

# KÉPMÁS

2022  
08

nőknek és  
férfiaknak



”

**Néha ki  
kell lépni**

A MEGFELELÉSI  
MÁTRIXBÓL

**GUBÁS GABI**



ÉVES ELŐFIZETÉS: 7980 FT | 110 RON  
EGY SZÁM ÁRA: 895 FT



22008

9 771586 423002

*Isten Éltessen,  
Magyarország!*

Szent  
István  
Nap



# *Felveszed a ritmust?*

Változatos zenei programok négy napon át Budapesten

SZENTISTVANNAP.HU

AUGUSZTUS 18–21.



MAGYAR  
TURISZTIKAI ÜGYNÖKSÉG



MAGYARORSZÁG



## SZÁM KATI • BEKÖSZÖNTŐ

Amikor az olvasás még kevesek kiváltsága volt, a templomok ikonjai és freskói fontos üzeneteket közvetítettek. Ezt ma már csak kevesen tudják kódolni, de a kép kezdi visszahódítani elvesztett uralmát, bár nem a templomban, hanem a print kiadványokban, az online médiában, a közösségi felületeken, az utcán, sőt még a személyes üzeneteinkben is.

Gyorsabban kattintunk el egy felvételt vagy keresünk egy GIF-et, mint hogy megfogalmazzunk egy összetett mondatban, hogy fantasztikus lett a nagy húslevese, örömet okoz, hogy megérett az első fügetermés, iskolába készül a gyerekünk, szép az élet, jó szeretve lenni. Olykor még szerelmet is előregyártott tucatképekkel vagy emojikkal vallunk. Talán azért, mert azt gondoljuk, egy kép kevesebbet árul el rólunk, hiszen rejt valamiféle többértelmezőséget, vagy valamiért vállalhatóbb az esetlensége, hisz nem vagyunk fotósok.

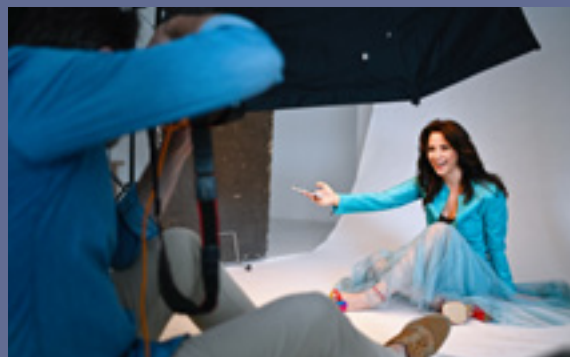
Hozzáférünk a világhálón fellelhető képek felfoghatatlan kínálatához, és minden eddiginél könnyebben birtokolhatjuk a technikai feltételeket, amelyek egy jó kép elkészítéséhez szükségesek, nem kell hozzá képzőművésznek vagy képzett fotósnak lenni. Ahogy birtokolhatjuk az írás tudományát is, ha meg tudjuk formálni a betűket és ismerjük a szavakat. De vajon elég-e ez ahhoz, hogy érthető, információt hordozó, élvezhető, sőt akár értéket hordozó szöveg születhessen?

A Képmással kicsit arra is vállalkozunk minden hónapban, hogy visszaadjuk a képnek és készítőjének a rangját, hogy mindenkit arra bátorítsunk, merjen válogatni és szelektálni napjaink képfolyamából, kiválasztani a számára értékeset, és abból erőt meríteni. Ehavi számunkban a 20 éves Képmás két meghatározó fotósával is beszélgetünk.

## GUBÁS GABI A CÍMLAPFOTÓZÁSON



Kép: Jónás Jácint



## SZEPTEMBERI CÍMLAPUNKON STERCZER HILDA



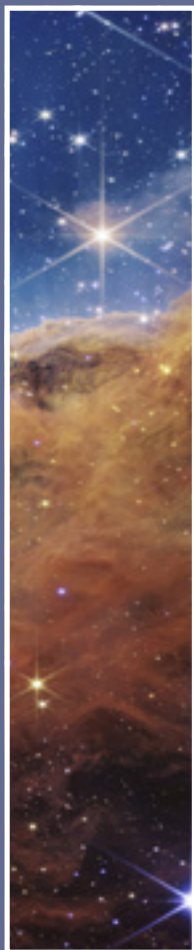
Kép: Jónás Jácint





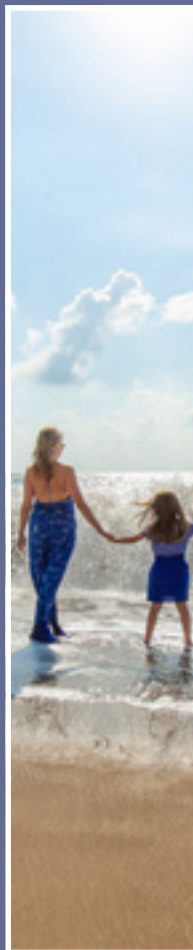
JELENLÉT

24



TANDEM

34



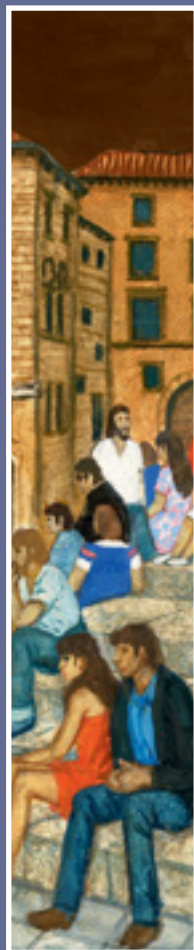
TÜKÖR

40



HÁZITREND

62



KIMENŐ

96



#### 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: Jónás Jácint • Arculat, layout, nyomdai előkészítés: Salt Communications Kft. | Nagy István | Balassa Nikoletta | Légár Béla

**Hirdetésértékesítés:** Péterfy Hajnal | peterfy.hajnal@kepmas.hu • **Előfizethető:** www.kepmas.hu/elofizetes | elofizetes@kepmas.hu, valamint a Magyar Posta hálózatában, és digitális formában: www.digitalstand.hu • **Olvasási nehézséggel küzdők részére:** www.erikkancs.hu • **Erdélyben is belföldi áron fizethet elő:** kepmas.hu/kepmas-elofizetes-erdely • **Terjesztés:** Urbán András | urban.andras@kepmas.hu Terjeszti: a Lapker Zrt., a Magyar Posta Zrt. és alternatív terjesztők • Nyomda: EDS Zrínyi Zrt. 2600 Vác, Nádas 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 AVG biztonsági programokkal végezzük, amelyet a szoftver magyarországi forgalmazója, a Sicontact Kft. biztosít számunkra.** • **Következő számunk 2022. augusztus 31-én jelenik meg.** Szerkesztőségi titkár: Demecs Tímea | demecs.timea@kepmas.hu • Képmás nagykövetség program koordinátor: Urbán András | urban.andras@kepmas.hu • Képmás-estek: Fodor Krisztina | fodor.krisztina@kepmas.hu



A kiadvány megjelenését támogatta:



## KÉPMÁS

Néha ki kell lépni a megfelelési mátrixból

Interjú Gubás Gabival 6

Az a régi nyár

Vakációk a kommunizmus idején 12

Képzajos világban

16

Egy Nobel-díjas „marslakó”

20

## VILÁG-KÉP

24

## KETTŐ AZ EGYBEN

„Folyamatosan tanuljuk egymást” 26

A néma gyász hangja

30

Az elég jó szülőség felé vezető úton

34

## HULLÁMVASÚT

A cső marad 38

## APA, KEZDŐDIK!

Amikor mindenki nyer 39

A jóvátétel és a megbocsátás ereje

A Maixabel című filmről  
pszichológusszemmel 40

## SZÍVE JAVA

„Nem fogok lemondani a bátyámról” 44

## KÖZVILÁGÍTÁS

Elsharentált jövő? 48

## MÉDIA A CSALÁDÉRT

49

## SZEMBEFORDÍTOTT TÜKRÖK

Ezt is meg kell tanulni 50



HÁZITREND



JELENLÉT



TANDEM



KIMENŐ



TÜKRÖR

## RENDELŐ

Nem csak vakvezetők

Miben segíthetnek a kutyák? 52

## ZÖLD MOZAIK

56

## VÉGY EGY RÉGI RECEPTET!

Hogyan lett a gyógyszerből sütemény?

Kis kávé történelem 60

## A SZALON

A tucatdivat, ahogy egy festő látja 62

## BIBLIA ÉS IRODALOM

Személyes teremtés 66

„Anyám belém sulykolta,  
hogy hazudni nem szabad” 68

A nemes lelkű bűnözőkirály

Az igazi Moriarty professzor, akit a saját  
Sherlock Holmesa mentett meg 72

Az önazonosság tétje  
Interjú Bolyki Balázssal 76

## #JÓÉJTPUSZI

Iszonyatosan 80

Aneszteziológus a basszusgitárnál 82

A siker titkai 86

## AUGUSZTUSI KIMENŐ

88

15 páratlan hely Magyarországon, amelyhez  
fogható sehol máshol nincs a világon 96



Sminkes: Somogyvári Dóri, fodrász: Scharle Fanni, stylist: Domán Melinda  
Ruhák: Emily Kincsesboltja, a minőség, egyedi olasz ruhák kincsesboltja, 1061 Budapest, Király u. 38., [www.facebook.com/emilykincsesboltja](http://www.facebook.com/emilykincsesboltja), Instagram: emily\_kincsesboltja



SZÖVEG –  
SZÁM KATI

KÉP –  
EMMER LÁSZLÓ

SOROZAT –  
KÉPMÁS

# *Néha ki kell lépni a megfelelési mátrixból*

Miközben beszélgetünk, úgy érzem, mintha nem is az a **Gubás Gabi** ülne velem szemben, akit pár napja a címlapfotózáson láttam. Aztán rádöbbenek, persze, egy színésznőnek nyilván a címlapfotózás is egy szerep. Nevetve válaszol, amikor ezt elmondom. „Hát, azért vagyok színésznő! Ahogy rám kerül egy ruha, meghatározza a viselkedésemet is, de a saját ruháimban szeretek feloldódni.”

◆ – **Épp egy hangstúdióból jössz. Min dolgoztál?**

– Hangalámondáson voltam. Amíg a gyerekek nem voltak, a szinkron jelentette a fő fizetésekiegészítést, és nagyon sokat tanultam az ilyen munkákból, de ma már gyakran mondom rá nemet, mert az idő nagy kincs, ha az embernek családja van. Persze, most is hoztam a formám, sikerült egy másik címre mennem. Nagyon rossz a tájékozódóképességem, ezért nem is vezetek, pedig van jogsim.

– **Elkalandozol, vagy csak nagyvonalúan figyelmen kívül hagyod az ilyesmit?**

– Valahogy úgy szocializálódtam, hogy vagy pihenek, amikor utazom, vagy kihasználom az időt. Akár öt percre is le tudom csukni a szemem, és egész jól regenerálódom, és ilyenkor csinálom mindazt, amihez máskor nem tudok leülni. E-mailt olvasok, szerződést írok, időpontokat egyeztetek.

– **Az utazás fejben is segít megérkezni valahova. Film, színpad, zenekar, család. Hogy tudsz megérkezni egyik szerepből a másikba?**

– A színészi szerepre mindig van rákészülési idő, és az gyorsan is szokott menni. Mi, magyar színészek híresek vagyunk arról, hogy délelőtt próbálunk valamit, délután mondjuk a szinkronban dolgozunk, este meg már egy harmadik szerepet játszunk a közönség előtt. A külföldi kollégák általában nem értik, hogy tartunk fejben 15-20 szerepet is. Mire hazaérkezem, már anya vagyok, amit szeretek megélni a maga valójában, igyekszem, hogy ne vigyem haza a problémáimat. Pontosan azért szeretem az utazási időt kitölteni, hogy ha még vannak szabad szálak, akkor azokat elvarrjam.

### **– Mikor jöttél Budapestre?**

– 18 évesen feljöttem Téglásról, amikor felvettek az egyetemre. Addig Debrecenben tanultam. Ha nem sikerült volna a színművészeti, akkor valószínűleg virágáros lettem volna egy évig, mert a színészetten kívül mást nem tudtam elképzelni.

### **– Az, hogy 18 évesen bekerültél a színművészetire, azt is jelenti, hogy az osztályodban a többiek általában idősebbek voltak. Ez nehézség volt számodra?**

– Nagyon. Talán négyen voltunk 18 évesek, két fiú, két lány, a többiek huszonhárom-huszonnégy éves, számomra meglelt emberek. Nekem úgy tűnt, hogy más problémákkal, más nehézségekkel foglalkoznak, és eltörpülnek mellettük az éngyakorlataim. Az első évben ugyanis éngyakorlatokat csináltunk, jeleneteket, amelyekkel kifejezhettük, hogy milyenek vagyunk, mi bánt minket, ez úgymond feltérképezi a személyiségedet. Aztán fél év alatt megszoktam, és a kollégium nagyon jó élmény volt, jó kis csapatná váltunk, akik együtt harcoltunk, hajnal négyig beszélgettünk, együtt főztünk. Sokat tanultunk egymástól is, és elfogadtuk egymást. Sajnos, nyaranként ki kellett költözni, és az nagy hercehurca volt. A munka nyáron is itt tartott, mert ilyenkor tudtam pénzt keresni. Szinkron, kicsi forgatások, minden, ami adódott. Ezért 18 éves koromtól minden egyes évben költöztem, hatalmas csíkos szatyrokkal jártam két kézben és vállon, cipeltem a Blahától a Vas utcáig, mert nem volt pénzem taxira. Hálás vagyok Söptei Andreának, nála húztam meg magam, és reggelenként mentem a telefonfülkébe telefonálni kiadó albérlet után, aztán hirdetést adtam fel.

### **– Emlékszel a pillanatra, amikor végre a saját otthonodba léphettél be?**

– Az nagyon jó volt. Hirtelen mennem kellett az albérletből, az fájt, mert azt hittem, hogy az évadig kitart. Akkor mondta a testvérem, hogy ad kölcsön, ne albérletet nézzek, és nekem is volt egy kis pénzem, még a Kalózkodó-filmből spóroltam. Találtam egy lakást négy számmal arrébb. Háromra mentek megnézni öten is, én fél háromkor hívtam az eladót, hogy meg lehet-e nézni előbb, ott tudok lenni három percen belül. Ahogy beléptem, mondtam, hogy akkor én leelőlegezem, és így lett az enyémmé az a kis lakás.

### **– Máskor is számíthattál a családdra?**

– Másképp nem is tudnám csinálni. Hálás vagyok a saját családomnak és anyósomnak is, mert nem lehetnék

színésznő, ha ők nem segítenek. Héttől tízig kell föllépni, van, hogy egy hónapban csak 3-4 szabadnap van. Egy gyereket általában az anyukája fektet, az anyukája mesél neki, én viszont akkor játszom. Amikor hazajön az iskolából, én akkor jövök el otthonról. Tehát én Facetime-on érdeklődtem, mi volt velük aznap, és így tanultam a gyerekekkel. Amikor beértem a színházba, elküldték vagy lefotózták, hogy mi a házi, és én ellenőriztem, ha olyan volt a szerep, akkor két jelenet között. De bevallom, egy-egy fizikapéllda meg tudott izzasztani. Hálás vagyok a fiamnak, akinek ráadásul affinitása is van ehhez, hogy már tud segíteni a matekban Annának, a testvérenek. A férjem erdélyi, ők sok dolgot máshogy vettek, ráadásul románul, így egyszerűbb volt, ha a tanítás az én feladom. Persze este tizenegykor előadás után nem egyszerű, ha akkor derül ki, hogy másnap témazáró. Ezek voltak a meleg pillanatok... De hála Istennek 4-es, 5-ös tanulók, és nagyon önállóak, mert rá voltak kényszerítve. Szerettem volna, ha a munkám nem megy a gyerekek rovására, ezért inkább korán fölkeltem hétvégén is, és igyekszem megadni azt az időt, ami az övék, hogy ne érezzék, hogy anya nincs jelen.

### **– Számíthatsz a családdra, de azért a véleményetek nem feltétlenül egyezik. Az esküvőtök például nélkülük zajlott. Ott mi adott erőt, hogy szembemenj velük?**

– A szívem, mert tudtam, hogy ő az igazi, és nem akartam más életét élni, még az édesanyámét sem. Anya sose akart nekem rosszat, csak viszonylag hamar fölismertem, hogy nem jól látja a páromat. Valójában én kértem meg a kezét, mert szerettem volna, ha minél hamarabb állampolgárságot kap, hiszen ő a másik felem. Így is csak Attila fiunk megszületése után két évvel kapta meg. Azt éreztem, hogy amiben tudom, abban megfogom a kezét, hiszen társak vagyunk. Azóta van két gyerekünk és csodálatos életünk van, körülöttünk jönnek-mennek a házasságok, és mi több mint 20 éve még mindig nagyon tartunk egymáshoz, sőt egyre jobban.

### **– A Válogatás című sorozatban azért belekóstolsz a válásba is...**

– Igen, és voltam én is hasonló kapcsolatban, mint a karakterem. Azt szoktam mondani, hogy háromféle kapcsolat létezik. Az egyik elvesz belőled, a másik nem, de nem is ad hozzád, és a harmadikkal több leszel, tehát ketten vagytok egy egész, mert ami belőled hiányzik, az őbenne van meg. Én mind a hármat megéltem. Az első kapcsolat után, amikor rájöttem, hogy megcsalnak, felismertem, hogy nem jó emberbe helyeztem a bizalmamat,

”

*Nem az tesz  
boldoggá, ha  
meghökkenem  
az embereket,  
hanem hogy  
elmondhatom  
azt, amiben én  
is hiszek: hogy  
szép az élet.*





de nem vesztettem el reményt, hogy létezik megfelelő férfi, és mindig arra biztatok mindenkit, higgye el, van olyan, akit keres. Nekem három kapcsolat kellett, hogy megtaláljam. És most újra és újra, még erőteljesebben tudunk akárhány év után is csatlakozni egymáshoz, és lángolóbban is, mert önmagunkat adjuk, és úgy vagyunk jók a másoknak, ahogy vagyunk. Például neki a szétszórtságomat sem esik nehezeére szeretni.

**– A szakmában egyértelmű, hogy amikor lemegy a függöny, akkor hazamész a csaláodhoz?**

– A Thália családcentrikus színház. Nyilván vannak bulik – például csináltunk batyus bált –, amikor róluk szól az az este, a második családomról. Vagy ilyenek a szilveszterek, karácsony másnapja. De ezek előre meg vannak szervezve, és a gyerekek is tudják, egyébként meg mindenki fut haza. Amíg nem volt családom, belefért, hogy lementem Kaposvárra, és 180 kilométert ingáztam egy előadásért, vagy állandóan ott ültem a Radnótiban, és megváltottuk

a világot minden este. A gyerekek születésével a helyére kerültek dolgok, a fontossági sorrend megváltozott, és ezek valóban elmaradtak. Amit kellett, azt megéltam, megváltottam, és az élet megtanított, hogy amikor fontos dolgok történnek, ott kell lennem 100 százalékosan a jelenben. Erre megpróbáltam trenírozni magam, ez is egyfajta munka, hogy amikor lemosom a sminket, leteszem a szerep ruháját, ne nyomasszon tovább, se a boldogsága, se a fájdalma, hadd élje Gubás Gabi is a saját életét.

**– Ennek ellenére van olyan szerep, ami nagyon megváltoztatta Gubás Gabit is?**

– Ami hatott rám, a részem is maradt. Egy ponton minden szereppel azonosulni kell, ezzel mint egy köldökszínőrral hozzacsatlakozom, és utána kinövészem magamból az egész szerepet. Ami ennél sokkal nagyobb rákészülést kíván, az a Polcz Alaine, a magánestem. Abba a mélységbe, amit ő megélt, mindig le kell merülnöm, hogy azokat a gyöngyöket újra és újra felhozzam, és meg tudjam

mutatni az embereknek. Mégis érdemes mindig meg-  
tenni, mert látom a nézőkön a katarzist. Rádöbbennek,  
hogy hogy ez az asszony mennyi mindent túlélte. Nem  
lehetett gyereke, megerőszakolták, kirúgták, megcsalták,  
elhagyták, nélkülözött, éhezett, a klinikai halál állapotá-  
ban volt, halálos betegséget győzött le, nem tudok olyat  
mondani neked, amit ő ne kapott volna meg mint ember,  
mint nő. Ha ilyen hendikepes lapokat kapsz, azt mondd,  
inkább kilépek, haljak meg. De ő nem! Nem csak magán,  
másokon is segített.

### **– Egy Polcz Elaine-szereptől erősebb leszel te is? Egy Sisi-szerep után jobban értékeled a szabadságot? Tóth Ilona bátrabbá tesz?**

– Emlékezem az esszenciákra, a bölcsességekre, ha hordoz a szerep bölcsességeket. Ha nekem is vannak magánéleti elakadásaim, jó visszaidézni, ezért nagyon hálás vagyok az életnek, hogy játszhatom a szerepeket, mert mindig találok egy mondatot, ami nekem szól. Csodálatos, hogy ez a munkám, hogy nem csak én tudok segíteni, én is kapok segítséget.

### **– Mit jelent számodra a zene?**

– Nagyon fáj a szívem, amikor prózai színésznőként kevésbé találtak meg a zenés szerepek. Én úgy szeretek énekelni! Amikor várandós voltam, megkeresett Pálffy Zsolt, hogy mi lenne, ha csinálnánk egy meselemezt. Rájöttem, hogy tudunk otthon is próbálni a zenekarral. Ennek köszönhetem, hogy a fiam ma csodálatosan zenél, gitározik és zongorázik. Próbáltunk, kísérleteztünk, a gyerekeim voltak a közönségünk, néztem, hogy mikor csillan fel a szemük és mikor kalandozik el. Amikor már beszélni is tudtak, elmondták, hogy mi legyen a legyekeskével, leüssük vagy hadd éljen még. Aztán kiderült, hogy Zsolt nemcsak gyerekszámokat ír, hanem felnőtt, bossa nova dalokat is. Mondtam, hogy én nem vagyok énekesnő, de előadóművész igen, és ezeket a számokat elő tudom adni, ráadásul nagyon szeretem a verseket. Így született meg *Szabad-e a tested este?* című lemezünk. Egyébként azt, hogy Éjszakai Nesz legyen a zenekar neve, a testvérem találta ki. Mert bizony két gyerek után is van még éjszakai nesz, ha szabad a tested este. A latin temperamentumos zenére rögtön elkezdesz táncolni. Azon szoktam nevetni, hogy amikor a fesztiválos gyerekelőadásokon szombaton 10-kor vagy 11-kor a babzsákba beültek a szülők karikás szemekkel – mert buliztak este –, hogy majd alszanak a csillogó szemű gyerekek mellett, a koncert végére felülnek, nekik is csillog a szemük, és

együtt kiabálnak a gyerekekkel. A bossa nova estünk is rögtön megindul, vannak benne ismert slágerek, ABBA- és Queen-számok bossa nova stílusban például, és természetesen vannak saját számok is. Azt éreztem, hogy ezekkel el tudom mesélni, hogy ki vagyok én.

### **– Szerinted mivel okoztad a legnagyobb meglepetést a közönségnek?**

– Fogalmam sincs. Szeretem a határaitam feszegetni, azzal játszani, hogy mi az, amit nem képzelnek el rólam. Bevállalom például, hogy Karib-tenger kalózára maszkírozsanak férfiként, kipróbálhatom, hogy egy púpos, vén öreg asszony vagyok, banyaorral vagy Sisi – játszani szeretek. Ötévesen azt mondtam, hogy minden szeretnék lenni, tanárnő, pénztárosnő... de inkább színésznő leszek, mert akkor tényleg minden lehetek. Valóban ezt érzem, hogy én ezt a sok mindent, amihez útvelem van, legálisan csinálhatom. Ha ezt megengedik nekem, akkor nagyon hálás vagyok és boldog. Nem az tesz boldoggá, ha meghökkenem az embereket, hanem hogy elmondhatom azt, amiben én is hiszek: hogy szép az élet. Polcz Elaine-nek el lehet hinni. Ha csak én mondanám, talán azt felelnéd, neked könnyű, szép vagy, sikeres, bármi... pedig nekem is vannak problémáim, csak nem látványosak, mert nem teszem problémává őket, hanem feladattá teszem, és akkor már arra koncentrálok, hogy megoldjam. Megosztó személyiség lettél? Akkor most ez a feladat. Hogy fogod elviselni? A hiúságot hátra tudod tenni?

### **– A Tóth Ilona-szerepnél és a Dobrev Klára-szerepnél is keményen szembe kellett ezzel nézned...**

– Nem én kértem, de hiszem azt, hogy megkerestek ezek a szerepek. Ha visszautasítom, másképp kapom meg ugyanezt. Nekem nem feladatom senkinek a fejében rendet rakni. Az én fejemben rendet tettem, és mindig ezt kommunikáltam. Az a feladatom, hogy ne bántson a hiúságom, hogy mit gondolnak rólam. Ha az ember a megfelelő mátrixból ki tud lépni, akkor szabad lesz, és én ezt a szabadságot megéltem, sok munkával. Nyilván én is kutatom az élet játékszabályait, sok mindent tudok, amivel kiegyensúlyozottabban tudom venni az akadályokat. Most egyébként az motoszkál a fejemben, hogy szeretnék Polcz Elaine 100 éves évfordulója alkalmából egy róla elnevezett filmfesztivált létrehozni, és úgy mond védjegyet adni azoknak a filmeknek, amelyek erőt adnak. Tehát ugyanúgy, ahogy vannak biotermékek, legyenek olyan filmek, amelyek arról szólnak, hogy segítenek boldogan, kiegyensúlyozottan, értelmesen élni. ♦



# Az a régi nyár

## VAKÁCIÓK A KOMMUNIZMUS IDEJÉN

Míg a Rákosi-rendszerben a nyári szabadság szinte értelmezhetetlen fogalom volt, a Kádár-korban már komoly szerep jutott az üdülésnek a jóléti szocializmus álcájának kiépítésében. A Képmás most visszarepíti olvasóit oda, ahol „egy forint a krumpis lángos”, és kelet-német slágerek szólnak a diszkóban!

◆ **Ó-IÓ-CIÓ-ÁCIÓ-KÁCIÓ-AKÁCIÓ-VAKÁCIÓ!** Talán nem túlzás azt állítani, hogy az iskolások életében az a legjobb nap, amikor június elején az a bizonyos „V” betű is a helyére kerül a tanterem krétaporos tábláján, és három hónapra kicsengetnek. Az egyetemisták a vizsgaidőszak utolsó megpróbáltatásai után repülőjegyeket, szállásokat, fesztiválbelépőket böngésznek az interneten, sokan a melegtől kókadózva vágják a centit a munkahelyen, és várják, hogy végre napokra, hetekre átadhassák magukat a külföldi vagy belföldi pihenésnek. Ma Magyarországon a nyaralás, a szabad mozgás természetesnek számít, ám nem volt ez mindig így!

### „TENGER HELYETT JÓ LESZ MAJD ALIGA!” – RÁKOSI SEM VETETTE MEG A BALATONI LUXUST

„A mai értelemben vett nyári szabadságok, utazások – pláne a külföldi utazások! – nem igazán léteztek a Rákosi-diktatúra idején” – mondja Máthé Áron történész, a Nemzeti Emlékezet Bizottságának (NEB) elnökhelyettese, majd hozzáté-  
szi, hogy az 1948-ban államosított IBUSZ mint központi

utazási iroda fő tevékenysége az üzemi munkások szervezett üdültetése volt, amelyben a párttagokon túl a szak-szervezeteknek és a kommunista ifjúsági szervezeteknek jutott szerep.

Az elhíresült balatonaligai pártüdülőt már az 1940-es évektől gyakran látogatták magas tisztséget betöltő párttagok, akik vidáman vakációztak az impozáns, államosított villákban. Amikor Rákosi Mátyás beleszeretett a környékbe, és a párt kisajátította a területet, a helyieket csereingatlanokba telepítették át. A diktátor balatoni vakációzásának zavartalanságát pedig géppuskások és motorcsónakos őrzőbiztosította.

A nyugatias „all inclusive” (korlátlan fogyasztás, finom ételekkel és italokkal teli hűtők) szolgáltatásra emlékeztető üdülést persze nem verték nagyra a kommunisták, a nyilvánosság nem tudott a balatoni dőzsölésről, pedig Arácson, Földváron, Tihanyban és Balatonőszödön is voltak népszerű pártnyaralók, ahol a kegyeltek szórakozhattak, amíg az átlagember semmit nem érezhetett ebből a luxusból.





„Hiányoztak a szolgáltató vállalkozások, vendéglők, cukrászdák, üzletek. »Kellő számú vendéglátóhely hiányában a szórakozás sokszor a vállalatok, hivatalok helyiségeibe szorult, ahol a névnap, nőnap és egyéb alkalomból rendezett ünneplések időnként teljesen fesztelen dorbézolásokba torkollottak, ami nem erősítette a vezetőket, tágabban pedig a rendszer tekintélyét. A botrányos részegség és az annak következtében elkövetett bűncselekmények szerves részét alkották a város akkori éjszakai életének« – olvassuk például Káli Csaba Zalaegerszegről szóló tanulmányában, és ez a kép nagyjából igaz volt az egész országra” – idézi a zala megyei történelmet Máthé Áron.

Arra is felhívja a figyelmet, hogy ebben az időben alakult ki a klasszikus kávéházi élet helyett a presszókultúra, és a közhiedelemmel ellentétben Budapesten még a diktatúra legsötétebb éveiben is volt éjszakai élet. „A fiatalabb korosztályok tagjai közül sokan a RIAS-t, a nyugat-berlini amerikai adó muzsikáit igyekeztek hallgatni, és megjelentek a »jampecek«, a diktatúra peremén egyensúlyozó, mai szóval élve »bulizós« vagányok is” – fűzi hozzá a korszakot kutató történész.

A kommunizmus idején egész évben sokkal kevesebbet pihenhetek az emberek, mint ma, egészen 1981 áprilisáig

Magyarországon hatnapos volt a munkahét. „Ráadásul sokszor vasárnap is brigádnapot, sztahanovista versenyt rendeztek az üzemekben, a magyarok külföldi utazásai pedig nagyrészt a határon túli rokonok meglátogatására korlátozódtak nyaranként – ha ezt éppen a testvéri szocialista országok magyarellenes kurzusa lehetővé tette” – magyarázza Máthé Áron.

### „NEKEM A BALATON A RIVIÉRA”

A Rákosi-diktatúra végével a céges utazások is megindulhattak külföldre, a belföldi turizmus pedig növekedni kezdett, ami magával hozta az infrastruktúra fejlődését is. A magyar tenger ma ismert idegenforgalmi szerkezete tulajdonképpen a Kádár-korban épült ki. Ahogy a 19. század utolsó harmadában a vasút szélesebb körű hozzáférhetővé lett a turizmus motorja, úgy a „gulyás-kommunizmusban” a motorizáció terjedése hatott jótékonyan az ágazatra.

Tömegek indultak a Balatonra üdülni, az emberek szakszervezeti beutalót kaphattak, az úszók mellett napozó, pancsoló, horgászó turisták özönlöttek el a partot, és a hazai gyártású vízibiciklik is ekkor jelentek meg Magyarországon. Az első, mai szemmel mókás külsejűnek mondható szerkezetre hagyományos bicikli- vagy tandemvázakat szereltek, és nagyjából 10 km/h-s sebességre lehetett gyorsulni velük.

Ebben az időszakban kezdtek nyugati mintára terjedni a balatoni kempingek is, amelyben egymás hegyén hátán meredeztek a háromszög alakú sátrak. Az alap gondolat az volt, hogy az alacsonyabb jövedelműek számára is elérhetővé váljon a jóléti szocializmus álcájának egyik legfontosabb része: az olcsó balatoni üdülés. Ekkor nyílt meg a Balatonbogdányi Sellő, a Balatonlellei Aranyhíd és a Szemesi Lidó kemping.

A társas víkendtelepeket a '60-as években hozták létre a Balatoni Intézőbizottság kezdeményezésére, az ingatlanokat lottónyereményként sorsolták ki. A kis kertesházakban főzőpult, gardrób, felszerelt fürdőszoba is helyet kapott. Ekkoriban gombamód szaporodtak a nyaralóházak a tóparton. „Persze a vikendházak, hobbytelek nemcsak a kikapcsolódást szolgálták, hanem sok esetben a némi pluszjövedelem megtermelését is. Gyümölcs, zöldség, szőlő – a városszéli zsebkendőnyi parcellákon intenzív gazdálkodás folyt, és a kiszuperált Robur furgonok, faházak, tákolmányok szolgálták tárolóként és pihenőhelyként. De a birtokos parasztság hagyományainak morzsáit még őrző területeken – például Solton, ahol gyerekkorom nyarait töltöttem – a térszbe bevert gazdák a szőlőhegyi pincéket valahogy megmentették, vagy rosszabb esetben újravásárolták. Itt a sajátjukon dolgozhattak, és így a fehér

## Egészen 1981 áprilisáig

Magyarországon hatnapos volt a munkahét. Ráadásul sokszor vasárnap is brigádnapot, sztahanovista versenyt rendeztek az üzemekben.



