ír, azért vállalja a felelősséget. Ez tartozik az írói álarcához; nyilván az ember viszonyítja magát sokakhoz, de szeretném magam az alapján megítélni, hogy mit gondolok az aktuális eszköztáramról és felkészültségemről, és szeretnék megtenni mindent annak érdekében, hogy ezt valahogy fokozni is tudjam majd.

**– Többek közt az Előretolt Helyőrség Íróakadémiának vagy pályakezdő ösztöndíjasa. Ez a kezdeményezés erősen negatív felhangok mentén indult. Rád ez hogy hatott?**

– Az indulást követő második évben jelentkeztem, ez már önmagában válasz, de akkor a közbeszédben már nem volt aktualitása.

**– A tépelődő alkatoddal akár azon is tépelődhettél volna, hogy fogsz megállni ezzel a „hendikeppel” írói közegben.**

– A véleményformálók véleményén kevésbé szoktam tépelődni. Az Előretolt Helyőrség ösztöndíjasa-ként, Móricz-ösztöndíjasként azt a kérdést teszem fel



magamnak, hogy legjobb képességeim szerint teljesítek-e, és hogyan élek a belém vetett bizalommal. Ha valakit érdekel, szívesen megmutatom, hogy ezekhez az ösztöndíjakhoz milyen művek kötődnek – és lehet mondani rájuk, hogy nem sikerültek, vagy nem tetszenek, de azt nehezen lehetne, hogy nincs bennük munka.

**– Mit adott az alkotáshoz való hozzáálláshoz, vagy akár a hétköznapijaidhoz az akadémia?**

– A saját korosztályomból válogatott írói közegbe kerültem, kölcsönösen hatottunk egymásra, és ez nagyon sokat adott. A mai napig foglalkozunk egymás szövegeivel. Mentorként Sántha Attila költő törődött velem, aztán Horváth László Imre – ezek a beszélgetések éveket spóroltak nekem. Az első kötetem (*Patyik Fedon élete*) lehet, hogy szóról szóra ugyanígy jelent volna meg, csak két-három évvel később. Az idő nem mellékes tényező, és az ebből a műnemből és közlésmódból való elmozdulás lehetősége így sokkal hamarabb felvetődött.

**– Azt mondd, hogy a második kötet az elsőhöz képest továbblépés, bár az alapanyaga ugyanaz: a gyerekkor. Volt előtted olvasó az írás közben?**

– A Tikit ifjúsági regénynek kategorizálták, ami örvendetes új távlatot nyitott a könyvnek, bár erre nem gondoltam, amikor írtam. Már jártam vele középiskolákban, mindegyik találkozás jó élmény volt. Van a könyvben trágárság, de ezzel csak a realitáshoz kapcsolódom, nem célzottan a fiatalokhoz. Jobban érdekelték a narráció függőbeszéd-szerű részei, ahol a narrátor a fantáziáján belül kitér jobbra vagy balra, elmond egy kis történetet, amire később visszaüt – és ezek a belső monológok eléggé szerteágazóak, vibrálóak –, emiatt találhatja meg a fiatalokat, akiknek egy magyaróra elég ingerszegény tud lenni, ahogy egy irodalmi mű is.

**– Az irodalomnak szerinted mi a haszna?**

– Az írásnak kétségtelen a haszna az alkotó számára. Az olvasónak azonosulási lehetőséget, támaszt és orvosságot nyújt az élete során, mert a fikcióban valahogy fel lehet oldani a bennünk lévő feszültséget. Nem akarok okoskodni, de én úgy tartom, hogy mindezen túl van transzcendens értelme is. Radnóti szinte élete utolsó pillanatáig verset írt – gyanítom, hogy nem gondolta, hogy azokat a szövegeket valaha emberek fogják olvasni. Ezt a tényít úgy fordítom meg, hogy ha nem is olvasta volna soha senki, akkor sem hiszem, hogy ne lett volna Radnóti személyén kívüli értelme annak, hogy ezek a versek megszülettek.



## **A SAJÁT LÉTEZÉSÜNKRÉ VONATKOZÓ KÉRDÉSEKET**

fel kell vetni  
a kamaszoknak

**– Magyar–hittanár szakon végeztél. Miért ez volt a választásod?**

– Ez prózaiabb dolog, kellett szakpár a magyar mellé, az érdeklődésem viszont erre az egyre szűkülte. De nem tagadom, hogy ettől saját hitéleti megújulást, szuper-víziót is vártam, ezt az áttörést azonban nem hozta meg. Mégis ezen a területen érzem azt, hogy szilárdan tudok képviselni egy álláspontot – számomra ez a hittan terén is a kérdés. Térítési ambícióim sosem voltak, de hogy a saját létezésünkre vonatkozó kérdéseket fel kell vetni a kamaszoknak, abban biztos vagyok. Az a tapasztalatom a saját korosztályomban is, hogy bizonyos kérdések nem merülnek fel. Óriási lehetőség a fiatalokból álláspontok és meggyőződések ütköztetését kicsikarni provokatív kérdések felvetésével, hogy negyvenéves koruk előtt kezdjenek rákérdezni a saját létükre.

**– A halállal való szembesítés elég provokatív – akár az élettől, akár egy regénytől. Neked vannak válaszaid?**

– Személyes hitem lehet ezzel kapcsolatban, ami adott esetben lehet erős, kevésbé erős vagy nem létező, de attól függetlenül, hogy épp bizonytalan vagy ingadozó a hitem, és nincs kiforrott válaszom, ezeket a kérdéseket fel kell tenni. Számomra ez természetes a létezésünk törvényei és keretei alapján.

**– A házasság és a gyerekvállalás nem rémisztő feladat egy kezdő író számára?**

– Épp a házasságom támogatta a nagyobb munkák létrejöttét. Evidencia volt számomra, hogy a gyerekvállalás életmódváltással jár; polgárabbá vált az életem, és a rendezettség a prózáírást segíti. Az igényeimből le kellett adnom, de rájöhöttem, hogy ezek az igények nem feltétlenül voltak valóságok. Például, hogy csönd kell az íráshoz és megfelelő helyszín... A *Patyik Fedon* kéziratát nappal a teraszon, éjszaka a fürdőszoba kövén írtam, de erre már most jó emlékezni, húsz év múlva meg különösen az lesz. ♦

# DECEMBERI KIMENŐ

Fotó: Gulyás Dóra/Jurányi Ház

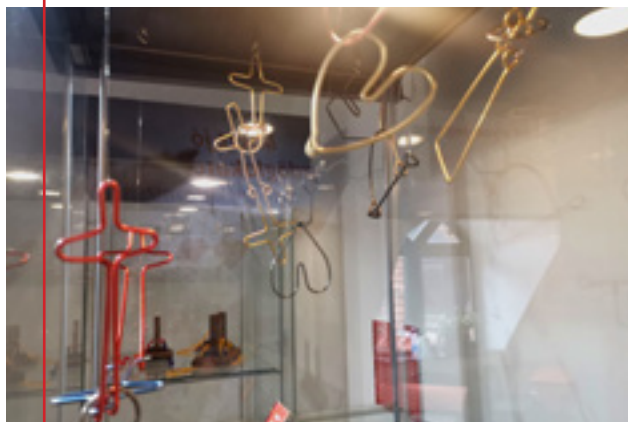


## KICSIBÁCSI ÉS KICSINÉNI - MESEELŐADÁS

Kicsibácsi és Kicsinéni egy dióban élnek. Egy kicsi dióban. Csak egy szem zabpelyhely, egy szem paradicsom, egy szem krumpli fér be a konyhájukba. Mert konyhájuk azért van! Meg egy kalitkájuk, amiben Imikém lakik, a bádognyúl.

