

# KÉPMÁS

2022  
10

nőknek és férfiaknak

2002  
2022

” **A nyugalom**  
AZ ERŐSEK FEGYVERE

**MARCO ROSSI**



ÉVES ELŐFIZETÉS: 7980 FT | 156 RON  
EGY SZÁM ÁRA: 895 FT | 15 RON



9 771586 423002

# FIZESSEN ELŐ A KÉPMÁS MAGAZINRA!

OLVASNIVALÓ EGY ÉVRE, ÉRTÉKEK EGY ÉLETRE.



## 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



## SZÁM KATI • BEKÖSZÖNTŐ

Egyik este az Örs vezér terén mentem át. A tömegközlekedés egyik járulékos haszna – túl a kisebb ökolábnymon –, hogy a valóságban tart. Testközelbe hozza az életeket, amelyeket nincs alkalmunk vagy bátorságunk észrevenni. Nehéz elmenni a vizelet- és alkoholszagú életek, a hamisan harmonikázó remény, a káromkodássá silányodott segélykiáltás, a bankjegyekre, porokra és tablettákra cserélt szeretetvágy mellett. Mintha a pokol tornácán járnék, bénító küzdelmet vív bennem az undor és a részvét, a félelem és az empátia.

Aztán eszembe jut, hogy itt csoda is történt, hihetetlen gyógyulás, és látszólag milyen kevés kellett hozzá! Tervezett sorozatunk szerzője erről mesél egy interjúban. És eszembe jut az is, hogy egyik cikkünk főhőse mennyivel bátrabb és tettere később nálam, mert ő nem ment el a hajléktalanok mellett. Ha az ember ki mer lépni a saját világából, hogy megismerje a másikat és jelen legyen, ha annak szüksége van rá, legtöbbször ajándékokkal tér vissza.

Kedves Olvasó, utazz velünk szeptemberben is a média varázsszőnyegén! Néha mélyre és messzire kalandozunk, titkok lehúzó örvényébe, az afrikai HIV-árvák, a hajléktalanok vagy a drogosok világába. De mindig hazatalálhatsz velünk az erőt és reményt adó, szépséget is megmutató történetekhez. Ahonnan megerősödve újra útnak lehet indulni.

## MARCO ROSSI A CÍMLAPFOTÓZÁSON



Kép: Jónás Jácint



## NOVEMBERI CÍMLAPUNKON FÖLDI-KOVÁCS ANDREA >

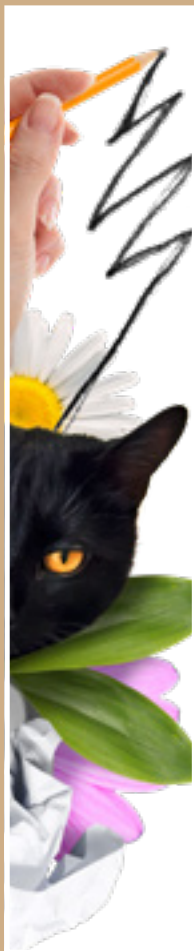
Kép: Jónás Jácint





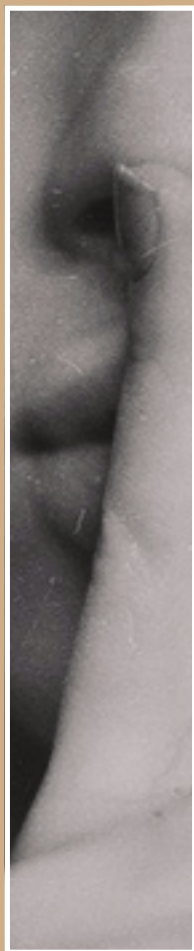
JELENLÉT

14



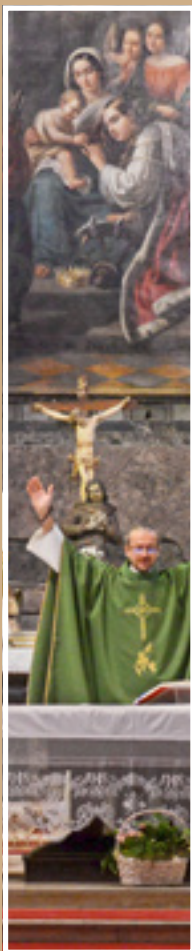
TANDEM

32



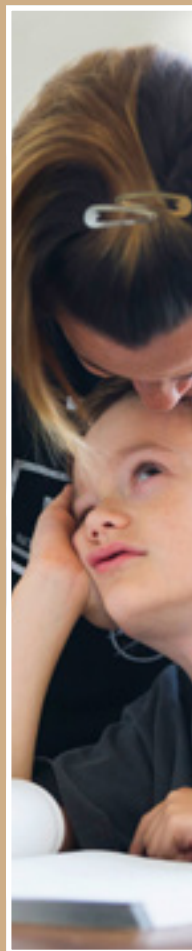
TÜKÖR

54



HÁZITREND

58



KIMENŐ

80



#### IMPRESSZUM

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

Hirdetésértékesítés: Péterfy Hajnal | peterfy.hajnal@kepmas.hu • Előfizethető: www.kepmas.hu/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-magazin-elofizetes-erdely • Terjesztés: Urbán András | urban.andras@kepmas.hu Terjesztés: a Lapker Zrt., a Magyar Posta Zrt. és alternatív terjesztők • Nyomda: EDS Zrínyi Zrt. 2600 Vác, Nádás utca 8. | Felelős vezető: Csontos Csilla vezérigazgató • ISSN 1586-4235 • Lapunkat rendszeresen szemlézi Magyarország legnagyobb médiafigyelője, az OBSERVER MÉDIAFIGYELŐ KFT. | A hirdetések tartalmáért nem vállalunk felelősséget. • A szerkesztőségi anyagok vírusellenőrzését az **AVAST** biztonsági programokkal végezzük, amelyet a szoftver magyarországi forgalmazója, a Sicontact Kft. biztosít számunkra. • Következő számunk 2022. október 29-én jelenik meg. Szerkesztőségi titkár: Demecs Tímea | demecs.timea@kepmas.hu • Képmás nagykövét program koordinátor: Urbán András | urban.andras@kepmas.hu • Képmás-estek: Fodor Krisztina | fodor.krisztina@kepmas.hu



A kiadvány megjelenését támogatta:



## KÉPMÁS

A nyugalom az erősek fegyvere  
Interjú Marco Rossival

6

„Ha megszólal a zene,  
mozdul alattam a kerekesszék”

50

Az asztal két oldalán

14

Akadálymentesítés Ég és Föld között

54

## MAGYAR PÉLDAKÉPTÁR

Rettenthetetlen hadvezérből  
békediplomata

18

## RENDELŐ

Nem hisztis, csak „szenzoros”

58

## KÖZVILÁGÍTÁS

Az a jó Birkin!

21

## SZEMBEFORDÍTOTT TÜKRÖK

Száz méteres lassú

61

A HIV árvái

22

## ZÖLD MOZAIK

A gyümölcsfa az új gyp

66

## MÉDIA A CSALÁDÉRT

25

## VÉGY EGY RÉGI RECEPTE!

Főzőcske, de okosan

70

## VILÁG-KÉP

Kizárólag a helyszín változatlan

26

## SZALON

A street style hajnala, hanyatlása  
és újrakezdése

72

## KETTŐ AZ EGYBEN

„A 17 év alatt egyikünkben sem merült fel,  
hogymi ne együtt legyünk”

28

„Csak a nézője vagyok annak,  
ami megszületik”

76

Családi titkok, avagy amit  
nem gondoltunk volna

32

Hajszál a szenvedélyes ember és  
a szenvedélybeteg között

36

## BIBLIA ÉS IRODALOM

Igazságkeresés

80

## HULLÁMVASÚT

Landolás

40

A guanótól a gázkamrákig

82

## APA, KEZDŐDIK!

Piramis

41

Csodállak és szeretlek

86

## EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

Miért dőlünk be a csalóknak?

42

## BIBLIAI TÖRTÉNETEK

A drága fény

88

## SZÍVE-JAVA

„A magányt összetartozással írni  
van hatalmunk”

46

## #JÓÉJTPUSZI

Sokféle

89

## OKTÓBERI KIMENŐ

Őszi túrák egy kicsit másképp

96





SZÖVEG –  
LACKFI JÁNOS

KÉP –  
EMMER LÁSZLÓ

SOROZAT –  
KÉPMÁS

# A NYUGALOM AZ ERŐSEK FEGYVERE

**Marco Rossi**val, a magyar labdarúgó-válogatott szövetségi kapitányával Lackfi János beszélgetett

Csendesen, figyelmesen, visszafogottan érkezik. Mégis érezni, hogy „van egyensúlya”, jelenléte kitölti a nagy belmagasságú fotós műtermet. Beszélgetésünk kezdetén focibolondként megköszönöm neki a meccsélmények sokaságát. Erdélyi hotelszobámban konkrétan majdnem szétvertem ököllem a szekrény oldalát az angolok elleni történelmi 4-0-t nézve. Hitetlenkedve, üvöltve. Ha tényleg összetöröm a berendezést, boldogan kifizettem volna. És jöhetnek a hasonló mérkőzések, még szétütni való bútort is veszek hozzá, ha kell. Nem sajnálom.



♦ – **Hogyan képzeljük el a gyermek Marco Rossit? Adott egy tipikus olasz vagy magyar kissrác, aki éjjel-nappal kinn focizik a többiekkel az utcán, anyukája pedig úgy kürtöli vissza nagy nehezen a vacsorához?**

– Pontosan ez volt a helyzet, akkoriban a fiúkkal álló nap kinn voltunk az utcán, rúgtuk a bőrt. Nem volt internet, se mobil, se tablet, szabad levegőn töltöttük az életünket, bringázással, focizással. Amint lehetett, mentünk, és játszottunk. Ami belefért! Közben az iskolai kötelességeimet sem hanyagoltam el, anyukámnak nem lehetett oka az aggodalomra. Jó tanuló voltam, komolyan vettem a sulit. Két testvérem van, én vagyok a legidősebb, talán ezért is érettebb voltam, és próbáltam felelősséggel venni az akadályokat. Utána pedig beszippantott a profi futball világa.

– **Evidens volt-e, hogy a foci és csak a foci lesz a jövő, vagy felmerült esetleg más pálya lehetősége is a kezdet kezdetén? Hiszen később, amikor az edzői karrierben nehéz időszakok jöttek, megfordult a fejedben, hogy mégis váltani kellene...**

– A futball az elsősprő szenvedély, de teniszben és sielésben is eredményes voltam. Tizennégy évesen döntenem kellett, mibe fektetek több energiát. Ekkor a focira esett a választásom a tenisszel szemben. Aztán igazolt versenyző lettem, és elindult a sportkarrierem.

– **A Torino, a Sampdoria, a Frankfurt játékosaként, majd Mexikóban focizva megtapasztaltad, milyen belülről, a gyepen megélni a kalandot. Most viszont az oldalvonalon kívül kell helytállnod. Fociközvetítések alkalmával, ahogy elnézem a pálya mellett ugráló, hadonászó, hajukat tépő vagy önfeledten ujjongó kapitányokat, mindig azt érzem, létezhet ebben egyfajta tehetetlenségérzet. Hiszen az edzőnek csak indirekt ráhatása van a csapatra... Hogyan éled meg ezt a másfajta nézőpontot?**

– Ez valóban két nagyon különböző helyzet. Más a játékos pozíciója, és más az edzőé. Még akkor is, ha egyes játékosok pályájuk végén egészen természetes módon lépnek tovább az edzői karrier felé. Viszont egyáltalán nem törvényszerű, hogy egy jó játékosból jó edző váljék. Máskor ellenben közepesen tehetséges játékosból lesz valaki kiemelkedő edző. Sőt, manapság egyre több remek tréner soha nem volt profi futballista. Mikor játékosként ott küzdesz „a sűrűjében”, akkor az összes indulatodat, erődet be kell vetned, és ki kell adnod magadból. A tréner viszont, mint egy béna kacska, totyog az oldalvonal

mellett, rétlenségre kárhozható. És a rengeteg indulatot, amit a pályán kiadna magából, valahogy kezelnie kell, ha nem akar megőrülni. Büszkén mondhatom, hogy az évek múlásával ezen a téren sikerült előrelépnem, egyre jobban viselem ezt a feszültséget.

– **Szabad egy szövetségi kapitánynak egyszerűen élvezni a meccset? Vagy mindössze a gólörömeik önkívülete marad, és folyvást zakatol a fejben az aggodalom, a taktikai csata? Örülni meg majd a meccs lefújása után?...**

– Nem aggodalmaskodom fölöslegesen. Ahogy mondtad, vannak nagy eufóriapillanatok... Ezeket ki kell élvezni, és ki is élvezem. De nem érdemes túlzásokba esni. Pontosan tudom, milyen változékony a futball. Ami az egyik meccsen remekül működik, a következőn esetleg befuccsol. Ezért is nincsenek látványos gólörömeim. Okosabb dolog kívánni, mi lesz a vége...

– **Mennyire kell vagy lehet figyelembe venni edzőként, hogy több mint kilencmillió elszánt szövetségi kapitány követi a meccset? Természetesen mindenki jobban tudja, hányadik percben kell beállítani Ádám Martint, és mi lenne a tökéletes taktika... Vagy ott, akkor ezt muszáj félretolni, és csak a gyepre koncentrálni?**

– A foci egyszerű sport, nem nehéz megszeretni, bekapcsolódni, szurkolóvá válni. Sokak szívügye ez. És ha valakit megbíznak a magyar csapat vagy a világ bármely nemzeti alakulata irányításával, akkor bizony számíthat rá, hogy a figyelem középpontjába kerül. Európa bármely országát veszem alapul, az emberek mindenhol rettentően lelkesednek a futballért. A hazámban, Olaszországban meg aztán különösképpen. Ott viszont több mint hatvanmillió éles szemű szakértő felügyeli a kapitányt... Amikor egy válogatottat edzek, akkor azt az országot és azokat az embereket kell képviselnem. Miközben tudom, hogy mindig akadnak, akik úgy vélik, ők ezt nálam sokkal jobban csinálnák... Kapok is tanácsokat bőven. Ám töretlen bizalmat is érzek, ami nagyon jólesik.

– **A nagypályás futball különleges, lassú birkózás, taktikai harc lépésről lépésre, viszont egy kilencvenperces meccs sorsát sokszor egy-két sikeres mozzanat dönti el. Vajon igazságos sport a foci?**

– Épp ebben áll a futball szépsége! Gyakorlatilag ez az egyetlen olyan csapatsport, amelyben a kevésbé kvalifikált együttes kifoghat egy jó napot, és megverheti a nála sokkal erősebbet! Vízilabdában, kézilben,



## ***A hit attól hit, hogy bizonyítékok helyett inkább a bizalomra támaszkodik.***

röplabdában vagy kosárban kilencvenkilenc egész kilenc-tized százalék, hogy az erősebb nyer. A kicsiknek esélye sincs. A fociban viszont vannak csodák, és ennek egyik legjobb illusztrációja éppen a magyar válogatott elmúlt négy évben elért sok-sok eredménye! 2018-ban megvertük a világranglistán nálunk sokkal előkelőbb helyen álló görögöket. Azóta, ha jól számolom, körülbelül tizenöt olyan meccsünk volt, amelyeken a papírforma szerint nálunk jobb együttesektől sikerült elhódítani a három pontot.

**– Mikor Frankfurtban bementél az ottani olasz étterembe, amelynek tulajdonosa későbbi jóbarátod Pippo, vagyis Giuseppe Giambertone volt, nem árultad el, hogy focista vagy, nem akartál egy esetleges potya ebédre spekulálni. Pippo meg is jegyezte, „ilyen ember Rossi. Szerény és becsületes.” Ezek valóban fontos alapértékek számodra?**

– Sztárként meghívatni magamat vacsorára? Az ilyesmi nem az én stílusom... 2012 után jöttem Magyarországra, és bár voltak hullámhegyek és hullámvölgyek, elmondhatom, hogy sikeres periódus áll mögöttem. És nem csak a pályán elért eredményekre gondolok. Először a Honvédnál dolgoztam, és már akkor feltűnt, hogy az emberek többnyire kedvesen fogadnak. Talán azért is, mert a magyarok szeretik a normális, átlagos figurákat. A kitűnő portugál tréner, José Mourinho mindig azt mondja, ő a „special one”, tehát különleges elbánást igényel. Ezzel szemben én arra törekszem, hogy én lehessenek a „normal one”. Teljesen átlagos életet élek, de ez nem itt kezdődött, pontosan ilyen voltam öt éve, tíz éve, húsz éve is...

**– Magyarországon el tudsz még rejtőzni a focidrukerek szeretete elől? Létezik olyan vendéglő kishazánkban, ahol hagyják fizetni Marco Rossit?**

– Ezt én nem így fogom fel. A Magyar Labdarúgó Szövetség tisztességesen megfizet engem, ezért nem látok semmi okot arra, hogy meg kelljen hívatnom magam vacsorára. Más munkáját meg kell becsülni, anyagilag is... Nem várok el senkitől semmi efféle túlzást, így érzem jól magam.



Szerintem ez így van rendjén. Előfordul persze, hogy itt vagy ott meghívznak egy italra, ez a gesztus még akkor is örömet szerez, ha valójában nem iszom alkoholt.

**– Cristiano Ronaldo napszemüvegesen-kapucnisan, inkognitóban turistáskodik Londonban, Párizsban. Máskülönben percenként ötven ember rohanja le őt. Mennyire terhes a népszerűség egy rajongott szövetségi kapitányak Magyarországon?**

– Gyakran megkérnek az utcán, hogy csináljunk közös képet vagy adjak egy aláírást. Szívesen teljesítem ezeket a kéréseket. A foci az emberekért van, az övék, nagyon szomorúak lennének a meccsek a közönség lelkesedése híján. Mihez kezdenék, ha az embereket nem izgatná ez a sport? Úgyhogy tekintettel kell lennem az emberek észreire. Na jó, Ronaldo népszerűsége globális jelenség, az egészen más térszta. Én a magam részéről azt tapasztalom, hogy a magyarok nem tolatkvoák, jólnevelten és tisztelettelködően közelednek. Ezt szeretem bennük. Magyarul nem tanultam ugyan meg, mint Pippo barátom, de neki könnyű, a párja idevalósi. Nekem ez a vonat már elment, a feleségem azon nyomban lelőne, ha beszereznék egy kedves magyar menyasszonyt...

**– Olaszként hogyan látod a magyarokat? Miben vagyunk mások, miben hasonlítunk?**

– Ami különösen megfogott, hogy a hetente zajló bajnoki meccsek szinte mindegyikén megemlékeznek valakiről. Edzőről, játékosról, gyúróról, olyan személyiségről, aki fontos szerepet töltött be a klub életében. Vagy egy történelmi eseményről. Jó látni, hogy a magyaroknak ilyen fontos az emlékezés és a tisztelet kinyilvánítása. Az elevenen tartott múlt nagyon erős gyökereket ad. Azt is örömmel látom, hogy ez az összetartozás-érzet sokszor a klubszimpatiákat is felülírja. A válogatott meccseken teljesen mindegy, hogy egy szurkoló amúgy fradista vagy Újpest-drukker. Egy szívvel igazul mindenki a csapatért... Ez nem mindenhol van így a világban.

**– Jóbarátod, a már idézett Pippo így méltatott: „Rossinál rendesebb és hitelesebb embert nemigen ismerek. A családjáa a mindene. És a csapata.” Mit jelent számodra a család? Kikötő, ahová a fárasztó utazás után haza lehet térni? Töltőpont? Erőforrás? Cél vagy eszköz?**

– Az ember életében vannak prioritások. A család e tekintetben mindig fontos helyet foglalt el. Kezdvé a származási családomon... Sajnos édesapámat időközben

elvesztettem, de örömmre sokan élnek még a rokonságból. 1989-ben döntöttem úgy, hogy saját családot alapítok, és azóta természetes, hogy ez a legfontosabb az életemben. A nagy szakmai döntéseimet is úgy hoztam meg, hogy tekintettel legyek rájuk. Elsősorban feleségem szempontjait vettem figyelembe, akire mindig támaszkodhattam. Viszont nekem is csak huszonnégy órából áll a nap. Így aztán a magyar válogatottnál végzett munka részben akkor is kitölti az időmet, mikor esetleg már az enyéimmal vagyok. Nem tudom megállni. Nemrég a feleségemmel voltunk nyaralni, és meg is jegyezte, látja ám, hogy itt vagyok, de csak a testem. Fejben mintha másutt járnék...

**– Saját tapasztalatból tudom, hogy a család is egy csapat. Az otthoniakat is edzőként igazgatod? Van stratégia, kitűzött célok? Esetleg a feleséged az edző? Hogy megy ez nálatok?**

– A család anyagi hátterét én biztosítom, de minden másat a feleségem intéz. Hálás vagyok neki érte, mert ha ő nem áll helyt ilyen keményen, akkor ez nem működött volna. Fontosnak tartom, hogy mi ketten egyenrangúak vagyunk, egyikünk sem parancsolgat, közösen hozzuk a döntéseket. Bár ahhoz ragaszkodom, hogy az utolsó szó mindig az enyém legyen... Igaz, mindig így hangzik: „oké, va bene”!

**– 2011-ben a Cavese edzőjeként elbocsátottak, és szakmai krízisbe kerültél, még azt is fontolóra vetted, hogy könyvelőként dolgoznál egy családi cégnél. El tudod most képzelni Marco Rossi könyvelő életét? Mi lenne, ha úgy alakult volna a sorsod? Munka után meccsre járnál?**

– Vicesen azt mondogatom a barátaimnak, hogy életemben egyetlen napot sem dolgoztam... Hiszen a foci az abszolút szenvedélyem, és akár játékosként, akár edzőként főállásban evvel foglalkozhatom. Időnként nagy a nyomás, sok az elvárás, de azt csinálhatom, amit világéletemben szerettem volna. Sokszor végiggondoltam már a dolgot, és arra jutottam, hogy ha akkor nem jövök Magyarországra, talán egész más irányt vett volna az életem. És bár az utóbbi négy év során voltak nehéz pillanatok, és engem is megkerestek több felől, komoly ajánlatokkal, tudom, hogy a szövetség elnöke bízik bennem, és én is szilárdan kitartok a magyar válogatott mellett. Ha folyamatosan hozzuk a jó vagy legalább elfogadható eredményeket, rajtam nem fog múlni. Jelen állás szerint kitöltöttem a 2025-ig tartó szerződésemet.

Igaz, nehéz jósolni, mert ez a mai futballban nagyon sok idő. Megtiszteltetés a magyar válogatottat irányítani, a feltételek adottak, magas szinten dolgozhatok. Csak a bizalmamat és a derűmet kell megőriznem.

**– Nyilatkozataidban visszatérő elem, hogy ha a játékosok követik a taktikát, akkor van esélyünk... Min múlik a siker? Sakkjátszma a foci vagy közösségi kapcsolódások hálózata?**

– A futballnak négy alapvető vetülete van. Számít a fiziológiai és technikai felkészültség, aztán a taktika, és végül a pszichológia. Érzésem szerint a mai sportban a pszichés faktornak egyre nagyobb a jelentősége, különösen a csapatjátékok esetében. Hosszú távon egyértelműen az az aduászunk, ha lelkileg rendben van a csapat. Ehhez persze nélkülözhetetlen, hogy az edző előzetesen mindenkinek elmagyarázza, hol a helye, hogy mozogjon labdával, labda nélkül. Ám a csapatszellem, az összetartás igenis döntő mozzanat. Az edzőnek ki kell puhatolnia, mik az erőviszonyok a gárdán belül, kik a hangadók. Az Európa-bajnokság óta egyre tudatosabban törekszem, hogy erre is legyen ráhatásom. Nagyszerű visszajelzés, hogy akik láttak minket focizni az utóbbi időben, szinte mind azt emelték ki: „na igen, ez egy csapat!”. Rettentő fontos, hogy a fiúk rengeteget dolgoznak ezen a közösségi hozzáálláson, nemcsak a válogatott felkészüléseken, hanem a bajnokság ideje alatt is.

**– Rejtélyek övezik a két félidő között az öltözőkben lezajló jeleneteket. Akad edző, aki üvöltő oroszlánként tuningolja fel a játékosait, más a szívre próbál hatni, megint más eszméletlen motivációs beszédeket tart. Hogyan képzeljük el Marco Rossit a kulisszák mögött?**

– Amikor levonulunk a pályáról, mindig hagyok a fiúknak két-három percet, hogy szusszanjanak. Utána kérem a figyelmüket, és röviden szólok hozzájuk. Felidézem a taktikai utasításokat, kitérek rá, mi valósult meg belőlük, és mi nem. Hiszek abban, hogy ilyenkor meg kell őriznem a nyugalمامat, hiszen csak úgy bízhat bennem a csapat. Zaklatott közegben nem megy át az üzenet. Létezik egy olasz mondás, miszerint a nyugalom az erősek fegyvere.

**– Egyik első válogatott meccsed kapcsán említetted nagyapádat, aki a síron túlról is szurkol a magyaroknak. Ez fontos motiváció lehet...**

– Nagyapám három legendás csapatról áradozott kis-koromban, ezeknek a teljes kezdő tizenegyét fejből sorolta. Az első a gyerekkorom helyszínéhez kötődő,

híres-nevezetes „Grande Torino” volt, a másik a Honvéd álmogárdája, a harmadik pedig az Aranycsapat. Na most a Torinónál kezdtem focistaként, utána a Honvéd trénerként folytattam, és most a magyar válogatottal dolgozom. Mintha nagyapám mítoszai rejtelmes módon meghatároznák az életemet. Éppen ezért nekem Magyarországon élni és munkálkodni érzelmileg nem ugyanazt jelenti, mint ha mondjuk Szerbia vagy Ausztria válogatottját irányítanám. Hanem majdnem olyan jelentőséggel bír, mintha az olaszok kapitánya lennék. Ezt nem azért hozom fel, mert itt és most marketing szempontból jól hangzik, hanem mert ez életem egyik mély és lényeges igazsága. Amit nem lehetett előre borítékolni. 2014-ben, amikor távoztam a Honvédtól, úgy tűnt, végleg elhagyom Magyarországot. Akkor talán maga Jézus Krisztus sem sejtette a folytatást.

**– Sok férfinak nehezebb esik kimutatni az érzelmeit. A futball azon ritka szelepek egyike, melyeken keresztül ezek felszínre törhetnek. Egy igazi meccsen van minden: pacsik, ölelések, sírás, nevetés. Több interjúban nyilatkoztad, hogy érzelmes ember vagy. Mennyi teret lehet engedni az érzelmeknek ebben a sportban?**

– Kétlem, hogy mindenáron erőltetni kellene az érzelmek felszínre törését. Ha viszont spontán megnyilvánulnak, abban semmi rosszat nem látok. A férfiaknak is vannak emóciói, és néha képtelenség ezeket magunkba fojtani. Az olyan férfi, aki nem fél időnként szabadjára engedni az érzelmeit, az én szememben nemhogy gyenge lenne, hanem éppen ettől hiteles.

**– Sok focista keresztet vet pályára lépve, vagy ha gólt rúgott. Ez olykor pusztá babona, máskor személyes meggyőződés is megbúvik mögötte. Nemrég, Erdélyben járva meglátogattad a csíksomlyói kegyhelyet. Szavaidon is érződik egyfajta hit motivációja. Valóban bízol a Gondviselésben, a legfőbb erőben, amely a világot, a sorsokat irányítja?**

– Hiszek egy felsőbb erő létezésében. Hiszek Istenben, még ha sokan kétségbe vonják is az Írás hitelességét vagy akár Krisztus létezését. Mások mindenféle vallásosságot babonának gondolnak. Ám a hit attól hit, hogy bizonyítékok helyett inkább a bizalomra támaszkodik. Ahogy halad előre az életem, rengeteg kérdést teszek fel magamnak, és nem mindig tudom a válaszokat. Azt azonban kétlem, hogy az ember élete annyi lenne csupán, hogy megszületik, él egy kicsit, majd meghal. A síron túl egész biztosan létezik egy transzcendens világ. ♦





# Az asztal két oldalán



Mitől más egy nyomtatott magazin, mint az online tartalmak? Mondják, hogy tapintása, illata van, hogy énidőt jelent. Én leginkább a befogadás módjában látom a különbséget. Az oldalpár egy felfedezendő világot nyit ki, amely rám vár. Nem bosszant, hogy lefelé görgetve megakasztja az olvasást az illusztráció, hogy ha a képhez visszagörgetek, kicsúszik a látókörömből a szöveg.

A vizuális és a nyelvi üzenet végig velem van, táncra kel a gondolataimmal. Amit a kezemben tartok, az átlátható, birtokba vehető. Hogy a szöveg és kép duója jól működik-e a Képmásban, az leginkább két emberen múlik, a szövegek és képek koreográfusain: a tervezőgrafikuson és a tördelőn. **Balassa Nikolettával** és **Légár Bélával** beszélgettem.



”  
*Elég expresszív  
személyiség vagyok,  
nem nagyon kötöm  
magam a szabályokhoz.*

”

◆ – **Mennyiben volt más a Képmás grafikai megtervezése, mint az addigi munkáid?**

**Niki:** Az az első munkáim egyike volt, akkor még nem volt magazin tapasztalatom, amihez viszonyítani tudtam volna. Az egyetemen egyszer csináltam csak magazint, és azt nagyon szerettem, de ott nyilván nagy szabadságot kaptam, tulajdonképpen azt csináltam, amit akartam. Tehát a Képmás mindenben újdonság volt, és ezért nagyon izgalmas is.

– **Te mennyire voltál fogyasztója a műfajnak?**

**Niki:** Az egyetemen már nem nagyon, de középiskolában sok divatmagazint olvastam, minden héten mentem az újságoshoz. A Képmást nem ismertem. Amikor a SaltCommhoz kerültem, feltűnt, hogy milyen szép ez a magazin – talán épp akkor jött ki az első megújult lapszám.

– **És attól kezdve a te stílusod is része lett a magazinnak. Hogy érzed, milyen mértékben?**

**Niki:** A Képmásnak ez a tíz éve a saját szakmai fejlődéstörténetem is. Amikor elkezdtem, nem voltam magabiztos, nem éreztem pontosan, hogy mit lehet, mit nem, szóval együtt nőttünk fel.

**Béla:** Niki után pár évvel Niki után érkeztem. De élen emlékszem, hogy már előtte kiszúrtam, hogy az utcai hirdetőoszlopokon óriási címlaparcok jelentek meg, és megállapítottam, hogy milyen szép emberek. Ez a mai napig így van, elképesztően jók az arcok – ez a fotós, *Emmer Laci* nagy tudása, tényleg kihozza a legjobbat mindenből. Később klasszikus tördelőként léptem a lapba, bár amikor Nagy István megkeresett, hogy segítenék-e az új feladatban, a Képmásban, még a Burda magazin magyar verzióját készítettem. A tördelési gyakorlatom megvolt, és amikor belenéztem a lapba, láttam, hogy ezt tudnám csinálni, de azt nehezen tudtam elképzelni, hogy csak a szövegekkel foglalatostkodok, aztán át kell adnom a grafikusnak, majd egy ponton visszakerül hozzám. Mi van, ha nem értek egyet, ha elindul egy meccselés, és az megakasztja a lapkészítést? Én dolgoztam korábban nagy apparátusban, jól ismerem a kompetenciavillongásokat, utálok őket, rangon alulnak tartom, és hosszú távon akadályozza a gördülékeny munkát. Az viszont biztató volt, hogy három vagy négy évig, amíg külsősként dolgoztam más projektekben a SaltCommnak, láttam, hogy Niki nagyon talpraesett. Így végül mégis nagyon jól működött a közös munka.

– **Niki, Béla félelmeinek volt alapja? Két különböző generáció is vagytok. Ráadásul egy férfi és egy nő.**

**Niki:** Én nem éreztem semmi ilyesmit, örültem, amikor Béla ide került hozzánk, mert korábban egy külső grafikai céggel dolgoztunk együtt, és nagyon személytelen volt az egész. Volt, hogy átadtam az anyagot, és attól kezdve nem is hallottam róla, amíg ki nem jött a nyomdából. Amikor viszont Béla idekerült, nagy megkönnyebbülés volt, hogy ott ül az asztal túloldalán, és ha valami kérdésünk volt, megbeszéltük. Béla nagyon jól kommunikál, ha valamivel nem ért egyet, azt is megmondja, és akkor megbeszéljük.

– **Változtattatok egymás ízlésén?**

**Niki:** Én szakmailag nagyon sokat tanultam Bélától. Azt nem tudom, hogy ízlésben megváltoztattott-e, de például új volt nekem a stílusozás, amit használt. Én előtte ezeket csak érzésre bedobáltam, elég expresszív személyiség vagyok, nem nagyon kötöm magam az ilyen szabályokhoz, Béla meg nagyon rendszeres, nála mindennek megvan a helye, és tudja, mi miért van ott.

**Béla:** Az első képmásos munkám az volt, hogy be kellett szállnom egy cikknek a befejezésébe, amit még Niki kezdett el. Megnyitottam az anyagot, és volt ott egy csomó fájl különböző verziószámokkal. Elborzadtam: hogy lehetséges, hogy nem egyetlen anyagot látok, és abban, amiben én mint véglegesben dolgozom, még üres oldalak vannak? Azon is megdöbbentem, amit az előbb Niki mondott, hogy egy ponton a munkája mások kezébe került, akiktől már visszajelzést nem kapott. Mindezt el sem tudtam képzelni, én nem tudok máshogy működni, csak úgy, hogy van egy nagyon feszes rendszeresség a munkában. Amikor megkaptam a munkát, végignéztem egy elkészült lapot, az első oldal bal felső sarkától az utolsó oldal jobb alsó sarkáig. Megpróbáltam megérteni, hogy amit látok, az miért van úgy, mi benne az esetleges, mi az, ami jó, tehát amihez nem kell hozzányúlni. Leverttem magam köré a cölöpöket, a szövegstílusokat, az alapbeállításokat, mindent, ami az arculathoz, a layouthoz tartozik. Ma is ezt a rendszerhálót készítettem el Niki számára minden hónapban a megkapott szövegekkel, képekkel. Így aztán látom, ha mégis kilépünk a szabályrendszerünkől.