Balaton-part, az Omega-LGT-Beatrice közös koncertjére várakozók, csövezők

fröccsök mellett a munka valóban a társasági élet alkotóelemévé vált. De a »valódi« hétvégi házak az 1970-es évektől egyre nagyobb számban pettyezték a Balaton-felvidék dűlőit, a déli parton pedig szinte egymás szájában épültek” – teszi hozzá a szakértő.

A hetvenes években nagy eseménynek számított a nemzetközi úttörőtábor, amelyen 25 szervezet vett részt.



Külföldi „baráti” országokból is érkeztek fiatalok, hogy – ahogya korabeli filmhíradóban mondták – „a magyar pajtások együtt élvezhessék a balatoni fürdőzéseket, a vörös nyakkendősvovjet, a piros-fehér nyakkendőslengyel vagy a kék nyakkendősnémet demokratikus pajtásokkal”.

Sokan emlékezhetnek még az építőtáborokra is, ahol KISZ-es fiatalok napi 4-6 órában végeztek mezőgazdasági munkát. Az eredeti elgondolás az ideológiai nevelés mellett az volt, hogy megkönnyítsék a gazdák dolgát. „Az iskolai úttörőtáborok persze magukban hordozták még a mozgalmi romantikát (például őrséget kellett adni), meg volt sorakozó, de a KISZ esetében valójában már inkább a bulizásról szólt a történet. A hatvanas évek építőtáborai is folyt ugyan munka, de azért gondolhatjuk, hogy a koedukációval éppen megismerkedő fiatalok nem feltétlenül a munkában fáradtak el” – jegyzi meg Máthé Áron.

### „KITÖRT A PÁNÍK AZ M7-ESEN, NYOMJÁK A DUDÁT RENDESEN”

A fenti sor Vörös István Megvár a Balaton című mára már retrónak számító slágeréből való, de az autópályán kialakult hétvégi dugókat látva a szövege még ma is aktuális. Az infrastruktúra-építést 1966-ban kezdték meg, és mivel a munkálatok elhúzódtak, a nagy forgalom miatt 1972-ben a sztrádát vasárnaponként Budapest felé egyirányúsították délután 2 és este 11 között. Az archív felvételekből az is kiderül, hogy a sztráda annyira új terepe volt az autós közlekedésnek, hogy oktatták a sofőröket a helyes használatára. „Az autópálya nem alkalmas terepe a passziózásra” – hangzott el a híradóban, majd arra is kitértek, hogy a friss jogosítványosok szárnyprobálgatásaira, és a roncsokból összerakott autók használatára a sztrádát nem ajánlják. A '60-as évek végén hazánkban is divatba jött a stopolás, sokan próbáltak lejutni egy-egy koncertre vagy a félig-meddig illegális kápolna-tárlatokra.

### ZIMMER FREI ÉS „UNGARISCHE BETYÁREN”

Akinek volt beutalója SZOT-szállóba, vállalati üdülőbe, az valóban olcsón megúszhatta a vakációt: egy éjszaka nagyjából 6 Ft-ból jött ki. Összehasonlításképpen: azoknak, akiknek nem jutott hely ezekben a nyaralókban, be kellett érniük a piaci alapon kiadott szobákkal, ahol 70 vagy akár 150 Ft-ot is elkérhettek egyetlen éjszakáért. Ebben az időszakban még mindig államosított volt a gazdaság, de a megnövekedett kereslet miatt egyes szereplőket már piacra engedtek.

„A hatvanas években már megindult a gebinezés, a balatoni lán-gosszútők legendája ekkor alapozódott meg. Azután jöttek a zimmer

frei maszekszállásadók, és a téeszek is igyekeztek belépni erre a területre. A Duna-menti mezővároskában, Solton a Szikra TSZ minden hétvégén hozott NSZK-s turnusokat. A program kézenfekvő volt: lovasbemutató a téesz egyik majorságában, utána lovaskocsiztatás a szőlőhegyen, végül a Vécsey-pincében estebéd, cigányzene. Ez volt a puszta-romantika, az »Ungarische Betyáren« termékcsalád korszaka” – emlékeztet Máthé Áron.

A turizmus terjeszkedésében nagy szerepet játszott az, hogy a kommunista vezetők felismerték a devizában rejlő gazdasági lehetőségeket, így a nemzetközi idegenforgalom is zöld utat kapott. „Elsősorban a német nyelvterület számára voltunk vonzó célpont. A balatoni Ossie–Wessie találkozók szinte mitikussá váltak, az NSZK és az NDK közönsége itt bonyolíhatta családi, szerelmi, baráti találkozóit. Ezen kívül nagy számban érkeztek a hollandok, akik számára Magyarország az érintetlen vadon volt (ahol persze minimális civilizáció azért van), és ez összehasonlítva a saját országuk élére állított rendjével, kifejezetten vonzó volt. A nyolcvanas években már egyre több amerikai magyar is elkezdett hazalátogatni. De a szocialista tömb lakosainak is vonzó turisztikai célponttá váltunk. Számukra sok esetben mi már a „Nyugat” voltunk, míg a magyarok számára a pót-Nyugatot Jugoszlávia jelentette, és itt nemcsak a tengerpartra gondolok, hanem a szabadkai, újvidéki nemzetközi gazdasági kiállításokra, vásárookra is. Bevásárlási céllal persze elsősorban Bécsbe utazott a magyar, és jellemző, hogy az utolsó április 4-i ünnepen 1989-ben honfitársaink megrohanták a Shopping City Süd nevű létesítményt – ez volt a »Gorenjeturizmus« csúcspontja és vége” – emlékszik vissza a történész.

Ma is sokan emlegetik a Kádár-rendszer nagy erényeként az olcsó nyaralásokat, a tudomány azonban már rámutatott arra, hogy a korszak életszínvonal-emelése valójában egy mesterséges buborékban zajlott, és korántsem részesülhetett mindenki a gulyáskommunizmus kiváltságaiból. „Ahogyan Fábry Sándor mondta, a zamárdi autós-kempingben az NDK-s lányokkal való barátkozás egy generáció élménye volt. De ha nem kissé sikamlós tájakon tévelygünk, akkor is nyugodtan elmondhatjuk: nyaralni a családdal, barátokkal mindig jó móka, amire szívesen emlékszünk vissza, de a rendszer ekkor már érezhetően rogyadozott. Ez volt az időszak, amikor a kertkapukon belüli Magyarország rendezetté, színessé vált, míg a kertkapukon kívüli szürkév, elhanyagolttá” – mutat rá Máthé Áron.

A Kádár-rendszerre azóta édes nosztalgia terült, miközben az ország gazdaságát foglyul ejtette egy működésképtelen kommunista gazdaságstratégia, aminek következményeként Magyarország a rendszer-váltáskor végül nagy hátránnyal futhatott csak neki a demokráciának. ♦



SZÖVEG –  
SZÁM KATI



# KÉPZAJOS VILÁGBAN

Ha végiglapozzuk a Képmást, még egyetlen bekezdést sem olvastunk el, máris félig ismerjük. A képek néha kézen fognak és szelíden behívnak, máskor erősen berántanak a magazin világába, mert a fotók nemcsak a külsőt jelentik, hanem a tartalomnak is alkotóelemei és ihletői. Ezúttal a Képmás címlapfotósát és képszerkesztőjét, egy igazi csapatjátékost és egy magányos farkast ültettem le a jubileumi beszélgetéssorozathoz. **Emmer Lászlót** és **Páczai Tamást**.

◆ – **Címlap: Emmer László** – tíz éve ez áll minden hónapban a Képmás impresszumában. Ez közel 120 fotózás, 3-4 óra, a berendezést és a közben zajló sminkelést, fodrászatot, stylingot is beleszámolva, plusz az utómunka és az egyeztetés. Tekintélyes munkamennyiség, de talán a 120 portré ennél is többet mond. **Laci**, emlékszel, hogy lettél képmásos?

**Laci:** Krúdy Tamással, aki akkor a magazinnál dolgozott, beültünk egyszer a Ferenciek terén egy cukrászdába, mesélte, hogy megújítanátok a lapot, és saját fotózású címlapokat szeretnétek. Nagyon sok munkám volt, de a kedvéért elvállaltam, azt gondoltam, megoldom valamely, legfeljebb egyszerre két címlapot csinálunk. De az első kettőnél rájöttem, hogy ebbe többet kell beletenni. Maga a feladat viszont nagyon érdekelt, mert abban az időben éppen magam mögött akartam hagyni a divatfotós múltamat, és többet foglalkozni a portréval. A Képmás jó terep volt ehhez.

– **Tamás**, te viszont a fotós pályád jelentős szakaszát képmásosként élted meg. A szabadságszerető, utazni vágyó, számomra leginkább riportfotózásban erős fényképész a szemem láttára lett riportszövegíró, képszerkesztő, miközben a Képmás képi világa is egyre egyénibbé vált. A lap is változtatott rajtad?

**Tamás:** Mondhatjuk, hogy fotósként a Képmással együtt nőttem fel. Úgy emlékszem, először egy montenegrói kirándulásom képeit jelentették meg, amihez szöveget is írtam. Később egyre jobban bekapcsolódtam a szerkesztőség életébe, a kezdetekben jártunk rendezvényekre, és rikkancsként is terjesztettem a lapot. Elmentem más újságokhoz is dolgozni, még bulvár napilapokhoz is, de így vagy úgy mindig megmaradt a kapcsolat a magazinnal. Dolgoztam külföldön vendégmunkásként, ilyenkor egy-egy riportot küldtem haza, de olyan is volt, hogy a Vámbéry Ármin keletkutatóknak emléket állító utazásom közben hosszú hónapokig olyan





Páczai Tamás

országokból csináltam a képszerkesztést, mint Irán vagy Türkménisztán. Biztos, hogy sokat változtattam a lapon, de ez nem egyszemélyes munka. Ahogy a profi országúti kerékpárversenyzők is gyakran mondják egy nagy győzelem után: a csapat nélkül nem sikerülhetett volna. Hálás munka és jó kihívás közösen fejleszteni a lap külsejét. Képszerkesztőként megmaradhatott a szabadságom a magazin képi világának kialakításában, közben biztonságot ad, hogy minden hónapban van fix feladatom, mögöttem pedig a kollégák megértő közege, mert az biztos, hogy néha kell hozzám türelem.

**- Tapasztalatból tudom, hogy egy interjúra könnyebb valakit meggyőzni, mint egy fotózásra, pláne címlapfotózásra. Nem egyszer előfordult, hogy Emmer László neve volt a garancia, sőt, talán olykor a mézesmadzag is egy-egy művésznőnél. Laci, a te fotód a magazin csomagolása, cégére. Hogy tudsz kapcsolódni a lap brandjéhez?**

**Laci:** Ebben a munkában rengeteg az improvizáció, mert az interjú a fotózás után készül, és a szöveg a képpel ismeretlenül fut egymás mellett. A fotózáskor nem ismerem



Emmer László

a szöveget, az ember az egyetlen támpont. Ez egyébként a magazinok zöménél így van.

**- Én viszont, aki ott vagyok a fotózáson, jó sok segítséget kapok, ha én írom az interjút. Sokszor mondjuk, hogy szeretnénk, ha a kép a lapban nemcsak a szöveg képi ismétlése lenne, hanem önálló tartalom, valójában ez az az anyag, ahol a kép nem is lehetne a szöveg illusztrációja. A beszélgetések meglepetést szoktak neked okozni ahhoz képest, ahogy a fotózás alatt megismered a portréalanyaidat?**

**Laci:** Az a helyzet, hogy a kamera tényleg egy kegyetlen eszköz, mindent meg tud mutatni, ami ott képen zajlik, általában az folytatódik tovább szóban.

Szeretem ezeket a munkákat, a Képmás támogatott az új utamban. Mire vágyik egy fotós? Szabadságra. Ezt itt megkapom, persze megvannak a keretek, de nem zizegnek a háttérben, hogy akkor ennek ilyenek vagy olyanok kell lenni. Hihetetlenül izgalmas embereket kapok minden hónapban. Szóval ez a hosszú munkakapcsolat kölcsönös élmény.

– **Mit szeretnél megmutatni a portréidon?**

**Laci:** Nyilván mindig az adott karaktert, minél erősebben. De a divatfotós múltam miatt közben szeretem, ha jól néz ki valaki, és ezen belül a lehető legazonosabb önmagával.

– **És ha nem tud megbarátkozni azzal a látvánnyal, amit te önazonosnak érzel?**

**Laci:** Ha ő másik fotón látja meg magát, akkor meg az is jó, és alapvetően nem akarom elfedni például a zavarát sem, mert az interjúban tudom, hogy úgyis ott lesz, ha meg a lazasága üt át a képeken, akkor az lesz benne a beszélgetésben.

– **A közelség, amit a portréfotózás megkíván, mennyire marad meg közötted és az alanyod között?**

**Laci:** Ritkán lesz belőle ápolt barátság, de az élmény mélysége miatt akár évek múltán is azon a ponton tudjuk folytatni, ahol abbahagytuk, és nagy szeretettel vagyunk egymás iránt. Vannak huszoneves történeteim is, hogy pár órát töltöttünk együtt, és mély nyoma maradt mind a két tónkben. A szememmel dolgozom, aki egyszer a gépem előtt volt, nem felejttem el, de az megtörtént, hogy a másik azt se tudta, hogy ki vagyok. Na, az nem jó érzés.

– **Ebben a világban előszeretettel gyűjtögetjük a képeket, de nem nagyon van alkalom visszaneézni őket. Ti visszaneézitek a régi fotóitokat? Van vele „dolgatok” a munka elkészülése után?**

**Tamás:** Én leszoktam róla az elmúlt években. Az elmúlt évtizedben a kommunikációkban a szöveget egyre inkább felváltja a fénykép, mint az írásnál gyorsabb és hatékonyabb eszköz. Akárhova nézek, mindenhol képeket látok, ezek egyre nagyobb része viszont felejthető, másodpercenként akár több képet is „megnézünk”, amikor a közösségi médiát használjuk. A fotósok, akiket szeretek és a példaképeim, csendben vannak. Szekszárdon van egy kis szőlőm. Amikor munka közben szétnézek a hegy tetejéről, akkor olyan érzésem van, mintha egy fényképben élnék, és ez nagyon megnyugtató.

**Laci:** Erről mostanában sokat beszélünk. Olyan felületekre kerülnek a jó képek, amelyek lerántják őket egy másik szintre, a nagyon jó kép nem válik el a nagyon rossztól. Ha egy kiállításon megállsz egy kép előtt, percekig nézegeted, ezeken a felületeken azonban egy pöccintéssel továbbhaladsz. Valami olyasmi ez, mint amikor a zenében bejött az MP3 meg ezek a tömörített fájlok. Akkor derül ki, mi a különbség, ha kiállsz egy színpadra. Egy kiállítótérnek is ugyanígy van tere, levegője, ideje.



**A szememmel dolgozom, aki egyszer a gépem előtt volt, azt nem felejttem el.**

Emmer László

– **Mit tud tenni egy magazin azért, hogy ezt a helyzetet a kép befogadói kezelni tudják?**

**Laci:** Már extra, hogy egyáltalán nyomtatásban megjelenjen. Ez lassan egyrészt luxuscikk lesz, másrészt misszió.

**Tamás:** Annyira „képzajos” világot teremtettünk, hogy azt gondolom, egyre több ember fogja félrerakni tudatosan a közösségi médiát, a hírportálok stresszelő írásait, mert az ezekkel járó frusztráció úgy orvosolható, ha helyette egy ilyen magazint olvasunk, mint a Képmás.

– **Játsszunk el a gondolattal, hogy megkapjátok egymás feladatát.**

**Laci:** Lehetetlen lenne, mert a szerkesztés tele van adminisztrációs trükkökkel, én teljesen elvesznék.

– **Tamás, a te címlapod hogy nézne ki?**

**Tamás:** Egyszer az unokatestvéretem, Villót fotóztam Laci stúdiójában, segítőim is az ő csapatából voltak. Érdekes élmény volt, és a képek nagyon jól sikerültek, de munka közben már éreztem, hogy bár sokat jelent mellettem egy profi sminkes és fodrász, az a bensőséges környezet nem jön létre, ami nekem fontos egy jó portré elkészítéséhez.

– **A hátsó borítókat viszont gyakran te készíted.**

**Tamás:** Igen, de ott a koncepció teljesen az ellentéte a címlapnak. Fekete-fehér, nincs sminkes, fodrász, stylist, egyedül megyek, és ebben van egy csomó esetlenség. A címlapon profi körülmények között mutatkozik meg a személyiség, ott meg az ellenkezőjéből, de az az őszinteség mind a kettőben benne tud lenni.

– **Ezért inkább írtál szöveget, mint hogy menjen veled egy újságíró? Azt hiszem, a legjobb riportjaink között vannak azok, amelyeknek a szövegét is te írtad.**

**Tamás:** Igazság szerint racionális okai is voltak, hogy gyakran egyedül készítettem ezeket a riportokat.



## A fotósok, akiket szeretek és a példaképeim, csendben vannak.

Pácza Tamás



Nagyon szerettem az ilyen terepmunkát, bár nehéz volt: miközben az egyik kezemmel fényképeztem, mert egy fontos jelenetet láttam, a másikkal a diktafont tartottam az alanyhoz, figyeltem a válaszra, és már fogalmaztam a következő kérdést. Ennyi információt idő volt összerakni is, főleg, hogy a szövegírással azért vannak nehézségeim, mert gyerekkoromban sokat cikiztek felnőttek is, hogy hol tanultam meg ilyen szépen magyarul – Erdélyből költöztünk ide 1989-ben. Ezért mostanában inkább örülök, ha jön velem újságíró, és én jobban koncentrálnék a képek minőségére.

### – Laci, te szeretsz egyedül dolgozni?

**Laci:** Nem, mert akkor nyomaszt, hogy minden teher rajtam van. A stáb csak akkor zavar, ha azt gondolják, hogy mint valami megváltó vagyok jelen, és ott áll öt ember, aki csak néz, hogy akkor mi legyen. Én csapatban szeretek dolgozni, de aktív csapatban.

### – Melyik részét szereted legjobban a sikernek, amikor elkattan a legjobb felvételt, amikor elkészül utómunkával a kép, vagy amikor visszajelzést kapsz rá?

**Laci:** Szeretem a fotózáson a pillanatot, amikor megtaláljuk, hogy na, akkor ez lesz az út, és elkezdjük megvalósítani. Az utómunkánál még nagyon sok tevődik hozzá, a színek, a kontrasztok csodát tesznek. Ilyenkor elképzelem, hogy még ott áll előttem a hús-vér ember, és jó érzés, amikor meglátom, hogy ugyanabban a fényben, ugyanabban a történetben egy más háttérrel egy erősebb kép lesz belőle. Az ember ilyenkor három-négy-öt dolgot finoman összehangszerel. Aztán sok erőt ad a visszajelzés is, például amikor Marton Éva férje, Zoli azt mondta, hogy Éváról temérdek fotó készült, rengeteg szép kép is, de ez a kettő pont olyan, mint Éva. Az a kép tényleg olyan volt, hogy szép volt a fotón, de közben az tekintetétől kilyukadt a papír.

### – Tamás, te hogyan keresel képet mások cikkéhez? Van módszered, vagy inkább intuíció?

**Tamás:** Van nekem egyfajta képi ízlésem és világlátásom, aztán van az újságnak, az adott cikknek, emellett a lap dizájnja, a tervezőgrafikus ízlése és gondolatvilága. Néha fogalmam sincs, ez a sok változó végül milyen sorrendben, arányban is áll össze. Balassa Nikivel, a tervezőgrafikussal már 10 éve folyamatos a munkakapcsolat, már ösztönösen tudjuk, mit szeret a másik. Szoktam néha tippegni, hogy ha bekészítek három-négy képet egy cikkhez, melyiket fogja választani. Gyakran be szokott jönni.

### – Akkor mégis tudsz te csapatban dolgozni.

**Laci:** Pont ezt akartam mondani.

**Tamás:** A fotózás nem, gyerekként is egyedül természetfotóztam a lessátorban. Később, amikor elutaztunk a barátnőmmel vagy a haverokkal, engem gyakran elragadott egy-egy jó képpel kecsegtető helyzet, nekik meg várni kellett, ami néhány esemény után, érthetően, konfliktusokhoz vezetett. Ezért jobb, ha nyaraláskor nem is fényképezek.

### – Az átlagembernek a fotózás jó eszköz ahhoz, hogy picit lelassuljon, egy dologra koncentráljon, pihenjen. Ti mennyire tudtok feloldódni benne?

**Laci:** Engem teljesen beránt, ahogy mondjuk a zene, a sport vagy talán a kertészkedés. 100 százalékosan ott vagyok benne. Bár sport meg kapálás közben azért repkednek a gondolatok, fotózás közben erre nincs lehetőség. De a jól elvégzett munka öröme az hasonló. Viszont fárasztó is, különösen azok a nagy projektfotózások, amikor több embert fotózunk végig, mondjuk az Operaháznak, hihetetlenül kimerítőek. Olyankor öt embernek kell odaadni magad, átvenni a rezgését, a problémáját.

**Tamás:** Épp tegnap este egy fine dining fotózáson voltam. Úgy érkeztem meg, hogy farkaséhes vagyok, és fantasztikus ételek voltak ott, polip, meg amit el tudtok képzelni, de nem tudtam enni, mert láttam, hogy akikkel dolgozom, feszültek, hogy az utolsó kis csipesszel odarakott mikrozöld is tökéletes legyen. Ezért a szünetben kimentem egy gyorsétterembe enni, hogy tudjak utána dolgozni. Tehát a munka részében nincs egy pillanat kikapcsolás sem, és ez nagyon fárasztó tud lenni. Engem az utazgatás közbeni fotózás relaxált, amikor ezt csináltam, most meg a szülőben tudok kikapcsolni.

### – Ott fotózol?

**Tamás:** Még csak fejben. Ott most szülősgazda vagyok. ♦



SZÖVEG –  
HORVÁTH PÁL filozófus

SOROZAT –  
MAGYAR PÉLDAKÉPTÁR

# EGY NOBEL-DÍJAS „MARSLAKÓ”

A 20. század első éveiben leendő természettudósok páratlan tehetségű nemzedéke, matematikusok, fizikusok, kémikusok sora tanult magyar földön. A kor kiváló pesti középiskoláiban és egyetemein elhivatott tanárok voltak a mestereik, idővel külhoni, főleg német egyetemeken gyarapították tudásukat, és volt, aki ezek után egy időre hazatért, mások idegenben, nagyobb tudományos lehetőségek birtokában dolgoztak tovább. Mivel többségében zsidó származásúak voltak, 1933 után, *Hitler* hatalomra jutását követően az amúgy is nagyobb kutatási lehetőségeket kínáló Amerikába mentek, ahol tudói karrierjük kibontakozott. De ott is magyarok voltak és maradtak, egymás között magyarul beszéltek, furcsa kasztot alkottak az amerikai egyetemek és laboratóriumok világában, környezetük tréfásan földönkívülieknek, marslakóknak becézte őket.

## ◆ A FASORI GIMNÁZIUMTÓL AMERIKÁIG

Ilyen marslakó volt a világhírű fizikus, Wigner Jenő, vagy ahogy Amerikában ismerték, Eugen Paul Wigner is. Wigner pesti, terézvárosi zsidó kereskedő fiaként harmonikus családban látta meg a napvilágot 1902-ben. Már kisgyermekként vonzotta a természet, sokat sétált, kirándult, kamaszkori tuberkulózisából is a szabad levegő gyógyította ki. A korszak egyik legkiválóbb középiskolájában, a Fasori Evangélikus Gimnáziumban tanult, ahol vele egy időben barátja, a nála egy évvel fiatalabb Neumann János is. Kiváló tanárai voltak, különösen a matematika és a fizika érdekelte, vegyésznek, mérnöknek készült. Alighanem már a gimnáziumból vitte magával

azt a bölcsességet, amely szerint „nem a gyorsaság a legfontosabb a tudományos létben. Az elköteleződés, az érdeklődés, az akarat valamit igazán megtudni és megérteni.” A kommun idején a család fél évre Ausztriába menekült, ahol katalizáltak. Hazatérve, az érettségi után, 1920-ban iratkozott be a Műegyetemre, a vegyész karra, a következő évtől azonban a berlini műszaki főiskola növendéke volt. Lelkesen eljárt a Német Fizikai Társulat szemináriumaira is, ahol olyan tudósokkal, leendő Nobel-díjasokkal találkozott, mint Max Planck, Max von Laue, Werner Heisenberg, Wolfgang Pauli vagy éppen Albert Einstein, és itt kötött barátságot egy másik nagy magyar tehetséggel, Szilárd Leóval.

Kép: Profimedia – Red Dot





## **AZ ÉLET TELJES JELENTÉSE,**

*minden emberi vágy együttes  
értelme egy olyan rejtély, ami  
meghaladja felfogóképességünket.*



Berlinben doktorált kémiából, témavezetője a polihistor kémikus-filozófus, Polányi Mihály volt. 1925-ben apja biztatására hazatért, vegyészmérnökként bőrgyárban helyezkedett el, rövidesen azonban kristálykémiai kutatásokra szóló német meghívással visszatért Berlinbe. A 20-as évek végén került át az ekkor már a kémia mellett a matematikával és fizikával is foglalkozó Wigner Tübingenbe, ahol a világhírű matematikus, David Hilbert mellett lett tanársegéd. Szabadidejében továbbképezte magát, különösen Schrödinger és Paul Dirac tudománya, a születőben lévő kvantumelmélet érdekelte. Ebben a tárgyban adta közre más írásai mellett első komoly feltűnést keltő tanulmányát, *A csoportelméleti módszer a kvantummechanikában* című munkáját, amelynek kidolgozásában egy újabb magyar, a számítástechnika, az informatika klasszikusa, Neumann János volt a segítségére.

### KIBONTAKOZÓ KARRIER

Vele együtt fogadta el 1930-ban az amerikai Princeton Egyetem meghívását 1930-ban, Hitler hatalomra jutását követően pedig családjával Amerikában telepedett le. Ott már egyértelműen az elméleti és matematikai fizika kutatójaként dolgozott. Itt is nősült, ám felesége rövidesen meghalt. Húgát pedig közben kollégája, a kvantumelmélet egyik klasszikusa, az angol Paul Dirac vette feleségül. A harmincas években két évet a Wisconsin Egyetemen töltött, 1938-ban azonban visszakerült az európai és magyar tudósok fellegrájának is számító Princetonra. Itt már kifejezetten atomfizikával foglalkozott, részese volt az első békés célú atomreaktor tervezésének, kidolgozta a magreakciók elméleti modelljét, tőle származott az energiát termelő atomreaktorok vízzel való hűtésének gondolata. Közben másodsor is megnősült, feleségétől, akivel bő három évtizeden keresztül, annak haláláig élt együtt, két lánya született.

1939–40-ben más tudósokkal együtt támogatója volt az atombomba kifejlesztését szorgalmazó Manhattan-terv kormányzati elfogadásának, amelynek munkálataiban dolgozott is. Ám az atombombát elrettentésre, nem bevetésre szánta, Hirosima és Nagaszaki után a katonai célú fejlesztés ellenében az atomenergia békés felhasználását szorgalmazta. A hidegháború éveiben megdöbbenéssel figyelte az atombomba atyjának tekintett Robert Oppenheimer elleni politikai boszorkányüldözést, megviselte több kolléga, így Enrico Fermi, Albert Einstein, különösen pedig a barát, Neumann János halála. A politikától a fizikusok számára is kritikus ötvenes években is igyekezett távol maradni, a magánéletben csendes, barátságos,

udvarias ember hírében állt. 1946-ban egy tennessee-i laboratóriumban vállalt igazgatói állást, ám az adminisztratív feladatok elől menekülve rövidesen visszatért Princetonba, ahol visszavonulásáig elhivatott tanárként, tudósként tanított, kutatott.

### ÚJRA ITTHON

Tudósi sokoldalúságának bizonyítéka volt 1960-ban megjelent fontos tanulmánya, *A matematika meghökkenítő hatékonysága a természettudományokban*, amelyben a matematikára mint a természet megismerésének egyetemes eszközére, nyelvére hívta fel a figyelmet. Itt kifejtett meggyőződése szerint „a matematikának a természettudományok területén való hasznossága a csodával határos. Nincs rá racionális magyarázat. Mert semmiképpen sem természetes, hogy legyenek természeti törvények», és még kevésbé kézenfekvő, hogy az ember felfedezze őket. Az a tény, hogy a matematika nyelve alkalmas a fizika törvényeinek megfogalmazására, csoda, ajándék, amelyet soha nem leszünk képesek igazán megérteni vagy kiérdemelni.” Saját bevallása szerint meglepetésként érte, hogy 1963-ban neki ítelték a fizikai Nobel-díjat „az atomok és elemi részecskék elméletének alapvető szimmetriaelve kidolgozásáért”, 1972-ben pedig elnyerte az atomfizika kiválóságainak járó Albert Einstein Díjat. Bár évtizedekig idegenben élt, hazájával való kapcsolata sem szakadt meg teljesen. A tengerentúlon is magyar rokonok és kollégák, a marslakók vették körül, őrizte Terézváros és a Fásor emlékét. Utolsó hazai látogatása idején, amikor magas állami kitüntetést vehetett át, a fogadáson a zenekarral a „Ritka búza, ritka árpa, ritka rozs” kezdetű nótát is elhúzatta, és tánca is perdült. 1976-ban látogatott első ízben haza, és ezt három alkalommal megismételte a következő évtizedben. Ellátogatott a paksi atomerőműbe is, a pesti egyetem díszdoktorává fogadta, és tiszteleti tagjai közé választotta a Magyar Tudományos Akadémia. A nyolcvanas évek végén már sokat betegeskedett, komolyabb utazásokra, közszereplésekre nem vállalkozott. 1992-ben közreadta önéletrajzi visszaemlékezéseinek kötetét, amelyben tudósi életbölcességét így foglalta össze: „Az élet teljes jelentése, minden emberi vágy együttes értelme egy olyan rejtély, ami meghaladja felfogóképességünket. Amíg fiatal voltam, dühös voltam a dolgok ezen állása miatt. Mára megbékéltem vele. Még megtiszteltetésnek is tartom, hogy közöm lehet ehhez a rejtélyhez.” Wigner Jenő 1995-ben, életének kilencvenharmadik évében princetoni otthonában csendesen hunyt el. Ott temették, síremlékének a magyar állam viseli gondját. Idehaza tudományos díjat neveztek el róla, emlékét emléktáblák, utcanevek őrzik, nevét akadémiai kutatóintézeti részleg is viseli. ♦



**Magyarország  
nem hagyja magát!**

**Árstoppal,**

**benzinárstoppal,**

**rezsicsökkentéssel**

**védekezünk a háborús  
infláció ellen.**

---

**A BÉKE**

**AZ EGYETLEN MEGOLDÁS.**



SZÖVEG –  
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –  
VILÁG-KÉP

- ◆ A James Webb űrtávcső a valaha épített legérzékenyebb űrteleszkóp. A NASA, az Európai Űrügynökség és a Kanadai Űrügynökség közös projektje több év előkészítés után állt pályára a Földtől mintegy másfél millió kilométeres távolságban. A 2021. december 25-ei indítást követően fél év kalibrálásra volt szüksége a kutatóknak. Idén júliusra technikai komplikációktól mentesen állt üzembe az űrtávcső, az első képeket a hónap közepén mutatták be. Már a kezdeti eredmények is lenyűgözőek, az 1990 óta üzemelő elődjéhez (Hubble űrteleszkóp) képest sokkal részletgazdagabb képeket készít. Az itt látható felvételen az **Éta Carinae-köd** látható a James Webb két eszközével – a NIRCammal és a MIRI-vel – fotózva, így egyszerre láthatóak a csillagok és a háttérben levő galaxisok százai. A Földről csak a déli félgömbről megfigyelhető Éta Carinae-köd közepén a Tejútrendszer egyik legnagyobb tömegű és legfényesebb csillaga található. ◆

Kép: Profimedia–Red dot/ NASA, ESA, CSA, STScI



”

# Folyamatosan tanuljuk egymást

**Rókusfalvy Lili** televíziós műsorvezető és **Babos Bertalan „Zsili”** festőművész egy interjú során ismerkedtek meg, és állítják: mindketten az elejétől fogva tudták, hogy egymással szeretnék leélni az életüket. Immár hat éve élnek kiegyensúlyozott házasságban, szeretik egymásban azt is, amiben különböznek, **Boldizsár** és **Panka** születésével pedig elkezdődött számukra egy, a korábbinál is izgalmasabb kaland.

♦ – **Igaz, hogy ti tulajdonképpen egy interjúnak köszönhetitek egymást?**

**Lili:** Igen, Zsilivel egy interjút készítettem évekkkel ezelőtt az M2 Petőfi TV-nek. Azóta együtt vagyunk, és az elejétől fogva tudtuk, hogy szeretnénk családot alapítani.

– **És mi volt az első benyomások egymásról?**

**Zsili:** Először telefonon beszéltek meg az interjú időpontját. Lilinek annyira kedves és kellemes hangja volt, hogy nem mertem hinni abban, hogy kellemes külső is párosul hozzá – az már túl tökéletes lett volna. Aztán találkoztunk élőben, és emlékszem, rögtön az futott át az agyamon nagy meglepéssel, hogy „nem is rossz!” (nevet).

