

אחדות

XXXIII. ÉVFOLYAM, 183. SZÁM • 2025. JANUÁR • 500 Ft
5785. TÉVÉT • טבת תשפ"ה • ב"ה

egység

ירחון יהדות הונגריה

MAGYAR ZSIDÓK LAPJA • EGYSÉGES MAGYARORSZÁGI IZRAELITA HITKÖZSÉG

**Askenáz szupernagyik:
mitől függ az öregedés?**

**NYOLCVAN ÉVE SZABADULT FEL
A BUDAPESTI GETTÓ**

Emléksétával és gyertyagyújtással emlékeztünk

Hosszú életű élelmiszerek

– savanyítás, sózás, fermentálás

KÉT SZÁZ ÉV FÖLÖTTI HÍRESSÉG:

Keleti Ágnesre és Jimmy Carterre emlékezünk



KEDVES OLVASÓ!

A kor csak egy szám. Tíz évet letagadhatnál. Bezzeg én a te korodban... A korához képest elég jól tartja magát.

Ismerősek ezek a fordulatok? A korunk, tetszik, nem tetszik, állandó téma és viszonyítási alap. Ehhez öregek vagyunk, ahhoz fiatalok, ennyi idős korunkra így kéne lennünk, annyi idős korunkra meg amúgy.

De vajon tényleg csak egy szám a korunk? Semmit nem jelent? Azt gondolom, ez csak egy olyan társadalomban igaz, amelyik a fiatalságot isteníteni és önmagában is értéknek tekinti, ami automatikus előjogokat ad. Egy ilyen társadalomban az emberek mindig a fiatalabbakkal versengenek, hozzájuk akarnak hasonlítani. Pedig, ha valami nem érdem, az a fiatalkorunk, a ránctalan bőrünk, az ősz szálaktól mentes hajunk. (Hiszen az öregek is voltak fiatalok, de a fiatalok nem biztos, hogy lesznek öregek.) És mégis, a világ azt sugallja, csak fiatalként vagyunk szépek és értékesek.

Hogy kapcsolódik ez ahhoz, hogy a születésnapokon zsidó szokás szerint az emberi kor legvégső határáig, 120 évig kívánunk sok boldogságot? Hogy viszonyul a Tóra szavaihoz, miszerint „Ősz fej előtt állj föl, és tiszteld az öregnek arcát” (3Mózes 19:32.)? Netalán még egy tanulatlan és gonosz öregember előtt is föl kell állni? – teszi föl a kérdést Rási. A válasza szerint az „öreg” (zákén) szó úgy is értelmezhető, mint a „szert tett” (ze káná) mozaikszava, vagyis a tiszteletet érdemlő „öreg” valójában az, aki (tóratanulásával) szert tett már kellő bölcsességre.

Ebből azt is látjuk, hogy ahogy a fiatalkor, úgy az időskor sem érdem önmagában, és nem ad felmentést mindenre... Ha mindenki felé kellő tisztelettel fordulunk és értékeljük önmagunkban is mindazt, amit elértünk és amit megértünk, akkor egyensúlyba fogunk kerülni önmagunkkal és a világgal egyaránt.

És Ön? Ön hogy áll a korával?

Előfizetés:

www.fizetes.zsido.com

Újságunk korábbi lapszámait a

www.zsido.com/egység

oldalon találja meg
elektronikus formában.

További információért hívja
a **06 1 268 0183**-as telefonszámot.


Steiner Zsófia
főszerkesztő



SMÚZ

- 2 A kor csak egy szám?
Steiner Zsófia főszerkesztő
- 4 Hírek

A REBBE SZAVA

- 5 Az öregedés
Hogyan tekint a zsidóság az időskorra és a nyugdíjba vonulásra?

HOHMECOLÓ

- 6 Askenáz szupernagykik: mitől függ az öregedés?
Naftali Deutsch
- 8 „Minden idők legnagyobb zsidó tornásza”
Keleti Ágnesre emlékezünk
Chana Deutsch
- 10 Barát vagy ellenség?
Jimmy Carterre emlékezünk
Naftali Deutsch
- 12 A sikeres öregedés titka
Életmód, érdekvédelem – tények, tapasztalat, tippek
Zink Adira

JIDDISKÁJT

- 14 Mit mond a háláchá és a zsidó etika a túsok kiváltásáról terroristákért cserébe?
Oberlander Báruch

JUDAPEST ANNO

- 18 Aggastyánok menedépalotája
A Pesti Chevra Kadisa Aggok Házának története
Cseh Viktor

KILE

- 22 A zsidóság fénye a gyűlölet sötéttségének helyén
- 23 Izraelnek és Magyarországnak különleges feladatot kell ellátnia Magyarországra látogatott Gideon Szaár izraeli külügyminiszter
Liebmann Flóra
- 24 Sétával és gyertyagyújtással emlékezünk
80 éve szabadult fel a budapesti gettó
Bonta Miklós
- 26 Klímaválság és zsidóság: mit tehetünk zsidókként a környezetünkért?
- 28 Szülők iskolája
– Örömteli gyereknevelés
Hogyan válhatnak gyermekeink erős és kiegyensúlyozott felnőtté?
Juhász Vali

MISPÓHE

- 30 Hosszú életű élelmiszerek – savanyítás, sózás, fermentálás
Dénes Anna

ÉCESZGÉBER

- 32 Két könyv – két világ
Újabb holokauszt-regények az Álomgyár Kiadó kínálatában
Liebmann Flóra
- 34 A titokzatos tizedik
Dénes Anna



BORÍTÓ

Askenáz szupernagykik: mitől függ az öregedés

egység MAGAZIN

Kiadja a Chábád Lubavits –
Zsidó Nevelési és Oktatási Alapítvány
Achdut magazine is published
by Chabad-Lubavitch
The Jewish Heritage Center of Hungary

1052 Budapest, Károly krt. 20.
Telefon/fax: (+36-1) 268-0183
E-mail: egyseg@zsido.com
Internet: www.zsido.com

FELELŐS KIADÓ:
Oberlander Báruch rabbi

FŐSZERKESZTŐ: Steiner Zsófia

FŐSZERKESZTŐ-HELYETTES:
Cseh Viktor

ROVATVEZETŐK:
Dénes Anna, Cseh Viktor

OLVASÓSZERKESZTŐ: Molnár Zsófia

MŰVÉSZETI VEZETŐ: Juhász Valéria

ISSN 1217-3223 (nyomtatott)
ISSN 1588-0346 (on-line)

A kiadvány szent szövegek részleteit
és magyarázatait tartalmazza.
Kérjük, ne dobja el!



6. oldal

Askenáz szupernagykik

„Mi okozza egyes askenáz családoknál a feltűnően hosszú és kitartóan egészséges életet, ... miért öregednek egyesek másként?”



14. oldal

Mit mond a háláchá és a zsidó etika a túsok kiváltásáról terroristákért cserébe?

„Míg korábban a túsok kiváltása a közösség keretein belül zajlott pénzért, most állami szinten kell róla döntést hozni és stratégiai előnyök feladása a „fizetőszköz”.”

SZÜLŐK ISKOLÁJA

ÖRÖMTELI GYEREKNEVELÉS

28. oldal

Szülők iskolája

„Négy dolog van, amely alapvetően meghatározza egy 21. századi gyermek napirendjét: az alvás, az étkezés, a mozgás és a képernyőidő.”

Elfogadták a kinevezést: új izraeli nagykövet érkezik Budapestre!

Az izraeli kabinet január 26-án egyhangúlag jóváhagyta a Gideon Száár külügyminiszter által javasolt hét nagykövet kinevezését, köztük a Magyarországra delegált *Maya Kadosét* is. Kados jelenleg Száár külpolitikai kabinetfőnökeként dolgozik, korábban pedig Jiszráel Katz korábbi külügyminiszter politikai főtanácsadójaként is dolgozott.

Kados ezzel a nyugdíjba vonuló *Yacov Hadas-Handelsmant* váltja, aki öt évig szolgált Izrael magyarországi nagykövetként.



Rendkívüli csúcstalálkozót tartottak európai zsidó vezetők



Európai zsidó vezetőket hívott össze az Európai Zsidó Szövetség (EJA) január első felében Larnacában, ahol az október 7-ét követő, Izrael-ellenes és antiszemita közhangulat hatásairól és a folyamat megállításának lehetséges módjairól egyeztettek. A résztvevők szerint aggasztó az európai zsidó közösségek jövője és a vallásszabadság helyzete, és támogató intézkedéseket kértek a biztonságos zsidó élet feltételeinek biztosítására.

Magyarországot *Szalai Kálmán*, a TEV elnöke képviselte. Többek között arra hívta fel a figyelmet, hogy „fel kell készülni az antiszemita gyűlöletcselekmények és sajnos fizikai bántalmazások áldozatainak védelmére, valamint a jogi, a mentális és a szociális segítségnyújtás európai léptékű kiterjesztésére is.”

A találkozó során Salamon király-díjat adományoztak *Nicos Anastasiades* volt ciprusi elnöknek, a zsidó nép és Izrael Állam iránti támogatásáért.

A Rebbéről neveznek el egy utcát New Yorkban

A New York-i városvezetés megszavazta, hogy Menáchem Mendel Schneerson rabbinak egykor otthont adó brooklyni President Street egy háztömbje előtti utcaszakaszt a Lubavicsi Rebbe útjává nevezzék át.

A törvényjavaslat benyújtója, a városvezetés tagja, Crystal Hudson kijelentette:

„A lubavicsi rebbeként ismert Menáchem Mendel Schneerson rabbi [...] a modern kori zsidó történelem egyik legmeghatározóbb személyisége volt. Miután elmenekült a holokauszt elől és 1941-ben Amerikába érkezett, a Rebbe vezetői szerepe globális szintre emelkedett. Számtalan intézményt alapított: óvodákat, iskolákat, kábítószerfüggők számára elvonóközpontokat, időotthonokat és zsinagógákat. [...] meleg és szívből jövő módon kommunikált az emberekkel, függetlenül azok háttérétől vagy társadalmi helyzetétől.”



Szíriában és Libanonban is kinyomtatták a Tánját



A Lubavicsi Rebbe számára fontos volt, hogy a Chábád hászidizmus alapművét, a mozgalmat megalapító Álter Rebbe által írt Tánját a világ minden pontján kinyomtassák. A háborús helyzetet kihasználva szíriai és libanoni területeken is napvilágot látott a mű.

Szíriában a Hermon-hegy 2800 méteres magaslatán lévő, a közelmúltban izraeli kézre került katonai bázis mellett indult be a nyomtató. Az akciót a közeli Golán-fennsíkon szolgáló lubavicsi küldött, *Sálom Ber Hertzelt* rabbi és *Élijáú Gutman* rabbi irányította. Míg Szíriában még soha nem nyomtatták ki a Tánját, Libanonban már volt rá precedens, a Rebbe kérésére, az első libanoni háború idején, Bejrútban. Most pedig a haszidizmus újéve tiszteletére nyomtatták ki a Tánját a Dél-Libanonban fekvő Mecudát Levona bázison *Ezzy Morgenstern* rabbi, aki gázai bevetései során már két helyen is kinyomtatta a könyvet.



AZ ÖREGEDÉS

HOGYAN TEKINT A ZSIDÓSÁG AZ IDŐSKORRA ÉS A NYUGDÍJBA VONULÁSRA?

A Lubavicsi Rebbe tanítása alapján

A Tóra erénynek és áldásnak tartja az időskort. A Tóra szövegében az idős embert jelző *zákén* szó egyben bölcseset is jelent. A zsidó hagyomány megköveteli az idősek tisztelét, függetlenül tudásuk vagy jámborságuk mértékétől, mivel minden egyes megélt évükben újabb és újabb kihívásokkal és tapasztalatokkal gazdagodtak s ez olyan bölcsességet eredményez, melyet egy fiatal ember nem érhet el, legyen bármilyen kimagasló tehetséggel megáldva. A Tóra (*1Mózes 24:1.*) azt írja Ávráhámról, hogy „öreg volt, sok napot megélt”. Sok nap volt mögötte, melyek mind egyikét tanulás és elért eredmények töltötték ki, azaz minden egyes nappal egyre magasabbra jutott. Ezért tartjuk a magas életkort az egyik legnagyobb áldásnak, amit az ember kiérdemelhet.

Napjainkban ez éles ellentétben áll a világ „fejlett” országokban uralkodó szemlélettel. A XX. századi nyugati világban az időskort hátránynak tekintik. A fiatalság számít a legnagyobb erénynek, legyen szó az üzleti életről vagy a kormányzati szektorról. Úgy vélik, hogy az a legjobb, ha a fiatalok a „saját hibáikból tanulnak”, ahelyett, hogy az idősebbek élettapasztalatira építenének. Egy ötvenéves emberről már azt tartják, hogy élete leáldozóban van, és nem is igen titkolják előtte, hogy egy huszonöt éves fiatal jobban el tudná látni a munkáját. Számos vállalnál és intézménynél előírják a kötelező nyugdíjba vonulást hatvanöt éves korban vagy akár korábban is.

A társadalmi elvárások szerint az időskori éveket passzivitásnak és hanyatlásnak kell jellemeznie. Az idősekkel éreztetik is, hogy haszontalanok, sőt terhet jelentenek. Azt ajánlják, hogy lehetőleg húzódjanak vissza egy nyugdíjas otthonba. Az évtizedek alatt felhalmozott tudásuk és tapasztalatuk hirtelen értéktelenné válik. Több évtizedes társadalmi hozzájárulás után hirtelen érdemtelen haszonélvezőkké válnak. Hálásak lehetnek minden egyes alkalomért, amikor a fiatalabb nemzedék tagjai munkából hazafelé menet beugranak hozzájuk egy félórás csevegésre vagy amikor felköszöntik őket anyák vagy apák napján.

Felszínesen nézve még úgy is tűnhet, hogy van némi igazság e hozzáállásban, hiszen a kor előrehaladtával egyszerűen csak fogyni kezd az ember fizikai ereje. Tény, hogy a nyugdíjba vonulással járó inaktivitás jelenti az időskori állapotromlás legfőbb okát, de azt sem tagadhatjuk, hogy egy hetvenéves ember szervezete már nem képes arra, amire egy harmincévesé.

De éppen ebben az érvelésben találjuk meg a lényegét: Vajon az ember értékét a fizikai ereje határozza meg? A belőle kicsikarható heti munkaórák száma? Itt többről van szó, mint a népesség egy egész szegmensének jogfosztásáról, mely tagjainak egyetlen bűne az, hogy egy-két évtizeddel korábban születtek, mint a többiek. Az idősekhez való viszonyunkból egyértelműen kitűnik, hogy milyen értékrendet vallunk. Ha valakinek a fizikai ereje lecsökkent, ám eközben a bölcsessége növekedett, akkor azt fejlődésnek vagy hanyatlásnak tekintjük? Ha valaki kevesebbet termel, ám azt magasabb minőségben teszi, akkor növekedett vagy csökkent a piaci értéke?

Való igaz, egy húszéves fiatal könnyedén áttáncol egy éjszakát, a nagymamája azonban már néhány perc után kifárad. Az ember teremtésének célja azonban nem a vég nélküli tánc volt. Az ember teremtésének célja az volt, hogy a világot tisztábbá, ragyogóbbá és szentebbé tegye, mint amilyen korábban volt. Ha ebben a szellemen nézzük a dolgokat, akkor a spirituális érettség könnyedén kompenzálja a fizika erő gyengülését. Sőt, a testi késztetések csökkenése akár spirituális eszközként is hasznosítható, mivel lehetővé teszi a prioritások pozitív ártértékelését, ami fiatal korban sokkal nehezebb, amikor az anyagi haszonszerzésre való törekvés áll az első helyen.

Nem vitás, hogy a testi egészség hatással van a produktivitásra. Az élet nem más, mint a test és a lélek házassága és akkor a legeredményesebb, amikor mindkét komponense egyaránt jól karban van tartva. Az öregedési folyamatnak az ember termelékenységére gyakorolt hatásait azonban leginkább az a mód határozza meg, ahogyan ehhez a házasságként értelmezett kapcsolathoz viszonyul.