– **A párosotokban Niki a felfedező, csapongó, kísérletező, Béla pedig a biztos háttér, aki a társa keze alá dolgozik, és ha kell, elvarrja utána a szálakat. Mintha a munkahelyeken nem ez a férfi–női szerepkör lenne a jellemző.**

**Béla:** Én pont azt gondolom, hogy az a férfias, ha valaki tartja a kötött szabályrendszert. Az lenne a macsós, ha állandóan konfrontálnának? Bolond lennék, ha a saját és



a másik életét megkeseríteném fölösleges dolgokkal. Niki határozott, erős jellem. Megmondja, ha neki valami nem tetszik. Nem így van?

**Niki:** Hát, igyekszem...

**– Niki, az évek során nemcsak tervezőgrafikusként, hanem egyre inkább illusztrátorként is megjelenesz a Képmásban. A grafikákat kézzel készíted?**

**Niki:** Igen, kézzel rajzolom meg, és utána digitalizálom a képet. Nemcsak a lap illusztrációit, hanem a brandet hordozó tárgyakét is, például a képmásos vászonszatyrok grafikáját vagy azoknak a kisbababodyknak a grafikáját is, amelyeket a magazin kismamáit kaptak a szerkesztőség-től a gyermekük születésekor.

**– A magazinkészítés havonta ismétlődő munkafolyamatai közül melyik a kedvencetek?**

**Niki:** Nekem talán az, amikor megkapom Bélától az anyagokat, és friss szemmel átnézem, hogy melyik cikk inspirál legjobban, amelyikhez már rögtön van valami ötletem. Végignézem a képszerkesztő, Páczai Tamás változtatását, elolvasom hozzá a leadet meg a címet. Mégsem ezekkel kezdek dolgozni, az elején kipörgetem azokat, például a sorozatokat, amelyeknek már van határozott keretrendszere, közben érlelem a nagyobb kihívásokat.

**Béla:** Emlékszem, egyszer Niki egy nappal a nyomdai leadás előtt kiült az iroda előtti padra, a bokrok alá Lackfi János Vízen járni tilos sorozatának egyik írásával, húsz perc múlva bejött, és két óra múlva ott volt egy hihetetlenül jó illusztráció, betolva mellé a szöveg. Úgy irigyeltem, hogy ez ilyen könnyedén megy neki!

**Niki:** De nem mindig megy ilyen könnyen.

**Béla:** Én is szeretem, amikor az első kéziratokat befolyatom. Ez rutinmunka, odafigyelést, pontosságot igényel, de vannak anyagok, amiket ilyenkor mindig elolvasok, bár nem ezért fizetnek, de nagyon szeretem őket. Például Mártonffy András cikkeit, Dér Katalin sorozatát, Véssey Miklós írásait. És hát persze, szeretem, amikor visszajön Nikitől az anyag, hogy miből mi lett! Legjobban a nyomdai leadást szeretem, mert akkor elkészültünk.

**– Te engedted el a nyomdába a lapot imprimatúra után. Kicsit olyan, mint amikor a suliban beszedik a dolgozatokat, tollat lerakni, már nem javíthatasz semmit. Ez milyen érzés?**

**Béla:** Ez tényleg minden alkalommal egy vizsgadrukk. Egyrészt, hogy időben adjuk le, másrészt, hogy hibátlanul adjuk le az anyagot. Persze ez relatív, vannak dolgok,

amiket a nyomda rendszeresen kifogásol, és én minden egyes alkalommal azt mondom, hogy az úgy marad, mert úgy lesz jó. De sajnos előfordul, hogy valamit nem veszek észre, például egy kifutó képek nincsen rátöltése, valódi kifutója. És még mindig ott a rizikó, hogy nyomtatásban valami nem olyan lesz, mint a képernyőn. Előfordult, hogy már leadtuk a nyomdába a lapot, jóváhagyta a nyomda, nekem is minden oldalt jóvá kel ilyenkor hagyom, hogy gyárthassák az oldalakat. Ezután van még egy utómunkám a szövegekkel a későbbi online felhasználáshoz, és képzeld el, Kati, előfordult, hogy akkor vettem észre egy hibát az egyik címsorban, a szövegben, és felhívtam a nyomdát. Kiderült, hogy nem került át még az anyag a nyomdai lemezre, és így mentettük a helyzetet.

**– Milyen érzés nektek egy olyan korszakban nyomtatott magazint készíteni, amikor mindenki „temeti” a printet?**

**Béla:** Fantasztikus!

**Niki:** Temetjük a printet? Szerintem, aki szeret újságot olvasni, az mindig is meg fogja venni a magazinokat. Én is nagyon szeretem lapozgatni, kézbe venni. Szerintem jó magazinra mindig lesz kereslet. Az online világban mindenben csak végigpörgetek, el sem olvasok egy cikket, de ha ott van a kezemben, akkor annak nekiülök, nem kattintok át közben valahová.

**Béla:** Szeretem az illatát, tapintani a különböző textúrákat... Az igaz lehet, hogy napilapokat nyomtatni egyre feleslegesebb, arra az online híroldalak tökéletesek. De a Képmás tartalma olyan, hogy szinte mindig, hogy októberben olvasod el vagy májusban. Szóval ezek időtálló dolgok, én néha úgy érzem, hogy a Képmást az örökkévalóságnak készítjük, miközben gyakorlatilag a digitális az örökkévalóság. De mégis, az nincs úgy a szemünk előtt. Vagy rátalálok, vagy nem találok rá. Az újságnak van egy egyensúlya, eleje és vége.

**Niki:** Nagyon szeretek veletek, a magazinnal dolgozni, és ennek az is az oka, hogy úgy érzem, teljesen megbíztok a szaktudásomban. Sokszor előfordul, hogy valami olyan dizájnt csinálok, amiben nem vagyok biztos, hogy át fog menni, és akkor azt írjátok, hogy „hát ez nagyon jó”...

**Béla:** Én is szeretem, hogy a szövegek tekintetében nagy biztonságban érezhetem magam, mert jó állapotban érkezik meg hozzánk a szöveg. Amikor a lapkészítést itt elkezdtem, meglepődtem az első korrektúráknál, hogy valójában milyen kevés javítás volt, pedig nagyon alapos korrektorral dolgozunk. És ti is végigkíséritek az anyagokat, és sokszor kiszúrtok egy-egy hibát az utolsó pillanattig. Jó ilyen csapattal dolgozni. ♦



SZÖVEG –  
HORVÁTH PÁL filozófus

SOROZAT –  
MAGYAR PÉLDAKÉPTÁR

# RETTENTHETETLEN HADVEZÉRBŐL BÉKEDIPLOMATA

A 19. században magyar katonák sora szerzett hírnevet külhoni háborúkban. Közéjük tartozott a risorgimento, az olasz egység megteremtésének magyar hőse, a társai által csak rettenthetetlen magyarnak nevezett **Türr István** is, katona, kalandor, üzletember, építési vállalkozó, élete alkonyán pedig lelkes hazafi és pacifista.

- ◆ Türr István 1825-ben látta meg a napvilágot egy feltehetően német eredetű vaskereskedő fiaként Baján. Eredeti neve Thier István volt, a Türr nevet csak később, katonaként kezdte használni. Szülővárosában kezdte iskoláit, de a tanulás nem nagyon érdekelte. Kiskamaszként inaskodással próbálkozott, volt lakatos-, molnár- és kőművestanonc, tizenhét évesen aztán katonának állt. Az akkor Pécsen állomásozó 52. császári gyalogezredben lett közlegény, néhány év elteltével azonban már a hadnagyi, tiszti rangig jutott, hadmérnöki, műszaki ismereteket szerzett. Alakulata 1846-tól a forrongó Itáliában, a még Habsburg uralom alatt álló Lombardiában állomásozott, ahol részese volt a Szárd-Piemontei Királyság elleni harcoknak és a lázongó lakosság elleni akcióknak. 1848 elején már nyílt háború folyt a Szárd királyság és a Birodalom között, amelyben az osztrák hadakat, így Türr alakulatát is a nagy hadvezér, Radetzky tábornagy irányította. Ők a közben kibontakozó magyar szabadságharc híre a lombardiai harctérre is eljutott, 1849 januárjában Türr hadnagy embereivel dezertált, átállt az olasz oldalra. Ott mindjárt századosi rangot kapott, magyar légió felállításával bízták meg. A Szárd-Piemontei Királyság csapatai azonban néhány hónap múlva súlyos vereséget szenvedtek Novaránál Radetzky hadaitól, a háború az olasz félre nézve megalázó békével zárult, Lombardia még egy évtizedre császári kézen maradt. Türrnek menekülnie kellett,

Kép: Profimedia – Red Dot





Türr István (1825–1908)

Badenbe ment, ahol a forradalmi erők még harcban álltak, ott ezredesi ranggal fogadták. Ám a bádeni felkelés a porosz csapatok megjelenésével hamar elbukott, Türr Svájcba távozott, majd a következő három évben megfordult francia, angol földön és Piemontéban is, rendszeres kapcsolatban állt a magyar emigrációval. Titokban visszatért Lombardiába, ahol részese volt a sikertelen 1853-as milánói felkelésnek, amelynek során elfogták, Tuniszba deportálták.

### **GARIBALDI GENERÁLISA**

Ám rövidesen kirobbant a krími háború az orosz és a török birodalom között. Az utóbbit Anglia, Franciaország és Piemonte komoly katonai erővel támogatta. Türr a helyszínre utazott. Először a török hadseregbe kívánt belépni, dezertőr és emigráns magyarokból légió szervezését fontolgatta, ám a 49-es magyar tiszti emigráció

példája azt mutatta, hogy ennek előbb-utóbbi az iszlámra való áttérés lesz az ára, ezért főtisztként az angol expedíciós hadakhoz csatlakozott. Brit megbízottként 1855-ben az Al-Dunánál járt, ám osztrák fogságba esett. Bécsbe vitték, ahol a hadbíróóság halálra ítélte, de Viktória angol királynő közbenjárására végül szabadon engedték. Nyughatatlan természete azonnal tovább hajtotta, 1856-tól a Kaukázusban török oldalon harcolt a cári hadak ellen az úgynevezett cserkesz háborúban. Egy ideig arról ábrándozott, Dél-Amerikába megy, az ottani függetlenségi mozgalmakat segíti, ám ez csak terv maradt. Visszatért Itáliába 1859-ben, a Francia Császárság és a Szárd Királyság által Ausztria ellen indított háború idején, ezredesi rangban ismét belépve a szárd hadseregbe. A háború a solferinói csatával végződött, és egy új önálló olasz királyságot körvonalazott. Később Türr az alpesi mellékhadszíntéren, Garibaldi hadtestében szolgált. Ám



## BEVALLÁSA SZERINT MEGCSÖMÖRLÖTT A HÁBORÚKTÓL,

1878-tól állandó résztvevője volt az Egyetemes Békekonferencia nevű szervezetnek.

ekkor még Velence osztrák uralom alatt maradt, francia védnökséggel fennállt a pápai állam, féltékenyen őrizte függetlenségét a Nápoly-Szicíliai Királyság. Amikor a helyzettel elégedetlen Garibaldi önkéntes serege élén 1860-ban délre indult, Türr vele tartott vezérkari főnökeként. Ott volt a legendás ezer vörös inges önkéntes szicíliai, marsalai partra szállásakor, Palermo bevétele idején, meg is sebesült, tiszttársa, Tüköry Lajos őrnagy pedig elesett. Garibaldi tábornokká léptette elő. Részes volt a Messinai-szoroson való átkelést előkészítő milozzói ütközetnek, Nápoly bevételének, a déli királyság bukását hozó voltornói csatának. Garibaldi megbízta Nápoly katonai kormányzói feladatával. A következő évben, 1861-ben kikiáltották az olasz királyságot, Türrt pedig kinevezték I. Victor Emanuel király hadsegédének. Ebben a minőségében diplomáciai feladatokat teljesített. 1861-ben megnősült,

Vyse-Bonaparte Adél, III. Napoleon francia császár unokahúga lett a felesége. Raul fiuk még apja előtt, 1906-ban távozott az élők sorából, lányuk Kornélia, ismert olasz író- és újságíró lett. Türr az 1866-os porosz-osztrák háború idején még óvatosan támogatta Klapka György tervét magyar légió szervezéséről, a következő évben azonban üdvözölte a kiegyezést, az azt követő amnesztiával élve, magas olasz kitüntetésekkel dekorálva hazatért.

### EGY ÓKORI ÁLOM BETELJESÍTŐJE

Itthon korábbi Habsburg- és monarchia-ellenességét feladva a kormányzó Szabadelvű Párt színeiben részt vállalt a közéletben, üzleti vállalkozásokba fogott,

Központi nevelési kör néven az oktatás célját szolgáló rövid életű egyesületet alapított. Építési és vízszabályozási vállalkozásokban vett részt, vízrendezési tervet készített. Cége vette át üzemeltetésre a Gerster Béla mérnök barátja által tervezett, a Dunát és a Tiszát a Dél-Alföldön összekötő Ferenc-csatornát. Komoly vállalkozása volt Gerster társaságában a Panama-csatorna tervezésében való közreműködés, amelynek jegyében 1876-ban a fő tervező, Ferdinand de Lesseps és Gerster társaságában a csatorna nyomvonalát kijelölő expedícióban vett részt a Panama-földszorosan. A műszaki tervező Gerster és az ő nevéhez fűződik a mérnöki remekműnek számító Korinthoszi-csatorna megépítése is. Türr és befektetői csoportja 1881-ben koncessziót szerzett a már ókorban megálmodott, Korinthoszi-földszorost átvágó vízi út megépítésére. A társaság 1888-ban becsődölt, ám sikerült állami támogatással és új befektetők bevonásával folytatni a munkát, így 1893-ban I. György görög király átadhatta a forgalomnak a több mint 6 kilométer hosszú, az Égei- és a Jón-tengert összekötő csatornát.

### A PACIFISTA DIPLOMATA

Türr a 70-es évek végétől rendszeresen megjelent a nemzetközi kapcsolatok területén is, mint a nemzetközi béke megteremtésének híve. Bevallása szerint megcsömörlött a háborúktól, 1878-tól állandó résztvevője volt az Egyetemes Békekonferencia nevű, jeles közéleti személyiségek által életre hívott szervezetnek, az 1896-os budapesti konferencián ő elnökölt. Kiterjedt kapcsolatokat ápolt az olasz és a francia elitel, több alkalommal találkozott és tárgyalt II. Vilmos német császárral és Bismarck kancellárral. Ő vezette be a távol-keleti japán terjeszkedésre utalva a sárga veszedelem fogalmát, amelyet a későbbi európai politikában gyakran használtak. Míg korábbi gazdasági, politikai témájú művei olasz és francia nyelven láttak napvilágot, 1903-ban kiadta Emlékeimből című önéletrajzi munkáját. Hagyatékában nagy mennyiségű kézirat, levél, dokumentum maradt fenn, amelyek ma az Országos Széchényi Könyvtárban vannak. Élete utolsó másfél évtizedében többnyire Párizsban élt, 1908-ban Budapesten halt meg. Sírja a Kerepesi temetőben van, emlékét intézmény- és utcanevek, emléktáblák mellett nevében a bajai Duna-híd őrzi, Rómában ott áll mellszobra a Gianicolo-dombon, Garibaldi lovas szobra közelében, az olasz szabadság hőseinek szabadteri pantheonjában. ♦





SZÖVEG –  
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –  
KÖZVILÁGÍTÁS

# Az a jó Birkin!

Aranyba, részvénybe, ingatlanba? Ugyan már! Fektessenek Hermès-ridikülbe! Már ha van mit, no és persze, ha találnak elérhető darabot valahol a világon, hiszen hosszú a várólistája azoknak, akik régóta ismerik ezt a tippet.

◆ Merthogy a Hermès luxuscég bőrből készült Birkin kézi táskája évről évre szép summával drágul az eleve sikoltóan magas, 13 000 dolláros vételárhoz képest (de mivel úgysem lehet soha kapni, ezért ez csak egy virtuális nyitótár, a tényleges összeg a 200 000 dollárt, 70 millió forintot is elérheti). Azért ne siessünk ennyire előre, egy ilyen kincsről érdemes többet megtudni!

A Hermès vállalat kivételesnek számít az haute couture-rel, luxusdivattal foglalkozó márkák közül, hiszen a mai napig ugyanaz a család tulajdonolja. A 19. század közepe tájáig kezdtek meg működésüket – akkor még nyereggyártással –, mára saját világot hozva létre az immár emberi viseletre szánt bőrárak, selyemsálak, ruhák, illatszerek, sminktermékek körében. Áraik bevételeikkel nőnek, tovább táplálva azt az örökbecsű értékesítési hibát, pontosabban köztévedést, hogy „ami drágább, az jobb”. Az ominózus táskák, amelyek ma sokak pénzügyi jövője, 1984-ben kerültek a boltokba. Létrejöttének története – hisz valaminek tényleg kell lennie fél négyzetméter kopásra hajlamos színes bőr mögött – az, hogy 1981-ben az angol-francia színésznő, Jane Birkin egy repülőutazás során, az elsőosztályon éppen a Hermès akkori vezetője mellett kapott ülőhelyet. Hogy, hogy nem, éppen ebben a sorsszerű szituációban esett ki hatalmas, kosárméretű táskájából a Hermès-naptára. A cég főnöke ezt látva rögtön ígéretet tett, hogy készít egy olyan kiegészítőt, amelynek vannak zsebei. Állítólag ekkor hangzott el Birkin kijelentése, mely szerint azon a napon, amikor a Hermès képes végre egy olyan nagy ridikült alkotni, amelybe minden szükséges női holmi bekerülhet, le fogja tenni azt a túl nagy alkalmatosságot, amivel járt. Már ott, a repülőgépen elindult a közös gondolkodás, rajzolgatás, és rá

három évre debütált a színésznőről elnevezett, klasszikus vonalú, oldalt csatos, mára ikonikus darab. Nem volt azonnali a siker, de mára beérett a türelem. Egy Birkin-bag a szekrényben ugyanis többet ér egy többkarátos gyémántnál. Szinte megremeg a gyomrunk a történet kivételes nagyszerűségétől!

Nyilván kissé bizzar, hogy a táskát csak hordani nem szabad, hiszen akkor megsérülhet – már, ha egyáltalán tetszik nekünk. És az sem könnyíti meg a dolgunkat, hogy egy táskák nem táskák, hanem valaki anyagiilag kiegyensúlyozott nyugdíjas évekre vágyik, akkor valóságos Birkin-raktárat érdemes kialakítania. Amire úgysem lesz képes, hiszen minden új táskára ezrek várnak, akik ölni tudnának a zsákmányért. De, ha küzdünk a lehetetlennel, meglesz a jutalmunk. Harminc év alatt ugyanis egy ilyen ridikül értéke (nyilván kutyarágás, rágóguminyom és filctollrajzok nélkül) a hússzorosára nőhet.

És most, valamelyest váratlanul, gondoljunk valami igazán nehéz helyzetre. Képzeld el, amint háborús időben egy kenyérdarabért tudunk adni egy Birkin-ridikült! Aztán képzeljük el, hogy mindenünket elveszítjük, de magunkhoz szorítjuk Birkin-táskánkat, ahogy menekülünk, hogy abból legyen betevőnk egy távoli országban! Vagy képzeljük el, hogy kifogy a fa a kandallónkból, és... – sajnos a fakeskedő nem jár ridiküllel, ezért nem tudunk azzal fizetni, de van még egy utolsó lehetőség. El tudjuk égetni...

A jólét örületeit csak a nehézségek leplezik le igazán. Azok a nehézségek, amelyek már nem férhetnek be egy Birkin-táskába, ám amelyek visszahozhatnak valamit a józan emberi ész dicsőségéből. ◆



SZÖVEG –  
JÁMBOR-MINISKA ZSEJKE

# A HIV árvái

„Édesanyám már nincs köztünk. Elvitte az AIDS.” Fabio szomorúan tekintett maga elé, miközben jégkockákkal babrált a lisszaboni ház gangjának sarkában ücsörögve. Barátom édesapja portugál, édesanyja afrikai volt, testvéreivel a fekete kontinensen élt, amíg be nem következett a tragédia. Miután elmesélte családja történetét, hosszú percekig szótlánul kergettem szívószálammal a citrommagokat. Dél-Afrikában a 2021-es adatok szerint mintegy nyolcmillió ember él a diagnózissal, ami azt jelenti, hogy nagyjából minden ötödik dél-afrikai fertőzött. Évente hetvenezren halnak bele most is a betegségbe, többnyire szülők, akiknek gyermekei AIDS-árvákká válnak.

## ◆ DÉL-AFRIKA A LEGFERTŐZÖTTEBB ORSZÁGOK KÖZÖTT VAN

„Megkérdeztem a férjemet, ha én nem voltam senki mással, szerinte hogyan kaptam el. Azt mondta, nem tudja, mert ő sem volt mással. »Akkor talán a levegőből fertőződtem meg?« – kérdeztem vissza. Azt mondta, nem tudja. Kértem, hogy menjen teszteltetni, de nem ment. Mondtam neki, ne higgye, hogy nem fog meghalni, csak mert nem megy el tesztelni. Mindig, amikor hazajött, megkértem, hogy védekezzünk, de feleségként engedelmeskedned kell a férjednek” – osztotta meg történetét egy brit dokumentumfilmben az a zulu asszony, akinek a férje sok bányászhoz hasonlóan évente 11 hónapot töltött Johannesburgban a megélhetésért, és amikor hazatért, nemcsak a keresetét hozta magával, hanem a rettegett betegséget is.

„Az országban 1982-ben jelent meg az első eset, még az apartheid időszakában. Az akkori fehér kormányzat Pieter Willem Botha miniszterelnökkel az élen azt terjesztette, hogy az AIDS a homoszexuálisok, a drogosok és főleg a feketék betegsége, úgy-hogy nem kell vele különösen foglalkozni. És ez nagyjából így is maradt a '90-es évek elejéig, amikor Mandeláék megnyerték

az első szabadnak mondott választást. 1994-ben már olyan súlyos volt a helyzet, hogy az új alkotmányba bele is került a fertőzettek megóvása a diszkriminációtól. A kormányzat küzdött az államszervezési nehézségekkel, többek között az egészségügyet sem sikerült újragondolni, ezért ebben az időszakban jelentősen megugrott a HIV-fertőzöttek száma. Később jött Mandela utódja, Thabo Mbeki, aki egyébként világlátott ember volt, európai egyetemeken tanult, a betegséggel kapcsolatban mégis ő volt a megtévesztült szkepticizmus. A kormánya azt állította például, hogy az AIDS-et nem is a HIV-vírus okozza, hanem a Nyugat, és a kezelésre elég népi gyógymódokat alkalmazni. Őt követte Jacob Zuma, aki sok fronton visszavetette Dél-Afrikát a fejlődésben, de az AIDS elleni küzdelem terén fontos erőfeszítéseket tett. Ma már szoros együttműködése van Dél-Afrikának a WHO-val, a Uniceffel és más nemzetközi szervezetekkel. Kelet-Fokföldön most is zajlik egy nagyszabású kampány, ami arról szól, hogy az emberek járjanak szűrésre, és vigyék le a vírusszintjüket olyan alacsonyra, hogy ne fertőzhessenek tovább” – ad rövid történelmi áttekintést Tetlák Örs nemzetközi kapcsolatok szakértője.





AIDS-beteg kismamák a járási kórház várótermében. Malawi, Chiradzulu körzet, 2004

A régiót jól ismerő szakember arra is felhívja a figyelmet, hogy ma már széles körben hozzáférhető ingyenes kezelést biztosítanak az érintetteknek, aminek egyik részét a megelőzésre irányuló, úgynevezett PEP (post-exposure prophylaxis) tabletták jelentik. Ezek esemény utáni pirulaként működnek, a lehetséges HIV-fertőzés után 72 órán belül kell bevenni a tablettákat. Emellett egyre több férfi vállalkozik önkéntes körülmetélésre is, amiről bizonyított, hogy tovább csökkenti a megfertőzés esélyét.

„A legtöbb energiát jelenleg a megelőzésre fordítják. Ahol a leginkább tetten érhető a fejlődés, az talán az anyáról gyermekekre való átfertőződés kérdése, ami azért is fontos, mert a betegségben elhunyt szülők árváinak a sok megpróbáltatás mellett nem kell csecsemőkoruktól még a HIV-vel is megküzdenniük” – teszi hozzá Tetlák Örs.

### „NINCS SENKI, AKI ELVIHETNE AZ ISKOLÁBA”

„Anyám meghalt. A mostohaapám elkergetett minket a háztól a bátyámmal együtt. Abbahagytam az iskolát, mert nincs senki,

aki elvihetne oda. Egyébként sincs pénzem iskolára, még ételre sem” – mesél életéről a 16 éves Bantubonke egy, az AIDS-árvák iskoláztatásáról szóló tanulmányban.

Szakértők szerint a HIV-pandémia, a kezelések elmaradása ma is konzerválja a szegénységet, a gondozó nélkül maradt gyerekeknek pedig olyan veszélyekkel kell szembesülniük, mint a szexuális erőszak, a kizsákmányolás, az öngyilkosság, a gyermekmunka. Az árvák nagyobb eséllyel lesznek várandósak serdülőkorban, és az iskolát is hamarabb hagyják el. Tovább súlyosbítja a helyzetet a krízisgondozás és az abból fakadó belső migráció. A tanulmány idézi például a 16 éves Thembát, akinek édesanyja halt bele a betegségbe. Nem volt senki, aki vigyázon rájuk, ezért egyik rokonukhoz mentek, aki később szintén elhunyt a betegségben, ezért vissza kellett menniük a falujukba, ahol egy másik rokonuk gondoskodik róluk. Amikor a gyermekek elveszítik a szüleiket, a szociális munkások vagy rendőrségi tisztviselők akár bírósági végzés nélkül is ideiglenes gondozásba helyezhetik őket. Gyakran szomszédokhoz, barátokhoz vagy

rokonokhoz kerülnek, amíg a bíróság nem dönt a végleges elhelyezésükről.

Amikor az árvák új gondozókhöz kerülnek, sajnos a nevelőszülők gyakran a házimunka elvégzését várják el a házifeladat megcsinálása helyett, és sokszor rosszabbul bánnak velük, mint biológia gyermekeikkel. A kényszerfoglalkoztatás és a kamaszkori szülővé válás szintén akadályozza az oktatáshoz való hozzáférést, ami különösen azért problematikus, mert a középiskolai tanulmányok elmulasztása a HIV-fertőzés egyik fő kockázati tényezője.

Sajnos az sem ritka, hogy az AIDS-árvák serdülőként a testüket bocsájtják áruba. Dél-Afrikában a problémát fokozza, hogy a környező országok szexmunkásai is ott próbálnak boldogulni, ezek a tényezők pedig nem kedveznek a betegség elleni küzdelemnek.

„Amikor a mozambiki határon jártam, láttam fiatal lányokat, akik szászával ürítették az óvszerautomaták tartalmát a táskájukba. Dél-Afrika ebből a szempontból is központnak számít” – hívja fel a figyelmet Tetlák Örs.

## EGYHÁZI ÉS CIVIL SZERVEZETEK NÉLKÜL ÖSSZEOMLANA A RENDSZER

Az AIDS-árvák iskoláztatásáról írt tanulmányban a megkérdezett fiatalok többsége azt állítja, hogy a szegénység miatt hagyta abba az iskolát. A háztartások jövedelme sokszor nem elegendő a gyerekek tandíjára, közlekedésére, sem az iskolai egyenruha megvásárlására. „Nem eszem az iskolában, csak vizet iszom, amikor a többiek ebédelnek. Nincs meleg ruhám” – árulta el a 15 éves Nombulelo.

Egy másik résztvevő arról is beszámolt, hogy az ott-honi szegénység miatt zaklatják az iskolában, legtöbbször pedig éppen a szülei betegségére miatt ér megbélyegzés, kirekesztés. A gyerekek tanulmányi eredménye egyébként már jóval azelőtt romlani kezd, hogy árvává válnának. A betegséggel küzdő szeretteik ápolása, a halál árnyéka már önmagában olyan terhet ró a fiatalokra, amelyekkel képtelenek egyedül megbirkózni. Amikor a felnőttek közül valamelyik vagy mindkét szülő beteg lesz, a gyerekeknek ott kell hagyniuk az iskolát, hogy gondoskodjanak róluk. „Kiestem az iskolából... hogy segítsek anyámnak zöldséget eladni. Most minden nap eszünk” – meséli a kutatóknak a 17 éves Nandipha.

„A gyerekekről való gondoskodás természetesen az állam feladata lenne, de a dél-afrikai gyermekvédelmi ellátórendszer messze nem úgy néz ki, mint az európai. Civil szervezetek, egyházi szervezetek nélkül a helyzet teljesen tarthatatlan lenne, de a rendszerbe került fiatalok élete még így is legtöbbször kilátástalan. Eleve poszttraumás stressz szindrómával kerülnek az állami

gondozásba, nehezebben viselik a lelki terheket, az életük pedig gyakran kisiklik. Reménykedésre ad okot, hogy Dél-Afrikában is érvényben van az a nemzetközi konvenció, amely biztonságos és legális örökbeadást tesz lehetővé, ami elsősorban azért fontos, hogy az emberkereskedelemtől megóvják a gyerekeket” – mondja a nemzetközi kapcsolatok szakértője.

Vannak olyan szervezetek, például a keresztyény All God's Children International (Mind Isten gyermekei), akik olyan kicsik örökbeadásával is foglalkoznak, akik maguk is megfertőződtek a vírussal. Amióta az állapot ilyen magas színvonalú kezeléssel tartható kordában, a legtöbb fejlett ország eltörölte a HIV-fertőzöttek bevándorlási korlátozásait. A tévhitekkel ellentétben a kezeléseknél köszönhetően ma a HIV-pozitív emberek hosszú életet élhetnek, és nem jelentenek veszélyt a közösségekre. Talán van olyan olvasónk, aki a cikk hatására elgondolkodott azon, hogy esetleg sanyarú sorsú afrikai árva gyermeket fogadna örökbe, ám Magyarországról ez a folyamat rendkívül bonyolult és költséges: az utánajáráson túl fedezni kell a kiutazást, az ott-tartózkodást, a jogi képviselőt, a tolmácsot és az eljáráshoz kapcsolódó egyéb költségeket, ami sokmillió végösszeget és több évig elhúzódó eljárást jelent. Ha valaki elég elszántságot és erőt érez ahhoz, hogy örökbefogadjon, Magyarországon minden évben körülbelül kétezer nehéz sorsú gyermek várja, hogy szerető, gondoskodó szülőkhöz kerülhessen. ♦

### HIV-HELYZET MAGYARORSZÁGON

**Hazánk nem tartozik a súlyosan fertőzött országok közé, néhány ezer regisztrált fertőzöttről tudunk, AIDS-árvából pedig vagy nincs, vagy annyira kevés van, hogy elérhető adatbázist sem vezetnek a számukról. Aggasztó ugyanakkor, hogy továbbra is sok olyan felnőtt beteg van, akit csak az AIDS-stádiumban szűrnek ki. Pedig a korai felismerés egyet jelent azzal, hogy a fertőzött kiegyensúlyozott és hosszú életet élhet a diagnózissal. Magyarországon államilag finanszírozott, korszerű terápiás kezelésben részesülnek a HIV-fertőzöttek. Minden vármegyében működik anonim, ingyenes szűrőállomás, a fővárosban több helyszínen is: a szűrőhelyek aktuális listája megtalálható többek között a [www.hivszures.hu](http://www.hivszures.hu) oldalon.**



# A Média a Családért-díj

## októberi jelöltjei



### Média a Családért-díj

**KRÚDY TAMÁS**

„Hihetetlen, de a végére pozitív lesz a mérleg”

Nők Lapja

A Média a Családért-díj fő támogatója:



### Külhoni Média a Családért-díj

**MARKOVICS ANNAMÁRIA**

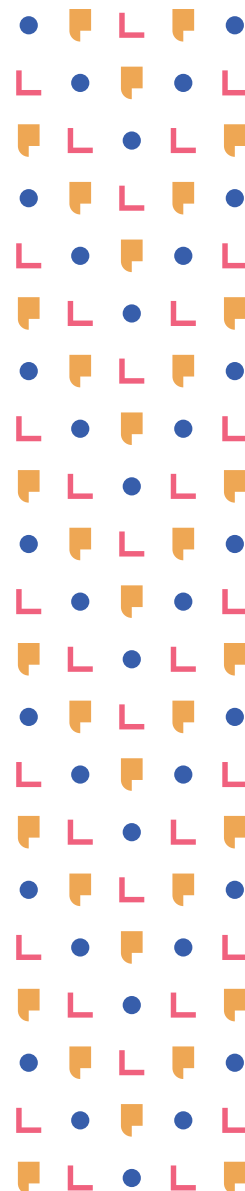
Megállítható-e a népességcsökkenés?

Hét Nap

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.