**Lili:** Csak jelzem, hogy a fiunk, Boldizsár, eltanulja az ilyen fura bókolást Zsilitől. Tegnap például azt mondta nekem: „Anyá, te nem is nézel ki olyan csúnyán!” (nevet). De hogy a kérdésre is válaszoljak: Zsilit nem ismertem, de természetesen felkészültem belőle az interjúra. Örömmel olvastam, hogy több olyan vendéglátóhelyszín enteriőrjét készítette, amelyet én nagyon szerettem és szeretek. Például a *Csendes* – ahova egyetemistaként rengeteget jártam az évfolyamtársaimmal – az ő keze munkája. Egy teljes napot töltöttünk együtt a forgatás miatt, és azt érzetem, hogy nincs a világon még egy olyan ember, aki ennyire izgalmas lenne számomra, mint ő. Mindig is egy ilyen típusú embert kerestem.





**– Miért, milyen ő?**

**Lili:** Kreatív, folyton pörög, mindig kitalál és alkot valamit, és az idő fogalmát nemigen ismeri. (nevet) Egy ropant érdekes ember, izgalmas egyéniség, vagány férfi, szerető társ, apa, férj és szövetséges, és én már a legelején tudtam, hogy sosem fogok mellette unatkozni, mert mindig szórakoztató és inspiráló lesz. Imádom az „őrült ségeit”. Nekem gyerekként nem volt lázadó korszakom. Most bepótolom, Zsili az én lázadásom.

**– Viszonylag kevés időt töltöttetek kettesben, hiszen nem sokkal azután, hogy egybekeltetek, megszületett fiatok, Boldi, majd két évvel később Panka. Utólag nem bánjátok, hogy kevés időt töltöttetek együtt párként?**

**Lili:** Dehogy! A gyerekekkel nem áll meg az élet, hanem elkezdődik egy sokkal izgalmasabb formája. A kezdetektől igyekszünk partnerként kezelni a gyerekeinket, így ők is sokkal jobban alkalmazkodnak, amikor kell. A nászutunk Indonéziában volt, ahová vittük magunkkal Boldit is. Sok mindent ugyanúgy csinálunk, mint ahogy anno

a gyerekek nélkül, és szerintem eltaláltuk az arany középutat. Ebben az óvoda is megerősített már bennünket: azt mondják Boldira, hogy rendkívül kiegyensúlyozott, boldog gyerek.

**Zsili:** Nyilván jó pár dolgon változtattunk a gyerekek születése óta, de alapvetően valóban ugyanúgy élünk, mint korábban. Lili előtt az életem nem állt másból, csak munkából, hajnalig tartó bulizásokból és délig tartó alvásból. Harmincon túl azonban ez az életforma már nem volt elég, és legbelül éreztem, hogy egyszer át fogok váltani egy „normális” életre. Olyanra, ahol a családon van a fókusz. Az, hogy Lilivel közös jövőt szeretnénk, az teljesen magától értetődő volt az első találkozástól kezdve.

**– Vannak nők, akik azért odázzák el a családalapítást, mert szeretnék továbbra is a szakmájukban érvényesülni, esetleg új területeken kipróbálni magukat. Benned voltak karrierfeltéti dilemmák, Lili?**

**Lili:** Nem, hiszen én kislány korom óta tudtam, hogy fiatalon szeretnék anyuka lenni. Lelkileg is készültem



---

## *Van egy megállapodásunk a vitatkozásokra:*

ha valamelyikünk felteszi a kezét, és leállítja, akkor abbahagyjuk.

---

az anyaszerepre. Ha megismerkedsz valakivel, akivel el tudod képzelni a jövődet, akkor az összes dilemma megszűnik. Az egyéves évfordulónkon derült ki, hogy Boldival állapotos vagyok, ekkor voltam 26 éves, és ekkor indult volna be igazán a karrierem, de egy percre nem gondolkodtam, hogy tévzés vagy család. Eltökéltek voltunk, ráadásul Zsiliben láttam, hogy végtelenül szorgalmas és kreatív, ami miatt óriási biztonságban éreztem magam mellette. A szülés után viszonylag hamar visszamentem dolgozni, Panka után már nem siettem annyira. Mi nem lemondásként éltük meg a szülővé válást. Az élmények, amiket korábban párként éltünk át, a gyerekek érkezése óta megsokszorozódtak.

### **– Hogyan tudjátok a munkát összeegyeztetni a gyermekneveléssel és az énidővel?**

**Lili:** A család rengeteget segít, és mi is egymásnak, ugyanis amikor összeházasodtunk, eldöntöttük, hogy mindketten egyenlő arányban vesszük ki a részünket a gyermeknevelésből. Amikor Panka öt hónapos volt, visszamentem dolgozni. Míg a kamera forgott, Zsili vigyázott rá.

**Zsili:** Amikor pedig az A38-as Hajón vezettél esti műsort, mentem veled, és altattam Boldit. Vagy sétáltam veled a parton.

**Lili:** A munkahelyemen mindig is kommunikáltam, hogy a család nagyon fontos nekem. Szerencsére olyan munkákat osztanak rám, amelyek jól beilleszthetők a mindennapjainkba. Általában előre tudom, mikor lesz több hónapos munkám, és mikor lesznek a rövidebb projektek, vagyis tudunk előre tervezni.

**Zsili:** És teljesen véletlenül én mindig ugyanakkor kapok nagyobb megbízásokat, amikor Lili. Volt olyan,

hogy 3 hónapon át minden nap el kellett mennem otthonról, de akkor meg Lili anyukája és az ő testvére jött segíteni.

### **– Mennyire vagytok Pankával és Boldival szemben túlféltőek?**

**Lili:** Én eléggé. Gyerekkorom óta mindent túlizgulok, de keményen dolgozom magamon.

**Zsili:** Az egész család dolgozik rajtad.

**Lili:** Igen, Zsili valóban lazább, mint én, és én sokszor földelem Zsili szabad repülését. Sok szempontból különbözünk, de a kardinális kérdésekben, mint például a gyereknevelés, teljesen egyetértünk.

**Zsili:** A fő szempont az, hogy meglegyen négyünk között a harmónia, és a döntések, amiket hozunk, mindenkinek jók legyenek.

### **– Így első ránézésre Zsili tűnik a csendesebbnek, a higgadtabbnak, Lili a temperamentumosabbnak, a pörgősebbnek. Eltaláltam?**

**Zsili:** Ez folyton változik, de kettőnk közül Lili a mindent megtervező, rendszerező, én kettő a filozofikusabb, a mindent többször átgondoló, programokat elfelejtő. Utóbbi kivédésére Lilivel minden este átbeszéljük a másnapi programot.

### **– Megvannak még köztetek az apró figyelmességek? Olyanokra gondolok, mint például cetlit csúsztatni titokban a másik zsebébe, rajta egy kedves üzenettel...**

**Lili:** Ilyenek folyamatosan vannak! Szoktam Zsilinek ennivalót vinni, amikor dolgozik. Igaz, előszeretettel megeszi anyukám főztjét is.

**Zsili:** Tegnap Lili beleírt a naptáramba egy kedves üzenetet. Jólesett. Meg az is tetszik, hogy nem rest elmondani, hogy minek örülne. Így bár a meglepetés varázsa kicsit elveszik, de mindenki boldog, amikor teljesül a vágya.

**Lili:** Hat éve vagyunk együtt, de még mindig fedezünk fel egymásban új tulajdonságokat, aranyos szokásokat. Folyamatosan tanuljuk egymást.

### **– Ti tényleg tudatosan dolgoztok azon, hogy ez a házasság jól működjön hosszú távon!**

**Zsili:** Ez így van. És van egy megállapodásunk a vitatkozásokra: ha valaki felteszi a kezét, és leállítja, akkor mindketten leállunk. Este, amikor eltűnnek az indulatok és marad az értelem, újra elővesszük a témát, és átbeszéljük. Muszáj, hogy legyenek ilyen szabályok. Hosszú távra tervezünk, harmóniára törekszünk. ♦



SZÖVEG –  
KARIKÓ ÉVA

KÉP –  
PÁCZAI TAMÁS

# A néma gyász hangja

Egy rendkívül személyes előadás kapcsán beszélgetünk, amely egy klasszikus, latin requiembe ágyazott irodalmi mű egy magzat ikerpár elvesztéséről, akiket a szülők csak szavakba és hangokba temethettek el. Az ikrek édesapja **Uzsaly Bence**, a zeneszerző, a karmester és a szövegíró. A gyászoló édesanya, **Nász Renáta** pedig a szoprán szólista. A darabban a tételek között az édesapa szavai hangzanak el arról, mekkora fájdalmat és tépelődést jelentett dönteni élet és halál felett. A gyászoló szülők fájdalma requiemmé formálva sokaknak lehet gyógyír.

◆ – Talán a legméltatlanabban kezelt gyász a magzat-elvesztése, jogfosztott vagy kétségbevont gyásznak is nevezik. Sokan vagyunk egyedül ezzel a problémával. Ti hogyan tapasztaltátok?

**Bence:** Ahogy a történetünk ismertté vált, sokan léptek elő a sötétségből, akik valamilyen módon érintve voltak. A próbákon rendszeresen sírva fakadt a társaság.

– Mi történt az ikrekkel?

**Reni:** A várandósságom 22. hetén, pontosan a 30. születésnapomon egy rutinvizsgálaton kiderült, hogy meghalt Tomi, az egyik kisfiunk, a másik, Andris pedig folyamatosan átvérzik az elhalt magzatba. Az ő életésélyeiről nem tudtak semmi biztosat mondani, egyedül egy kockázatos magzati véradással lehetett volna a keringését stabilizálni, de az nem jelenti azt, hogy életképesen megszülethet, viszont olyan kockázattal is járhat, hogy a beinduló koraszülésben elvérzek vagy elfertőződik, és ki kell venni a méhemet.

**Bence:** A legnagyobb borzalom ott kezdődött, amikor nekünk szegezték a kérdést, hogy döntsünk az életéről.

Egyedül annyi volt biztos, hogy az orvostudomány ebben az esetben a sötétben tapogatózik, semminek nem ismerjük a következményeit. Így döntést hozni élet-halál kérdésében, amiben ember nem is lenne hivatott dönteni... Hiába imádkoztunk, nem kaptunk semmi biztatást, csak halvány jeleket, hogy ez az a helyzet, amikor letesszük a fegyvert. Három nap téboly után így tettünk. Az egyetlen valamennyire belátható út a menekülés és az újrakezdetés volt. Az ember a legjobb szándék mellett is pillanatok alatt betaszítható olyan mélységekbe, amelyeknek addig a létezését sem tudta elképzelni.

**Reni:** A szülést követő méhgyulladás és a nőgyógyászati bonyodalmak minket igazoltak, mint ahogyan a belső megnyugvás is, hogy így kellett lennie.

– Másnap meg kellett szülni a halott babákat?

**Bence:** Romeltakarítás a jó szó erre a szülésre. Veszélyes hulladék lett a gyerekeinkből, akik az anyaméhből nem bölcsőbe vagy koporsóba, hanem a szemetesbe kerültek. A hangja máig megvan a fülemben, ahogyan koppannak.



**– Reni, hogyan élted túl a gyermekágyas időszakot, az ürességet? Volt bárki a kórházban, aki erre felkészített volna?**

**Reni:** Borzalmas volt. Az ikrek szülése után egy egészséges gyerekkel abortuszra váró lány mellé fektettek a nőgyógyászatban. Én meg zokogtam a folyó tejemmel, mert a tejtermelést megakadályozó hormongyógyszert is elfelejtették.

**– Első gyermeketek, Ágika akkor másfél éves volt. Mit mondtatok neki, mi történt, min mentek most keresztül?**

**Reni:** Ő pontosan tudta, hogy mi történik. Mikor meghalt Tomika, és mentünk vissza a kórházba, Ági felhúzta a pólómat, és azt mondta: „Pápá, baba.”

**Bence:** És utána egész tavasszal valami ismeretlen dalra azt énekelte, hogy megszületik a tesó.

**– A szűkebb környezet, a család hogyan kezelte a veletek történeteket?**

**Reni:** Sok kedves gesztust kaptunk, de a környezetünk alapvetően hamar túllépett rajta.

**– Milyen segítség, támogatás esett jól? És mi nem?**

**Reni:** Az együttérző szemvillanástól a gyászhoz nem kötődő segítségfelajánlásig minden jól jött, amiben az együttérzés gesztusa volt.

**Bence:** Nekem azokat az embereket volt a legnehezebb meghallgatni, akik szükségét érezték, hogy valami okosat mondjanak, vagy előjöttek valami vallásos lözönggal.

**Reni:** Valaki a kertünkben hagyott egy levelet az ikrek nevében. Nyomoztunk, de nem derült ki, hogy ki írta, így úgy vesszük, hogy az ikrek. Rendkívül jólesett, azóta is őrizzük.

”

## A halál ellen nem tehetünk semmit,

de azt eldönthetjük, hogy új életet kezdünk a hitünk és a reményeink romjain.



**– Bence, milyen szándék vezetett, amikor megírtad a requiemet? Elsősorban gyógyulni szerettetek volna, vagy már akkor eszedbe jutott, hogy másoknak is segítség lehet? Azt írtad: „A haláluk után nem volt temetés... Bele fogok kapaszkodni a legnehezebbe, a ceruzába, és azzal fogom kihordani mindazt, ami bennem maradt a történet után. Addig rajzoltam a hangokat, amíg meg nem találtam bennük a fiaimat.”**

**Bence:** Engem már gyerekkoromban foglalkoztattak a requiemek. A halálról általában nem beszélgetünk, de ha az ember elmerül egy requiemben, a szerzővel tud róla beszélgetni. Az ikrek halálakor rögtön eszembe jutott ez. Párszor elhessegettem magamtól a gondolatot, úgy voltam vele, hogy hagyjuk ezt, nem vagyok zeneszerző, de mégsem hagyott nyugodni. Jött a járvány, zenészként elvitte az egész életünket, mi pedig elmenekültünk a mindennapjainkból, és fizikai munkát végeztünk hónapokig. De közben egyre foglalkoztatott, hogy ezt a történetet el kell mondani.

A végső harag napja, ami a szöveg szerint lángokba borítja a világot, az a nap számunkra, amikor az ikreket elvesztettük. Azt vettem észre, hogy van a halálnak egy jellegzetes hangja. A *Dies irae* (A harag napja) elején ezt akartam megkomponálni. Gyerekek énekeltek az utolsó ítélet harsonái helyett, nem szőnyegbombázás volt, mint a Verdi Requiemben, hanem kórházi jelenetek. A kéziratban azon az oldalon, ahol beadják a halált hozó injekciót, a piccolo mint egy szívhang kisípol a végén. Ági egészen szürreálisan vett részt az alkotásban, összefirkálta pont azt az egy oldalt...

**– Hogyan zajlott az alkotómunka?**

**Reni:** Ágit mindig ki kellett vinni az udvarra, a játszótérre, ha időt szerettem volna adni Bencének, hogy komponáljon. Az volt az érzésünk, hogy Ági széttrollkodja. Hosszan elnyúlt a munka, bár összesen csak 27 nap volt, míg megírta, de ez másfél évre elosztva.

**Bence:** A fejemben a folyamat akkor is ment tovább, amikor nem volt ceruza a kezemben. Konkrétan előttem van a jelenet, hogy árkot ások a házunk előtt a karantén alatt, és a requiem egyik gyerekkaros tétele (a *Tuba mirum*) szól a fejemben.

**– Az előadás is közös „gyermek”, hiszen Reni is szólót énekel benne. Hogy tudtál ilyen gyönyörűen énekelni, hogyhogyan nem remegett a hangod?**

**Reni:** Valóban közös gyermek volt, mert azelőtte levő küzdelemben is rendszeren részt vettem, nagy szervezési nehézségek előzték meg az előadást.

Olyan szinten szenvedtem a torokszorítással, hogy már orvosi vizsgálatokra jártam, hogy esetleg szervi oka lehet. Megnyugtattak, „csak” pszichoszomatikus. Az segített, hogy egy koloratúrszoprán énekes barátnőmet megkértem, hogy ha esetleg én valamiért kidőlök, vagy az előadásom elsírom magam, akkor ő vegye át a szót.

Egy barátunk fogalmazta meg: ez a requiem az ikreknek hatalmas ünnepnap lesz. Mindig elképzelttem, hogy a meg nem született gyermekeink ünnepelnek odafent, ez adott erőt. Végig szorított a torkom, de amikor felálltam énekelni, semmi bajom nem volt. Mikor visszaültem, abban a pillanatban újrakezdődött.

– **Tudjátok, hogy mikor lesz a következő előadás?**

**Bence:** Akkor, ha valaki megszervezi, de mi még egyszer nem kezdeményezzük, nagyon nagy munka 180 embert mozgatni. Elkészült belőle a felvétel, feltettem az internetre, bárki meghallgathatja. Ha valaki színpadra akarja állítani, akkor szabad a pálya akár velem, akár nélkülem.

– **Bence, azt írtad: „Akkor lesz lezárta ez az ügy – ha egyáltalán le lehet zárni –, ha megérkezik a kistestvérük.” Az, hogy azonnal igent tudtok mondani az újabb életre, nem magától értetődő.**

**Bence:** Nagy ajándék, hogy magától értetődő volt. 2020 februárjában mentek el az ikrek, májusra vártuk őket, és Máté 2021. áprilisában született meg. Azt éreztük, hogy a halál ellen nem tehetünk semmit, de azt eldönthetjük, hogy új életet kezdünk a hitünk és a reményeink romjain.

**Reni:** Abban bízunk, hogyha egy következő gyerek érkezik, akkor kapunk valamilyen feloldozást. Máté, ahogy a neve is mondja: Isten ajándéka. Nem azt mondom, hogy feledteti az ikreket, de nagy csoda, hogy ő itt van.

– **Tartottatok attól, hogy a várandósság felett érzett öröm mellett a veszteség miatti szomorúság és félelem kísérheti végig a kilenc hónapot?**

**Reni:** Lázzal kezdődött a terhesség. A doktornő talált a baba mellett egy hatalmas petefészecskisztát, ami további folyamatos aggodalomra adott okot. A várandósság összes hetében felidéződött a történet, hogy itt kezdődtek a bonyodalmak, ez az a nap, amikor meghalt Tomika, ez az a nap, amikor meghalt Andriska. Végül a szülés komplikációk nélkül történt, három hónappal Máté születése után pedig kivették a cisztát.

– **Az Istenben való bizalomvesztéssel kapcsolatban történt-e változás? Bence, azt írtad: „Olyanok vagyunk, Isten és én, mint az elváltak. Végérvényesen közüink van egymáshoz, nincs olyan nap, hogy ne gondolnánk egymásra, mégis csak akkor beszélünk egymással, ha nagyon muszáj, és beszélgetéseink, találkozásaink sekélyesek, érdektelenek. Történt valami közöttünk, ami megbontotta az egységet, a bizalmat, és... nem bízunk, hogy helyre lehet állítani. (...) Add meg a békét a holtaknak, az itt maradtoknak, és a Veled való kapcsolatunknak is.”**

**Bence:** Tudtam, hogy a narrátor szövege sokaknál kiveri majd a biztosítékot, de úgy voltam vele, hogy egy ilyen horderejű kérdésről vagy őszintén kell írni, vagy sehogy. Gondoljanak a haboskakaó-hitűiek azt, amit akarnak. Azóta én is finomodtam egy kicsit, de a szövegben az eleven gyászt akartam megírni, hiszen erről szól egy requiem.

Én azt hiszem, hogy mi, emberek, emberi módon tudunk szeretni, és akkor él az istenkapcsolatunk, ha nem egy égi Kádár Jánost szeretünk – aki biztosít egy viszonylagos jólétet, cserébe viszont nem szabad megkérdőjelezni a jóságát –, hanem valaki valós lényt. Ebben benne van a jó is, és a rossz is. Ha a rossz oldalával együtt is tudjuk szeretni a házastársunkat, a gyerekeinket, akkor tanuljuk meg az Istent is így szeretni. Engem ez feloldozott. Azt pedig fontosnak tartom aláhúzni, hogy nincs az a fajta istenkapcsolat, amelynek az a vége, hogy összeveszünk, és nem állunk szóba egymással. Akkor a hiány a kapcsolat.

– **Egy szerető kapcsolat elbírja a haragot, a küzdelmet is?**

**Bence:** Az istenkapcsolatban, ha valaki ezt nem engedi meg magának, az még tovább vádolja magát, mondván: ha valódi hitem lenne, akkor egy ilyen tragédia után is mosolyogva ülnék a templomban az első padban.

Isten felé is a saját apai gesztusaimat komponáltam meg a requiemben. Azt a fajta érzést, amikor a gyereked kiborít, szófogadatlan, és azt érzed, hogy egy kanál vízben meg tudnád fojtani... És aztán veszel egy levegőt, és nem üvöltesz, és nem törsz-zúzol, hanem azt mondogod: gyere ide! Ugyanezt érzem Isten felé is. Legszívesebben lerángatnám két kézzel az égből, de a végén azt mondom: odabújhatok hozzád?

– **Mit változtatott rajtatok Tomi és Andris elvesztése?**

**Reni:** Nagy megtapasztalás volt, hogy még jobban összekovácsolt minket a fájdalom, bár előtte sem voltunk távol egymástól.

**Bence:** Semmi sem ugyanaz, és mégis minden ugyanaz. Az egyik kollégámtól hallottam, aki hasonló veszteségben volt érintett, hogy a dolog semmit nem változik, csak körbenövi az élet, mint egy romot a zöld.

– **A koncerten Illyés Gyula Bartóknak írt sorai jártak a fejemben: „Köszönet érte, / az erőért a győzelem-vevéshez / a poklon is. / Ím, a vég, mely előre visz. / Ím, a példa, hogy ki szépen kimondja / a rettenetet, azzal föl is oldja. / Ím, a nagy lélek válasza a létre / s a művészé, hogy megérte / poklot szenvednie. / Mert olyanokat éltünk meg, amire / ma sincs ige.” Ti megéltétek ennek a valóságát a requiem előadása közben?**

**Bence:** Igen. Arra van kutatás is, hogy a szomorú zene átfordítja a szenvedést egy másik csatornává, olyan fajta fájdalommá, amely gyógyítja az embert. Az előadói gárda is nagyot küzdött, de azt hiszem, a többség úgy ment haza, hogy több lett általa. ♦



SZÖVEG –  
**SZŐNYI LÍDIA** és **SZÖLLŐS ÁKOS** pszichológusok



Kép: Natalya Zaritskaya / Unsplash



# AZ „ELÉG JÓ SZÜLŐSÉG”

## FELÉ VEZETŐ ÚTON

A boldogság lett a cél, amelyre korunk kultúrája szerint törekednünk szükséges. Egyéni szinten a minél több és minél örömtelibb élmény megszerzése, társadalmi szinten pedig a minél több boldog ember jelzi a sikerességet. Mennyire egyeztethetők össze ezzel a gyerekvállalással és a családi élettel járó feladatok?

### ◆ BOLDOG VAGY TARTALMAS ÉLET?

A kutatások eredménye és a tapasztalat szerint a gyermek születése a szülők boldogságának, illetve a házastársi elégedettség szintjének csökkenésével jár. Végeredményben a baba érkezése életciklus-krízis, amelyhez a családnak alkalmazkodnia kell, és az új egyensúly megtalálását nem könnyíti meg az alváshiány, a stressz és a gyermek testi-lelki egészsége felett érzett aggodalom sem. Az élet innentől kezdve a folyamatos alkalmazkodás művészete: mire megszokjuk, hogy egy újszülött érkezett a családba, hirtelen egy érdekérvényesítő kétévest próbálunk lecsillapítani, majd a munka és a család közti egyensúlyozás kellős közepén találjuk magunkat. Sok szülő visszatekintve mégis arról számol be, hogy a gyerekvállalás élete legjobb és legtöbb örömmel járó döntése volt. Hogy lehetünk egyszerre boldogok és boldogtalanok ugyanazon döntés miatt? Egyrészt közrejátszhat ebben az emlékek megszépülése, amelyek nem a múlt túpontos lenyomatai, hanem az érzelmeinkkel és hiedelmeinkkel átítatott életmesénk pillanatképei, amelyekben a tényeknek mi magunk adunk jelentést. Másrészt érdemes újragondolni a boldog étellel kapcsolatos elméleteinket. A boldogság általános elvárása szerint minél több jót és különlegességet szükséges minél többször fogyasztani. Mindez egy gyermek elképzeléseire emlékeztet, aki a világot egy végtelen gyümölcsös kosárnak látja, és úgy véli, hogy a lehető legtöbbet kell befalnia belőle. Eközben nincsen tekintettel arra, hogy ezáltal másoknak kevesebb jut, hogy az egyoldalúság és a mértéktelen evés hasfájást okoz, a falás után pedig csak az üresség, a magány és némi bűntudat marad. A teljes élet ugyanis nem jelentheti



## „Egyrészt tökéletességet várnak el maguktól,

másrészt sok esetben egyetlen személyben szeretnének megfelelni mindazoknak a szerepeknek, amelyek négy-öt teljes életet is kitöltenének.

azt, hogy csak az élet pozitív élményeit mazsolázzuk ki, értékeljük, és emeljük középpontba. A valódi jóllét a teljes élet – adott keretek között. Az önmegvalósítás mások javára. Az értelem és cél megtalálása egy konzisztens hitrendszerben, továbbá az itt és most világában, nem pedig egy távoli, elképzelt jövőben. Egy működő család részének lenni. Egy közösség tagjának lenni. Közeli kapcsolatban lenni másokkal. Megoldani problémákat és túlélni nehéz időszakokat, képesnek lenni változni és alkalmazkodni. Elvégezni a kihívást jelentő feladatokat. Termékenynek lenni, azaz továbbadni az életet fizikai, szellemi vagy érzelmi-lelki értelemben. Paul Bloom felvetése szerint a gyermekvállalás jutalma eltér a boldogságtól, és mélyebb annál. Ez összecseng Seligman elméletével, aki szerint a boldogság csupán egyetlen alkotóeleme az autentikus életörömnének. Az elképzelés szerint a valódi pszichológiai jólléthez a pozitív érzelmek mellett szükség van a pozitív kapcsolatokra, az elmélyülésre, az értelemre és a teljesítményre is. A harmónia megtalálásának kulcsa, hogy megtaláljuk az egyensúlyt a fenti tényezők között. A gyermek nevelése talán nem okoz minden pillanatban örömet, de hozzájárul, hogy megéljük a pozitív kapcsolódást, és azt, hogy az életünknek valami mélyebb értelme és célja van. Ezt az elképzelést támasztja alá Roy Baumeister szociálpszichológusnak és munkatársainak a kutatása is, miszerint minél több időt töltenek az emberek a gyerekek gondozásával, annál tartalmasabbnak mondják az életüket, annak ellenére, hogy mindeközben nem érzik azt, hogy folyamatosan boldogok

lennének. A szeretetkapcsolatok és az értelmesebb élet megtapasztalása akkor is értékes, ha nincs egyenes arányban a boldogságunk növekedésével.

### SZEREP- ÉS ÉRTÉKKONFLIKTUSOK SZORÍTÁSÁBAN

Már C. G. Jung is négy női archetípust különböztetett meg: Éva a természeti, Heléna a csábító, Mária az érzelmi, Szófia pedig a bölcs nő. Négy különböző nő, négy különböző élet, négy különböző történet, az elvárások mégis azt sugallják, hogy a modern nőnek ezeket és még egy sor másik szerepet össze kellene valahogy egyeztetnie magában. A nő legyen társ, feleség, anya és dolgozó nő, szűz és csábító, a legfontosabb pedig, hogy legyen képes rugalmasan változtatni a szerepei között. A sokszínűség egyrészt felszabadító, hiszen elviekben mindenki összeállíthatja a szerepek színes kavalkádjából azt a kombinációt, amelynek eredményéből az elképzeléseihez és szükségleteihez leginkább illeszkedő életstílus születik meg, másrészt a különböző szerepek összehangolása számos bizonytalanságot, dilemmát, konfliktust és ennek nyomán bűntudatot rejt magában. Hasonlóképpen a férfiak világába is megérkeztek az új elvárások: a kenyérkereső és a munkahelyén kiválóan teljesítő férfi képe mellett megjelent a figyelmes, támogató férj, és a gyereknevelésben elkötelezett, érzelmileg válaszékész apa ideálja is. A különböző igényekhez való alkalmazkodást pedig megnehezíti, hogy nemcsak saját magunkkal kell elszámolnunk, hanem a párunk is különféle szükségletekkel fordul

felénk. Ha a kapcsolatunk elején az érzelmi szerződésünk arról szólt, hogy a férfi a családfenntartó, a nő pedig a gondoskodó, ám ezen idővel változtatnánk, akkor arról egymással is egyeztetnünk kell.

A családokkal dolgozva gyakran találkozunk azzal, hogy a megélt boldogtalanság érzését tovább nehezíti a büntudat, hogy nem tesznek maradéktalanul eleget az elvárásoknak. Egyrészt tökéletességet várnak el maguktól, másrészt sok esetben egyetlen személyben szeretnének megfelelni mindannak a szerepek, amelyek négy-öt teljes életet is kitöltenének. Ez sikertelenségre ítélt vállalkozás, és a kudarc lelkiismeret-furdalással és szorongással jár együtt. Mivel a társadalom üzenetei szerint a szülőiséget élveznünk kellene, ezért a szerep- és értékkonfliktusból származó érzésekről és gondolatokról gyakran gondoljuk úgy, hogy „nem kellene lenniük”. A szenvedés, az áldozathozatal, a lemondás, a veszteség azonban nagyon is jelen van az életünkben, ezekkel valamit kezdenünk kell. A teljes élet nemcsak lubickolás a pozitív hatásokban, hanem a szükségszerűen szenvedést okozó időszakok átélését is magában hordozza. Mégis sokszor gondoljuk azt, hogy csak a pozitív események elfogadhatóak, a lemondást, a kompromisszumot, a betegséget és a szenvedést váratlan incidensként éljük meg. Ezek értetlenséget és elutasítást váltanak ki belőlünk, mintha nem tudnánk, hogy mindannyiunk életének a részei. A menekülés, az elnyomás vagy a küzdelem helyett érdemes közel engedni és elfogadni a nehéz érzéseket. Jó, ha a nehéz, fárasztó, ijesztő vagy veszteségekkel járó helyzeteket is az életünk többi eseményéhez tudjuk illeszteni, és egységben látni a történetünket.

Anna mindig is szeretett volna odaadó, a gyermekei életében jelen lévő édesanya lenni. Már kislányként megfogadta, hogy a szüleiell ellentétben odafigyel arra, hogy a gyerekei programjain és fellépéseiben részt tudjon venni. Teljesen kétségbeesett, amikor kiderült számára, hogy a hónapok óta leszervezett üzleti tárgyalás és a kisfia meccse egy időpontban lesz. Néhány másodperc alatt újra a kicsi Panninak érezte magát, akinek a szülei soha nem értek rá, és egyedül ácsorgott minden egyes programon. Folyamatosan az járt a fejében, hogy ő egy igazán szörnyű anya, akire a gyermekei soha nem számíthatnak. Ezek a hiedelmek annyira kitöltötték az elméjét, hogy teljes meggyőződéssel hitte, hogy ezek nem csupán gondolatok, hanem megmásíthatatlan és megváltoztathatlan tények. Úgy érezte, elfogyott minden ereje, és egy sötét felhő teleszik rá.

A gondolatainkkal való azonosulás helyett érdemes ítélezésmentesen megfigyelni azokat a hiedelmeket és érzéseket, amelyek a nehéz helyzetekben átsuhannak

az elménken. Ez a szemlélő hozzáállás segíthet, hogy ne váljunk egyik gondolat rabjává sem, hanem átgondolhassuk, hogy miről szólhatnak, honnan jöhetnek azok a belső tartalmak. Ha nem kerítetek volna hatalmukba ezek az erős érzelmek, vajon hogyan értékelnék a helyzetet? Mit mondana vagy tanácsolna nekünk egy együttérző barátunk? Mit javasolnánk mi a legjobb barátunknak? Ebben a helyzetben, a lehetőségeinket és a képességeinket is figyelembe véve, mi a legjobb választás vagy cselekvés, amely hosszú távon is hasznos saját magunk és a környezetünk számára? Érdemes tudatosítani, hogy a döntésünk mentén megélt stressz nem azt jelenti, hogy valamit rosszul csinálunk, hanem azt, hogy a választott értékeink melletti kiállás és kitartás egyáltalán nem könnyű dolog. Az ezzel kapcsolatos képeket, érzéseket és gondolatokat nem tudjuk kontrollálni, de dönthetünk úgy, hogy az értékeink mentén cselekszünk ezek jelenlétében is.

### A HÁROM GENERÁCIÓ TALÁLKOZÁSA

Daniel Stern fejlődépszichológus „anyasági trilógiának” nevezi azt a pszichés munkát, amelyben a három generáció találkozik: az anya egyszerre folytat párbeszédet a saját anyjával, magával és a babával. Ez a lélekleben zajló belső beszéd olykor zavaros lehet, amelyben nehéz a különböző hangokat kivenni és egymástól megkülönböztetni, ezáltal pedig a szükségletek és igények összekeverednek. A belső tisztázáshoz sok önreflektív munka szükséges: „Milyen anyaképet hoztam magammal? Milyen anya szeretnék lenni? Ez hogyan viszonyul a saját édesanyámmal való kapcsolatomhoz? Mit kezdek a hiányokkal? Milyen gyermeket képzeltem el? Mit jelent számomra, ha az elképzelt gyermek és a valóság különböznek egymástól? Milyen társat és szülőt képzelek el magam mellett? Ez mennyiben egyezik meg azzal, ahogy a párom apaként elképzeleli saját magát?”