Dániel András népszerű *Kicsibácsi és Kicsinéni* (meg az *Imikém*) című könyvének történetét Pindroch Csaba és Verebes Linda adja elő. A mesét három éven felüli gyerekeknek ajánlják, a programhoz kapcsolódva kézműveskedés, színező- és olvasósarok is várja a gyerekeket.

**Budapest, Jurányi Ház, 2021. december 12.**



## MI FÁN TEREM AZ ÖRDÖGLAKAT?

Idén ünnepelte volna 90. születésnapját Szentiványi Tibor neves művelődéstörténész, játékkutató, játégyűjtő – a kiállítás az ő munkássága előtt tisztelőleg. Működési elvük szerint csoportosítva fedezhetjük fel a játékokat, és egy szakértő segítségével megismerkedhetünk egy igazán egyszerű kialakítású, de annál furfangosabb ördöglakat elkészítésének és megoldásának lépéseivel is. A kiállítás játszósarkában pedig hét különböző ördöglakat vár mindenkit!

**Budapest, Magyar Kereskedelmi és  
Vendéglátóipari Múzeum, 2022. január 9-ig**

# DECEMBERI KIMENŐ



## EGYSZER VOLT

Kreativitás, játékoság, kommunikáció, képzelőerő – ezekre mind szükség lesz ehhez a játékhoz, akár a barátaiddal vagy a családod körében vagy. Győri Zoltán és Győri-Nádai Réka, a *Mit Játsszunk?* vloggerei társasjátékot fejlesztettek Szabados Ágnessel. A történetalkotós partijátékot az olvasni szerető embereknek szánják, 2-5 fővel ideális játszani. A szerkesztőség a korhatár-besorolás ellenére a játékot 16 éven felülieknek ajánlja.



## LEGKISEBBEK MOZIJA: CINEMIRA VÁLOGATÁS

Rajzfilm-különlegességek várják a 4-6 éveseket a Cinemira – Nemzetközi Gyerekfilm Fesztivál válogatásában. A tíz rövid mesefilm kedves történeteken keresztül mutatja be az erdő állatainak kórusát, a halat, aki fél a sötétben és egy édes mackó családját. Emellett olyan magyar kedvencek is feltűnnek az összeállításban, mint Kipp-Kopp.

**Budapest, Puskin kuckó, 2021. december 18.**



## ADVENT SZENTENDRÉN

Szentendre történelmi belvárosa idén is ünnepi díszbe öltözik az adventtől vízkeresztig tartó időszakban. Kézműves vásár, szabadtéri rendezvények, adománygyűjtő események, családi programok, kiállítások, fényfestés és koncertek várnak mindenkit.

**Szentendre, 2022. január 10-ig**



Nemzeti  
Táncszínház



# 20 ÉVES

## A NEMZETI TÁNCSZÍNHÁZ

[www.tancszinhaz.hu](http://www.tancszinhaz.hu)  #NTSZ20

# DECEMBERI KIMENŐ

Fotó: Dékány Zsolt



## KÉTSZÁZON TÚL – A PANNON FILHARMONIKUSOK JUBILEUMI KONCERTJE

A hangverseny nyitánya egy négykezes zongoraszonáta egy tételének zenekari átírata, a zeneszerző pedig *Georg Lickl*, a Pannon Filharmonikusok jogelődjének alapítója. A születésnapját ünneplő zenekar alapítójának egy közelmúltban megtalált művét öltözteti zenekari köntösbe erre az alkalomra. A folytatásban *Brahms* veretes d-moll zongoraversenye hangzik el, amely mind technikailag, mind szellemileg komoly kihívás elé állítja az előadót. A zárómű, *Muszorgszkij Egy kiállítás képei* című műve pedig egyszerre tárja elének a képzőművészet élményét, az orosz mondavilágot és a romantikus programzenét.

**Budapest, Müpa, 2021. december 10.**



## ADVENTI NÉPI JÁTÉKOK PÉCSETT

A Keret Alkotó Csoport programjából kiderül, hogy mit jelent a bölcsőskézés, a háromkirályjárás és a Szentcsaládjárás. Az advent meghitt hangulatát teremtik meg régi népszokásokat játszva az utcákon, tereken, az adventi vásár forgatagában. Hetente más játékkal köszöntik a belvárosba érkezőket, majd a várakozás időszakát egy Betlehemesek találkozóival és egy Áldott a te... című Mária-játékkal zárják.

**Pécs, péntekenként és szombatonként 15 órától**



## LAJOS KUTYA MEGÉRKEZIK

Kezdetben olyan apró, hogy egy kabátzsebben is elfér, ám hamarosan már az egész világ körülötte forog. Ő Lajos kutya, aki megérkezik, és mindent a feje tetejére állít! Hősies szúnyogvadász, nyomozónak sem utolsó, és a fociban is remekel, csak aztán fürödni ne kelljen...

Gáncs Kristóf az Ökumenikus Segélyszervezet kommunikációs igazgatója és két kisgyermek apukája, aki esti mesemondásai során teremtette újra mesehősként gyerekkori kedvencét, Lajos kutyát. Történetei egy olyan gyerekparadicsomba repítenek, ahol kisgyereknél csak kiskutyának lenni jobb.



## ROZSDA LOVAG ÉS FRÁNYA FRIDA

A népszerű német mesesorozatból *Felix Janosa* magyar származású zeneszerző készített musicalt, dalra fakasztva a szereplőket. A történet szerint váratlan látogató érkezik Páncélvárba: Fránya Frida, a boszorkány. Azon nyomban brekegő, felhúzható bádogbékává varázsolja a lovagot, de valójában Koksza, a sárkánygyerekre fáj a foga, aki megsejtve ezt, kerek old. Hihetetlen kalandjai során kalózokkal, rablókkal, sőt egy csapat cápával is találkozik. Szélvész várkisasszony sem ül tétlenül, útra kel, hogy megküzdjön Fránya Fridával, és megmentse a barátait.