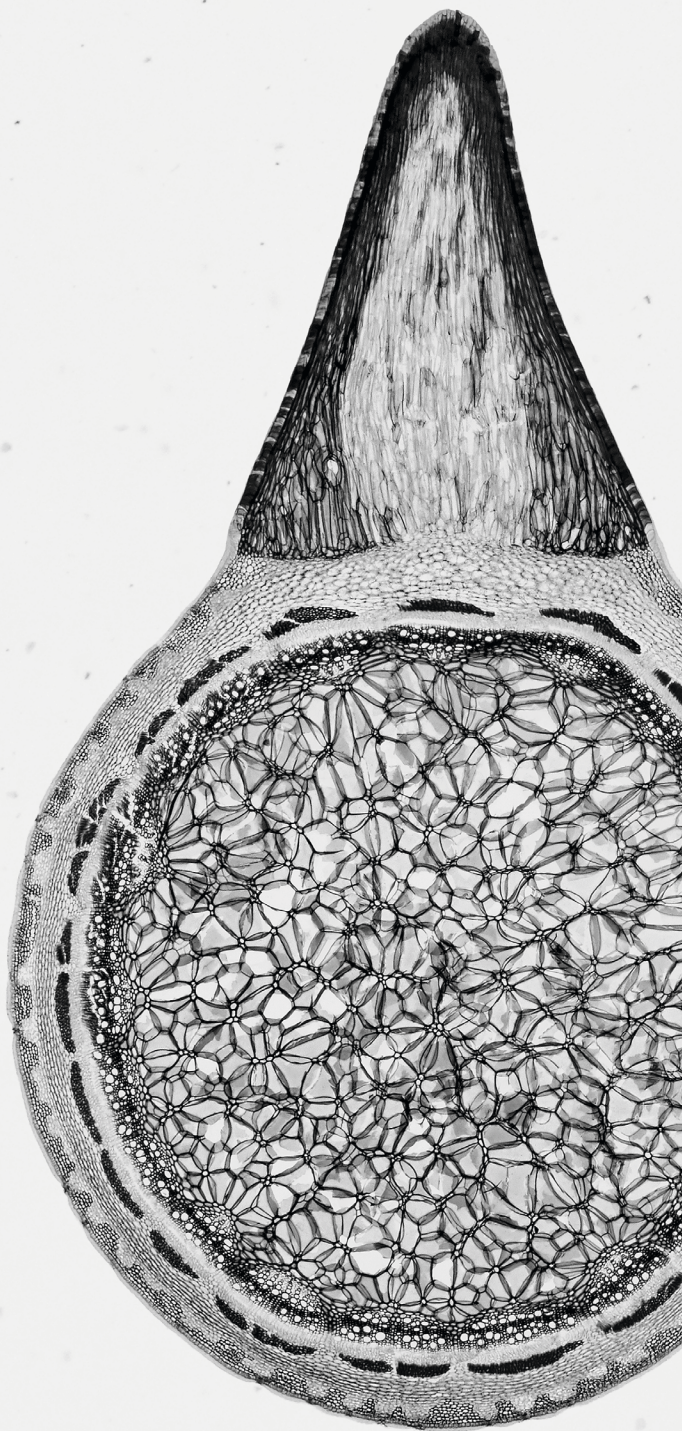


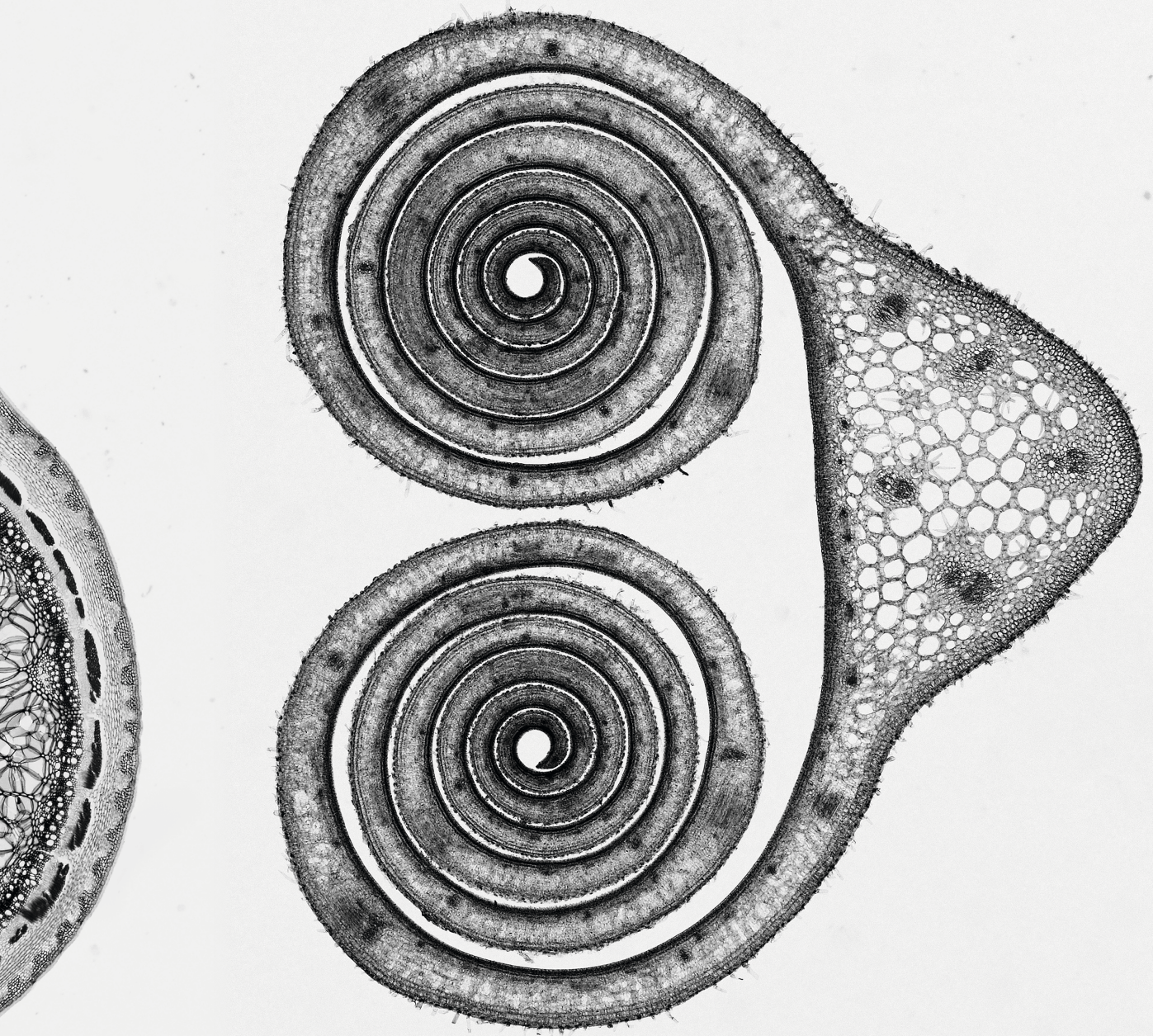
„Egy erdő folyamatosan változik, milliónyi átalakuláson megy keresztül – a levelek kicserélődnek, az erdőt alkotó egyes fák jellemzően csak pár száz évig élnek –, ennek ellenére akár évmilliókon át ugyanarról az erdőről beszélünk, miközben **kizárólag a helyszín változatlan.**

Hogyan beszélhetnénk ugyanarról az erdőről, ha az évszázadok során az azt alkotó elemek az utolsó molekuláig már számtalanszor lecserélődtek?” – teszi fel a kérdést Virágvölgyi István kurátor Dezső Tamás: „Hipotézis: Levél minden” című kiállításának bevezető soraiban.

Dezső Tamás korábban olyan munkákkal vált elismertté a nemzetközi művészeti életben, mint a 2000-es évek végén, Magyarországon készült sorozata, a „Here, Anywhere”, vagy a 2010-es évek elején, Romániában készült fotóesszéje, a „Notes for an Epilogue”, amelyből könyv is készült 2015-ben, a neves Hatje Cantz kiadó gondozásában. Ahogy egy 2021-es interjúban fogalmazott, a könyv megjelenése óta „átmenetileg abbahagytam a fényképezést, és filozófiát kezdtem olvasni, tanulni, ami mostanra a fő tevékenységemmé vált. A Hypothesis: Everything is Leaf ennek a tanulási folyamatnak a része, gondolatkísérletek halmaza, amiben használom a fotót is.” A kiállításon erdei tájképek, falevelekről, mikroszkopikus méretű ízeltlábúakról, 19. századi növényi metszetekről készült nagyméretű fotográfiákon át utazhatunk Dezső Tamás intim, fontos kérdéseket boncolgató, filozófikus világába.

A kiállítás megtekinthető szeptember 22. és december 23. között a Robert Capa Központban (1065 Budapest, Nagymező u. 8.).





Dezső Tamás: Metszetek, 2016–2022 (részlet), archív pigmentnyomatok, 19. századi brit és francia mikroszkóp-tárgylemezeken lévő növényi metszetekről készült fotográfiák



# ” *A 17 év alatt egyikünkben sem merült fel, hogy mi ne együtt legyünk*

**Janklovics Péter** színész, humorista, feleségét is a színháznak köszönheti, **Janklovics Natasa** egyik első „közönsége” volt stand-upos szárnybontogatásainak, igaz, akkor még a színészbuszban ülve. Miközben fiuk súlyos ételallergiájának hatására Natasa egy szülőtámogató és érdekvédelmi civil szervezet elnökeként és szóvivőjeként mindent megtesz, hogy kellő figyelmet kapjon ez a terület, a humor, az együttlét öröme továbbra is körbeöleli az életüket.

◆ – 17 éve vagytok együtt, 9 éve pedig házasok. A székesfehérvári Vörösmarty Színházban ismerkedtetek meg, mesélnétek erről?

**Natasa:** A Gőr Nagy Mária Színitanoda még ezelőtt kapcsolódási pont volt, csak nem egyszerre jártunk oda. Székesfehérvárra Peti vendégszerepelni jött, én akkor már ott dolgoztam, kerestem a helyem színészként, rendezőasszisztensként. A Diótörőben találkoztunk.

**Péter:** Ebben az időszakban minden évben volt ott két-három bemutatóm, eleinte vendégként, majd később szerződöttem is a színház. Sokat dolgoztunk együtt Natasával, közös lett a baráti társaságunk is.

**Natasa:** A színészbuszban, ami Budapest és Székesfehérvár között szállított minket, mögöttem ült, és húzogatta a hajam, ami azért már gyanús volt, hiszen ez már az óvodában is többet jelent, és nekem is nagyon tetszett Peti.



**Péter:** Sok időt töltöttünk együtt társaságban, így feltűnt a hiánya, amikor egy nyári szünetben egy hétig nem találkoztunk. Egy közös bulizás után gondoltam, hogy most már elhívom, hogy ülünk be még valahová, ő nemet mondott, végül a barátunk tett ki minket a kocsijából, hogy menjünk. Onnan számítjuk a kapcsolatunkat, amikor a vendéglátóhelyen azt mondták: „A szerelmespárnak is záróra van.” Hazakísértem, majd fáradtan, de boldogan én is hazasétáltam.

**Natasa:** Amilyen bizonytalanok voltunk eleinte, olyan stabil a kapcsolatunk 17 éve.

– Mi ragadott meg akkor titeket a másikban?

**Péter:** A kedvessége és az, hogy ha valamit el akar érni, azért teljes odaadással küzd.

**Natasa:** Peti már a színészbuszban „végighaknizta” az utat, a többiek már akkor mondták neki, hogy stand-upolnia kellene, nagyon szórakoztató volt. Az is feltűnt, hogy szeretnek vele együtt dolgozni a kollégái, akár színészként, akár most, a Dumaszínházban, ami nagyon imponált. És a megbízhatósága is fontos, hogy láttam benne a gyerekeim apját.

– Péter, te komolyan vetted a hetedik, sokak szerint vízváltzó évet a kapcsolatotokban, és ekkor „merted” csak megkérni Natasa kezét.

**Péter:** Ez azért csak félig volt komoly, bár valóban volt olyan kapcsolatom, ami hét év után ért véget. Tudtam, hogy Natasának fontos a házasság, és nekem sem volt ellenemre, mindig úgy éreztem – és hála Istennek, érzem most is –, hogy velem szeretném leélni az életemet, mással el sem tudnám képzelni.

**Natasa:** Nekem ő volt az első nagy szerelem az életemben, a 17 év alatt egyikünkben sem merült fel, hogy mi ne együtt legyünk.

**– Első gyermeketek, egy kisfiú öt évvel ezelőtt érkezett, éppen Péter negyvenedik születésnapján. Azt olvastam rólad Péter, hogy „rettegtél” az apaságtól, de mikor megszületett a fiad, már magad sem értetted, miért. Hogy zajlott le benned ez a folyamat?**

**Péter:** A felelősségtől nagyon félttem. Aztán amikor megszületik a gyereked, egyszerűen ő lesz fontos, és a felelősség jön magától, nem kell erőltetni. Nem beszélve az örömről. Két-három éves volt Dávid, a nagyobb fiunk, amikor rádöbbsentem, hogy mit hagytam ki eddig az életemből, és azért is „dupláztunk rá” ilyen hamar. Most már ott tartunk, hogy Tóth Eduval, akinek szintén két fia van, állítunk össze egy műsort az apaságról, az apa-fia kapcsolatról. Szeretnénk továbbmenni annál, mint hogy milyen vicces helyzeteket szül például egy pelenkacsere. Eddig színpadon szinte egyáltalán nem beszéltem a gyerekeimről, most jön el ennek az ideje.

**– Milyen anyukának látod Natasát?**

**Péter:** A legjobbnak az egész világon. Ha van bármi, amiben biztos nem hibáztam az életemben, akkor ez az: pontosan tudom, hogy bárhova megyek, a lehető legjobb kezekben vannak a gyerekeim. Mindig tudtam, hogy tőle szeretnék gyereket, senki mástól, ez is hozzájárult ahhoz, hogy őt vettem feleségül.

**– Natasa, téged hogy változtatott meg az anyaság?**

**Natasa:** Én mindig is aggodós voltam, így ebben nem sokat változtam. Nagyon vágytam már gyermekre, volt néhány hónap, amikor szerettük volna, de nem jött, így ez az időszak a vágyakozással telt. Amikor pedig megfogant Dávid, az végtelen boldogság volt. Ő és a testvére, Beni is nagyon nyugodt babák voltak. A második gyerek érkezésére már egyébként is sokkal lazábbak lettünk, ahogy a legtöbb szülő. Már egy éve együtt is eljátszanak, pont tegnap mondta Dávid, hogy neki Beni a legjobb barátja, vele szeret a legjobban játszani.

”

***Még a nagyobbik fiunk, Dávid is belenőtt ebbe, figyel arra, hogy ő se egyen olyat, ami Beninek árthat. Amikor az óvodában pisztáciafagyit volt, nem kért belőle.***

**– Beni hároméves; tizenkilenc hónapos korában derült ki, hogy több dió- és mogyoróféltre allergiás, de már néhány hónaposan is mutatta ennek jeleit. Hogyan hatott ez az állapot az életetekre?**

**Natasa:** Öt hónapos volt Beni, amikor piros pöttyök jelentek meg a szája körül, elkezdtek továbbterjedni az arcán, majd elmúltak. Leszaladtam a háziorvosi rendelőbe, ahol tanakodtunk, hogy mi lehet ez. Ő akkor még anyatejes volt, én ettem egy olyan salátát, aminek dió volt a tetején, és így adtam pusztit neki. Ez két hét múlva megisméltődött, de igazán sem az orvos, sem a védőnő nem küldött minket tovább kivizsgálásra. Tizenkilenc hónapos korában Dávid kesudiót uzsonnázott, és adott egy szem „tesódiót” Beninek is. Ő bevette a szájába, elkezdte rágni, és azonnal megjelent megint a pirosság az arcán – és ekkor állt össze a kép, hogy az én salátámban sem a dió, hanem a kesudió lehetett a baj. Ez egy péntek este volt, hétfőn már dr. Csáki Csillánál voltunk, aki Magyarországon az allergológia legtekintélyesebb szakembere. A bőrtésztén, majd a molekuláris vértesztelésen is igazolódt az allergia a pisztáciára, a kesudióra és a mogyoróra. Mikor kézhez kaptam a leletet, és láttam, hogy milyen súlyos a helyzet, hogy potenciálisan halálos kimenetelű anafilaxiás sokk alakulhat ki nála, először azt hittem, hogy vége az életemnek. Nagyjából három hónap volt, amíg megnyugodtam, azáltal, hogy információt gyűjtöttem. Ma már nem szorongok, úgy látom, hogy ez egy állandó helyzetelemzés, együtt lehet élni vele. Utazunk, járunk étterembe, rendelünk ételt, de kell egy plusz odafigyelés.

**Péter:** Én azért ezt egy kicsit máshogy éltem meg. Úgy gondoltam, hogy igen, innentől ezeket a magokat kerülni kell, erre oda kell figyelnünk, de ez nem olyan nehéz feladat. Biztos voltam benne, hogy Natasa ezt nagyon

komolyan veszi, ami egyrészt megnyugtató, másrészt valakinek – nekem – képviselni kellett a másik pólust is, a helyzet oldását, hogy egyensúly legyen. Talán az én reakcióm túl enyhe volt, de így talán érthető, hogy miért. Ami a legfontosabb, hogy mind a ketten biztosak lehettünk benne, hogy a másik tudja kezelni (egyedül is) a helyzetet.

**Natasa:** Ez egyébként jellemző, hogy az édesanyák és az édesapák nagyon másképpen reagálnak, amikor érkezik egy ilyen diagnózis. Sokat elmond erről az is, hogy az online támogatói csoportunk tagjainak 95%-a nő. Januárban meghalt egy hétéves kisfiú, miután az iskolában mogyorót tartalmazó édességet evett – ez után a tragédia után alakult meg e csoport néhány anyukájával a szülő-támogató és érdekvédelmi szervezetünk, az Anafilaxiás Allergiásokért Egyesület. Az egyik legfőbb megállapításunk, hogy nemcsak a gyermek, hanem az egész család kap diagnózist. Még a nagyobbik fiunk, Dávid is belenőtt ebbe, vigyáz Benire, figyel arra, hogy ő se egyen olyat, ami Beninek árthat. Amikor az óvodában pisztáciafagyi volt, nem kért belőle, mert „hazamegyek, megpusztilom, és nehogy baj legyen belőle”. Sajnos egyébként az a jellemző – ahogy nálunk is történt –, hogy időbe telik, mire kiderül egy ilyen allergia, így a legfontosabbnak azt tartom, hogy tünetek esetén (legyen az ételmiszerre, gyógyszerre, latexre, darázscsípésre, de akár hidegre vagy fizikai megerőltetésre adott reakció) mindenképpen kezdjék meg a kivizsgálást.

**– Natasa az egyesület elnökeként, szóvivőjeként egyértelműen „felhelyezte a térképre” ezt az eddig lényegében képviselő nélküli ügyet, de párként is szoktatok nyilatkozni erről.**

**Péter:** Én inkább „kirakatemberként” vagyok ott ilyenkor, bár persze szívesen megyek, felvállalom én is. Nagyon büszke vagyok rá azért, amit tesz.

**Natasa:** Amit teszünk, mert heten alapítottuk az egyesületet. Hat csodálatos nőt ismertem meg ezáltal, akiknek az önzetlen összefogása az ügy érdekében hihetetlen lendületet ad, hogy meneteljünk a céljaink felé! Sajnos az itthoni tragédia nyomán történt csak robbanásszerű változás abban, hogy a döntéshozók, a szélesebb társadalom komolyan vegye ezt a helyzetet. Ma már ott tartunk, hogy fel vannak szerelve az iskolák adrenalin-autoinjektorral, a pedagógusokat képzésre küldik, a legnagyobb magyar közétkeztető kivette a szándék szerinti menüből a földimogyoró- és dióféléket, a legfrissebb fejlemény pedig, hogy az alapvető jogok biztosa tett egy

állásfoglalást, miszerint ezeknek a gyerekeknek biztosítani kell a biztonságos környezetet, tehát ezt javasolt a minisztériumnak rendeletbe foglalni. Kidolgoztunk egy protokollt a Magyar Allergológiai és Klinikai Immunológiai Társasággal (MAKIT), amely az oktatási-nevelési intézmények számára egyértelműen szabályozza, mi a teendő, ha diagnosztizált anafilaxiás allergiás gyermek iratkozik be az intézménybe, valamint milyen általános felkészültséget kell biztosítani arra az esetre, ha az életveszélyes allergiás roham korábban nem diagnosztizált gyermeknél lép fel. A protokollt a szakmai szervezet benyújtotta a minisztériumba, sajnos a tanévet még úgy kezdjük, hogy nincs rendeletszerű szabályozás a minimumfeltételekről, de nagyon bízom benne, hogy ez hamarosan rendeződik.

**Péter:** Hihetetlen, hogy mindezt alig több mint fél év alatt érték el!

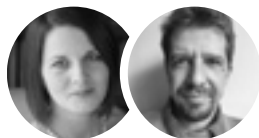
**Natasa:** Dr. Csáki Csilla, az egyesületünk szakmai vezetője olyan orvos, aki nem hagyja abba a betegeiről való gondoskodást a rendelés végeztével. Felkereste az ELTE Pszichológiai Intézetének egyik tanszékét, és kezdeményezte egy olyan terápia kidolgozását, amely segíthet az érintett szülőknek, hogy megbirkózzanak ezzel a súlyos helyzettel. Egy évvel ezelőtt el is indult az első ilyen csoport egy doktoranduszhallgató vezetésével.

**– Visszatérve rátok, Péter továbbra is becsempészi a szórakozást az életetekbe?**

**Natasa:** Amikor a kapcsolatunk kezdetén bemutattam valakinek, mindig az volt a reakció, hogy „ő otthon is ilyen?”. Én pedig mondtam, hogy tulajdonképpen igen. És ez azóta sem változott. Sokat nevetünk.

**Péter:** Aki standupol, saját magát viszi a színpadra, ezt nem lehet nem önazonosan csinálni, különben lebukik az ember a közönség előtt. A sikeres humoristák olyanok a színpadon kívül is, mint amilyenek a színpadon mutatják magukat. A nagyobbik fiunk rám ütött, benne is kicsit több exhibicionizmus van az egészségesnél. Igen érdekes meglátásai vannak a világról!

**Natasa:** Törekedtünk egyébként arra is, hogy a gyerekek születése után is megőrizzünk valamennyit a korábbi életünkben. Mivel nagyon szeretünk utazni, már egész kicsi koruktól vittük őket magunkkal, Beni például három-négy hónapos volt, amikor európai körútra mentünk autóval. Jól viselik, rugalmas gyerekké váltak ezáltal, de a karanténhelyzetben is hasznos volt ez a rugalmasság, és persze az apa-fiai kapcsolatra is nagyon kedvezően hatott, hogy végre otthon is több időt tudtunk együtt tölteni. ♦



SZÖVEG —  
SZŐNYI LÍDIA és SZÖLLŐS ÁKOS pszichológusok

# Családi titkok

Kép: Kristina Flour / Unsplash

A titok olyan, mint a fekete lyuk, amelynek mentén meggörbül a fény, vagyis mások a reakciók, árulkodik a viselkedés. Mi zajlik ilyenkor legbelül, és hogyan hat a környezetünkre, ha kimondhatatlan, mások előtt elhallgatott tényeket cipelünk?

#### ◆ TITKOK A CSALÁDBAN

A titkok létezését szinte természetesnek vesszük, és a kultúránk is támogatja a kialakulását és fenntartását. Ismerjük a félrevezető és hamis mondásokat: „amiről nem tud, az nem fáj” (dehogynem), vagy „a jó házasság alapja a jól őrzött titok”. Pedig a legtöbb esetben érezzük, hogy a rejtély bomlasztja a családot, ezért vágyunk rá, hogy őszintén kapcsolódhassunk és megnyílhassunk a másik előtt. Mindeközben a legtöbben már azt is megtapasztaltuk, hogy a titok ismertté válása pozitívan hathat a családtagokra és a kapcsolatokra: „ez történt/ezt tette, de megoldottuk/felállt belőle/megbánta, és megváltozott”. Akkor miért is olyan nehéz megtörni a csendet?

„A terápiás rendelésben szóltanul ül a család. János lehajtott fejjel maga elé néz, most mondott el egy nehéz titkot, amelyet évek óta hordozott magában. A többiek különbözőképpen reagálnak. Bea, János felesége figyeli a többieket: ő tudott a titokról, de eddig nem beszélhetett róla. A második gyermek, Jankó döbbenetben tekint körbe, keresi a szemkontaktust a többiekkel. Fruzsí, a húga magába fordul. Anna, a legkisebb lány sír. Ekkor megszólal Peti, a legidősebb kamasz: „Én már régen rájöttem. Összeállt. Azt hittem, mindenki tudja, csak inkább nem beszélünk róla...”

A titok és a különböző családtagok viszonya eltérő, de az elhallgatott információ mindenkire hatással van. Ennek az az oka, hogy az nemcsak a titokgazda (a titok tulajdonosa) számára jelentős, hanem a titokhordozó (nem az övé a titok, de tud róla, és vállalta, hogy ismeretlenségben tartja a fontos mások számára) és a titkot nem ismerő, de érintett személy számára is. A titok így egy jól körülhatárolható személykört érint, akik valamilyen kapcsolatban vannak egymással. Távolodva ezektől a személyektől és kapcsolatuktól, a titok fontossága hatványozottan csökken. Így például, ha tudomást szerzünk egy indiai család rejtélyéről, az bár meglepő lehet, de nem válik számunkra titokká, mivel a realitásunkat nem érinti az ő titokkal terhelt valóságuk.

Hajlamosak vagyunk azt gondolni, hogy a titok tulajdonosa cipeli a legnagyobb terhet, pedig a kimondatlan dolgok nemcsak az ő életét nehezítik meg, hanem minden érintettét. Mert a titok olyan, mint a buborék a pohár szódában: a buborékot szén-dioxid alkotja, amely különbözik az őt körülvevő víztől, és megtöri a folytonosságát. A titok is a folytonosságot megtörő realitásbuborék, amelynek a hatása a titkot nem ismerő környezetre zavaró, feszítő. A buborék felfelé törekszik, ám ez egyben a végét is jelenti. A titkot cipelő ember nyomasztó és szinte lehetetlen feladatot vállal azzal, hogy a buborékot a vízben szeretné tartani. Előbb-utóbb ugyanis minden buborékknak ugyanaz a sorsa: felszínre jut, és bár gázként tovább létezik, de buborékként megszűnik.

# ” A GYERMEK ÉRZI A TITOK ELSZIGETELŐ HATÁSÁT,

biztonságérzete megrendül,  
és megtalálja szorongásának  
a tárgyát valami olyanban,  
ami egyébként nem lenne  
félelmetes számára.



## A TITOKGAZDA TERHEI

A titok tulajdonosa folyamatosan kettősséget hordoz. Úgy kell tennie, mintha az elhallgatott dolog nem létezne, vagyis úgy kell hordoznia a buborékot, mintha realitás-folytonosságot tapasztalna. Ez komoly szellemi és lelki erőfeszítést kíván, ami többnyire megviseli a titok őrzőjét. Ha a titok rejtve is marad, a titokgazda lény a titok köré szerveződve átalakul. A titokgazdának arra is ügyelnie kell, hogy a viselkedésében és a reakcióiban leplezze a titok rá gyakorolt hatását. Olyan ez, mintha egy kincset folyton el kell rejtene egy liszteszákba, ám közben arra is vigyáznia kellene, hogy ne legyen lisztes a keze.

Miért nem elég egyszer elrejtene a titkot? Mert nem hagy nyugodni, elő kell venni, nézegetni, megvizsgálni, ellenőrizni. Régóta ismert lélektani tény, hogy ha egy gondolatot vagy képet szándékosan ki szeretnénk szorítani az elménkből, azzal éppen ellenkező hatást érünk el. „Ne gondolj egy piros pöttyös elefántra!” – És máris mindannyiunk lelki szemei előtt megjelenik a furcsa állat. Ha most öt percig tilos lenne a piros pöttyös elefántra gondolnunk, azt vennénk észre, hogy lelki szemünk elé folyamatosan bekúszik az állat. Így vagyunk a titkokkal is. Nem szabad kimondanunk, megosztanunk másokkal, de csak az jár a fejünkben, hogy nehogy eláruljuk magunkat valamiképpen. Az elnyomott gondolatok gyötörnek és kínoznak, szinte kényszeresen ezek körül forognak a gondolataink. Ellenőriznünk kell kapcsolódásunkat az elhallgatott ténnyel, az esetleges titokhordozóval és a titkot nem ismerőkkel is. Nem tudunk nem erre gondolni. Őrlődünk és visszatérő kérdéseket mantrázunk: Mit mond rólunk az, hogy ez a titokunk van? Mi történe, ha ismertté válna? Hogyan őrizhetnénk jobban a titkot, hogy ezt megelőzzük? Mi

lesz a titok jövője? Nem árultuk-e el a titkot valamivel? Megbízható-e a titokhordozó, hogyan alakul vele a kapcsolatunk? Tudatlanok-e a titkot nem ismerők? Hogyan hat rájuk a számukra ismeretlen titok? Hogyan szabadulhatnánk meg a titoktól? Ezzel, mint egy szobanövényt, gondozzuk is a titkot.

A titok egyre inkább hazugságok forrásává válik, hiszen sok mindent kell elhallgatni vagy megváltoztatni, hogy rejtve maradjon. A torzított, ám hiánytalanul ábrázolt realitás és a valódi realitás közötti hajszáltrepedés, majd repedés, végül szakadék kezelése annyi energiát vesz el, hogy szinte felemészti az embert. Közben az elhallgatott információ őrzője kénytelen megtagadni a saját átláthatóságát és hitelességét is, hiszen egyre több minden rendeződik a titok köré. Mivel cipelése lelkileg megterhelő és jelentős stresszt okoz, ezért a titokgazda sokszor tudatlanul kísérleteket tesz a felfedésére, hogy megszabaduljon a súlyától. Elszólja magát, utalásokat tesz, majd kémleli a környezetét, hogy megsejtettek-e valamit az elhallgatott információból.

## AKI NEM ISMERI A TITKOT...

Egyszerű szódafogyasztóként a pohárban lévő buborék tartalmával többnyire nem vagyunk tisztában. Igazából csak azt látjuk, hogy „van ott valami”, ami a víz folytonosságát megszakítva gömbszerűen, zártan van jelen. Az elhallgatott információ is megszakítja a folytonosságot a kapcsolatban, hiszen tudatosan vagy tudatlanul észleljük, hogy a jelenségek, az események, a viselkedés, illetve a kommunikációs és metakommunikációs tartalmak a titok köré rendeződnek. Ezért fordulhat elő, hogy egy titkot valaki egyszer csak villámcsapásszerűen felismer. Ez a rádöbbenés gyakran félálomban vagy álomban

történik, amikor a realitás és racionalitás szabályai feloldódnak. Sokan számolnak be arról is, hogy az elhallgatott tény megismerésekor hatalmába keríti őket az az érzés, hogy már addig is szinte sejtették, sőt alapvetően már tudták a titkot. Hirtelen a helyükre kerülnek a dolgok, a rejtély utólag megmagyaráz több addig tapasztalt, eltárolt tény, amely „nem illett a képbe”, amelyben volt valami érthetetlen, feszítő, elbizonytalanító.

Az intimitás elengedhetetlen feltétele, hogy közel engedjük a másikat a belső világunkhoz, és megoszuk vele az érzelmeinket. A titok elleplezése viszont elszigetel a másiktól, megakadályozza a kitárulkozást és az önazonos viselkedést, ami a titkot nem ismerő számára gyakran egy megfoghatatlan, feszítő érzéssel jár együtt. Míg a titokgazda kínja az elhallgatott esemény és az elnyomott gondolatok gyötrő felbukkanása miatti fájdalom, addig a családtagok fájdalma a titok nem közlése mentén megélt feszültség és szorongás. Gyakran tapasztaljuk a talány túlfantáziálását (a fantáziák általában ijesztőbbek, mint a valóság), illetve (a nem közölt valóság miatt) a bizalom hiányát, ami akár tudattalanul is jelen lehet. A családterápiás folyamatokban rendszeresen keresnek meg bennünket családok a gyermekük szorongása miatt (például fél az iskolától, a rossz jegyeitől, súlyosan szorong az egyedül alvástól). A szülőkkel való beszélgetés során kiderül, hogy a gyermek védelme miatt nem osztanak meg vele olyan információkat, amelyek pedig nagymértékben érintenék őt, mert félnek attól, hogy hogy kárt okoznak a gyermek lelkében. Ezek a titkok gyakran a halál, a válás vagy egy súlyos betegség körül szerveződnek. A gyermek érzi a titok elszigetelő hatását, biztonságérzete megrendül, és megtalálja szorongásának a tárgyát valami olyanban, ami egyébként nem lenne félelmetes számára. Ha a szülők ilyenkor készsé válnak arra, hogy a gyermek nyelvén, az ő szintjén beszéljenek a súlyos témákról, a gyermek felszabadul a nyomasztó érzések alól, és a szorongás megszűnik.

### AKI MINDENKÉPPEN ÁRULÓ

A titokhordozó különleges helyzetben van, hiszen valaki más titkát hordozza, és a titokgazdával szembeni lojalitása hallgatásra kötelezi. Ez azonban konfliktusban van azzal, hogy lojális szeretne lenni a többiekhez is. Gyakran érzi úgy, hogy szorult helyzetbe került, és valakit mindenképp elárul, ami miatt büntudat és szorongás gyötri. A titok birtoklásának ő is megfizeti az árát, hiszen az ő személyiségébe is beépül az elhallgatás, ami elszigeteli a számára fontos kapcsolatoktól.

### KIMONDANI A KIMONDHATATLANT

Az, hogy mit kezdünk a titkokkal, gyakran azzal is összefüggésben van, hogy a családjunkban mennyire lehetett megosztani a nehéz érzéseket, mit engedtek és tiltottak számunkra, büntették-e, ha kiderültek a hibáink vagy elmeséltük a csalódásainkat. Vannak felnőttek, akiknek gyermekkorukban a saját szülei érzelmi szükségleteiről is gondoskodniuk kellett, ezért azt tanulták meg, hogy jobb a nehéz történeteiktől és érzéseiktől megóvni a felnőtteket, és inkább megtartani maguknak őket. Mások úgy tapasztalták, hogy nem bízhatnak a környezetükben, és a számunkra fontos személyektől nem számíthatnak megbocsátásra, megértésre és elfogadásra. Megint mások azért kezdték el a rejtegetést, mert úgy gondolták, ezzel megelőzhetik a konfliktus elmérgesedését.

Az alacsony intimitás és a családtagok között megépült falak által beépül a személyiségbe, hogy vannak rettenetes, elmondhatatlan dolgok, amelyeket kötelességünk őrizni, hogy ezáltal is védjük a kapcsolatot, megmeneküljünk a szégyentől, fenntarthassuk az önbecsülésünket és a szerethetőségünk érzését. Nem meglepő, hogy ezeknek az embereknek gyakran több titkuk van, mint az indokolt lenne.

A fentiek természetesen nem azt jelentik, hogy minden számunkra jelentős tény meg kellene osztanunk magunkról. Mindannyiunknak szüksége van magánszférára, ahol csak magunk vagyunk, és ahol eldönthetjük, hogy kivel mit osztunk meg magunkból. Mindenki maga érzi, hogy a titok mekkora súllyal nyomja a vállát, és segítene-e neki, ha egy szakemberrel, egy barátal vagy egy családtaggal megosztaná annak cipelését. A kimondás ugyanis felszabadít, és a megosztott teher fél teher, de ez nem kikényszeríthető, a döntésnek belülről kell fakadnia. A másik mérlegelendő szempont, hogy az elhallgatott tény mennyire tartozik a másik emberre, mennyire van hatással az ő életére. Ha a megosztás mellett döntünk, akkor is érdemes mérlegelnünk a titok közlésének módját. Lényeges, hogy ne a terhetől való megszabadulás legyen a kizárólagos motivációnk. Érdemes úgy osztani meg a másikkal az érzéseinket és a gondolatainkat, hogy közben empátiával és tisztelettel fordulunk felé. Szerencsés, ha nemcsak a pusztá tényeket közöljük, hanem mondanivalónk önfeltárását is tartalmaz („azért nem mondtam el eddig, mert attól féltem..., azt reméltem...”). Ehhez nagy bátorság szükséges, hiszen sebezhetővé tesszük önmagunkat a másik előtt. Bár a titok közlése először fájhat, de aztán felszabadít, természetessé és önazonossá válik tőle a titokgazda, a titokhordozó és a titkot addig nem ismerő személy is. ♦



SZÖVEG –  
SZÁM KATI

KÉP –  
JÓNÁS JÁCINT

# Hajszál

## A SZENVEDÉLYES EMBER ÉS A SZENVEDÉLYBETEG KÖZÖTT

**Orsolics Zénó** családrendszer-terapeuta, coach és felépült szenvedélybeteg, már többször volt a Képmás-estek szakértő vendége. Hamarosan ezeken az oldalakon szerzőként is találkozhatnak vele. Függőségekről írt sorozata induljon egy vele készült interjúval!