Sohasem késő, hogy megtaláljuk a válaszainkat a fenti kérdésekre, válasszunk az egymásnak esetleg ellentmondó vágyak közül, és meghatározzuk azokat az értékeket, amelyekhez mint világitótoronyhoz igazodunk akkor is, ha éppen kanyargós utakat kell bejárunk. ♦

#### Források:

**Moretti Magdolna: Változó világunk – változó női szerepeink: szerepproblémákról a családterapeuta szemével**

**What Becoming a Parent Really Does to Your Happiness – Paul Bloom pszichológus cikke a theatlantic.com weboldalon**



SZÖVEG –  
SZÉKELY-BALOGH SZILVIA

SOROZAT –  
HULLÁMVASÚT

# A CSŐ MARAD

◆ A rohadt anyádat, nem, ne tedd le, figyelek, nem neked szólt, csak a lefolyót próbálok tisztítani, tudod, megint eldugult, egy ideje itt szenvedek, már kifakadtam párszor a hívásod előtt is, nagyon vicces vagy, nem a régi vitáinkra gondoltam, de tudtam, hogy ezt a kört nem fogod kihagyni. Kihangosítottalak, most itt fekszel mellettem a csap alatt, szerintem viszonylag biztonságban, de azért benne van a pakliban egy félresikerült mozdulat, és akkor előnt téged is a sok szenny.

Egy régi pólódat téptem ketté, azzal itatom fel a lecsöpögő, zavaros vizet. Nem vagyok dühös, csak gondoltam, ha nem vitted el, akkor már biztosan nincs is rá szükség. Ebből a fajtából úgyis volt vagy három, céges ajándék, az ellopott éveinkért cserébe.

Tudom, hogy átjössz segíteni, azt is tudom, hogy ezt mindig te csináltad, de hidd el, én is képes vagyok rá, bemászni a ganéba nélküled. Azért az jó, hogy a csőgőrényt végül nem vitted el, te még a válásban is előrelátó és előzékeny voltál, most ez az, ami a legjobban kell belőled, a csőgőrény részed, mert a szódadikarbóna és az ecet sajnos nem volt elég, itt drasztikusabb módszerek kellene, ki kell dzsuvázni az egészet, felszedni a letapadt zsírt, a nagyobb ételmaradékokat, kihúzni a hajszálakat, az összes az enyém, nem értem, ez hogyan lehet, pedig valahol neked is benne kell lenned ebben az átkozott csőben, bárhogy jössz is most azzal, hogy te mindig mondtad, hogy figyeljek a hajamra, csak azt nem árultad el sosem, hogy több millió hajszál sorsát hogyan követhetem.

Amúgy is régóta akadozott már ez az egész, én is tudtam, hogy el fog jönni a pillanat, amikor a lassú hörgés helyét átveszi a teljes csend, szűkül a cső, zsugorodik össze az átmérő, kiszorul a levegő, és végül a víz mozdulatlan marad, csak a salátáról megmaradt olívacseppek ütköznek egymásnak a tetején, csendesen várakozva, hogy vajon mi lesz. Az olívacseppek is az én hibám, te kizárólag balzsamecettel szeretted, és ugye az ecet a csőnek sem árt, de én sosem bírtam a csípős, fanyar ízét, elég, ha rágondolok, és érzem, ahogy kapar, szorul a torkom tőle, egészen le a gyomromig. Valahogy ez a gyomorszorítás velem maradt mostanában, a szódadikarbóna még segít, bort éppen csak egy keveset öntök rá.

El sem mondtad még egyébként, hogy miért is hívtál, de igazából már nem is érdekel, most feladatam lett: az alvilágot néha meg kell járni, átkelni azon a folyón, a görög mitológiából, csak arról senki nem beszélt, még te sem, pedig te ismered, hogy mennyire szennyezett ez a víz, és csak remélem, nem én leszek az egyik nő, akinek lyuk van a hor-dóján, amit aztán a végtelenségig hiába töltöget, illet még a hajszálaimért sem érdemel-nék. Azt hiszem jobb lesz, ha figyelek ezzel a fogóval, nehogy megsértsem a csövet, mert ha elkezd a nyakamba folyni a lé, akkor rajtam már a szódadikarbóna sem segít. Most inkább leteszlek. ◆



SZÖVEG –  
VÉSSEY MIKLÓS

SOROZAT –  
APA, KEZDŐDIK!

# Amikor mindenki nyer



Nicolas Mahut profi teniszező a 2019-es Roland Garros harmadik körében elveszíti a mérkőzést, és kiesik a versenyből. A legtöbb sportoló élete ilyen: napi tíz óra edzés, szigorú diéta, nulla szabadidő évtizedekig, és a végén a nagyközönség csak annyit lát, hogy még a negyedik körbe sem sikerült bejutni. Mahut a pálya szélén egy darabig lógatja az orrát, majd fáradtan pakolni kezdi az ütőit. Egy olyan ember benyomását kelti, aki mindent kirakott a pályára, és teljesen elkészült az erejével. Aztán berohan hozzá a kisfia, és átöleli.

◆ Nem halljuk, mit mond Mahutnak, de a kemény sportember zokogni kezd a meghiúsulástól. Egy felnőtt férfi csodálatos átalakulásának lehetünk szemtanúi, ahogy a hideg profi szép lassan levetkőzi a magával szemben támasztott elvárásait, és érző apává változik.

Sokszor azt gondoljuk, hogy ha nem teljesítünk, a gyerekeink nem fognak tisztelni minket. Hogyan állhatnánk oda a fiunk elé például azzal, hogy apádat kirúgták, és nem talál új munkát? Vagy hogy kisfiam, sajnálom, nem keresek elég pénzt ahhoz, hogy mindent meg tudjak neked adni? Hogy bár kiadtam mindent magamból, csak ennyire volt elég? Pedig a gyerekeinket ezek valójában nem érdeklik. Egyetlen dolog fontos számukra: a mély érzelmi kapcsolat a szüleikkel. Minden más on túl tudják tenni magukat.

Ezért nagyon valószínű, hogy Nicolas Mahut, ha a meccset el is veszítette, apaként valamit nagyon jól csinált. Mert biztosak lehetünk benne, hogy nem azt súgta a fülébe a kisser, hogy apa, miért nem nyertél, hogy ronthattad el. Sokkal inkább azt, hogy apa, büszke vagyok rád. Mert ő is mindig ezt hallotta a szüleitől, amikor szívet-lelkét kitette, az eredménytől függetlenül. Mert nem az eredmények voltak a legfontosabbak a családban, hanem a jól működő emberi kapcsolatok.

Az összes néző, sőt a Mahutot legyőző játékos is állva tapsol, amikor apa és fia kézen fogva lesétálnak a pályáról. Én is döbbenet bámulom a számítógép képernyőjét. Sok sportágot követek, számtalan mérkőzést végignézttem már, de olyat most látok először, hogy a végén mindkét fél győztesen hagyja el a küzdőteret. ◆



SZÖVEG –  
NÉMETH ZSÓFIA, SZŐNYI LÍDIA pszichológusok

SOROZAT –  
EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

# A jóvátétel és a megbocsátás ereje

A *Maixabel* című filmről  
pszichológusszemmel

Gyarló emberek vagyunk, ezért hozunk rossz és még rosszabb döntéseket, követünk el kisebb-nagyobb hibákat, sőt a törvényi szabályozás ellenére akár bűnöket is. És bár a társadalmi normák és szabályozások egyértelműnek tűnnek a következményeket illetően, azt mégsem mutatják meg nekünk, hogy egy tragédia elszenvedőjeként vagy éppen okozójaként hogyan is kellene folytatnunk az életet.

## ◆ A TÖRTÉNET

Maixabel Lasa férje politikus, ő pedig otthont teremt, támogatja a férjét, csendes szeretettel veszi tudomásul, hogy lánya kirepül a fészekből, és a saját életét éli. A viszonylag békés hétköznapiak és a jövőbeli tervek is elvesznek, amikor a férjét fejbe lövik egy étteremben az ETA terrorszervezet fegyveresei. Sajnos az orvosok sem tudják megmenteni, így Maixabel férj, lányuk, Mária pedig apa nélkül kénytelen folytatni az életét.

A rendőrök elfogják a bűnözőket, a néző pedig elemi indulatot érez, amikor látja, hogy oda se figyelnek a bírónőre, egy üveggel elkerített, zárt fülkében rázzák öklüket a bíróságra, az ügyvédekre. A megbánás legkisebb jele nélkül vonulnak börtönbe – az áldozatoknak ez nem elégtétel, a bűnösöknek pedig talán már a börtön előtt sem volt igazi életük.

Mindenki másképp dolgozza fel a traumát. Mária felnövekszik, férjhez megy és családot alapít. Szeretettel és türelemmel nevelgeti pici gyermekét, miközben folyamatosan az édesanyja életéért aggódik. Maixabel ugyanis nem zárkózik be a négy fal közé, hanem a terrorcselekmények áldozatainak helyzetére igyekszik felhívni a figyelmet. Nem csupán az ETA áldozatai fontosak a számára, hanem minden olyan ember,



aki valamilyen erőszakot szenvedett el. Ezzel azonban nemkívánatos figyelem irányul rá, feketelistás lesz, míg végül kénytelen testőrököt fogadni maga mellé, hogy ne jusson a férje sorsára.

Mindent megváltoztat azonban a nap, amikor az egyik elkövető felől az a kérés érkezik, hogy találkozzanak, mert beszélni szeretne vele. Teheti mindezt egy új kezdeményezés keretében, ahol mediátor közreműködése mellett az elkövetők bocsánatot kérhetnek az áldozatok hozzátartozóitól, akiket megöltek, illetve megpróbálhatnak válaszokat adni a miértekre. Maixabel eleget tesz a kérésnek, miközben a barátai, illetve a hasonló eseményekkel küzdő ismerősei vegyes érzelmekkel fogadják a döntését. Lánya sem érti, hogy miért van erre szüksége, de igyekszik mindenben támogatni őt.

### AZ ÁLDOZATOK SZÜKSÉGLETEI

Ami megtörtént, azt már nem lehet visszacsinálni. Az érzésekről és szükségletekről való párbeszéd még soha senkit nem hozott vissza a halálból, nem tette meg nem történtté a gyilkosságot, betörést vagy mindazt a szörnyűséget, amin a sértett keresztülment. Sokan ezért úgy vélekednek, hogy a legjobb, ha az elkövetőt kirekesztjük a közösségből, elzárjuk, és méltó büntetéssel sújtjuk. Mintha az elkövető szenvedése képes lenne enyhíteni az áldozat szenvedéseit.

A neveletésünk egyébként is összecseng azzal a szemlélettel, hogy a büntetéssel hatékonyan lehet viselkedést formálni, mert elrettentí az elkövetőt a következő bűnténytől. A megtorló szemléletmód tükrében szinte felfoghatatlan, hogy mi vesz rá valakit arra, hogy egy asztalhoz

”

***Az elkövető megbüntetése önmagában nem képes válaszokat adni azokra a kérdésekre, amelyeket a sértettek megfogalmaznak.***



üljön a férje gyilkosával. A sértettek gyakran elégedetlenségről számolnak be az igazságszolgáltatás eljárásával kapcsolatban, és úgy érzik, hogy senki nem foglalkozott az általuk elszenvedett tett következményeivel, nem kaptak segítséget az érzelmeik feldolgozásához és a sérelem orvoslásához sem.

Úgy tűnik, az elkövető megbüntetése önmagában nem képes válaszokat adni azokra a kérdésekre, amelyeket a sértettek megfogalmaznak. Sokan közülük kontrollvesztettséget élnek meg, nem értik, hogy miért velük történt a tragédia, és elveszítik az emberiségbe és az igazságos világba vetett hitüket. Mindez akár oda is vezethet, hogy az áldozatok nem képesek az addigi életvitelüket folytatni, romlik az életminőségük, elhatalmasodik rajtuk a szorongás, és teljesen bezárkóznak, különösen az erőszakos bűncselekmények áldozatai. A tapasztalat azt mutatja, hogy a sértett és az elkövető közti találkozó segíthet az áldozat biztonság- és a kontrollérzetét helyreállítani azáltal, hogy szembenéz az elkövetővel, elmondhatja neki, hogy hogyan hatott rá a sérelem, és felteheti azokat a kérdéseket, amelyekre csak a büntény elkövetője tud válaszolni.

A párbeszéd hozzájárulhat az áldozatok félelmének és haragjának csökkenéséhez, és enyhítheti a poszttraumás

tüneteket is. Maixabel úgy fogalmaz, hogy látni a megbánást a másik ember szemében „nagyon vigasztaló, teljesen különleges érzés, egészen váratlan, mintha azt érezném, hogy vége van, hogy ezentúl újra Maixabel lehetek. [...] Olyan, minthogyha visszakapnék valamit a régi magamból.” Nyitott hozzáállásával pedig a legfőbb elkövetőben is elindít valamit, így kis idő elteltével az igazán sorsfordító és gyógyító beszélgetésre is sor kerül azzal az emberrel, aki ténylegesen lelőtte a férjét.

### **AZ ELKÖVETŐ SZEMPONTJAI**

Miért is érdekelnének bennünket az elkövető szempontjai? Hiszen hatalmas szenvedést okozott egy másik embernek, jogos elvárásnak tűnik, hogy érezze ugyanazt a fájdalmat, amelyet a sértett érez. Bár sokan úgy gondolják, hogy az elkövető szempontjai nem számítanak, paradox módon mégis ő áll a büntetésfókuszú megközelítés középpontjában. A büntetésre igyekszünk úgy tekinteni, mint egy varázsszerre, amely elrettent a következő károkozástól. Pedig a megtorlás nem formál jobb emberré, sőt gyakran ellenkező hatást ér el, mint amit elvárunk tőle.

A börtönkörnyezet nem segíti elő, hogy az elkövető szembenézzen önmagával és a tettével, majd a saját szempontjából kilépve elgondolkozzon az áldozat



szükségletein, és feltámadjon benne a bűntudat. Sok elkövető igazságtalannak tartja a helyzetét, a szülei vagy a társadalom áldozataként tekint önmagára, ami inkább a düh és a bosszúvágy érzését erősíti. Éppen ezért fontos, hogy olyan módszereket találjunk, amelyek a büntetés passzív elviselése helyett aktív felelősségvállalásra ösztönöznek, vagyis hozzájárulnak ahhoz, hogy az elkövető belássa a tette következményeit, jóvátegye, és visszailleszkedjen a társadalomba.

Elkövetői oldalról a gyilkos monológja írja le ennek a lelki munkának az átformáló erejét: „A börtönben az ember beszélget, és mindent másképp lát. Eleinte nem, eleinte látja a merényleteket, de meg se érintik. Sőt, még örül is nekik! Örül, mert muszáj hinnie benne. Ha elveszíti a hitét, nincs mibe kapaszkodnia. Lehetetlen. Elsüllyed, hogyha másképp látja, amit tett. Aztán eljön az a perc, mikor nem bírja tovább, és rádöbben, hogy szörnyeteg, és nem tudja, hogy változhatna meg. Aztán egy nap azt mondják, hogy szabad bocsánatot kérnie.”

### A KÖZÖSSÉG SZÜKSÉGLETEI

A büntett nemcsak az áldozatra és az elkövetőre, hanem a szűkebb és tágabb közösségre is hatással van. A közösség igényei és szükségletei gyakran megfoghatatlannak

tűnnek, azonban a film nagyon jól bemutatja, hogy a félelem, a harag, a feldúltság, a felháborodás, a sebezhetőség, a kiszolgáltatottság, a düh és a veszteségérzés hogyan gyűrűzik tovább a tágabb közösség tagjaira, akik szintén sok fájdalommal, haraggal és szorongással küzdenek. Így érdemes olyan megoldásokat keresni, amelyek az ő érzéseiket és szükségleteiket is figyelembe veszik, amelyek lehetővé teszik, hogy jóvátételt kapjanak, és a megrendült biztonságérzetük is helyreálljon.

### PÁRBESZÉD A BÖRTÖN BEN

A bűncselekmény mellett, hogy kárt okoz, a kapcsolatokat is rombolja. A helyreállító igazságszolgáltatás célja az elkövető, az áldozat és a közösség megromlott kapcsolatának helyreállítása. Braithwaite szerint a szemléletmód egyaránt hangsúlyt fektet az áldozat sérelmének jóvátételére, az elkövető felelősségvállalására és a támogató közösségek kialakítására.

A Konfliktuskezelés elítéltekkel című kézikönyv így fogalmaz: „A helyreállító igazságszolgáltatás által alkalmazott folyamatok lehetővé teszik az áldozat számára, hogy nyíltan beszéljen az elkövetőnek az általa elkövetett tett hatásairól, és választ kapjon a kérdéseire; az elkövetőnek pedig lehetősége van arra, hogy megértse a tette következményeit, bocsánatot kérjen az áldozattól, és megpróbálja valamilyen módon jóvátenni az általa okozott kárt. A helyreállító igazságszolgáltatás közvetlenül felelősségre vonja az elkövetőt tettéért, és segít az áldozatnak az ellene elkövetett tett következményeinek feldolgozásában.” Gavrielides „kölcsonös megértést célzó folyamatról” beszél, aminek mediálásához nagy körültekintés szükséges, a facilitátoroknak vagy mediátoroknak sok szempontot kell figyelembe venniük, amiben az áldozat igényei a legfontosabbak.

A resztoratív, vagyis jóvátételi szemlélet segíthet mind az áldozatnak, mind az elkövetőnek, mert mindkét félnek szüksége van rá, hogy a másik megismerhesse a szempontjait, és valamiféle közös megnyugvást, megoldást találjanak. Ha az egymással való kapcsolatuk nem is helyreállítható, de önmagukhoz és a saját életükhöz való viszonyuk pozitív irányba változhat azáltal, hogy a kimondással felszabadítják magukat a közösen elszenvedett trauma béklyói alól. ♦

### Források:

**Konfliktuskezelés elítéltekkel című kézikönyv**  
**Felelősségvállalás, kapcsolat és helyreállítás –**  
**Mediáció és resztoratív igazságszolgáltatás**  
**a büntetés-végrehajtásban**



SZÖVEG –  
KIRÁLY ESZTER

KÉP –  
JÓNÁS JÁCINT

SOROZAT –  
SZÍVE JAVA

# „NEM FOGOK LEMONDANI A BÁTYÁMRÓL”

Szégyenlősen pislog az objektív felé, a szemembe viszont nagy bizalommal tekint. *„Jobban izgulok, mint az egyetemi vizsgáimon. Bár legalább most nem egy szál gatyában adok interjút”* – mondja, és felnevetünk. Kertész Tamás ugyanis úszó, újságíróval jobbára a medence partján találkozik. A fiatal sportoló egész eddigi élete „mély víz”: hatéves korától gyermekotthonban nevelkedett, napi huszonnégy órában segíti kerekesszékes bátyját, és más, izomsorvadásban szenvedő embereknek is támaszt nyújt a Gyógyító Jószándék Alapítvány önkénteseként.

## ◆ FELSZÍNEK MARADNI

Egy komoly bokasérülés miatt féléves kihagyás után kezdett újra edzeni júniusban. Az úszósport szövetségi kategóriarendszere és egy gyermekkorában kapott téves diagnózis miatt Kertész Tamás az épek közt versenyez, bizonyos számokban azonban korábban paraúszóversenyeken is indult. A Mozgásjavító Diáksport Egyesület (MDSE) sportolója már a 2016-os riói olimpiát is megcélozta, ám az A-szintidő, és így a kijuttatás akkor, tizenöt éves korában, álom maradt. Az edzőmunkát újratekintve most úgy látja, ha jól sikerül a rehabilitáció és a felkészülés, van esélye kvalifikálni magát a párizsi ötkarikás játékokra.

Hosszú hajnali kilométerek, napi többszöri edzés... sejtjük, milyen emberfeletti munkába kerül egy olimpiai kvóta. De aki a súlyzók mellett a mozgássérült bátyját is emelgeti minden nap, abban másféle erő is van az élsportolók szívósságán kívül.

Tamás és hét évvel idősebb féltestvére, Horváth Roland a főtí Károlyi István Gyermekközpontban nevelkedett, miután – Tamás hatéves korában – édesanyjuk



lemondott róluk. A fivérek az otthonba költözésük után néhány évvel árván maradtak. A gyermekotthonra sokszor mint a kisikló életék „kötelező” állomására gondolunk, ám Tamásnak nem leküzdhetetlen hátrányt jelentett, hanem inkább menedéket. „Nem szeretem intézetnek nevezni, mert mi oda hazamentünk. Felneveltek, szerettek minket, és tanítottak, hogy megállhassuk a helyünket. A normális családi körülményeket nem lehet pótolni, de az úrnak egy részét betöltötte, hogy foglalkoztak velünk. A törődés, amit kaptam, abban segít, hogy el tudom fogadni, hogy nincsenek szüleim.”

### **SZEREPOSZTÁS A SZERETETRE**

Mozgáskorlátozott féltestvéréről már kisgyermekkorában kiderült, hogy izomsorvadásos betegségben érintett, és bár sok mindent képes önállóan intézni, kerekesszékre és állandó segítségre szorul. Kezdetben Tamásnál is hasonló diagnózis gyanúja merült fel, de ezt sem a későbbi felülvizsgálatoknál, sem a sportolói

kategória megállapításakor nem igazolták. Korán kialakult a testvéri „szereposztás”: Tamás lett bátyja fizikai támasza, míg Roland az, aki a lelket tartotta az öccsében, amikor épp összezsugorodtak felette a – medencén kívüli – hullámok.

Iskolásként Roland révén kerültek kapcsolatba a Gyógyító József Alapítvánnyal. Az alapítvány a Duchenne-féle izomsorvadással küzdő gyermekeket és családjaikat támogatja, többek között közösségi eseményeket és nyári táborokat szervez. Ezeken Tamás is részt vett a bátyja személyi segítőjeként. Rövidesen más táborozók is számítani kezdtek rá, így afféle „jolly joker” önkéntessé vált, aki ha kell, emeli, fürdeti, kíséri, öltözteti a segítségre szorulókat, de főleg a bátyjával és annak legjobb barátjával kapcsolatban teendőket látja el. Olykor nemcsak a táborokban, de alkalmanként pár órára a hétköznapokban is besegít az alapítványnál megismert barátaiknak.



**Ha kéretlenül talált meg minket egy élethelyzet, akkor is részt vehetünk benne szabadon.**

mindezt úgy, hogy elfoglaltságait szüntelen újratervezéssel Roland szükségleteihez igazítja. „A szervezés legfontosabb része, hogy folyamatosan figyeljük a telefonunkat, mindig elérési vonalban vagyunk egymás számára. Általában Főton alszom, de ha a tesóm beteg, akkor náluk maradok éjszakára is. Ha a versenyek alatt kapok rá engedélyt, hazajövök segíteni neki, de ha nagyon nem tudjuk megoldani, mert vidékre vagy külföldre kell utaznom, akkor a környéken lakó ismerőseinktől kérünk segítséget.”

#### **HA A KÖTELEK ADOTT, GONDOSKODNI KÖTELEZŐ?**

Tamás utógondozói ellátás keretében – a diplomája megszerzéséig – még most is a főt otthon lakója, de ideje nagy részét Roland és az ő szintén kerekesszékes felesége budapesti lakásában tölti, hogy bármikor segíthessen. Aligha lehet túlbecsülni a fizikai igénybevételt, amivel Tamás szolgálata jár. Ezt ő nem tagadja, de tragédiát sem lát benne. „A tesóm súlya az enyémmek másfél-kétszerese, és ha sokat kell emelni, néha érzem, hogy sok. De szeretem őt, és azt is szeretem, hogy tudok rajta segíteni. Öröm nekem, hogy mindig megköszöni, bármit teszek.”

Néha nehezen azonosítjuk a szeretetet, ha az éppen kötelességtudat formájában mutatkozik meg. Tamástól a „segítek, mert muszáj” mondat egyszerűen csak igaz, nem pedig kényszeredett. A testvérét sosem érezte tehernek, és bár fáj, hogy elhagyták, a szüleiről sem lenne képes azt mondani, hogy nem szerette őket: ha nem szeretne volna őket, Rolit sem tudná szeretni. „Ők lemondtak rólam, hát jó. De ettől még én nem fogok lemondani a bátyámról.”

Tamás jó példa arra, hogy ha kéretlenül talált is meg minket egy élethelyzet, attól még részt vehetünk benne szabadon. „Ha valaki segítségre szorul, főleg huszonnégy órás segítségre, az tényleg áldozatot igényel, és minimális szabadidőt hagy a segítőknek. Az utazásokat például nagyon át kell gondolni, és van, ami kimarad – huszonéves létemre én például még sosem voltam bulizni. De a szabadidőnket úgyis azzal töltjük a legszívesebben, akit szeretünk.”

„Igazából Roli nevelt engem. Fura, mert másfelől meg ő van rám utalva. A testvérem rengeteget adott nekem, tőle tanultam meg elfogadni másokat, és képes lettem használni az időmet.”  
Kétségtelen: Tamás időmenedzsmentjét akár a hatodik szeretetnyelvnek is nevezhetnénk. Heti tíz-tizenkét edzést teljesít előírt tréningterv alapján egyénileg. Egy budapesti egyetemen levelező szakon logisztikát, esti képzés keretében pedig fotográfiát és grafikát tanul. Kiváló eredménnyel végzett tanulmányai mellett hétvégente úszóversenyeken vesz részt, a barátnőjével találkozik vagy az alapítványnál önkénteskedik – és teszi

A legkedvesebb közös pillanatok egyik mementóját Tamás magán viseli: egy Colosseumot ábrázoló tetoválás van a jobb alkarján. „A tesóm akkor még sohasem repült, én viszont a sportversenyeknek és egy Erasmus-programnak köszönhetően sokszor jártam Olaszországban. 2019-ben az összepórolt ösztöndíjamból ketten elmentünk Rómába. A város nagyon macskaköves, ráadásul dombos is, öt napig szinte végig kétkerekezve kellett tolnom Rolit – na, az nagyon fárasztó volt. De megérte, mert boldognak láttam.” Hogy mekkora örömet szerzett ezzel a bátyjának, azt az is jelzi, hogy Roland, aki idén tavasszal nősült meg, szintén az Örök Városba szervezte a nászútjukat. Amelyre természetesen hárman mentek, a tanúval, Tamással együtt.

### EMBER A HÁTTERBEN

Az öcs, aki a testet tartja meg, a báty, aki a léleknek támasz. Tamás szerint nincs miért változtatni a bevált felálláson. A testvérek közti bensőséges viszony nem alakulhatna ki professzionális segítőtől, akinek a munkáját ráadásul nem is tudnák megfizetni. Tamás a saját későbbi családalapítását is úgy tervezi, hogy ha nem is folyvást karnyújtásnyira, de mindig „segítőtávolságban” legyen. Úgy tűnik, a barátnője személyében ehhez támogató társat talált. Ahogy mosolyogva meséli: „Ő, ő már pontosan eltervezte az életünket!”

„Nem szoktam reklámozni a világnak, hogy miket csinálok, posztolni sem szeretek. Eszembe jut néha, hogy milyen lenne normális családban, szerető szülőkkel élni, hogy mi lenne, ha Roli ép volna, de arra még sosem gondoltam, hogy én legyek a középpontban. Én a háttérben vagyok jól” – jellemzi magát Tamás, aki a példaképpé válás kritériumának is elsősorban a jószívűséget tartja. „A sport világnak kívül csak a bátyám példakép nekem: mindig mellettem volt. Átsegített a szülőktől való elszakadáson, és tartotta bennem a lelket, amikor a középiskolai évek elején hullámvölgybe kerültem. Az úszók közül Adam Peatyre nézek fel leginkább. Ő nem úgy áll hozzá, hogy hé, élsportoló vagyok, most mindenki dobjon el mindent! Nagyon segítőkész, és sokat jótékonykodik. A családját is bevonja a sportba. Szimpatikus a kiállása.”

Ha a legfontosabb céljait kell kiemelni, Tamás mégsem a többszörös olimpiai- és világbajnok Peaty nyomdokával, még csak nem is a párizsi olimpiával kezd. A fiatal embert most a diploma megszerzése hajtja, és később is tanulni szeretne, először mesterképzésen, majd akár még magasabb szinten. Ugyanilyen komoly célkitűzése, hogy minél tovább tudjon minél többeknek segítséget nyújtani. „Ehhez az kell, hogy egészséges maradjak. Az egészségem fontosabb, mint az, hogy kijussak az olimpiára.” ♦



## OLVASSA A KÉPMÁS DIGITÁLIS VÁLTOZATÁT!

Nem kell tárolni, virtuális könyvespolcán bármikor elérni



Ajándékba vásárolható



Kiadványát több eszközön is elérheti



Pár kattintással azonnal olvasható, előfizethető

WWW.DIGITALSTAND.HU/KEPMAS



SZÖVEG –  
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –  
KÖZVILÁGÍTÁS

# Elsharentált jövő?

◆ Tombol a nyár, és vele együtt a fotókészítés is. Csücsörítve magunkról, pillanatonként másról és másokról. „Jaj, de édes!” – vesszük észre kutyánk mosolyra hasonlító arckifejezését, és már elő is az okostelefonnal. „Nézd-nézd!” – kiáltjuk, miközben egy ritka madarat veszünk észre a levegőben, immár az okostelefon képernyőjén keresztül nézve. Fotó készül az első veteményesben megtermett saját paradicsomról, a ház elé századszorra kirakott, illetéktelen szemeteszsákról, a strandbüfében rendelt kolbászról vagy salátáról. Kép a lelke mindennek. Ha nincs lekattintva, akkor meg sem történt, igaz? És persze sok-sok fotó készül a gyerekeinkről. Kicsikről és még kisebbekről. Rövid videók is, és hangfelvételek, és aztán ezekből feliratos képek: millió és millió emlék azokról az időkről, amelyek, jól tudjuk, gyorsan tovaröppennek. Aztán ebből az ezernyi fotóból elkezdünk posztolni a közösségi oldalakon. Ahogy a kisbabánk felállt. Ahogy leült. Ahogy nézett. Ahogy mi néztük. Romlatlan idők csodás jelei ezek, amelyeket meg akarunk őrizni. A baj csak az, hogy valaki más tulajdonolja azokat a felületeket, ahol megőrizzük őket. És aztán az is baj, hogy sok ezren nézhetik meg csemetéink portréit és hangulatait. De legalábbis egykor részben gondatlanul visszaigazolt ismerőseink sokasága szemlélheti növekedésüket, változásukat. Tud ez a szülői fényképmegosztás túlzó lenni? Talán csak az tud lenni. Ma egy gyermekről 5 éves koráig átlagosan 1500 fotó kering a közösségi oldalakon. Ez nem azt jelenti, hogy minden kicsiről, hanem azt, hogy sokakról ennél akár több is. Havonta a brit szülők körülbelül 10-15 képet osztanak meg tündéri utódaikról, akik az óvodába érkezve a ki nem érdemelt hírnévtől megittasulva alhatják délutáni álmaikat. Kiskamaszkorig a gyermekek általában élvezik a szülőknek ezt a szokását, hiszen állandó jutalmazásként élik meg a rájuk irányuló, lájkokban és hozzászólásokban mérhető, többnyire pozitív figyelmet. Pedig ekkor válik képmásuk árucikké

a figyelem piacán. A kamaszkorban azonban megváltozik valami. Egy nemrég felmérés szerint ekkor már savanyúbb számokra is a közösségi média szülője, sőt szülője is. Azt még csak-csak elfogadják, hogy felmenőik a megörökítés céljából közölnek képeket róluk, azt azonban már rossz néven veszik, hogy ezt tulajdonképpen a társas elismerés céljából teszik. A kamaszokat már zavarja, hogy valaki nélkülük dönt a digitális megjelenéseikről.