Mit tekintünk eszköznek és mit célnak? Ha a lélek nem több, mint egy motor, amely a test szükségleteinek és céljainak kielégítését biztosítja, akkor ahogy a test az életkor előrehaladtával fizikailag gyengül, az egyúttal lelki hanyatlást is magával hoz – az unalomba, kilátástalanságba és kétségbeesésbe süllyedést. Azonban, ha valaki a testet tekinti a lélek tartozékának, akkor ennek éppen a fordítottja valósul meg: az időskori spirituális növekedés felpezsdíti a testet, lehetővé téve az embernek, hogy produktív módon éljen mindaddig, amíg az Örökkévaló élettel ajándékozza meg.

Askenáz szupernagyik: mitől függ az öregedés?

NAFTALI DEUTSCH írása

Az öregedéshez – joggal – többnyire egészségügyi problémákat, különféle betegségeket, nehézségeket kapcsolunk. Vannak azonban kivételek is: 90–100 éves korukban is testileg és szellemileg egyaránt aktív és egészséges emberek. Rájuk figyelt fel New Yorkban az izraeli származású dr. Nir Barzilai, aki néhány éve tudományos kötetben jelentette meg az öregedéssel kapcsolatos kutatásainak eredményeit.



A haifai születésű kutató a New York-i Albert Einstein Egészségügyi Kollégiumban vezeti az öregedéssel kapcsolatos kutatások intézetét. Könyvében háromezer alanyon, köztük 750, száz évnél idősebb emberen és családjaikon végzett kutatásait mutatja be. Közéjük tartozik a négy Kahn testvér, akik mindannyian túllépték a századik életévüket és ketten, Irving és Helen Kahn Reichert 109 éves korukig éltek. Irving 108 évesen még minden nap betaxizott az irodájába, Helen pedig egészen élete végéig dohányzott, túlélve az orvosait, akik megpróbálták erről lebeszélni. Barzilai kutatásaiban többek között arra keresi a választ, hogy mi okozza egyes askenáz zsidó családoknál a feltűnően hosszú és kitartóan egészséges életet, illetve hogy miért öregednek egyesek másként, mint a többségi népesség.

A biológiai kor és az öregedés

„Az emberek különböző sebességgel öregednek. Vannak, akik tíz évvel fiatalabbnak, mások tíz évvel idősebbnek néznek ki [a koruknál]. Létezik egy úgynevezett biológiai kor. Aki viszonylag gyorsan öregedik, az már a hatvanadik születésnapját követő évtizedben egyre több betegséget halmoz fel” – magyarázta a szakember. E betegségek közé tartozik az úgynevezett „nagy négyes”: cukorbetegség, szívproblémák, rák és Alzheimer-kór. Mindez azonban nem érvényes a Barzilai által vizsgált askenázi zsidó családok számos tagjára. „Az első következtetésünk egyben a legfontosabb is: nem az a lényeg, hogy nem betegszenek meg. Mindenki megbetegszik”, ám ezeket az embereket húsz-harminc évvel később érik utol a betegségek. „Életük végén hirtelen, gyorsan hunynak el anélkül, hogy – mint mások – öt-nyolc éven át különféle betegségekben szenvednének.” Amikor végül mégis utoléri őket a bajok, akkor viszont mindössze néhány hét alatt távoznak e világból. A szakember szerint mindez a tudás elvezethet ahhoz, hogy gyökeresen megváltozzon az emberi öregedés folyamata, és sokkal kevesebb szükség legyen különféle időskori egészségügyi ellátási formákra.

A Covidból szerzett tapasztalatok

Barzilai szerint a koronavírus-járvány – melynek idejében könyve napvilágot látott – rendkívül jó példát szolgáltatott a kutatásaira. A világjárvány első sorban a „biológiailag öreg” emberekre nézve volt ugyanis végzetes kimenetelű. „Nem csak maga a betegség – ebben az esetben vírusfertőzés – [okozza a megbetegedést], hanem a testnek az a képessége, hogy milyen mértékben tud átvészelni, túlélni egy komoly betegséget” – magyarázta Barzilai, hozzátéve, hogy a pozitív gondolkodás, az életben kapott dolgokért érzett hála és az extrovertáltság mind olyan tulajdonság, mely megfigyelhető a századik születésnapjukat is elérő embereknél. Azt azonban nem sikerült a kutatásokkal alátámasztani, hogy az egészséges életmód biztosítja a hosszú életet, inkább úgy vélte, hogy ezen emberek „génjei védik meg őket a rossz szokásaik ellen”. Mindemellett javasolja, hogy döntsünk az egészséges életmód: a rendszeres testedzés, az egészséges táplálkozás mellett és kerüljük a túlzott alkoholfogyasztást és a dohányzást, mert – mint mondja – „a legtöbb emberben nincsenek meg azok a gének, melyek e rossz szokások káros hatásai ellen védenek”.

Barzilai és csapata most azt kutatja, hogy mely gének felelősek mindeztért és hogyan lehetne ezeket gyógyszerként, szintetikusán előállítva alkalmazni az egészségügyben. „Ezektől a százéves zsidóktól tanuljuk a szükséges gyógyszerészeti fejlesztéseket” – jegyezte meg. És bár véleménye szerint a jó géneket semmi sem múlhatja felül ebben a kérdésben, érdemes néhány vál-

toztatást bevezetni a mindennapjainkban, ha meg szeretnénk hosszabbítani az életünket: tartsunk fenn társas kapcsolatokat, folyamatosan foglalkozunk valamilyen tartalmas dologgal, legyen az fizetett vagy önkéntes munka, mozogjunk rendszeresen, táplálkozzunk egészségesen és táplálkozásunkban korlátozzuk a bevitt energia mennyiségét.

**„De mondta az Örökkévaló:
Ne maradjon szellemem
az emberben örökké,
mivel ő test is; azért legyenek
napjai százhusz év.” (1Mózes 6:3.)**

Az emberi kor legvégső határa

Az Örökkévaló az özönvíz előtti nemzedékben úgy rendelte, hogy az emberi élet végső határa a százhusz éves kor legyen. A Tórából tudjuk azonban, hogy az emberiség első nemzedékeiben rendkívül sokáig, jóval százhusz éves korukon túl éltek az emberek. Ádám, az első ember 930 évig élt, Noách, azaz Noé ötszáz évesen látott neki az özönvíz túléléséhez szükséges bárka építésének. A rekordot pedig Matuzsálem, héberül Metuselách tartja, aki a tórai beszámoló szerint nem kevesebb mint 969 évig élt. Az emberek ráadásul – legalábbis mostani élettartamunkhoz képest – később nemzettek utódokat, többnyire százévesek is elmúltak, mire megérkezett a gyermekáldás. Az emberek életének hossza az özönvíz után rövidült csak meg.

Tudjuk, hogy minden léleknek feladata van ebben a világban, és minden ember olyan hosszú életet kap, amennyi idő alatt teljesíteni tudja a feladatát. Vannak, akik azt mondják, hogy a korai nemzedékek embereiben hatalmas kiterjedésű lélek lakozott, olyanok, melyeknek a mai emberek pusztán töredékeit birtokolják. A korai generációkban minden léleknek rengeteg feladat várt. A későbbi nemzedékekben e lelkek darabkái jelennek meg, mindegyik a feladatok egy-egy apró részével az egyes ember számára. A kisebb léleknek kevesebb a feladata, így a számára szükséges idő is rövidebb. Az is

Szerách bát Áser



A hagyomány beszámol néhány rendkívül hosszú életű személyről. Közülük most Szerách bát Áser alakját idézzük fel, aki – legalábbis számos történet szerint – minden idők leghosszabb életű embere volt és élete több mint 2500 évet ölelt fel!

Szerách, Áser lánya nagyapja, Jáákov (Jákov) mellett nevelkedett. Neve szerepel a Jáákov családjával Egyiptomba levonultak listájában, és ő volt az, akinek az a feladat jutott, hogy az idős Jáákovval közölje a hírt: szeretett fia, Jozsef (József) életben van és alkirály Egyiptomban.

A rabbik azt mondják, hogy Szerách nemcsak lement Jáákovval Egyiptomba és ki is jött onnan, hanem egyike volt azon keveseknek, akik a kivonulás nemzedékéből megérték az Érec Jiszáelbe, Izrael földjére való megérkezést. Vannak, akik szerint még Dávid király korában is élt, és ő volt a Smuél próféta könyvében említett, Ávél-beli bölcs asszony (2Sámuel 20:16.), aki Ávél Bét Mááká lakosait okos tanácsával megóvta a pusztulástól. Mások még ennél is tovább mennek, és azt mondják, hogy Szerách soha nem halt meg, hanem egyike volt azon keveseknek, akik élve jutottak be az Édenkertbe, akárcsak (többek közt) Élijáhu próféta, Eliezer, Ávráhám szolgálja vagy a fáraó lánya, Bátjá.

A hagyomány azt mondja, hogy Szerách még a talmudi rabbik korában is élt: egy történet elmeséli, hogy amikor Jochánán ben Zákáj rabbi arról a mondatról értekezett, mely szerint a víz kétoldalt falként állt a tenger kettéválásánál, és úgy vélte, hogy a víznek bizonyosan hálószerűnek kellett lennie, akkor megjelent Szerách, és azt mondta: „Én ott voltam, és a víz nem hálóhoz volt hasonlatos, hanem átlátszó ablakhoz.” Ezek szerint Szerách nemcsak végtelenül öreg volt, hanem nagy tudású is, és képes volt arra, hogy részt vegyen a rabbik vitájában.

Egy további hagyomány szerint Szerách végül Perzsiába jutott, és ott élt hosszú évszázadokig. Iszfahánban telepedett le és jelen volt, amikor a XII. században tűz ütött ki a zsinagógában. Az épületben levő könyvek épségben átvészelték a tüzet, ám Szeráchot soha senki nem látta többé. A zsinagóga később a Szerách bát Áser nevet kapta, és a közeli temetőben a XIX. században még állt egy sírkő, melyen szerepelt a felirat: Szerách, Jáákov ősapa fiának, Ásernek leánya. Meghalt 1133-ban. Eszerint mintegy 2500 évet élt. Mások szerint, mint említettük, Szerách soha nem halt meg, hanem élve jutott az Édenkertbe.

előfordul, hogy egy lélek nem fejezi be a feladatát az élete során – ilyenkor visszatér a földre, hogy ott folytassa, ahol korábban félbehagyta.

Egy másik magyarázat éppen azt veszi figyelembe, hogy nemcsak az élet volt hosszabb, de a gyermekeik is később születtek. Mintha lassabban fejlődtek volna, és hatvanévesek is elmúltak, mire egyáltalán elérték azt az életkort, amikor utódaik lehettek. Olyannyira így van ez, hogy a tórai történeteket kiegészítő midrás elmondja, hogy csak százéves korban számítottak az emberek felnőtteknek, akik tetteikért már számonkérhetőek és felelősségre vonhatóak. Vagyis nemcsak az élet volt hosszabb, de annak minden egyes szakasza jóval hosszabbra nyúlt, mint manapság. Így az embereknek sokkal több idejük volt arra is, hogy tökéletesítsék önmagukat és a lehető legközelebb kerüljenek az Örökkévalóhoz. A Talmudból (*Bává Möciá* 87a.) azt is tudjuk, hogy az özönvíz előtti nemzedékekben az emberek haláluk napjáig a lehető legjobb testi és szellemi egészségben éltek, és a betegségek, valamint az öregedés egyéb jelei csupán az ösatyák nemzedékében jelentek meg.

Senki sem tudja, meddig élhet. Épen ezért javasolják bölcseink, hogy „térj meg egy nappal haláloed előtt”. Mikor van ez? Életünk minden egyes napján.

„Minden idők LEGNAGYSZERŰBB zsidó tornásza”

KELETI ÁGNESRE EMLÉKEZÜNK

CHANA DEUTSCH *írása*

2025. január másodikán, csupán egy héttel a 104. születésnapja előtt elhunyt az legidősebb olimpiai bajnok, az izraeli tornasport megteremtője, Keleti Ágnes.

FOTÓ: ZSIDO.COM ARCHÍVUM



Az ötszörös olimpiai bajnok tornász a magyar tornasport legeredményesebb versenyzője volt, egyénileg és csapatban is számtalan érmet szerzett különféle versenyeken és Magyarországon, a Nemzet Sportolója kitüntetést kapta.

Izraelben az ő nevéhez fűződik a tornasport megteremtése és felvirágoztatása. A nemzeti csapatot harminchárom éven át irányította. Munkássága és eredményei elismeréseképpen 2017-ben a zsidó állam legmagasabb rangú

kitüntetésével, az Izrael-díjjal jutalmazták. Egészen élete végéig rendkívül aktív életet élt, és századik születésnapján a következőt nyilatkozta:

„Ez a száz év csupán hatvannak érződik a számomra. Jól élek. Szeretem az életet. Csodálatos, hogy még mindig egészséges vagyok”.

Keleti Ágnes Klein néven született Budapesten 1921. január 9-én, Klein Ferenc húsnagykereskedő és Gyárfás Rózsika második gyermekeként. Tehetsége már korán megmutatkozott, ám mint annyi más fiatalnak, a második világháború és a zsidóüldözés az ő karrierjét is ellehetetlenítette. A zsidótörvények miatt két olimpiáról is le kellett mondania. A vészkorszakot bujkálva, álnéven élte át vidéken. Édesapja és más rokonai Auschwitzban veszttek oda, édesanyja és testvére Raoul Wallenbergnek köszönhetően élte túl az üldöztetést és a borzalmakat. A háború után visszatért a sporthoz, ám az olimpia ismét csak álom maradt a számára, mivel egy sérülés miatt végül nem tudott elindulni a versenyen. Négy évvel később azonban, 1952-ben – immár 31 évesen – egy arany-, egy ezüst- és két bronzéremmel tért haza – akkori teljesítményét a mai napig elemzik a szakemberek –, majd a következő, melbourne-i olimpián nem kevesebb, mint négy arany- és két ezüstérmét szerzett, ezzel az olimpiai tornasport történetének legidősebb aranyérmese lett. Az 1956-os forradalom híre Ausztráliában érte, és politikai menedékért folyamodott. A következő évben Izraelbe vándorolt, ahol egészen az 1990-es évekig aktívan közreműködött az izraeli tornászok képzésében.

Ausztráliában találkozott Dickstein Zoltánnal, a pesti Zsidó Gimnázium egykori tanárával. Az ő ösztönzésére vett részt 1957-ben az Izraelben négyévente megrendezett Makkabi játékokon. A nem egész egy évtizeddel korábban alapított ország olyan szegény és fejletlen volt, hogy Keleti Ágnesnek a saját eszközeit is magával kellett vinnie, hogy rajthoz állhasson. A tehetséges tornászból egykettőre sztár lett, és hamarosan a Wingate Intézet tanáraként láthatott hozzá az izraeli tornasport létrehozásához.

Izraelben nemcsak edzői pályája, de magánélete is kiteljesedett. Bíró Róberttel (héber nevén Reuvén Sofet) kötött (második) házasságából két fia született, Dániel és Refáel. „Legnagyobb teljesítménye az volt, hogy Izraelben új életet kezdett, családot alapított és két sikeres, boldog és munkáját szerető gyermeke született” – írta róla századik születésnapja alkalmából az egyik izraeli újság.

2015-ben, 94 évesen tért vissza Magyarországra, és ott hunyt el rövid kórházi tartózkodás után 2025 januárjában. „Minden idők legnagyobb zsidó tornásza távozott” – állt halálhírét követően az izraeli olimpiai bizottság megemlékezésében. – „Keleti Ágnes volt az izraeli művészi torna egyik megalapítója, aki edzők és sportolók nemzedékeit nevelte fel. A kiemelkedő teljesítmény jelképe volt számukra, aki számtalan izraeli sportolót inspirált”.

Jicshák Herzog, Izrael Állam elnöke a következőképpen búcsúzott: Keleti Ágnes „Áttörő erejű asszony volt, akinek élettörténete sportolók nemzedékei számára je-

lentett inspirációt... Ő fektette le az izraeli tornasport alapjait, miközben tanúságot tett az emberi szellem és az eltökéltség erejéről”. Miki Zohár kulturális- és sportminiszter szintén megemlékezett a tornászról: „Holokauszt-túlélő volt, aki tudta, hogy hogyan alakítsa fájdalmát erővé és hogyan fordítsa hitét nagyszerű eredményekké és győzelmekké. Tíz olimpiai érmet szerzett, miközben ezek szívét nyerte meg. Öröksége végtelen inspirációként szolgál a nemzedékek számára”.