- ◆ – **Családrendszer-terapeutaként mindig hangsúlyozod, hogy a függőségek okait keresve érdemes a család működését vizsgálni.**
  - A szenvedélybetegség – biológiai, pszichológiai, szociológiai és spirituális eredetű – rendkívül összetett probléma. Nem vezethető vissza soha egy vagy két dologra. Úgy kell elképzelni, mint egy kört, amelynek az egyik cikke a genetika, egy másik, sokkal nagyobb a kortárs környezet, a barátok, lehetnek az okok között bizonyos életesemények is, és ott a család is. Én az utóbbinál le is szoktam ragadni családrendszer-terapeuta lévén, és mert szerintem ez a legnagyobb körcikk, a családban lévő minták, szokások, sémák. Ha egy kamasz gyerek például drogozik, gyakran megfigyelhető, hogy az édesapa dolgozik, nyolc-tíz-tizenkét órát, hazamegy, nyílik a hűtő, szisszen a sör, és alkohollal oldja az aznapi feszültségeit. A gyerek is átveszi ezt a mintát. Lehet, hogy ő nem alkoholt, hanem kábítószerrel használ, hiszen az ő világában a fű már könnyen beszerezhető és divatosabb. De tulajdonképpen ugyanazt csinálja, mint az édesapja, szocializáció kérdése, hogy hogyan oldjuk meg a mindennapi nehézségeket. Emellett traumák is érhetik a családot és a gyereket is, például a nagyszülők, szülők halála, baleset vagy bármilyen váratlan esemény, amelyet aztán nem dolgoznak fel a családban. Mert még maga az esemény sem feltétlenül okoz függőségeket, a baj az, ha nem történik meg a feldolgozás utána.



– **A könyvedben, a Flash-backben a saját történetedet is leírod. Sokat elárulsz a te származási családról is.**

– Igen, az én életemben abszolút megvoltak ezek, és a könyvemben igyekszem visszaemlékezni, már mint szakember tudatosan ránézni, és mindezt elmesélni. Középső gyerek vagyok, akire általában kevesebb figyelem jut, és talán én vagyok a legérzékenyebb hármunk közül. Édesapám alezredes volt, ennek a pozíciónak talán gyakran része is volt a '80-as években a masszív alkoholfogyasztás. Többször agresszív volt, és nem volt jó otthon a légkör. Ebből menekültem. Az utca, a csavargás, a kontrollálatlan életmód tűnt megoldásnak. A lakótelepen olyan kortársakat találtam, akik szintén menekültek otthonról. Mindent kipróbáltunk, amit csak lehetett. Most biztos mondhatja azt az olvasó, hogy sok gyerek lakótelepen nő fel, sok gyereknek iszik az apja, és mégsem lesz kábítószerfüggő. Ez annyira így van, hogy egy családon belül is másképp alakul, mi is hárman voltunk testvérek,

a testvéreim is kipróbálták szereket, de nem volt bennük ez a nagyfokú lázadás. Ez azt is jelenti, hogy ha van két-három-négy gyerekünk, nem nevelhetjük őket ugyanolyan séma szerint, hiszen más személyiségek, máshogy viselkednek, máshogy reagálnak dolgokra. Nekem is három gyermekem van, kettő nagyon hasonló, de a középső teljesen máshogy működik, az is meghatározó, hogy fiú vagy lány, és akkor ebben már máshogy kell nevelni. Pont ettől nehéz a gyereknevelés, hogy meg kell találnunk mindegyik gyerekünkben az értéket, azt, amit ő tud és azt, amiben segítségre kell neki.

– **Ma már együtt van benned a volt függő tapasztalása és a segítő foglalkozást végző tudása, élménye, az egykori gyerek és a mai szülő nézőpontja is. Nehéz egyből átlépni a másikba, és könnyű esetleg visszaesni abba a szerepbe, ami nem feltétlenül hasznos egy adott helyzetben?**

– Nem ilyen éles a határ. Mindig is rendelkeztem egy segítő attitűddel, érdekeltek az emberek, a kapcsolatok, a művészetek. Mint egy nagy kötömbben a szobor, benne volt ez a képesség, de nem volt lefejtve, kifaragva. Elkezdtem egyszerűen csak csinálni. És az évek alatt rétegenként jön elő mindez. Azt gondolom, hogy az a jó segítő, akinek minél több rétege van. Voltam kliens oldalon, voltam én a beteg, aztán voltam önkéntes segítő hasonló helyzetben. A rehabon már kénytelen voltam keresni magamat, a kötömbben leásni ahhoz, aki vagyok. Aztán tanultam a főiskolán, dolgoztam, férj és apa lettem. Most már mindezekkel együtt tudom látni a 16 éves heroinfüggő önmagamot, aki róttá az utcákat.

**– Mondják, hogy a függő nem gyógyul meg teljesen, csak absztinens. A segítő Zénó tud segíteni a szenvedélybeteg Zénónak?**

– Érdekes kérdés, hogy van-e teljes gyógyulás. Máté Gáborral értek egyet, hogy ez valójában egy mentális betegség, amiből meg lehet gyógyulni. És itt belép a személyes hitem is, hogy vajon Jézus szabadítása részleges vagy teljes tud-e lenni az életben. Tudom, hogy ez egyrészt egy kőkemény szakmai kérdés, másrészt azonban tulajdonképpen az üdvösség kérdése is, tehát teológiai kérdés is egyben. Az alapszemélyiségemben benne van a kontrollvesztő magatartás, mindent túlzásba tudok vinni, ha nem figyelek oda magamra. Élménykereső, szenvedélyes ember vagyok. De hát, ha megnézzük a világot, sokan így vannak, az élsportolók mind szenvedélyes emberek, a mesterszakácsok, a művészek. Persze, van határ a szenvedélyes ember és a szenvedélybeteg között, de néha csak egy hajszál, ami elválasztja a kettőt. Nekem az a feladat, hogy felismerjem, ha a szenvedélybetegség bekapcsol. Mondjuk ne menjen át munkamániába a szenvedélyem, a munkám. De ez valóban egy folyamatos megfigyelés, egy folyamatos önreflexió az életben, ami azért egyáltalán nem fárasztó, ez egy életprogram, tudatosan élem az életemet, mit miért csinálok, mit miért választok. Nyilván itt is lehet hibázni, az érzéseim néha elvisznek. A munkámmal kapcsolatban például tudnom kell, hogy nem arról szól, hogy mindenkit megmentssek, magamat pedig háttérbe szorítsam. A szenvedélybeteg címke, úgy gondolom, sok esetben a felelősség eltolása magunktól a genetikára, a szerencsétlen múltunkra, az orvostudományra. Mondhatnám azt is, hogy szenvedélybeteg vagyok, egy időzített bomba, bármikor visszaeshetek,



hiába van családom, három gyermekem. De nem így gondolom, igenis én vagyok a felelős azért, hogy bár újra drogozhatnék, nem teszem, nincs rá szükségem, mert a sérüléseimet feltártam, azokból meggyógyultam. Néha kérdezik, hogy mostanában nem is sóvárgok? Eltelt huszonkét év, a heroinra nyilván nem, de azt szoktam mondani, hogy dehogynem, sóvárgok. Most például egy jobb kocsi, meg arra, hogy végre elmehessek a tengerpartra, a családommal. Ahogy a heroin az elfogadásra, a szeretetre való sóvárgás volt, menekülés, hogy a problémáimról ne kelljen beszélni, ne kelljen belegondolni.

**– Azt mondják, le kell merülni a medence aljára, hogy el tudjunk rugaszkodni, de az alja mindenkinek más. Sok mélypontról kívülállóként már azt gondoljuk, hogy nincs lejjebb, és kiderül, hogy mégis van. Mi az, aminek meg kell ehhez történnie?**

– A mélypont személyre szabott. Valaki elveszíti a bankkártyáját, és összedől az élete, valakinek pedig semmi nem elég, már hajléktalan, eldrogozta a lakását és elveszített mindent... Hát én az utóbbi voltam. Eladtam mindenemet, kétes üzleteket kötöttem, és mindig rosszul jártam, árultam én is kábítószert és rövid úton belebuktam, vittek el a rendőrök nagyon-nagyon sokszor,

amikor a '80-as években az volt a kihallgatás, hogy jól megvertek, aztán kiengedtek. Túladagoltam magam, kétszer újraélesztettek, de nem volt elég, eljöttem otthonról, hajléktalan státuszba kerültem egyetlen öltözet ruhában. Elvonási tüneteim voltak, napok óta nem ettem, és ott találtam magam az Örs vezér terén. Azon gondolkodtam, hogy a metró vagy inkább egy troli alá ugorjak be. Vajon melyik a nemesebb vagy gyorsabb halál? A szenvedélybeteg alapvetően önpusztító, önmaga ellen fordítja a dühöt, de nem gyorsan, hanem szépen lassan, mert sokszor nárcisztikus is. Szóval olyan gyorsan azért nem akartam meghalni, de börtönbe se akartam menni – tudtam, hogy csalok, lopok, hazudok. A magamfajta érzékeny gyerek a börtönben nem sokáig húzza. És akkor hat év szenvedés után megszólalt a hangosbemondóban egy kedves női hang, hogy „Örs vezér tere, végállomás”. Most már talán azt mondanám, hogy Isten így üzent nekem, hogy nem ennyi az élet, lehet jobb életed.

#### **– Mikor lett számodra ez a történet a Gondvidelés jele?**

– Akkor felhívtam az édesanyámat, és néhány hónap múlva lekerültem Ráckeresztúrra egy bentlakásos rehabilitációs otthonba, ami véletlenül egy református, keresztény intézmény volt. Nekünk otthon nem Biblia volt a polcon, hanem a BTK, és édesapám sokszor valóban fel is lapozta, és komolyan elolvasta nekem az odaillő passzust, hogy hány év jár mindazért, amit teszek. A rehabon néhány hónap után mégis azt éreztem, hogy Isten nekem mondani akar valamit, holott előtte azt se tudtam, hogy létezik. Volt a lakótelepen is egy-két templom, ahova öreg fejkendősnéniket láttam bemenni, és azt gondoltam, ez az ő bulijuk. Ráckeresztúron az volt kiírva, hogy „Isten hozott”. Előtte a kórházi kezeléseknél azt éreztem, hogy a társadalom alja vagyok, drogos kutya, akitől mindenki fél, mert ellopom a táskáját, vagy legalábbis fertőző betegséget terjesztek. Ott először éreztem azt, hogy az elfogadás, szeretet, közösség, hit, remény fogalmak mögött tartalom is van, és lehet, hogy az életem erről fog szólni.

**– Azt mesélted, zárkózott gyerek voltál, most pedig szinte élvezettel mesélsz olyasmikról, amiket mások inkább eltitkolnának. Mikor váltott át benned ez a kapcsoló? Mesélted, hogy a terápia során erre szükség volt, de az egy zárt, védett környezet, nem a média nyilvánossága.**

– Az volt igazából a gyakorlóterep. A terápián megtanuljuk, hogy mindent ki kell mondani. Szétvert az apád, tők részegen? Szíjjal vert? Ki kell mondani. És akkor az ember magához engedi végre azt a síró kisfiút. És közben hallok a másikat is, hogy ugyanezek történtek velük is, nem vagy egyedül. Ha nem mondd ki, ami van, akkor megbetegszel. Az a hivatásom, hogy ezt minél többen megtegyék.

#### **– Szerinted Magyarországon a függőségek kezeléséhez, megelőzéséhez mire lenne leginkább szükség?**

– A prevencióban sokkal nagyobb kellene álmoldni, az oktatást kellene kicsit átalakítani. Mert minden évben jön egy új szer, és abban is biztosak lehetünk, hogy a fiatalok kockázatkeresők, és szeretik kipróbálni az új meg tiltott dolgokat. Egyrészt a kortárs segítséget kellene fejleszteni, mert a fiatalok a kortársaikra hallgatnak a legjobban. A prevenció nem tűzoltás, hanem egy folyamatosan jelenlevő dolog. Ezt születés előtt kell elkezdni, érdemes lenne erről szülők akadémiáját tartani. Aztán általános iskolától lehetne arról beszélni a gyerekeknek, hogy kik az igazi barátok. Mi az, amit szeretsz csinálni? Mi az, ami fontos neked? És akkor eljutunk egyszer csak a szerhasználatig. Hetedik, nyolcadikban ez már valós probléma. Azon kell dolgozni, hogy a gyerek ne legyen egyedül, ne legyen magányos, el tudja mondani a problémáit. Ha trauma éri, legyen elérhető ember, akire támaszkodhat, nagyjából ismerje az ellátórendszert, hogy kihez fordulhat segítségért. Az oktatásba be kéne tenni a szociális kompetenciafejlesztést, és ebben a túlpörgött világban meg kellene tanulni meditációs vagy relaxációs technikákat. Fel kellene hívni a figyelmet a zene, a tánc, a sport, az alkotás és a természet közelségének fontosságára. Ez mind drogprevenció. Jó lenne, ha volna egy ilyen óra, ami személyes szinten róluk szól.

#### **– Tudom, a keresztény Zénó mit válaszolna erre, de kérdezhetem most csak a szakembert? Van reménytelen eset?**

– Lehet, hogy van, de nem szeretem ezt kimondani, mert egyrészt én aztán reménytelen esetnek gondoltam magam, és mégis nagyon gyorsan meg tudtam fordulni, másrészt 22 éve foglalkozom ezzel, és tudom, hogy vannak nagyon nehéz élethelyzetek, de segítőként megtapasztaltam, hogy minden embernek vannak rejtett erőforrásai. ♦



SZÖVEG –  
SZÉKELY-BALOGH SZILVIA

SOROZAT –  
HULLÁMVASÚT

# LANDOLÁS

- ◆ – Központ, itt a British Airways 002-es járata beszél.
  - BA002, hallgatom!
  - Központ, központ, kényszerhelyzet áll fenn, azonnal segítségre van szükségem!
  - Vettem. Miben segíthetek?
  - Nagyon erős turbulencia lépett fel, és rosszak a látási viszonyok! A navigációs rendszer meghibásodott.
  - Halló, itt a központ beszél! Figyeljen a forgalmi torlódásra! Egy várakozási körre lesz szükség a leszállás előtt.
  - Központ, vettem. Tartom az előírt magasságot és irányt.
  - A szél miatti elsodródást is korrigálni kell.
  - Központ, szabad mozgásteret kérek! Biztosítson elsőbbséget a leszálláshoz!
  - Itt a központ. Minden adott a biztonságos süllyedéshez. Kezdje meg a leszállást!
  - Nagyon erős a köd. Nem tudom lenavigálni a gépet!
  - Vettem. Pedig jó lenne, ha lassan landolnál.
  - Melyik leszállópályára mehetek?
  - Hármas leszállópálya, balra, jobbra, balra, vízszintes, és már kész is.
  - Vettem, hármas leszállópálya. Engedélyt kérek leszállásra!
  - Engedély megadva.
  - Vettem. A landolást megkezdjük. Robotpilóta kikapcsolva. Végrehajtom a bal fordulót 90 fokra. Magasság 7400 méter.
  - Itt a központ, ne menj olyan magasra, lezuhansz!
  - Tartom az előírás szerinti magasságot, kibocsátom a futóműveket, az ereszkedést megkezdem.
- Na végre. Folytassa a műveletet a megkezdettek szerint!
  - Központ, központ! Kigyulladt a bal köpeny! Ég a hajtómű! Kényszerleszállást kell végrehajtani.
  - Pisilni ugye voltál? Kellemetlen lenne éppen kényszerleszállás közben...
  - Figyelem, figyelem! Itt a pilóta beszél, mindenki őrizze meg a nyugalmát! Biztonsági öveket bekapcsolni!
  - Mit keres itt ez a zokni?
  - Központ, ne térjen el a tárgytól, segítsen lenavigálni a gépet! Figyelem, vészszüllyedés! Helyezzék fel az oxigénmaszkokat! Mindenki őrizze meg a nyugalmát. A kényszerleszállást megkezdjük.
  - Mindjárt jövök, elfelejtettem lekapcsolni a sütőt!
  - Központ, ne hagyjon magamra! Semmit nem látok a ködtől. A gép kézivezérléssel megy. Kiengedem a fék szárnyakat. Helyezzék a maszkot az orrukra és a szájukra, és rögzítsék a szalagot!
  - Na, már itt is vagyok!
  - Itt nincs irányítás! Zuhanunk!
  - Lemaradtam? Mi történt?
  - Orral lefelé teszem! Nincs meghajtás! Készülj a becsapódásra!
  - Imike, most már végre tedd le azt a repülő! Késő van, indulás az ágyba!
  - Féklapokat kinyitni! Zuhanuuuuunk!
  - Ettől az alsószomszéd is biztosan megrettent.
  - Becsapódás!
  - Az a kedvenc vázám volt, Imike...
  - Anya, holnap ügyesebben irányíts! Apa sokkal jobb rádiótorony nálad! ◆



SZÖVEG –  
VÉSEY MIKLÓS

SOROZAT –  
APA, KEZDŐDIK!

# PIRAMIS

- ◆ Itt térdelek a napsütötte játszótéren a homokba épített fa egybemozdony és a kopott, sárga libikóka között én, egy apa a sok közül. Lehunyom a szemem, és arcomat a fény felé fordítom, miként a szentek az oltárképeken. Kinyúlt, elhasznált pólót és egyszerű sportnadrágot viselek, egyik kezemben széttört kisautó, másikban a katicás kulacs, feleslegesen teletöltve vízzel, hiszen úgysem iszik belőle, bárhogy is könyörgöm. Szemem alatt az álmatlanság vörös duzzanatai, térdem felsebesedett a homokba rejtett kavicsoktól, az évtizedek óta ferde, túlterhelt gerincembe belehasít a fájdalom.

Forrón lüktető halántékom mögött feltételes mondatok cikáznak, hol lehetnék, ha nem itt, mi mindent csinálhatnék, ha nem ezt, ha volna két életem, csendül fel a Piramis együttes slágere nagyapámtól örökölt, elálló füleimben. Az öreg megjárta a Donkanyart, gyakorlatilag gyalog jött haza, ő hogyan térdelhetett és milyen helyzetekben, gondolhatnék erre is, sőt, példát vehetnék róla, hiszen az én panaszaim onnan nézve nevetségesek. A dalról mégsem ez, hanem a Maslow-piramis jut eszembe, az alapszükségletek rendszere, amelynek talapzatát, úgy érzem, teljesen kihúzták alólam.

Mézes mocsár az önsajnálát, én pedig önszántamból térdeltem bele, és pontosan tudom, hogy ha így maradok, szép lassan elnyel az édes, nyálkás anyag, mégis élvezettel kortyolok belőle, szívom fel az orromba, érzem, ahogy a sűrű folyadék a tudómba csorog. A fulladás előtti pillanatban a fiam hangját hallom, Apa, nézd mit találtam ki, megfogja a kezem, kihúzza a mocsárból, felállok, megyek utána. Piramist épített fakockákból, felsétál az oldalán, ráül a tetejére, és úgy mosolyog, hogy muszáj nekem is utána másznom.

A piramis tetején ülve becsukom a szemem, arcomat az ég felé fordítom és elmosolyodom. Nem a jól végzett munka gyümölcse ez a mosoly, sokkal inkább egy idétlen, együgyű grimasz, egy olyan emberé, aki végigpanaszkodta az életét, aztán felült a tetejére valaminek, amit nem ő épített. A ragyogó izzadságcseppek fénylő glóriát vonnak a fejem köré, bal karom a fiam vállán nyugszik, a jobb kezemben lévő katicás kulacsot pedig lassú, méltóságteljes mozdulattal kiszáradt ajkamhoz emelem. ◆



SZÖVEG –  
NÉMETH ZSÓFIA, SZŐNYI LÍDIA pszichológusok

SOROZAT –  
EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

# MIÉRT DŐLÜNK BE A CSALÓKNAK?

Pszichológusszemmel  
*Az unoka* című filmről

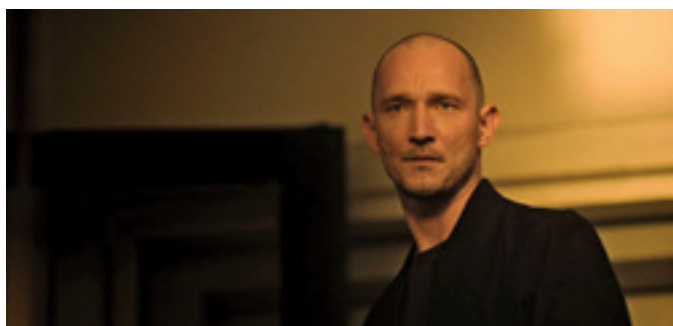
Amikor megöregszünk, olyan kiszolgáltatott szerepbe kerülhetünk, amilyenben gyerekként voltunk. Milyen tényezők járulnak hozzá az idősek átverésekkel szembeni sérülékenységéhez?

## ◆ A TÖRTÉNET

Deák Kristóf *Az unoka* című filmje arra készítet minket, hogy leporoljuk a gyerekkori emlékeinket, és felidézzük, milyen volt, amikor még a nagyszüleink voltak a világ legklasszabb és legbölcsebb emberei, akik türelmes szeretettel viseltettek irántunk még azokban a helyzetekben is, amikor a szüleink már ránk dörrentek volna, hogy elég legyen.

Rudi felnőttkorában is kivételes kapcsolatot ápol a nagypapjával. Rendszeresen találkoznak, telefonon beszélnek, tudják egymás életének ügyes-bajos dolgait, és egyetértenek abban, hogy az életükben nincs nagy baj, csak sok kicsi.

Egy napon azonban, amikor Rudi éppen dolgozik, a nagypapa aljas család áldozata lesz. Az öregúr ugyanis egy váratlan telefonhívást kap. A vonal másik végén a hang tapasztalt rendőrnek adja ki magát, és arról informálja az idős férfit, hogy az unokája súlyos közlekedési balesetet szenvedett, állapota kritikus, de a legnagyobb baj az, hogy egyúttal ő az okozója is a karambolnak. Az ismeretlen megoldást is kínál, elmondja, hogy egy tekintélyes összeggel elejét lehet venni annak, hogy Rudi börtönbe kerüljön. Az aggódó nagypapa minden félretett pénzét összeszedi, hogy odaadhassa a szélhámosoknak.



Később egészséges unokája láttán a felismerés és a szégyen annyira letaglózza, hogy infarktussal kórházba kerül, ahol hosszas lábadozásra kényszerül. Rudit majd szétfeszíti a tehetetlen düh, és a rendőrség tessék-lássék hozzáállását látva, egyedül próbálja meg felgöngyöltetni az ügyet.

### A HISZÉKENYSÉG MÖGÖTT

Az idős emberek helyzetéről egyre több kiemelkedő alkotás készül, amelyek társadalmi és közösségi szempontból is igen fontosak. Míg a régi időkben a fiatalok nagymértékben támaszkodtak az idősek bölcsességére és tanácsa-ira, manapság a gyorsan változó világ, az egyre nagyobb mennyiségben ránk zúduló információhalmaz miatt a fiatalabb generáció gyakran érzi úgy, hogy nincs már mit tanulnia felmenőitől.

Ezzel párhuzamosan az időskorúak tekintélye is csökken, a társadalom és olykor a család is kolonként és megoldandó problémaként tekint rájuk, ők pedig értéktelennek és feleslegesnek kezdik érezni magukat. Deák Kristóf filmje azért is különleges, mert érzékenyen reflektál az idős emberek szempontjaira, miközben egy olyan problémát mutat be, ami évente körülbelül 40-50 ezer előrehaladott korban lévő embert érint hazánkban. Vajon melyek azok a tényezők, melyek hozzájárulnak az idősek átverésekkel szembeni sérülékenységéhez?

A történet jól megmutatja, hogy akármilyen briliáns elmék vagyunk is fiatalkorunkban, idős emberként igencsak beszűkülhet a világ, ha nem rendelkezünk megfelelő társas támogatással. A fiatal, dolgozó emberek mindig csak rohannak, így legnagyobb igyekezetük ellenére sem tudnak idős rokonaikkal annyi időt eltölteni, mint szeretnének. ➤

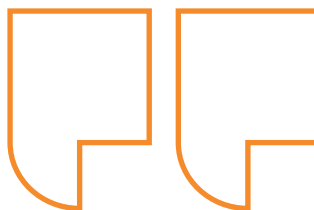
Balázs Katalin és Bene Ágnes tanulmányukban leírják, hogy a hiszékenységgel hátrében az is állhat, hogy az időskorral csökken a dopamin- és a szerotonin szint, ami negatívan befolyásolja az információ feldolgozását és a munkamemória kapacitását. Mindez szerepet játszik abban, hogy az időskorúak a kommunikáció során nehezebben szűrjék ki a fontos információkat, és kevésbé pontosan emlékeznek bizonyos részletekre. A meggyőzőési helyzetekben legnehezebben a középkorúak befolyásolhatók, legkönnyebben pedig a fiatalok és az idősek, ami összefüggésben lehet azzal, hogy a kritikus gondolkodás képessége még nem fejlődött ki, vagy már nem annyira aktív.

Ezért van az, hogy a csalók rendre az időseket pécézik ki, kihasználva barátságos, jóhiszemű, már-már gyermeken naiv természetüket, bele sem gondolva abba, mekkora fájdalmat, traumát képesek okozni a viselkedésükkel. Mintha a szemükben az idősek emberek annyira láthatatlannak lennének, hogy még az érzések is elkerüljék őket.

Az idősebb emberek ráadásul olyan korban nőttek fel, ahol a kimondott szónak súlya volt, miközben a megromlott érzékszervi funkcióik is hátráltatják a csalás kiszűrését. Az unokázós család esetében az idősebb ember újra hasznosnak érezheti magát, megélheti, hogy segíthet azoknak, akik a legfontosabbak számára, és ez az érzés felülír minden óvatosságot.

Láthatjuk azt is, hogy a társadalom egy része mégis az időseket hibáztatja azért, mert csalók áldozatává estek. Ez összefüggésben lehet a Robert Neil Butler által megalkotott ageizmus fogalmával, amely az idősek sztereotípiáit, illetve diszkriminációját jelenti csupán azért, mert idősek: „az idősek olyan kategóriát képviselnek, amely szénilis, rigid a gondolkodásban és viselkedésben, régi divatú erkölcsiségben és készségekben, ... a fiatalok számára megengedi, hogy az időseket tőlük különbözönek tekintsék, ami elvezethet ahhoz, hogy ne emberi lényként azonosítsák őket”.

Ilyen gazdasági diszkrimináció, amikor csalók és kereskedők kihasználják a nyugdíjas emberek bizalmát, hogy becsapják őket. Mostani történetünk arra is rámutat, hogy ezt nem csak az illegálisan szerveződő csalók teszik meg. Rudi munkahelye is hasonlóan működik: egy call centerben az ügyes eladók mindenféle hatékony kommunikációs trükkel és technikával méregdrága termékek megvásárlására veszik rá a telefonvonal másik végén lévő idősebbeket.



## **A meggyőzőési helyzetekben legnehezebben a középkorúak befolyásolhatók, legkönnyebben pedig a fiatalok és az idősek,**

ami összefüggésben lehet azzal, hogy a kritikus gondolkodás képessége még nem fejlődött ki, vagy már nem annyira aktív.



**A megelőzéshez elengedhetetlen a társadalmi összefogás és az idősekkel való törődés. Jó, ha tudjuk, hogy minden rendőrkapitányságon tevékenykedik áldozatsegítéssel foglalkozó rendőr, akivel oldott légkörben, eljárási kötöttségektől mentesen beszélgethetnek, és útbaigazítást kérhetnek. Amennyiben valaki bűncselekmény áldozatává válik, fontos, hogy azonnal értesítse a rendőrséget (a 107-es vagy a 112-es segélyhívó számon), és forduljon segítségért az Áldozatsegítő Szolgálathoz, amelynek van ingyenesen hívható zöldszáma: 06-80-225-225.**



### MIÉRT VAN SZÜKSÉG A KONTROLL ÉRZÉSÉRE?

A történetben látjuk, hogy az idős embereket mennyire megviseli, hogy család áldozatává váltak. Egy közös csoportban próbálják feldolgozni az őket ért traumát, hogy sokuknak semmilyen társas védőhálója nincs, gyermekeikre nem számíthatnak, az igazságszolgáltatást pedig nem érdekli túlzottan az őket ért sérelem.

Ugyanakkor az áldozattá válás érinti mindazokat a pozitív illúziókat, amelyek mérsékelt használata hozzájárul az egészséges megküzdés és az adaptív megküzdés fenntartásához is. Taylor szerint három fő területen alkalmazzuk ezeket a „kreatív öncsalásokat”.

Az első az illuzórikusan pozitív énkép, amikor másoknál jobbnak látjuk magunkat. Az áldozatok azonban szégyent és tehetetlenségérzést élnek meg, ami negatívan hat az önbecsülésükre is. A második az illuzórikusan optimista jövőkép, amikor úgy hisszük, hogy a negatív események jobban elkerülnek bennünket, mint másokat. A harmadik pedig a kontroll illúziója, amikor a valóságosnál nagyobb mértékben gondoljuk azt, hogy meg tudjuk változtatni a környezetünket, és befolyásolni tudjuk a rajtunk kívül álló eseményeket. Amikor becsapnak bennünket, mindezek összedőlnek, így alapvető igényünk van arra, hogy helyreállítsuk az önbecsülésünket, reményünket és az énhatékonyság érzését. A kutatások szerint azok az áldozatok képesek ellenállni a stressznek, akiket nagyfokú szociabilitás, problémafókuszú aktív megküzdési stílus, valamint az a mély meggyőződés jellemez, hogy képesek a saját sorsuk irányítására. Izgalmas tény, hogy mindez nemcsak az áldozatokat érinti, hanem a közvetlen környezetükre is hatással van, így nem csodálkozhattunk azon, hogy Rudi kezébe veszi a sorsuk irányítását.

Ezáltal ugyanis megélheti az önbecsülésének a növekedését, a jövő helyreállításának reményét és a kontrollt is, amelyeknek már a pusztán illúziója is hatékonyan segíti a stresszel való megküzdést. Természetesen a saját sérülékenységünkkel való szembesülés nem jogosít fel arra, hogy teret engedjünk a tehetetlen dühnek, ami bennünk tombol. Léteznek olyan megoldások, amelyek nem lépik át az erkölcsi határokat, mégis gyógyítanak minket és a környezetünket is. Végül Rudinak is sikerül megtalálnia ezt az utat.

### KRÍZIS, AMI SEGÍT FELNŐNI

Az igazság és a kontroll helyreállítása egyben Rudi felnövekedéstörténete is. Megtanul kiállni magáért, és harcolni mindazért, amiben hisz. Szembesülnie kell azzal az élethelyzettel, amikor a szerepek megfordulnak, és a nagypapa helyette kerül gyerekszerepbe, neki kell bölcs belátással gondoskodnia róla, ahogy korábban róla gondoskodtak. A tehetetlen düh olyan cselekedetekre sarkallja, amelyekket korábban elképzelhetetlennek tartott, és átszínezi benne a jóról és a rosszról alkotott képzeteket. Valódi felnőtt élete talán csak most kezdődik el, és fontos leckét kap arról is, hogy milyen könnyű hibázni, és mennyivel nehezebb helyrehozni azt. Útja során nemcsak a saját korlátaival és dilemmáival küzd meg, hanem olyan családi titokra is fényt derít, amelyek feldolgozása hozzásegíti, hogy ő maga már ne vigye tovább a felmenői hibáit és bűneit. ♦

#### Források:

**Dr. Balázs Katalin és Bene Ágnes: Az aktív időskor szerepe a fogyasztóvédelemben. Magyar Gerontológia. 11. évf. 37–38 sz.**  
**Z. Papp Zsuzsanna: Az áldozathibáztatás pszichológiai magyarázatai. A kontroll szerepe az áldozatgyógyításban. Alkalmazott Pszichológia, 2017, 17(1):77–97**



SZÖVEG –  
KIRÁLY ESZTER

KÉP –  
PÁCZAI TAMÁS

SZÖVEG –  
SZÍVE-JAVA

# ”A MAGÁNYT összetartozássá írni van hatalmunk”

Míg a róla szóló cikket írom, üzenet érkezik tőle: esküvői tanúnak kérte fel az egyik kedves hajléktalan ismerőse. Tavaly az élet egy másik fordulópontjánál, a halálos ágynál volt kísérője egy utcán élt barátjának. Koldult már trombitálva, és aludt már kartonlapon a Kálvin téri aluljáróban – szeretetből. *Takács Boglárka* a hajléktalanokat segítő Sant’Egidio (Szent Egyed) Közösség önkéntese.

## ◆ JÁRATLAN UTAKON

A kiránduló osztályhoz képest mindig átellenben haladni. Lakásfelújításkor saját kijáratot kérni (és kapni) a háztetőre, szülői cenzúra elől párna alá rejteni A Sátán kutyáját, nyolc évig várni csökönnyösen a trombitatanulásra, lányként férfi védőszentet választani bérmeákozásakor. Csinálni, amit mások nem csinálnak – ez lehetett a mottója Takács Boglárka gyermekkorának. A három testvér legkisebbje büszkén és megrögzötten volt különc. „A makacsságom miatt sokszor a hülyeségig vittem a lázadást. Kamaszkoromban annál is tovább. De akkor értékesebbnek éreztem magam attól, hogy különbözöm. Azt gondoltam, úgy jegyeznek meg, akkor szeretnek majd, ha kilógok a sorból. Csak mostanában kezdem felfedezni, mekkora érték az, hogy egyformák is vagyunk” – mondja a huszonkét éves lány.