A német musical arra tanítja a kicsiket és a nagyokat, hogy nem kell mindig szuperhősökben hinnünk, lehet hős egy kedves és félős karakter is.

**Budapest, Budapesti Operettszínház,  
december 10. és 26. között többször**



# ADVENTI ÉBREDÉS CSÍKBAN

Fiatalok, felnőttek és idősek, álmos szemű gyermekek, hajlott hátú öregemberek, egymásba karoló asszonyok igyekeznek a csíki fagyos hajnalon a templom felé. Áldozathozatal is ez, de leginkább öröm: a Megváltó eljövetelére készülnek, és a Szűzanyát dicsérni telik meg a csíkcsecsói templom minden rorátén. Van, hogy talpuk alatt csikorog a hó, de nem számít az eső vagy sár sem, így vonulnak rendületlenül évtizedek óta minden adventi szent időben.

◆ A várakozás, vágyakozás, a sötétségből a fénybe való megérkezés – különleges hangulata van a római katolikus közösségekben a hajnali miséknek advent idején. Régen lámpással indultak útnak a hajnali sötétségben, hogy a hat óraker kezdődő rorátéra odaérjenek. De igazából ma sincs ez másként. Székelyföldön, a Csíkszereda melletti Csíkcsecsóban is zsúfolásig megtelik a templom ilyenkor.

Régen mindig járt, ha teheti, ma is elmegy a rorátéra a nyolcvanharmadik életévében járó Kósa Kálmán. Gyermekkorában még fűtés sem volt a templomban, hideg volt kint és bent, de a hívek akkor is mentek a falu minden részéből. „Advent az Úrjövét, a várakozás, várjuk az Úrjézus születését. Áldozatot kell hozni, mert fel kell kelni korábban, márpedig a hajnali álom a legédesebb. Régebb az ünneppel jött az öröm. Most már nemigen az a világ van. De akkor az adventben is, a nagybőjtben is volt egy megszakítási időszak a mulatozásban is, és az étkezéssel kapcsolatban is. A kihagyással átalakulás történt, és nagyobb volt a kedv, jobban esett az étel az ünnepen.” Kálmán bácsi azt is felidézte, hogy akkoriban az öregek

a „régii öltözetben”, hosszú posztókabátban mentek a rorátéra. „Amikor a templomba bejöttek, sokan a zsebkendőket elővették és a fejükre tették. Hideg volt. 1948-ban raktak egy csempékályhát, azután kicserélték mosztoskályhára, majd motorinakályhára. Módosodott most már. Gyermekkoromból az az emlékezetes leginkább, hogy amikor mentünk a hajnali misére, a kertek ropogtak, olyan hideg volt. Ma is rengetegen járunk rorátéra, a templom mindig tele van, én sem maradok el egyről sem, ha a Jóisten engedi.”

Nem csak az idősebb generáció, a fiatalok is szép számmal vesznek részt a hajnali misén. A legtöbben iskolatáskával a hátukon érkeznek, hiszen a mise végeztével onnan mennek iskolába.

Csóti Júlia gyakran ministrál is, legszívesebben a nagymiséken vesz részt, de rorátéra is eljár. A tizenhárom éves lány úgy véli, különös hangulata van a hajnali misének. „Amikor korán kell kelni és misére indulok, fejben még az álmok földjén járok. De aztán csak megérem, és összeszedem magam. Ott van a templom, a pap, a kántor, és a többi majd megy a maga útján.”



A roráté a Mária-tiszteletet és az Úr eljövetele iránti vágyat jelenti Pál Piroska tanárnőnek. „A rorátét neveztek még angyali misének, angyalvárásnak, aranyos misének, hiszen a szentmise kezdetén elénekeli az angyali üdvözlőt, amely Gábrriel arkangyal üzenetét is tartalmazza, így kezdődik: »az Úrangyala köszönté a Boldogságos Szűz Máriát, s ő méhébe fogadá Szentlélektől szent Fiát.« Mély lelki érzetet ad ezt végighallgatni, együtt énekelni. Van egy másik ének is, amit nagyon szerettek énekelni: »Rorate caeli desuper, et nubes pluant iustum!« vagyis »Harmatozzatok, magasságos egek, s a felhők hozzák az Igazat.« Minden reggel kérjük az eget, hogy harmatozzék, szórja ránk az igazat, a szépet, a fehérséget. A gyógyó gyertyák fényénél ébresztgetjük a lelkünket, serkenjen a befogadó szeretet. Van is egy ilyen ének, hogy »Ébredj, ember mély álmodból.« Ez az ébredés a mély álomból az adventi időszakban arra is készítet, hogy a körülöttünk levő embertársainkra is jobban odafigyeljünk. Van egy biztatás a közösség részéről egymás felé, hogy vegyünk részt a rorátén, a közösség megtartó erejét is jelzi ez. Az énekek rásegítenek erre. Ha bűnbe estél is, kelj föl, ébredj fel abból, ez az időszak arra van, hogy megtisztuljál, felkészüljél lelkiileg is az ünnepre. Mert ha a lelkünkben nincs meg a Messiás eljövetele iránti vágy, akkor hiába díszítjük a lakásunkat, üres lesz az ünnep” – mondja Piroska. „Nem hiába van ez a hosszabb időszak, alaposan rá kell készülni, meg kell hogy tisztuljon a lelkünk. A hajnali miséknek varázsa van. Csicsóban már az első roráté misén tele van a templom. És nem csökken, nem apad a résztvevők száma, sőt, ahogy megyünk bele az adventi mélyebb napokba, végig tele van a templomunk” – teszi hozzá.

A hajnali miséket Mária-miséknek nevezik – mondja a csíkszécsi Szent Antal-plébánia plébánosa, László Rezső: „A mise kezdetén még sötét van odakint, a végére pedig már kezd pirkadni. Ez Mária sötétben való várakozása, aki mégis maga előtt látja a fényt, ezért hajnali mise, és ezért Máriás is. A roráté latinus megnevezése pedig a Rorate caeli régi latin gregorián énekből jön.” Az emberekben alapvetően megvan a vágy a többi iránt, ha áldozathozatalról van szó, ilyen a hajnalban való felkelés is. E tekintetben hasonlíthatjuk a böjthöz is. Régen úgy is neveztek az adventet, hogy kisböjt. A böjt eszköz a lelki életünkben. „És a kisböjt is egy ilyen tud lenni, mert megvan a vágyódás, hogy többet akarok kihozni az életemből, a sötétemmel szemben keresem a fényt, hogy merre irányuljak, merre álljon be az életem. Ez van a szűzanyás misék háttérében, és az emberek hozzáállásában a hajnali misékhez. A Szűzanya sem értette teljesen, hogy mi fog történni. Az angyal valamennyit elmondott, de József előtt is le kellett rendezze valahogy, a nép előtt is, mert abban az időben, ha egy nőről kiderült, hogy nem a jegyesétől van a gyermek, akkor az megkövezéssel járt. Biztos halált jelentett.