A sharenting (szóelegy a share = médiában megoszt, parenting = szülői nevelés kifejezésekből) azt jelenti, hogy a szülő kiskorú gyermekéről számottevő tartalmat oszt meg a gyermek számba vehető jóváhagyása nélkül. És persze hiába volna ott a gyermek jóváhagyása, hiszen nem jogosult magáról sem dönteni, vagyis a gyermekekről való szülői tartalmegosztás jogilag is aggályos – van olyan hely, például Franciaország, ahol felnőve a gyermek perelheti érte a szülőt. Ezért is vitatkozik össze a hazai celebnők egyik fele a másik felével. Hogy látható, felismerhető legyen-e a négy-, öt éves gyermek a családi képeken? Hogy az extrém közfigyelemnek magukat kitevő családok természetesen kiterjeszthetik-e hírnévigényüket kiskorú gyermekeikre? A vélemények megoszlanak, de remélhetőleg a józan ész nem. Vagyis kártóan tudjuk magunkat kötni ahhoz az elvhez, hogy senkiről a saját, felelős és morálisan érett, nagykorú akarata nélkül ne tegyünk lábnyomot a digitális térbe. Se büszkeségből, se pillanatnyi hevülésből. Az első és legfontosabb, ezt garantáló lépés az lehet, hogy nem minden kép készül el. Merthogy a retina és a tudat is kiváló emlékalbum, olyan, amilyen senki másnak nincsen. Merthogy jó, hogy a pillanat eseménye a pillanatát marad, és nem az öröklété. És mert néha történetet mondani nagyobb teljesítmény, mint anyagtalanságban anyagtalan képeket tárolni és anyagtalan felületeken megosztani. Merthogy az elsharentált gyerekek is valakinek a felelőssége. És nem foghatunk mindent Zuckerbergre, ugyebár... ◆

# A Média a Családért-díj augusztusi jelöltjei



## Média a Családért-díj

**GÁSPÁR KINGA**

„180 ezer gyerek született  
a járvány bizonytalanságában,  
tudnunk kell, ez mit okozhat” -  
interjú Czeizel Barbarával

egy.hu

A Média a Családért-díj  
fő támogatója:



## Külhoni Média a Családért-díj

**MADÁR ANIKÓ**

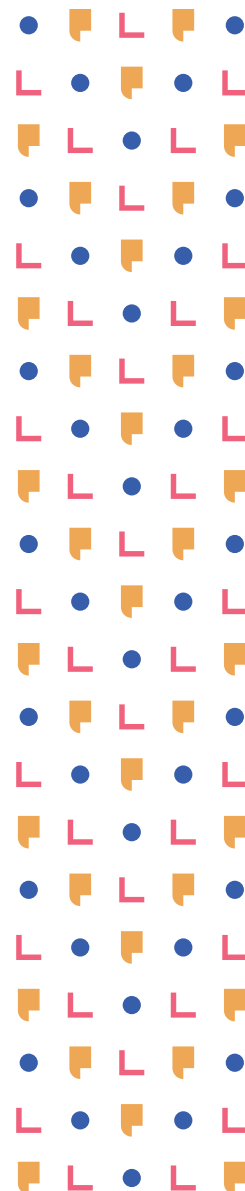
Úgy támadtak rám, mint hiénák  
az oroszlanra

Magyar Szó

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.





# SZEMBEFORDÍTOTT TÜKRÖK

## EZT IS MEG KELL TANULNI

Amikor gyerekként először láttam meg a gardrób szekrény egymásnak fordított tükrörajtóit, azt hittem, egyszerűen ismétlődnek a folyosóvá mélyülő képek. Pedig hogy is lehetne ugyanaz? Hisz minden újabb tükröződésben ott az összes előző kép.

♦ **1.** Már bánja, hogy elindult, hogy hagyta magát sodorni a rémisztő ismeretlen felé. Miért is nem volt jó ott, ahol eddig, az ismerős, surlódó neszekkel és puha dobogásokkal, talán még vissza lehetne fordulni, mert ez itt még annál is szűkösebb. Egyszerre csak enged a szorítás, ijesztően tágas minden, vakítóan világos, idegenül hideg. Az első levegőadag feszítően tódul a tüdőbe, szörcsögés és fájdalom követi, a hangok metszően élesek, mintha kicsomagolták volna őket a puha vattából, és az egyik olyan közelről jön, egészen belülről, mélyről és egyre hangosabban.

A fehér falak között fertőtlenített lepedőkön kiabálón piroslik az élet lenyomata, a kórházi nyílvan tartás agyonmosott pecsétje mellett. Fémeszközök koppannak a tálban, egy ágy kerekei görögnek a folyosón. Gyakorlott kezek emelik, forgatják, mérik, mennyit nyom egy új élet.

„Egészséges kislány... apuka vágja el... sírj, csak...anyuka tegye mellre...ez az, úgy, úgy, ügyes baba, élni is meg kell tanulni, fog ez menni!”

**2.** Az ágy végébe akasztott piros törölköző szinte sikít a párnák, lepedők fehérségében, mindenestre praktikus szín egy ilyen helyen. Valaki odébb löki a felmosóvödört a folyosó kövén, pár szobányira evőeszközök ütődnek a zsúrkocsihoz (nyilván nem ez a neve, de jól-eső érzés így nevezni, mert a zsúrban van valami ünnepi, valami ígéretes), papucs csattog, csukódik egy ajtó. A zajok lassan otthonossá válnak, mindegyik egy újabb történet ígér, hozzák a vacsorát, a gyógyszer, vizit lesz, új szobabátár érkezik. Résztávok, amelyeket teljesíteni lehet a célig.

Valahonnan már negyedórája hallatszik: „Nővérke, kedves, kérem...” A mai nővérke éppenséggel nem kedves, de a szokásosnál többször megkérdezi, kell-e ágytál, párna vagy fájdalomcsillapító. Biztosan sportol. Úgy forgatja a betegeket az ágyban, mint az ovisok a játékbábákat. „Ezt most felemeljük, kigomboljuk, megtörölgetjük, nem feszítjük, ellazítunk, ügyesen, fog ez menni.”

Eltengedni vágyat, akaratot, csalódást, örömet, életet, hogy végül minden nélkül, lecsupaszítva megmérettessen egy élet – meg kell ezt is tanulni. A nővérke tudja, végül mindenkinek sikerül. ♦



SZÖVEG –  
JÁMBOR-MINISKA ZSEJKE



# AHOL A MÁSODIK NAPFELKELTE IS MUZSIKASZÓ MELLETT ZAJLIK

– vár a Double Rise Fesztivál

Idén augusztus 11. és 13. között rendezik a nagyszerű  
Double Rise összművészeti fesztivált Torockón.

♦ A Királyi Magyarország területén van olyan hely, ahol az év egy bizonyos időszakában reggelente „kétszer kel fel a nap”. Az elsőt követően a sziklás csúcsok mögé bújjik az égitest, nem sokkal később pedig újra feltűnik, hogy beragyogja a völgyet. Ez a mesés település nem más, mint Torockó, ahol idén is változatos programokat kínál a Double Rise Fesztivál.

„Nehéz ennél szebb helyet elképzelni fesztiválnak. Naplemente, napfelkelte, és itt a második napfelkelte is mindig muzsika és énekszó mellett zajlik. Gígaszi katedrális a Székelykő ehhez az áhítathoz, megemeli az ottlét minden pillanatát” – mondja Berecz István, aki idén is a Folkudvar házigazdájaként lesz ott a fesztiválon.

„Amikor először voltam Torockón, arra gondoltam, hogy minden szempontból ideális helyszín” – meséli a fesztivál egyik visszatérő fellépője, Lovasi András. „Egyrészt mert fontos az, hogy ott is legyenek a magyar identitáshoz kapcsolódó rendezvények, másrészt elképesztő természeti adottságai vannak a vidéknek. Nagyon sokan, akik átmennek Erdélybe, hajlamosak a szörványt kicsit felületesebben kezelni, maximum megállnak picit a Tordai-hasadéknál. Emiatt is örültem, hogy van ez a fesztivál, mert viszonylag jól megközelíthető, és azt remélem, hogy sokan mennek majd a kismagyarországi területekről is” – teszi hozzá.

A rendezvényen az olyan széles körben ismert zenekarok mellett, mint a Kiscsillag, a Magashegyi Underground, a Szabó Balázs Bandája és a Kaukázus, olyan helyi tehetségek is színpadra léphetnek, mint

az Év Zenekara díjjal kitüntetett gyergyószentmiklósi 4S Street. A kisszínpados lehetőségnek köszönhetően augusztusban számos feltörekvő erdélyi zenekar is koncertet adhat a közönségnek. Ugyanakkor a Double Rise nem csak a zenéről szól!

„Kezdetektől fogva nagyon erősen jelen van a programban a folk: a magyar népzene, néptánc, a néphagyományok ápolása. Mindezt idén is a Hagymányok Házával csináljuk. Ezen kívül a programba bekerült sok színházi és irodalmi rendezvény is. Együttműködünk a Poket zsebkönyvek kiadójával, és minden évben azon dolgozunk, hogy minél több Kárpát-medencei régióból bemutathassunk színházi produciókat. Büszkék vagyunk arra, hogy a Beregszászi Színház elhozza hozzánk A helység kalapácsát, ami nagyon jól illeszkedik a Petőfi-emlékévhöz kapcsolódó programjainkhoz” – mondja Gondi Máttyás fesztiváligazgató.

A Double Rise Fesztiválon a természetjárás népszerűsítésének is komoly szerep jut: szerveznek kerékpáros túrákat, sárkányrepülést, raftingot az Aranyoson, és természetesen a Székelykőre is fel lehet mászni szervezett túra keretén belül.

Nemcsak a koncertező fiatalokra, hanem a családokra is gondolnak, így lesznek gyerekprogramok, például ügyességi verseny, és idén is várja a kicsiket a Fesztivál-óvoda. ♦

**További információ:**

<https://www.facebook.com/DoubleRise>  
<https://doublerisefestival.ro/>



SZÖVEG –  
SZABÓ EMESE

SOROZAT –  
RENDELŐ

# NEM CSAK VAKVEZETŐK –

## MIBEN SEGÍTHETNEK A KUTYÁK?

Ha a segítőkutyákról hallunk, többségünknek a vakvezetők ugranak be elsősre, sokan nem is tudnak arról, hogy a spektrum ennél jóval szélesebb. Milyen típusú betegségeknél, sérüléseknél segíthetik a kutyák a gyerekeket és a felnőtteket, és miért hatalmas munka kiképezni őket ilyen feladatokra?



- ◆ Nem úgy élnek, mint az átlagos kutyák, természetes létkörülményeik közül teljesen kiszakítjuk őket. Cserébe a legjobb ellátást kapják, rengeteg szeretetben részesülnek. Röviden így lehet összefoglalni a segítőkutyák életét, akik nap mint nap azért dolgoznak, azért vannak állandó készültségben, hogy imádott és féltett gazdájukkal minden rendben legyen.

„Sokféle segítőkutya van, az ebeket nagyon változatos szerepekben lehet használni. Annak, hogy Magyarországon a hétköznapi emberek inkább csak a vakvezetőket ismerik, történelmi okai vannak. Ők már a '70-es évek óta jelen vannak az utcákon, azóta képzünk ilyen kutyákat. Viszont a hallókutyák, mozgássérült-segítők és személyi segítők, rohamjelzők csak az ezredfordulókor – hivatalosan csak 2010 után – jelentek meg. Ez tehát egy új keletű dolog, egyelőre kevés az ilyen kutya. Míg a jelenleg aktívan dolgozó vakvezetők száma 155, addig mozgássérült-segítőből csak 21 van, hallókutyából pedig csak hét. Azok az ebek, amelyek epilepsziások vagy cukorbeteg rohamát képesek előre jelezni, pillanatnyilag hatan vannak. Egyedül személyi segítők és terápiás kutyából van sok, ők jelenleg 555-en dolgoznak országszerte” – mondja **dr. Topál József**, a Kutyaápolás Alapítvány és a Magyar Terápiás és Segítőkutya Szövetség elnöke, az ELKH Természettudományi Kutatóközpont Kognitív Pszichológiai és Idegtudományi Intézet tudományos tanácsadója.

### SEGÍTŐ VAGY TERÁPIÁS?

A segítők és terápiás kutyák közötti fő különbség, hogy az előbbieket a képzés után átadják a gazdának, és az eb élete végéig vele marad, a terápiás kutyák gazdái viszont civilek. Ők ebüket egy speciális, de csak pár hónapos képzésre viszik, majd programokba vonják be őket. Például öregek otthonába mennek velük, ahol elsősorban mentális segítséget jelenthetnek, vagy fogyatékkal élő gyerekekhez, ahol a mozgásfejlesztésben, vagy akár a nyelvi képességek fejlesztésében vesznek részt. „Tudom, ez ezoterikusan hangzik, mert mit keres egy négy lábú a logopédusnál? A terapeuták azt használják ki, hogy a kutyák vonzzák a figyelmet, motiválják a gyerekeket, elősegítik, hogy a feladatokba bevonódjanak. Ez így van a mozgási problémáknál is. Vizsgáltunk például halmozottan sérült gyerekeket, és volt köztük egy hároméves kislány, akinek nagyon görcsös volt az izomzata. Bár a gyógytornász pontosan tudta, mennyit kellene mozognia ahhoz, hogy az állapota javuljon, nem tudta mozgásra bírni. Mert egy pici lánynak hogy magyarázzuk meg, hogy napi sok órában kell fájdalmas gyakorlatokat végeznie? Amikor a rendszerbe bekerült a terápiás kutya, hirtelen motiválttá vált. A feladata csak annyi volt, hogy átmenjen a birkózószőnyeg másik végében ülő állathoz, hogy megsimogathassa. Onnantól kezdve nemcsak az órákon gyakorolt, hanem otthon is. Mert a kutya motiváló hatása igen összetett: ő egy társas lény, van színe, tapintása, érzelmeiket tud kifejezni, az idegrendszert komplex módon stimulálja” – magyarázza Topál József.

Kutyákat pszichiáterek is használhatnak, elsősorban kontrollproblémás, dühkitörésses gyerekek kezelésénél. Az erre a célra kiképzett ebek visszajeleznek, egyértelműen mutatják: eddig, és ne tovább. Akár faképnél is hagyják a gyereket. Ez igen hatásos lehet abban, hogy a kicsi szembesüljön viselkedésének következményeivel, és maga is aktívan változtatni akarjon rajta.

---

## A siketek és nagyothallók hallókutyái felébresztik a gazdát, ha csörög az óra, és másképp hozzák tudomására azt, hogy szól a csengőt, mint azt, hogy lejárt a mosógép, vagy riaszt a tűzjelző.

---

### MINT EGY ASSZISZTENS

A gazdához kerülő segítőkutyák feladata egészen más, őket több évig képzik nagyon intenzíven. Például egy vakvezetőnek vagy mozgássérült-segítőnek 60-80 vezényszót kell megtanulnia, apró tárgyakat kell felvennie, köztük olyanokat, amelyeket egy kutya nem szívesen vesz a szájába. Például pénzérmét, kulcsot, puha harapással mobiltelefont, gyógyszeres dobozt úgy, hogy azt ne nyálazza össze. Fontos az is, hogy a kutya kellő ideig és kellő módon tudja tartani a tárgyakat, mert a mozgáskorlátozottság – vagy Parkinson-kórnál a kézremegés – nehezítheti ezek átvételét. Az ebnek tudnia kell ajtót nyitni és csukni, ha leesik egy mankó, azt visszaadni. Képesek arra is, hogy az elgurult kerekesszéket visszahúzzák, támaszt adjanak a ki- és beüléshez, ágyba fekvéshez, mellékhelyiség használatához. A siketek és nagyothallók hallókutyáinak azt kell megtanulniuk, hogy bizonyos hangokat sajátos módon jelezzenek. Például ha csörög az ébresztőóra, felébresszék a gazdát, ha szól a csengő, akkor azt másképp hozzák tudomására, mintha a mosógép járt volna le, vagy a tűzjelző riasztana.

A segítőkutyáknál – legyen az akár milyen – külön feladat az összeszoktatás, ami szintén hosszadalmas, kicsit olyan, mint a házasságközvetítés: a pároknak ki kell egymást egészíteniük. Mert szimpátiája, antipátiája a kutyáknak is van, viszont hogy mi alapján, azt nem lehet megjósolni. A sikeresen levizsgázott kutya-gazda párosnak később is szüksége van utógondozásra, akár további képzésre is, mert például ha új helyre költöznek, új típusú ajtók fogadhatják őket, mások lehetnek a háztartási gépek.

### KÖTELEZŐ SZIMBIÓZIS

A rohamjelző kutyák többek között az epilepsziában szenvedő vagy cukorbeteg embereknek tudnak segítséget nyújtani, adott esetben a bekövetkező rohamot előre is tudják jelezni. Kiképzésük egészen speciális, őket már a születésük utáni napon tesztelik (ekkor még süketek és vakok), majd utána még többször is. Ha megfelelőnek tűnnek, akkor odaadják őket a leendő gazdának, és mellettük képzik őket.

„Az ilyen feladatra alkalmas kutyák családi kutyának nem lennének jók. Ők hiperérzékenyek, a tesztekkel is ezt a tulajdonságot keresik: például egészen picit megcsípik őket, és azt nézik, hogy erre hatalmas hisztivel reagálnak-e. Kulcskérdés az is, hogy leendő gazdájukkal szélsőségesen szoros kapcsolatban álljanak, vele szimbiózisban éljenek, állapotát állandóan monitorozzák. Ez azért fontos, mert képzésük arra épül, hogy együtt nőnek föl például az epilepsziás beteggel, amikor pedig tanúi lesznek az első rohamnak, az traumát okoz nekik. Ettől még nem válnak jelzőkutyává, de a következő roham előtti viselkedésükön már látszik a szorongás, a kiképző pedig ezt tudja átformálni jelzéssé. Tehát az, hogy a kutya a rohamok előtt jelez, az ő szemszögéből nézve az őt érő trauma megelőzését célozza. Ki vannak képezve arra is, hogy ha mégis bekövetkezik a rosszullét, akkor külső segítséget kérjenek, vagy gazdájukhoz odavigyék a gyógyszert” – mondja dr. Topál József.

### KISZAGOLJÁK?

A cukorbetegség segítőkutyái elsősorban a kilélegzett levegő alapján tudnak tájékozódni, abból észlelik, hogy megváltozott a gazda anyagcseréje. Az viszont a mai napig nem egyértelmű, hogy az epilepsziánál mit ismernek föl. A tapasztalatok mindenesetre azt mutatják, hogy az „előjelzés” pontossága a rohamok gyakoriságától függ. Akinek például naponta több epilepsziás rohama van, annál csak percekkel korábban érzik meg, de már ez is nagy segítség. Akinek viszont háromhavonta van eszméletvesztéssel járó rohama, annál a kutya napokkal korábban jelezheti megváltozott viselkedésével a közelgő eseményt. Ez azért fantasztikus, mert a beteg így már tud programot tervezni, el mer menni színházba, étterembe. Előrejelzés híján viszont nem: a betegek a rohamtól való félelmükben sokszor ki sem mernek mozdulni otthonról, bezárkózva élnek.

A kutyák az ember viselkedését, testtartását, izomtónusát is remekül olvassák, ez nagyban hozzájárul ahhoz, hogy képesek a rohamszerűen bekövetkező állapotok előrejelzésére. Másrészt a kutya – egyfajta szociális támaszként – eleve segíti a rohamok megelőzését. Az epilepsziás betegeknek például gyakran megfigyelhető, hogy a kutya érkezését követően a rohamok spontán ritkulnak. ♦



*Mégis, miért? Mégis, mire vagyok jó?  
Mégis, miért én? Mégis adhatok?  
Mégis, mit ér az élet? Mégis boldog lehetek?*

# Mégis

PODCAST

Keresztes Ilonával

Történetek arról,  
amikor a kicsi naggyá,  
a hátrány előnnyé válik,  
az utolsóból első lesz.

ÚJ 8 RÉSZES KÉPMÁS  
PODCAST-SOROZAT  
INDUL AUGUSZTUSBAN!

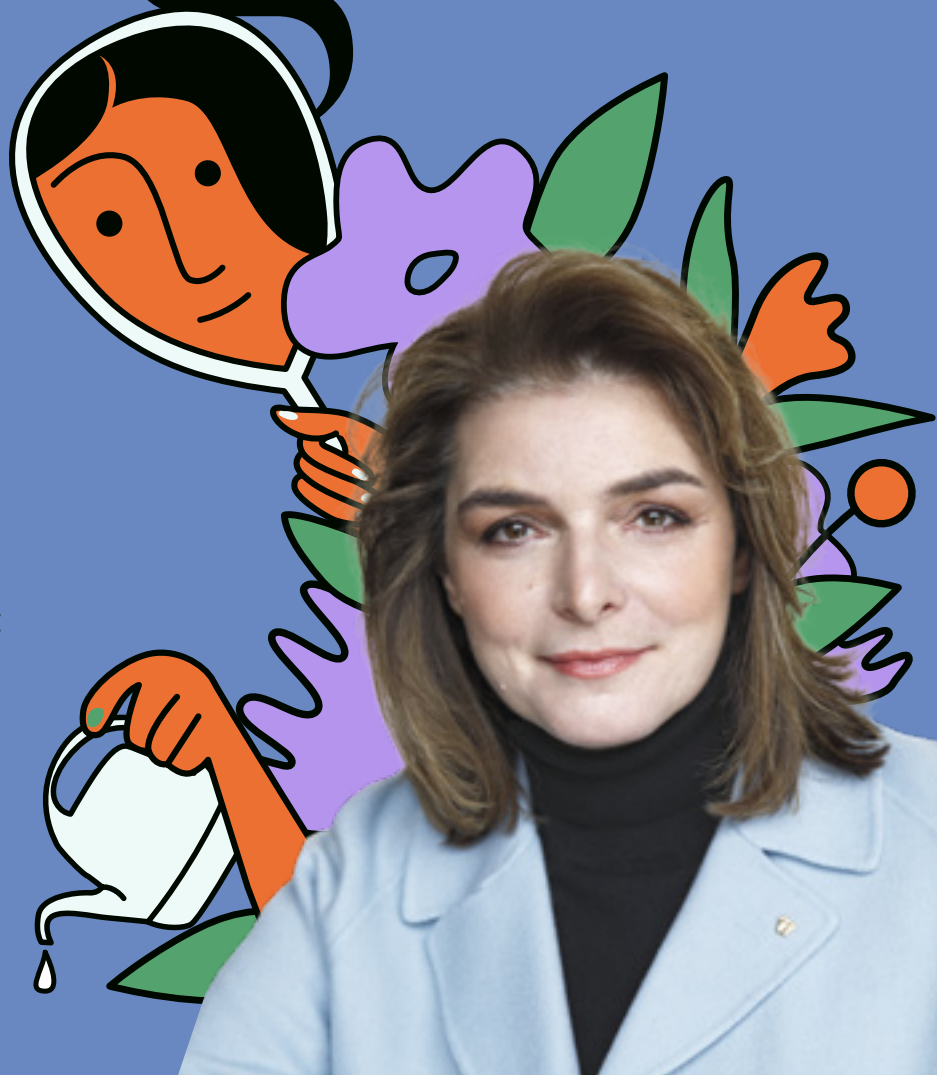
[kepmas.hu/megispodcast](https://kepmas.hu/megispodcast)



**KÉPMÁS**

Támogató:

 SZERENCSEJÁTÉK ZRT.

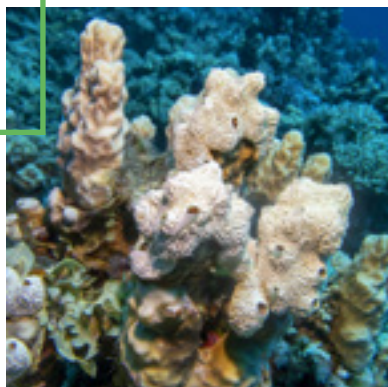




SZÖVEG –  
BOGNÁR MÁRIA

SOROZAT –  
ZÖLD MOZAIK

1



## Fehéredő tengeri szivacsok

Vélhetően a Csendes-óceán szokatlanul magas hőmérséklete okozta az Új-Zéland partjainál talált tengeri szivacsok kifehéredését. A wellingtoni Viktória Egyetem kutatói a Déli-szigetek déli partján találtak ilyen kifehéredett tengeri szivacsokat, amelyek normál esetben csokoládébarna színűek. Helyenként a tengeri szivacsok 95 százaléka veszítette el színét a korallfehéredéshez hasonlóan. Az első adatok alapján úgy vélik, hogy a tengeri szivacsok százezreit érintheti a jelenség. A szigetország körüli vizek mélyét tengeriszivacs-telepek népesítik be, ezek élőhelyet biztosítanak a halaknak, és olyan karbont bocsátanak ki, amelyet más fajok táplálékként hasznosítanak.

A világtengerek hőmérséklete tavaly rekordmagas volt, és így volt ez Új-Zéland esetében is, ahol a part mentén az átlagosnál 2,6 fokkal mértek melegebbet. A kutatók szerint egyes kifehéredett szivacsok életre kelhetnek, de ennek bizonyítására még további megfigyelésekre van szükség.

# ZÖLD mozaik

## Cukortelepek az óceán mélyén

Új cukorforrásra bukkantak kutatók: az óceánok és tengerpartok jellegzetes növénye, a tengeri fű fotoszintézis útján szacharóz formájában termel cukrot. Ez az étkezési cukor fő összetevője is, tehát az ember ugyanazt a cukrot fogyasztja, mint ami az óceán mélyén termelődik. A tengeri fű az általa termelt cukor nagy részét kevés fénynél saját szükségleteire fordítja, de ha a fényviszonyok javulnak – például napközben vagy nyáron –, a növények több cukrot termelnek, mint amit képesek felhasználni vagy tárolni. A többlet a tengeri fű gyökereit és a környező talajt magában foglaló ritoszférába kerül. Így a tengerfenék cukorkoncentrációja nyolcvanszor magasabb a növény élőhelyén, mint más körülmények között. A tengerifű-mezők azért is fontosak, mert megkötik a víz alatti talajt, és sok élőlénynek nyújtanak táplálékot, bújóhelyet, többek között a vadludaknak és a vadrécéknek.

2



Kép: Profimedia – Red Dot



3



## Energiafűz a Balkánon

A szénből előállított energia egy részét helyettesíthetik az energiafűzek, amelyeket kísérleti jelleggel telepítettek boszniai és szerbiai leállított szénbányáknál. Ezek a gyorsan növekvő fűzfák betakarítás után akár el is égethetők a szénnel együtt a hőerőművekben. Hőértékük nagyobb, mint a Boszniában és Szerbiában jellemzően égetett barnaszéné vagy lignité. A két ország 2050-re tervezi, hogy felhagy a széntüzelésű erőművek használatával, amelyekben most még a villamosenergia nagy részét előállítja.

## Napelem az erkélyen

A lakások erkélyeire telepített napelempanellel is termelhető áram egy berlini cég fejlesztésének köszönhetően. A csomag 8 napelem panelének telepítéséhez mindössze egy napos erkélyre és egy külső konnektorra van szükség. A paneleket egyszerűen csak fel kell csíptetni az erkélykorlátra, mint egy virágládát. Majd az egyes panelhez tartozó invertereket össze kell kapcsolni, és a végén a kábelt bedugni a konnektorba. Amikor süt a nap, a panelek termelik az egyenáramot, az inverterek folyamatosan átalakítják váltóárammá, és betöltik a lakás vezetékhálózatába. Ezzel csökkenthető a villanyszámla, és beüzemeléséhez sem kell különösebb szakértelem.

4



5



## Cserélhető akku villanyautókhöz

Az egyik kínai autógyártó cég norvégiai telephelyén is megjelentek autós akkumulátorcserélő berendezések, Európában elsőként. A művelet során robotok lecsavarják a jármű alsó részét, kiveszik az üres akkumulátort, és beteszik a töltöttet. Az időigényes töltés helyett így az elektromos járművek kevesebb mint 5 perces akkucseré után már folytathatják is az útjukat. A kínai cég azt tervezi, hogy 2025-re ezer ilyen állomást létesít Európában. A vállalat értékesítési gyakorlata is eltér a hagyományostól, eleve akku nélkül forgalmazzák a járműveket, így azok jóval olcsóbbak. Az autótulajdonosok lízingelik az akkukat, és így nem kell attól tartani, hogy a sok töltés után csökken a kapacitás.





## Adatgyűjtés méhekkel

A Soproni Egyetem kutatói kifejlesztettek egy rendszert, amely elemzi a méhek által begyűjtött virágport, az abban lévő kémiai anyagokat, ebből pedig a szakértők következtetni tudnak a környezet állapotára. Kiderült, hogy a begyűjtött virágpor környezetet terhelő anyagokat tartalmaz, amelyeket ráadásul a rovarok raktároznak is. Megfelelő kémiai módszerekkel a kaptárak környezetéből származó anyagok elemezhetők, pontos összetételük megállapításával számos környezetszennyező forrást lehet azonosítani. Egy-egy vizsgálati célra telepített méhészet mintegy 7-12 négyzetkilométer területről tud értékes információkat szolgáltatni, és városi környezetben is alkalmazható. A Soproni Egyetem kutatói az intézmény botanikus kertjében hoztak létre egy méhészetet, és többek között a nehézfémeket, a peszticideket, a szénhidrogéneket vizsgálták. A mérések elsősorban tüzelőanyagokból és közúti közlekedésből származó káros anyagokat mutattak.

Magyarországon mintegy 1,2 millió méhcsalád él, ezektől függ a szántóföldi termelés kétharmada, beporzás nélkül az élelmiszereink 40 százaléka eltűnne. Egy-egy méhcsalád átlagosan 40 ezer egyedének fele végez gyűjtőmunkát, ezek naponta többször is kirepülnek, és több száz virágot keresnek fel.

## A kaktuszok is érzik a klímaváltozást

A kaktuszfélék mintegy 50 százaléka kerülhet a kihalás szélére az elkövetkező években a klímaváltozás miatt. A bolygó legveszélyeztetettebb növényféléi közé tartozó kaktuszok lassan növekednek és nehezen alkalmazkodnak a klímaváltozáshoz. Amerikai kutatók háromféle klímaváltozási helyzetet modelleztek, több mint 400 kaktuszfaj élőhelyére vetítve, és megállapították, hogy 60 százaléuk élőhelyén a körülmények romlanak, ezért egyedszámuk csökkeni fog. Egyedül egy brazil kaktuszfaj (*Pilosocereus gounellei*) alkalmazkodik jól, és A Arizona jellegzetes kandeláberkaktuszai is kevésbé látszanak veszélyeztetettnek. A legnagyobb veszély a közép-mexikói, illetve floridai kaktuszokat fenyegeti.

A modellszámítások szerint nincs jelentősége annak, hogy milyen mértékű a klímaváltozás, már kis hőmérséklet-eltérésre is negatívan reagáltak a növények. A mostani kutatás egyértelműen rávilágított arra, hogy míg korábban a földhasználat változása (élőhelyvesztés) jelentette a legnagyobb veszélyt, mostanra a klímaváltozás vette át a vezető szerepet.



8



## Műanyagzabáló szuperférgek

Jelentős előrelépést hozhat a műanyag hulladékok újrahasznosításában a Queenslandi Egyetem kutatóinak felfedezése. A kutatók arra jöttek rá, hogy a gyászbogárlárvák (*Zophobas morio*) az emésztőrendszerük enzimeinek köszönhetően akkor is életben maradnak, ha csak műanyaggal táplálkoznak. A szuperférgek szájjukkal felaprítják a polisztirolt, amivel a bélrendszerük baktériumait táplálják.

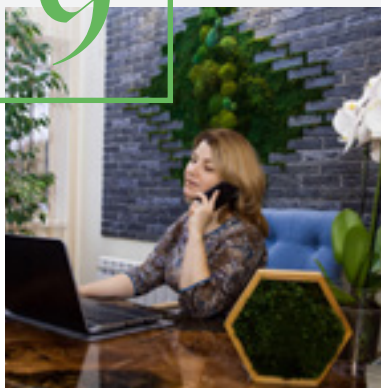
A kutatók a kísérlet során a gyászbogárlárvák három csoportját eltérő étrenden tartották, és azt tapasztalták, hogy a műanyagot fogyasztó szuperférgek súlya még nőtt is. Több olyan enzimet is azonosítottak a lárvák bélrendszerében, amelyek a polisztirol és a sztirol lebontására képesek. Mindkét műanyag típus különösen a szigetelésben, egyes autókalkatrészeknél és az elvitelre készülő ételek csomagolásánál gyakori.

Azt nem valószínűsítik, hogy nagy kapacitású feregfarmok kezdenék meg működésüket a jövőben, a cél inkább az lehet, hogy megtalálják azt az enzimet, amely a leginkább segíti a műanyagok lebontását a hulladékfeldolgozás során.

## Zöldfal a munkahelyen

Az immunrendszerre is kedvező hatást gyakorolhatnak az irodákban elhelyezett növényekből kialakított zöldfalak. Egy finn kutatásban önkéntes kísérleti alanyokat két részre osztottak: az egyik csoport zöldfal mellett dolgozott, míg a másik enélkül. Az eredmények azt mutatták, hogy a zöldfalak módosíthatják a dolgozók bőrének mikrobiótáját (mikroorganizmusok összege), segíthetik egyes autoimmun betegségek megelőzését. Már két hét után észlelhető volt a tejsavbacilusok növekedése a bőrön (ezek a baktériumok segíthetnek megakadályozni a bőrfertőzéseket). Egy hónap után a gamma-proteobaktériumok száma is nőtt, ami hozzájárulhat egy olyan citokin számának csökkenéséhez, amely komoly szerepet játszik a gyulladások kialakulásában. Egy másik, a hatékony immunszabályozást segítő citokin szintje is nőtt azoknak a vérben, akik ilyen zöldfalú munkahelyen dolgoztak.