A közösségi lét – még a családjában is – sokáig jelentett kihívást a véleményét gond nélkül, az érzelmeit viszont nehézkesen kifejező Bogi számára. „Féltem a sebezhetőségtől, de ma már törekszem megnyílni, mert megéri sebezhetőnek lenni: csak így lehet igazán, mélységünkben kapcsolódni másokhoz.” Bogi zenében és irodalomban volt otthon igazán, talán mert a szimfóniák és regények, etűdök és versek világában könnyebben bukkant „hasonszórú” alakokra. Egy dolgozatában Gavroche-t, a zsvány, de húséges utcagyereket választotta alteregónak A nyomorultakból, és szívébe zárta A Karamazov testvérek Kolja Kraszotkinját, a fiút, aki nagyozolásból a vonat alá feküdt, később viszont gondoskodott egy kenyérdarabba rejtett gombostűvel megsebzett kutyáról. Bogi a művészetekben a gazemberek



rejtett jóságán túl a maga nyelvét és mondandóját is megtalálta: ma a legígéretesebb fiatal magyar költők egyike, verseit rangos szépirodalmi folyóiratok közlik, és a trombitálás is az élete fontos része maradt. Minden bizonnyal ő ma az egyetlen magyar-trombita szakon tanuló egyetemi hallgató az országban.

Az önkéntességre Bogit mégsem elsősorban a számkivetettség iránti empátiája vezette. „Iszonyúan bántotta az igazságérzetemet, hogy én sokkal többet kaptam, mint mások.

Istenre is haragudtam ezért. Miért kaptam többet? Akkor jöttem rá, amikor egyszer nem úgy tettem fel a kérdést, hogy mi okból, hanem hogy mi célból: azért, hogy adjak belőle. A »több« alatt nem elsősorban anyagi bőséget értek, hanem azt, hogy még a legrosszabb időszakomban is mindig volt valaki mellettem, aki becsült, akitől szeretetet és figyelmet kaptam. Ezt a gazdagságot akartam továbbadni. Tudtam, hogy olyan embereknek akarok segíteni kapcsolódni a bennük lévő jóhoz, akiknek ezt sose tanították, vagy akiknek sosem mutatták meg, mennyi jó van bennük.”

### „LÁTTAM AZ EMBERT A MÉLYBEN, ÉS HITTEM”\*

Boginak van egy bordó inge, mostanra nagyjából négyszáz aláírás van rajta: tíz éve gyűjti rá azok szignóját, akikkel közelebbről megismerkedik. Hajléktalan emberek is aláírták – meglepődve talán a bohém ötleten, vagy még inkább a közvetlenségen, amivel „rendes polgárok” ritkán viseltetnek feléjük. Persze nem mintha Bogi „rendes polgárnak” vallaná magát.

A szociológiai kutatások szerint az emberek szívesebben segítik azokat, akiket nem tartanak hibásnak az állapotukért (idősek, betegek), mint mondjuk a szabadult fogvatartottakat vagy a hajléktalanokat. Bogi valószínűleg lemaradt a kutatások eredményéről. „Először egy kórházban vállaltam önkéntességet, beteg gyerekeknek olvastam mesét. Nem tudom miért, de nagyon rosszul éltem meg, nekem idegen volt, nekik kínos élmény, nem is jelentkeztem több alkalomra. Amikor viszont évek múlva börtönbeli levelezőszolgálatot, majd később a Szent Egyed Közösségben utcai szolgálatot vállaltam, rögtön otthonosan éreztem magam. Valahogy jobban szót értek a rabokkal és a hajléktalanokkal, van bennük valami, ami bennem is megvan. Nem gondolom például, hogy a mások bűnei meg az én bűneim különböznenek az övéiktől, csak hát ők»nagyan« csinálták. Pilinszky mondta róluk, hogy ők a bűn balekjai. Egy elkövetőt mindig jobban sajnálok, mint egy áldozatot, mert én bűnösként mindig nyomorultabbul éreztem magam, mint áldozatként.”

Az olasz gyökerű katolikus lelkiségi mozgalom, a Comunità di Sant'Egidio magyarországi közösségéhez, a budapesti Szent Egyed közösséghez csatlakozott tehát másfél éve Bogi, akikkel szerdánként jár ki az utcára. Hajléktalan embereknek visznek ételt, italt, meleg holmit, beszélgetnek velük, és ha kéri, segítik őket az ügyeik intézésében. De Bogi szerint nem ez a legfontosabb dologuk:

\*Bogi „Világtalanok” című verséből

„Szerintem éppen azoknak van a legnagyobb szükségük a segítségre, akik tehetnek az állapotukról. Sokuk tudna javítani a helyzetén, de nem teszi, mert nem tudja vagy nem hiszi el, hogy van lehetősége, vagy hogy képes rá. A Máltai Szeretetszolgálat egyik kiadványában olvastam, hogy nem azt kell megmutatni nekik, hogyan tegyenek magukért, hanem mindenekelőtt képessé kell tenni őket akarni. Azok küzdenek a legnagyobb akadállyal, akik nem tudnak akarni – és engem ennek a leküzdése érdekel, sokkal jobban, mint a segítségnyújtás anyagi oldala.”

Bogi hevesen tiltakozik, ha a szolgálatát szociális munkának nevezik. Nem szeretne később sem hivatásszerűen foglalkozni hajléktalanokkal, mert személyes emberi kapcsolata van velük, és nem tud feladatként tekinteni rájuk. Az intézmények szükségességét elismeri, de ódzkodik tőlük: „Intézményes keretek között csak intézményi szinten kerülhet kapcsolatba két ember, és olyankor nem emberként, hanem adott szerepkörből kommunikálnak egymással. Így könnyebben tekintik egymást csak egy eszköznek vagy számnak, ráadásul nem szükségletekben, hanem hatáskörökben gondolkodnak. Én nem akarom így tenni, amit teszek.”

### ÁTÍRNI A BEFEJEZÉST

Utcai jelenléte kapcsán Boginak sosem jut eszébe a megmentés kifejezés. „Nem gondolom, hogy azért szorul valaki megmentésre, mert hajléktalan. Azt sem, hogy egy emberi élet akkor van »mentve«, ha rendelkezik olyan hétköznapi javakkal, mint ruha, ház, munkahely. Bennem akkor indul be a »juttassuk őt el A-ból B-be« program, amikor a másik fél jelzi, hogy van igénye erre.”

Bogi szépírói pályafutását viszont rögtön egy mentőakcióval indította. Gyerekfejvel kezébe került Svend Fleuron A vörös banda című műve, amely egy rókacsalád történetét meséli el – és amelynek a végén egyetlen kivétellel az egész alom elpusztul. Bogit annyira megrázta ez a befejezés, hogy ceruzát ragadott, és új lezárást írt a regényhez: az összes rókát megmentette, ráadásul mindegyiküket másként.

„A Kálvin téren jött a hír, hogy feltámadt. Azt sem tudtam, hogy meghalt. Meg hogy ki. Aztán ott ült, a kiszolgáltatottság tolokocsijában, vizeletszagúan, térdig csúszott magatehetetlenséggel, meg egy nagy plédnyi humorral az ölében, ami mindezt beborította. '96 óta élt a Kálvin téren, de egy évre eltűnt, mindenki úgy tudta, hogy meghalt. Látszott a szemén, hogy nagy vagány. Meg az is, hogy hatalmas szíve van” – a nekrológ kezdődik így,

”  
*Azok küzdenek  
a legnagyobb  
akadállyal,  
akik nem tudnak  
akarni*

amelyet Bogi Scooter becenevű hajléktalan barátja búcsúztatására írt néhány hónappal a megismerkedésük után. Ebben a cikkben részletesen elmeséli, hányszor kellett kórházból kórházra, rendelőről rendelőre tolnia kerekesszékes barátját, hány órát várt vele a sokszor ki sem érkező mentőkre, amíg a lábujj-amputáció során keletkezett, elhanyagolt sebet végül ellátták valahol. Bogi nem tágitott Scooter mellől akkor sem, amikor lárvák és darazsak lepték be a lábát, nem hagyta el, amíg aludt vagy józanodott, és ott volt akkor is, amikor Scooter – kinkeserves küzdelem árán, de kórházi ágyon – végül elhunyt. „Egy darabig még szölongatott, hogy »Bogi!«, és ha kérdeztem: »Igen?«, akkor: »Jó...« Aztán csak nézett rám. [...] És talán csak azt akarta, hogy elkísérjem, azért szölongatott az utolsó perceiben, csak arra volt szüksége, hogy mellette legyen, amikor átlép ezen a kapun. És bár méltatlannak érzem magam, végtelenül hálás vagyok érte, hogy mellette lehettem, hogy én kísérhettem el.”

Scooteré volt az első utcai sors, aminek Bogi – jelenlétével és a törődés járatlan útjainak konok taposásával – öntudatlanul is átírta a befejezését. Legalábbis azt, ami emberileg átírható volt benne.

Halált életté nincs, magányt összetartozássá írni van hatalmunk. ♦

*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

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



**KÉPMÁS**

Támogató:





# „Ha megszólal a zene, mozdul alattam a kerekesszék”

A gyermekbénulás még az ötvenes években is komoly gondot jelentett az egész világon, sokan az akut szakasz utáni súlyos mozgásszervi problémákkal küzdenek egész életükben. *Pazzagli Ágnes Rita* élete is nagyon megváltozott emiatt, ő mégis azt mondja, a betegsége többet adott neki, mint amennyit elvett. Hatvanévesen találta meg őt újra a gyerekkori szerelem, a tánc, hogy aztán kerekesszékes versenytáncosként magyar bajnok legyen.

## ◆ – Hároméves korodban kaptad el a betegséget. Mennyi idő volt, mire az orvosok megállapították?

– 1956 nyarán valószínűleg egy állatkerti látogatás során találkoztam egy vírushordozóval. Anyám az első, napszúrásra hasonlító rosszulétemkor azonnal gyanította, hogy megkaptam a betegséget, el is vitt orvoshoz, de nem vettek a gerincemből folyadékmintát, így időt veszítettünk a kezelés elkezdésével. Talán egy hét múlva érkezett a második roham, és nyakig lebénytam. Akkor már azonnal kórházba kerültem, egy olyan intenzív ápolású kórterembe, amelyet övmagasságtól felfelé a folyosó felé végig üvegfallal zártak le. A szüleim két hétyig csak azon az üvegfalon keresztül láthattak. Emlékszem, apám azzal szórakoztatott, ha meglátogatott, hogy felpattintotta az öngyújtóját, és amikor én próbáltam nagyot fújni, ő észrevétlenül elfújta a lángot. Nekem szerencsém volt, mert „csak” a harántcsíkolt izmokat érintette a kór, a belső, sima izmokat nem, így a légzéssel sem volt különösebb bajom, az általános gyengeségen túl, amit a betegség okozott. Két hét alatt a szervezetemnek is sikerült a kórt leküzdenie, és

csak a jobb lábamon maradt vissza súlyosabb bénulás, a bal lábam és a hátizmaid ugyan sok fejlesztést kívántak, de könnyebben munkára foghatóak voltak.

## – Kaptál gyógykezelést?

– A betegség után visszamaradt állapot miatt nagyon sok hónapot kórházban töltöttem még, és későbbi életem során is, egészen felnőttkoromig, minden évben egy-két hónapot kórházban voltam, utókezeléseken. Igen kemény gyógytornával, vízitornával, később elektromos kezelésekkkel is igyekeztek minél inkább „összekalapálni” engem, és az izmaimból is a legtöbbet kihozni. Amikor nagy nehezen ismét járni tudtam, először hónaljig erő fűzővel ellátott gépet kaptam. Térdnél, bokánál két irányban mozgatható, alul ortopéd cipőre csatlakoztatott acélsín húzódtott végig a lábam mellett, bőrrel bevont, kipárnázott pántokkal kapcsolódva a combom és az alsó lábszáram köré. Ezt pár évvel később felváltotta a derékig erő fűző, majd ahogy a stabilitásom nőtt, már csak ágyékiig ért a sín, fűző nélkül, majd térd alatt végződött további pár év múlva.



12-13 éves korom körül már csak ortopéd cipőt hordtam, és egy bottal segítettem magamnak a járásban.

#### **– Hogyan élted meg ezt az időszakot?**

– Apám semmiképp nem akarta, hogy magamat sajnálósarokban üldögélő mozgássérült legyek, így komoly harcokba bocsátkozott a családdal, amikor kínzott a keményebbnél keményebb tornákkal, és a „mindenre képes vagy te is, lányom” hozzáállásával a család „szegény kislány” hüledezésével szemben. Így hát úgy éltem meg ezt a helyzetet, mintha teljesen normális lenne a sok fizikai korlát, nehezítés, sőt... kortársaimmal együtt géppel a lábamon fára is másztam. Más kérdés, hogy lejönni már nem tudtam. Ez a „mindent meg tudsz csinálni” elvárás és biztatás megadta a kellő löketet egész életemre ahhoz, hogy ha bottal is a kezemben, de úgy éljek, mintha nem is lennék mozgássérült.

#### **– Négy éve kerültél kerekesszékre. Egy időre ki tudtál gyógyulni a gyermekbénulásból?**

– Nagyon kisszámú szerencsés eseten kívül mindenki, aki beleesett a betegségbe, utána is hordozza annak maradvány állapotát. Sokan vastüdőben éltek le további életüket, mások kerekesszékre kerültek, és esetleg mind a négy végtagjuk gyengévé vált, vagy többé-kevésbé, illetve egészen használhatatlan maradt. Ők voltak a súlyos esetek. Én az egy lebénult lábammal, meg a másik kicsit gyenge lábammal és fejleszthető hát- és hasizmaimmal egy meglehetősen szerencsés eset voltam, de ki sosem tudtam volna gyógyulni minden visszamaradt bénulásból. A gyermekbénulástól különösen sokat szenvedett Amerikában már a hetvenes-nyolcvanas években felütötte a fejét egy másik, a gyermekbénulással kapcsolatos gond. Sokan a túlélők közül – főként azok, akik meglehetősen aktív életet éltek – jó sok évvel a megbetegedésük után egyszer csak folyamatos állapotromlásra lettek figyelmesek. Ezt a kései „utözöngét” hívják poszt-polio szindrómának, amibe én – szerencsére – későn, már majdnem hatvanévesen estem bele. További jó számomra a rosszban az, hogy meglehetősen lassan

”

*A szüleim két hétig csak egy üvegfalon keresztül láthattak. Apám azzal szórakoztatott, hogy felpattintotta az öngyújtóját, és amikor én próbáltam nagyot fújni, ő észrevétlenül elfújta a lángot.*

romlik az állapotom, így csak pár éve kényszerültem teljesen kerekesszékekbe, és még mindig fel tudok állni egy kicsi időre és egy-két lépésre.

**– Mennyi idő volt, hogy olyan derűs személyiség legyél, mint amilyen most is vagy? Mi adta neked ezt az erőt?**

– Gyerekként is jókedélyű és boldog voltam, azon túl, hogy rettenetesen vásott. Akkor is, mint most is, egy pár pillanatra felment bennem a gőz, ha a testi erőm kontra értlenségem valamiben akadályozott, de szerencsére ez sosem tartott sokáig, és ha voltam is olykor letört a fizikális nehézségeim miatt, soha nem kerültem tartósan padlóra. Az életszeretemet elképzelhetetlenül sokat segített mindig az életem során, a későbbiekben is, a bizony elég gyakran bekövetkező sokféle, elég nagy bánatot, gondot okozó egyéb nehézségek esetében is. „Kelj-fel-julis” természetemnél fogva nem megtörve éltem és élek. Fiatalabb koromban is sokszor gondoltam azt, hogy lehet, ha nincs a gyermekbénulás, egy beképzelt, másokkal sokkal kevésbé foglalkozó némbert lettem volna. A betegségem kinyitott, empatikusabbá tett az emberek gondjai, nehézségei felé is, jobban meg tudtam érteni mások problémáit, és kitartóbbá tett a „majd én megmutatom” hozzáállásom.

**– A tánc hogyan jött az életedbe?**

– Sokkal előbb jártam és szaladtam, mint azt „szokás” ... így már egyéves korom előtt, ha zene szólt körülöttem, csipentettem a szoknyám szélét és táncoltam, forogtam. Aztán hároméves koromban jött a gyermekbénulás, és a táncnak – elvileg – örökre vége szakadt, mert



mindig is úgy gondoltam, a tánc az esztétikum esszenciája, nem szabad bicegő, sántító mozgással lerombolni a nimbuszát. Mindig azt hittem, ha nem jött volna a gyermekbénulás, én valaki lettem volna a tánc világában. Második Isadora Duncan, mondtam sokszor persze jókora öngúnnal, de azért egy picit komolyan is. Aztán hatvanéves lettem, mikor rám talált a tánc. Egy kerekesszékes táncsoport meghívott egy bulijára, és gyorsan be is ültetett – „csak úgy, próbáld ki” alapon – egy kicsit rozoga, de azért „ütőképes” kerekesszékekbe, hogy én is próbálkozzak kicsit velük táncolni. Csak jópofaságból. Körülbelül két héttel később pedig már fel is léptem velük egy kis török ihletésű táncal az egyik egészségügyi intézet halljában rendezett ünnepségen. Nagyon sok csodálatos táncot tanultam meg velük, és felsorolhatatlanul sok helyen léphettem fel a csoportjukban, később pedig egy másik, úgynevezett kombi csapatban táncoltam tovább. A kombi kerekesszékes táncsoportok lényege, hogy egy két lábon táncoló ember és egy kerekesszékes alkot egy táncos párost, és így mutatnak be nagyon sokféle táncot és koreográfiát. Körülbelül egy évig táncoltam ezzel a csapattal, majd Jegonyán Okszana, a magyar kerekesszékes versenytánc megteremtőjének segítségével, aki edzőm és koreográfusom lett, szőlista freestyle táncossá váltam, és másfél évnyi versenytáncos „pályafutásom” alatt kétszer lettem magyar bajnok. Olyan magas pontszámot értem el, hogy tudomásom szerint még mindig én vagyok a magyarországi ranglistavezető, bár már négy éve nem versenyzem. Részt vettem két Európa- és egy világbajnokságon is, „új” táncos létemre egészen jó helyezéseket érve el, majd



a Szentpéterváron rendezett Világkupán, a Világkupa akkor már 10 éves történetében először, külföldi versenyzőként különdíjat kaptam.

**– Mennyi idő volt, mire elhatároztad, hogy befejezed?**

– A versenytánc egy kemény és nehéz világ, nem csak a teljesítményeket illetően, az emberi oldala is rejt nagyon sok buktatót. Az én személyiségem, nagy elvárásaim magammal szemben, a tűrőképesség hiánya, az erőnlétem, az állapotom romlása másfél év után kimondatta velem a végszót. Utána még jó pár éven keresztül szerepeltem jótékonysági bálokon, színházban, egyszer még Olaszországban is táncoltam, de a járvány kitörése és az, hogy időközben 67 éves lettem, pontot tett ennek a végére.

**– Nemrég az örömtáncosokkal léptél fel a Carmennel a Ki mit tudon. Hogy fogadtad az ő felkérésüket? Örültél neki, vagy kellett némi gondolkodási idő, mert már abbahagytad a táncot?**

– Csak a nyilvánosság előtti táncolást fejeztem be végül is. Itthon, ha a számítógépen olyan zene szól, ami megérint, ha kicsi is a hely körülöttem, azonnal mozdul alattam a kerekesszék, mozdul a csípőm, derekam, vállam, és lendül a karom a ritmusra. Szinte nincs olyan nap, hogy egy pár percet ne táncolnék. Az örömtáncosok felkérése pedig jó bizonyíték arra, mennyire nem zártam le belül ezt a kérdést. Mert persze amikor a vezetőjük felkeresett ezzel a csodás ötlettel, gondolkodás nélkül igent mondtam. És azóta is nagy boldogságot ad, hogy bekerültünk a Ki mit tud döntőjébe. Még mindig van az az ötlet, amire azonnal kapható vagyok. ♦



## OLVASSA A KÉPMÁS DIGITÁLIS VÁLTOZATÁT!

Nem kell tárolni, virtuális könyvespolcán bármikor elérí



Ajándékba  
is vásárolható



Kiadványát  
több eszközön  
is elérheti



Pár kattintással  
azonnal olvasható,  
előfizethető

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



SZÖVEG –  
SZÁM KATI

KÉP –  
ÉDER VERA

# Akadálymentesítés Ég és Föld között

Akadálymentesített szentmisére készültem a tabáni Szent Katalin-templomba, ahol a siket szülei mellett felnövő, ma a hallássérültek pasztorációjáért felelős *Nagy Sándor* atya misézik. Bevallom, eszembe jutott, szerencse, hogy ha már dolgoznom kell vasárnap, legalább kipipálhatom a misét is, ha nem is a megszokott helyen. Persze, az ilyen megúszós gondolatokra rendszerint rácsúfol a valóság. Kivéve a kapun leginkább nagy hálát éreztem, hogy megint megértettem valami fontosat, és nemcsak a hallássérültekkel, hanem magammal és Istennel kapcsolatban is.



elő: Missa vigor!

**P: Az Úr legyen veletek!**  
**M: És a te lelkeddell**



JHS  
JHS  
JHS





A kivétítőn a kurzor folyamatosan jelzi, pontosan hol tart a közös ima vagy ének, így a hallássérültek is követhetik.

### ◆ A JELNYELV NEM MEREV RENDSZER

Azt már egy napja tudtam, hogy minden nyelvnek más a jelnyelve, sőt külön egyházi, felekezeti jelnyelv is létezik. (A mise utáni hirdetésekéből aztán ki is derül, hogy rendszeresen összeülnek az érintettek Sándor atya vezetésével, hogy az utóbbit folyamatosan fejlesszék.) Meglepetésemre azonban a jelnyelvi tolmács, az atya és a diakónus jelei sem voltak tökéletesen egyformák. Vagyis a jelnyelv éppúgy élő rendszer, mint a beszélt nyelv, nemcsak szabályokkal, hanem változásokkal, egyéni ízekkel. Ahogy beszélőként és hallóként is mindannyian kicsit másképp fejezzük ki magunkat – és bizony rendszeresen félre is értjük egymást –, siketek és nagyothalók is más-más mértékben hallanak, és különbözőképpen tudnak beszélni. A különbségek persze erőteljesebbek



lehetnek, aki születésétől fogva siket, nem tudja kontrollálni a hangokat, és ezt olykor nagyon nehéz kódolni. A jóval kisebb közösséget érintő jelnyelv nyilván kevesebb kifejezési lehetőséget kínál, mint a beszélt nyelv, nagyobb szerepe van a mimikának és az egymás felé forduló arcnak (eszembe jut, milyen nehéz lehetett nekik a maszkos időszak). Ugyanakkor azt is láttam, hogy milyen fesztelenül lehet a mise előtti illedelmes csendben társalogni a túlsó padosorba érkező ismerőssel is, vagyis a jelnyelvnek is vannak vitathatatlan előnyei.

### IMA SOKFÉLÉ HANGON

Persze a szentmise szokatlan katarzisa nem ezekben a felismerésekben rejlett, hanem a közösen mondott imában.



„Legyen békeség köztünk mindenkor” – így köszöntik egymást a hívek jelelással

A közgyónáskor hangzott fel először hosszan mindannyiunk hangja: „Gyónom a mindenható Istennek...”, azonban a megszokott ritmusú és tónusú, ezért talán súlytalanná váló szöveg helyett mélyről feltörő, sokféle intonációjú, épp csak felismerhető sorok zengtek föl a különbözőképpen artikuláló, a beszéd képességét más-más mértékben birtokló hívekből. Szívből, mélyről, sok igyekezettel és sokkal őszintébben, mint ahogy megszoktam. És színültig töltve azzal az elementáris fájdalommal, reménnyel és szakralitással, amelyet bűnbánatnak hívunk, és amelynek mindig ott kellene lennie ezekben az Istenhez és egymáshoz forduló szavakban. Milyen sokfélék is vagyunk egy közösséget alkotva!

### EGYETLEN ÜZENET SEM VESZHET EL

„Mégis” podcastunkban Sándor atya sokat mesél arról, hogyan tolmácsolt kisgyermekkorától a szüleinek. Ehhez állandó figyelemre és nagy empátiára volt szüksége. Ez jut eszembe, ahogy nézem, amint odamegy a misére érkező hívekhez, ahogy azonnal észrevesz minket ismeretlenül is már a templom túlsó végéből. Ahogy hallgat és ahogy beszél, abban az van: egyetlen szó, gesztus, mozdulat, üzenet sem veszhet el. Benne van a tolmács figyelme, a közvetítő felelőssége, a pap hivatása. Hiszen a pap valójában tolmács, minden erejével a megértésre és a közvetítésre törekszik, igyekszik akadálymentesíteni a járást Isten és ember között. ♦



Beszélgetés a Mégis podcastban Nagy Sándor atyával: [kepmas.hu/megispodcast](http://kepmas.hu/megispodcast)



SZÖVEG –  
SZABÓ EMESE

SOROZAT –  
RENDELŐ

# NEM HISZTIS, CSAK „SZENZOROS”

Az SPD-ről, azaz a szenzoros integrációs zavarról keveset tudnak az emberek, pontos ismeretekkel általában még azok sem rendelkeznek, akik amúgy követik a gyerekeket érintő problémákat. Mit takar ez az idegrendszeri sajátosság, ami miatt sok gyereket egyszerűen nevetlennek tartanak?



◆ Heves reakciók a zajokra – akár egy hajszárítóra is – vagy az erős fényekre, hiszti a kényelmetlen ruhák miatt, vagy éppen pánik olyan esetekben, amikor bizonyos anyagokkal – például szőnyegekkel, ruhacímkekkel – érintkezik a bőr. Egyes gyerekek például síkíthatnak, ha az arcukat víz éri. A szenzoros integrációs zavarnál az érzékenység minden érzékelési területen jelentkezik, egyszerre akár több területen is. Gyakran érinti a szaglást és az ízlést is, aminek tünete jellemzően az, hogy a gyerekek hevesen tiltakoznak a darabos, hideg vagy meleg ételek, bizonyos ízek, illatok ellen. Tipikus az is, hogy az ízek csak összekeveredve zavarják őket. Például szívesen megeszik az üres tésztát és a húst is, de a kettőt egyszerre nem. Ilyen esetekben a környezet hajlamos őket hisztisnek, nevetlennek tartani, pedig ezek a viselkedések azért jelennek meg, mert gondot okoz nekik az érzékszerveikből érkező információk feldolgozása.

### TÖBB ÉVTIZEDE KUTATJÁK

„Az SPD már a '60-as években a kutatások fókuszába került, az Egyesült Államokban több olyan központ is van, amely kifejezetten erre specializálódott. Egyelőre nem számít önálló kórképnek, bár többször fölmerült annak gondolata is, hogy bekerüljön a mentális betegségeket kategorizáló nevezéktanba” – mondja **dr. Madarassy-Szücs Anna**, a Vadaskert Alapítvány gyermek- és ifjúságpszichiátere. Az SPD-t jelenleg csak az autizmus spektrumzavar egyik részjelenségeként írják le, annak az egyik kritériumtünete. „Korábban úgy tartottuk, hogy az autizmussal élő személyek 90 százalékának van szenzoros zavara, de ma már úgy látjuk, hogy az arány ennél is magasabb, a jelenség úgymond része az autizmusnak. Viszont magától értetődő az a kérdés is, hogy mi van azokban az esetekben, amikor nincs szó autizmusról, az nem diagnosztizálható, az SPD viszont egyértelmű. Illetve itt is belebotlunk a szokásos kérdésekbe, hogy lehet-e túlzó torzítás nélkül különálló csoportokban értelmezni az idegrendszeri fejlődési sajátosságokat. Hiszen az SPD is sokkal inkább egy spektrum” – emeli ki a szakorvos. A szenzoros feldolgozási zavar az autizmus mellett más idegrendszeri fejlődési sajátosságokhoz is társulhat. Például a kiemelkedően tehetséges gyerekeknél és az ADHD-nál is nagyon gyakori. Emellett sűrűn számolnak be róla azok is, akik a rövid ideig tartó, akaratlan mozgásokkal és hangadásokkal járó idegrendszeri fejlődési eltérésben, a Tourette-szindrómában érintettek. Kérdés, hogy előfordulhat-e az SPD önmagában is.

### TÖBB MINT VISELKEDÉS

A szenzoros integrációs zavar pontos oka nem ismert, csak azt tudjuk róla, amit a többi idegrendszeri fejlődési sajátosságról: hogy nagymértékben meghatározza a genetika. Fennállásakor az agy nemcsak másképp működik, hanem valószínűleg a struktúrájában is van különbség. „Az autizmusnál például egyértelműen tudjuk, hogy az idegpályák bizonyos területeken másképp kapcsolódnak, más mennyiségben vannak jelen rövid és hosszú szakaszaik. Viszont hiába rendelkezünk ezekről egyre több ismerettel, önmagukban az eltérések nem specifikusak. Tehát nem lehet valakit megvizsgálni egy képalkotó diagnosztikai eszközzel, majd annak alapján meghatározni az idegrendszeri sajátosság típusát” – emeli ki Madarassy-Szücs Anna. Az egyik amerikai kutatóintézet például megpróbálta objektívizálni, hogy a szenzoros zavarban érintett gyerekek a szorongató helyzetekre miben reagálnak másképp, mint az átlag. Viszont hiába volt mérhető különbség az adott ingerekre adott idegrendszeri válaszok erősségében, az nem feltétlen tükröződött a viselkedésben. Ahogy a pszichiáter fogalmaz: a látható viselkedés csak egy kicsi ablak, de a mögöttes idegrendszeri jelenség nagyon bonyolult. Emiatt lehet félrevezető, ha agyi folyamatokat pusztán az érzékelhető, látható tüneteken keresztül próbálunk megérteni. Azok ugyanis nem egyenlők az SPD-vel. Ráadásul arra is van példa, hogy zavar nem is jelentkezik viselkedéses problémák formájában, csak szorongást okoz.

### ROSSZALLÓ TEKINTETEK

Mivel a szenzoros zavar itthon még kevésbé van a köztudatban, az érintett családok nehéz helyzetben vannak, gyerekükre sok helyen nézhetnek rosszallóan, nem értve a viselkedését. Pedig az SPD elég gyakori, olyan becslések is vannak, amelyek szerint húsból legalább egy gyereket érint valamilyen szinten. „A szülők általában arra figyelnek föl, hogy gyerekük furcsán, számukra nem értelmezhető módon reagál egy-egy környezeti ingerre. Például imádja a szőrös takarókat, azokról le sem lehet szedni. Vagy ennek ellenkezője: egyből sírni, síkítani kezd, amint hozzáérnek. Ezeket a jelenségeket a szülők nehezen értik, nehéz ugyanis befogadni, hogy a gyerek miért válhat frusztrálttá egy takarótól vagy annak hiányától” – magyarázza a pszichiáter. Ezt a kérdést azért nehéz jól megközelíteni, mert önmagában még az sem jelent semmit, hogy valaki valamire rosszul reagál. Például lehet, hogy egy-egy érzéshez rossz élmény kötődik – mondjuk



## SZENZOROS INTEGRÁCIÓS ZAVAR

fennállásakor  
az agy nemcsak  
másképp működik,  
hanem valószínűleg  
a struktúrájában is  
van különbség.

korábban darázs volt egy puha takaróban –, az agyi vészjelzést, majd az ahhoz kötődő viselkedéses reakciót pedig ez indítja be. Sok esetben viszont arról van szó, hogy sérül az idegrendszeri tanulás, érzékelés folyamata.

### LABIRINTUS AZ IDEGEK MENTÉN

Ehhez tudni kell, hogy a világról szerzett tudásunk a tapasztalatainkon alapul, az ehhez szükséges ingereket pedig az érzőrendszerünkön keresztül szerezzük, majd ezeket feldolgozzuk. A feldolgozás lényegében az idegrendszeri alapját jelenti annak, hogyan érezzük magunkat. Ezzel együtt pedig megtanuljuk azt, hogy módosítani tudjuk a körülöttünk levő világot. Kialakul az éntudatunk, megtanuljuk, hogy tárgyakra és emberekre is hatunk. Nemcsak a külvilágból, hanem belülről, a testünkből is folyamatosan érkeznek információk. Például ha a beleink feszülnek, akkor az nemcsak azt jelentheti, hogy mosdóba kell mennünk, hanem azt is, hogy szorongunk. Ugyanez a torokszorításra is igaz, ami nemcsak hányingernél fordulhat elő, hanem összetett érzéseknél is. Ezeket az érzeteket a szenzoros integrációs zavarnál nehéz differenciálni, megletekor az agy összezavarodik. „Van, akinél eleve az érzékelés nehézkes, emiatt pedig nem is tudja jól lefordítani az érzékelt információkat. Mások az egyszerre érkező ingereknél akadnak meg, nem tudják azokat elkülöníteni. Arra is van példa, hogy a beérkező információk rendezése a nehézkes, ami viszont elengedhetetlen ahhoz, hogy a rájuk adott motoros válasz megfelelő legyen. Szerencsére tudjuk,

hogy ahogy az idegrendszer érik, úgy ezek a képességek és a kompenzációs lehetőségek is változhatnak, így a gyereket idősebb korában már nem feltétlenül zavarja, vagy inkább hatékonyabban küzd meg az egyes eltérésekkel” – mondja Madarassy-Szücs Anna.

### KINÖVIK VAGY KOMPENZÁLJÁK

Az SPD-t a gyerekek gyakran kinövik, de az nem mindig egyértelmű, hogy ilyenkor tulajdonképpen mi történik. Az autista személyekre például sokszor jellemző, hogy nincsenek is tudatában saját információfeldolgozási és szenzoros sajátosságaiknak, gyakran nem is jönnek rá, mitől fáradnak el a nap végére. Közben lehet, hogy ha napközben zajsűrű fülhallgatót viselnének, vagy tudatosabban figyelnének a ruházatukra vagy az étkezésükre, az egyedülletben töltött pihenőidőkre, akkor az általános jóllétük is javulna. De mivel csak azt hallják, hogy az adott környezet, amiben élnek, mindenkinek megfelel, nem is beszélnek érzékenységükről, felnőttként már próbálják azt leplezni. Ennek viszont fáradtság és szorongás, súlyos önértékelési zavar és rengeteg más nehézség lehet a következménye. „Emiatt fontos, hogy a szenzoros érzékenységet is időben felismerjék. A szülők ebben egyre ügyesebbek, egyre gyakrabban kérnek segítséget. A gyerekpszichiátriai vizsgálat ilyenkor kulcskérdés, az SPD-t ugyanis el kell különíteni, ki kell deríteni, hogy mellette fennállhat-e egyéb zavar. Fontos az is, hogy az idegrendszeri fejlődési sajátosságokat jól értelmezzük. Például az autisztikus gondolkodás – itt még nem klinikai szintű zavarról van szó – nem is feltétlenül okoz gondot. Viszont foglalkozni ezekkel is kell, mert csak így lehet megelőzni az olyan másodlagos problémákat, mint például a miattuk jelentkező szorongás” – emeli ki szakértőnk.