Edzőként szigorú volt és nem kényeztette el a tanítványait. Saját útját járta, és ahogy önmagával, úgy a keze alá került sportolókkal szemben is rendkívül magas elvárásokat támasztott. „Szigorúan bántam magammal” – nyilatkozta egyszer, amikor a sikereiről faggatták. – „A tanítványaimmal is szigorúan bántam” – tette hozzá. „Ez a sikerhez vezető egyetlen út. A kedveskedés, az anyáskodás nem képes ugyanerre”. „Kemény asszony” – összegezte Sergiusz Lipcyc izraeli sportoló, aki maga is tapasztalhatta azt a szigorú eltökéltséget, amivel Keleti Ágnes irányította tanítványait. Ugyanakkor úgy vélte, hogy a lányok túlságosan korán kezdik az élsportot: „Túl hamar fognak bele és az edzések túlságosan kimerítőek... Tizenhat évesen kellene kezdeni az edzést és tizennyolc évesen a versenyzést”.

Mindamellet, hogy hitt abban, hogy a siker kulcsa a könyörtelenül kemény edzés, fontosnak tartotta, hogy az öröm is a gimnasztika része legyen. A mozgás, a torna mindig örömforrás volt számára, és azt tartotta, hogy az embernek nemcsak a siker érdekében, hanem a mozgás örömeért is edzenie kell. Sőt, azt is nyilatkozta, hogy „Sosem azért mentem a versenyekre, hogy győzzek. Azért mentem, hogy eljuthassak külföldre és világot láthassak”. Úgy vélte, ez a hosszú élet titka:

„Imádok élni, imádok világot látni, imádom a zenét, a színházat, az utazást. Dolgoz alaposan, sportolj sokat, utazd be a világot és szeresd a gyermekeidet”

– javasolta egy alkalommal egy újságírónak, aki csodálatra méltónak nevezte őt.

„Úgy nőttem fel, hogy tudtam, hogy anyám egy csoda. Vitte a háztartást, zenére oktatott, segített megírni a leckénket és olyan csodálatosan főzött, hogy még a szomszéd gyerekek is nálunk maradtak esténként vacsorázni. Szabadidejében pedig nemzetközi és helyi celeb volt, az olimpiai játékokon részt vevő tornászok edzője” – emlékszik édesanyjára Keleti Ágnes fia, Rafael.

Keleti Ágnes hosszú, eseményekben és élményekben, fájdalmakban és sikerekben gazdag élete arra emlékeztet mindnyájunkat, hogy soha nem vagyunk túlságosan idősek ahhoz, hogy teljesítsük álmainkat. Élete, teljesítményei, sikerei azt bizonyítják, hogy a zsidó nők bármire képesek és mindent elérnek, amit csak szeretnének, mindemellet felhívja a figyelmet arra is, hogy semmiféle győzelem, semmilyen olimpiai érmet nem vetekedhet azal, ha az embernek családja, gyermekei, szerettei vannak.

Emléke legyen áldott.

Barát vagy ellenség?

JIMMY CARTERre emlékezünk

NAFTALI DEUTSCH *írása*

Százéves korában elhunyt Jimmy Carter, az Amerikai Egyesült Államok zsidó szempontból talán legellentmondásosabb elnöke. Carter megannyi gesztust tett a zsidó közösség felé, előremozdította Izrael és Egyiptom megbékélésének ügyét, ám nem egyszer – elnöki mandátumának lejárta után pedig igen gyakran – meglehetősen Izrael-ellenes álláspontra helyezkedett és közeli kapcsolatot ápolt különböző terrorszervezetek képviselőivel.

Kritikus búcsú

Halálhírének bejelentését követően a legnagyobb zsidó szervezetek kifejezték együttérzésüket a gyászolókkal, hálával szóltak az elnök erényeiről, ám utaltak arra, hogy Carter nem mindig mutatkozott a zsidó állam barátjának. Az Amerikai Zsidó Bizottság (AJC) a következőt nyilatkozatot tette: „Bár az AJC több esetben élesen szembehelyezkedett Carter elnök Közel-Kelettel kapcsolatos politikájával, különösen az elnöksége utáni évtizedekben, az 1979-ben megkötött egyiptomi-izraeli békeegyezmény tető alá hozásában játszott kulcsszerepe okán mindig nagy tisztelettel fogunk emlékezni rá”. Hasonló szöveget fogalmazott meg a Demokrata Párt zsidó bizottsága is: „Ugyan néhány fontos ügyben alapvetően más álláspontra helyezkedtünk, Carter elnök odaadó szolgálata és a jótékonyág területén végzett munkája mindannyiunk számára inspirációt jelent. Legyen szó valamilyen jó ügyért végzett adománygyűjtésről vagy a kilátástalan helyzetben lévők számára indított otthonépítési akciókról, Carter elnök még kilencvenéves kora fölött is világ jobbjá tételéért küzdött, példát mutatva ezzel mindenkinek”.

Carter és a Chábád

A Chábád-Lubavics Mozgalom közleménye természetesen azt a tényt emelte ki, hogy Jimmy Carter volt az első amerikai elnök, aki 1979-ben részt vett a nyilvános hanukai gyertyagyújtáson, ám nem rejtették véka alá, hogy neheztelnek rá, amiért komoly árat szabott Izrael számára az Egyiptommal kötött béke érdekében. „Elnökként kialakított, Izraellel kapcsolatos álláspontja jelentősen rontotta az ország védelmi képességeit, elnöki ciklusa utáni közel-keleti



aktivizmusa pedig megkérdőjelezte a zsidó néppel szembeni jóindulatát. Ezzel együtt, ahogy a Rebbe is hangsúlyozta Carter elnök 1980-as választási vereségét követően, a Tóra arra tanít minket, hogy hálánkat és elismerésünket fejezzük ki azok felé, akik jót tettek velünk”.

A nevezetes gyertyagyújtás egyébként kis híján meghiúsult, mert az elnök számára odakészített gyufák túl rövidek voltak ahhoz, hogy a nagy méretű mécsesstartóba helyezett gyertyákat el lehessen velük érní. A titkosszolgálat egyik embere ezért gyorsan elugrott egy közeli lakberendezési boltba, hogy hosszú, kandallók begyújtásához használt gyufát szerezzen. Az üzlet zsidó tulajdonosa, Allye Kranish rögtön megértette, hogy miről van szó, és már hozta is a megfelelő terméket. A ceremónia után Carter elnök visszaküldte a gyufát az üzletbe, a következő felirattal: „Üdvözetem és köszönetem Kranishéknak”. A gyufásdobozt ma a Washingtonban működő Fővárosi Zsidó Múzeumban lehet megtekinteni.

Herzog: a béke iránti elhivatottságára emlékszünk

Jicchák Herzog, Izrael Állam elnöke „bátor vezetőnek” titulálta Cartert, az Egyiptommal kötött békét pedig az ő örökségének nevezte. „Néhány évvel ezelőtt nagy örömmre telefonon beszélhettem vele. Megköszöntem elévülhetetlen érdemeit a két nagy vezető, Menáchem Begin és Anwar Szadat közötti tárgyalások elindításában és az Izrael és Egyiptom közötti békeegyezmény ratifikálásában. Ez az egyezmény jelenti napjainkban is a közel-keleti és az észak-afrikai régió stabilitásának zálogát. Az utókor a népek közötti béke iránt érzett elhivatottságára fog a leginkább emlékezni”.

Politikai és személyes életút

Az Egyesült Államok 39. elnöke 1977 és 1981 között vezette az országot, másodsorra nem választották meg. Carter 1924-ben született Georgia államban, egy szegény, mezőgazdasággal foglalkozó család gyermekeként. Ő volt az első amerikai elnök, aki nem otthon, hanem kórházban született. Mivel a Haditengerészeti Akadémia elvégzése után nem vették fel tengeralttjáró-kapitánynak, visszatért a családi birtokra, ahol földmogyoró-termesztésből biztosította megélhetését.

1946-ban lépett frigyre Rosalynnal, akiről négy gyermeke született. Hetvenhét évig tartó házasságuk alatt tizenegy unokájuk és tizennégy dédunokájuk látta meg a napvilágot. Politikai pályafutása 1963-ban indult, amikor Georgia állam szenátorává választották, 1971 és 1975 között pedig kormányzóként működött. Az elnöki székért folytatott küzdelemben azt hangsúlyozta, hogy nem tagja az országot irányító elitnek, és ezzel új választói csoportokat nyert meg a Demokrata Párt számára.

Elnökként hatalmas munkabírással vetette magát a munkába és mérnöki végzettségének megfelelően mindig a logikus, gyakorlati megoldásokat kereste. Nem kedvelte az amerikai politikában fontos szerepet játszó lobbicsoportokat, és ezen a téren került először szembe a zsidó közösséggel, mely az Izraellel kapcsolatos döntéseire próbált hatást gyakorolni. Carter nem igazán volt tájékozott külpolitikai ügyekben, ezért tanácsadókkal vette körbe magát. Leginkább a Columbia Egyetem professzorára, Zbigniew Brzezinskire hallgatott, akit nemzetbiztonsági főtanácsadónak nevezett ki. Brzezinski meggyőzte róla, hogy az arab-izraeli konfliktus akkor oldható meg, ha a palesztinok önálló államot kapnak, Izrael pedig még Jeruzsálem egyes részeit is feladja. Carter ebben a szeltemben cselekedett és az 1979-ben, Izrael és Egyiptom között megkötött békeegyezmény mellett felvázolta a palesztin önmeghatározás alapjait is, amire a zsidó állam és a Jasszer Arafat vezette PFSZ terrorszervezet között, 1993-ban tető alá hozott oslói szerződés épült.

Carter és Izrael

Carter többször összeütközésbe került Beginnel, mert nehezményezte a bibliai Izrael szívében, Júdeában és Szamáriában, illetve a Gáza-övezetben épülő zsidó települések fejlesztését, ami éppen elnöksége alatt kapott lendületet. Az amerikai elnök úgy vélte, hogy éppen ezeken a területeken kell megalapítani a leendő palesztin államot.



Carter nagy nyomást fejtett ki Izraelre, de már nem sok ideig maradt hivatalban. A kezdetben igen népszerű elnök megítélése sokat romlott az iráni iszlám forradalom és az azzal járó túsdráma, a szovjetek afganisztáni inváziója és az olajárrobbanás miatt. Az 1981-ben tartott választás során rendkívül gyenge teljesítményt nyújtott és az elektori szavazatok alig több mint tíz százalékát tudta megszerezni. Az új elnök a Republikánus Párt jelöltje, Ronald Reagan lett. Carter visszaemlékezéseiben úgy fogalmazott, hogy bukása jelentős részben annak köszönhető, hogy a zsidó szavazók cserben hagyták, illetve Menáchem Beginnek, aki akadályokat gördített a palesztin állam létrehozása elé. Ezt a vélekedést erősítette meg Stuart Ei-

zenstadt, Carter belpolitikai főtanácsadója is, aki a következőt írta 2023-ban a zsidó Forward magazinban: „Egyetlen amerikai elnök sem tett annyit Izrael biztonságának megerősítéséért, a zsidó nép jogainak védelméért világszerte, a holokauszt emlékének ápolásáért és áldozatainak megsegítéséért, mint ő, továbbá senki sem testesítette meg nála, a kis georgiai faluból, Plainsből érkezett, mélyen hívő déli baptistánál jobban a zsidó tikun olám, azaz a világ jobbá tételének hagyományát. És senki sem kapott nála kevesebb politikai viszonzást az amerikai zsidó közösségtől”.

Élet az elnökség után: erősödő palesztinpártiság

Carter bukása után sem pihent meg, a tőle megszokott vehemenciával folytatta a munkát. Professzori megbízatást kapott az Emory Egyetemen és megalapította a Carter Központot, melynek egyik tevékenységi köre éppen a közel-keleti térségben kifejtett aktivizmus lett. Carter folyamatosan utazott és számtalan arab vezetővel találkozott, köztük terrorszervezetek képviselőivel is. Úgy hitte, hogy ha Begin és Szadatot közös vezetőre tudta hozni, akkor a palesztin állam megalapítása sem lehetetlen feladat és az minden bizonnyal elhozza a közel-keleti békét is. A folyamatos kudarcoktól egyre frusztráltabb lett és idővel teljesen szubjektív, gyakran a tényekkel sem törődő, Izrael-ellenes álláspontra helyezkedett. Realitásérzéke annyira eltorzult, hogy még a Hamásban is kompromisszumkész, békére törekvő erőt látott. Ennek összegzése olvasható a 2006-ban megjelent, „Palesztina – Béke az apartheid helyett” című könyvében, melyben egyértelműen a zsidó államot tette meg a konfliktus felelősének és legitimálta a gyilkos palesztin terrort. Jó példa erre következő idézet a könyvből: „*Elengedhetetlen, hogy az általános arab közösség és minden jelentős palesztin csoport világossá tegye, hogy véget vet az öngyilkos merényleteknek és más terrorcselekményeknek, amennyiben az Útiter [név, Izraelt visszavonulásra kényszerítő és a PFSZ-nek államot ígérő béketerv] végső céljait Izrael is elfogadja*”. Tehát, ameddig a zsidó államnak ellenvetése van a tervvel kapcsolatban, addig az arabok jogosan onthatnak vért.

A könyv megjelenése után a Carter Központ munkatársainak jelentős része lemondott, a zsidó szervezetek pedig felháborodva tiltakoztak. Többen antiszemizmussal is megvádolták az elnököt, amiért könyvében számtalan valótlanosságot állít és az apartheid rendszerrel hozza összefüggésbe a zsidó államot. Cartertől még a Demokrata Párt is elhatárolódott. A kritikára válaszként Carter megírta a „*Levél az amerikai zsidó állampolgároknak*” című nyílt levelét, melyben alapvetően megismétli az Izraellel szembeni vádjait és igyekszik meggyőzni olvasóit a saját nézőpontjáról, magát a közel-keleti konfliktus legnagyobb szakértőjeként lefestve. A magyarázkodás nem kapott pozitív visszhangot, és olyan neves amerikai zsidó szervezetek fejezték ki elutasításukat, mint a Rágalmazásellenes Liga (ADL) vagy a Simon Wiesenthal Központ.

Olyan elnök távozott tehát, aki egymással párhuzamosan vallott a zsidó néppel barátságos és támogató, illetve az arab narratívát kritika nélkül elfogadó és Izraelt minden bajok forrásaként ábrázoló álláspontot. Halála után mindenki szabadon eldöntheti, hogy mire emlékszik vissza Carter összetett örökségéből.

A SIKERES ÖREGEDÉS TITKA

ÉLETMÓD, ÉRDEKVÉDELEM – TÉNYEK, TAPASZTALAT, TIPPEK

ZINK ADIRA írása

Az öregedés egy fokozatosan és természetes módon végbemenő folyamat. A szervezet romlása, a betegségek kialakulása egyénileg jellemző módon megy végbe, nincs egységes „öregedési minta”. A sikeres öregedés fogalma azokra az idős emberekre utal, akik halálukig aktív és egészséges életet élnek, lelki harmóniájuk megmarad.

Január 20-án indult az a programsorozat az Óbudai Zsinagógában, amelyen az idősek és az idősödés mint fogalom kerül a fókuszba. Ha azt gondoljuk, hogy ez nem érint minket, akkor bizonyosan tévedünk: mindenkit érint, kit előbb, kit később, attól függően, most éppen hány évesek vagyunk. Érdemes hát ennek a témának a különböző aspektusaiival idejében elkezdenünk foglalkozni, így megkönnyíthetjük a korunk előrehaladtával megérkező testi-lelki változások kezelését. Ha egy idős ember beteg, nem az öregség miatt beteg! Fontos, hogy felkészüljünk a hosszabb életre és mindezt hogyan tesszük! Nem lehet túlértékelni annak a fontosságát, hogy az egészséges idősödés alapjait fiatal korban lerakjuk.

Az előadás-sorozat vezetője, Radányi Lászlóné Ili a múlt év novemberében kezdett beszélgetni az EMIH programszervezőivel arról, hogy az időseknek szóló programsorozatba bekapcsolódva tartson egy előadás-sorozatot a sikeres öregedésről. Azért tervezték többszörre a programot, mert a téma sokrétű: az aktív időskort, a testi-lelki egészséget, a sikeres öregedést lehetetlen csupán pár mondatban összefoglalni, rengeteg téma kapcsolódik hozzá.