9



10



## Ausztrália védi a koalákat

A koalák és egyéb veszélyeztetett fajok védelmére nemzeti parkot alakítanak ki az ausztráliai Új-Dél-Walesben. Ennek érdekében az állam kormánya kétezer hektár erdőszobozó területet vásárolt fel. A koalák fennmaradása szempontjából fontos terület az állam déli részén, Monaróban terül el, és az a cél, hogy az erszényesek életterének növelésével 2050-re számuk megduplázódjon. Ez azért is lenne fontos, mert az elmúlt 20 évben az aszályok, erdőtüzek, betegségek és az élőhelyvesztés miatt jelentősen csökkent a számuk. A Természetvédelmi Világalap, a WWF adatai szerint csak a 2019 augusztusa és 2020 márciusa közötti tűzvészben több mint 60 ezer koala pusztult el, sebesült meg vagy menekült el korábbi élőhelyéről.

A koalák mellett egyéb veszélyeztetett fajoknak – például a hosszúorrú potorótnak (erszényes patkányféle) és baglyoknak – is védelmet nyújtanának a megnövelt nemzeti parkkal.



SZÖVEG –  
BOGOS ZSUZSANNA

SOROZAT –  
VÉGY EGY RÉGI RECEPTE!

# Hogyan lett a gyógyszerből sütemény?

## Kis kávé történelem

Egy nehezebben induló napon valóságos gyógyszer lehet egy jó kávé. Innen is indult valaha ez az ital, hogy aztán a díszes kávéházakban, rohanós eszpresszókban legyen társa a beszélgetéseknek, megmentője a vizsgára készülőknek és éjszaka dolgozóknak. Kezdetben csak a főurak itták, később már az egyszerű háziasszonyok sütöttek vele. A hogyanért régi könyveinket kell fellapozni.

◆ Bethlen Miklós (1642–1716) erdélyi főúr azt írja, lázas, náthás betegsége idején lenmagolajjal leöntött savanyú káposztát evett és kávé-t ivott. A levertség, fáradtság enyhítésére napjainkban is adnak koffeintartalmú gyógyszerkeveréket, így érthető, hogy a C-vitaminban bővelkedő káposzta mellett miért segített rajta ez a kúra. A kávé első reklámozása szintén a gyógyhatásra épült. Igaz, ezen jócskán szépítettek is, a vérkeringés serkentésétől kezdve a májbetegségeken át a hasfájásig bármire rámondták, hogy gyógyítja. Egy jó üzleti érzékű hamburgi orvos ezért nemcsak könyvet írt a kávé gyógyhatásáról, hanem kávéházat is nyitott. Ezek a helyek nagyon fontosak lettek az ital terjedésében, hiszen korábban csak néhány főúr kiváltsága volt a fekete. Apor Péter visszaemlékezései szerint például a 17. század elején Erdélyben a reggeli kávénak, teának vagy csokinak „híre hamva sem vala; ha valakinek azt mondottad volna: kell-e kávé, talám azt érthette volna, hogy állj el melőle”. A kávé nála az új korszak hőbortjainak egyike, hiszen az ő idejében indult igazi hódító útjára. Ekkoriban ugyanis már nemcsak kereskedtek vele az angolok és a hollandok, de gyarmataikon a természetessel is magas határfokkal foglalkoztak. A végterméket a szerte Európában divatos kávéházakban

terítették aztán, ami tovább növelte az ital népszerűségét. Ma már nem titok, hogy ennek milyen ára volt a gyarmatokon. Érdekesség, hogy egy kortárs magyar már akkor felhívta a figyelmet ezekre a visszasságokra. Az erdélyi származású királyi testőr, Barcsay Ábrahám (1742–1806) *Kávéra c.* versében a társadalmi egyenlőtlenségek, a gyarmatosítás bűnei egyaránt megjelennek:

„Rab szerecsen véres veríték-gyümölcse,  
Melyet, hogy ládájit arannyal megtöltse,  
Fösvény Anglus elküld messze nemzeteknek,  
Nádméz! mennyi kincsét olvasztod ezeknek.  
Hát te, rég csak Mokka táján termett kis bab,  
Mennyit szenved érted nyúgoton is a rab,  
A bölcs iszonyodik, látván, egy csészéből  
Mint hörpöl ő is részt Anglusok bűnéből.”

### KELETI FEKETELEVES

A gyarmati természetés előtt Arábiából érkezett a kávé, és fogyasztása is a keleti népekhez köthető. Nálunk a megszálló törökök fogyasztották, Zrínyi Szigeti veszedelmében például „kávét kicsin fincsánból hörpörgetének, /osztán az után vacsorát is evének.” Az első kávéivót Budán a törökök





alapították, és a magyarok csak takarítóként léphetek ide be kezdetben. Az első név szerint ismert magyar kávé, egy bizonyos Balázs az 1710-es években élt, eleinte nyakba akasztható felszereléssel járta az utcákat, majd később kávéházat nyitott. De visszatérve a törökökre, Mikes Kelemen fiktív leveleiben is találunk említést az italra. Nagyon jellemző stílusára, amikor azt írja, inkább lett volna „káposztásfazék Erdélyben, mintsem kávé ivó finszája a császárnak”. 1720-ban lejegyzett napirendjükben már fellelhetők a helyi szokások nyomai: „hat órakor dobolnak, és akkor a fejedelem felöltözik, azután a kápolnában megyen, és misét hallgat; mise után az ebédlőházban megyen, ott kávé iszunk és dohányozunk”. Az ital az unalmas vendégségeknek is fontos része volt, dohányt szívtak, kávéztak és szótlanul ültek egymás mellett ilyenkor az emberek: „hatot vagy hetet szól az emberhez, azután tíz óráig is elhallgatna, ha az ember azt elvárná. Ők a beszélgetéshez, nyájassághoz éppen nem tudnak” – írja a törökökről. A kávéházak nála sem csillogó társasági helyek, egy igencsak szívszorító leírása alapján itt adták el, akár egy csésze kávéért, azokat a rab-  
szolgákat, akik senkinek sem kellett.

## OTTHON

A magyar kávéházakról persze inkább egyfajta aranykor jut eszünkbe, ezekről a helyekről találhatóan jegyezte meg Márai, hogy „az otthonatlan Pest szomorú műóthona iparkodott lenni”. Ünnepeles volt, kínálatában és kiszolgálásban is vérprofi, belakták az oda járók. A különböző vendégtípusok, akiket Kosztolányi Pincér című novellájából ismerhetünk: az „ellépő”, a „száraz”, a „szélhámos”, a „potyázó”. Régi szakácskönyveinkben ezekből az idők-ből már többféle kávé desszert receptjét megtaláljuk. A Kugler-féle Nagy házi cukrászat a századfordulóról például bonbont, kocsonyát (zselatin helyett vizahólyaggal érték el a remegős állagot), kenyérkét ajánl kávé ízesítésben. Érdeemes ma is kipróbálni Kugler kávélepényét, amihez leveles tészta kell (ez lehet bolti is), 105 g pörkölt kávé, 105 g cukor, 2 tojás és 2,5 dl tejszín. A leveles tésztát vajjal kikent piteformába nyújtjuk. A pörkölt kávé megdaráljuk, a tejszínben megfőzzük, és ha átszűrtük, kihűtjük. A cukrot két tojássárgájával habosra keverjük, hozzáadjuk a felvert fehérjék habját, majd elkeverjük a kávéval, és a lepényre öntve megsütjük. 200 fokon nagyjából fél óra. Vaníliafagylalttal tálalhatjuk. ♦



SZÖVEG –  
VANYOVSZKI MÁRIA

*A Salon*  
BUDAPEST

# A TUCATDIVAT, AHOGY EGY FESTŐ LÁTJA

A divatról szóló kommunikációk ritkábban tárgyalt területe az utcai öltözködés antropológiája. Nemzetközi szinten az amerikai sajtófotósokat tekintik a szakma úttörőjének, akik a hetvenes években tették népszerűvé az utcai öltözködési kultúra bemutatását.

- ◆ Itthon egy festő vállalta fel a street style korlenyomatának rögzítését: Czene Béla, aki a harmincas évektől a kilencvenes évekig alkotott, és pár éve került újra a figyelem középpontjába. Életművét a nyár folyamán a Kieselbach Galéria fogta össze. A júniusban megnyitott kiállítással egy időben mutatták be a Móra Kiadó gondozásában A valóság szerelmese című, a festő életéről és munkásságáról szóló albumot.

Bár a két világháború között sorra aratta a sikereket, az 1945-öt követő évtizedekben a hivatalos műkritika mostohán kezelte a festő művészetét. Ábrázolásmódja és képeinek témája ugyanis a hatalom követelte szocreál stílust hamar maga mögött hagyta. A kezdetben a római iskolához sorolt alkotó munkái a tiltott gyümölcs vonzerejével felruházott Nyugat hangulatát láttatták meg a Kádár-kor szürke mindennapjaiban.

Az ötvenes évek végére kialakult saját festői stílusának a középpontjába a modern városi ember hétköznapijai, jellegzetes színterei és szereplői kerültek, kiemelt fókuszszal a klasszikus, reneszánsz ihletésű, mégis modern, stílusosan öltözködő női szépségre. Ábrázolásmódja megelőzte a street style fotósok által felfedezett és ismertté tett utcaképet. Kivételes érzékkel ragadta meg a hetvenes és a nyolcvanas évek hangulatát. Csalhatatlan rálátással találta meg és ábrázolta korának jellegzetes, mutatós tárgyait és szituációit, látványos képekbe foglalva azt az életérzést, amelyre ma a retró kifejezéssel szokás hivatkozni. Ezen belül kifejezetten erős hangsúlyt kaptak a kor tipikus hajviseletei és ruhadarabjai: a magasra tupírozott hajkoronától a rafinált kontyokon át a Sassoon-frizuráig, a miniszoknyától a színes ruhákon és magas talpú cipőkön át a feszülő farmerig.

Kép: Kieselbach Galéria / Czene Béla





Budapesti körkép, 1973



Perigi emlékek, 1980

Képeit az utóbbi évek retró trendje tette ismét aktuálissá. Egyre több olyan bútor- és lakáskiegészítő üzlet nyílt, amely már nemcsak a kort idéző darabokat értékesíti, hanem korabeli, a hetvenes-nyolcvanas években gyártott berendezési tárgyakat újít fel és ad el többszörös áron.

A divat ciklikusságában szintén erős trenddel jöttek vissza az anyák és nagymamák ruhatárát idéző markáns színek, vagány fazonok és változatos formák. Egymás után nyílnak azok a vintage boltok is, amelyek már nem a külföldről összeszedett használt ruhákat árulják, hanem





Önarckép sárga kockás ingben (Kép a képen), 1960



Mediterrán utca, 1980



Márta trapéz nadrágban, 1974

ithoni kincsek után kutatnak, és gyűjtik össze válogatott hagyatékok teljes gardróbjait.

Czene Béla kedvenc témája a divatosan öltözködő nő, amelynek bemutatásában külön sorozatot képvisel a fővárosi eszpresszók ábrázolása. „A Kádár-kor budapesti presszóinak jó része – színes és izgalmas belsőépítészeti kialakításának köszönhetően – kifejezetten modern, kapitalista szigetnek tűnik a szocializmus mindent elöntő, avított szürkeségében. Ehhez járult hozzá sajátos kortünetként a portálokat díszítő neonreklámok kalligrafikus látványa, amelyet természetesen a minden újra nyitott Czene Béla is igyekezett a képein megjeleníteni” – áll a kiállítás kísérőszövegében.

A nagy kirketekkel határolt mikrokozmosz igazi főszereplője a divatosan öltözködő, nyugati mintákat követő fiatalok, akik színes ruháikban mulatják az időt az extravagáns kulisszák mögött.

A presszók világa mellett a sétálókkal benépesített budapesti utca a festő másik terepe. A jól felismerhető, karakteres pesti helyszínnek itt is csak háttérként szolgálnak a divatot kiemelten ábrázoló művész számára. „A karakteres arcok kiemelése, a pillanatfelvételek frissességét sugárzó kivágás, a spontaneitás látszatát keltő, szinte fotószerű komponálás, a dekoratív színfoltok élénk, mégis összefogott

ritmusa és a faktúra érzéki megmunkálása, vagyis Czene teljes festői fegyverarszenálja felvonul ezeken a képeken” – áll a sorozatot felvezető szövegben.

Czene nemcsak a magyar tájakat, hanem olasz utazásából hozott inspirációit is gyakran használta háttérként. A valódi olasz háttér előtt magyar modellekkel jelenítette meg az utca emberét. A tanulmányutakra ugyanis nem vitt magával vásznat, főként fotózott vagy vázlatokat készített, amelyeket aztán itthon komponált újra úgy, mint például a Perugiai emlék című képet, ahol az egyik kedvenc magyar modellje, Ivett sétál az előtérben.

A divat soha nem egy elszigetelt jelenség, hanem reflexálás és válasz a kor egyéb történéseire, a társadalmi változásokra, a gazdaságra, a politikára. Czene Béla műveiben élvezettel helyezi középpontba az öltözködés tematikáját, mintegy lázadásként prezentálva a Nyugat életérzését ruháikban képviselő, nonkonform gondolkodású karaktereket. „Egész életművéből sugárzik a kitüntetett figyelem a fogyasztói kultúra, az öltözködés, a divat, a női szépségideál és az életet átítató érzékiség iránt. Szenvédélye, a szezonról szezonra megújuló divat a gyorsan változó modern világ szimbólumává vált, így követése és ábrázolása sokkal többet jelentett, mint a képen szereplők ruházatának mechanikus megjelenítése.” ♦



# Személyes teremtés

Szabó Ferenc:

## Genesis – zsoltárhangra

„Évbiliók moraja ringatott  
és még te mindig nem tudod,  
hogy fenn a csillagok vigyázó csendje  
előre rád figyelt és  
rád várt a kibomló teremtés?”

A föld méhében, az idő mélyében  
már ismertél engem:  
ott voltam örök terveidben,  
jelen midőn a tengerszélien  
szállva a szélben  
mind arra vártak a homokszemek,  
hogy műveid közt én is ott legyek.

Anyám méhében Te szőtted a testemet:  
hozzám küldted az anyanedveket,  
hogy véresem, vesém és végtagom legyen  
s az ő szívével dobbanjon szívem.  
Szemed már látta minden tettemet,  
felírtad őket könyved lapjain,  
előre kiosztottad napjaim  
és megjelölted jövődő utam.  
Csodálatosak terveid, Uram!

◆ A minap bukkantam rá erre az 1981-ben írt költeményre a költő idén megjelent gyűjteményes kötetében (Két kiáltás között, Agapé Kiadó, 2022). A vers a 139. zsoltár átírata, amely maga is átírat, a teremtés-történet egyik részletének, az ember teremtésének költői feldolgozása, merész továbbgondolása. Merész, mert míg a Genézis szerzője az ember teremtéséről ír – a zsoltáros saját egyedi személyének teremtéséről elmélkedik. A zsoltár hatalmas felütéssel kezdődik: „Uram, te megvizsgáltál és ismersz.” Óriási kijelentés. Isten, a mindentudó ismeri az embert. A bibliai költőt azonban Isten emberismerete nem mint elvont teológiai téma érdekli. Őt az tölti el csodálattal, hogy személyesen őt magát ismeri tökéletesen az Isten. Ezt a gondolatot radikálisan elmélyíti, és ez az, ami 2500 év múltán is megragadja a modern magyar költőt. Az a tudat, hogy Isten nemcsak fogantatása pillanatától, anyja méhében, de már a föld méhében, az idő mélyében ismertte őt, akkor, amikor még csak mint homokszemek léteztek testének kémiai alapanyagai. És nemcsak ismertte, hanem mindig is benne volt örök tervében, hogy egykor majd megteremtse őt. Szeme előre látta minden tettét, előre kiosztotta napjait – azaz elrendelte, milyen korszakban éljen, az ősidőkben, a középkorban vagy a 21. században. Nemcsak az egyes tetteit látta előre, hanem életútját is, azt, hogy e tettek végül mivé állnak össze.

Am ha Isten így ismeri az embert, akkor ő hogyan ismerheti meg önmagát? Háromféle szemmel tekinthet magára: saját szemével, mások szemével és Isten szemével. Az ember önmagáról alkotott képe túl gyakran hamis. Sok minden eltorzíthatja, legtöbbször az a törekvés, hogy ösztönösen előnyös színben akar feltűnni önmaga előtt, és ez nem engedi szembenézni hibáival. Mások véleménye? Ezt mindig érdemes meghallgatni, de nem jó készpénznek venni, mivel sokszor felszínes, téves, elfogult, esetleg önös érdek motiválja. Egyedül Isten az, aki biztos és igaz ismeretet ad az embernek önmagáról. Távolról sem valamilyen misztikus úton teszi ezt, hanem elsősorban bibliai szavaival, lévén a Biblia „tükrő, melyben az ember önnön természetétől kapott arcát szemléli” (Jak 1,23). Pál apostol most is zseniálisan foglalja össze a lényegét: „sem emberi fórum nem ítél meg engem, sem magam nem ítélem meg önmagam – van, aki engem megítéljen, az Úr az” (1Kor 4,3-4). ◆





SZÖVEG –  
NÉMETH VÁNYI KLÁRI

KÉP –  
ÉDER VERA

# „Anyám belém sulykolta, hogy hazudni nem szabad”

**Rakovszky Zsuzsát** Sopronban, gyermekkorának és számos regényének színhelyén látogattam meg. A régi mozi és a platánfáktól árnyékos Paprét között áll az a több mint százéves ház, amelyben kislánykorát töltötte, és amelynek tágas terei és kis udvara a *A hullócsillag éve* című regényében is visszaköszönnek. Az író gyermekét egyedül nevelő anyukaként ide költözött vissza Budapestről. Antik bútorok, festmények a falon, a spalettákon beszűrődő fényben teknőctarka boszorkánycica nyújtózik. Érdeklődve figyeltem beszélgetésünket.

◆ „1918-ban az elcsatolt Felvidékről jött át Sopronba édesapám az öccsével, Árpáddal. Először a megyeházán volt szolgabíró, majd főispáni titkár. 1927-ben került fel Pestre. Ekkor már főhivatású politikusként tevékenykedett. Dolgozott a Belügyminisztériumban, később az Eckhardt Tibor vezette Kisgazdapárt Nyugat-dunántúli szervezőtitkára lett. Innen került egy export vállalat igazgatói tanácsába. Édesanyámmal egy partin ismerkedett meg. Jelentős különbség volt köztük” – emlékszik vissza az író édesapjára, akit nagyon korán elvesztett.

„Otthon halt meg. Agyvérzést kapott, mozgásképtelenné vált, a haláláig ápolta őt az édesanyám. Nem tudom, hogy elvittek-e a temetésére, arra nem emlékszem, arra viszont igen, hogy a halála után sokáig temetést játszottam. A kis gyerekmosóteknőbe beletettem egy babát, letakartam, beraktam az ágy alá, és aztán újra elővettem. Talán azt gondoltam, hogy akit eltemettek, az még visszajöhet. Miután édesapámat elvesztettük, anyám munkába állt.”



Dr. Rakovszky Tibor még 1944-ben a nyilas puccs után többedmagával részt vett egy kisebb ellenállási mozgalomban. Pár hétig tartott az egész, hamar lebuktak. Szálasiék pedig a sopronkőhidai börtönbe zárták őket. Azokban az években a magyar társadalom színe-java Sopronkőhidán raboskodott. „52 éves volt, amikor bebörtönözték. Ott betegedett meg, vagy a halálmenetben. A háború utolsó napjaiban a nyilasok elkezdték Németországba hajtani a foglyaikat, és akik nem tudtak lépést tartani a menettel, azokat megölték. Mire az elgyötört emberek megérkeztek volna a számukra kijelölt koncentrációs táborba, az amerikaiak már

felszabadították azokat. Az örök pedig fokozatosan szök-döste el mellőlük. Apám 1945 májusában került haza. Nagyon beteg volt. Ennek köszönhető, hogy őt nem telepítették ki, nem hurcolták meg, mint a rokonaink közül nagyon sokakat. A szüleim hűvösvölgyi otthonát lebombázták, úgy döntöttek, hogy visszatérnek Sopronba, mert Árpád öccse és felesége itt éltek. Egy darabig náluk laktak édesanyámmal, aztán bérbe vették ezt a Torna utcai lakást, ahol most beszélgetünk, amit később államosítottak, és a tanács kiutalta nekik. Én már ide születtem. Jó kis traumatizált család a miénk” – nevet Zsuzsa.

A traumák kapcsán szóba kerül A hullócsillag éve című regénye. Az író ezt a könyvét szereti a legjobban. Sok van benne a saját gyermekkorából. Rakovszky számára a gyermekkor az emberi élet legmeghatározóbb korszaka. „Önéletrajzi regénynek kezdtem el írni, aztán rájöttem, hogy nagyon kevés történetet tudok csak előhívni a múltból, ezért fikcióra váltottam. Írás közben elkezdtek eszembe jutni dolgok, viszont végig azt gondoltam, hogy fikciót írok. Volt egy kedves, idősebb barátnőm, akit nagyon szerettem, sokat jártam hozzá, sajnos már nem él. Amikor együtt felidéztek a közös múltat, egy csomó dologról, amiről én azt hittem, hogy kitaláltam, azt mondta, hogy az úgy volt, ahogy megírtam. De hogy a regénybeli gyermekkor melyik része volt úgy, és melyik részét találtam ki, azt már nem tudom pontosan.

Viszont a korszakot jellemző történetek mind megestek, csak esetleg valaki mással, nem azzal, akiről az adott szereplőt mintáztam.”

Arról faggatom Zsuzsát, hogy a regény egyik meghatározó jelenete, amelyben a kis Piroskát az óvónő lefogja, és kényszereteti, megtörtént eseményen alapszik-e, vagy csak szimbolikus cselekedet, amely nem akar mást jelenteni, mint azt, hogyan nyomták le az emberek torkán az óvodától kezdve egészen az egyetemekig a Rákosi-rendszer mérgező tanításait. „Utáltam az óvodát, úgy, ahogy volt, ám a regényben egy későbbi tanítónőt tettem meg óvónőnek, aki kézimunkát meg politechnikát tanított. Nagyon ügyetlen voltam a tárgyaiban, ő meg szívesen gúnyolódott rajtam. A kényszeretetés is megtörtént, méghozzá túrós tésztaival. Most már nagyon szeretem a túrós tészta, de kiskoromban semmilyen tejterméket nem bírtam megenni. A kakaót is, amit édesanyám nővérétől külföldről kaptunk csomagban, vízzel ittam. Nem bírtam ránézni a tejre. Csakugyan belém tömték a túrós tészta, én meg lehánytam az óvó nénit – emiatt kivettek az óvodából, és átkerültem egy másikba, a Pamutipari Vállalat óvodájába, ahová egy idő után már egyedül jártam, sokszor elcsavarogtam, az óvoda melletti

üres telken gyűjtöttem a katicabogarakat.” „Nem féltették?” – kérdezem döbbenetem. „Nagyobb közbiztonság volt, mint most. Nem volt ilyen autóforgalom sem. Máig emlékszem arra, hogy amikor először mentem óvodába, nagy hó volt. Szegény Nanika, a dajkám kocsival akart eltolni, és visszajött valamiért a lakásba. Én meguntam a várakozást, és elmentem egyedül a Pamutipari óvodába a város másik végébe. Anyám és Nanika nem csináltak ügyet belőle, azt mondták, jó, hát akkor járjon egyedül óvodába a gyerekek. Azokban az években nem volt olyan egyszerű óvodába hordani a gyerekeket. Az is biztos, hogy nem féltették őket annyira, mint most.”

**– Nanika alakja jelenik meg Nenneként az önéletrajzi ihletésű regényében?**

– Igen, Mellus Anna volt a dajkám, anyám családja hozta magával a Felvidékről, mert ők is onnan jöttek át 18-ban. Anyámra is ő vigyázott gyermekkorában. Sokáig azt gondoltam, hogy a Nana az Anna becézése, később tudtam meg, hogy a dadákat valamiért így hívták a családokban.

**– Édesanyja egyedül nevelte fel önt. Nem lehetett könnyű neki, amiatt sem, hogy az ön édesapja a kommunisták által annyira gyűlölt Horthy-korszakban töltött be magas pozíciót. Ez biztos, hogy rányomta a bélyegét az édesanyja pártpolitikai megítélésére.**

– Abban az időszakban majdnem mindenkinek ilyen volt az élete, az akkori történetek nagy részét az anyám volt kolléganőjétől hallottam. Óvodáskoromban mindez nem volt annyira nyilvánvaló. Később kezdett kitisztulni minden, leginkább 56 hatására. 56-ban óvodás voltam. Ültünk az óvoda padlóján, és az óvó néni az 56-os híreket hallgatta a rádióban.

Visszatérve a családra, amelyben felnőttem: tulajdonképpen, ha a szerepek beosztását nézzük, mi hagyományos családmodellt alkottunk. Anyám dolgozott, elég sokat túlórázott, apám halála után rögtön munkába állt. Először a sopronkőhidai börtönben működő textilgyár irodájában volt gépíró. Később a soproni Pamutipari Vállalathoz került. Nana pedig vezette a háztartást, főzött, mosott, takarított. Később édesanyám ismét férjhez ment. A nevelőapám tíz évig raboskodott a Gulágon. Amikor megsimogattam a fejét, éreztem a verésekből visszamaradt dudorokat. Kémkedéssel vádolták.



**– Egyszer egy interjúban felidézte a legkorábbi emlékét, amelyben édesanyja hálóingként egy régi, felnőtt pulóvert adott önre. Arról is beszélt, hogy nagyon sok átalakított ruhája volt. Egy szőrmegalléros kabátka miatt csúfolták is.**

– A nővérem, aki édesapám első házasságából született, majdnem édesanyámmal volt egyidős. A férje olasz volt, és ha jól tudom, még a háború alatt elhagyták az országot, először Venezuelában, majd Olaszországban éltek. Mindig küldtek nekünk csomagot, abban voltak gyönyörű ruhák. Ezeknek a nagy részét eladtuk. Édesanyám megtartott belőle magának egy-két darabot. Várjon, mutatok egyet!

”

***Nem tudom, hogy elvittek-e a temetésére, arra nem emlékszem, arra viszont igen, hogy a halála után sokáig temetést játszottam.***

Átsiet a másik szobába, és egy gyönyörű kreppanyagú boleróval tér vissza. Az 50-es években készülhetett. Azt is megtudom, hogy volt hozzá egy ruha is, de Zsuzsa csak a kabátkát tartotta meg emlékül.

**– Milyen asszony volt az édesanyja? Szomorú, szigorú és fáradt? Sokat mesélt önnek a múltból, az édesapjáról?**

– Nem volt szigorú. Volt, hogy elcsavarogtunk a szomszéd kisfiúval, és a fél város minket keresett, de nem emlékszem, hogy megbüntetett volna. Azt nagyon belém sulykolta, hogy hazudni nem szabad, azóta sem tudok. Nagyon fontos volt neki, hogy jól tanuljak, ami általában sikerült, de voltak olyan tárgyak, például a torna és a kézimunka, amelyekből ha megfeszültem, sem tudtam ötöst kapni, és ez nyomasztott. Nem mintha az egyetemi felvételin bárkit is érdekelt volna, hányast kaptam kézimunkából harmadik általánosban, de mivel akkoriban – mondjuk így – nem megfelelő származású gyerekek nem tanulhattak tovább, szegény anyám talán azt gondolta, ha végig kitűnő leszek, akkor talán mégis. Gyerekkoromban nagyon szoros volt a kapcsolatunk, aztán kamaszkoromban, ahogy az már lenni szokott, eltávolodtam, magamba zárkoztam, amit ő rosszul viselt, és később már soha nem jött rendbe a kapcsolatunk. Harmincéves voltam, amikor meghalt, a fiamat már nem ismerte sajnos, pedig nagyon szeretett volna unokát.

**– Ön is egyedül nevelte fel a fiát, Tibort.**

– Igen. Nem mindegy, hogy milyen a szülők kapcsolata egymással. Nem mindegy, hogy milyen az apa. Sajnos

sok olyan rossz példát láttam, ahol a gyermek hagyományos családban nevelkedett, együtt maradtak, de a szülők kapcsolata nem volt jó. Ez akár rosszabb hatással is lehet a gyerekekre, mint az, hogy egyedülálló szülő neveli fel. Ezt szerettem volna elkerülni.

**– A regényeiben, verseiben is sokszor foglalkozik a hit kérdésével. Hívó ember?**

– A hit mindig fontos volt nekem, mindig is foglalkoztatott, így aztán már gyerekkoromban is sok kérdés volt. 56 után volt hittan az iskolában, katolikus, én jártam, és nagyon szerettem. Sokat nyagattam a kérdéseimmel szegény tisztelendő bácsit. Azokban az időkben, és később is szívesen hangoztatták a hittel szemben, hogy fent járt az úrhajó, mégsem látott senki angyalt, úgyhogy én is ilyenfélét kérdeztem szegénytől. Máig emlékszem, azt mondta, a mennyország nem hely, hanem állapot, és ebbe akkor belenyugodtam, sőt nagyon tetszett. Kamaszkoromban eltávolodtam a hitől. Viszont karácsonyra megkaptam Szabó Lőrinc Örök barátaink című fordításkötetét. Abban a könyvben találkoztam először Angelus Silesiusszal, egy német misztikus költővel, és volt egy kis spanyol versfordításkötetem is, amelyben Avilai Szent Teréz és Keresztes Szent János versei ragadtak meg. Kiókumláltam magamnak valami házilagos vallásosságot, de azt meg ne kérdezze, hogy mit tartalmazott. Már nem emlékszem rá.

Amikor megszületett a fiam, nem kereszteltettem meg. Abban az időben én sem jártam templomba. Azt gondolom, hogy a vallásos nevelés előfeltétele, hogy a szülő is vallásos. Tibor 18 éves korában önszántából keresztelkedett meg, nagyon komolyan vette a vallást. Talán az ő hozzáállása is inspirált arra, hogy elmenjek gyónni, jólesett Imi atyával beszélgetni. Széles látókörű, tájékozott pap, sokáig hozzá jártam gyónni. Azóta sajnos már nincs Sopronban.

**– Mi az, ami az ön számára elengedhetetlenül fontos a szentmisén?**

– Nehéz megmondani, hogy mi a legfontosabb. Hogy beletartozom egy közösségbe? Hogy részt veszek valamiben, ami olyan hosszú idő óta nagyjából változatlan? Vannak evangéliumi részletek, sőt még énekek is, amelyek mindig megrendítenek, de persze – sajnos – nem mindig sikerül lelkileg teljesen „jelen lenni”. Az mindenesetre nagyon fontos, hogy érezzem a miséző pap őszinte hitét – lehet, hogy nem kellene fontosnak lennie, de az. ♦



SZÖVEG –  
MÁRTONFFY ANDRÁS

SOROZAT –  
KÉTKEDŐK, KERESŐK, KALANDOROK

# A NEMES LELKŰ BŰNÖZŐKIRÁLY

Az igazi Moriarty professzor,  
akit a saját Sherlock Holmesa  
mentett meg

**Adam Worth**öt sokan nevezték a gonosztevők Napóleonjának. *Sir Arthur Conan Doyle* róla mintázta Sherlock Holmes ősellenségének, Moriartynak az alakját. Worth valóban nagyszabású bűnöző volt, és tényleg élethosszig harcot folytatott a maga Sherlock Holmesával. Egy dologban viszont nem illett rá az író jellemzése: nem volt sem gonosz, sem erőszakos. És a történet vége is egészen más lett.

◆ Adam Worth – eredetileg Werth vagy Wirtz – 1844-ben született Németországban. A társadalmi ranglétra alján tengődő zsidó családban élt, olyan nyomorban, hogy amikor öt éves volt, a szülei a jobb megélhetés reményében kivándoroltak Amerikába. Apja szabó volt, csekély keresetéből alig tudta eltartani a háromgyerekes családot. Adam az utcán nőtt föl a többi perifériára szorult zsidó család gyerekeivel együtt, és kiskamasz korára nagyon elege lett ebből az életformából. Arról álmodozott, hogy kitör a nyomorból, maga mögött hagyja a szégyenben élő kitzsitzottakat, és ő is a „nagyok” életét fogja élni.

Tizennégy évesen, az amerikai álom bűvöletében megszökött otthonról. Két évig csak az utcákon csavargott, de nem sokáig maradt bevétel nélkül, mert az 1861-ben kitört amerikai polgárháborúban nagy szükség volt

katonákra. Az északiak szövetsége komoly gazdasági fölényben volt a Délel szemben, ezért megengedhette magának, hogy anyagi előnyökkel kecsegtesse a besorozott bakákat. Worth életkorát tizennyolc évnél hazudva belépett a seregbe, így szert tett a neki járó díjazásra. Ez harminc dollártól akár ezer dollárig is terjedhetett. Adam részt vett több csatában is, először tizedessé, aztán őrmesterré nevezték ki. Kifejezetten bátran helyt állt, de egy sérülése után jobb kereseti lehetőséget talált. Amikor ugyanis felgyógyulva kiengedték a kórházból, megdöbbenve vette észre, hogy tévedésből halottnak nyilvánították. Elérkezettnek látta az időt, hogy csatlakozzon a zsoldon nyereszkesedők táborához. Hamis néven ismét belépett a seregbe, majd miután felvette a díját, megszökött, és máshol, más néven próbálkozott újra. Ezt sokszor megismételte.