Hajnali rorátéhoz gyülekeznek a csicsói templomnál

A Szűzanyának akkora nagy bizalma kellett legyen abban az éjszakában, a hajnalt várva, a szoltárookra gondolva, az őszövetségi jövendölésekre, hogy majd feljön a hajnalcillag számunkra – az Úr ígérete megvalósul –, hogy úgy gondolom, az emberi alapösztön van benne a hajnali misében és az ő várakozásában, ez a kettő találkozik. Még ha nem is tudjuk megfogalmazni, hogy miért, de fel akarunk kelni hajnalonta, hogy elmenjünk ezekre a szentmisékre. Vágyunk arra, hogy a sötétet követően – hiszen mindannyiunknak megvan az árnyoldalaink, az árnyéletünk – valami több, igazabb jöjjön létre, és szívesen hozunk áldozatot, hogy valami isteni el tudjon kezdődni az életünkben. Maga a karácsony éjszakája a legsötétebb éjszaka, és épp akkor születik meg a világ Világossága számunkra” – magyarázza a plébános. ♦

# VALÉRIA

## PAPÍRANGYALKÁI

Gyermekkorom egyik meghatározó élménye volt a karácsonyi angyalkavárás, a semmiből előbukkanó díszes fenyő, az ünnepi kalács illata, az együtt töltött idő. Ez a régmúlt idők képeslapjaira illő békesség köszönt vissza néhány évvel ezelőtt, amikor papírangyalkákkal feldíszített karácsonyfát álltunk körbe egy közéleti rendezvényen. Egyszerűségében is lélegzetelállítóan szép volt. Az esemény végén pedig az angyalkák készítője, kosárral a karján végigsétált a vendégek között, és mindenkit megajándékozott egy-egy papírangyalkával. Azóta a mi családi karácsonyfánk féltett kincse-éke ez a dísz, amely a Vajdasági Magyar Értéktár részét képezi.

◆ **Sebők Valéria** népi iparművésznek köszönhető, hogy számunkra is megmaradt a karácsonyi angyal készítésének technikája, és az utókor számára is áthagyományozható. „Máris mutatom, hogyan szoktam szabni az angyalokat” – fogad, s ujjai gyakorlott mozdulattal sodorják a hófehér krepppapírt. „Egy ilyen papír hossza 50 centi, azt négybe vágom, tehát egy angyalka tizenkét és fél centis. Besodrom ezeket a csíkokat, elég nehéz elkezdni, de azután már könnyen megy, mikor elkezd pödörödni. Ilyen szép hullámos lesz az alja” – mutatja, aztán hasonló módon előkészíti a szárnyakat is. „A ruhájuk díszei sokkal keskenyebb csíkból készülnek, de ugyanígy be kell őket sodorni. Aztán az ember a négy ujj körme közt pici kis rózsákat formál, ezeket apró pöttynyi ragasztóval a ruhácskákra erősíti. Általában hét rózsza kerül egy angyalkára. A nyomtatott angyalfejecskéket egy szabadkai papírkereskedésben vásárolok. Az angyalfigurák többsége fehér, de lehet halványsárga, sőt akár világoskék vagy zöld is.”

Nagyon sok kézimunkát igényel egy-egy angyalkának az elkészítése, Valéria mégis százasaival gyártja őket az ünnephez közeledve, és különböző műhelymunkákon, gyerekfoglalkozásokon igyekszik továbbadni a majdnem

## Vali néni titkos vágya

az, hogy valamelyik évben a vajdasági papírangyalkák díszítsék az esztergomi bazilikát karácsonykor. „*Ha Isten is így akarja, megvalósítom ezt az álmom, nagy szeretettel ajándékoznék Erdő Péter bíborosnak négyszáz kreppangyalkát.*”

feledésbe merült tudást, angyalkái családi otthonokat és templomokat díszítenek.

„Gyerekkoromban Szabadka egyik külvárosi, erdő alatti tanyájára jártunk angyalkákért. Édesapámmal mentünk, titokban egy nagy táskába kerültek az angyalkák, és mikor hazaértünk, ugyanolyan titokzatos módon jutottak el édesanyámhoz, onnan



pedig az ünnepi fára. Én ragaszodom a régi dolgokhoz, kerülöm a modern kori színes, villogó, muzsikáló műanyag díszeket. Felnőtt fejjel eszembe jutottak az angyalkák, és szerencsémre akkor még élt az angyalkakészítő család unokája, Kovács Katica, és ő meg tudta mutatni a módszert. Elmesélte, hogy minden télen októbertől készítették az angyalokat és a bárányokat, és hordták Szabadkára, meg a környező falvakban is árusították. A szomszédság is segített nekik, szabták-vágták a papírokat, jókat beszélgettek, a háziasszony mindig süített valamit a kemencében, krumplit vagy pogácsát. Kalákában készültek a díszek egészen karácsonyig, és a végén mindenki egyetlenegy angyalt kapott az ünnepre.”

Vali néni nem árulja a díszeket, hanem ajándékba adja a megrendelőnek, vagy jótékonyági célra ajánlja fel. „A lelkivilággal nem összeegyeztethető, hogy pénzért áruljam az angyalkákat. Vagy odaadom ingyen, vagy megtanítom az illetőt, hogyan készítsé” – teszi hozzá. ♦

**(Sebők Valéria angyalkái a Vajdasági Magyar Értéktárban:  
<http://ertektar.rs/ertektar/kulhoni?Oldal=5>)**

A papírangyalkák Vajdaságban reneszánszukat élik, ami nemcsak Valériának köszönhető, hanem dr. Raffai Judit néprajzkutatónak, a kreppangyalkák ugyanis az ő javaslatára kerültek az értéktárba külhoni érték kategóriában. Az 1859 és 1975 közötti évek szabadkai karácsonyfáit bemutató tanulmányában felhívta a figyelmet arra, hogy unikumnak számít a karácsony alkalmából készített kreppangyal, amely jól példázza a papírgyártás és a nyomdatechnika tömegtermékeinek a népi kultúrába való beépülését. Szabadkán és a hozzá tartozó falvakban a 20. század második negyedében a katolikus lakosság körében már minden társadalmi réteg körében elterjedt a karácsonyi fa, illetve zöldág állításának divatja – fogalmaz a néprajzkutató, és hangsúlyozza, hogy ezeken a fákön, általában a fa csúcán, már megtalálhatjuk a krepp-papírból készített angyalkákat.