### SEGÍTŐ TERÁPIÁK

Ha arra szükség van, akkor az SPD kezelését a gyógypedagógusok és a szenzoros integrációs terápiák segíthetik. Utóbbiak lényege jellemzően az, hogy a gyerekek idegrendszeri érzését mozgással támogassák. Ez a gyakorlatban azt jelenti, hogy a kicsiknek olyan ingereket adnak, amelyek elősegítik az integráltabb és érettebb mozgásos válaszok megjelenését. Az ilyen módszerek főleg az óvodásoknak, kisiskolásoknak lehetnek hasznosak, ugyanis az ő idegrendszerük még nagyon képlékeny. Gyakori, hogy a gyerekpszichiáterek, a gyerekpszichológusok és gyógypedagógusok a szülőket otthoni modulokra is megtanítják, így a kicsikkel ők is tudnak foglalkozni. Ez fontos, mert segíti megelőzni, hogy a zavar komolyabb problémát okozzon, nehezítse a tanulást is. ♦





# SZEMBEFORDÍTOTT TÜKRÖK

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

## 100 MÉTERES LASSÚ

♦ **1.** Görcsösen szorítja a karom. Furcsa, ferde tartásban hajlok felé, pedig nem támaszkodik rám. Valamiért úgy gondoltam, amikor elindultunk, hogy így kényelmes neki, de a lapockám alatt már beállt a görcs a hátamba, ezért óvatosan kiegyenesedek. Észreveszi. „Nehéz vagyok?” „Nem, dehogya.” Ritmustalanul haladunk, míg ő kettőt billen egyik lábáról a másikra, egyet lépek és várok. Mindig aprókat lépett, sokszor rám szólt kamaszkoromban, hogy egy nő nem lép ekkorákat. Nem szoktam le erről. Feljajdul. Kérdezem, fáj-e valami, de sejttem, hogy csak megszokásból jajgat. „Nehéz már nekem ez az egész” – mondja. Messzinek tűnik a kapu, és aztán még a két emelet. Szégyenkezve igyekszem fékezni magamban a türelmetlenség harci dobját, nehezemre esik ez az araszolgatás, a beszédemet is akaratlanul lelassítom, pedig arra nincs is semmi szükség. Érdeklődöm, nem kell-e vásárolni valamit, mondja, hogy nem, de én elkezdem sorolni: „Almát? Tej van elég?” Tudom, hogy van, tegnap vettünk, de nem akarom hallani a szuszogást, a nyögést, nem akarok belenyugodni, hogy az én mosolygós, tündöklően okos, fürgé és népszerű anyukám, aki matematikakönyveket és verseket írt, a tanári és a szülinapi zsúrok mókamestere lépéstől lépésig, mozdulattól mozdulatig él. Nem akarom megérteni, hogy azért ilyen hosszú ez a 100 méter, mert nincs már hova sietni.

**2.** Guggol a csiga mellett. „Menjünk, kérlek. Nem fog kibújni, biztos megijedt”, „De énekelek neki!”, „Már énekelteél.” Lebiggyed a szája: „Akkor vedyél fel!” Kezemben a tizkilós szatyrom meg a kismotor. Meghallom, hogy már a szomszéd utcában van a kukásautó is, az garantáltan 10 perc, földbe gyökerezett lábakkal. Muszáj valahogy kimozdítanom a csigavárásból. „Gyere, te leszel a másik bevásárlószatyrom, fogd meg a kezem, és elmondjuk, mi mindent pakolunk beléd.” Felcsillan a szeme, „almát, sárgarépát, virslit”, és lassan elindul, „fagyit, cukros csokit”, bátorodik fel, majd emeli a tétet: „egy helikoptert, amelyiknek forog a ventilátora”, „egy Balatont”, „egy elefánt agyará, meg az ormányát, ami kilóg a szatyorból”, nagyokat nevetünk, és pici lábai ilyenkor kicsit jobban szaporazzák. Bepakolja a világot megfontolás és hasznosság nélkül. Egészen máshogy, mint ahogy én az előbb a szupermarketben, ahol bezegg fékezhetetlenül ide-oda rohangált a polcok között. Aztán persze a végére csak a kacagás marad, és egy lépést sem tesz, kénytelen vagyok hát véget vetni a mókának, és alattomosan megszorolni, hogy ha ilyen fáradt, nem megyünk a játszótérre. Nem akarom megérteni, hogy nincs hova sietni. ♦



SZÖVEG –  
BOGNÁR MÁRIA

SOROZAT –  
ZÖLD MOZAIK

1



## Szélerenergia hullámokkal

A tenger hullámait fogták be szélerenergia termelésére Ausztráliában. Az alternatív erőmű szélteől, naptól függetlenül éjjel-nappal képes megújuló energia előállítására. Az UniWave 200 elnevezésű létesítmény, amelyet sikeresen teszteltek, egy lefelé nyitott betonüveg. Ebben a tenger hullámainak emelkedése váltja ki a víz emelkedését és süllyedését, az üvegben uralkodó légnyomás az üveg tetejére elhelyezett turbinán keresztül egyenlítődik ki. Azaz egy olyan szélerőmű, amely a hullámok által keltett légmozgás energiáját termeli ki. Az ausztrál cég megoldása az eddig ismerteknél olcsóbb, egyszerűbb és megbízhatóbb. A mozgó alkatrészeket nem éri tengeri sós víz, ugyanis a tengerszint felett találhatók, és így a tenger élővilágára sem jelentenek veszélyt. A létesítményt úszó platformra építették, tetszés szerint egy adott partszakaszra vontatható, vagy fixen beépíthető hullámtörőbe, partfalba.

A 200 kW-os erőmű próbaüzemét a különösen erős hullámveréséről ismert, Ausztráliát és Tasmániát elválasztó Bass-szorosban végezték. 12 hónap alatt folyamatosan termelte az energiát, és év végéig üzemben is tartják, miközben a tömeggyártást készítik elő.

# ZÖLD mozaik

## Ihatatlan esővíz

Ma már a Föld egyetlen pontján sem iható az esővíz, mert a mérgező anyagok mindenütt meghaladják az ajánlott határértéket – állapították meg svéd kutatók. A tudóscsoport a 2010 óta rendelkezésre álló adatokat tanulmányozva állapította meg, hogy „az Antarktiszról a Tibeti-fennsíkig” az ártalmatlan anyagok értéke meghaladja a meghatározott értéket. A két érintetlennek számító régióban is tizennégyszer magasabb volt az ember által előállított mesterséges vegyi anyagok szintje, mint az ivóvízre vonatkozó ajánlás. Ezek a mesterséges vegyi anyagok eredetileg a samponok, csomagolóanyagok, sminktermékek összetevőjeként kerülnek a környezetbe, így a vízbe, a levegőbe is. Egyes tanulmányok szerint ezek az anyagok befolyásolják a termékenységet, a magzati fejlődést, megnövelik az elhízás, bizonyos ráktípusok és a magasabb koleszterinszint kockázatát, környezetünkbe épülésük visszafordíthatatlan folyamat, a bolygó már nem tudja semlegesíteni káros környezeti hatásukat.

2



Kép: Profimedia – Red Dot



3



## Környezetkímélő telefontokok

Tengerből származó, újrahasznosított műanyagból készít telefontokokat egy amerikai cég. A gyártó által forgalomba hozott tokok anyagának 85 százaléka újrahasznosított műanyag, azon belül horgászfelszerelés. Damilok, pecás botok, karbonszálakkal megerősített botok mind-mind alapanyagul szolgálnak, a fő szempont, hogy rugalmasak és erősek legyenek. Az ilyen vékony, könnyű, strapabíró tokkal ellátott telefon akár egy 2 méteres zuhanást is átvészeltet. Ha valaki már nem használja a telefonborítást, visszaküldheti, és azt egy külön program keretében újra feldolgozzák.

## Új eljárás napelemek hasznosításához

A napenergia felhasználása a 2000-es években kezdett terjedni, és a paneleknek nagyjából 25 éves az élettartamuk, így sok hulladék keletkezik. Kínai tudósok ezért most új eljárást dolgoztak ki az újrahasznosításukra. A módszerrel vissza tudják nyerni az érintetlen szilíciumcellákat, az életpályájuk végéhez érkezett termékekből lapkákat készítenek, megtisztítják ezeket, a felületüket kezelik, és így ismét alkalmassá válnak a beépítésre. Ezzel a módszerrel jelentősen csökkenthető az újrahasznosított szilíciumcellákhoz szükséges energia költsége.

A napelemek újrahasznosítása egyre sürgetőbb, a panelek előállítására kevés országra koncentrálódik, és a leselejtezettek jelentős része szeméttelre kerül vagy felaprítják (jelenleg csak 0,08 százalékukat hasznosítják újra). Ráadásul a napelemekhez használt anyagok bányászata igen káros a környezetre.

4



5



## Homokban tárolt energia

Szezonálisan biztosíthatják a finnországi Kankaanpää város távfűtését egy homok alapú, magas hőmérsékletű energiatárolóval, amelyet a közelmúltban helyeztek üzembe. A homok képes az áramot hő formájában 500-600 °C-on akár hónapokig raktározni, és a felszín alatt is elhelyezhető. Így rengeteg helyet spórolnak, ami különösen az ipari telephelyeken lehet hasznos. Az innovatív tároló fűtőteljesítménye 100 kilowatt, energiateljesítménye 8 megawatt, a létesítményt egy 4×7 méteres acéltárolóban helyezték el.

# 6



## Önellátás Bécsben

A klímaválság, a koronavírus-járvány és az emelkedő élelmiszerárak miatt egyre többen fordulnak az önellátás felé az osztrák fővárosban. Bécs lakóinak több mint harmada valamilyen zöldséget, fűszernövényt tart az erkélyén, a muskátlikat, petúniákat felváltotta a paradicsom. Az emberek főként a biopalántákat keresik, és azokat a zöldség-, gyümölcsfajtákat részesítik előnyben, amelyek egyszerűen gondozhatók és gyorsan teremnek. Egyre inkább jellemző a lakóházak, kereskedelmi ingatlanok és iskolák tetején a tetőkertek kialakítása, ahol a lakók kedvükre művelhetik a parcellákat, az új építésű társasházaknál pedig már eleve így tervezik az épületet.

Emellett egyre több kerttulajdonos fűnyírás helyett inkább kaszálja a fűvet, ami egyrészt kisebb zajjal jár, másrészt a biodiverzitást is támogatja. A fűnyírás ugyanis a talaj faunájának 70 százalékát is megsemmisítheti, míg a kaszált területeken számos rovar lel otthonra. Ezen a helyeken ritkábban kell kaszálni, így a növények is szét tudják szórni magjaikat, ami sokkal színesebb zöldfelületet eredményez. Bécsben az új trendet támogató üzlet is nyílt, ahol a különféle, kaszáláshoz szükséges eszközök vásárlása mellett a kaszálás csínját-bínját is el lehet sajátítani. A jelentkezők egyórás elméleti oktatás után mezőn próbálhatják ki megszerzett tudásukat.

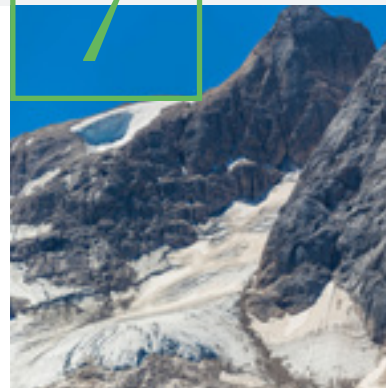
## Gyakoribbá válhatnak a gleccseromlások

Kutatók arra számítanak, hogy a Föld további melegedése miatt gyakoribbá válhatnak az olyan jégcsuszamlások, mint amilyen a közelmúltban Észak-Olaszországban is volt.

Az olasz Dolomitok legmagasabb hegycsoportja, a Marmolada gleccseromlása halálos áldozatokat is követelt, az Olaszországot sújtó hóhullámot teszük érte felelőssé, a csúcson mért 10 °C ugyanis szélsőségesen melegnek számít. A kutatók azzal számolnak, hogy a gleccser a következő 25-30 évben megsemmisül, térfogatának nagy részét ugyanis már elveszítette.

A nagy magasságokban elhelyezkedő gleccserek, mint a Marmolada, sokszor meredekek, és stabilitásuk feltétele, hogy nulla fok alatt legyen a hőmérséklet.

A klímaváltozás azonban egyre több olvadékvízzel is jár, és hőt bocsát ki, felmelegítve a jeget: vagy felemeli a sziklamederből a gleccsert, hirtelen omlást kiváltva. A jelenség egyre gyakoribbá válhat, a hegyek egyre gyengébb szerkezete pedig egyre nagyobb veszélyt jelent a hegymászókra.





8

## Új módszer az aszály mérésére és előrejelzésére

Országosan használható új módszerek váltak elérhetővé az aszály mérésére és előrejelzésére a Szegedi Tudományegyetem kutatóinak köszönhetően. A talajnedvesség és a növényzet állapota az a két tényező, amely lehetővé teszi a folyamatok előrejelzését.

A kutatók már tíz éve végeznek műholdas távérzékelésen alapuló vegetáció- és talajnedvesség-méréseket, de a közelmúltban új adatok és módszerek váltak elérhetővé. Ezeknek köszönhetően a felső rétegben található vízmennyiséget 100x100 méteres részletességgel, több száz négyzetkilométeren meg lehet becsülni. A szegedi kutatók műholdon keresztül akár 10x10 méter felbontással is nyomon tudják követni a vegetáció alakulását.

A meteorológiai monitoringállomások hat különböző mélységben végzett méréssel tudják kiszámolni a vízhiányt. Ezzel már tavasszal előre lehet jelezni egy esetleges nyári aszályt: ha tavasszal a talaj felső 70-80 centimétere száraz, az komoly aszályt vetíthet előre. Ha az átlagosnál nem csapadékosabb a tavasz és a nyár eleje, jelentős mezőgazdasági károk keletkezhetnek, ahogy azt idén megtapasztaltuk.

A kutatók jelenleg az ország 110 állomásán gyűjtik a mikrobiológiai és talajnedvességi adatokat, amelyek feldolgoása segíthet az öntözésre való felkészülésben.

## Újabb szén-dioxid-leválasztó üzem Izlandon

Eddig is Izlandon működött a világ legnagyobb szén-dioxid-leválasztó (közvetlen levegőszűrő) üzeme, de az építő svájci cég most egy még nagyobb létesítmény kialakítását kezdte meg. Míg az Orca nevű üzem 4000 tonna szén-dioxid megkötésére képes – közel 800 autós éves kibocsátását semlegesítve –, addig Mammoth nevű új társa ennek a kilencszeresére lesz képes. Energiaigényét a délnyugat-izlandi vulkáni fennsíkban fekvő Hellsheiði geotermikus erőmű biztosítja, amely 300 megawatt villamosenergiát és 400 megawatt hőenergiát tud előállítani. A szén-dioxid-leválasztó üzemeket konténerek – ventilátorokból és szűrőkből álló blokkok – alkotják, amelyek beszívják a levegőt és kinyomják belőle a szén-dioxidot. Ezután vízzel keverik a vegyületet, a Föld mélyébe juttatják, ahol ásványi formát vesz fel, és kőzetté alakul. A cég 2030-ra több millió, 2050-re évi 1 milliárd tonna szén-dioxidot szeretne leválasztani a levegőből. A svájci cég mellett hasonló vállalkozásba kezdtek Texasban is.

Jelenleg 19 ilyen üzem működik világszerte, és összesen évi 10 ezer tonna szén-dioxidot kötnek meg. A technológiát az egyik legígéretesebbnek tartják a klímaváltozás elleni harcban, ugyanakkor sokan ellenzik is, mert túl drága, és nincs idő arra, hogy világszerte ilyen rendszerek kiépüljenek.

9





SZÖVEG –  
SZABÓ EMESE

SOROZAT –  
RENDELŐ

# A gyümölcsfa az új gyep

## Klíímaváltozás a kerítésen belül

Az elmúlt nyarak már a hobbikertészek számára is egyértelművé tették, hogy a klímaváltozás igenis létezik, a hőség és az aszály a kerítésen belül is tapintható nyomot hagy. Mit tehetünk, ha azt szeretnénk, hogy kertünk a jövőben is szép legyen, teremjenek benne zöldségek és gyümölcsök is?

◆ Idén nyáron rengeteget olvashattunk arról, hogy az erdőtüzek egyre gyakoribbak, a tavak, folyók víz-állása rendre alacsonyabb, a fűrt kutak kiszáradnak, a mezőgazdaság vízhiánnyal küzd. Mindez a kiskertekben is érezhető, megoldást pedig – lévén a vízkészlet véges – a folyamatos öntözés sem jelent. „A természetben minden mindennel összefügg. A legfontosabb például, hogy a kertekben keletkező szerves anyagot helyben tartsuk. Mindegy, hogy komposztként vagy talajtakaróként használjuk fel, a lényeg, hogy ne küldjük el zacskózva még a diólevelet se” – mondja **dr. Divéky-Ertsey Anna**, a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem Agroökológiai és Ökológiai Gazdálkodási Tanszékének docense. A talaj takarása és minőségének javítása azért kulcskérdés, mert a jobb szerkezetű, magas szervesanyag-tartalmú termőközeg jobb vízmegtartó képességgel bír, általa a növények is később kezdenek el lankadni, száradni. A talajjavítás legkézenfekvőbb eszköze a komposztálás, ami akár úgy is történhet, hogy a szerves anyagokat – például az őszi leveleket – a növények tövéhez juttatjuk ki, oda dolgozzuk be. Ezzel kapcsolatban rengeteg a tévhit, sokan például azt gondolják, hogy a tuják és az örökzöldek

nyesedékeit ilyen célra nem lehet használni, pedig ez nem így van, takarható velük akár a tujasor vagy a sövény sor töve is. Mivel egyszerre csak kis mennyiséget használunk belőlük, a kémhatást sem tolják el savas irányba, a növényeknek viszont segítenek.

### AGROERDÉSZETEK

A mulcsolás mellett divatba jönnek az olyan módszerek is, mint az agroerdészet. Ezek a rendszerek világszerte terjednek, a mediterrán térségben például gyakori, hogy az olívaültetvények vagy narancsligetek sávjába gabonát vagy egyéb növényeket termesztnek. Magyarországon is van ennek hagyománya az alföldi szőlőkben, ahol a sorközben például rozs vetésével próbálták megelőzni, hogy a homokot elvigye a szél. „Ez a módszer a kiskertekben is használható, de másképp, ott az árnyékolást lehet megoldani gyümölcsfákkal. A városokban pláne az jelentheti a jövőt, ha a lombkorona minél összefüggőbb. Ilyenkor jobb lesz a páráképződés, a hajnali harmatképződés, a fák megszűrik a nyári nap-sütést, összességében kiegyenlítettebb lesz a kert klímája. Ha ez adott, akkor a magasabbra felnyírt lombkorona alatt bátran lehet kertészkedni, remekül megerem ott a cukkini, a zöldbab, a sóska

Kép: Profimedia – Red Dot





és a paradicsom, de akár az eper és a csicsóka is” – mondja szakértőnk. Mivel a gyümölcsfák nem szeretik, ha a gyökerekükhöz közel ásunk, ilyen területeken a legjobb magaságyást vagy kiemelt ágyást használni.

### **GYÜMÖLCSÖT, DE MIT?**

A gyümölcsfák telepítését alaposan át kell gondolni, nemcsak a vízigényt és a melegtűrést nézve, hanem a növényvédelmet is. Az őszibarack és a kajszikiskerti természetese például komoly kihívás, ezeket rengeteg gombás betegség és kártevő fenyegeti. Náluk egyszerűbb választás az alma és a körte, amelyeket egészen a fagyokig el lehet ültetni. A telepítés évében fontos őket rendszeresen öntözni, de később már nem kell. A hagyományos gyümölcsök mellett érdemes gondolkodni olyan fajokban is, mint a füge, az olíva, a kivi, a gránátalma és a pisztácia, amelyek ma már teremnek Magyarországon is.

### **BŐVÜLHET A VETEMÉNYES**

Érkezhetnek a kertekbe olyan növények is, mint például a batáta, más néven édesburgonya (ezt palántáról érdemes ültetni), aminek nagy előnye, hogy jobban bírja a szárazságot, mint a vízigényes burgonya. Persze a hagyományosan termesztett zöldségfajokat sem kell elengedni, kis odafigyeléssel meg lehet termelni a paprikát és a paradicsomot, a sütőtököt, a gyökérező zöldségeket, a hagymaféléket, a levélzöldségeket és a salátákat. A padlizsán a szárazságot is remekül bírja, lévén nem túl nedvdús, levelei is szőrözöttek. Az egyes zöldségekből érdemes azokat választani, amelyek rövid tenyészidejűek. Például a nyár közepétől érő paradicsom sokkal víztakarékosabban nevelhető, mint azok, amelyek csak szeptemberre érnek be. Ráadásul ha letermettek, utánuk még ültethetünk másikat is, például szintén rövid tenyészidejű cukorborsót vagy zöldbabot, őszi retket.



## A hagyományos gyümölcsök mellett érdemes gondolkodni olyan fajokban is, mint a füge, az olíva, a kivi, a gránátalma és a pisztácia, amelyek ma már teremnek Magyarországon is.

### ÖNTÖZNI, DE HOGYAN?

A kiskertekből az öntözést teljesen mellőzni nem lehet, de észszerűsíteni igen. A lágy esővizet például érdemes gyűjteni, amihez elég hordókat helyezni az ereszcatornákhoz. Beszerezhetőek akár köbméteres tartályok is, amelyek egy-egy esős napon hamar megtelhetnek, ha a vizet átszivattyúzzuk beléjük a hordókból. Ha a házon napelem is van, ez plusz energiát sem igényel. Ha az ilyen tartályokat a talajba is le tudjuk ásatni, akkor már télen is elkezdhetjük az esővíz gyűjtését. „Akármivel is öntözzünk, a locsolás időpontjára mindig figyelni kell: a legjobb, ha azt késő estére vagy hajnalra időzítjük, akár öntözőkomputer segítségével is. A mindennapos öntözést célszerű kerülni, az ugyanis nem készíti a növényeket arra, hogy mélyebbre hatoljanak, így hatékonyabb gyökereket fejlesszenek. Az öntözési módszerek közül a legjobb a csepegtetés, főleg, ha olyan csövet szerzünk be, ami talajba fektethető” – mondja Divéky-Ertsey Anna. Ez azért előnyös, mert lassú, csökkenti a párolgás mértékét, kíméli a talaj szerkezetét. Fáknál praktikus lehet öntözőzsákokat is beszerezni, azokkal lassan, szivárogtatva lehet öntözni a friss telepítésű csemetéket.

### A GYOMOK IS SEGÍTENEK

A vízgazdálkodást az is segíti, ha a veteményesben a sorok közé visszaszórjuk a kihúzgált gyomokat – feltéve, hogy nem virágoznak és nincsenek magszárban. „Nagy melegben és tűző napnál még az sem biztos, hogy a veteményest érdemes gyomlálni. A gyomnövények ugyanis egyfajta takarást adnak, párássabb mikroklímát biztosítanak. Ha ez hiányzik, akkor a zöldeket és a talajt direkt módon éri a tűző nap, aminek hatására beindul a párolgás, a növények pedig vesztenek nedvességtartalomból” – emeli ki szakértőnk. Érdemes tudni azt is, hogy vízgazdálkodás szempontjából a palántázásnál praktikusabb a helybe vetés, akkor ugyanis a növény egyből igazodni tud a környezeti viszonyokhoz, szárazságtűrőbb lesz. Másrészt a palánták kiültetésekor a gyökerek óhatatlanul is sérülnek, mindenképp locsolni kell őket egészen addig, amíg meg nem erősödnek. Viszont ezzel szintén csak „elkényelmesítjük” őket, kevésbé lesznek strapabírók.

### GEOTEXTIL HELYETT SZALMA?

A geotextil praktikus megoldásnak tűnik, de akármennyire jó minőségű, nem enged át elég nedvességet, ráadásul rossz szerkezetű, száraz talajt hagy maga után. Emiatt ősszel annak is érdemes felszednie, aki amúgy ragaszkodik hozzá. A zöldegeskert talajtakarására a legjobb szalmát használni, az ugyanis nem csak a kiszáradástól véd. „A kalászosok szalmájából olyan anyagok oldódnak ki, amelyeknek enyhe csírázásgátló hatásuk van. Emiatt a gyomnövények nemcsak fényhez nem jutnak, hanem rosszabbul is csíráznak. A szezon után a szalmát a talajba is be lehet forgatni, annak szerkezetét, vízmegkötő képességét is kiválóan javítja” – mondja Divéky-Ertsey Anna. Érdemes figyelni arra is, hogy szezon végén a veteményesből a növények gyökerét se húzzuk ki, hanem hagyjuk őket a helyükön – pláne, ha hüvelyesekről van szó, amelyek a nitrogénmegkötő baktériumokkal élnek szimbiózisban.

### SOKOLDALÚ NYESEDÉK

A kiskerteket azzal is fenntarthatóbbá tehetjük, ha szakítunk a fűnyírás megszokott gyakorlatával. Míg például tavasszal célszerű összegyűjteni a zöld és nagyon friss fűvet, addig később jobb a gyepen hagyni a lenyírt fűszálakat. „Ilyenkor a nyesedék kiválóan takarja a fűvet, segíti megelőzni a kiégést, kikopaszodást. Ha olyan területünk van, amit valami miatt föl kellett ásni – például öntözőrendszer telepítése miatt –, akkor oda sem kell fűmagot szórni, elég betakarni azzal a frissfűnyesedékkal, amit a kertben levágtunk. Ha így teszünk, akkor az a rész nagyjából két hét után elkezd bezöldülni, utána csak nyírni kell. Ez azért van így, mert a talaj magas fű- és gyommagkészlettel rendelkezik, a lenyírt fű is tartalmaz magot” – emeli ki szakértőnk. Érdemes föl hagyni a gyep öntözésével is, aminél kevés pazarlóbb dolog létezik. Ehelyett jobb arra törekedni, hogy a zöldterületet ne csak fűfélék alkossák, hanem egyéb fajok is – ez nem nehéz, lévén az ilyen társulások kialakításához csak arra van szükség, hogy ne távolítsuk el azokat a növényeket, amelyeket gyomnak tartunk. A pityangot például sokan próbálják száműzni, pedig az egyik leghasznosabb növény. Kiváló hatással van a talaj szerkezetére, vízmegkötő képességére, remek mézelő, leveléből készülhet saláta is. Hatalmas előny, hogy gyorsan újrasarjad, elég hozzá minimális eső, és már ki is hajt. A gyep egyes területeire kerülhetnek olyan kúszó örökzöldek is, amelyek bírják a szárazságot. Jók a mediterrán fűszernövények is – például a levendula, a tárkony, a rozmarin, a kakukkfű és az oregánó –, amelyeket szintén lehet napos helyre ültetni. Ezek a fajok ugyancsak segíthetik, hogy kertünk még ősszel is jól mutasson. ♦





# Használd Játékoskártyád, és nyerj akár 1 millió Ft-ot!

A promóció időtartama:  
2022. szeptember 19. – december 24.

**Nyeremények 2 hetente:**

**1 x  
1 millió Ft**

**1 x  
500 ezer Ft**

**10 x  
100 ezer Ft  
Media Markt  
ajándékkártya**

Növeld nyerési esélyedet **Játékoskártyád** használatával  
akár minden nap!



SZÖVEG –  
BOGOS ZSUZSANNA

SOROZAT –  
VÉGY EGY RÉGI RECEPTE!

# FŐZŐCSKE, DE OKOSAN

Gyakran emlegetik a nagy tudású, régi háziasszonyokat. Akiknél mindig tele volt a kamra, akik semmit nem dobtak ki és bármilyen maradékot csodásan újrahasznosítottak, akik a mai menütervező applikációkat megszegényítő észszerűséggel tudták megszervezni a család ellátását. A generációkon át folyamatosan hagyományozódó tudás szép lassan megkopott, életmódunk átalakulásával idejét is múlta talán. Mígnem először a karantén, majd az ételmisszer felértékelődésével ismét hiányozni kezdett. Régi szakácskönyveinkből persze sok trükköt elleshetünk ma is, de érdemes ezeket fellapozni csak úgy érdekességképpen is.

◆ Vajon mit ettek akkor, amikor még nem voltak újvilági ízek, voltak viszont háborúk? A tatárjárás után például tölgyfakéregből őrlték a lisztet. Az ehhez hasonló megoldásokat a szószekről is hirdették, majd rendeletekben, később, már a 20. században, hatósági tájékoztatókban ismertették meg az emberekkel. Ilyen kiadvány mutatta be például az ehető vadnövényeket is.

## GYÚJTÖGETÉS

A magyar táplálkozásában egykor fontos szerepet játszó vadnövények legtöbbször ma már nem ismerjük vagy félreismerjük, gazt látunk bennük csupán. Pedig sokáig igazi éléskamrául szolgált a természet az embernek. Gyűjtötték a vadfűszereket (például kakukkfű, szurokfű, sáfrány) és a vitamindús erdei gyümölcsöket, a málnát, az epret, az áfonyát, a vadkörtét, a vadalmát. Utóbbiakból ecet készült, előbbieket ették frissen, aszalva, majd később lekvárként. Befőzték a bodzabogyót, a bodzavirágból pedig tea (megfázás esetén jól jöhet izzasztó hatása) vagy édesség készült. Első megmaradt szakácskönyvünkben, a 16. századból származó *Szakács Tudomány*ban például már ott találjuk a mai napig ismert, faék egyszerűségű fogást: palacsintatésztába mártjuk

a virágot, majd kisütjük. Aztán ott vannak a bokrok, fák kincsei, a mogyoró, a mandula, a dió és a szelídgesztenye. A gesztenyét sütötték, vagy liszté őrölve kását főztek belőle. A makkból olajat sajtoltak. Gyűjtötték természetesen a gombákat is, amelyeket később kőlapon vagy forró hamuban sütöttek meg, levest főztek belőlük, esetleg kiszáritották a többi terménnyel a kemencében, és elrakták nehezebb időkre. Megették a különböző vadhagymákat, sóskafeleket, egyéb leveleket. A zsírban készült tojásos csalánlevél klasszikus gömöri reggeli volt húsvétkor. A libatop szalonnásan, lepénybe töltve került az asztalra. Az olyan, ma ismét előtérbe kerülő ízes növények pedig, mint a pitypang, a galambbogyó, a boglárka, a turbolya, a vadkomló és a réti lóhere saláta, főzelék vagy leves formájában kerültek az asztalra. Túlzás nélkül mondhatjuk, hogy mindent, ami a közelben ehető, hasznosítottak valahogy. Vagy akár az ihatót is: tavasszal nyírfát csapoltak a magyar vidéken is, a 19. században pedig már ebből készült sűrítéssel a cukor a székelyeknél. Az Alföldön még a gyékényt is megették, nyersen, sütvé, liszté őrölve. Liszt egyébként rengeteg növényből készült: köles, hajdina, porcsinmag, erdei súlyfű, vad kásafű és még a tarackbúza is lepényné, kásává változhatott így.





## ” A tatárjárás után tölgyfakéregből örölték a lisztet.

A sulyom nevű vízinövény lisztjéből pogácsa is sültetett. Legyen szó a főúri, majd később a polgári szakácskönyvekről, esetleg néprajzi gyűjtésekről, a 16. századról vagy az 1930-as évekről, az előbb felsorolt ételek mindig felbukkannak.

### AKIK A KONYHÁBAN TARTOTTÁK A FRONTOT

„Most nem az a kérdés, mit szeretünk, hanem mit lehet ennünk” – olvashatjuk az 1916-ban kiadott Háborús ételek című könyvben. A kötet szerzője, a Dunántúli szakácskönyvet is jegyző alsószopori Nagy Ferencné jól összefoglalta ebben a mondatban mindazt, ami a háborús idők konyhájáról eszünkbe jut. A hiány, a szükség érdekes ételeket szült, leleményes megoldásokat hozott. Ilyen például a burgonyalisztes piskóta, hiszen az édes ízekre nehéz időkben van igazán szükség. Megteremtették a húsevés

illúzióját is, szárított zabból készült a hamis velő, sárgarépból a peccsenye. Remekül illusztrálja az ételekhez fűződő viszonyt, a jó ízek iránti igényt egy 1915-ben megjelent szakácskönyv címe is: Hogyan lehet olcsón, jól főzni? Háborús ételek. Szintén 1915-ben jelent meg a Takarékos főzés. Az okszerű táplálkozás szakácskönyve című kiadvány. Ebben a receptek mellett különféle buzdítások is megjelennek már, amelyek azt hivatottak erősíteni, hogy a háziasszonyoknak hazafias kötelességük helyt állni a konyhában. A könyv megpróbálta jó színben feltüntetni a megváltott lehetőségeket: „hisszük, hogy az a takarékos főzés és okszerű táplálkozás, amelynek érdekében ez a könyvecske készült, a béke nyugalmas éveiben is nagy haszonnal fog majd járni, sok családot mentesít az anyagi gondoktól, s a nemzeti jövedelemben milliókra menő megtakarítást biztosít, egészségesebbé tesz bennünket és hozzájárul az élet tartamának meghosszabbításához” – írták. Bár jócskán van túlzás ebben a mondatban, a korábban már idézett Nagy Ferencné tanácsai valóban nagy haszonnal jártak az I. világháború után is. Szerinte ugyanis az alapelv az, hogy függetlenítsük magunkat a boltoktól. Hogy hogyan? Magunknak süssük a kenyeret, készítsünk otthon a száraztésztát, tegyünk el zöldséget-gyümölcsöt télire! ♦



SZÖVEG –  
VANYOVSZKI MÁRIA

*A Salon*  
BUDAPEST

# A STREET STYLE

## HAJNALA, HANYATLÁSA ÉS ÚJRAÉLEDESE

*Bill Cunningham* nem fejezte be a Harvard Egyetemet, női kalapok készítőjeként vált ismertté, majd a *Women's Wear Daily* és a *Chicago Tribune* lapoknak írt divatról. A fotózást autodidakta módon tanulta ki, és saját örömeire járta az utcákat, hogy lenszójén keresztül mutassa meg New Yorkot. 1978-ban lekapott egy bundás hölgyet, aki sapkát és napszemüveget viselt. Abban a pillanatban nem is sejtette, hogy a hölgy *Greta Garbo*, a kép pedig egy új műfaj elindítója lesz.