Adam Worth 1890 körül



Allan Pinkerton

A hadsereg is tisztában volt vele, hogy a jutalompénzekkel sokan visszaélnek, ezért nagy erővel nyomoztak a csalók után. Worth neve is felkerült a körözöttek listájára, Amerika egyik leghíresebb nyomozóirodáját, a Pinkerton Ügynökséget bízták meg az elfogásával. Többször is közel kerültek hozzá, de mindig megszökött. Az ügynökség egyik vezetője, William Pinkerton személyesen is részt vett a keresésben, és nem is sejtette, hogy az elkövetkezendő ötven évben ez a nyomozás lesz az élete egyik legfontosabb tevékenysége.

Worth New Yorkba szökött a nyomozók elől, és belevetette magát az alvilágba. Ez volt akkoriban a világ egyik legkorruptabb helye: a politikusok és a rendőrök megvásárolhatóak voltak, az utcákat jól szervezett bandák uralták.

### **BŰNÖZŐI KARRIER**

Adam könnyedén beilleszkedett, és a hierarchia alján kezdte. Először zsebtolvajnak képezték ki, és nagyon ügyesnek találták. Nemsokára megalapította a saját tolvajbandáját, majd betörések szervezésével és finanszírozásával kezdett foglalkozni. A tevékenysége során azonban kikötött egy fontos, áthághatatlan szabályt: senki, aki vele dolgozott, soha nem alkalmazhatott erőszakot a bűncselekmények elkövetése során.

Egyre nagyobb lopásokat szervezett: ékszerészüzleteket, biztosítótársaságokat, bankokat rabolt ki, és közben új barátokat is szerzett. Ilyen volt például egy Charley Bullard nevű rabló, az alvilág kedvelt zongoristája, akivel szokatlan körülmények között találtak egymásra. Bullardot egy százezer dolláros – mai értéken nyolcszázmillió forintos – vonatrablás után

a Pinkerton-nyomozók fogták el, és egy New York-i börtönben várta a tárgyalást. Az alvilág vezérei összeverbuváltak egy kis csapatot a kiszabadítására. A mentőosztag vezére Adam Worth volt. Alagutat ástak a zongorista cellájához, majd a gondosan lefízetett börtönőrök közreműködésével megszöktették. Bullard és Worth ettől kezdve elválaszthatatlan barátok lettek, és döbbenetes mennyiségű pénzt raboltak együtt.

A legnagyobb dobásuk a Boylston Bank nevű pénzintézet volt 1870-ben. Magukat üdítőital-kereskedőknek álcázva bérbe vettek egy épületet a bank mellett, majd hosszas munkával kibontották azt a falat, amelyikre a szomszédban a széf közvetlenül rá volt tolva. Különböző vágóeszközökkel hátulról kinyitották az acélszéfet, és egymillió dollárt – nyolcmilliárd forintot – emeltek el készpénzben és értékpapírokban. Pinkerton hamar kiderítette, hogy csak ők követhették el a rablást, és minden emberét rájuk állította. Worth és Bullard tudta, hogy már nem sokáig tudnak kicsúszni a nyomozók kezei közül, ezért a rablott holmit alvilági ügyvédeken keresztül értékesítették, és Európába hajóztak.

### ALVILÁGI BARÁTSÁG

Liverpoolban ütöttek tanyát, ahol Worth vezetésével késedelem nélkül elkezdték megszervezni a helyi csapatukat. Hamar kialakítottak egy kiterjedt hálózatot, és rablásokat szerveztek. Tökéletes összhang uralkodott a két bűnöző barát között, mindenben testvériesen osztoztak. Amikor megismerkedtek Kittyvel, a tizenhét éves bárputoslánnyal, a lány sokáig nem tudott dönteni közöttük, így egy ideig rajta is megosztottak. Amikor aztán Kitty Bullardot választotta, Worth elfogadta a döntést. Igaz, alkalomadtán azért ő is számot tarthatott a lány kegyeire.

Az újdonsült pár hamar elkezdte az esküvőt tervezgetni, Worth pedig az alkalomhoz méltó ajándékot szándékozott adni nekik. Ennek érdekében kirabolt egy jól menő zálogházat, ahonnan másfél milliárd forintnyi értéket lopott el. Az összeg felét nagylelkűen a barátjának és újdonsült feleségének adta.

1871-ben, a párizsi kommünt követő anarchikus állapotok közepette úgy döntöttek, hogy a francia fővárosban próbálnak szerencsét. Az Operaház közelében megvásároltak egy háromemeletes épületet, és további komoly befektetések árán létrehozták benne a sokféle igényt kielégítő Amerikai Bár nevű létesítményt. Az evés-ivás és más úri szórakozások mellett tiltott szerencsejátékokot is lehetett itt üzni. A hatóságok nem gyakran zargatták őket, mivel a megvesztegethető tisztviselőknek is

***Magukat üdítőital-kereskedőknek álcázva bérbe vettek egy épületet a bank mellett, majd hosszas munkával kibontották azt a falat, amelyikre a szomszédban a széf közvetlenül rá volt tolva.***

bőven jutott pénz a busás bevételekből. Veszély esetére pedig egy kifinomult jelzőrendszert működtettek, amely időben jelezte az esetleges razziát. Ilyenkor a kártyaasztalok és a ruletkerekek gondosan kialakított rejtekhelyekre csúsztak be a falakba és a padló alá, így mire a zsandárok megérkeztek, semmi gyanúsat nem találtak.

Pinkerton Amerikában is értesült esküdt ellensége új vállalkozásáról, és nem volt rest Párizsba utazni, hogy leleplezze és elfogja Worthöt. A bűnöző személyesen fogadta őt, a tökéletesen legálisnak látszó környezetben, makulátlan udvariassággal köszöntötte, és meghívta egy italra. Szívélyesen elbeszélgettek a világ dolgairól, majd Pinkerton dolgavégezetlenül távozott. Az elkövetkezendő hetekben rendszeresek voltak a razziák. Bár a jelzőrendszer kifogástalanul működött, Worth megértette, hogy a felhőtlen szerencsejátéknak vége. Pinkerton szagot fogott, és előbb-utóbb lebuktatta volna őket. A biztos bevételt jelentő Amerikai Bárt így bezárták.

### AZ ALVILÁG KIRÁLYA

Mivel Párizsban sem volt maradásuk, a következő állomás London volt. Worth vásárolt hármuknak egy elegáns kétemeletes villaépületet, és kibérelt egy lakást is. Innen szervezte a vállalkozásait. Ez volt az az időszak, amikor Moriarty valóban színre lépett. Óriási hálózatot épített ki a londoni alvilág bűnözőiből, és zseniális szervezőtehetséggel irányította őket. Minden rabláshoz megtalálta a megfelelő elkövetőket, méghozzá egy modern piramisrendszer felhasználásával. Ily módon senki nem tudta, igaziból kinek dolgozik, mivel a bűnözők ravasul kiépített csatornákon kaptak megbízásokat, majd



Allan Pinkerton az antietami csatában (1862)

a részesedésüket is anonim módon osztották le nekik. Ez a rendszer nem korlátozódott Londonra, de még Angliára sem. Az egész európai kontinensen végrehajtottak minden létező bűncselekményfajtát, amit erőszak alkalmazása nélkül meg tudtak csinálni. Voltak bankrablók, útonállóik, széfekeket fosztottak ki, csekket hamisítottak, postakocsikat és vonatokat raboltak ki. Worth mottójához persze mindenkinek tartania kellett magát: „Az eszes embernek nincs joga fegyvert tartani. Használjátok az agyátokat!”

Pinkerton minden erejét és erőforrását latba vetette, de nem tudta elkapni Worthöt. A ravasz bűnöző még a Scotland Yard nyomozóinak terveiről is jó előre értesült beépített emberei révén. Azt is megengedte magának, hogy élvezetből maga is elkövesse egy-egy látványos rablást. Ilyen volt például, amikor megtetszett neki a Devonshire hercegnője című híres festmény. Egy éjjel maga lopózkodott be a képet kiállító galériába, szakavatott kézzel kivágta a keretéből, majd a kabátja alá rejtve hazavitte. A festmény annyira a szívéhez nőtt, hogy nem is adta el, hanem megtartotta.

Az 1880-as évek a magabiztos gyarapodás évei voltak. Worth megnősült, két gyermeke született, és látszólag a tisztességes polgárok életét élte. A családjának fogalma sem volt róla, miből gazdagodott meg. Módszerei a végsőkig finomodtak, a hálózata minden korábbinál nagyobbra hízott.

## VEZEKLÉS ÉS JÓVÁTÉTEL

A baj 1892-ben kezdődött, amikor egy rosszul sikerült rablás során Belgiumban letartóztatták Bullardot. Worth

Liege-be utazott, hogy megpróbálja megvesztegetni az ottani tisztviselőket. Amikor odaért, megtudta, hogy a barátja időközben meghalt. A hír nagyon lesújtotta, talán ez volt az egyik oka annak, hogy ő is óvatlanná vált.

Egy hirtelen ötlettől vezérelve ugyanis megpróbált kirabolni egy néhány percre felügyelet nélkül hagyott postakocsit, de rajtakapták. A nyomozás és a tárgyalás során megpróbálták bebizonyítani, hogy rengeteg minden van még a számláján, de ő tagadott. A belgák kapcsolatba léptek Pinkertonnal is, aki azonosította Worthöt, de megdöbbenő módon nem osztotta meg a nyomozókkal mindazt a töménytelen mennyiségű információt, amelynek a birtokában volt a bűnözőkirályról. Az elmúlt évtizedek alatt kialakult a két ellenfél között egyfajta tisztelet, ami már-már barátságba fordult. Worthöt így is hét év börtönre ítélték, és ez az időszak borzalmas volt számára. A vele szomszédos cellában az egyik korábbi ellensége ült, aki ellene vallott a tárgyaláson is, most pedig minden lehetőséget megragadott riválisa gyöttrésére. Ellene hangozta a többi rabot, megalázták, verték, és pokollá tették számára a börtönéveket.

Mialatt távol volt, egy másik ellensége megerőszkolta a feleségét, aki beleőrült a traumába, és elmebetegintézetbe került. Fiukat és lányukat Worth öccse fogadta örökbe Amerikában. Amikor kiszabadult a börtönből, az egykori alvilági vezér már csak árnyéka volt önmagának. Betegen és megtörve utazott Amerikába, hogy kijátssza a birtokában lévő utolsó adut. Meglátogatta Pinkerton, és a két egykori ellenség immár megöregedve, régi barátokként ült asztalhoz. Worth egy utolsó ajánlatot tett, amely mindkettőjüknek kifizetődő volt. Átadta a magánnyomozónak a mindaddig gondosan rejtgetett festményt, és így Pinkerton lehetett az, aki megoldotta az évtizedes rejtélyt. A nyomozói bravúrért cserébe Worth annyit kért, hogy Pinkerton üssön nyélbe egy üzletet. A tárgyalások során a rabló hatalmas összeggel gazdagodott, a galéria visszakapta a festményt, Pinkerton megdicsőült, a Scotland Yard pedig szemet hunyt, és elfogadta, hogy Adam Worth már nincs az élők sorában.

Worth végre visszakapta a gyerekeit, Londonba hajózott velük, kiváló iskolába íratta őket, és vásárolt nekik egy elegáns házat. Miután mindent elrendezett, megadta magát a betegségnek, és 1902-ben meghalt. Az évtizedeken átívelő bűncselekmény-sorozat haszna – még ha nem is maradt belőle sok – immár tisztára mosva állt az utódai rendelkezésére. Sir Arthur Conan Doyle pedig már 1893-ban, Az utolsó eset című novellában bevezette, és halhatatlanná tette James Moriarty figuráját. ♦



SZÖVEG –  
KIRÁLY ESZTER

KÉP –  
PÁCZAI TAMÁS

# Az önazonosság tétje

## Interjú Bolyki Balázssal

Az ország egyik legkiválóbb énekesa, a Bolyki Soul&Gospel Kórus alapítója, négy gyermek édesapja, a legendás Bolyki Brothers frontembere. Továbbá: művészeti vezető, aki néha késik, de ha kell, maga pakolja le a székeket, karnagy, aki harmóniába tereli a benne élő különleges talentumot. **Bolyki Balázssal** a Bolyki Soul&Gospel Kórus augusztus végi jubileumi koncertje kapcsán beszélgettünk tapsról és dicsőségről, gospelről és showbizniszről, csomagtartóból vezetett próbákról, Isten öntözöslagjáról és az önazonosság tétjéről.

- ◆ – **Egy kommentelő szerint szereted a hangodat.**
  - Azt szeretem, hogy énekelhetek. Óriási öröm, hogy ez lehet az önkifejezési formám, hogy erre kaptam talentumot Istentől. Tisztában vagyok azzal, hogy a tehetségem honnan van, ezért azzal is, hogy nincs végpontja, hogy meddig ér el – viszont nem az enyém. Azt szeretem, amikor Isten rajtam keresztül tud bármit is közölni, amikor hangszer lehetek a kezében. Egyébként visszahallgatva nem annyira szeretem a hangomat, mert még egyszer sem tudtam olyan felvételt készíteni, amivel igazán elégedett lettem volna.
- **Lehet a virtuozitás teher annak, aki a hit szolgálatában használja a tehetségét?**
  - Nem. És nem akarom, hogy azt gondolják, mivel a gosszellel én Isten ügyében járok. Szoktam mondani, hogy Istené a dicsőség, miénk a taps. Szeretjük a tapsot, borzasztó sokat dolgozunk, gyakorlunk érte. Aki nem kér tapsot, olyan, mint aki azt mondja: Isten ügyében járok a munkahelyemre, tehát nem kérem a fizetésemet. A koncertre a közönség szakmai kritikus szemmel jön, de szellemi többlettel mehet haza. Tehát a legmagasabb színvonalnak alapnak kell lennie a célhoz, ami az, hogy a hallgató szívében történjen valami. Ha valaki ugyanúgy megy haza, ahogy érkezett, akkor elbuktunk.



Bolyki Balázs

**– Szólista alkat vagy, de a legnagyobb erőidet a zenei közösségeidre fordítod: ott a Bolyki Brothers, a jubiláló Bolyki Soul&Gospel Kórus, a Para-ra, a fiaid alkotta B4. A Képmásnak azt mondtad pár éve, hogy a csúcs magányos hely...**

– Lerch István és Horváth Attila írt egy fantasztikus dalt Charlie-nak. Ez a Győztél, most sírj, és a dal úgy indul, hogy a csúcs az magányos hely. Az életem egy időben sebesen robogott ebbe az irányba. Minél magasabbra húznak a sikerek, a toronyban annál kisebbek a szobák, és a felhőkarcoló csúcán nagyon magasan vagy, és nagyon egyedül. A hivatásom révén rengeteg ajándékot kaptam. A századát sem reméltem annak a sok élménynek, amiben részem volt. Egy ponton eltűnődtem, mit érdemes mindezzel kezdeni. Hova viszi magát az ember, mibe teszi a szívét? Építheti tovább a sikertornyát – de én nem magányosan képzeltem a jövőt. Gyuri bátyámmal beszélgettünk erről sokat, és vele indítottuk el tíz éve a kórust.

**– A Bolyki Soul&Gospel Kórus egy megérkezés is?**

– Most úgy érzem, mintha mindig is ez lettem volna én: mintha mindig lett volna kórus, mindig tanítottam volna, mindig sok embert vittem volna színpadra. De azért ez nagyon komoly önismereti út, mert az ember szembetalálkozik magával. Különösen vezetőként. A fene sem akart vezető lenni. Kovács László karnagy barátommal egyszer egy műsorban a kórusvezetésről kérdeztek minket. Ő Bárdos Lajost idézte, aki szerint a karnagy az az ember, aki egy üres terembe székeket visz be, majd onnan székeket visz ki, és nagyon örül, ha eljönnek az emberek énekelni.

**– 2011 áprilisában alapítottátok a kórust tucatnyian, később voltatok hetvenen is. Hogy alakult ki a mostani felállás?**

– Kezdetben jobban ragaszkodtam az énekes előléthez, de később rájöttem, hogy akiknek kevesebb tudásanyag van a „winchesterén”, azzal könnyebb összehangolódni,



***Aki önazonos, az lehet jó öntözőslag Isten kezében, és az a legfontosabb feladata, hogy a lehető legjobban kipucolja a tömlő belsejéből a szorongásait, hamisságait, becsvágyát.***

és elérni, hogy valóban az szólaljon meg, ami a lélekből tör fel. Az elején nagyra nőttünk, és a hetvenfős létszám tartóhatatlan volt. Most huszonöten vagyunk, ez bár „cseresor” nélküli, de megfelelő „keret”. Minden próba szinte kurzus is egyben. Néha „kardiópróbát” tartunk, végigéneklünk huszonöt dalt, hogy meglegyen az állóképesség, máskor órákon keresztül egyetlen sort vagy ütemet csiszolunk. Tíz éve heti kétszer próbálunk, nincs nyári-téli szünet. A Covid-járvány alatt online folytattuk, én egy áruház

parkolójában, a csomagtartóból vezettem a próbákat úgy, hogy arcokat nem is láttam a képernyőn, és a szivargyűjtőből csiholtam a 220-at.

**– Ez nagyon „rakendroll”, mondhatnánk. De inkább „nagyon gospel”.**

– A gospel eredeti felállása az volt, hogy kiállt a pásztor, és szemben a nyáj, akik egymással interakcióban vettek részt a zenében, mint egy felszabadult, mozgalmos imában. A showbiznisz ezt vette át, de úgy, hogy eltévesztette a lényegét: a pásztor nem az Isten volt, hanem csak a közvetítője. Vezető, de a nyáj tagja is – és ezt pontosan tudta magáról. A showbizniszben viszont a sztárok lettek az istenek, akiket a közönség emel fel vagy taszít le. Hiszen az már nem isten, akit a koncert után meglátunk a mosdóba igyekezni – ő akkor ugyanolyan ember, mint mi. A showbiznisz tehát kasztrálta a gospelt, átvette a formát a tartalom nélkül. Ezért is nehéz gospel együttesként megmaradni a showbizniszben. Mert nincs gospel



önazonosság nélkül. A kórus nem a szentéletűek klubja, hanem: hús, vér, nyál, por, az élet minden természetes összetevője működik bennünk, az indulatok, a harcok is, hiszen élünk. A cél nem jónak tűnni, hiszen ugyanolyan vagyok, mint bárki, egy centivel sem tartok előrébb. Aki önazonos, az lehet jó öntözőslag Isten kezében, és az a legfontosabb feladata, hogy a lehető legjobban kipucolja a tömlő belsejéből a szorongásait, hamisságait, becsapókat. Akkor a közönség csak azt érzi majd, ami áradhat. A tanítási technikám kulcsa is az, hogy akkor tud valaki a lelke mélyéről valódi töltetet előhozni és abból adni, ha teljesen önazonos, és nem kell közben viselkednie. Számomra a tét az, hogy aki a közönség soraiban ül, elhízi-e, hogy szeretve van.

#### – Mit kezdhet ezzel a közönség?

– Az a jó, hogy nem kezdeni kell vele valamit, hanem megengedni. Elhinni, hogy ha azt éneklek, hogy „My life is in Your hands” (Az életem a te kezében van), az nem azt jelenti, hogy látod, bezzeg az én életem meg van oldva, te meg lemaradtál. Hanem azt, hogy meghívom a hallgatót abba az intimitásba, amelyben éneklés közben érzem az örömet. Ezt nem is tudom nem megosztani, annyira áthat sejt szinten. Ha erre esetleg válasz is érkezik, az a munkánk szürete.

#### – Augusztus 29-én lesz a Bolyki Soul&Gospel Kórus 10. jubileumi koncertje, amelynek *A zene a híd* címet adták. Hova visz a híd?

– A Kongresszusi Központban ünnepelni szeretnénk, úgy, hogy mindenki érezze: amit csinálunk, azt nem lehet pusztán egy koncertért csinálni. Zseniális zenésztársakat hívunk meg, akikkel az elmúlt években zenéltünk közösen: ott lesz Horváth Charlie, Mező Misi, Radics Gigi, Kőkény

Attila, Berkes Gabriella, Gyárfás István, Pintér Béla, a Para-ra Gospel és a B4. *A zene a híd* azt jelenti, hogy emberek, akik valamiben különbözőek, a zenében mégis összeérnek, tehát a sokféleség egy dologra fókuszálva találkozhat. Ez a koncert címadó dala is, egy duett Charlie-val, ami arról szól, hogy mi is a zenében kötöttünk barátságot. „Nem stimmel a nap, nem stimmel az évszám, / Ha szembejössz, egy másik kor néz rám, / de ahhoz, hogy tudjam azt, ki vagy, / nekem elég, hogy hangot adj.” Ezt az üzenetet gondoltuk tovább, mert a saját egyéni értékeink nem egymás ellen kijátszandók. A koncerten előadott dalokban tehát különböző világok – műfajok, életutak, generációk – fonódnak össze. A cél, hogy ebből mozgalom legyen, és remélem, hogy nemzetközi szintre is el tudjuk vinni: ha minden jól megy, idén ősszel akár tengerentúli színpadra is.

#### – A többi vendégművésszel is a zenének köszönhetitek egymást.

– Radics Gigi már egész kicsi kislányként jött velünk énekelni, fantasztikus volt látni, ahogy kibontakozott a pályája. Mező Misi is nagy ajándék. Több hazai sztárért sokat imádkoztam: milyen jó lenne, ha megszólítaná az ő szívüket is a Teremtő, és jönnének az ő talentumukkal, Isten felé, milyen erő lenne abban. Misi az egyikük. Vele egy olyan dalt adunk elő, amely az elmúlás előtti utolsó percek láttán született bennem: „Odafront tárt karokkal várnak, amikor itt véget ért az út, / Szüntelen árad rád a forrás, és ott soha nem szárad ki majd a kút.” Kőkény Attila életében is kirajzolódik a kegyelem – valószínűleg erről ő mond majd többször a koncerten. Gyárfás Istvánnal és Berkes Gabriellával szintén nagyon erős dalokkal készülünk, Pintér Bélával a *Homokba írva* című, a megbocsátásról szóló szerzeményét adjuk elő együtt – ahogy nekünk, úgy minden dalnak is története van. És lesz még meglepetés is. ♦



SZÖVEG –  
LACKFI JÁNOS

SOROZAT –  
#JÓÉJTPUSZI



# ISZONYYATOSAN



◆ Iszonyatosan érezni, hogy itt az Isten. mégis jobb lenne messzire futni, ezt nem lehet kibírni. Nem lehet itt maradni, de nem lehet menekülni sem. Fényes nappal szénfekete az ég, koszt, ágakat, leveleket sodor a szél. Ijesztő idő, reng a föld, robajlik az ég, nem akarom, hogy ez történjen, de hiába akarok bármit is, ez van. Ott állok a többi asszonnyal együtt a kereszt lábánál, ott van minden bűnöm a fához szegezve, bárcsak engem szögeztek volna fel helyette, semmit se tehetek érte, a lábát sem érem el, elhajtanának a katonák. Bezzeg a mocskokat odaengedik az ecetes szivaccsal. Tenni kéne valamit, nem lehet. Lenn a völgyben a város éli az életét, azt sem tudják, mi folyik itt a hegyen, pedig őket gyógyította, tanította, szerette. Nem akarom, hogy ez legyen, stop, állj! Az a szétszaggatott test kinyitja szemét, mellyel már sehova se néz, az Atyára néz, és mondja: Isten sem akarja ezt, csak megengedi szeretetében. De hát ez öngyilkos szeretet, dühöngök...

Igen, mondja, minden valódi szeretet öngyilkos, ami ennél kevesebbel beéri, az csak próbálkozás. Kérdeztem, de hisz annyira itt van Isten, érezni a levegőben, mindenütt, akkor viszont miért nem szabadít meg ő. A holttest megint kinyitotta szemét, és mondta: de hiszen most szabadítalak meg, nem érzed? Hé, mondtam, egy halott hogyan tud beszélni? Mosolygott: lesznek itt még furább dolgok is... Szégyellem magamat, mert sírok és örülök, hiszen ha ez öröm, akkor igazán miért böngök, ha meg fájdalom, akkor nincs minnek örülnöm, nem? A halott beszél tovább: engedd meg magadnak a fájdalmat is és az örömet is, kell mind a kettő. Az asszonyok közül van, aki elájul, a többiek pofozgatják, élesztgetik, én kemény vagyok, bírom, mégis eleven seb. Nem látom, de tudom, hogy a templom függőnye földig szétszakad. Mondd, miért? Én is szétszakadtam értetek, mondja a halott, a szakadáson keresztül beléphetsz sebeimbe, ott már nincsen bűn, leomlik a gát, leomlik Jerikó fala, megsemmisül a gonoszság elválasztó vonala, beléphettek a szívembe, hatalmas, véres templom, jut hely ott mindenkinek. ◆

# KÉPMÁS> SPIRITUSZ

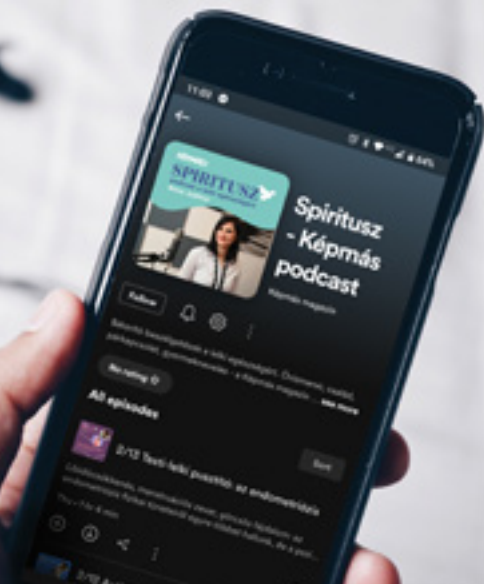
podcast  
a lelki egészségért  
Bóna Judittal

A Képmás magazin pszichológiai podcast-műsorának vendégei a lélek bonyolult működését jól ismerő szakemberek és olyan ismert személyiségek, akik bátran beszélnek életük legnehezebb és legörömtelibb időszakairól, küzdelmeikről és felismeréseikről. A boldogsághoz önmagunk és a többi ember viselkedésének megértésén keresztül vezet az út.

A műsorvezető **Bóna Judit**



**önismeret**  
**lelki egészség**  
**stresszoldás**  
**párkapcsolat**  
**gyermeknevelés**  
**életmód**  
**... és még sok más téma**



[kepmas.hu/podcast](https://kepmas.hu/podcast)



SZÖVEG –  
SZABÓ FRUzsINA

KÉP –  
JÓNÁS JÁcINT

# ANESZTEZIOLÓGUS A BASSZUSGITÁRNÁL

A több mint negyed évszázados Dr.Rock zenekart 1996-ban öt orvos alapította. Az évek során rengeteg formációval álltak színpadon, most négyen vannak: a gitáros-énekes aneszteziológus, *Kolyvek István*, a basszusgitáros reumatológus, *Tasnádi László*, *Balázs Patrik* a billentyűknél és talán a sokaknak ismerős *Debreczeni Ferenc*, vagy ahogy az Omega-rajongók ismerik, „Ciki” a doboknál.

- ◆ A Dr.Rock története akkor kezdődött, amikor Kolyvek Pisti a Baleseti Intézetben kezdett dolgozni. A kórház egy jubileumi ünnepséget szervezett, és kitalálták, hogy legyen egy zenei műsor is. Ekkor kezdték el összeszedni azokat az orvosokat, akik tudtak játszani valamilyen hangszerezen. Az első „koncert” után folytatásra biztatták őket. „Stílusváltoztatást javasoltam, és aztán szerettem volna saját dalokat is írni. A banda egy része lemorzsolódott, mert nem mindenkinek az idejébe fért bele, hogy ennyit foglalkozzon a zenével” – meséli az aneszteziológus, aki az indulásától jelen van a zenekarban. Kezdetben magyar feldolgozásokat játszottak, minden szombaton a kórház tornatermében zenéltek. Később klubokat szerveztek, ahova először csak a kórházi dolgozók jártak, aztán azok ismerősei, végül az ismerősök ismerősei, míg lassan kinőtték a tornatermet is. A próbák és a koncertek rendszeressé váltak. „Ha az ember valamit nagyon akar, akkor azt megcsinálja. Nehéz volt, hiszen mind az öten orvosok voltunk, más ügyeleti beosztással, közben mindenki szeretett volna a családjával is időt tölteni. Az orvosszakma önmagában is sokszor kiszámíthatatlan, ahogy a zenészet is” – mondja Pisti.



**Csak viccből mondtam  
Cikinek, hogy »gyere,  
dobolj velünk!«, de  
neki az volt a válasza,  
hogy miért ne.**

’99-ben az akkori dobos, Ember Tibor kilépett a zenekarból. Ekkor jött „Ciki”, aki a mai napig meghatározó tagja a zenekarnak. „Ugyanabban az évben, amikor az Omega a Népstadionban játszott, Cikinek lesérült a térd, és behozták hozzánk, mi operáltuk. A műtét után összeismerkedtünk, sokat beszélgettünk, és levittük egy próbára, látta, hogy mennyire felszabadultan és örömmel zenélünk, hogy semmi kötelezettségünk sincs. Ez megtetszett neki. Csak viccből mondtam, hogy »gyere, dobolj velünk!«, de neki az volt a válasza, hogy miért ne” – emlékszik vissza az aneszteziológus. „Minden szempontból meghatározó volt, amikor Ciki elkezdett velünk játszani, hiszen így kapcsolatba kerültünk az Omegával.



Dr. Rock balról jobbra: Balázs Patrik, Kolyvek István, Debreczeni Ferenc „Ciki”, Tasnádi László





Ha valaki azt mondja nekem gimnazista koromban, amikor ott-hon a tükkör előtt álltam tollasütővel a kezemben, és gitározást imitáltam, hogy majd az Omega tagjait a barátaimnak mondhatom, és velük zenélhetek, biztos kiröhögtem volna – nevet Pisti. „Amikor visszanezésem a felvételeket, akkor jövök rá, hogy ez mit jelentett. Amikor az ember benne van és csinálja, zenél, dalokat ír, akkor abban a pillanatban van. Sok mindent csak most dolgozok fel, most látom, hogy ők mekkora emberek voltak.”

Pisti nem akart orvos lenni. A szülei pedagógusok, így az volt a példa előtte, a Testnevelési Főiskolára akart jelentkezni, de egy baleset keresztülhúzta a számítását. Végül beadta az orvosira a jelentkezését, de nem vették fel. Fél évig gipszelőként dolgozott, de mellette folyamatosan járt le próbálni Borsodivánkára egy zenekarral. „Mivel sokat zenéltem és keveset tanultam, másodjára sem vettek fel az orvosira. A szüleim persze ekkor már mondták, hogy kell valami komolyabb, ugyanakkor mindig támogattak, és én is éreztem, hogy csak azért is megcsinálom.”

Harmadik alkalommal az egyetemi jelentkezése előtt felköltözött Budapestre. Kivett egy albérletet, majd

elkezdett dolgozni az Anatómiai Intézetben mint segéd-boncmester, hogy kipróbálja magát. Tudni akarta, hogy ha tényleg belevág, fogja-e bírni egyáltalán. „Először nagyon tartottam tőle, és aztán pont annyira megtetszett ez az egész. Nem lehet elmondani, mi is pontosan, az egésznek a misztikuma, az emberi test szépsége. Akkor döntöttem el igazán, hogy ezt szeretném csinálni, és akkor, harmadjára fel is vettek az egyetemre. A zenélés folyamatosan megmaradt egyetem alatt is. De nem ez lett a fő hivatásom” – meséli.

A zene kikapcsolódást, feltöltődést, inspirációt jelent számára. A mindennapi megnyugvást. „Ha munka után hazamegyek, nem fáradtság, hogy egy fél órát játszom és gyakorlok, ez benne van a napi rutinomban. Nem bántam meg semmit, mert szeretem ezt csinálni. Amikor kamaszként felmentem a színpadra, jött az adrenalinlöket – ugyanezt érzem most is. Nem tudom, mi lett volna, ha profi zenész leszek, lehet, hogy bizonytalanabb lenne az életem, mert itthon nagyon jónak kell lenned ahhoz, hogy elismert zenészként tudd biztosítani a megélhetésedet, ezt csak a legnagyobbak tudják. Nyilván akkor nem voltam ennyire előrelátó, de most már úgy gondolom, hogy jól döntöttem.” ♦

# Regisztrálj Játékoskártyát közel 3000 értékesítőhelyünk egyikén, és élvezd a Neked járó extra előnyöket!

✓ E-mailben történő értesítés az elért nyereményről és egyedi ajánlatokról, promóciókról

✓ Nagyobb biztonság a kisnyeremények felvételénél: kizárólag Játékoskártya bemutatásával együtt

✓ Online is elérhető kényelmi szolgáltatások

✓ Automatikus nyereményátutalás bankszámlára a 80. napot követően (200.000 Ft-ig)

✓ Promóciókban való részvétel

✓ Kedvenc játékok tárolása és kezelése

✓ Játéklimiték beállítása

Használd **Játékoskártyádat** vásárlásaid során, mert 2 hetente értékes nyeremények várnak:

1 x 1 millió Ft

1 x 500 ezer Ft

10 x 100 ezer Ft  
Media Markt  
ajándékkártya

A promóció időtartama: 2022. május 30. – szeptember 4.



SZERENCSEJÁTÉK ZRT.