# „Az örök ünneplésre kellene elkészülnünk”



Mit jelent ma az ünnep a nyomasztó kárpátaljai helyzetben az ott élő magyar embernek? Az ünnepi készülődés lelki, vallási oldalairól [Szimkovics Tibor](#) Ung-vidéki református lelkipásztorral beszélgettünk.

◆ – A karácsony elsősorban nem az emberi szeretet ünnepe, hanem a mindenható Isten szeretetének az ünnepe. Ő az, aki a legdrágább ajándékot elküldi Jézus Krisztus személyében, az első karácsonyon Betlehembe, és ezt a szeretetet ünnepeljük alapvetően. Mert Istennek ez a szeretete mindenkinek szól, nemcsak a tehetőseknek, nemcsak azoknak, akik egy válságos világban fel tudnak gazdagon díszíteni egy karácsonyfát és rengeteg ajándékot alá rakni, megteríteni bőségesen a karácsonyi asztalt, hanem szól a nyomorultnak, az elesettnek, azoknak is, akik távol vannak a családjuktól, azoknak, akik kórházi ágyon szenvednek.

– **Az elmúlt járványos időszak során még inkább elmagányosodtak, bezárkóztak az emberek, sokak mentális állapotára erősen rányomta bélyegét a félelem, az ismerősök, családtagok elvesztése. Van-e kedvük örülni, ünnepelni, mire vágnak az emberek?**

– Az elmúlt két év adventi időszakát tekintve két dolgot kell meglátni. Az egyik, hogy a világjárvány elszigetelt bennünket egymástól, ma már jobban becsüljük azokat az időszakokat, amikor ténylegesen ott lehetünk egymás mellett, ölelhetjük egymást, és örvendezhetünk egymás jelenlétének. A másik, ami kétségtelenül beárnyékolta az adventet, hogy sok családban megjelent a betegség, és nem tudtak az emberek felhőtlenül készülni egy-egy ünnephez. Nyilvánvaló, hogy ilyen körülmények között teljesen más üzenete van magának az adventnek és a karácsonynak. Bár a karácsonyi szimbólumok alapvetően Krisztus születésére utalnak – akár a betlehemezést, akár az egyházi énekeinket vesszük alapul –, de tudjuk, hogy mi már nem a gyermek Jézust várjuk.



Palágykomoróc (Ungvári járás, Kárpátalja) református temploma; képünk illusztráció

Advent tulajdonképpen azt jelenti, hogy Krisztus eljövetelére készülődünk, és azt a Krisztust várjuk, aki önmagát adta értünk a keresztfán, aki feltámadt a harmadik napon, és aki eljön majd, a mi hitvallásunk szerint, ítélni a élőket és holtakat. Ez valahol a keresztény embernek a végső reménysége. Ez a végső perspektíva, ha úgy tetszik a végállomás, ahová szeretnénk megérkezni, és akkor, amikor különböző félelmek, szorongás vesz körül bennünket, akkor mindig erre kell elsősorban tekinteni. Hogy rövid vagy hosszabb úton, de mindenképp ide, az Úr színe elé fogunk megérkezni. És ez kell hogy adjon reménységet nekünk.

Egy nagyon fontos evangéliumi történet jut eszembe ezzel kapcsolatban. Talán Lukács jegyzi le

a legrészletesebben, amikor Keresztelő Jánost börtönbe zárják, ő ott várakozik és a maga kétségeiben, félelmeiben gyötrődik, és megüzeni Jézusnak a következő kérdést: „Te vagy-e az eljövendő, vagy mást várjunk?” És ez a kérdés az elmúlt kétezer évben újra és újra megfogalmazódik sokakban. Hogy vajon Krisztus-e az eljövendő, vagy mást várjunk? Az a rengeteg pótlék, pótcselekvés, ami megjelent a karácsony körül – akár az ajándékozás, a pénzköltés, akár a túllontúl díszített otthonok, házak, gazdagon megrakott asztalok – kompenzálást jelentenek. Az emberben van egy hiány, egy szorongás, félelem, és ezt megpróbálja valami módon emberileg kompenzálni. Jogos ez a kérdés, vajon Krisztus-e az eljövendő, vagy mást várjunk? És tudjuk, Jézus akkor egy rövid



választ küld Jánosnak, amely így hangzik: „Menjete el, vigyétek hírül Jánosnak, amit láttatok és hallottatok: Vakok látnak, sánták járnak, leprások tisztulnak meg, süketek hallanak, halottak támadnak fel, a szegényeknek hirdettetik az evangélium, és boldog, aki nem botránkozik meg énbennem.” Ebben a mondatban Jézus azt mondja, minden, ami meg volt írva, minden, ami az Isten Fiára mutat, az megtörténik, beteljesedik. Mert ezt hozza az Isten Fia. A gyógyulást, a helyreállítást, a bűnöktől való szabadulást. És ez ma is így van. Erre van szüksége az emberi világnak.

**– A kárpátaljai magyar családok nagy része az elmúlt években szétszakítottságban éli a mindennapjait. Az Ukrajnában 2014-ben kirobbant kelet-ukrajnai**

**katonai konfliktus is hatalmas félelmet és elvándorlási hullámot váltott ki a magyar családok körében. Nem alaptalanul, hisz a terrorellenes műveletben elesett első kárpátaljai katona egy magyar fiatalember, a 20 éves Popovics Roland volt. Mások a jobb megélhetést keresve, hónapokig, évekig külföldre szerződnek a családfők, házaspárok, s egyre ritkábban térnek haza családjuk körébe. Mit üzen 2021-ben az ünnep az ő számukra?**

– Ha az ünnep megéléséről beszélünk, emberként, édesapaként, férjként mondom ezt: sokkal bölcsebb döntés lenne most és általában, amikor fontos ünnepekhez érnek az emberek, hogy ne a távoból utaljanak haza egy nagyobb összeget, ne egy sofőrrel küldjenek ajándékot a gyerekeknek. Az adott forrásokat arra kellene használni, hogy az ember bármennyire is kötve van, és problémás számára a határátkelés, ott legyen, jelen legyen egy hétig, egy hónapig az ő szerettei körében. Mert ezek különleges pillanatok, időszakok az életünkben. A szeretteink, gyermekeink, életünk társa, időszűk szüleink azt tudják igazán értékelni, hogy időt szánunk rájuk. Minden más, az anyagiak, az ajándékok, olyanok, hogy ha vannak, örülünk nekik, ha nincsenek, azt is elfogadjuk. De a másik ember jelenléte – az egy nagyon drága ajándék. Arra kellene törekedni, hogy ott legyünk az ünnepeken az Isten házában is. Akiknek kétlaki lett az életmódja, fel kell tennie magának a kérdést, még mennyi időt szándékozom távol tölteni a családomtól? Mert ez nem lehet egy hosszú távú perspektíva. Ezt nem bírja ki egyetlen házasság, szülő-gyermek kapcsolat sem. Magunknak kell egy határidőt felállítanunk, és ahhoz tartanunk magunkat.