Radányiné Ili szakmai útja a Magyarországi Zsidó Szociális Segély Alapítványnál kezdődött, itt 1993-tól

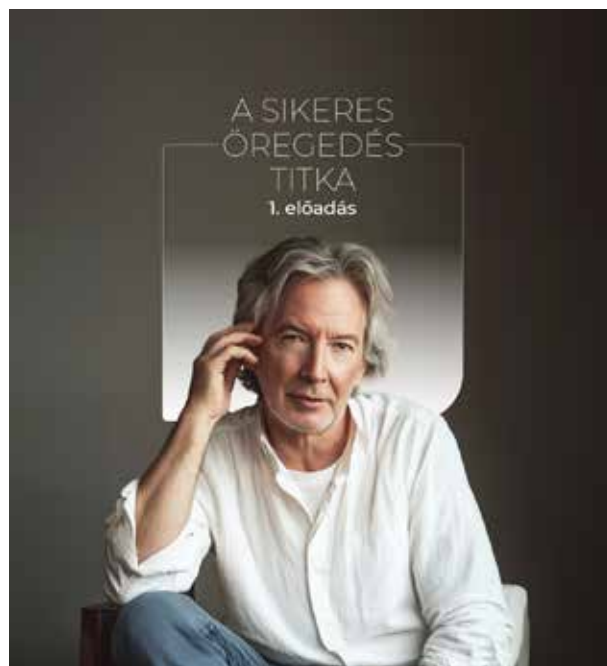
személyi asszisztenseként dolgozott. 1996-ban az elsők között nyert felvételt az OR-ZSE Társadalomtudományi Tanszék Szociális Munkás szakára, ahol 2000-ben közösségi szociális munkásként végzett. 1996-ban a hallgatótársaival együtt Jeruzsálemben folytatták a tanulmányaikat, itt végezte a gyakorlatát is. A MAZS Alapítványnál szociális munkásként a szociális terület minden szegmensébe belekóstolhatott, 1999-ben neveztek ki a BZSH akkor létrehozott Szociális Osztályának vezetőjévé.

Gyerekkora óta hiányoztak az életéből az idős rokonok, hiszen apai és anyai nagyszülei sem érték meg a születését: Újpestről, illetve Szegedről hurcolták el őket és soha nem tértek haza. „Mindig volt bennem egy megmagyarázhatatlan hiányérzet, irigyletem az iskolatársaimat, akik büszkén

meséltek a nagyszüleikről.” Ez vezette arra, hogy idősekkel kezdjen el foglalkozni. „Szociális munkásként őket kell képviselnem, az ő segítségükre kell lennem akár fizikálisan, akár felvilágosító előadásokkal, és mint ellátottjogi képviselő természetesen képviselem őket és kiállok a jogaikért” – mondja Ili. Úgy véli, ez az a generáció, akiktől rengeteget tanulhatunk, de sajnós ők a legelesettebbek is a generációk között. Sokan közülük egyedül élnek, nem ismerik a jogukat, nem tudják magukat képviselni.

Mondják, hogy egy társadalmat az jellemez, hogy miként bánik az elesettekkel, az idősekkel.

Éppen ezért tartja Ili kiemelten fontosnak az idősekkel való foglalkozást. Tapasztalatai szerint a legtöbb idős embert leginkább a magány, az izoláció, az anyagi lehetőségek szü-



külése veszélyezteti, ami mellett évek óta emelkedő tendenciát mutat a demencia és az Alzheimer-kór, amik miatt az idősek segítségére szorulhatnak.

„Az előadás-sorozat négy részből állt, előadások és interaktív gyakorlatok is voltak benne” –mondja Ili. „A hallgatóság elsajátíthatta az időskori gerinckímélő ülőtornát és az ezt követő 15 perces frissítő relaxációt. Az utolsó előadáson minden résztvevő külön-külön ki töltötte az MMSE (demencia- és Alzheimer-vizsgáló) kérdőívet és a kiértékelés után segítséget kapott abban, hogy probléma esetén hova kell fordulni, mi a teendő.”

„Természetesen olyan technikákról is beszélgettünk, amelyek gyógyszer, pirulák nélkül segítenek minket az egészséges idősödés folyamatában, valamint szót ejtettünk az idősek jogairól, jogorvoslati lehetőségeiről, az életvégi kérdésekről és az élő végrendeletről, ami egyfajta előzetes rendelkezés arra az esetre, ha később betegség vagy baleset következtében cselekvőképtelen állapotban egészségügyi ellátásra kerülne sor.

Mondhatnám, hogy elsősorban időseknek fontos ezekről a témákról beszélni, ám valójában az időskorról való gondolkodást és az arra az időszakra való felkészülést idejében el kell kezdeni, mert sokszor, amikor eszünkbe jut, már késő. Ezért javaslom azoknak is, akiknek idős hozzátartozójuk van vagy lesz. Egyszerűen mindenkinek.”

A sikeres öregedés titka

1. alkalom: Mit jelent az egészséges idősödés?

Az alapgondolat, hogy minden embernek egyéni képességei, körülményei és lehetőségei vannak, vagyis, hogy nincs két egyforma ember, így nincs két egyforma öregedés sem! Ha sikeres, boldog időskort szeretnénk, az egyedi igények kielégítésére kell koncentrálnunk! De mi vezet el az egészséges idősödéshez?

2. alkalom: Az aktív időskor

Az aktív időskor szellemi és fizikai feltételei

Test és lélek összetartozik – hisz erről szól az „ép testben ép lélek” közmondásos igazsága is. Ép lélek az ép testben lakozik – vagyis szellemünkkel fizikumunkért, fizikumunkkal pedig szellemi erőnlétünkért is sokat tehetünk. Testünk aktivitásával lelkünk is vitalizálódik, szellemünk tornáztatásáért testünk is hálás lesz. Aktív és vidám időskorral önmagunknak tartozunk, s ez mindannyiunk számára el is érhető.

3. alkalom: A lelki egészség megőrzése időskorban

Mondják, hogy a kor csak egy szám, és ebben valóban sok az igazság, még ha sokszor olyanoktól hallunk is ilyesmit, akik persze még nem érezhetik át, mit is jelent egy-egy ilyen szám. Hisz minden változik. Változunk mi – s velünk változnak a régi barátok. De változik a család és változik a világ, változik a test és válaszol a lélek. Hogy lelkünk válasza is az lehessen, hogy a „kor csak egy szám”, mi magunk tehetjük a legtöbbet. Szellemünk serkentésével elérhetjük, hogy valóban otthon érezhessük magunkat életkorunkban.

4. alkalom: Az időskor problémái, betegségek

Az idő előre haladtát mindannyian érezzük vagy érezni fogjuk. Szervezetünk – mint életünk során mindig – jelez, ha baj van, de előfordulhat, hogy e jelekre mi magunk nem leszünk már figyelmesek. Mert például azt, hogy feledékenységünk fokozódik, nem is olyan könnyű tetten érünk, hiszen a bakik, amelyek becsúsznak, a 20-as éveinkben is megestek, egy-egy kialvatlanabb pillanatunkban. Mégis vannak jelek, amelyekre érdemes figyelni, jó felfigyelni. Melyek ezek, és milyen segítségek kaphatunk? Sorozatunk utolsó összejövételén az időskori elbutulásról beszéltünk – demenciáról, Alzheimer-kórról.



MIT MOND a háláchá és a zsidó etika a túsok kiváltásáról terroristákért cserébe?

OBERLANDER BÁRUCH RABBI írása



Az Izrael és a Hamász között megkötött megállapodás, melynek értelmében több hete tűzszünetért, bebörtönzött terroristák százaiért és a gázai kivonulásért cserébe túsokat bocsát szabadon a terrorszervezet, rengeteg kérdést vett fel. A stratégiai, politikai és morális dilemmák mellett háláchikus szempontból is érdemes megvizsgálni a helyzetet.

Nagy micva a fogságba esett embert kiváltani, ezt a micvát *pidjon svujim*-nak nevezzük.

Azonban a túsok kiváltása és a mostani megállapodás, amit Izrael Állam kötött a Hamász terrorszervezettel, több kérdést is felvet. Kezdetnek azt, hogy egyáltalán szabad-e egy terrorszervezettel leülni tárgyalni és megállapodni, ezzel elismerve a létjogosultságukat. Ez szerintem nem kérdés ebben a kényszerhelyzetben: egyértelmű, hogy nem legitimációt szeretnénk adni nekik, hanem kimenteni a túsokat, ehhez pedig tárgyalni kell. További dilemma, hogy ha az emberrablás következményeként jut a terrorszervezet valami előnyhöz, akkor ezzel tulajdonképpen megjutalmaztuk a gonoszokat. Erre is egyértelmű a válasz: nagyon jó lenne, ha a gonoszok nem jutnának semmiféle előnyhöz, de itt embereket kell kimenteni, és ahogy Maimonidész írja¹, nincs nagyobb micva, mint kiváltani a fogságba kerülteket, mert „a tús éhes, szomjas, meztelen és [emiatt] veszélyben van”².

Mielőtt továbbmegyünk, érdemes hangsúlyozni már itt az elején, hogy csak azért merül fel a megállapodás engedélyezése, mert életmentésről van szó. A holttestek kiváltása a zsidó temetés érdekében – ami egy nagyon fontos micva amúgy – nem

tartozik ebbe a kategóriába és amiatt nem szabad megalkudni a terrorszervezetekkel és előnyhöz juttatni őket.

Van-e megfizethetetlen ár?

Sajnos tehát azt, hogy előnyhöz jutnak a gonoszok az ártatlan emberek szabadságáért cserébe, „le kell nyelni”. Itt lép fel a háláchikus kérdés: van-e valami korlátja a cserének, van-e olyan ár, amit nem szabad megadni az emberablás „jutalmául”?

Azt írja a *Sulchán áruh*³ „minden pillanat, amikor az ember késlekedik a túsok kiváltásával, noha képes lenne azt előbbre hozni, az olyan, mintha vért ontana”. Azonban, folytatja tovább⁴ a Talmud⁵ alapján: „nem szabad a túsokat kiváltani az értéküknél nagyobb összegért, a világ helyzetének megtartása érdekében, nehogy az ellenség minden lehetőséget megragadjon a túszejtésre”. Vagyis a zsidóknak a vallási előírás miatt nem szabad többért kiváltani a foglyokat, mint amennyit nem-zsidók adnának egy emberért⁶, mert el kell kerülnünk azt a helyzetet, hogy a gonoszok rákapjanak a zsidók elrablására. Noha elkerülhetetlen, hogy valamilyen „jutalma” legyen az emberrablásnak, az egész jövőt veszélyeztetjük a mai túsok kiváltásával, ha nem hideg fejjel tárgyalnak.

Egy emberért kockáztatni a sokaság életét

Első olvasatra nem érthető, hogy azért, mert sajnáljuk a túszt, aki holnap fogságba kerülhet, azért ne sajnáljuk a túszt, aki már fogságban van? A válasz egyértelmű – ma egy ember van fogságban, de ha a túlzott váltságdíj megfizetése miatt vérszemet kapnak a gonoszok, akkor később 10-20-30 ember fog fogságba esni. Nem a mai egyet nem sajnáljuk, a holnap egyet szemben, hanem azt, hogy elindul egy folyamat, amelynek eredményeként sok ember eshet majd fogságba. A sok ember érdekében vissza kell tartanunk magunkat az egy ember kimentésekor.

Abban az esetben azonban, amikor nem csak egy, hanem mint most, 100 ember van fogságban, akkor ez az érvelés nem állja meg a helyét, mert valószínűtlen, hogy ennél rosszabb legyen a helyzet a jövőben. Elképzelhető, hogy ebben az esetben, amikor 100 ember van fogságban, akkor nincs korlát, hogy mennyiért szabad őket kiváltani, kivéve, ha tartani kell attól, hogy a 100 ember helyett ezer vagy még több ember fog fogságba kerülni.

A kérdés tehát az, hogy fennáll-e a veszély, hogy a Hamász újra több száz túszt tudjon ejteni. Úgy gondolom – hogy ha az Örökkévaló is úgy akarja –,

nem képesek rá, hiszen a múltban sem sikerült nekik és 2023. október 7-én is csak az izraeli hadsereg nagy hibái miatt voltak rá képesek. Reméljük, hogy ilyen hibák nem fognak a jövőben újra előfordulni.

Ha a foglyokat kivégezhetik

Van még egy szempont, ami miatt ez a háláchá, hogy nem szabad túl sokat adni a túszokért, nem alkalmazható a mi esetünkben. A *Sulchán áruch* kommentárjaiban⁷ az szerepel, hogy az egész korlát csak abban az esetben érvényes, amikor nem áll fenn a veszélye annak, hogy megölik a foglyokat. Ha azonban minden percben fennáll a veszély, hogy a fogva tartók megölik a túszokat, akkor mindent meg kell tenni a kimentésük érdekében. Ezek szerint ilyenkor nem lehet mérlegelni, hogy mi lesz a jövőben, mert itt és most egy ember élete veszélyben van. A mi esetünkben ez a veszély mindenképpen fennáll, mert láttuk, hogy sajnos már többeket megöltek a fogság során.

A Talmud és a háláchá egy rablóbandáról beszél, akik pénzszerzés érdekében rabolják el az embereket. Ekkor szabad késleltetni a kiváltásukat, annak

„A HIT ÚTJÁT VÁLASZTOTTAM. A HIT ÚTJÁN SZABADULTAM KI”

– AGAM BERGER ELSŐ ÜZENETE A VILÁGNAK 15 HÓNAPOS FOGSÁGÁBÓL SZABADULVA



érdekében, hogy ne irracionálisan magas árat kelljen adni értük (ami veszélyeztetni mások biztonságát). Azonban, amikor egy gyilkos terror-szervezetről van szó, nem lehet várni a kiváltással.

A túszok megszöktetése

A *Sulchán áruch*ban⁸ van egy másik útmutatás, miszerint „nem szabad megszöktetni a túszokat, hogy elkerüljük a világ rosszabbá tételét, nehogy az ellenség még nehezebb körülmények között tartsa majd a túszokat [és emiatt nagyobb veszélybe kerüljenek]”.

Ennek ellenére, amikor az elmúlt 15 hónapban az izraeli hadseregnek sikerült néhány túszt élve kiszabadítania, akkor ezt mindenki örömmel fogadta és támogatta és senki nem tiltakozott, hogy ez nem felel meg a zsidó jogoknak és etikának. Ennek az az oka, hogy (ahogy az előző érvelésben láttuk), abban az esetben, ha fennáll a veszélye annak, hogy megölik a túszot, nem szabad a jövőt mérlegelni, menteni kell a menthetőt. Ebben az esetben a kevés, de ma biztosan megmentett túsz kimentésének „értéke” ellensúlyozza, hogy holnap talán több ember kerül emiatt veszélybe. Ahogy a mondás is tartja, többet ér egy madár a kézben, mint kettő a bokorban...

Ha nem pénzért kell kiváltani a túszokat

A fentiek után azonban azt is látnunk kell, hogy a mi helyzetünk alapján tér el a *Sulchán áruch* és a Talmud által leírt esetektől, mert ezeknél a kiváltás pénzzel történik és arról szól a vita, mennyi az a pénz, ami már sok stb.

A mi esetünkben azonban a fizetőeszköz teljesen más és meg kell vizsgálni, hogy változik-e a dilemma megítélése ennek fényében. A fizetőeszköz itt ugyanis terroristák szabadon engedése és katonai stratégiai előnyök feladása. Vizsgáljuk meg az első „fizetőeszközt”!

Normális körülmények között senkinek nem jutna eszébe szabadon engedni a börtönből a terroristákat, kockáztatva, hogy ezek a gonosz em-

berek vissza fognak térni a terrorhoz. Azonban itt egy különleges helyzet van, mert fogságban levő zsidó túsok életéről van szó, kérdés csak az, meddig mehetünk el a túsok életének megmentéséért.

Az elvek változása: akár véreskező terroristákról is lehet tárgyalni

Kezdetben Izrael nem tárgyalt terroristákkal, ám a későbbiekben már hajlandóak voltak egyezkedni terroristák szabadon engedéséről. Azonban Izrael Állam még ekkor is különbséget tett azok között, akik nem öltek embert és azok között, akiknek vér tapad a kezükhöz. Ebben a kezdeti időszakban „egyszerű” terroristák szabadon engedéséről lehetett szó, gyilkosokról nem. Sajnos Izrael ezt az elvet is feladta a későbbiekben, amikor nem tudott máshogy előrébb jutni. Valószínűleg úgy gondolták, hogy legalább a mostani túsokat kimentik a biztos halálból, és majd a későbbiekben igyekeznek jobban védekezni a terroristák ellen.