- ◆ *Bill Cunningham* ezzel a képpel felkeltette a *New York Times* figyelmét is, amelynek aztán egészen a 2016-ban bekövetkezett haláláig dolgozott. Az utcaképből kitűnő emberek fotózását az amerikai sajtófotósok tették népszerűvé, és a műfaj úttörőjének *Cunningham*et szokás tekinteni, aki a hetvenes években egyre több fotóján örökítette meg a stílusosan öltözködő „utca emberét”. *Garance Doré* francia fotós, író és illusztrátor azonban a *Brooklyn Museum*ban *Garry Winogrand* munkásságát méltatva felhívta a figyelmet arra, hogy *Cunningham* előtt már *Winogrand* is megörökítette az ötvenes-hatvanas évek utcai öltözködését. Azóta is folyamatosan kerülnek elő hasonló fotóanyagok nemcsak ismert fotográfusoktól, de haláluk után ismertté váló alkotóktól is. A kétezres évek egyik nagy felfedezettje például a hobbyfotósként *Chicago* utcáit járó *Vivian Maier*. A főállásban gyerekek felügyeletével foglalkozó, titokzatos hölgy előszerepettel örökítette meg az utca emberét az ötvenes évektől nemcsak *Chicago*ban, de *New York*ban is. Későbbi világméretű útjának köszönhetően fotózott *Los Angeles*ben, *Manilá*ban, *Bangkok*ban, *Sanghaj*ban, *Peking*ben, *Indiá*ban, *Szíriá*ban, *Egyiptomban* és *Olaszország*ban is.





”

## DAVID LURASCHI

valódi utcaembereket keres, akik nem a pózolás és a fotó kedvéért viselik azt, amit.

”



Bill Cunningham munka közben. New York, New York City, Egyesült Államok, 2010

### AZ EGYEDI VONZEREJE

Az „utcadivat fotózása” (street style photography) a nyolcvanas, kilencvenes évekre vált szakmailag is elismertté, majd az internet elterjedésének köszönhetően a kétezres évek első évtizedében érte el a csúcspontját. A street style blogok rohamos terjedésének köszönhetően otthonunktól követhettük a nemzetközi utcai trendeket Stockholmtól Hongkongig, Párizstól New Yorkig.

Kifejezetten az egyedi és különleges stílusú emberekre fókuszáló utcaképeivel szerzett egyedülálló hírnevet magának a The Sartorialist tematikus blog fotója, Scott Schuman. Egyre nagyobb jelentőséget tulajdonítottak az utcai trendek rögzítésének a divatmagazinok is, így utcai stílusú fotózásra küldték olyan nagy nevű fényképészeit is, mint például Yvan Rodic, Tommy Ton és Philip Oh. A divatfotózásban tapasztalt szemek kiváló érzékel vették észre és rögzítették a stílusosat, az egyedit, a trendformálót.

Ezek a street style fotók nem csak kordokumentumként és divattörténeti szempontból izgalmasak. A fotóművészeknek köszönhetően felfedezett egyedi vizualitás a szakmai előrejelzéseknek is fontos forrása lett. Az öltözködésben kifejezett egyedi megnyilvánulások az értő szemek számára a társadalmi változások, kulturális trendek előrejelzései is. Jó példa erre Czene Béla, ő

a festményeiben ilyen értő szemekkel emelte ki a Nyugat életérzését ruháikban képviselő, nonkonform gondolkodású karaktereket. Olyan világot mutatott, ami aztán fokozatosan meg is érkezett, nemcsak az öltözködésben, hanem a zenékben, a filmekben, majd '89 után a társadalmi berendezkedésben is.

Nem véletlen az öltözködési kultúrában megjelenő húsz-harminc éves ciklikusság sem, hiszen pont ennyi idő kell egy-egy új generáció felnöveséséhez, amelynek tagjai gyakran ahhoz nyúlnak vissza, amiben a saját szüleik ugyanebben az életkorban keresték magukat. Ebben a folyamatban látványosan visszakövethető, ahogyan egymásra hatnak filmes, zenei és öltözködési trendek. Az utóbbi évek markáns példái a *Stranger Things* című ifjúsági sorozat nyolcvanas éveket idéző ruhái, és a szintén fiataloknak szóló *Eufória* kilencvenes éveket idéző öltözékei.

Amikor egy nagy divatház megjelenik a kilencvenes évek stílusát idéző színekkel és formákkal, arra már nemcsak megvolt az igény, de egyedi különlegességként az utcákon is megjelent. Az így megalkotott trend több hónappal később terjed el tömegesen, amikor a divatházakat lekövető, nagy szériákban gyártott fast fashion ruhák tucatdivatja elárasztja a boltokat.





A fotósok által megörökített street style divatszakai értelemben a tömegből kitűnő szokatlant, jövőbe mutatót, stílusosat, trendformálót jelenti.

### PUCCPARÁDÉS PÓZOLÓK

A kétezres évek elejétől a szerkesztőségi fotózás és az utcai stílusú fotózás boldogan létezett egymás mellett, aztán a blogok és magazinok népszerűségét a közösségi média kezdte háttérbe szorítani. A lassan böngészős, olvasgatós, későbbre elmentős tematikus portálokat leváltotta az Instagram és az egyéb platformok hatalmas képáradata, ahol a mindent elárasztó médiazajban századmásodpercekre redukálódik a befogadás folyamata. Ezzel párhuzamos jelenség a „puccparádés pózolás” a kezdeti dokumentálás igényességével szemben, amely mögött ott volt a hétköznapijokban megörökített, stílusos emberek természetes bája.

Brent Luvaas, a street style és az antropológia kapcsolatára szakosodott amerikai akadémikus szerint a probléma akkor kezdődött, amikor elkezdtek fotózni a divatbemutatók körül pózoló arcokat ahelyett, hogy valódi embereket kerestek volna az utcán. A divattekre az emberek azért öltöztek tudatosan, hogy lefotózzák őket. A közösségi média elterjedésével egyre

hangosabbá vált az elvárás: „Ha nem fotóznak le, akkor ott sem voltál. Nem is létezel.”

### ÚJRA FÓKUSZBAN AZ UTCA EMBERE

Ha rákeresünk az interneten a street style-ra, az utóbbi tíz évből már szinte csak fashion weekre vonuló embereket találunk. Emellett azonban az utcai stílus rögzítésének új műfaja is kezd kialakulni, a peep style. Ez a street style felforgató megközelítése, amit az őszintébb, autentikusabb ábrázolás iránti vágy vezérel.

A műfaj egyik úttörője a francia–amerikai divatfotós, David Laurschi. A bennfentesek által „a szomorúság sartiorealistájának” nevezett művész kerüli a megrendezett felvételeket, ezért gyakran inkább hátulról fotózza alanyait, és áthajlik a brit Martin Parr-féle szociorealista ábrázolás világába. Valódi utcaembereket keres, akik nem a pózolás és a fotó kedvéért viselik azt, amit, a trendek előrejelzői a tudatosan pózoló celebek és influenszerek mellett őket is figyelemmel kísérik.

A stílusos járókelő meghatározó eleme egy város utcaképének, arculatának és hangulatának. A lesifotós-irányt követő fotográfusok a nagy elődökhöz hűen nemcsak a divatkövetők számára szolgáltatnak információt és inspirációt, hanem dokumentumokat is készítenek. ♦



SZÖVEG –  
PARTI JUDIT

KÉP –  
ÉDER VERA

”

# Csak a nézője vagyok annak, ami megszületik

*Harcza Veronika* légies, könnyed – miközben felkészült és pontos, *Gyémánt Bálint*ban egyszerre van jelen a humor és a mélység. Két zenész, akik érzékenyen figyelnek egymásra beszélgetés közben is – nem vágnak egymás szavába, de közös az üzenetük, akár a színpadon. Az is előfordult már, hogy Veronika véletlenül egy CD-re Bálint nevét dedikálta.

◆ **Bálint:** Ez a dedikálás egy irtózatosan hosszú turné utolsó állomásának volt a záró mozzanata – már tényleg nem tudtuk a saját nevünket sem...

– **Ma este még koncertetek lesz. Mennyi időre van szükségetek a mentális ráhangolódáshoz?**

**Veronika:** Rugalmasak vagyunk ebből a szempontból, nem gondolom, hogy ne tudnék akár egy pillanat alatt megérkezni a színpadon abba az állapotba, amiben keresztülnyugodtam magamon a zenét.

**Bálint:** Játszani bármikor tudunk. Most itt vagyunk ugyan veletek beszélgetve, de egy órán belül útnak indulunk sofőr, tour-menedzser és technikus nélkül az ország másik végébe. Szerintem minél tapasztaltabb az ember, annál könnyebben tudja a figyelmét





”

## *Számunkra a színpad a tiszta bizalom helyszíne.*

– Ez lelki alkat kérdése?

**Veronika, Bálint:** Egészen biztosan.

– A pályátok indulásakor lehetőségek volt külön-külön meríteni két európai jazzhagyományból. Ez a két út két külön látást hozott számotokra, amelyekből a munkátok során létrejöhetett a közös hang?

**Veronika:** Brüsszelben a legfontosabb hatás számomra az avantgárd volt – bár korábban is hallgattam pszichedelikus zenéket, de a szabad improvizáció szeretete ott lett igazán markáns; kezdtem felismerni, hogy mennyi effektre alkalmas organikusan a hangom. Bálinton egyébként sokkal-sokkal erősebbnek érzem a New York-i szcénának a hatását, mint a skandináv vonalat.

**Bálint:** Abszolút egyetérték. Azon mosolyodtam el magamban, hogy bár Oslóban számomra ugyanúgy a szabad zenéről szóló kurzusok jelentették az újdonságot, de ez nem feltétlenül jelenik meg egy az egyben a zenében. Sokkal inkább az egyéni attitűdünktől függ, hogy a bennünket érő hatások hogyan titrálódnak. Veronikát azóta is különösen izgatja a szabad zene, rám viszont a mai napig az amerikai jazz van a legnagyobb hatással, skandináv hatás ide vagy oda.

**Veronika:** Hogy igazat adjunk neked is, az amerikai és az európai jazz valóban két ellentétes és nagyon erős pólus, amelyeknek az együttes jelenléte igaz ránk.

– Két világ találkozik abban a teljességben is, amit nő és férfi együttes jelenléte jelent a színpadon. Ennek kapcsán bennem az is felmerült, hogy akik ennyi ideig zenélnek, utaznak együtt, azok egy idő után akár össze is házasodhatnak... (hatalmas nevetés)

**Veronika:** Szerencsére nem ez történt.

**Bálint:** Az biztosan a végét jelentette volna a szakmai kapcsolatunknak.

és energiáit egy irányba fókuszálni a nehezítő körülmények ellenére, hiszen maga az előadóművészet a pillanat megragadása.

**Veronika:** Nem véletlenül a jazz a műfajunk, ami alapvetően a spontaneitásra és a folyamatos készenlétre épül a zenén belül. Persze azokat a dalokat játsszuk, amelyeket próbáltunk és jól begyakoroltunk – de mindketten olyan tudatállapotban játsszuk a jól begyakorolt dalokat, hogy bármikor bármi történhet. A jazzen keresztül arra kondicionáljuk magunkat, hogy meg tudjuk ragadni a váratlan lehetőségeket.





**Veronika:** Bár rengeteg érzelmet viszünk abba, amit csinálunk, és elképesztő bizalom van köztünk, de ezek egy barátságnak ugyanúgy a kulcsszavai.

**– Azért is izgalmas ez, mert nem mindenki alkalmas arra, hogy hosszú távon együtt zenéljen valaki mással. Mi a szakmai kapcsolatotok kulcsa?**

**Veronika:** Bár a kapcsolat szakmai, nekünk is be kellett járni a különböző fázisait; meg kellett ismernünk egymást. Rengeteg stresszt élünk meg együtt, s annak ellenére, hogy ez legtöbbször pozitív előjelű, attól még az, ami. Bevett szokás, hogy Bálint hajnalban 3.45-kor vár a kapunál, és megyünk a reptérre – nyilván fáradtak és ingerlékenyek vagyunk, mint bárki más, de sikerült olyan stratégiákat kidolgozni, amelyekkel

elhordozhatók ezek a helyzetek. Mindezen túl a feszültségeket egyikünk sem viszi bele a munkába: számunkra a színpad a tiszta bizalom helyszíne.

**Bálint:** Szenvedélyesen szeretjük a munkánkat, amibe mindketten komoly ambíciókkal tudjuk belevetni magunkat. Hálás vagyok Veronikának azért, mert nagyon sokszor élhettem meg vele a színpadon, hogy olyasmit találok meg magamban általa, amit egyedül nem látnék. Még mindig inspiráló együtt dolgozni – úgy élem meg, hogy amikor zenélünk, kinyitunk egy ajtót, és ami azon az ajtón keresztül jön, olyan minőség, mintha nem is én csinálnám. A szakmai tudásom és 25 év gyakorlása kell ahhoz, hogy képes legyek kinyitni az ajtót, de a számomra legemlékezetesebb pillanatokban azt élem meg, hogy csak a nézője vagyok annak, ami megszületik. Ez az, amiért igazán szeretek zenélni.





## *A cél mindenhol ugyanaz: érzelmek és gondolatok vezérelte közös utazás.*

**Veronika:** Sokszor használjuk a beszéd hasonlatát, hogy megvilágítsuk: amit csinálunk a színpadon, az olyan érzés, mintha egy jót beszélgetnénk. Ha csak egyedül szövéim a gondolataimat a szobában, akkor is szép köröket tudok lefutni, de ha van egy beszélgetőpartnerem, aki más perspektívát vet föl, az továbbviszi az én gondolataimat is egy másik szintre. A zenében ez nagyon sokszor megvalósul. Ha én vagyok szólista szerepben, akkor is adhat Bálint olyan impulzusokat, amelyek hatására az én szólóm is teljesen átalakul – a jó zenei eszmecsere ilyen.

### **– Alakítja a dalokat a találkozás is a közönséggel?**

**Veronika:** Maximálisan számolunk a közönség hatásával, ezért is kezdjük csepegtetni az új dalokat már a lemezbemutató koncert előtt. Sokszor szembesültünk azzal, hogy amit kitaláltunk a próbateremben, az másként működött közönség előtt – nem feltétlenül jobban vagy rosszabbul, egész egyszerűen máshogy, mint ahogy arra számítottunk. A próbaterem dinamikája különbözik a színpadétól. Fontos megtapasztalni, hogy egyes dalok mit adnak a közönség előtt – nem beszélve arról, hogy mi magunk is más tudatállapotban vagyunk abban a helyzetben. A cél mindenhol ugyanaz: érzelmek és gondolatok vezérelte közös utazás.

### **– Novemberben fogjátok bemutatni az új albumotokat – amely voltaképpen már két éve készen van. A címe játék az időbeliséggel (About Time), ami utal az életetek egymást követő szakaszaira, de más is megjelenik benne...**

**Veronika:** Különlegesnek éljük meg azt az élethelyzetet, amiben most vagyunk – nem titkolom, a lemezbemutató

koncertre pont be fogom tölteni a 40-et. Szakmai értelemben is fantasztikus, hogy még itt vannak velünk azok a mesterek, akiktől tanulhattunk és inspirálódhattunk általuk – ugyanakkor itt van az új generáció is, érett, saját hanggal. Fogalmazhatunk úgy, hogy ennek a közbeeső pozíciónak az áldása és lehetősége a miénk.

### **– Ki lehet számotokra mester?**

**Bálint:** Akinek a szemszögéből szívesen látnám a világot. Nagyon érdekelne például, hogyan dolgozik Hans Zimmer, aki korunk egyik leghíresebb filmzeneszerzője. Óriási Chick Corea-rajongó is vagyok – vele sajnos már semmi módon nem kerülhetek egy színpadra –, de napestig sorolhatnám, hogy kik azok a nagy művészek, akiknek a nézőpontja érdekel – nem azért, mert irigyen vizsgálom a jobbat, hanem mert kíváncsian keresem a mást. Akár ugyanahhoz a célállomáshoz más útvonalon vihet el egy új attitűd, egy másfajta gondolkodás frissíteni tudja a saját kifejezésmódot. A nagy mesterektől ezt tanuljuk, ahogyan jelen vannak az életünkben, akár felvételen, akár színpadon.

**Veronika:** Sokan hatnak és hatottak rám, de most Kéring László tenor énekművészt hívom szívesen mesteremnek, akit két és fél évvel ezelőtt találtam a YouTube-on, így kezdtem tőle órákat venni. Hihetetlenül sokat segít a különleges zenei feladatok megoldásában és a hangom rugalmasan tartásában egyaránt. Olykor az a szerencse éri az embert, hogy aki rendkívüli módon inspirálja, aktuálisan elérhető.

### **– Az albumotok címe About Time – szerintetek minek van itt az ideje 2022-ben?**

**Veronika:** A közösségek megerősítése vált fontossá a számunkra. Évtizedek óta azt sulykolja belénk a média, hogy te vagy a fontos, magaddal törődj, az a fontos, hogy te mit csinálsz – ez egészen biztosan nem működő irány az emberiség jövője szempontjából.

**Bálint:** Mindannyian valami nagyobb dolognak vagyunk részei – nevezhetjük ökoszisztémának; elengedhetetlen, hogy felelősséget vállaljunk érte. A felelősségvállalás nekem azt is jelenti, ha ma egy fát ültetek, nem feltétlenül ülök majd az árnyékában – de meg kell érteni, hogy ha nem teszem meg, nem lesz gyümölcs, virága és árnyéka sem most, sem ötven év múlva. Abban bízom, hogy ez az üzenet, ami a miénk is, minél többekhez eljut, felébresztve a felelősségvállalás készségét, akár a környezetünkről, az egészségünkről vagy a háborúról legyen szó. ♦



SZÖVEG –  
DÉR KATALIN klasszika-filológus

SOROZAT –  
BIBLIA ÉS IRODALOM

# Igazságkeresés

*Minden eddigi igazság semmit sem ér ma.  
A hazugságöblök fenekén  
a legmegbízhatóbb kapitány  
mérőónja is odavész,*

*s meghiúsult reményeire teríti ócska,  
s az igazságkeresés hosszú útján  
megkopott kabátját, a megszurkültet,  
és tovatűnik a tágas tengeren.*

*Vajon csakugyan új idő előtt állunk-e most,  
vagy talán új, az eddigieknél magasabb  
hazugságfalat húznak fel valakik körénk?*

**Bernard Kangro: Igazságkeresés**

◆ Az 1994-ben elhunyt észt költő gyönyörű, mély értelmű verseit alig ismerik nálunk. Az *Igazságkeresés* címűt kiváló költőnk, Kányádi Sándor ültette át magyarra. Olyan témát feszeget, amely korunk emberét is erősen foglalkoztatja, vagy kellene, hogy foglalkoztassa: az igazság kérdését. Csakhogy amit eddig igazságnak gondoltunk, „semmit sem ér ma” – ezzel az erős kijelentéssel indul a vers, és az igazság, ami mégis érne valamit, immár sehöl sem található meg, vallja Kangro. A mindennapi életben, a médiában, a hírekben és véleményekben a hazugságoknak olyan végtelen tengere vesz körül minket, amelyben képtelen kiigazodni, amelyből képtelen kievickélni az ember. Minden eszme bizonytalan, minden igazság viszonylagos. Pedig az élet nagy kérdéseiben bizonyosságra vágyunk, hogy ezekhez a bizonyossághoz igazítsuk útjainkat. Mi az élet értelme, mi az egyes ember rendeltetése, és hogyan lehetne aszerint élni?



Edward Moran (1829–1901): Az életmentő lámpás. Olaj, lenvászon, 1893 körül

A bizonyosságot azért nem találjuk meg, mert nincsen mérték, amihez hozzámérhetnénk magunkat, életünket, igazunkat. Korunk az érték- és mértékvesztés kora. A rengeteg hiábavaló keresésben a költemény igazságot kutató kapitányának reményei meghiúsultak – az emberéi általában, avagy az egyénéi, mert elvben mindenki a saját élethajójának kapitánya. Olyannyira meghiúsultak ezek a remények, hogy a modern kor legtöbb embere már nem is hiszi, hogy megtalálhatja valaha, amit a szív legmélyén pedig mindenki keres, az igazságot. Ezért olyan életveszélyes a mi korunk. „Mi az igazság?” – kérdezi Poncius Pilátus, a Szentföld római helytartója, a hatalom embere a megkötözött, hozzá kihallgatásra vezetett Jézustól János evangéliumának 18. fejezetében. Megkaphatná a választ, Jézus Krisztus, és egyedül ő megadhatná azt neki, ám Pilátus, a kora divatos relativista

életszemléletét magáénak valló, cinikus Pilátus még csak meg sem várja a feleletet. Ahogy felteszi a kérdést, vállat von, és kiábrándultan legyint egyet, azzal elfordul Jézustól, és kimegy a kihallgatóhelyiségből a szabad téren várakozó tömeghez.

Miért nem vagyunk képesek legyőzni korunk hazugságait? Azért, mert ehhez előbb az igazságot kellene ismernünk. Az nyomban rámutatna a hazugságra. Napjainkban egyre inkább úgy tűnik, hogy a számtalan eszme és elgondolás közül egyetlen vezérelv maradt állva, amely ősrégi, de ma érvényesebb talán, mint valaha, az, amit Jézus mond Atyjának, Istennek: „A te igéd igazság” (János-evangélium 17,17). Egyre bizonyosabbnak tűnik, hogy a mai érték- és mértékvesztett világban semmi más, egyedül Isten kinyilatkoztatott szava igazíthatja el az embert: ez a szó kijelenti az igazságot, és ezzel rámutat korunk valamennyi hazugságára. ♦



SZÖVEG –  
MÁRTONFFY ANDRÁS

# A GUANÓTÓL A GÁZKAMRÁKIG

## Az emberiség megmentője és tömeggyilkosa

**Fritz Haberről** gyakorlatilag lehetetlen eldönteni, hogy az emberiség megmentője vagy a történelem egyik legveszélyesebb tömeggyilkosa volt. A Föld mai lakosságának mintegy a fele neki köszönheti, hogy egyáltalán megszületett, ugyanakkor az első világháborús gáztámadások áldozatai is az ő találmányába pusztultak bele, és a náci gázkamrák is részben az ő nevéhez köthetők.

### ◆ GUANÓTÖRTÉNELEM

A guanó története kalandregények lapjaira való. Azt már a történelem előtti időkben felfedezték, hogy a nagy mennyiségben felhalmozódó madárürülék milyen jótékony hatással van a növények egészséges fejlődésére. A legjobb minőségű természetes guanót a mai Peru partjai közelében fekvő szigetvilág termelte, mivel az éghajlat tökéletes volt ahhoz, hogy a madarak ürülékében található fontos tápanyagok sokáig használhatóak maradjanak. Az Andok parti vidékein élő népek már évezredekkel ezelőtt használták, az inka birodalom pedig szigorúan szabályozta a felhasználását, és halálbüntetéssel sújtotta azt, aki a trágyát termelő madarakat elpusztította.

Az európai hódítók közül először a spanyolok kezdték kapiskálni a felhasználását, majd a tizenharmadik század elején megindultak az első szállítmányok Európa felé. A mezőgazdasági felhasználás száz évvel később indult meg angol és francia kereskedők által. Az európai mezőgazdaság egyre hatalmasabb mennyiségben fogyasztotta, mert a madárürülékben található nagy mennyiségű nitrogén kiemelt fontosságú a növényvilág számára. Az egész földi élet és az emberi civilizáció sem létezhetne a talajba kerülő megfelelő mennyiségű nitrogén nélkül.

Peru a tizenkilencedik század elején államosította, majd olyan előnyös szerződésekben árulta a guanókészletét, hogy az ország szinte felvirágzott. Ez a bevétel tette lehetővé például, hogy felszabadítsák az országban dolgozó több mint huszonötezer fekete rabszolgát.



---

## Megszállott elkötelezettséggel dolgozott

a vegyifegyver-programon,  
és minden mást háttérbe  
szorított az életében.  
Még a feleségét is.

---

Spanyolország a század derekán még háborúba is bonyolódott Peruval, Chilével, Ecuadorral és Bolíviával a néhány tucat guanósziget birtoklásáért.

A feltörekvő Egyesült Államok is hamar rájött a guanó értékére, és 1856-ban külön törvényt hozott róla. Ettől kezdve bármelyik amerikai állampolgár kisajátíthatott egy általa talált lakatlan guanószigetet, és élvezhette az állam teljes védelmét. Már a következő évben elkezdtek szigeteket elfoglalni, hamarosan több mint száz új „gyarmatot” csatoltak az USA-hoz. Sokan ezt a törvényt tartják az agresszív amerikai terjeszkedés kezdő lépésének. A guanótörvény egyébként a mai napig érvényben van, és ha egy állampolgár a követelményeknek megfelelő szigetet talál, az amerikai elnök elvileg fel van hatalmazva arra, hogy akár a hadsereget is bevesse a terület védelmére.

Az Európába irányuló szállítmányok hamarosan olyan méreteket öltöttek, hogy a szigeteket borító, esetenként több száz méter vastag madárürülék-réteg a huszadik század elejére vészesen megfogyatkozott. A kényelmes életnek vége szakadt, és a tudósok megkongatták a vészharangot. A guanó által biztosított nagy mennyiségű nátrium nélkül nehéz volt terményekkel ellátni a megsza-  
▶  
porodott népséget.

Nitrogén nélkül nincs egészséges növény, növények nélkül pedig nincs emberiség. Voltak tudósok, akik a harmincas évekre már a világvégét vizionálták, mivel nem látták biztosítva a Föld élelmiszer-ellátását.

### LEVEGŐBŐL KENYÉR

A világ vegyészeinek elitje lelkesen vetette bele magát a kutatásba. Németország járt az élen, a tudósai ádáz küzdelmet folytattak, mivel egy olyan kémiai problémát kellett megoldaniuk, amelyet addig senkinek sem sikerült. A nitrogén hatalmas mennyiségben áll rendelkezésre: a Föld légkörének hetvennyolc százalékát teszi ki. A gond az, hogy két atomja olyan erős kémiai kötésekkel kapcsolódik egymáshoz, hogy azt csak óriási energia befektetésével lehet felbontani. Villámcsapások képesek erre, illetve bizonyos baktériumok, de az első túl ritka, a második pedig túl lassú ahhoz, hogy tartósan felhasználható legyen az emberiség élelmezési problémájának megoldásához.

Végül hosszas, fáradhatatlan kutatómunka után az egyik legbefolyásosabb német vegyész, Fritz Haber rukkolt elő a megoldással. Hatalmas nyomáson és magas hőmérsékleten, a megfelelő katalizátor segítségével ammóniát állított elő a levegő nitrogénjéből, amit így már fel lehetett használni műtrágyák gyártásához. Az eredmény megdöbbentő volt: a földek négyszer annyi termést hoztak, mint korábban. A lelkes sajtó dicshimnuszokat zengett. A világ csodálta Habert, aki, mint írták, „a levegőből csinált kenyeret”. Az új műtrágyák villámgyorsan elterjedtek az egész világon, és a következő évtizedekben a bolygó lakossága – többek közt a bőséges táplálék hatására – a négyszeresére nőtt. Egyes számítások szerint ma négy milliárd olyan ember él a Földön, aki Fritz Haber találmánya nélkül meg sem született volna.

Haber egy csapásra megbecsült vegyész és híres ember lett, azonnal magas pozíciót is kapott. A frissen létrehozott német tudományos csúcsintézmény, a Vilmos Császár Társaság kémiai intézetének az igazgatójává nevezték ki, és egy elegáns villát is a rendelkezésére bocsátottak. A kor legnevesebb tudósai jártak hozzá, többek között Albert Einstein is.

Haber teljes mértékben a saját képére formálta az intézetet: rengeteg új kutatási területet nyitott, tehetséges, fiatal munkatársakat szerzöttetett, és mindenben bátorította a kreatív, szabad tudományos felfogás térhódítását. Mindez megmaradhatott volna ebben a mederben, és megkérdőjelezhetetlenül őt tehetné volna a világ valaha élt legnagyobb vegyészévé, ha ki nem tör az első világháború.

---

## A katonáknak fogalmuk sem volt, mi lehet az a sárgás felhő,

ami közeledik felénk, ezért rutinból a lövészárkokba húzódtak. Ez csak súlyosbította a helyzetüket.

---

### AZ ÚJ FEGYVER MEGALKOTÁSA

A harcok közepette Fritz Haberből előbújt az a fajta hazafias német nevelés, ami az egész világéges egyik oka volt. Ráadásul ebben az érzelemben volt egy furcsa csavar is. Haber jó módú zsidó kereskedőcsaládban született, akik elkötelezett hívei voltak a hazájuknak. Fritz huszonöt éves korában megkeresztelkedett, mert az irodalmi Nobel-díjas Theodor Mommsen filozófiáját vallotta, aki szerint a társadalmi széttagoltság és az antiszemitizmus ellen a lehető legteljesebb beilleszkedéssel lehet hatásosan küzdeni. Németországhoz való hűségét azzal is ki akarta fejezni, hogy minden erejével támogatta az új és hatékony fegyverek előállítását. Szakmai tapasztalattal azért küzdött, hogy Németország minél előbb fejlesszen ki új robbanóanyagokat és vegyi fegyvereket. Azt vallotta, hogy a tudósoknak békeidőben a tudományt kell szolgálniuk, háborúban pedig a hazájukat. Hasonló magyarázattal élt, mint amilyennel harminc évvel később az Egyesült Államok indokolta meg a Hirosima és Nagaszaki elleni atomtámadást: eszerint a pusztító háború ilyen áldozatok árán lehet minél gyorsabban befejezni.

Az ammóniaszintézis lehetővé tette, hogy minden korábbinál hatékonyabb és nagyobb mennyiségű robbanóanyagot fejlesszenek ki, és gyártsanak, ami rengeteg ember életébe került a frontokon. Ennél is jelentősebb volt azonban az a korábban elképzelhetetlen változás, amit az általa aktívan támogatott vegyi fegyverek kikísérletezésével vezetett be a világ hadviselésébe.

Haber hosszas megfontolás után a klórgáz mellett döntött, majd több mint százötven főből és ezerháromszáz fős technikai személyzetből álló csapatot toborzott, akiknek az volt a dolga, hogy kidolgozzák az optimális gáztámadás pontos feltételeit. A gyakorlatban először a belgiumi Ypres városa elleni második támadásban próbálták ki 1915-ben. Hat kilométer szélességben, 5700 hordónyi, összesen 168 tonna klórgázt engedtek ki a franciák állásai felé. A gyarmati hadsereg algériai és marokkói katonáinak fogalma sem volt, mi lehet az a sárgás felhő, ami közeledik feléjük, ezért rutinból a lövészárkokba húzódtak. Ez azonban csak súlyosbította a helyzetüket, mert a klórgáz nehezebb a levegőnél, ezért kitöltötte az árkokat, és megült bennük.

Ennek a gáznak borzalmas hatása van a szervezetre: hatására égési sérülések keletkeznek a szervezeten belül, majd fulladást okoz. A csata eredménye igazolta Haber és a német hadvezetés várakozásait: összesen legalább hatvanezer ellenséges katona halt meg, bár ezer német is áldozatul esett, mivel egy idő után megfordult a szél, és nem minden német katonának volt gázálarca.

### **A TÖMEGGYILKOS LELKIISMERETE A CSALÁDTAGOKBAN PUSZTÍTOTT**

Habert előléptették, és látványos ünnepeken méltatták. Mindez tökéletesen beleillett az elképzeléseibe, és megfelelt a személyiségének. Megszállott elkötelezettséggel dolgozott a vegyifegyver-programon, és minden mást háttérbe szorított az életében. Még a feleségét, Clarát is, aki 1900-ban vegyészként végzett a breslauer egyetemen: ő volt az első nő egész Németországban, aki bármilyen természettudományból PhD-fokozatot szerzett, ráadásul *summa cum laude*-eredménnyel. Fényes jövő várt volna rá, ha meg nem szegi a magának tett ígéretét, és feleségül nem megy Haberhez a következő évben. 1902-ben megszületett a fiuk, Hermann, Clara pedig szinte fel sem ocsúdíhatott, máris a háziasszony szerepében találta magát. Míg a férje gőzerővel építette a saját karrierjét, ő háztartást vezetett, gyereket nevelt, és esetenként angolra fordította Fritz munkájának dokumentációit.

Az évek alatt egyre frusztráltabb lett a saját elvetélt élete miatt, a világháború első évétől pedig elborzadva figyelte, milyen tevékenységet folytat a férje. Fel kellett adnia mindent, amiben valaha reménykedett, amiért annyit tanult és dolgozott, mialatt Fritz „a tudomány megcsúfolásában”, a „barbarizmusban” vállalt szerepet.

Egy hónappal az ypresi győzelem után, miután kollegái és követői egy ünnepi összejövetelt tartottak Haber rezidenciáján, az éjszaka csöndjében Clara elvette a férje szolgálati pisztolyát, kiment a kertbe, és mellkason lőtte magát. Haber nem ébredt föl, mert altatót vett be, a tizenhárom éves fiú azonban igen: ő találta meg az anyját, és nézte végig a haldoklását. Fritz Haber csak reggel értesült az öngyilkosságról, azonban nem sok ideje volt ezzel foglalkozni, mert még aznap a frontra vezényelték, hogy felügyelje a klórgáz újabb bevetését az orosz hadsereg ellen. Trumatiszt fia, Hermann 1946-ban követett el öngyilkosságot, második házasságából származó lánya, Claire pedig három évvel később. Bár Fritz Haber az emberiség megmentőjeként indította a pályáját, lépteit mindenhol csak a pusztulás követte.

### **KÉTES DICCSŐSÉG**

A vegyi fegyver nem segített a németeknek megnyerni a háborút, Haber mégis megdicsőülve került ki a pusztításból. Ő kapta meg az 1918-as kémiai Nobel-díjat, „az ammónia elemeiből történő szintetizálás” jutalmául. A ceremónián számos tudós tiltakozásból nem vett részt, a nyugati sajtó pedig – bár minden vezető pozíójú ország hasonló lelkesedéssel fejlesztette a saját vegyi fegyvereit – elborzadva tudósított az eseményről.