**– A hitre való nevelés, az ünnepekre való lelki felkészülés gyerekkorban a legfontosabb. A pandémia idején mennyire sikerül megszólítani a legkisebbeket?**

– Úgy adódott, hogy a tavalyi adventi készülődés idején és idén is pont normalizálódott a járványhelyzet az országban, így nem kellett elhalasztanunk a szokásos gyermekalkalmainkat. Tudtunk velük találkozni, a kézműves foglalkozások, az ünnepi alkalmak és a hit-tanórák is meg voltak tartva, a Szenteste is hagyományos keretek között történt. Rendkívül fontos, hogy a gyerekeknek éppen a lelki oldalát világítsuk meg ennek az időszaknak, hisz legtöbbször csak a takarítást, a sütés-főzést látják odahaza, a sokat emlegetett külsőségeket. A gyülekezetben viszont megkapják azt a lelki fundamentumot, amire tudnak építkezni, hogy értsék, miről szól a karácsony, és kire mutat. ♦

# Dédmama, A HAJNALCSILLAG

Hogy lehetünk a hivatásunkkal és azon is túl egy közösség motorja, miként vezethet minket az úton a legnagyobb sötétségben is dédanyánk lámpása? A csallóközi Zalka Lórántnál jártunk.

◆ Lóránt, a Duna menti Bősön tanár, iskolaigazgató-helyettes, cserkész, vőfély, helytörténész, író és költő, forgatókönyvíró, amatőr színjátszó, kosárlabdaedző – igazi másokért élő ember. Feleségével, Anitával és gyermekeikkel, a 18 éves Virággal, a 15 éves Csongorral és a 11 éves Humorral a nagyszülőktől örökölt házban élnek, amelyet nagy udvar vesz körül, és egy hatalmas diófa terpeszkedik a közepén. Az ember úgy érzi, itt aztán minden a helyén van.

A családfő a Covid idején, közösségi élet híján, egyéves alkotói szabadságot vett ki, és nemcsak verseket írt, hanem megírta első könyvét is. Egy istenkereső ember mini valomásait vetette papírra, tele mély gondolattal, sok derűvel.

„Attól nem tudok elszakadni, hogy pedagógus vagyok, oktatók és nevelők, a könyvem is valahogy arról szól, hogy megmondjam az embereknek, szerintem így jobb. Ha tetszik, tanítani akarok, fogódzót nyújtani, de senkit sem kötelezni semmire. Meggyőződésem, hogy a hitet senkire sem lehet ráerőltetni, de az oda vezető utat meg kell és meg lehet mutatni. Ezt a célt talán elértem, mert a könyvem iránt még a mai napig van érdeklődés, és hamarosan a nyomdába kerül a másik is, mert úgy érzem, van még közölnivalóm. Belejöttem, örömmel írok” – meséli.

„A neveltetésemnek köszönhető, hogy gyermekkorom óta keresem az Istent. Kezdetben Istennek akartam szentelni az életemet, látva, hogy a bencések közt mennyi okos, nagy tudású ember van. De aztán elég hamar eldöntöttem, hogy feleséget és gyermekeket szeretnék. A feleségemet a cserkészek közt ismertem meg, azonos

az értékrendünk. Hiszem azt, hogy egy nagy erő ölet át bennünket, Isten szeret minket, nem büntet. Az én világomba nem fér bele, hogy ver bennünket az Isten.”

Lóránt szerint túl sokat nézünk le a sáros, piszkos, szemetes földre, az orrunk elé, ahelyett, hogy tekintetünket inkább felfele fordítanánk, és észrevennénk a virágzó cseresznyefát, az égen a ragyogó felhőket vagy csillagokat. Ha néha engednénk, hogy az eső mossa az arcunkat... A Vízodorta történiák dokumentumfilm-sorozat forgatókönyvírójaként és szereplőjeként az is kiderült róla, hogy elég jól ismeri a vizekben és erdőben dúskáló szépséges csallóközi települések történetét, de erős hite a filmvásznon keresztül is átsüt.

„Az istenkereséshez tartozik egy kultúra, amit én katolikus keresztény neveltetésem során megkaptam, ennek örülök, ebből merítek és építkezem. A reformátusok, a zsidók és más vallásúak szintén a maguk módján keresik az Istent. Adventben járunk, és hiszem, hogy nincs ennél jobb alkalom, időszak arra, hogy elbeszélgessünk a Teremtővel. A készülő könyvemben van egy fejezet »Adventi vándor« címmel, ebben idézem fel nagyanyám anyjáról szóló történetét, aki adventkor naponta gyalog járt be a rorátékra (hajnali misékre) a Bóshöz közeli Malomhelyről. Úgy hívták, hogy Hajnalcsillag, mert egy petróleumlámpával botorkált hosszú kilométereket egészen a templomig. Hát nekem ez a karácsony, a Kiszűz születésére, az Úrjövetre való készülődés. Amikor egy szál lámpával, bebugyolálva, kemény mínuszokban, akár hóban is, de bejött az istentiszteletre. Aztán hazagyalogolt, és élte tovább az életét. Hányan lennének ma képesek ilyesmire? Adventkor ki kell mennünk az Úr elé, kinyitni előtte a kapunkat, megkínálni egy pohár forró teával. Ha nem így teszünk, nem jön be hozzánk senki karácsonykor. Akkor marad a fotelba roskadós, fáradt karácsony, teletömjük magunkat hallal, bejglivel, Winnetou-t nézünk és Bud Spencer-filmeket.”



A másik szobából közben átszűrődik egy kis vidámság, a gyerekek talán társasoznak, vagy egyszerűen csak egymás társaságának örülnek, hiszen csupán hétvégén találkoznak. A nagyközségben már kollégiumban laknak.

Lóránt közben arról beszél, hogy a mai ember sokszor nem tud és nem is akar áldozatot vállalni másokért. Nem tudunk bocsánatot kérni, mint a régi falusi asszonyok egymástól, hogy nyugodt lelkiismerettel állhassanak az Úr oltára előtt az éjféli misén. Nehezen adunk még akkor is, ha van miből. Régen a kevésből is tudtak. Magunkat szétosztani ma mintha elfelejtettük volna.