Magától értetődő, hogy az elveket nem azért engedték el, mert rájöttek, hogy hibásak voltak, hanem kényszerűségből, mert nem láttak más utat, más lehetőséget a túsok megmentésére, csak ha megállapodnak a terroristákkal, akik valamit kapnak cserébe. Ugyanígy engedtek a nyomásnak, amikor már véreskező terroristákat is elengedtek. Ez is megmagyarázható valamennyire, ahogy Moshe Feinstein rabbi is érvelt⁹, hiszen sajnos így is nagyszámú terrorista áll készenlétben, hogy ártsen a zsidóknak, még néhány tíz ide vagy oda, nem nagyon változat a helyzeten...

A Rebbe ellenezte a változást

1979-ben az áldott emlékü lubavicsi Rebbe, Menáchem Mendel Schneerson rabbi a nemtetszését és sajnálatát fejezte ki¹⁰ egy ilyen esetben, hogy feladták a terroristákkal nem tárgyalunk irányelvet. Emellett azt is nagyon sajnálta, hogy egyre magasabb árat kérnek és adnak meg egy zsidó túsért, hogy több tíz terroristát, miközben minden egyes terrorista újabb veszélyforrás.

Sajnos azonban ez egy egyirányú utca: tartok tőle, hogy a történelmi precedens után nem reális Izraelnek úgy ülni a tárgyalóasztalhoz, hogy újra ehhez az elvéhez ragaszkodik, amikor az ellenség tudja, hogy ki lehet kényszeríteni, hogy lemondjanak róla.

A stratégiai előny feladása

Még ha el is tekintünk a terroristák jelentette veszélytől, a túsok életéért cserébe, nem szabad elfelejtkezni a másik „fizetőeszközzel”, vagyis arról, hogy stratégia előnyt adjanak fel az izraeliek. Ebben a megállapodásban ilyen szerepet játszik a Netzarim folyosó, amit azért hoztak létre, hogy a terroristák ne tudjanak közel jönni az izraeli határhoz. Úgy vélem az, hogy a túsokért cserébe erről is le kell mondani, a legveszélyesebb pontja az alkunak.

Amikor a terroristákat szabadon engedik annak ellenére, hogy tartunk a későbbi támadásaiktól, érvelhetünk azzal, hogy nagyon sok ember megmentéséről van szó, 30-50, de akár 100 élő emberről. A terroristák így is, úgy is állandóan azon vannak, hogy minél több zsidó vért ontsanak, ám Isten segítségével a hadsereg mindig időben le tudja ezt állítani. Ezért nem tartok tőle, hogy újra 30-50-100 ember halálát okozzák majd.

Más a helyzet a stratégiai előny feladásával. Ha ugyanis közel engedjük őket a határhoz, akkor közelebbről fognak tudni rakétázni, amivel tömegek életét veszélyeztetik és tudják kioltani, ha olyan helyre esik. Ezért nincs egyensúlyban, hogy ma megmentik 30 ember életét azon az áron, hogy holnap egész Dél-Izrael élete veszélyben lesz. De talán erre is azt tudja Izrael Állam mondani, hogy – hála Istennek – eddig nem sikerült a rakétákkal sok áldozatot követelő támadást végrehajtaniuk a sok óvóhely miatt, és mert a lakosság fegyelmezetten és gyorsan reagál sziréna esetén.

Azonban ebből látszik, hogy minden engedményre csak többet és többet követelnek, ami egyre nagyobb és nagyobb veszélyt jelent egyre több ember számára.

Előre nem tudjuk, megérte-e az alku

Elvileg tehát a konklúzió az lenne, hogy háláchikus szempontból helytelen a megállapodás a Hamással. Azonban az, hogy a túsok életének megmentése megérte-e, csak utólag fog kiderülni, amikor az ún. első fázisnak vége. Kérdés, hogy Izrael folytatja-e a háborút és vissza tudja-e állítani a stratégiai előnyét, vagy sem.

A politikai szempont

További fontos szempont, hogy sokak szerint nem Izrael és a Hamász között zajlott az egyezkedés, hanem Izrael és az újraválasztott Donald Trump között, aki presztízs kérdést csinált abból, hogy a hivatalba lépése pillanatában rendeződjön egy olyan veszélyes helyzet, amit az elődje nem volt képes rendezni. Ha pl. azzal fenyegette Izraelt, hogy leállítja a fegyverszállítmányokat, az még nagyobb veszély lett volna, mint a katonai előny feladása. Illetve, ha megígért olyan előnyöket, amelyekről mi nem tudunk, az megint olyan szempont, amit figyelembe kell venni a mérlegelésnél. Ezek miatt nem lehet azt mondani, hogy a háláchá kizárja ezt a megállapodást.



Nincsenek teljesen jól kidolgozott háláchikus álláspontok

Felmerül azonban egy teljesen ellenkező érvelés is. A háláchikus irodalomban¹ találkozunk egy alapelvvel, miszerint háború idején figyelmen kell kívül hagyni azt, hogy az egyén életveszélybe kerülhet. Ha nem így tennénk, akkor egyáltalán nem tudna a hadsereg háborúba lépni, hisz sajnos szinte biztos, hogy legalább néhány katona el fog esni. Ezért az van írva, hogy háború esetében csak a kollektív célokat kell figyelembe venni, a győzelmet tartva szem előtt mint célt. Ha ez így van, akkor az a kérdés, hogy helyes volt-e az, hogy Izrael leállt a mostani háborúval, meghagyva pozíciójában a Hamászt Gázában, hogy feladta a Netzarim biztonsági folyosót, ami bizonyos szempontból a háború elvesztését jelenti, egyes emberek életének megmentéséért.

Fontos megjegyezni, hogy a fenti érvek egy része nem háláchikus, hanem katonai, amit leírtam, ahogy én látom. Ezeket tisztázni kell katonai szakemberekkel, figyelve, hogy a hadászati érvek ne keveredjenek politikai érdekekkel, és az alapján változhat a rabbinikus álláspont.

Bizonyos szempontból azért olyan nehéz a háláchá alapján dönteni, hiszen a zsidó jog, önálló zsidó állam híján, nem fejlődött állami szinten évszázadok óta, vagyis a meglévő alapelvekből nem vezették le az aktuális helyzetre vonatkozó konkrét útmutatásokat. Mit jelent ez? Például a peszáchí *homéctilalom* kapcsán minden lehetséges scenárió előfordult már, van rá precedens, megvitatták, kidolgozták rá a választ. Ezért nem nagyon lehet elképzelni olyan, a *homéccal* kapcsolatos kérdést, amit teljesen új szempontból kéne vizsgálni és

aminek megválaszolásához teljesen új ösvényeket kitaposni.

Izrael Állam létrejöttével egyes háláchikus kérdések teljesen más oldalról jelennek meg. Míg korábban a túsok kiváltása a közösség keretein belül zajlott pénzért, addig most állami szinten kell róla döntést hozni egy terroristák ellen vívott háború közben, amikor stratégiai előnyök feladása a „fizetőeszköz”. Korábbi precedens híján minden esetben a háláchikus alapelvekhez kell fordulni és onnan levezetni a zsidó jognak megfelelő választ. Az utóbbi 75 évben sajnos már sok lehetőség volt foglalkozni ezekkel a kérdésekkel és nagy irodalom kezd kialakulni körülötte¹², még nagyon sok olyan helyzet áll elő, amelyre ki kell dolgozni a választ.

Azonban adja a Jóisten, hogy ne kelljen ezeket a témákat mélyebben vizsgálnunk!

¹ A szegények járandóságainak szabályai 8:10.; ² Lásd Bává bátrá 8b. és RáSI és MáHARSá uo.; ³ Jore déá 252:3.; ⁴ Uo. 4.; ⁵ Gitin 45a.; ⁶ Lásd Pitché tsuvá a SÁ-hoz uo. 5.; *Derech emuná* Maimonidész-hez uo. 77.; ⁷ PT uo. 4.; ⁸ Uo. 5.; ⁹ *Mösoret Mose* 4. kötet 439. oldal 13. paragrafus végén.; ¹⁰ *Szichot kodes* 5739 2. kötet 730–721. oldal.; ¹¹ Lásd *Minchát chinuch* 425:131.; Shlomo Goren: *Torát hámdiná* 28–35. oldal; Neriah Gutel: *Mimispöré hámluchá* 158–166. oldal.; ¹² A túsok kiváltása kapcsán lásd *Tchumin* 30. kötet 95–100. oldal, és az 1. lábjegyzetben jelölt irodalom.

AGGASTYÁNOK MENEDÉKPALOTÁJA

A PESTI CHEVRA KADISA
AGGOK HÁZÁNAK TÖRTÉNETE

CSEH VIKTOR *írása*

A 19. század derekán kezdett körvonalazódni azon nemes eszme, hogy az életük alkonyát élő, munkában megöszült, mégis nyomorgó zsidó aggastyánokat fölkarolják. A század második felében ugyan még csak szerény körülmények között, de megnyitották a főváros első zsidó sínylők házát. 1893-ban viszont már az odaadó szív diadalát dicsőítették, az emberszeretet új erődjének, a Pesti Chevra Kadisa Aggok Házának felépülését ünnepelték. S bár az aggok háza nem egy jövedelmező befektetés volt, hanem az ősök, elődök felé mutatott hála, mégis folyamatosan fejlődni tudott, s 1926-ban egy plusz emeletráépítéssel is megkoronázták. Sajnos a vészorszak, mint az humanitás oly sok más várát, ezt is magával sodorta, ám története itt marad nekünk példának. 1. rész.

„Nomen est omen”

A Pesti Chevra Kadisa a fővárosi zsidó közösség egyik legrégebbi intézménye, melyet már 12 évvel a pesti zsidó hitközség megalakulása előtt, 1788-ban megszervezték.¹ A nagy múltú intézmény elsődleges, temetkezéssel kapcsolatos feladatai mellett egyre szélesebb körű emberbaráti akciókat is kezdeményezett – céljait a 19. század végi alapszabályában egyértelműen megfogalmazta:

„a) Szükölködő betegek ápoltatása és segélyezése. b) Megholtak eltakarítása. c) A boldogultak lelki üdvéért való imádkozás. d) A lelki üdvösség elnyeréséért, az egyet gondozása alá bocsátott jámbor hagyományok és alapítványok kezelése. e) A sínlők [Sic! Vagyis az »aggok« – Cs. V.] házána a föllálló alapszabályok értelmében való igazgatása és eltartása; végre az ezen menhelyen kívül lakó sínlők anyagi gyámolítása.”² Bizton állítható, hogy a Chevra Kadisát, vagyis a Szentegyletet, „szentté” tette a mindennapos munkája.

A negyedik, maga nemében első

A Chevra Kadisa fokozatosan szélesítette a szociális hálóját. Az ínségre kárhoztatott idősök gondozásának megoldásán először az 1800-as évek derekán

kezdett komolyabban foglalkozni, de míg a nemes eszme testet ölthetett, addig majd' két évtizednek kellett eltelnie. A körút ívében, az Aradi utca 7. szám 1869. május 31-én nyílt meg a Szentegylet sínylők háza, mely kezdetben annyira szűkös volt, hogy öt embernél többet nem tudott befogadni.³

A zsidó sínylők háza a mai Budapest területének a negyedik nyilvános szegényintézete (vagyis olyan ház, ahol beteg és/vagy munkaképtelen, jellemzően idős embereket láttak el) lett az 1713-ban alapított I. kerületi szegényápolda, az 1819-ben alapított I. kerületi polgári tápinté-

zet és az 1856-ban megnyitott Erzsébet-szegényház mellett; viszont gyakorlatilag az első, mely a becsületes, aktív kenyérkeresetben elaggott szegény emberek alkonyára gondolt. A négy intézetben 1874-ben összesen 413 embert gondoztak.⁴

Az intézménynek a városrendezés miatt költöznie kellett az Aradi utcából, de ezúttal már egy saját épületben a Terézváros kiépülő részén, a Damjanich utca 26. szám alatt folytatódhatott az idősellátás, melyet akkoriban hangulatos díszkertek tucatjai öveztek. Az új zsidó sínylők házának 1874. május 24-i megnyitására a korabeli sajtó, ha szükséztől is, de beszámolt: „Új jótékonyági intézettel gyarapodott ismét a főváros. Ez a helybeli izr. község által épített »sínylők háza« a Damjanich utcában, mely vasárnapon nyitott meg nagyszámú közönség jelenlétében.”⁵

Matuzsálemek mecénásai

Azonban hiába vannak egy egyletnek nemes eszméi, ha nincsenek olyan önzetlen emberek, akik a magas cél érdekében örömmel nyitják ki otthonuk féltve őrzött trezorját. Ilyen nagylelkű ember volt a sínylők házának első vezetője, tornyai Schossberger Simon Vilmos (1797–1874) is, aki nemcsak egyik fiát nevelte arra, hogy hozzá hasonlóan lelkiismeretes direktora legyen az intézetnek, de 10 ezer forinttal is biztosította a zökenőmentes működést.⁶

A fővárosi zsidó idősellátás úttörője a régi Pest egy tősgyökeres, tekintélyes kereskedője, Kann Ármín (1799–1889) volt. A gyermektelen Kann úr már sokat tett a sínylők háza 1869-es megnyílásáért is, azonban az intézmény hosszútávú fennmaradása és robbanásszerű fejlődése is hozzá fűződik, miután végrendeletében mintegy 170 ezer forintot (mely mai árfolyamon több mint 918 millió forintnak felel meg) hagyott a sínylők házának megnagyobbítására vagy új építésére, további 30 ezer forintot pedig a fiú- és leányárvaházra, a siketnémák intézetére, a hitközség nyugdíjintézetére, a kézműves egyletre és a rabbiszemináriumra.⁷

A tetemes Kann-hagyaték mellett voltak még más, kisebb, de hasonlóan kiváló szívből jövő hagyományok, például egy évvel korábban a pesti hitközség és a kereskedelmi csarnok volt elnökének, Neuwelt Ármín (1815–1888) emlékére az özvegye, született Munk Babetta (1834–1889) összesen 10 ezer forintot ajánlott fel, a abból egy részt külön a sínylők házára.⁸

A magyar bőripar úttörője, Wolfner Gyula (1814–1889) gyáros a végrendeletében összesen 41 ezer forintot ajánlott jótékony egyleteknek, s abból 1000 forintot kifejezetten a sínylők házára.⁹

Az idősgondozás úttörőinek zsidó panteonja

Schossberger Simon Farkas a fővárosi kereskedő világ egyik kiemelkedő tagja, dohányexportőr, földbirtokos, a 19. század közepének egyik leggazdagabb embere, akit 1863-ban „tornyai” előnévvel nemesítettek. A pesti izraelita hitközség elnöke, s az aggok házának első elnöke volt, utóbbi pozícióját egyik fia, a Pesti Kereskedelmi Bank alapítója, báró Schossberger Zsigmond (1827–1900) örökölte meg.¹⁰



TORNyai SCHOSSBERGER SIMON FARKAS ÉS NEJE, SZÜL. SACHS REGINA (FORRÁS: MILEV)

Rust Bernát (1818–1896) nagykereskedő, a fővárosi kereskedelmi élet egyik neveztese, az Osztrák–Magyar Bank főtanácsosa és a budapesti főintézetnek igazgatósági tagja, a pesti kereskedelmi bank felügyelőbizottsági alelnöke stb., nemcsak a felekezeti élet egyik vezetője és nagy támogatója, de szinte minden jótékony kezdeményezés felkarolója, s mint műkedvelő, az irodalmi és művészi élet egyik mecénása is volt.¹¹ Közéleti és szakmai szerepéért az uralkodó 1888-ban „ruszti” előnévvel nemesítette.¹²

Oppenheim J. Salamon (1817–1892) szintén nagykereskedő, az Osztrák–Magyar Bank bíráló- míg az Egyesült Budapest Fővárosi Takarékpénztár igazgatósági tagja. Hosszú évekig az izraelita nőegylet számvizsgáló bizottságában is tevékenykedett, melyről végrendeletében bőkezűen megemlékezett (200–200 forintos alapítványokkal), csakúgy, mint a fiúárvaházról, siketnéma és vakok intézetéről is.¹³ Tagja volt az aggok háza építőbizottságának is, ám a remekművet már nem érthette meg.