A Játékoskártya és a promóció részleteiről érdeklődj a lottózókban és a [www.szerencsejatek.hu](http://www.szerencsejatek.hu) oldalon.

#maradjonjáték 18



SZÖVEG –  
OSZTOVITS ÁGNES

# A SIKER TITKAI

Svédországban élő barátnőm, aki nem mellékesen aktívan tevékenykedő költő-író-műfordító, nemrég a szememre vetette, hogy öregszem, nem értékelem a kísérletező szerzőket, még mindig meghaladhatatlannak látom a XIX. század nagy orosz klasszikusait, pedig túl kellene lépni rajtuk. Van a szemrehányásban némi igazság, de azt gondolom, egyre nagyobb szükségünk van az egyedi embert középpontba állító művekre, belefáradtunk a kísérletekbe.

## ◆ GUZEL JAHINA SZERELVÉNY SZAMARKAND FELÉ

című regénye olyan sokkoló és felemelő olvasmányélmény (*Soproni András* kiváló magyar fordításában), hogy miután bevégeztük, sokáig nem is tudunk más könyvet kézbe venni. Éreztük már a tatár születésű orosz írónő első két regénye (*Zulejka kinyitja a szemét, A Volga gyermekei*) után is, hogy nagy irodalom van kibontakozóban, de most a klasszikus orosz realizmus XXI. századi újjászületését is ünnepelhetjük.

A regény cselekménye 1920 körül játszódik. A bolsevikok átvették a hatalmat, de az ellenséget még nem fektették két vállra, és főként nem sikerült megszervezni a lakosság élelmiszerellátását. A rettenetes éhínségben milliók halnak meg. Árván maradt, felpuffadt gyerekek fűvet, fakérget és hangyákat rágcsálnak, olykor egymás végtagjait is. Egy Gyejev nevű fiatal katona azt a feladatot kapja, állítson össze egy szerelvényt, és vigyen el ötszáz éhező gyereket Kazanyból Szamarkandba. A regény ennek a borzalmas utazásnak a története. A szedett-vedett kocsiából összerakott vonatnak nem sok esélye van, hogy eljut az ígéret földjére, hiszen minden hiányzik: víz, élelmiszer, gyógy- és fertőtlenítőszer, ruhanemű. Gyejev és különös segítői, Belaja, a hithű, sokat látott bolsevik komisszárnő, Berg, az embergyógyításra átálló öreg állatorvos, a vallásos ápolónő és a szakácsnő mindent megtesznek, hogy mentsék a gyerekeket, hogy vizet, élelmet szerezzenek, de kítör a járvány, el kell temetni a kicsik egy részét az utak

mentén. Gyejev, a józan észre fittyet hányva, újra és újra feltölti a csapatot, és a kinkeserves út végén ötszáz mezíten gyereket vezet a szamarkandi menhelyre. Kőkemény realizmus ez, izgalmas fordulatokkal, remek tájleírásokkal, portrékkal. Ez talán még utánozható, ám az már nem, ahogy ezt a kemény világot áthatja a költészet, ahogy szép lassan felveszik a szereplők múltja, és kiderül, ki miért vezekel ezen az úton. És az is kiderül, hogy a polgárháborús világban, a legnagyobb nyomorúság közepette sem veszett ki a jóság. Ki így, ki úgy, de mindenki segít, legyen az a vörös vagy a fehér tábor meggyőződéses katonája. A szívjóság, hirdeti a szerző, nem köthető elvi, politikai meggyőződéshez.

Jahina közel ötszáz oldalas regénye a téma komorsága ellenére is tele van finom humorral. Az olvasó hol a könnyeit nyeli, hol kacagni támad kedve. Nem véletlen a világsiker.

(*Helikon Kiadó, 5400 Ft*)

**GEORGE ORWELL 1984** című, mára klasszikussá vált, sokat idézett disztópiájának új fordítása – a portugál és az angol nyelvű irodalom kiváló tolmácsolója, *Lukács Laura* nagyszerű munkája – miatt merlegre tettük a regényt. E sorok írója a hetvenes évek elején, a legsötétebb Brezsnyev-érában az első fordító, *Szűgyártó László* jóvoltából találkozott a könyvvel. Az egykori latinszakos tanár, aki tankönyvekből tanult meg számos világnyelvet, kedvtelésből, szigorúan az íróasztalfióknak



legépelte mindkét nagy Orwell-regény magyar fordítását. Több mint hatvan éve. (A rendszerváltozás után jelentek meg az Európa Könyvkiadónál.) Keveseknek adta oda a fordítást, máig büszke vagyok, hogy nekem is. Akkor a könyv óriási hatást tett rám, nem annyira a szépírói erényei miatt. A politikai tisztánlátás bővült el. Úgy hittem, a szovjet rendszerről nem írtak még ilyen mély és okos elemzést. Mivel ma már rengeteg történeti munkát, visszaemlékezést ismerünk a szovjet korszakról, sőt szüleink saját bőrükön tapasztalták meg a Rákosi-féle zsarnokság természetét, a kommunista diktatúra mibenlétét, már nem a politikai tartalom izgat bennünket, hanem az, miért nem avult el ez a regény. Most újra olvasva, az tűnik fel elsőként, hogy itt nem csupán a szovjet rendszerről van szó, hanem a hatalomgyakorlás ma már elfogadottnak mondott eszközeiről is. A Nagy Testvér bizony figyel minket, követi telefonjainkat és internetes levelezésünket, és bele is törődünk, hogy szinte minden lépésükről tudomása van. Szinte észre sem vettük, hogy Új Nyelv született, jóval egyszerűbb és primitívebb, mint egykor Arany Jánosé. Hogy gondolkodásunk is ehhez a nyelvhez igazodik. Lázadni ideig-óráig lehet, és nem visznek kínzókamrába, ha mást gondolunk a világról, mint amit a többség jónak lát, de előbb-utóbb beállunk a sorba. Sajnos Orwell nem avult el. Érdemes újra kézbe venni az 1984-et.

(Scolar Kiadó, 4475 Ft)

A könyvhétre jelent meg **BENEDEK SZABOLCS EZ NEM AMERIKA** című regénye. A főhős egy életközépi válsággal küszködő rockzenész, aki a pandémia után készül a nagy visszatérésre. A József Attila-díjas szerző, aki negyvenes évei végére már tucatnyi könyvet letett az asztalra, köztük élvezetes történelmi regényeket, már a témaválasztással megfogja az olvasót. De nem ragad le a rockzene világánál, megpróbálja kideríteni, milyen örökséget hordoz a főszereplő, az egykori sztár. A nagypapa a háború előtt élte a maga léha, úri életét, aztán mintegy vezeklésképpen a kommunisták szolgálatába állt. Hittel és meggyőződéssel bíraskodott koncepciós perekben. Halála után a munkásmozgalom mártírjai mellé temették el. Az apa közszeretnek örvendő újságíró lett, később a megyei irodalmi lap főszerkesztője. Az ő életét a rendszerváltás törte ketté. A rocker karrierjét egy ifjúkori bűn felszínre kerülése fenyegeti. Benedek Szabolcs azt a súlyos erkölcsi kérdést feszegeti, hogy meddig mehet el az ember az önmegvalósítás során. A bemutatott életutak fordulatok és érdekességek, felölelik az elmúlt hetven év történelmét, de nem hatolnak igazán mélyre. És mintha a főszereplők túl könnyen kapnának feloldozást. Fenntartásaink ellenére is meg kell becsülnünk ezt a könnyed stílusban megírt, olvasmányos regényt, hiszen a színvonalas lektűr hiánycikk a kortárs magyar irodalomban.

(Helikon Kiadó, 3599 Ft) ♦

# AUGUSZTUSI KIMENŐ



Kép: Szegedi Szabadtéri Játékok / Szabó Luca

## CHICAGO

Az ismert musicalt egyedi koncepcióban mutatják be Szegeden. Béres Attila rendező megfogalmazásában nemcsak az igazságszolgáltatás és a showbiznisz olvad egybe a színpadon, hanem megjelenik a paneldzsungelek érzelmileg is sivár miliője is. A rendezés reflektál a darab központjában álló 15 perc hírnév problémakörének legmaibb vonzataira, univerzális mondanivalója mellett is sok izgalmas megoldással kikacsintva a magyar valóságra.

**Szegedi Szabadtéri Játékok, 2022. augusztus 12.,  
13., 14., 18., 19., 20.**



## NIGUN-KONCERT A ZEMPLÉNI FESZTIVÁLON

A Nigun 2021-ben ünnepelte fennállásának 20 éves jubileumát. Az évfordulóra egy új repertoár született, amely nagyrészt a zenekarvezető Párniczky András kompozícióiból áll, és mélyen átjárja a kelet-európai zsidó népzene ismerete és szeretete. Ez a mára letűnt misztikus hagyomány, amely ugyanakkor nagyon is emberi, hatalmas energiákkal szólal meg a modern jazz nyelvén koncertjeiken.

**Bodrogkisfalud, 2022. augusztus 15.**



## A DÖNTÉS

Dr. Edith Éva Eger *A döntés* című világsikerű művéből készült előadást a MOM Kulturális Központban nézhetjük meg, Csányi Sándor és Tenki Réka szereplésével.

Csányi Sándor a weboldalán így ír az előadásról: „Egy 93 éves nő elmeséli az életét, ami tele van örömmel, szeretettel, bájjal, aztán egyszer csak olyan borzalmak történnek vele, amik beleégnek az agyadba. Amit képtelenség elfelejteni vagy megbocsájtani. Persze az is kiderül a könyvből, hogy ha nem tudsz megbocsájtani, akkor nem is fogsz tudni továbblépni. (...) Azt érzem, 47 éve arra várok, hogy elmesélhessem ezt a történetet.”

**Budapest, MOM Kulturális Központ,  
2022. augusztus 24., 28.**

Kép: Zólyomi Norbert



Mester Viktória és Novák Péter

## „MONDD MEG NEKEM, MIT DALOLSZ, MEGMONDOM, KI VAGY” - 140 ÉVE KODÁLYVAL

A Coopera ünnepi gálakoncerttel kíván tisztelegni a magyar zene atyja, Kodály Zoltán előtt.

A koncert műsora feleleveníti az egyik legnagyobb népdalgyűjtőnk, a magyar zenei oktatás alapjait és hagyományait lefektető zeneszerző életművének fontos állomásait és műveit. A programban részletek hangoznak el – többek között – a *Háry János* című operából és a *Székelyfonó* című ikonikus daljátékból olyan neves operaénekesek közreműködésével, mint Mester Viktória, Balczó Péter és Kendi Lajos. A gálaesten közreműködnek a Debreceni Ünnepi Játékok rezidens zenei együttese: a Kodály Filharmonikusok és a Kodály Kórus, valamint a Lautitia Gyermekkar és a Debreceni Hajdú Táncegyüttes. Az összművészeti gálakoncertet Novák Péter rendezi.

**Debreceni Ünnepi Játékok, 2022. augusztus 13.**



## BUCKA-LAND

A Rétközi-tó partján kialakított Bucka-landben fantasztikus élményekben lehet részünk. Megszállhatunk a föld alá épített Bucka-lakokban vagy a magasházakban, körbetekerhetjük a tavat, sétálhatunk a víz fölött több száz méteren természetes anyagokból megépített pallókon, elmerülhetünk az ebihalak rajaiban, horgászhatunk, de akár szalonnát is süthetünk. A vízi tanösvényen szemtanúi lehetünk a gazdag állatvilágnak is. Nemrég családbarát strand is nyílt itt, vízvidámparkkal.

Ezen a vidéken biztosan találunk olyan helyeket, ahova elvonulhatunk a világ elől. Mi kipróbáltunk, szeretettel ajánljuk olvasóinknak is!



## „AKI KASSAINAK SZÜLETETT, FŐVÁROSI EMBERNEK SZÜLETETT...” - MÁRAI KASSÁJA ÉS BUDAPESTJE

Hirtling István színművész és Mészáros Tibor irodalomtörténész, Márai-kutató estjén nem pusztán részletek hangzanak el a Márai-életműből, hanem izgalmas, különleges és alig ismert információkat tudhat meg a közönség az örökérvényű szerzőről. Az előadások vetített képekkel, dokumentumokkal és Tárkány-Kovács Bálint cimbalomművész inspiratív és sokszínű zenei kíséretével segíti az irodalmi szövegek elmélyült befogadását.

Márai Sándor életművének két fővárosa Kassa, a szülővárosa és Budapest. Kassa sokszínűen jelenik meg életében: gyermekkora, a polgári-családi légkör, iskolái, első írói-újságírói próbálkozásai is idekötik, de a legtöbbször a város adta légkört említi legfontosabbnak. Budapest a maga világvárosi, ugyanakkor meghitt, hangulatos helyeivel, kávéházaival, kiskocsmáival, fürdőivel kiváló lehetőséget biztosított a polgári életformájához. Mindennek elvesztése törést jelentett pályáján.

**Budapest, Várkert Bazár, 2022. augusztus 29.**



# IX. VÁSÁRHELYI FORGATAG

Összeköt minket!

2022. augusztus 23-28.

ÁKOS \* BEATRICE \* PUNNANY MASSIF  
COMPACT \* APOSTOL \* 4S STREET

SZABADTÉRI PULI:

BRÉDA BIA \* BRUNO X SPACC \* JAURI

UV COLOR PARTY:

KEMPU \* AK26

PROGRAMKAVALKÁD:

EGÉSZSÉGFORGATAG \* KIÁLLÍTÁSFORGATAG

VÁSÁRI FORGATAG \* SZÍNHÁZI FORGATAG

TÉKA FORGATAG \* FOLKFORGATAG \* CSICSERGŐ

SZELFIMŰZEUM \* SPORTFORGATAG

KEREKASZTAL-BESZÉLGETÉSEK \* PUP-UP FORGATAG



Lengyel Lajos: Vas István, 1938, zselatinos ezüst, mgt.

## VAS ISTVÁN. AZ IDŐ METSZETÉBEN

A kiállítás arra vállalkozik, hogy bemutassa a költőt, a műfordítót, a regényírót. A mai olvasóhoz önéletírásai állhatnak a legközelebb, ezekben az intellektuális fejlődés, magára találás története mellett az olvasó bőven talál az irodalmi és szerelmi életet kitárgyaló részeket is. Hasonlóan ígéretes Vas István líráját, a „hétköznapi költészet” imponáló közvetlenségű szövegeit kiemelni. Leginkább rejtőzködő a költő a fordításokban, Shakespeare, Villon, Apollinaire, Molière, Brecht műveiben, holott ezek a remekművek sokáig és részben ma is az ő átültetésében ismertek.

**Szentendre, Ferenczy Múzeum, 2022.  
szeptember 25-ig**



Kép: Fejér János

## #KEDVESZÁMBÉK! - VERSES-ZENÉS SLANG FELOLVASÓSZÍNHÁZ

Dalok, dalszövegek, népdalszövegek, eredeti dokumentumok, szemelvények, versek, csujogatók, népköltészeti remekművek; elfeledett sorok és dallamok. Közérthetően, olykor viccesen, humorosan, groteszk módon, olykor nagyon is komolyan, drámaian, de valójában barátságosan, felépített dramaturgia mentén szerkesztve és rendezve.

A népköltészet és a városi. Klasszikusok a tájról, az országról és persze a határon túlról, mert a szavaknak és a művészeteknek, de a költészetnek és a táncnak, zenének végképp nincs határa.

Fellép Csákányi Eszter, Vecsei H. Miklós, Berecz István és Szokolay Dongó Balázs, az előadást Seres Tamás rendezi.

**Zsámbéki Nyári Színház, 2022. augusztus 28.**



# ART + ZENE + EVENT = ÜVEG.HÁZ

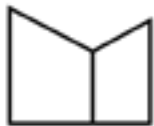
MOMkult • Sirály sétány

## HALLGASS IDE

08/04 Bored Groupies

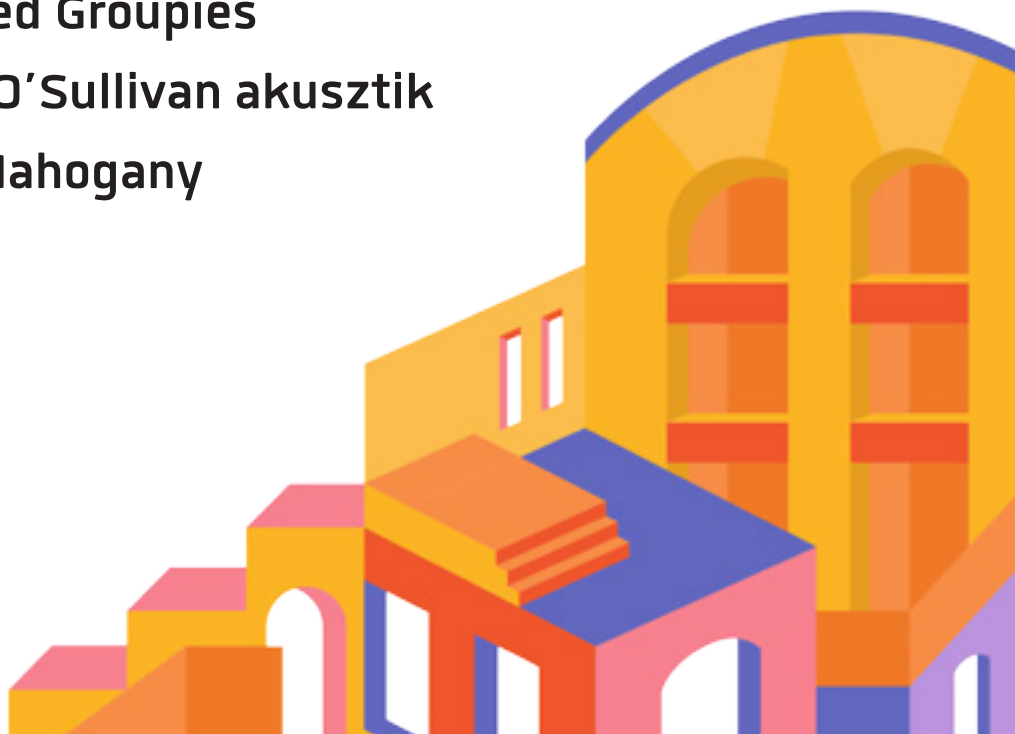
08/18 Ian O'Sullivan akusztik

09/01 Dj Mahogany



ÜVEG.HÁZ  
MOMKULT

[www.momkult.hu](http://www.momkult.hu)



# AUGUSZTUSI KIMENŐ



Kép: Mónus Márton

## GYEREKPROGRAMOK A PALOZNAKI JAZZPIKNIKEN

A fesztivál két helyszínre is várja a gyerekeket és a szüleiket. Lehet édességet készíteni, ügyességi játékokban részt venni, a meseösvény pedig kalandos fejtörőkkel vár mindenkit.

A rendezvényen idén is hazai és nemzetközi előadók lépnek fel, helyi termelőktől vásárolhatunk és a szervezők odafigyelnek a fenntarthatóságra is. Napközben a plédeken ejtőzhetünk, este pedig a fűvön táncolhatunk, a csillagok alatt hallgathatjuk a koncerteket.

**Paloznak, 2022. augusztus 4–6.**



## JÁTSZÓHÁZI ROKKENDROLL

Kárász Eszter és az Eszter-lánc mesezenekar interaktív műsorával vidám, táncos utazásra hív gyermekeket és gyermeklelkű felnőtteket. Lesz itt rokkendroll, balkáni dinnyetánc, mangók tangója, meg persze a nagy közös erdei muzsikálás után álomőrző esti mese is, amiből kiderül, milyen történeteket rejtene a legfelső polcon megbújó régi könyvek, hogy miért hosszú a zsiráf nyaka, hogyan lehet kiugrasztani a magot a dinnyéből, illetve mi a teendő, ha anya fennragad az ugrálóvár tetején.

**Budapest, Klebelsberg Kultúrkúria,  
2022. augusztus 26.**

# FIZESSEN ELŐ A KÉPMÁS MAGAZINRA!

OLVASNIVALÓ EGY ÉVRE, ÉRTÉKEK EGY ÉLETRE.

## 20 ÉV 20 AJÁNDÉK AKCIÓ!

A 20 éves Képmás magazin első 20 augusztusi előfizetője páros belépőt kap a Szentendrei Skanzenbe és mellé Szabó T. Anna - Lackfi János Ikertükör című könyvét.\*



\*Az akció a 2022. augusztus 1. után beérkező új, nyomtatott, belföldi előfizetésekre érvényes, melyeknek díját az előfizető kiegyenlítette.

## 12 LAPSZÁM 7 980 FT

Ha támogatói előfizetést választ, hozzájárul a Képmás magazin fenntartásához.

A támogatói előfizetés egy évre:

14 000 FT



### MIÉRT ÉRI MEG ELŐFIZETNI?

- › 25%-kal alacsonyabb áron jut hozzá az egyes lapszámokhoz, 895 Ft helyett 665 Ft-ért
- › Minden hónapban időben megkapja kedvenc magazinját
- › A magazin aktuális száma belépőül szolgál a Képmás-estekre (1 db magazin 1 fő részére)

### Előfizetés:

[www.kepmas.hu/elofizetes](http://www.kepmas.hu/elofizetes)  
[elofizetes@kepmas.hu](mailto:elofizetes@kepmas.hu)  
06-1 365-1414





SZÖVEG –  
JEAN ORSOLYA

A cikk a Magyar Turisztikai Ügynökség  
szakmai támogatásával készült.



# 15 PÁRATLAN HELY MAGYARORSZÁGON, AMELYHEZ FOGHATÓ SEHOL MÁSHOL NINCS A VILÁGON

Sokan hajlamosak vagyunk azt gondolni, messzire kell utazni ahhoz, hogy valami igazán unikálisra bukkanjunk. Hogy ez mennyire nem igaz, annak ékes bizonyítéka a következő összeállítás, amelyben olyan helyekre kalauzolunk el, amelyek egyediségükkel, páratlan szépségükkel még a nagy világot is ámulatba ejtik.

## ◆ AGGTELEKI CSEPPKÓBARLANG

Elképesztő barlangokért, cseppkövekért nem kell világgá mennünk, hiszen Magyarországon is találunk ilyet. Az Aggteleki cseppkőbarlang hazánk egyik UNESCO világörökségi védelme alatt álló nevezetessége. A területén 273 barlangot találunk, amelyek közül 23 fokozottan védett. A Nemzeti Park barlangja világrekorder: a Szlovákiába is átnyúló, zömmel Magyarország területén elhelyezkedő, 25 kilométeres kiterjedésű Baradla-Domica-barlangrendszer a mérsékelt égöv leghosszabb aktív patakos barlangja.

## ALFÖLDI KUNHALMOK

Az Alföldön utazva gyakran elhaladunk kisebb-nagyobb dombok, földhalmok mellett, szinte tudomást sem véve róluk, pedig néhány kivételével az összes ilyen „földpiramist” a területen élő őslakosok építették az időszámításunk előtt 3800-tól 750-ig terjedő időszakban. Az ilyen jellegű, földből emelt építményeket hívják kunhalomnak, és számuk több ezerre tehető hazánkban. Eredetileg többféle célból épültek, lakódomb, sírdomb és őrdomb egyaránt szép számmal akad köztük. A legismertebb és legszebben karbantartott kunhalom Gyulától nem messze a Sebes-Körös egykori medrének kanyarulatánál áll.

A Vésző-Mágori-dombon évtizedekkel ezelőtt Történelmi Emlékhelyet alakítottak ki, sétánnyal, ligetes pihenőparkkal. Kunhalmaink közül országos hírnévre tett szert Tápiószentmárton híres gyógyító dombja, az Attila-domb is.



**Tudta?** Tápiószentmárton nem csak az Attila-dombról nevezetes, 1887-ben itt született meg Kincsem, a sodaparipa. A pompás angol telivér azzal lett világhírű, hogy mind az ötvennégy futamát megnyerte, így a valaha élt legsikeresebb versenylóként tartják számon.

## ANDEZITCSÚSZDA, BÉR

Nógrád megye egyik kis falujának, Bérnek határában világviszonylatban is ritka földtani képződmény található. Míg bazaltból gyakrabban látni oszlopos képződményeket, andezitből ez a „csúszda” párját ritkítja. A különleges kőzet úgy 15 millió éve alakult ki, vulkáni tevékenység eredményeként.

## ISTEN TENYERE – KÉZ KILÁTÓ

Hollókő és Felsőtold között, az Országos Kéktúra vonalán egy óriási tenyeret formázó „kilátó” vonzza a látogatókat. Az „Isten tenyere” kilátóterasznek nevezett alkotást a Farkaskút-völgy Hagyományőrző és Lótenyésztő SE





Andezitcsúzda, Bér

felkérésére Csíkszentmihályi Benjámint tervezte és készítette el. Aki felkerekedik, hogy megnézze a kilátóból nyíló csodás panorámát, ne csak egy napot szánjon a környékre. Érdeemes ellátogatni a világörökségi védelem alatt álló palóc faluba, Hollókőre is, amelyhez hasonló ugyan-csak nem létezik sehol máshol.

### A FERTŐRÁKOSI KŐFEJTŐ ÉS BARLANGSZÍNHÁZ

A Püspöki Kőfejtőként emlegetett egykori mészkőbánya évről évre turisták tízezreit vonzza Fertőrákosra. 1948-ban szűnt meg itt a lajtamésző bányászata. Az évszázadokon át tartó bányaművelés után hatalmas katlan és a felszín alatt gigantikus termek labirintusa maradt vissza. A kőfejtő évtizedek óta kulturális események különleges színhelye. A remek akusztikát kihasználva nyaranta koncertek, színházi és operaelőadások, valamint fesztiválok várnak itt bennünket.

### AHOL HAJDAN TRÓPUSI TENGER HULLÁMZOTT: A BAKONY

100 millió évvel ezelőtt a Bakony területén trópusi klíma uralkodott, és tenger borította. Ennek emlékét őrzi az úrkúti, vagy más néven Csárda-hegyi őskarszt, amelynek nemzetközi viszonylatban sincs párja. 1951 óta országos jelentőségű védett geológiai terület, mivel megőrizte az évszázmilliók földtörténeti változásainak lenyomatait. 2013 óta egy közel 1 kilométer hosszú tanösvény 6 állomását követve járhatjuk be ezt a lélegzetelállító tájat. Az úrkúti tanösvény két szintből áll: egyik ága a töbör peremén haladva kerüli körbe az őskarsztot. Ha pedig leereszkedünk a katlanba az óriási falépcsőkön, hűvösebb



Kézkilátó, Hollókő

mikroklíma és védett növények, többek között páfrányok fogadnak, legmélyebb pontján pedig még egy barlangot is találunk, ahol a rózsaszínes, jura kori mészkődarabokat vizsgálva tengeri állatok maradványait, megkövült kagylókat, csigákat fedezhetünk fel.

### A BAKONYI GYILKOS-TÓ

Bakonybél közelében, a Somberek-séd völgyében található a Hubertlaki-, más néven bakonyi Gyilkos-tó. Régen a gróf Esterházy család nagystílusú hubertlaki vadászkastélya állt itt, ám az épület 1967-ben leégett. A Hamuházi-séd forrásai által táplált tavat az 1980-as évek közepén mestersegesen hozták létre, egy égerliget elárasztásával. Nevét azért kapta, mert híres erdélyi névrokonához hasonlóan vízből mint kinyúló kezek, halott fák csonkjai merednek az ég felé, földöntúli és hátborzongató látványt nyújtva.

### KAPTÁRKÖVEK, SZOMOLYA

Ismét egy mesekönyvbe illő geológiai képződmény, amelyet leginkább mesebeli lények otthonaként tudnánk elképzelni. A kaptárkövek olyan sziklavonulatok vagy kúp alakú kőtornyok, amelyek oldalába a régmúlt korok emberei fülkéket (vakablakokat) faragtak. Bizonyos elképzelések szerint a kaptárkövek barlanglakásként szolgáltak, erre utalnak a kutatók által néhány helyen megtalált cserépedények is.

### MAGYARORSZÁG SIVATAGJA: A FÜLÖPHÁZI HOMOKBUCKÁK

Homokbuckák, ameddig a szem ellát. Mintha a Szaharában járnánk. Ám ez a táj nem Afrikában, hanem



Szalajka-völgy, Szilvásvárad

hazánkban található: a Kiskunsági Nemzeti Park területén látható homokterület az Ős-Duna hordalékkúpjainak maradványa. A folyóvízi feltöltődés után a Duna elhagyta a területét, és szél által mozgatott homoküledék-felhalmozódás indult meg.

### MOLNÁR JÁNOS-BARLANG

A Budapest II. kerületében található barlang a József-hegy alatt található, és Magyarország legnagyobb víz alatti üregrendszere. Ez a Lukács fürdő forrásbarlangja, de innen nyeri vizét a Malom-tó is. 1982 óta fokozottan védett természeti képződmény; akkor még csak 450 m volt ismert az eddig feltárt 7 km hosszúságú járatrendszerből, amely még mindig nem a teljes barlang.

### A JÓSVAFŐI HUCUL MÉNES

A hucul ló genetikailag a honfoglalás előtt a Kárpát-medencében élt népek (avarok, székelyek) lovához áll a legközelebb. A honfoglalás korától ez az ősi ló fokozatosan kiszorult, és újabb fajták vették át a helyét. Az évszázadok során egyéb idegen fajtákat felhasználva jöttek létre a mai őshonos fajtáink. A hucul ezzel ellentétben a Kárpátok legelzártabb részein, eredeti formájában idegen lóval való keresztezés nélkül vésztele át ezt az időszakot. A nehéz terepen való évszázados használat közbeni szelekció alakította hegyi kislóvá, amely szelekció kezelhetőségében, munkakészségében, teherbírásában, a hegyi terepen való biztonságos járásában emelte a többi fajta fölé. Az Aggteleki Nemzeti Park hucul ménese nemzeti kincs, fenntartásának elsődleges célja a génmegőrzés, a fajta és annak genetikai értékeinek megővése. A ridegen tartott ménes Jószaftól 1 km-re északra, a gergés-lápai legelőkön egész évben megcsodálható.



Káli-medence és a Hegyestű

### A KÁLI-MEDENCE ÉS A HEGYESTŰ

A szépséges látnivalókban bővelkedő Káli-medence kapujának öre a Zánka és Monoszló között magasodó Hegyestű. A Balaton felől szabályos kúp alakú hegy északi felét az egykori kőbánya lefejtette, a visszamaradt bányafal azonban felfedi az 5-6 millió évvel ezelőtt működött bazaltvulkán belsejét. A vulkán kráterében megdermedt láva a kihűlés folytán sokszögletű, függőleges oszlopokra vált el. A látvány hazánkban egyedülálló, de európai viszonylatban is ritkaságszámba megy.

### KAZÁRI RIOLITTUFA

Az egyedülálló geológiai képződmény a Mátrában, Kazár település közelében csodálható meg, és a világon alig több mint hat helyen figyelhető meg. A riolittufa felszíne növényzet nélküli, mélyen barázdált, mintegy 20 millió évvel ezelőtt, a Mátra vulkáni kitöréseinek nyomán keletkezett. A fehér, könnyen málló talajfelszínt a víz eróziós munkája formálta.

### A SZALAJKA-VÖLGY ÉS SEBES PISZTRÁNGJAI

A Szilvásváradon végződő, magashegységi jellegű Szalajka-völgy a Bükk hegység egyik legszebb, a kirándulók számára legjobban kiépített része. A Szalajka-patakban már hosszú ideje vadon él a sebes pisztráng, amelynek szaporítása érdekében a patak medrét több helyen visszadzasztották, mesterséges neveldéket alakítottak ki.

### HÉVÍZI-TÓ, HÉVÍZ

A gyönyörű tavirózsákról és a gyógyhatású termásvízről híres tó egyedülálló geológiai képződmény, egyben Európa legnagyobb meleg vizű tava, amelynek csodájára is járnak a világ minden tájáról érkező turisták. ♦



# Tarts Velünk!

EGY  
AKADÁLYMENTES  
JÖVŐÉRT

A SZERENCSEJÁTÉK ZRT.  
HISZ ABBAN, HOGY  
A KORLÁTOKAT LEHETŐSÉGEKKEL  
LEHET LEBONTANI.

*Drávucz Rita*

**DRÁVUCZ RITA**

VILÁG- ÉS EURÓPA-BAJNOK VÍZILABDÁZÓ,  
A JÁTÉK ÖSSZEKÖT! PROGRAM  
JÓSZOLGÁLATI NAGYKÖVETE

*Flóra*

**FLÓRA**  
CSODALÁNY



SZERENCSEJÁTÉK ZRT.

[WWW.TARTSVELUNK.HU](http://WWW.TARTSVELUNK.HU)

# 2A VÁRTED?



## **KERTÉSZTAMÁS**

HETI TÍZ ÚSZÓEDZÉS  
MELLETT KÉT ISKOLÁT  
VÉGEZ, ÁLLANDÓ  
SEGÍTŐJE KEREKESZÉKES  
BÁTYJÁNAK ÉS A GYÓGYÍTÓ  
JÓSZÁNDÉK ALAPÍTVÁNY  
ÖNKÉNTESEKÉNT MÁS  
IZOMSORVADÁSBAN  
SZENVEDŐKNEK IS,  
MINDEKÖZBEN A PÁRIZSI  
OLIMPIÁRA KÉSZÜL.

Cikk az 44. oldalon