„Pedig egy ragyogó karácsonyból lehet élni az év többi háromszázhatvanvalahány napján is. Évek óta tartok egy nagy találkozót. »Új év, új tűz« címmel a Duna partján, a bodaki vadászházban. Ide csak férfiakat hívok meg. Január elején, amikor jó esetben csikorog a hideg, és magunknak kell tűzifát vágni, főzni, miközben mély kérdésekre keressük a válaszokat. Keresztény fiatalokból már férfiak, családapák lettünk szinte mindannyian a lassan másfél évtized alatt. »Kilépni!« – ez az új könyvem címe. Utalva arra, hogyha nem tudunk kilépni a komfortzónánkból, akkor hogyan tudjuk értékelni azt, amink van. Másrészt pedig szükséges, hogy edzettek legyünk fizikailag és lelkileg egyaránt.”

Pedagógusként is nap mint nap tapasztalja, hogy mennyire a hiányzó apák világát éljük. Fiúgyerekek nőnek fel apa nélkül, férfiminta nélkül. Vagy válás, vagy egyszerűen amiatt, hogy apa szinte sosincs otthon, annyit dolgozik. A régi családmodellhez azonban nem térne vissza, amikor több generáció élt együtt. Bár tisztelti

a hagyományokat, úgy látja, jó az, ha a fiatalok különköltöznek. Gazdaságilag nehéz, de nagyobb szabadságot ad. Annak viszont nem örül, hogy a mostani gyermekeknek már nincs feladatuk, dolguk, ami valaha mindig is volt. Neki még természetes volt a földeken a kapálás, holott már ő is csak töredékét végezte el annak, amit az édesapja gyermekkorában.

Az Amade-kastély melletti ősi parkban nemrég új kápolnát szenteltek fel, amely egykor víztoronyként szolgált, vízzel látta el az ott élőket, majd haszontalanná vált és enyészetnek indult. A Csörgő testvérek jóvoltából válhatott szakrális helyé, és a szenteléskor Lórántot kérték fel az ünnepség levezénylésére. Hozzáteszi, ő már énekelte a húsvéti örömeiket abban a csodálatos akusztikájú kis épületben 2020 húsvétján. Amikor a koronavírus-járvány miatt nem lehetett templomba járni. Azóta pedig pedagógusként rendszeresen kilátogat a diákokkal, és minden pénteken reggel fél hétkor reggeli dicsőítésre járnak oda a férfikántorral. Hétkor már megy is mindenki a dolgára, lélekben megerősödvé.

„Ahol valami épül, ott közösség jön létre, akarva-akaratlanul. Ha vannak közös ügyeink, van jövőnk. Magam is megteszek ezért mindent. Rengeteg dologgal foglalkozom, ahogy errefelé mondják, egy fenékkal több lovat akarok megülni. Ez olykor nehéz, prioritásokat kell felállítani. Az egész családnak ilyen, a feleségem és a gyermekeim is örökké nyüzsögnek. Ez az életformánk. Amihez igazán értek, az talán a tanítás, de a többi feladatot is odadadással és őszinte kíváncsisággal végzem.” ♦



SZÖVEG –  
PÁCZAI TAMÁS

A cikk a Magyar Turisztikai Ügynökség  
szakmai támogatásával készült.



# ÚJRA LESZNEK ADVENTI VÁSÁROK

A tavalyi kihagyás után idén újra forralt borok, korcsolyázó családok, kirakodó kézművesek és koncertek töltik meg a legszebb városaink tereit és főutcáit advent idején. A kényszerpihenő után a karácsonyi vásárok szervezői több népszerű helyszínen is új koncepcióval és programokkal csábítják a látogatókat, miközben a járványhelyzet kihívásaival is meg kell birkóznunk. Adventi (lapzárta idején aktuális) körképünk következik.

◆ Idén a lakosság nagyobb része védett, de a vírus velünk maradt. A találkozás, a szabadság és a remény lelki egészségünk és a jövőbe vetett hitünk miatt is fontos. Ezért kitűnő alkalmak a fahéjillatú, forralt boros karácsonyi vásárok a fényárba öltöztetett utcákkal, korcsolyapályákkal, koncertekkel és gyerekprogramokkal. A vásárok szervezői is érzik, hogy az idei advent más, mint a korábbiak. A legtöbben óvatosabban látogatunk el még szabadtéri rendezvényekre is, ezért a rendezők fokozottan figyelnek az aktuális járványügyi szabályok betartására, a programok között pedig sokkal hangsúlyosabbak a családi események, a reményt keltő örömkoncertek és a vallási események, mint a korábbi években.

Érthető az óvatosság a szervezők részéről, ezért a legtöbb vásár programtervezete csak november közepén kezdett körvonalazódni, és a biztonsági intézkedések sem egységesek. A budapesti rendezvények (Vörösmarty tér, Bazilika) például csak védettségi igazolvánnyal vagy negatív PCR-teszttel látogathatóak, a vidéki vásárok nagy része viszont szabadon bejárható. Elindulás előtt mindenképpen tájékozódjunk a karácsonyi vásárok online felületein a látogatás feltételeiről, vegyük komolyan saját egészségi állapotunkat és a legfrissebb járványügyi előírásokat, amelyekről a koronavírus.gov.hu oldalon olvashatunk.

## TÖBB MINT EGY ÜNNEP

Eger érezhetően komolyan gondolja azt, ami az Eger Advent köszöntőjében is olvasható: „...Töltsük fel együtt lelkünket szeretettel, vidámsággal, meghittséggel és boldogsággal. Ha csak kicsi időre is, de hagyjuk magunk mögött a gondokat, amelyek egész évben gyötörnek minket...” Ünnepi fénybe öltözik a Dobó tér, a Gárdonyi tér, a Végvári vitézek tere és a vár. A városháza üvegtermében hétvégeente Varázslatos Jégpalota várja a legkisebbeket, rengeteg játékkal és kézműves műhelyekkel, a Kis-Dobó tértől a Tinódi térig pedig Mesesétány, ismert magyar mesék szereplőivel. A nagyobbakra is gondoltak a szervezők: hétvégi estéken koncertek lesznek a Dobó téren olyan fellépőkkel, mint Boggie, Ripoff Raskolnikov vagy az Alma együttes, hogy csak néhányat említsünk. A részletes programokról a rendezvény kitűnő honlapján tájékozódhatunk, heti bontásban: egeradvent.hu.



### A vásáron túl

Eger adventi forgataga után tökéletes program ellátogatni a város termálfürdőjébe, ahol télen is élvezhetjük a szabadtéri medencéket, autóval pedig néhány perc alatt elérjük a demjéni termálfölgy vagy Egerszalók híres fürdőit is. Látogassunk ki forralt borozni a megújuló Szépasszony-völgy pincéihez, tartsunk egy

Kép: Magyar Turisztikai Ügynökség





A budapesti Szent István Bazilika

kirándulós napot az egri tájképet meghatározó Nagy-Eged hegyen, tudományos programként pedig jó választás az Eszterházy Károly Egyetem épületében található Varázstorony, ahol sok érdekesség mellett megnézhetjük Európa legrégebbi, ma is működő camera obscuráját, amit Hell Miksa készített az 1780-as években.