Deutsch Jakab (1835–1907) az „árvák atyja”, az izraelita fiúárvaház nagynevezte, 33 éven át vezetője, az intézettel összefüggő elemi és polgári iskolák és a nyári üdülő alapítója volt. Jóllehet munkájának javát az árváknak szentelte, azonban időt szakított az aggok gyámolítására is. Erdemeit a Ferenc József lovagrenddel ismerték el.¹⁴

Elhatározásból cselekvés

A Pesti Chevra Kadisa 1891. május 28-án tartotta évi rendes közgyűlését Reusz Károly (1812–1897) elnöklétével, melyen elhatározták, hogy a Kann-féle hagyaték kikötése alapján egy 100 ezer forinttal előirányzott új aggok házat építtetnek.¹⁵ Érdekesképpen lehet megjegyezni, hogy Kann Ármin, a nagy jótevő Reusz sógora volt.¹⁶

A tervek elkészítésével az akkoriban népszerű építész, Freund Vilmost (1846–1920) bízták meg, kinek közbenjárására a fővárosi vezetés gondoskodott a Hungária körúti csatorna meghosszabbításáról és a vízvezetékcsövek bevezetéséről az új intézetbe.¹⁷

Mai szemmel olvasva meglehetősen abszurdnak hangzik, ahogy az épület új helyszínéről írtak: „a legszebb és legegészségesebb vidéken van elhelyezve”¹⁸. De míg ma az egyik legforgalmasabb, nem éppen a nyugalom szinonimájaként említett területet ismerjük a Hungária körút és Erzsébet királyné útjának kereszteződését, addig a 19. század végén a környék valóban egy rekreációs övezetnek számított, melyet elsősorban a városligeti Iparcsarnok neoreneszánsz palotája határozott meg.

S a sínylők háza nemcsak a zajos belvárosi szürkeséget hagyta hátra, de kisé bántó nevét is levetkőzte, ugyanis röviddel az idősgondozás új palotájának felavatása előtt Schossberger báró vezetésével elfogadták a tehetséges író és politikus, Tenczer Pál (1836–1905) emberséges javaslatát, hogy az intézményt ezentúl „aggok házának” nevezzék.¹⁹

Az eredetileg egyemeletes épület főbejárata fölé Dávid király egy intő mondatát rakták, mely magyarul így hangzik: „El ne vess, ó, aggságom korában, hogy fogytában erőm, ó, el ne hagyj!” (Zsoltárok 71:9.)

A 23 szobás palota 60 aggastyán kényelmes elhelyezésére készült, mely zsinagógával, könyvtárral, társalgóval és egyéb közösségi helyiségekkel volt ellátva, az épülethez pedig szép kert csatlakozott. Ünnepeles, 1893. november 5-i megnyitásakor már 17 nő és 20 férfi lakta, akik egy évvel korábban költöztek át a Damjanich utcából, melyet Chevra Kadisa az Országos Izraelita Kézmű- és Földművelési Egyletnek adott el, hogy ott tanoncotthont alakíthasson ki.²⁰

Beszámoló a felavatás napjáról

A zárókó lerakással egybekötött ünnepeles avatóünnepségről a következő beszámolót ismerjük:

„Az ünnepeles az aggok háza ebédlőjében folyt le, melyet pompás pálmateremmé változtatott át Deutsch Jakab mindenre kiterjedő figyelme, ki az ünnepelest rendezte. A keleti fal előtt, melybe a zárókó behelyezendő volt, szépen díszített emelvényt állítottak fel, melyen a hivatalos vendégek és a küldöttégek foglaltak helyet.

Pont 10 órakor megreszkette a termet Lazarus Adolf főkántor és a templomi kar hatalmas éneke, mellyel az avató zsoltárt (»Mizmór sir chanukasz



DÉLUTÁNI PIHENŐ A TERASZON (FORRÁS: MILEV)

habajisz») előadta és mellyel ünnepi hangulatot terjesztett szerte a teremben, a szívekben, az arcokon.

Mint az aggok háza bizottságának elnöke, Schossberger Zsigmond báró hosszabb, lelkes beszédben köszönetet mond most mindazoknak, kik a nemes ügyért áldoztak, fáradtak és ajánlja az intézetet az emberbarátok kegyébe. Menhelyt adunk, meleget, kényelmet – úgymond – érdemes, és a maguk hibáján kívül elszegényedett és magukkal tehetetlen aggoknak, kik ez intézet nélkül éheznének, fáznának, és hajlék és otthon nélkül, kétségbeesve elvesznének.

Az angyal, folytatá a szónok, görögül is (angelos), héberül is (maloch) küldöttet jelent. Angyallá válhat – tisztelt, díszes közönség – mindenki, ki a küldöttséget érzi hozzá. Ilyen küldött, ilyen igazi maloch volt bold. Kann Ármin, kinek páratlan nagylelkűségének köszönjük ezt az intézetet és kinek nevét áldva-áldjuk, míg ez az intézet csak fennáll. [...]

[Dr. Kohn Sámuel főrabbi a zárókó lerakás után mondta:] Templomban vagyunk. Templomban, melyben Isten-tiszteletet végeznek. Jom kippur

Az óbudai zsidó aggok háza 1899-es megnyitására írták

„Az óbudai Chevra Kadisa humánus működését kibővíteni óhajtván, 1897-ben aggok háza létesítését határozta el. E nemes törekvés, melynek eszméjét legelőször Ehrlich Sámuel, az egyesület elnöke hirdette és melyet az egész ügyvezetőség lelkesedéssel fogadott, alig 1 1/2 év lefolyta után, habár egyelőre csak szerény keretben, megvalósult. Vasárnap e hó [május – Cs. V.] 7-én ezen újabb emberbaráti intézményt átadták – rendeltetésének.

A felavatás d. u. 5 órakor templomi ünnepélyvel kezdődött, mely alkalommal Adler Illés dr. főrabbi remek ünnepi beszédben méltatta a vénekről való gondoskodás magasztos voltát vallásunk és a szentírás szempontjából, az énekkar pedig alkalmi énekeket adott elő.

Az Isten-tisztelet után a hitközség tanácsstermében díszülés volt, melyen úgy a hitközség mint a Chevra Kadisa képviselő-testülete teljes számban jelent meg. Itt Ehrlich Sámuel elnök intézett a jelenlévőkhöz rövid, nagy tetszéssel fogadott beszédet, melynek különösen azon része volt igazán megható, midőn az ősz férfiú örömkönnyek közt adott hálát a gondviselésnek, hogy neki megérni engedte eszméjének megvalósulását. Be-

széde folyamán a sínylők házi alap javára újlag 200 koronát (1897-ben is 200 koronát) ajánlott fel.

Az ülés után Scheidler Manó egy 82 éves öregember a sínylők házának első és ez idő szerint egyedüli lakosa (minthogy társa Steiner Adolf, akinek fölvétele már szintén el volt határozva, időközben meghalt) az előljáróság kíséretében elfoglalta helyét az új otthonában.

Este 8 órakor társasvacsora volt, mely alkalommal az első felköszöntőt Adler Illés dr. főrabbi mondta a királyra. Utána Ehrlich Sámuel elnök a hitközség és Chevra Kadisa ügyvezetőségére és tagjaira. Mondtak még felköszöntőt Tatay Adolf dr., Vörösváry Vilmos,

Krausz Jakab dr., Bató J. L. és Breitner Károly. Adományoztak is az új intézmény javára.

Az aggok házának megteremtésén az elnökön kívül még Finály József, Radványer Adolf, Deutsch Lipót, Baron Adolf, Szamek Nándor, Handel Zsigmond, Quittner Ármin, Weisz Mór H. és Mittelmann Jakab munkálkodtak buzgón.”

(Forrás: „Hirek – Aggok háza Ó-Budán.”, *Egyenlőség*, 1899. 18. évf. 20. szám, 8. old.)



ZILZER ANTAL FESTŐ VÁZLATA BENTLAKÓ IDŐSEKRŐL (1910 KÖRÜL) (FORRÁS: MILEV)



haftorájában a próféta hirdeti, mi az Isten-tisztelet: nyomorultaknak házadban otthont adni, kenyeret megosztani az éhezővel, a meztelent felruházni: ez az Isten-tisztelet. Itt, ilyen Isten-tiszteletet végeznek. [...]

Ráth Károly főpolgármester a székesfőváros nevében üdvözli a humanitás ezen új templomát, mely méltó helyet fog elfoglalni minden Budapest legkiválóbb jótékony intézetei közt és amelyre büszke lehet nem csak ez az igazán szent egyesület, nemcsak a zsidóság, de a fő- és székváros is, melynek jótékony intézetei fenntartói közt a zsidóság oly kiváló helyet foglal el. Szívből jövő, őszinte köszönetet mond e felséges intézet létrehozóinak, alapító példával jártak elől a fő- és székváros közönségének.”²¹

¹ Ujvári Péter (szerk.), *Magyar Zsidó Lexikon*. Budapest: Zsidó Lexikon, 1929. 700. old.; ² „A zsidók szent egyletéről”, *Pesti Napló*, 1875. 26. évf. 257. szám, 1. old.; ³ Körösi Imre dr., „Aggok menháza.”, *Magyar Zsidó Szemle*, 1893. 10. évf. 10–11. szám, 590. old. A továbbiakban: Körösi, 1893.; ⁴ „Különfélék – A főv. szegényházak és népkonyhák 1874-ben.”, *A Hon*, 1876. 14. évf. 234. szám, 3. old.; ⁵ „Különfélék – Új jótékonyági intézettel...”, *Pesti Napló*, 1874. 25. évf. 119. szám, 2. old.; ⁶ „A Schosberger család megalapítójáról.”, *Egyenlőség*, 1890. 9. évf. 12. szám, 3–5. old.; ⁷ „Hirek – Kétszáz ezer forintot”, *Egyenlőség*, 1889. 8. évf. 6. szám, 11. old.; ⁸ „Hirek – Áldás követi a sirba is”, *Egyenlőség*, 1888. 7. évf. 13. szám, 6. old.; ⁹ „Hirek – Wolfner Gyula végrendeletéből.”, *Egyenlőség*, 1889. 8. évf. 23. szám, 7. old.; ¹⁰ „Hirek – Tornyai Schosberger Zsigmond báró.”, *Egyenlőség*, 1900. 19. évf. 40. szám, 9. old.; ¹¹ „Napi hírek – Halálozás.”, *Pesti Hírlap*, 1896. 18. évf. 334. szám, 6. old.; ¹² „Hirek – Új nemesek.”, *Egyenlőség*, 1888. 7. évf. 32. szám, 9. old.; ¹³ „Hirek – A pesti izr. hitközség intézményeinek támogatói.”, *Egyenlőség*, 1892. 11. évf. 23. szám, 10. old.; ¹⁴ „Deutsch Jakab.”, *Egyenlőség*, 1907. 26. évf. 36–37. szám, 10. old.; ¹⁵ „Hirek – A pesti Chevra Kadisa”, *Egyenlőség*, 1891. 10. évf. 22. szám, 16. old.; ¹⁶ Mezei Ferenc dr., „Reusz Károly méltatása.”, *Egyenlőség*, 1898. 17. évf. 19. szám, 5–7. old.; ¹⁷ „Fővárosi ügyek – A középítési bizottság”, *Nemzet*, 1892. 11. évf. 3447. szám, 5. old.; ¹⁸ Körösi, 1893: 592. old.; ¹⁹ „Hirek – Az új aggok-háza megnyitásának programja.”, *Egyenlőség*, 1893. 12. évf. 44. szám, 9. old.; ²⁰ Uo.; ²¹ „Hirek – Az új aggok-háza felavatása”, *Egyenlőség*, 1893. 12. évf. 45. szám, 8–10. old.

NAPFÉNYES ALVÓSZOBAI RÉSZLET (FORRÁS: MILEV)



A zsidóság fénye a gyűlölet sötétségének helyén

Több ezer európai zsidó fiatal töltött együtt egy felejthetetlen sábátot, a CTeen nemzetközi ifjúsági szervezet évente megtartott rendezvényén, ez alkalommal Berlinben. A CTeen magyarországi csapatából több tucatnyi fiatal vett részt a különleges sábátonon.

A CTeen a világ legdinamikusabban növekvő és mára már legnagyobb zsidó ifjúsági szervezete, mely a Chábád-Lubavicsi mozgalom égisze alatt, a hagyományoktól eltávolodott zsidó fiatalokat igyekszik viszszaterelni a judaizmus értékeihez.

Huszonkilenc magyar tinédzser érkezett Berlinbe január elején, elszántan és büszkén képviselve Magyarországot az Európai Zsidó Tinédzser Kongresszuson, Tzemmy rabbi és Sophie Bassman vezetésével.

A magyar tizenévesek különböző foglalkozások és beszélgetések során több száz fiatallal építettek ki szoros kapcsolatot, akik több mint 25 országból érkeztek a konferenciára. A több mint egy évtizede évente megrendezett találkozó célja, hogy a zsidó tizenévesek vezetői képzésen, csoportos beszélgetéseken és nemzetközi kapcsolatépítésen keresztül erősítsék kötődésüket a zsidó hagyományokhoz.

„Rendkívül inspiráló, hogy a fiatalok felelősséget vállalnak egy élénk zsidó jelen és jövő építéséért” – mondta Sophie Bassman, a CTeen Hungary társigazgatója. „Ők a mai kor vezetői, és nagyon fontos, hogy ezt a lendületet fenntartsuk, különösen a növekvő gyűlölet ellenében itt Európában és máshol a világon.”

A hétvége csúcspontja a berlini Brandenburgi kapunál volt, ahol minden résztvevő, egész Európából érkezett tinédzserek, együtt sorakoztak fel, és együtt mondták el a Smá Jisráel ősi hitvallást. Az egység érzése szinte tapintható volt azon a helyen, amelyre egykor a gyűlölet sötét árnyéka vetült.

„Látható volt, ahogy ezek a tizenévesek büszkén vállalják zsidó identitásukat egy olyan helyen, amelyet egykor a gyűlölet árnyékkolt be, mindez népünk ellenálló képességét bizonyítja” – mondta Mendy Kotlarsky rabbi, a Chábád világközpontjának képviselője. „A lubavicsi Rebbe víziója inspirál bennünket, hogy a megpróbáltatásokkal

szemben a leghathatósabb válasz, ha elmélyítjük az örökségünk és értékeink iránti elkötelezettségünket.”

Bassman Tzemmy rabbi, a CTeen Hungary társigazgatója a sábáton után kifejtette: „Az örökségünk mélyen gyökerezik Magyarországon. Amikor ezek a tizenévesek friss ötleteket hoznak – mint például a havi rendszerességű rendezvények, a közösségi szolgálati projektek és a közös ünnepek –, az az összetartozás élményét adja azoknak is, akik most nem tudtak részt venni ezen a különleges eseményen”.

„Látjuk, mennyire fontos, hogy a magyarországi zsidó tizenévesek lássák, hogy valami nagyobb dolog részei. Olyan fórumokat szeretnénk létrehozni a nyílt beszélgetésekhez, ahol mindenki érzi, hogy értékelik és meghallgatják” – magyarázta Bassman rabbi, hozzátéve, hogy „Jó érzés látni, hogy nem vagyunk elszigetelve. Európa-szerre vannak barátaink és szövetségeseink, és ez együtt erősít bennünket”.

MEGJELENT A ZSIDO.COM-ON





Izraelnek és Magyarországnak különleges feladatot kell ellátnia

Magyarországra látogatott GIDEON SZÁÁR izraeli külügyminiszter

LIEBMANN FLÓRA *írása*

Hazánkba látogatott Gideon Száár izraeli külügyminiszter, akit január 23-án reggel irodájában fogadott Szijjártó Péter külgazdasági- és külügyminiszter.

A találkozón Szijjártó Péter kiemelte, hogy Magyarország örömmel értesült Izrael és a Hamász palesztin terrorszervezet közt létrejött tűzszünetről, amihez Magyarországnak speciális érdeke fűződik, mivel a fogvatartottak között lévő magyar állampolgárságú tús szabadulására csak akkor kerülhet sor, ha az első fázist teljesen végrehajtják, és sor kerül a második fázisról szóló tárgyalásokra.