Haber megbecsülésben töltötte a következő évtizedet. Hamar újra megházasodott, és titkos programok keretében tovább dolgozott a német vegyi fegyverek tökéletesítésén. Hitler hatalomra kerülése azonban az ő sorsát is megpecsételte. Igaz ugyan, hogy a hazának tett szolgálatai miatt mentesült az 1933-as zsidótörvények főbb rendelkezései alól, azonban köteles lett volna elbocsátani minden zsidó származású beosztottját az intézetéből. Tiltakozásul lemondott, és Svájcban telepedett le, ahol egy év múlva betegen és elkeseredetten halt meg.

Szerteágazó munkájának egyik mellékzála még a húszas években egy hatékony kártevőirtó szer kifejlesztése volt. Egy hidrogén-cianid alapú gázzal kísérletezett, amelyhez hasonlót Amerikában már az 1880-as években felhasználtak rovarirtásra, gabonarárták fertőtlenítésére, illetve bevándorlók ruházatának bolhátlanítására. Az újabb változatot Németországban már légmentesen leforrasztott fémdobozokban, szilárd hordozóanyaggal elnyelve forgalmazták. A korábbi, Zyklon nevű változattól megkülönböztetendő, ezt a verziót Zyklon B-néven használták 1941 decemberétől, és legalább egymillió embert öltek meg vele. ♦



SZÖVEG –  
OSZTOVITS ÁGNES

# CSODÁLLAK ÉS SZERETLEK

Petőfi Sándor *Az Alföld* című versének kezdő sorai jutottak eszembe, amikor havi olvasmányaimat rendeztettem. Igen, az irodalomban is vannak csúcscok, amelyeket őszintén csodálunk, mint költőnk a vadregényes Kárpátokat, de nem tudjuk őket igazán szeretni, mert nem érezzük benne otthon magunkat.

◆ **NÁDAS PÉTER RÉMTÖRTÉNETEK** című 460 oldalas regényéről a könyvheti bemutatót követő kritikák szinte egyöntetűen kijelentették, hogy remekmű. A 82 éves világhírű író írt egy, a hatvanas évek közepén játszódó falusi regényt, különös narrációval, az elbeszélői nézőpontok folytonos váltogatásával, az egymáshoz nem illő nyelvi rétegek bravúros összeillesztésével. A *Rémtörténeteket* tényleg lehet csodálni, egyes lapjai, jelenetei feledhetetlenek. (De időnként itt is zavaró a Nádas-nagyregényekre mindig jellemző túlírás.) Hogy mi miért nem szeretjük, csak csodáltuk a regényt? Az író létfelfogása, emberképe miatt. A hetven éve megesett, és ezért kiközösített leányanya, a minden férfi prédájaként tengődő felesűz lány, a törpeasszony hatalmasra nőtt melák, autista fiával, az egykori városi úrinő tolókoksis kamaszgyermekével, a segíteni képtelen plébános, a segíteni igyekvő, de a fontos pillanatokban távol maradó pszichológus lány és az egykedvű, többnyire irigy és gonosz falusiak lakják be a regényt, s jutnak el a halálig, a gyilkosságig és az öngyilkosságig. Ebben a világban nem lehet élni, és főként nem lehet szeretni.

(*Jelenkor Kiadó, 4999 Ft*)

**SZAKONYI KÁROLY A CSEND HANGJAI** című, alig kilencvenoldalas könyvecskéje az emlékezés hét kis fejezetre osztott kisregénye (hosszú novellája). *Ferenc*, a főszereplő élete alkonyán a világtól elvonulva töpreng saját életén, felidézni emlékeit, mert „*életben akar tartani*

*mindent, ami volt. Embereket, tájakat, utcákat, egy fasort, egy kertet, az öreg körtefák alatt a hullott gyümölcsöket... És a nőket. Akiket szeretett, és akik szerették.*” Csupa finom líra, az élet mérhetetlen szeretete hatja át a könyvet. Az idén 91 éves Szakonyi Károly, aki 1961 óta alkotott remek novellákat és színdarabokat, tavaly egy izgalmas beszélgetőkönyvet adott közre a hetvenéves Horváth Péterrel (Négykezes), amelyben kendőzetlen őszinteséggel vall életéről, szerelmeiről, házasságairól. Két olyan író találkozik itt, akiket a hivatalos irodalomkritika többnyire elkerül, de a közönség annál jobban szeret. Mindketten nagyon értik a színházat. Horváth nemcsak ír, rendez és játszik is, Szakonyi a hatvanas-hetvenes évek egyik legsikeresebb drámaírója, később érzékeny dramaturg és nagyszerű színikritikus lett. Egyikük sem mellőzött művész, csak éppen a kánonképző kritika nem tud mit kezdeni eleven művészetükkel.

(*Magyar Napló, 3000 Ft*)

**KUN ÁRPÁD TAKARÍTÓ FÉRFI** A költőként, irodalomtudósként indult Kun Árpád pályája különös fordulatot vett 2006-ban. Feleségével és két gyermekével (azóta két újabb gyerekkel gyarapodott a család) kiköltözött Norvégiába, és feladva az értelmiségi létformát, egy szociális intézményben vállalt ápolói munkát. Élményeit a *Boldog Észak* című, nagy elismeréssel fogadott, Aegon-díjjal kitüntetett regényében örökítette meg. Az ideai könyvhétre jelent meg harmadik nagyobb prózai alkotása,



amely ugyancsak magával ragadja az olvasót, és sok tekintetben hasonlít a *Boldog Északhoz*. Míg ott egy fekete-afrikai férfi volt a magyar ápoló barátja, itt egy Haitiról menekült csodaszakács költő. (Bár Kun nagy elismeréssel ír a norvég szociális rendszerről, az öregek, elesettek támogatásáról, mindvégig érzi és főszereplőjével megtapasztaltatja, hogy a norvégok idegenként kezelik. Korrekten, de érzelmek nélkül.) A mostani regény főszereplője, *Medárdus* (az író alteregója) a gyereknevelés és az ápolás, gondozás, takarítás között osztja meg idejét. Mások mellett a menekült színes bőrű Justin otthonát is takarítja, és hamarosan barátságot kötnek. A férfi szinte beépül a családjukba. Medárdus kislánya segítségével pompásabb pompásabb vacsorákat főznek, újabb és újabb fűszereket fedeznek fel. Egy barlangban svéd szarvasgombát találnak, ami később megváltoztathatná életüket, hiszen milliókat fizetnek érte az elegáns éttermek. Ám a barlang beomlik, Justin meghal, és Medárduséknak szembe kell nézniük a rideg valósággal. A dilemma most már az, mi legyen Justin árván maradt kislányával. Nem löjük le a végső fordulatot...

Kun Árpád nagyon jól olvasható, fordulatos, a valóságot és a mesét remekül ötvöző regényt írt. Külön köszönet illeti azért, hogy munka és munka között nem tesz különbséget, hogy nem fanyalag az öregek pelenkázása, az elhanyagolt otthonok bűze miatt. Segít. Ahogy otthon is komolyan veszi a szerepmegosztást, nagy szeretettel neveli, gondozza gyermekeit. Persze

hogy jó volna többet írni, fordítani, olvasni, de ez az alvás rovására megy, ami pedig, mint rögtön a regény elején kiderül, komoly balesethez vezethet.

(Magvető Kiadó, 4499 Ft)

**KÖTTER TAMÁS VIKINGEK** című regényének főszereplői a 2013-ban kirobbanó sikert aratott *Rablóhalak* és a 2014-es *Dögkeselyűk* című könyvek kissé megöregedett figurái. A kortárs magyar irodalomban elsőként Kötter Tamás által megjelenített édes élet honi szereplői, multicégek szerencsés alkalmazottai divatos vendéglőkhöz járnak, pazar kocsikban furikáznak kivételesen szép lányokkal, és mellesleg halálosan unatkoznak. Van lakásuk, nem ritkán családjuk Buda elegáns negyedeiben, de legénylakásokat is fenntartanak a pesti belvárosban. Nos, ezek a fickók ötvenévesek lettek. Elhagyják a fővárost, mert már menőbb kiköltözni, és vidéken családi házat építeni. Igen, van család és van mélyeséges unalom. Egyedül a *Vikingek* című sorozat hoz némi izgalmat az életükbe. És az abban látott fordulatok, és persze a nők meghódításának vágya. Csakhogy ami húsz évvel ezelőtt könnyedén ment, az most merő kudarccal jár. Jöjjön hát a pszichiáter...

A *Vikingek* lehetne fergeteges komédia, de Kötter nem burleszket ír, hanem egy végtelenül szomorú történetet, amin csak keserűen tudunk nevetni. Mert a két vetélkedő főszereplő nem csupán a saját életét teszi tönkre, hanem a gyerekeiét is.

(Kalligram Kiadó, 4740 Ft) ♦



SZÖVEG –  
VÉSSEY MIKLÓS

SOROZAT –  
BIBLIAI TÖRTÉNETEK

# A drága fény

” Visszatért tehát Mózes az Úrhoz, és ezt mondta: Ó, jaj! Igen nagy vétket követett el ez a nép, mert aranyból csinált istent magának.

2 Móz. 32,31

◆ Letérdelek eléd, alázatosan föléd hajtom a fejem, és hozzád imádkozom, ó, Szent Okostelefon. Imádlak téged, mint minden tudásom és örömöm egyetlen forrását. Hálás vagyok, amiért életem nehéz pillanataiban oltalmadba menekülhetek, mert te sosem utasítasz el magadtól. Hogy is tehetnél ilyet éppen te, aki még a mosdóban is velem vagy, és árasztod arcomra drága fényedet?

Ó én egyetlen fekete, téglalap alakú, fél centi vastag bizodalمام! Hálásabb nem is lehetnék neked, amiért újabb és újabb ingerekkel úzöd el tőlem az unalmat és a nem kívánatos érzéseket, nyitod meg előttem a végtes online tereket, és kápráztatasz el félperces videók színes kavalkádjával. Rádásul mindehhez csak hozzád kell érnem, hiszen a kezdetektől fogva ismered az ujjlenyomatomat, a hangszínemet és lépteim ritmusát. Úgy érzem, jobban ismersz, mint én magamat, hisz olykor elég csak gondolnom valamire, és te máris felajánlod, pontos összeggel, azonnali fizetéssel, aznapi ingyenes szállítással. Még a képszerkesztés előtti, igazi arcomat is egyedül te ismered, és őrzöd diszkréten egy ismeretlen, távoli szerveren.

Ó, én HD-kijelzővel megáldott, multikamerás megmentőm! Úgy szeretted engem, hogy azonnal,

fenntartások nélkül, teljesen nekem adtad magad, még a nekem szánt szoftvert is te telepítetted fel szent testedre az idők kezdete előtt, már akkor gondolva az én átlagos igényeimre. Én pedig úgy szeretlek téged, hogy neked adtam a szabadidőmet, a vágyaimat, de még kapcsolataimat is. Mégis hol lehetnének jobb helyen, mint a te tükörsima, csillogó képernyődön? Ki vigyázna rájuk, ki mentené el őket biztos helyre, másodpercre pontos időbéllyeggel? És kihez is imádkozhatnék most, ha nem hozzád? Hiszen csak mi ketten maradtunk egymásnak ebben a kiszámíthatatlan árnyékvilágban.

A mellemet verve, bűnbánón kérlek hát, én egyetlen szerelmem, hogy könyörülj gyarló lelkemen. Méltatlan voltam tehozzád: az ügytelenebbik kezemben fogtalak, mert a másikkal a saját mocskos hátsómat akartam megtisztítani. Pontosan tudom, hogy a poklok poklát érdemlem én balga, bűnös vadállat, aki többre tartotta a saját fenekét, mint a kincsek kincsét! Elejtettelek hát, te pedig alázatosan leereszkedtél a fertelmes kagylójába, ahova soha nem szabadott volna kerülnöd. Ó szegyenek szégyene! Csoda hát, hogy megvontad tőlem fényedet?

De ha nincs más út, kiiszom ezt a kelyhet is, és vállalom az új, méregdrága készülék megvásárlását. Csak legyen meg a te akaratod. ◆



SZÖVEG –  
LACKFI JÁNOS

SOROZAT –  
#JÓÉJTPUSZI

# SOKFÉLE

---

◆ Isten úgy jön el, mint a forgószél,  
és ha én fa vagyok, rám veti magát,  
szerelmesen örvénylik lombjaim közt,  
felráz, kiforgat, hengerget, önkívületig szeret.  
Nem, Isten úgy jön el, mint a forgószél nyomában  
settenkedő hűsítő szellő, minden verejtéket  
felszárít homlokomról, lágyan lobogtatja  
ruháimat, kedvesem haját, az érett kalászatokat.  
Nem, Isten úgy jön el, mint a tenger,  
itt is van meg nem is, amint kicsap  
a partra, már visszavonul, lüktet,  
hullámzik, eleven és bolondos,  
mindig úgy tűnik, elhagy, de mindig hűséges.  
Nem, Isten úgy jön el, mint a vulkán, forrón  
ölel magába, nem értem, miért viszi el azt,  
akit szeretek, miért stoppolja le, pecsételi el azt,  
akit én is elpecsételtem magamnak, maga az Úr  
ígérte nekem, s most mégis elragadta,  
én pedig ülök talpig hamuval borítva,  
szürke eső szemerkél gyászoló fejemre.  
Nem, Isten úgy jön el, mint a vihar előtti  
különös fény a hegyen, vakít, átlényegít,  
mindig benne akarnék maradni,  
egy életen át, örök életen át,  
nem mennék sose vissza a völgybe,  
mégis ő maga küld az emberek közé.  
Igen, Isten mindig a váratlanban,  
a hihetetlenben, a kiszámíthatatlanban  
találkozik velünk, nem automata.  
Miért is? Mert mindig másképp  
van rá szükségem, nincs két egyforma

ember, nincs két egyforma pillanat.  
Mégis, olyan gyakran hívom hiába,  
csak nem jön sehogy sem!  
Pedig elvileg úgy osztja szét magát  
köztünk, ahogy nekünk a legjobb...  
Csakhogy sokszor fogalmam sincs róla,  
éppen itt és most mi nekem a legjobb...  
Összekeverem legmélyebb vágyaimat  
olcsó kis sóvárgásaimmal, gyengeségeimmel.  
Nekem egy sportkocsi kell leginkább.  
Ja nem, hanem az, hogy a nagyképű  
tetszelgés kísértésétől megszabaduljak.  
Nekem új nő kell leginkább,  
minél fiatalabb, annál jobb.  
Ja nem, hanem, hogy meggyógyítsam  
és újjászüljem halottnak tűnő kapcsolatomat.  
Nekem egy diploma kellene.  
Ja, nem, inkább kishitűségemet levetnem,  
felismerni valódi értékemet,  
és hogy mennyire szeret így a Teremtő.  
Jó kapcsolatok kellenének, hol tartanék már!  
Ja, nem, hanem alapvető kapcsolataimra  
kéne több időt fordítani, és akkor  
nem kergetném folyton  
mások megbecsülését.  
Ha Istenre figyelek, és nem magamra,  
akkor megérint jelenléte,  
mely hol égő csipkebokor,  
hol sziklából folyó víz,  
hol kőtábla, hol égből hulló kenyér,  
hol véres kereszt, hol feltámadás. ◆

# OKTÓBERI KIMENŐ



## GENERAZIONI - AZ ELMÚLT ÉVTIZEDEK LEGJOBB OLASZ ILLUSZTRÁTORAI

A kiállítás a legjobb olasz gyermekkönyv-illusztrátorok munkáit mutatja be több generáción keresztül napjainkig. Munari interaktív történeteitől Innocenti aprólékosan kidolgozott, festői fantáziavilágán át az ezredfordulós nemzedék tarka képkönyveiig vezet a látogatót az elmúlt száz év olasz illusztrációi között. A tárlaton mintegy száz gyermekkönyv is szerepel, amit végiglapozva ki-ki meggyőződhet róla, hogy valóban érdemes Olaszországra figyelni.

**Budapest, Deák17 Gyermek- és Ifjúsági  
Művészeti Galéria, 2022. október 13-ig**



## A TIZENÖTÖDIK

A tizenhárom aradi vértanúról mindannyian tanultunk, keveset tudunk azonban azokról a hősokról, akiket szintén Aradon, de nem október 6-án végeztek ki. Ilyen volt a híres nyelvújító fia, Kazinczy Lajos is – róla szól a Madách Színház musicalje.

Meskó Zsolt, a darab forgatókönyvírója szerint Kazinczy élni szeretett volna, de felvállalta elkerülhetetlen sorsát, hű maradt nemzeté ügyéhez, és osztozott bajtársai sorsában. A darabban fókuszba kerül a társasági élete (szinte minden környékbeli eseményen részt vett), és a közben rátaláló reménytelen, nagy szerelem is.

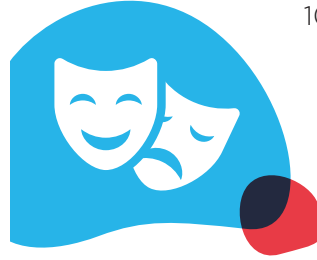
A produkció az 1848–49-es forradalom és szabadságharc korát újszerű, modern hangzás- és látványvilággal, koreográfiával mutatja be, a klasszikus zene mellett megjelennek a slam poetry, az R'n'B és a rap formai jegyei is.

**Budapest, Madách Színház,  
2022. október 7., 8., 9., 12., 13., 14., 15., 16.**

# KÉPMÁS-EST

## SZÍNHÁZ és PSZICHOLÓGIA

MOMKult, Kupolaterem  
1024 Budapest, Csörsz u. 18.



Október

# 13.

## 19:00

### KINEK A FELADATA?

Vannak-e nőkre és férfiakra szabott feladatok otthon?

Színházi improvizációk a Nézőművészeti Kft. vendégművészeivel.

A jelenetek után szakértőnkkel beszélgetünk.

**Színészek: Soltész Erzsébet és Marton Róbert**

Műsorvezető, jelenetötlet: **Szám Kati**, a Képmás magazin főszerkesztője.

**Szakértő: Pólus Enikő**, mentálhigiénés szakember



## SAS-HEGYI LÁTOGATÓKÖZPONT

Egészen különleges élővilág és a legszebb budapesti panoráma található itt. Az 1957 óta védett Budai Sas-hegy Természetvédelmi Terület egyedülálló szigetként áll Budapesten. A sziklával tarkított zegzugos lejtői megőrizték számunkra a jégkorszakok és azok közti felmelegedések természeti emlékeit. Ez az országos jelentőségű védett természeti érték rengeteg érdekes élőlényt őriz. Mi már voltunk itt, szeretettel ajánljuk!



**ÍRJ EGY FOGALMAT,  
HOZZ EGY KELLÉKÉT!**



Ha a fenti témáról eszedbe jut egy fogalom/ige, írd meg! Hozz egy tárgyat/kelléket! Ezekből választanak a színészek a jelenetekhez.

A Képmás-estre a belépés regisztrációhoz kötött, a belépő személyenként egy Képmás magazin.

**Regisztráció: [kepmas.hu/kepmas-est](https://kepmas.hu/kepmas-est)**

TÁMOGATÓ:



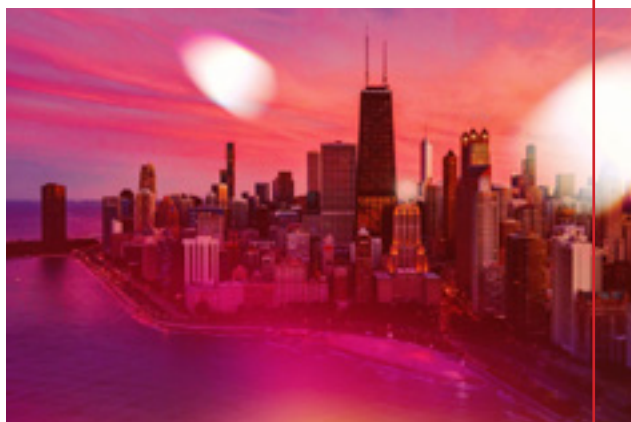
SZERENCSEJÁTÉK ZRT.

RENDEZŐK:



**KÉPMÁS**  
MAGAZIN | nőknek és férfiaknak

**mOmKULT**  
KULTURÁLIS KÖZPONT



## A JAZZ VÁROSAI: CHICAGO

A Magyar Zene Háza jazztörténeti szabadegyeteme eredeti hang- és képfelvételekkel, a személyes tapasztalat hitelével mutatja be a jazz kialakulásában és fejlődésében kulcsszerepet játszó nagyvárosok, New Orleans, Chicago, Kansas City és New York színes világát.

A hadikötőnek nyilvánított New Orleans szórakozónegyedét 1917-ben bezárták, az állás nélkül maradt zenészek a virágzó, városias Észak felé vették az irányt. Ez volt a feketék nagy áramlása a felvilágosultabb, munkát adó, ipari városokba. A szeles városba az elsők között érkezett Joe King Oliver, Freddie Keppard, Jelly Roll Morton, Johnny Dodds és Baby Dodds, majd 1922-ben Louis Armstrong. A bevándorlók sodró lendületű, újfajta ritmikai és zenei hatásokat felvonultató játéka elbűvölte Chicago közönségét.

**Magyar Zene Háza, 2022. október 20.**



## SPELTER HENRIK, MAGYARORSZÁG ELSŐ ARANYKOSZORÚS CUKRÁSZMESTERE

Mi a közös az amerikai Ice Caféban, a tatai Spelter szeletben, a berlini Apfelsein fánkban, az eperjesi Dreifuss szeletben és a párizsi Madeleines parisiens-ben? A felsoroltak mindegyike szerepel az egykoron neves, ám mára feledésbe merült magyar cukrász, III. Spelter Henrik gyönyörű, kézzel írt és rajzokkal illusztrált receptgyűjteményében. Ezen műtárgy köré épülve a Magyar Cukrász Ipartestület, a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeum és a tatai Kuny Domokos Múzeum egy közös kiállításban kíván emléket állítani III. Spelter Henrik és a tatai Spelter-cukrászdinasztia emlékének. Spelter Henrik munkássága kevésbé ismert fejezete a magyar vendéglátás és gasztronómia történetének, holott példás életútja és az elért eredményei alapján a Spelter névnek a legnevesebb hazai cukrászok panteonjában a helye.

**Budapest, Magyar Kereskedelmi és  
Vendéglátóipari Múzeum, 2022. november 20-ig**



## ZÜMMÖGÉS A MÚZEUMBAN

Csatlakozott a Magyar Természettudományi Múzeum a Tehetsz méh többet! kampányhoz, hogy a program alapítóival együttműködve, egy egyedülálló, interaktív kiállítással hívja fel a figyelmet a méhek és más beporzók globális pusztulásának beláthatatlan következményeire, és jó példát mutasson a velük való együttélésre.

A kiállítóterben rovarszemszögből ismerhetik meg a látogatók a beporzók pótolhatatlan szerepét. Apiterápiás ház (kaptárlevegős szoba), méhles, élethű animációk és valódi felvételek, beporzópreparátumok, személyautó nagyságú virágport szállító méh és számítógépvezérelt méhecske is vár mindenkit.

**Magyar Természettudományi Múzeum,  
2022. december 31-ig**



# ÖRÖMHÍR MINDENKINEK!

BÁRHOL ÉS  
BÁRMIKOR  
**MOBILON IS!**





Október

# 19.

# 19:00

### DÖNTÉS, SZAKÍTÁS, ELENGEDÉS

Hol kezdődik igazából, és mikor ér véget valójában szakítás? Hol van az exek helye az életünkben?

**Film: Semmi bogár** (8') R.: Visky Ábel

A film után **Szám Kati**, a Képmás magazin főszerkesztője beszélget **dr. Domján Mihály** tanácsadó szakpszichológussal.



### TOLDI, A MOZIFILM

Arany János elbeszélő költeményének főszereplője egy igazi magyar szuperhős. Toldi Miklós történetén keresztül tanúi lehetünk egy irgalmatlan erejű kamaszfiú felnevelésének, aki megtanulja használni és uralni a saját képességeit, hogy Nagy Lajos király leghíresebb lovagjává válhasson. Jankovics Marcell és Csákovics Lajos rendezők animációs filmjében nemcsak az ármánykodó báttal való viszályt és az önmagát kereső ifjú belső vívódásait éljük át, de teljes gazdagságában megjelenik benne a lovagi világ és a magyar puszta, illetve a lápvidék is. Együtt barangolunk Toldival a mocsárban és a XIV. századi Pest utcáin, ahogy mindennel és mindenkiel szembeállva küzd az igazságáért.

**Október 20-tól a mozikban**



*A filmet a Primanima Kft. engedélyével vetítjük.*

A Képmás-estre a belépés regisztrációhoz kötött, a belépő személyenként egy Képmás magazin.

**Regisztráció: [kepmas.hu/kepmas-est](http://kepmas.hu/kepmas-est)**

TÁMOGATÓ:



RENDEZŐK:



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**





SZÖVEG –  
JEAN ORSOLYA

A cikk a Magyar Turisztikai Ügynökség  
szakmai támogatásával készült.



# ŐSZI TÚRÁK EGY KICSIT MÁSKÉPP

## Élmények földön, vízen, levegőben

Hazánk a különleges túrák kiapadhatatlan forrása. Akár természeti csodákra, akár kulturális élményekre vágyunk, elég, ha nyakunkba vesszük az országot. Látogassunk el Szegedre, és tekintsük meg az 1879-es nagy árvizet túlélő házakat, vagy evezzünk végig a Gyulát, Békéscsabát és Békést összekötő Élővíz-csatornán, esetleg induljunk el *Sisa Pista* nyomában. Túra-tippjeink azoknak szólnak, akik szeretnek kirándulni, felfedezni, és folyamatosan keresik a megszokottól kicsit eltérő úti célokat.

### ◆ TÚRA A MEGYER-HEGYI TENGERSZEMHEZ

Hazánkban tengere ugyan nincs, tengerszeme viszont annál inkább, és nem is akármi-lyen! Sárospataktól északra magasodik a több mint 300 méteres Megyer-hegy, amely hazánk egyik eldugott természeti csodáját, a Megyer-hegyi Tengerszemet rejtj magá-ban. A 15. századtól itt bányászták a gabonaőrleők, érczúzók malomköveit, mert a riolit-tufás őrlésben megpörkölődött búzaszemek igen finom lisztet adtak. Aztán az egykori malomkőbányában a csapadékvíz felgyülemelésével „tengerszem” alakult ki, és vele egy sajátos botanikai, zoológiai és földtani értékeivel egyedülálló jelentőségű terület. A helyenként 70 méteres sziklafalak páratlan szépségű kis tavat ölelnek körbe, és a mai napig őrzik a hajdani bányaőr barlangját meg egy sziklába vájt kovácsműhelyt.

### SZEGEDI ÁRVIZTÚLÉLŐ HÁZAK TÚRÁJA

Az 1879-es „nagy árvízben” Szeged akkori, 65 ezres lakosságából 200 ember vesztette éle-tét, és az ár elmosott több mint ötezer épületet. A katasztrófát mindössze 265 ház élte túl. A megmaradt épületeket egy tanulságos tematikus túrán járhatjuk végig, megismerkedve az egykor bennük élők sorsával is. Az egyik ilyen nevezetes épület a Szegedi Akadémiai Bizottság székháza, amely eredetileg Szeged első vendéglőjeként nyílt meg, később szállodaként működött. Itt párbajozott Gárdonyi Géza 1891-ben Szegeden dolgozó újságíróként, de járt benne Radnóti Miklós és Mikszáth Kálmán is. Víz előtti épület a Klauzál tér 5. szám alatt található Kárász-ház is, ahol állítólag Kossuth Lajos megszállt,

Kép: Magyar Turisztikai Ügynökség





Szolnok, Tiszavirág híd

amikor 1849-ben Szegeden járt. Ennek a háznak az erkélyéről mondott beszédet a város népéhez. Az épület 1857-ben Ferenc József osztrák császár lakhelyéül szolgált szegedi látogatása idején. 1918-ban erről az erkélyéről hirdették ki az őszirózsás forradalom győzelmét, majd 1919-ben az ellenforradalmi kormány megalakulását.

### TÚRA A HÍRHEDT VASFÜGGÖNY MENTÉN

A vasfüggöny kifejezés Winston Churchill egyik beszédében hangzott el, és a volt brit miniszterelnök Európa második világháború utáni megosztottságának metaforájaként használta. A vasfüggöny nem sokkal később kézzelfogható valósággá vált, a „szocialista tábor” országait zárta el hermetikusan a kontinens nyugati felétől. 1949-ben az osztrák határszakaszon 356, a jugoszláv részen 630 kilométer hosszan egy- és kétsoros drótkadályt létesítettek aknamezőkkel, őrtornyokkal és fegyveres-kutyás határőrökkel. A határon ezután csak keveseknek sikerült átjutniuk, sokan fizettek életükkel a próbálkozásért. A vasfüggönyt 1989-ben bontották le, de eredeti vonalán

érdekes és elgondolkodtató emlékhelyet alakítottak ki Hegykő község határában. A 40 méteres kiállítási szakaszon a rekonstruált aknamező és az őrtorony emlékeztet a tiltott határátlépések és politikai indíttatású szökések nyomasztó időszakára.

### VÁROSNÉZÉS A VÍZRŐL

Az eredetileg faúsztatásra épített, majd sokáig a víz levezetésére használt mesterséges csatorna összeköti Gyulát, Békéscsabát és Békést. A gyulai városképet nagymértékben alakító Élővíz-csatorna szinte a város teljes hosszában, 5 kilométeren keresztül folyik parti fűzfák és futósétányok között. Aki igazán bevállalós, az akár a csatorna teljes hosszán, 33 kilométeren is végigvezethet.

### SÉTA KÖZÉP-EURÓPA LEGHOSSZABB GYALOGHÍDJÁN

Az óriás, repdeső szárnyú kérészre hasonlító, 444 méter hosszú Tiszavirág híd Szolnok belvárosát köti össze a tiszaligeti városrészsel. Alapkövében egy időkapcsolat helyeztek el, amelybe nemcsak újságok és CD-k kerültek, ➤



A Megyer-hegyi tengerszem



A veleméri Árpád-kori templom

de a járókelők rövid üzenetei is. A különleges formavilágú hidat, amely az estiivilágításban még impozánsabb, 2021-ben az Év Hídjává is választották. Mivel kerékpárt is kialakítottak rajta, nemcsak gyalogosan, de két keréken is teljesíthetjük a közel fél kilométeres távot.

### TÚRA SISA PISTA NYOMÁBAN

A legtöbb ember a betyárokat az alföldi rónaság, esetleg a Bakony dimbes-dombos díszletébe képzeletbe bele. Pedig a Börzsönynek is megvolt a maga betyárja: Sisa Pista, az utolsó – végül jó útra tért – nógrádi betyár, akinek nem mindennapi történetét a Börzsöny környéki településeken – és főleg Bernecebarátiban, ahol egykoron élt – a helyiek máig jól ismerik. Szép helyszínt választott magának a híres betyár a bujdosáshoz, majd a börtönévek után a becsületeselethez is. Erről magunk is meggyőződhetünk, ha végigsétálunk vagy végigbiciklizünk a Bernecebarátiból induló Nagy-völgyön. Az útvonalat végigjárva megismerhetjük Sisa Pista életének érdekes mozzanatait, és megtudhatjuk, hol volt „Sisa Pista barlangja”, és miért húzódtott meg gyakran az Oszlái-árokban a hírhedt betyár.

### TEKERÉS A SZERÉKEN

Az Őrség jellegzetes településtípusai a dombtetőkre épült házcsoportok, a szerek. Lakóit még Árpád-házi királyaink bízták meg a vidék őrző-védő feladataival, innen a tájegység elnevezése. Az egykori őrállók, őrzők és gyepűőrök leszármazottai ma is büszkén hangoztatják, hogy az ő népcsoportjuk az egyetlen az országban, amely a honfoglalás óta ugyanott él. Az Őrségre jellemző szeres településrendszert szerről szerre is bebarangolhatjuk, de akár bringára is pattanhatunk. Látnivaló pedig szinte

minden faluban akad bőven. Bakancslistánkra mindenképp vegyük fel a freskóiról híres veleméri Árpád-kori templomot, a hegyhátszentjakabi és őrszentpéteri erődtemplomot, a pankaszi, gödörházi és kercaszomori szoknyás haranglábakat, és kóstoljuk meg a prószát valamint a dödőllét!

### A LEGSZEBB KÁLVÁRIADOMB MEGMÁSZÁSA

A provinciális barokk építészettel képviselő kőszegi Kálvária-templom a hasonló elnevezésű dombon már fényképről is lenyűgöző látvány, nemhogy élőben! A pestisjárvány idejében épült templom története 1700-ból ered: a fekete halál a kőszegieket sem kímélte. Olyannyira nem, hogy fogadalmat tettek egy templom építésére, csak éljék túl a járványt. És az ígéretet megtartották: az elbeszélések szerint a lakosság a kezében hordta fel a mintegy 70 ezer darab téglát a Kálvária-hegy tetejére, ami nem lehetett egyszerű feladat. Bár a hegy nem olyan magas, de azért még üres kézzel is egy kellemesen fárasztó séta után érzük csak el a hegytetőt. Itt azonban nemcsak a templom fogad majd minket, hanem egy gyönyörű panorama is Kőszeg belvárosára.

### TÚRA MAGYARORSZÁG „FENÉKÉHEZ”

Hazánk legmélyebb pontja „megváltozott” a 21. században, amikor kiderült, hogy a korábbi tiszaszigeti mélypont valójában egy méterrel magasabban van. A mind pontosabbá váló GPS-méréseknek köszönhetően így a megtisztelő címet a Szeged melletti Gyálarét vette át: az itteni holtágnál lévő Lúdvár közelében, egy mezőn található hazánk legmélyebb pontja, tengerszint felett 75,8 méteren. Magyarország „fenekén” egy geológus is elhelyezték a kincskereső kedvűeknek. ♦

# INDUL A KINCSVADÁSZAT!

Játsz és nyerd az új KINCSVADÁSZ sorsjeggyel akár

# 75 millió

forintot!



SZERENCSEJÁTÉK ZRT.



SORSJEGY

További részletek a lottózókban, a karitatív sorsjegyárusoknál és a [www.szerencsejatek.hu](http://www.szerencsejatek.hu) honlapon.

#maradjonjáték **18**