### SZÁZ ÉV HŰSÉG

Sopron lakossága 1921. december 14–16-a között népszavazáson döntötte el, hogy Ausztria helyett Magyarországhoz akar tartozni, és azóta a város hagyományosan december 14-én ünnepli a Hűség Napját, amelynek idén van a 100. évfordulója. Nagy szabású rendezvényekkel, kiállításokkal, konferenciákkal és a centenárium alkalmából megújuló Hűségzászlóval várnak mindenkit (husegnapja.hu). Párhuzamosan az adventi vásárt is megrendezik november 26. és december 23. között, ezúttal két várkerületi helyszínen: a Mária-oszlop melletti rendezvénytéren, valamint a Bástya téren (Rondellánál), a két helyszín közötti területen várhatóan a terasszal rendelkező helyi vállalkozások fogják kínálni termékeiket. Az egyéb programok lapzártnak időpontjáig még nem derültek ki, de a szervezők ígérete szerint „nem marad senki koncertek, előadások nélkül”. Részletes programokat a [facebook.com/SoproniAdvent](https://facebook.com/SoproniAdvent) oldalon találunk.



### A vásáron túl

A kétezer éves Sopron ékessége és jelképe a római alapokon nyugvó Tűztorony, amelynek tetejéről pazar panoráma nyílik a festői hangulatú belvárosra és a közeli hegyekre. Belvárosi indulással egy délután alatt kényelmes sétát tehetünk a Soproni Parkerdőben, ahol bakancslistás megálló a Károly-kilátó és a közelében található Erdő Háza Ökoturisztikai Látogatóközpont. Tömegközlekedéssel is kényelmesen elérjük a városból a fertődi Esterházy-kastélyt vagy a különleges Taródi-várat, ami nagyrészt egyetlen ember, Taródi István 50 éves munkáját dicséri.

### LED-SZARVAS ÉS SZALMALABIRINTUS

November 26-án nyílik Szeged grandiózus karácsonyi vására, amely egy év kihagyás után a hagyományoknak megfelelően ismét négy helyszínen várja az érdeklődőket. A Széchenyi téren óriáskerék és gasztroudvar várja a látogatókat, a kirakodóvásár viszont a Dóm téren lesz. A Dugonics téren ott lesz a két elmaradhatatlan szelfipont – Rudolf, a rénszarvas, illetve a szánon ülő Mikulás –, a Klauzál téren pedig most is felállítják a város karácsonyfáját.



Eger



Szeged



Sopron

Szintén a Dóm térre szervezik a családi programokat, így a tér közepén lesz az óriási adventi koszorú, a szalmaalabirintus és a mesekastély, ez utóbbi táncházak, kézműves foglalkozások és vetítések helyszíne is lesz. Estéknként a Dómot fényfestéssel díszítik, a szabadtéri helyszíneken pedig tűzszonglőrök szórakoztatnak. Részletes programok itt: [facebook.com/szegedikaracsony](https://facebook.com/szegedikaracsony).



#### A vásáron túl .....

Szeged adventi vásár nélkül is tökéletes program egy teljes hosszú hétvégéhez. Lubickolhatunk a Napfényfürdő Aquapolis hatalmas medencéiben vagy az Anna fürdő gyógyvizes törökfürdőjében. Trópusi élményeket találunk a Fűvészkert hatalmas üvegházai-ban pálmafák és orchideák között, a Szegedi Vadaspark pedig kiscymerekkel tökéletes program. Az 1879-es Nagyarvíz után összeurópai segítséggel újjáépített város gazdag építészeti, főleg szecessziós palotákban, az egyetemváros pedig hamisítatlan flamand hangulatot áraszt a sok ezer kerékpárral, modern épületeivel és romkocsmáival.

#### A LEGSZEBB ÉS A LEGNAGYOBB

Budapest adventi rendezvényei az elmúlt években rendre bekerülnek a világ legjobb, legszebb, legnagyobb karácsonyi vásárait bemutató összeállításokba, sőt, gyakran

vannak az élmezőnyben, vagy legalábbis az örök rivális Bécs előtt. Szakítva az eddig kialakult hagyományokkal, idén egy igazán családbarát vásárt szerveznek a Vörösmarty téren, ahol fontos szempont a fenntarthatóság és az árak mérséklése, ezért az éttermeknél feltétlenül szabták, hogy 1500 forintos egytáteleket és speciális családi menüket áruljanak. Vásárfia tekintetében a szokásos magas színvonal várható, a szakmai zsűri által elbírált, közel ötven itt árusító hazai kézműves egyedi portékákkal készül az ünnepekre. A részletes programokat itt találjuk: [budaapestikaracsony.hu](https://budaapestikaracsony.hu).

Biztosan megrendezik a Szent István-bazilikánál is a karácsonyi vásárt ([adventbazilika.hu](https://adventbazilika.hu)), a Várkert Bazár pedig főleg kulturális eseményekkel, családi workshopokkal és kortárs iparművészek termékeivel kapcsolódik be az ünneplésbe ([varkertbazar.hu](https://varkertbazar.hu)).



#### A vásáron túl .....

A főváros számos nevezetességét felsorolhatnánk, de télvíz idején a világhírű termálfürdőkben is melegedhetünk, havas időben élmény felsétálni a János-hegyi kilátóhoz, ha pedig újdonságra vágyunk, akkor érdemes a Szabadság hídon át elsétálni a Bartók Béla út környékére, ahol galériák, kávéházak és éttermek formálják egyre markánsabban az új budapesti bulinegyedet. ♦

# Tarts Velünk!



EGY  
AKADÁLYMENTES  
JÖVŐÉRT

A SZERENCSEJÁTÉK ZRT.  
HISZ ABBAN, HOGY  
A KORLÁTOKAT LEHETŐSÉGEKKEL  
LEHET LEBONTANI.



*Illés Fanni*  
ILLÉS FANNI  
PARALIMPIAI BAJNOK

[WWW.TARTSVELUNK.HU](http://WWW.TARTSVELUNK.HU)



SZERENCSEJÁTÉK ZRT.

# ZAMRÉD



”

## PAPCSIK GÁBOR

AZ EGYIK LEGVIDÁMABB TŰZOLTÓ, AKI VÉGIG VELÜNK VOLT A FORGATÁSON, ÉS NEMCSAK SZAKMAI TANÁCSOKKAL SEGÍTETTE A FILMET, HANEM KEDÉLYÉVEL IS.

(ÖTVÖS ANDRÁS)

Cikk a 108. oldalon