Szijjártó Péter elmondta, hogy továbbra is áll a Benjamin Netanjahu izraeli miniszterelnöknek szóló magyarországi meghívása, szerinte ugyanis a Nemzetközi Büntetőbíróság (ICC) ellene kiadott elfogatóparancsa csak politikailag motivált döntés.

Szijjártó Péter az ENSZ elfogultsága kapcsán elmondta: *„Legutóbb nemmel szavaztunk az ENSZ-ben akkor is, amikor Izraelt további végzálásnak akarták kitenni a nemzetközi bírósági rendszerben, amely elvesztette a hitelességét és a komolyságát akkor, amikor Izrael miniszterelnökével szemben elfogatóparancsot adott ki”* – érvelt Szijjártó.

A külügyminiszter közölte, hogy Magyarország stratégiai jelentőséget tulajdonít az együttműködésnek Izraellel, nincsenek nyitott kérdések a két ország között, ráadásul már újra él a közvetlen légi összeköttetés is.

Gideon Száár egyebek mellett kijelentette, hogy Magyarország egyike azon államoknak a nemzetközi közös-

ségben, amelyek tisztában vannak a jó és a rossz, a helyes és a helytelen közötti különbséggel. *„Nagyra értékelem a magyar kormány támogatását a nemzetközi porondon, különösképp az Európai Unióban és az ENSZ-ben”* – mondta. *„Mivel Európa és a Közel-Kelet óriási kihívásokkal néz szembe, épp ezért Izrael és Magyarország fontos szerepet kell hogy betöltsön.”*

Gideon Száár budapesti látogatásán találkozott az EMIH – Zsidó Szövetség és a Magyarországi Ortodox Izraelita Hitközség (MAOIH) vezetőivel is. A több mint egy óráos találkozón a miniszter méltatta a Chábád-Lubavicsi küldöttek munkáját.

Miután Száár meglátogatta a Kazinczy utcai ortodox zsinagógát, a MAOIH Dob utcai központjának dísztermében rendezett találkozón Oirechman Smuel rabbi, a MAOIH főtítkára köszöntötte az izraeli külügyminisztert, majd Köves Slomó, az EMIH vezető rabbija beszédében méltatta a magyar-izraeli kapcsolatokat és kiemelte, hogy hazánkban a zsidó közösségek nagy fokú biztonságban élnek. Köves rabbi beszédében szót ejtett a zsidó élet reneszánszáról, az oktatási és a vallási életet segítő tevékenységekben kifejtett munkáról és hangsúlyozta a magyarországi zsidóság kötődését Izrael államához.

„A Szentföld és Izrael államának biztonsága tekintetében nagy fokú az egyetértés a

zsidó közösségeken belül, ezért is vagyunk hálásak, hogy a zsidók hazánkban nagy fokú biztonságban élnek. Sajnos ez nem mondható el Európa sok más országáról” – mondta beszédében Köves rabbi, aki hozzátette: *„Közösségünk mindent megtesz azért, hogy a Magyarországra látogató izraeli turisták otthon érezzék magukat, illetve minden lehetséges módon igyekszik hozzájárulni az Izraelről alkotott pozitív kép kialakításában.”*

Az izraeli külügyminiszter beszédében kiemelte a diaszpórai zsidó közösségek támogatásának és az Izrael Államával fenntartott szoros kapcsolat fontosságát.

„Izrael ellenségei nem alszanak, rendkívül fontos a zsidóság összetartása ezekben a kihívásokkal teli időkben” – emlékeztetett Gideon Száár, aki hozzátette: *„Izrael Állama hálás a Chábád-Lubavicsi mozgalomnak, amiért minden zsidóról gondoskodik, bárkiről is legyen szó”.*

A politikai klímát megemlítve az izraeli diplomácia vezetője emlékeztetett az áldott emlékű lubavicsi Rebbe, Menáchem Mendel Schneerson rabbi döntvényére, miszerint *„egy négyzetcentiméternyi földet sem szabad Izraelnek átadnia, mert az a zsidók biztonságát veszélyeztetné, Isten ments”.*

A több mint egy órán át tartó beszélgetés végén az EMIH és a MAOIH elnökei ajándékot adtak át Gideon Száárnak.

Sétával és gyertyagyújtással emlékeztünk

80 ÉVE SZABADULT FEL A BUDAPESTI GETTÓ

BONTA MIKLÓS *írása*

A pesti zsidók felszabadulásának 80. évfordulója alkalmából megemlékezést tartottak az Egységes Magyarországi Izraelita Hitközség (EMIH) szervezésében. Az esemény a Bét Menáchem Héber–Magyar Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola előtti emlékfalnál zajlott a Megyeri Jónatán által vezetett gettó-séta után.

Az erzsébetvárosi Dohány utca 32–34. szám alatt található egy 1892-ben épült háromemeletes, romantikus homlokzatú iskola, amely szinte teljesen megegyezik azokkal az épületekkel, amelyek az előző századforduló környékén épültek. Azonban ez a ház, amely 2012 óta a Bét Menáchem Héber–Magyar Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola, Óvoda és Bölcsőde otthona, 80 éve szomorú eseményeknek volt szemtanúja. Erre emlékeztet az iskola előtt, 2014-ben felavatott emlékfal, amely felhívja az arra járók figyelmét, hogy a 19. század közepétől ezek az utcák a zsidó közösség életének központjává váltak. Iskolák, imaházak, zsinagógák, közösségi terek, boltok sokasága működött itt, s a hagyományok máig élnek.

A többnyelvű tábla arra emlékeztet, hogy 1944. december 2. és 1945. január 17. között a zsidó származású magyarok közül 70 ezer ember retteggett és nélkülözött a pesti gettóban. Itt és a környező házakban, mindössze 0,3 négyzetkilométeren, 4513 lakásban zsúfolódtak össze. Egy szobában átlagosan 14 ember élt, teljesen kiszolgáltatva a borzalmas körülményeknek és a magyar nyilasok, valamint a náci kegyetlenkedéseinek.

A Klauzál téri gránitkorong

E másfél hónap alatt az áldozatok száma meghaladta a 10 ezer lelket. Erre a szomorú időszakra emlékezve tavaly októberben a közeli Klauzál téren egy 4 négyzetméteres gránitkorongot helyeztek el. A korongon 3000 jel található, amelyek arra em-



lékeztetnek, hogy a gettóba zárt zsidók hónapokon keresztül elviselhetetlen körülmények között éltek.

A gettó felszabadításának 80. évfordulóján a Dohány utcai iskola emlékfala előtt tartotta megemlékezését az EMIH. Szép számú megemlékező előtt elmondott beszédében *Oberlander Báruch* rabbi, a Vasvári Pál utcai zsinagóga rabbija, a Budapesti Ortodox Rabbinate vezetője emlékeztetett arra, hogy az embertelen körülmények között is sikerült sok zsidónak a pesti gettóban túlélnie a borzalmakat.

A rabbi hangsúlyozta, hogy a nyolcvan évvel ezelőtti tragikus események emléke soha nem évül el. Elmondta, hogy nemrégiben lehetősége nyílt arra, hogy néhány napot eltöltsön 92 éves édesanyjával, amikor amerikai útján járt. Édesanyja, aki a vészkorszak traumáját mind a mai napig hordozza, sok nehézségen ment keresztül. Bár a borzalmak nyomai továbbra is jelen vannak, szerencsére édesanyja családot alapított, és ma már számos unokája, dédunokája és ükunokája él. Ennek ellenére a gyermekkorában átélt szörnyűségek és a háború borzalmi örökre benne maradnak, folyamatosan emlékeztetve őt a hatmillió zsidóra, akik a náci terror áldozatai lettek.

A zsidó közösségnek egységet kell alkotnia

Az elpusztított zsidó közösség hiányát ma is érezni lehet, mind kulturálisan, mind vallásilag. Korosztályok tűntek el. Fontos emlékezni arra, hogy volt idő, amikor az emberek képesek voltak gyűlöletből gyerekeket, nőket, férfiakat, fiatalokat és időseket ölni. Az egyik legfontosabb tanítás, amit át kell adni: ember nem gyűlölhet embert. Lehet nem egyetérteni a másikkal, de gyűlölni nem szabad, mert az tragédiához vezethet, és vezetett is. Nem szabad elfelejtenünk, hogy a zsidóságon belüli gyűlölet különösen elítélendő, mivel egy közös nép vagyunk, közös sorssal. A rabbi hangsúlyozta, hogy a zsidó közösségnek meg kell őriznie az összetartást, különösen a nehéz időkben. Kiemelte, hogy éppen ezen a napon kezdődött el a Hamász terroristák által túsul ejtett személyek szabadon bocsátása, ami különleges jelentőséggel bír. A másfél éves fogság után ez a szabadulás az új reményt és az együttérzést hozta, amely mindig is közösségünk alapja volt.

A rabbi felidézte, hogy édesapja 15 éves gyermek volt, amikor felszabadult. Elhatározta, hogy megkeresi a szüleit, és a sok hónapnyi bizonytalanság után, hogy vajon élnek-e még, hatalmas öröm érte, amikor rájuk talált. A szülei, akik a nehéz időkben elbújva éltek, a Vadász utcai, úgynevezett Üvegházban rejtőzködtek, és édesanyjának sikerült megőriznie férjét, a rabbi édesapja féltve őrzött tfilinjét. Édesapja a szabadulásának napján



felrakta a tfilint a túlélésért érzett hála jeleként, és emlékezett a mártírokra, miközben megígérte, hogy a zsidó vallást továbbra is gyakorolni fogják.

A megemlékezés résztvevői hitet tettek arra, hogy folytatják elődeik hagyományait, hitét, még a nehézségek árán is. Mielőtt ki-ki meggyújtotta az emlékezés mécseseit, elmondták a 23. zsoltár, *Dávid zsoltára* sorait:

„Ha sötét szakadéokban járok is, nem félek a bajtól, mert velem vagy, botod és támaszod lesz a vigaszom.”

Klímaválság és zsidóság: mit tehetünk zsidókként a környezetünkért?

Amikor az Örökkévaló megteremtette a világot, körbevezette az embert a Gán édenben, az Édenkertben, és megmutatta neki a fákat. És azt mondta, hogy nézd, milyen szép ez a világ, amit teremtettem! Használd jól, ne pusztítsd el, mert nem jön utánad senki, aki megjavítaná. Tu bisvát, a fák újéve alkalmából a környezetvédelem és a zsidóság kapcsolatát járjuk körbe egy podcast segítségével.



A Sólet az Élethez podcastban az életünk hétköznapi kérdéseiről, párkapcsolatról, szerelemről, magányról és közösségről, túlhajszoltságról vagy a jelen megéléséről beszélget Hidas Judit újságíró a pszichológia vagy valamilyen köznapi szempont és a zsidó vallás, zsidó közösség szemszögéből a vendégeivel. Tu bisvát alkalmából például Nagy Rékával, az Ökoanyu néven ismert klímakommunikációs szakemberrel, íróval és Steiner Zsófiával, magazinunk főszerkesztőjével beszélgettünk környezetvédelemről, a zsidó hagyományról az ünnep modern kori népszerűségéről.

Tu bisvát népszerűsége

A zsidóságban négy új évet különböztetünk meg, ezek egyike a tu bisvát, a fák újéve, amit a tél végén ünnepelünk. Ettől számítjuk a fák korát, ami egy sor mezőgazdasági parancsot kapcsán merül fel – magyarázta

Steiner Zsófia. Az utóbbi évtizedekben lett egyre népszerűbb tu bisvát ünnepe, részben azért, mert a modern Izraelben általában nagyon népszerűek a mezőgazdasági vonatkozású zsidó ünnepek.

Noha, ahogy Hidas Judit megjegyezte, a hétköznapi ember azt képzei, hogy a környezetvédelem és a vallás nem illenek össze, hiszen előbbi egy modern, napjainkban „trendi” dolog, míg a vallás ősrégi szokások rendszere. Azonban egy kicsit utánajárva kiderül, hogy ez koránt sincs így. Ahogy megannyi más dologban, ebben is nagyon modern álláspontot képvisel a zsidóság, korát messze meghaladva a történelem során.

„Ennek oka, hogy a zsidóságban az Örökkévaló által teremtett környezetet nem vesszük adottnak, mivel bölcseink szerint a világ azért áll, mert az Örökkévaló folyamatosan újratermeti.

Nem véletlenül van ott az a fűszál, nem véletlenül van ott az a kő, ahol, hanem az Örökkévaló akaratából és az ember nem kívül áll ezen a rendszeren, hanem a része. Nem azért adta nekünk a világot Isten, hogy kényünk-kedvünk szerint tönkre tegyük, kizsigereljük”

– magyarázta Steiner Zsófia, és megismertette a hallgatókat egy másik gondolattal, amit nagyon modernnek érzünk, ám egyidős a zsidósággal, ez a báál táshit, ami tulajdonképpen a túlfogyasztás tilalma. Ez az elv érdekes módon a háború szabályaiból ered: ha egy várost ostromolnak, akkor az ottani gyümölcsfákat nem szabad kivágni. Ebből vezetik le a rabbik azt, hogy nem

szabad elpusztítani valamit, aminek haszna van, csak a pusztításért. Maimonidész idézve kifejtette, ez nemcsak arra vonatkozik, hogy kivágom-e a gyümölcsfát, hanem arra is, hogy ne tegyenek tönkre egy kutat, ami működik, ne tépje szét valaki egy ruhát, amit még lehet hordani, ne törjön össze egy edényt, amit még lehet használni.

„Röviden: annyit vegyünk el a világból, amennyit fel fogunk használni. Ha valami még használható, akkor próbáljuk meg használni. Ha mi nem tudjuk használni, akkor adjuk tovább, hiszen az adakozás, a mások megsegítése is nagyon fontos alapelve a zsidóságnak.”

Látjuk, hogy a *bál táschit* egy nagyon szélesen értelmezett előírás. Nem véletlen, hogy a 19. században élt, híres német rabbi, Sámson Rafael Hirsch azt mondta, hogy a *bál táschit* az embernek adott legszélesebb, legáltalánosabb elv, ami arra tanít, hogy az önös érdekeinket, az egónkat tartsuk kordában, és próbáljuk meg a világot úgy élni, használni, hogy az ne pusztuljon.

Nagy Réka, Ökoanyu klímakommunikációs szakember és író mindezt azzal a gondolattal egészítette ki, hogy a *bál táschit*hoz hasonlóan a környezetvédelem szó is egy nagyon komplex dolgot takar. Beszélni kell ennek kapcsán például a társadalmi igazságosságról, klímavédelemlről, biodiverzitás csökkenéséről. A zsidóság szempontjából pedig ki kell még emelni a közösségek szerepét, melyre ökológiai szempontból a kisközösségek elve felel meg leginkább. Bár számtalan elmélet létezik a környezettudatosság, az ökológiai szemlélet kapcsán, a közösségek szerepe mindegyikben nagyon fontos szerepet játszik. Ez a közösségi szemlélet is fontos volt, amikor zsidó iskolát választottak a gyerekeknek, ahol az adakozás, a közösségi felelősségvállalás és a mások megsegítésének micvái nagyon hangsúlyos szerepet kapnak az iskolások életében.

„Nekem az egy nagyon fontos szempont volt, hogy a gyerekeim ezt a szemléletet kapják meg az iskolában is. Ezt a fajta egymásra odafigyelést.”

A közösségek szerepe kapcsán a Covid járványt idézte fel, amikor a beszélői láncok megszakadása afelé tolt az embereket, hogy minél több mindenben igyekezzenek lokálisan megoldani a beszerzéseiket. Érdekes elgondolást mutatott be saját példájukon keresztül: egy közösségi mezőgazdálkodás tagjaként egy évre szerződnek egy gazdával, aki a földjén megtermelt terményeket egyelően osztja szét a közösség tagjai között. Így a gazdának megvan az egész éves bevétele fixen, a közösség tagjainak meg a friss élelmiszerre nincs gondja.

Elméletek a gyakorlatban

A nagy elméletek után arról ejtettek szót, hogyan tudnak ezek az elvek megjelenni egy vallásos család mindennapjaiban. „Azokat az apró lépéseket, amiket az egyén meg tud tenni, azokat akkor is meg tudja tenni, hogyha vallásos zsidó. A textilszatyor az akkor is textilszatyor, hogyha kóser húst rakok bele, az autó is ugyanannyi káros anyagot bocsájt ki, akár szombaton használják, akár másik napon.” Azonban a vallásos közösségeknek vannak speciális problémái, amik a környezetvédelem kapcsán megjelennek, pl. a rengeteg eldobható edény használata, aminek a visszaszorítása az egyén felelőssége. Az egyik jellegzetes dolog, hogy pészáchkor más edénykészletet, étkezészetet használunk, mint év közben. Nagyon sok embernek nincs rá helye, hogy még egy plusz teljes szettet tároljon, vagy más okból nem tart teljes ünnepi készletet és használja egy hétig az eldobhatót. Ez egy nagycsalád esetében jelentős szemétt mennyiség lesz.

„Nekem fontos, hogy ezt elkerüljem, ezért a pészách konyhám az pont ugyanúgy fel van szerelve, mint az év közbeni. 18 éve használom ugyanazokat az edényeket, és szorítom ki az egyszer használatos dolgokat. Ez is egy lépés, amit egy vallásos család megtehet a környezet védelméért”

– magyarázta a főszerkesztő.

A beszélgetés során felmerült egy további párhuzam a zsidó felfogás és a modern környezettudatosság kapcsán. A zsidóságban alapelve, hogy minden micva micva: egy betartott parancsolat akkor is számít, ha egy másikat nem tartok be utána, nem oltják ki egymást. Ugyanígy, ha valamit megteszünk a környezetünk védelmében, az már megtörtént, akkor is, ha más területeken kevésbé vagyunk figyelmesek. „Nem tudom megvédeni én egymagam a környezetet. Azt az egy, két, három dolgot, amit meg tudok tenni, azt viszont tegyem meg. Nagyon fontos az, hogy azt erősítsük önmagunkban elsősorban, hogy az az egy lépés is számít. Nem lehet azt mondani, hogy ha nem tudom az egész világot megmenteni, akkor ne csináljak semmit.”

A továbbiakban a klímaszorongás kapcsán a közösség megtartó erejére terelődött a szó, majd arra, hogy a zsidóságban mennyire létezik az a fajta apokaliptikus végkifejlet, amit napjainkban előszeretettel festenek le a klímaváltozás kapcsán.

„Abban bízunk, hogy a Messiás eljövételével lesz egy pozitív végkifejlete az e világi létünknek. Remélhetőleg, mielőtt még nagyon nagy bajt csinálnánk itt magunk körül, azelőtt eljön a megváltás és akkor megoldódik a probléma. Ezzel együtt nem lehet hátradőlni és fatalista módon várni a megoldást. Ahogy az Atyák bölcs tanításaiban, a *Pirké ávotban* szerepel Tárfon rabbi tanítása: 'A munkát nem neked kell bevégezned, de nem vonhatod ki magadat alóla.'”

SZÜLŐK ISKOLÁJA

ÖRÖMTELI GYEREKNEVELÉS

HOGYAN VÁLHATNAK GYERMEKEINK ERŐS ÉS KIEGYENSÚLYOZOTT FELNÖTTÉ?

JUHÁSZ VALI írása

Ahogy gondoskodva kell óvni, nevelni a facsemetéket, hogy erős, egészséges, terebélyes fákká nőjenek, úgy a gyermekeinket is; tőlünk, szüleiktől várják azt a szeretettel teli, biztonságos légkört, amelyben kiegyensúlyozott, magabiztos felnőtté cseperedhetnek az évek során.

A Zsilip tu bisváti rendezvénye – amely a fák újévének ünnepe – épp ezért a gyermeknevelést helyezi fókuszba: az eseményen neves szakértőktől kapunk tanácsot az örömteli, pozitív gyerekneveléshez. A kisgyermekről szóló részben *Deliága Éva*, okleveles pszichológus, integratív gyermekterapeuta, tanácsadó szakpszichológus, fókusz tréner, pszichodráma asszisztens tart előadást, aki több, mint egy évtizede foglalkozik családokkal, nyújt tanácsadást szülőknek és praktizál gyermekpszichológusként. Érdeklődése fókuszában a gyermeklélektan, a pszicho-educáció és a pszichológiai ismeretterjesztés áll. Gyermekpszichológusként gyakran találkozik aggódó, kétségbeesett vagy éppen magukat tehetetlennek érző szülőkkel, akiknek a hétköznapjait – úgy érzik – a gyermek szeszélyei irányítják. Görcsbe rándul a gyomruk, ha arra gondolnak, hogyan sikerül aznap teregetni önfejjű, makacs, a változásokat mereven elutasító gyermeküket. Teljesen eszköztelennek és kimerültnek érzik magukat. Úgy érzik, nem sikerül hatniuk gyermekükre, miközben mardossa őket a bűntudat és szeretnének még jobb szülővé válni.

A gyermekpszichológust jellemzően dackorszakban lévő gyermekek szülei keresik fel. Az elmúlt – világjárvány és háború által sújtott – években jelentős mértékben megnőtt a szorongó gyerekek száma. Emellett mindennaposak a verbális vagy fizikai agresszió megjelenési formái az intézményekben (óvodákban, iskolákban). *Deliága Éva* előadásán a pszichológiai tünetképzés lélektanáról, a viselkedéses nehézségek hátteréről volt szó. A szülők olyan gyakorlatias tippekkel, módszerekkel ismerkedhettek meg, amelyek segítenek a gyermeki akaratosság, félelmek és indulatok kezelésében. Ízelítőként vele beszélgettünk.

– *A dac és a dackorszak eredete valamiféle szorongás?*

– A dackorszak egy teljesen normális élettani sajátosság, általában másfél és hat éves kor között jelentkezik. A legtöbb gyermeknél ez az idegrendszer és a személyiség-fejlődésével járó folyamat, amely a szüleivel (legin-



kább az anyával) való szimbiotikus kapcsolódásból való leválás kezdete, amikor definiálni kezdi a saját énjét. Jellemző szavak ilyenkor az „én”, az „egyedül”, az „én akarom”, hiszen kialakul a saját akarata, a saját akarati élete. A dackorszakot alapvetően nem társítjuk szorongással.

– *Az indulatkezeléssel sok felnőttnek is gondja akad. Ha gyermekkorban, a dackorszak idején kezdünk el ezzel foglalkozni, akkor ezzel elejét vehetjük a felnőttkori indulatkezelési problémáknak?*

– A dac, mint életkori sajátosság, nagyban függ a gyermek temperamentumától. Minden gyermeknél változó az intenzitása és akár hosszan tartó is lehet. A lázadás hátterében sokszor a napirend hirtelen megváltozása állhat, amihez a gyermek kevésbé tud alkalmazkodni. Fontos, hogy a gyermek napi programja többé-kevésbé állandó legyen. Négy olyan dolog van, amely alapvetően meghatározza egy 21. századi gyermek napirendjét: az alvás, az étkezés, a mozgás és a képernyőidő. Ha ezek időtartamának hossza, sorrendje felborul, az okozhat problémát. Ezért gyermekpszichológusként inkább a prevenciót javaslom, hogy elkerüljük az ilyen helyzeteket. Ha már benne vagyunk egy ilyen szituációban, akkor annyit tehetünk, hogy nyugodtak maradunk. A cél az, hogy kevesebb ilyen incidens legyen és ezt úgy tudjuk elérni, ha a gyermek életkorához igazítjuk a napirendjét és a szabályokat.

– *Szinte már népbetegségnek számít a szorongás, ami sajnos a kisgyermekeket is érinti. Ha megerősítjük a gyermek önbizalmát, akkor csökkenthetjük ezeket a szorongásokat?*

– Napjainkban jellemző az információval való elárasztottság. Ez lehet videojátékokból, a televízióból és az interneten keresztül érkező információ-dömping, ezek közül némelyik nem a koruknak megfelelő. Kulcsszavaink ebben az esetben a minőség és a mennyiség: a szülő mennyire tud keretet szabni a képernyőidő vonatkozásában – ez a mennyiség, és az is fontos, hogy a gyermekek milyen tartalmakat fogyasztanak – ez pe-

dig a minőség. Így meg őket tudjuk óvni a káros tartalmaktól. Fontos továbbá a szülőnek a gyerekekkel való kapcsolata. A szülő felelőssége, hogy észlelje, ha a gyermek szótlanabb, labilisabbnak látszik, ha bántja vagy foglalkoztatja valami, ha össze van zavarodva, esetleg fél. Ez a biztonságos kapcsolat az alapja annak, hogy a szülő észrevegye a jeleket.

– *Fontos, hogy szülőként megerősítsük a saját önbizalmunkat is?*

– Ezzel kapcsolatban úgy fogalmaznék, hogy a legfontosabb a szülői kompetencia növelése. Az, hogy a szülőnek legyen elképzelése arról, hogy miként oldhatja fel ezeket a feszültségeket és hogy hallgasson az intuícióira. Ha mégis elbizonytalanodik, javasoljuk, hogy szükség esetén forduljon szakemberhez.

– *Mennyiben lehetnek más eszközei a szülőeknek és a nagyszülőeknek?*

– Nyilván ez is nehéz ügy, hiszen a szülők és a nagyszülők más generációból érkeznek. Az úgynevezett generációs szakadék, a szemléletek változása, az újonnan elterjedt trendek okozhatnak nézetkülönbségeket. A '80-as, '90-es években gyermekkorú fiatal szülők már más módszerekkel nevelik a gyermekeiket, mint őket a szüleik. A nagyszülőeknek figyelembe kell ezt venniük, tiszteletben kell tartaniuk a szülők filozófiáját és igyekezniük kell hasonló módszerekkel megpróbálniuk segíteni, mint ahogyan a szülő szokta kezelni az ilyen helyzeteket.

Használati útmutató kamaszokhoz

BACSÓ FLÓRA kapcsolódó nevelés-oktató előadása

Amikor kicsi a gyerekünk, 0-24-ben fontos a jelenlétünk a számára. Aztán ahogy egyre nagyobb és önállóbb, már nehezebb megnevetetni, bevonni egy-egy játékba, beszélgetésbe. Ettől függetlenül még mindig nagyon fontosak vagyunk a kis- és nagykamasz gyermekünk számára. Még akkor is, ha úgy kell levadászni egy puszira-ölelésre. Ebben a korban is igényli a figyelmünket, szüksége van arra, hogy érezze: bízunk benne, kíváncsiak vagyunk rá. Bár már nem biztos, hogy a nyakunkba ugrik, amikor hazaérünk vagy érte megyünk a suliba, azért fontos neki, hogy rendszeresen adjuk a meleg, osztatlan figyelmünket – hiszen a jó szülő-gyerek kapcsolat lesz az egyik legfontosabb védőfaktor a megnövekedett rizikóvállalás időszakában. A jó kapcsolatban pedig a játékosság mellett el fognak férni a konfliktusok is.



Hogyan tudunk kapcsolódni kiskamasz-kamasz gyerekünkhöz?

Ebben az előadásban, ami inkább kerekasztal-jellegűvé alakult, ehhez kaphattunk gyakorlati eszközöket.

<p>SzülőKlubja Kuckó</p> <p>(WhatsApp-csoport)</p>		<p>✦ Kihívásnap – Heti kihívások a szeretetteljes és boldog otthonért</p> <p>✦ ElméLKEDések – Inspiráló gondolatok és posztok arról, milyen szülőnek lenni</p> <p>✦ CHATörtök – Beszélgetések, kérdések és válaszok a szülők között</p>	<p>Gondoskodjunk együtt a jövő generációjáról! ✦</p> <p>https://chat.whatsapp.com/F3WQwz65eFWIdoTRx3SgAQ</p>
---	--	--	--

Hosszú életű élelmiszerek – savanyítás, sózás, fermentálás

DÉNES ANNA írása

Köztudomású, hogy sózással, savanyítással, fermentálással, befőzéssel meghosszabbítható a különféle, egyébként romlékony élelmiszerek élettartama, ráadásul a természetes tartósító eljárások új, izgalmas ízeket és textúrákat hoznak létre. Ezen eljárások a hűtőszekrények, illetve mélyhűtők kora előtt rendkívüli fontossággal bírtak és évezredek óta kísérik az emberiséget, lehetővé téve, hogy hosszú távon tárolják biztonságosan az élelmiszert és hogy akkor is legyen mit enni, ha méteres hó takarja a mezőket.

A savanyítási módszereknek két fő ága létezik: az ecetes és a sós. Az ecetben vagy más savas folyadékban történő savanyítás megöli az élelmiszerben lévő baktériumokat, így a savanyított étel akár éveken keresztül is eláll – hűtés és mesterséges tartósítószer nélkül. A másik módszer a sós lében történő savanyítás, melynek során a só hatására beindul a fermentáció, ami elősegíti az ehető, vagyis „jó” baktériumok elszaporodását, ugyanakkor gátolja a káros, az élelmiszer romlását elősegítő baktériumok fejlődését.

A tartósító hatás mellett nem elhanyagolható, hogy a savanyítás által nagyszerű ízeket érhetünk el. Nem véletlen, hogy a zsidók nagy rajongói a különféle módokon savanyított élelmiszereknek, legyen szó uborkáról, káposztáról vagy éppen heringről.

Bölcseink azt mondják, hogy a Tórában minden megtalálható, és vannak olyan magyarázatok, melyek szerint még a savanyú uborka is szerepel legszentebb könyvünkben! Az indiai eredetű uborka népszerű volt az ősi Közel-Keleten, például Egyiptomban. Mózes negyedik könyve (4Mózes 11:5.) így ír: „Emlékezzünk a halra, melyet Egyiptomban ettünk ingyen, az uborkára, a dinnyére, a póréhagymára, a vöröshagymára és a fokhagymára...” Feltételezhető, hogy az uborka, mely után olyannyira vágyakoztak őseink a pusztában, savanyított uborka volt. Az ősi uborkák

ugyanis rendkívül keserűek voltak és az egyiptomiak fermentálással tették ehetővé ezt a zöldséget. A fermentálási folyamat végeredménye üdítő, enyhén alkoholos savanyúság volt, melyet a régi egyiptomiak tudatmódosító hatása miatt (is) előszeretettel fogyasztottak.

Az egyik legkorábbi, a savanyítást konkrétan említő szöveg a Talmud (*Chulin* 97b.), ahol ezt olvassuk: „Smuel mondta: a sózás olyan, mint a forralás, a marinálás olyan, mint a főzés”. A talmudi vitában ezzel a kijelentéssel támasztják alá, hogy húsos és tejes élelmiszert nem szabad egyazon edényben savanyítani, hiszen a savanyítási eljárások mindkét típusa a főzés valamilyen formájához hasonlatos.

Egy másik helyen (*Sábát* 75b.) azon vitatkozik Rábá bár ráv Huná és Rává, hogy savanyításnak tekinthető-e, ha az ember szombaton sőt szór az ételre. Végül arra a megállapításra jut a Talmud, hogy mivel nem valószínű, hogy étkezés közben annyi sőt szórna bárki az ételre, amennyitől az megsavanyodik, ezért megengedett. Ezen epizód alapján feltételezhető, hogy a sózással való tartósítás rendkívül elterjedt volt a talmudi időkben.

A szegény emberek életében a savanyított élelmiszerek életmentő jelentőséggel bírtak: nagyszerű vitaminforrást jelentettek és a fagyos európai tél hosszú hónapjai során biztosították, hogy mindig jusson étel az asztalra. „A savanyított zöld-

ségek, elsősorban a káposzta, a cékla és az uborka a lengyelországi, litvániai, ukrainai és oroszországi zsidók alapvető élelmiszerei közé tartoztak” – írja Claudia Roden a zsidó gasztronómiáról szóló monumentális összefoglaló művében (*The Book of Jewish Food*, 1996). A zsidó háziasszonyok az említett térségben különösen híresek voltak a savanyúságaikról: „A parasztok a gazdaságukból származó termékeket vitték a vásárra, a zsidó háziasszonyok pedig hordókból árulták a savanyúságot” – írja Roden. A zsidók számára a borból előállított ecet drága luxuscikknek számított, ezért leggyakrabban sós lében készültek a savanyúságok, és fokhagymával, valamint kaporral ízesítették azokat.

A zöldségek mellett feltétlenül meg kell említeni a heringet mint a kelet-európai zsidó konyha egyik jellegzetes „savanyúságát”. Az ecettel, cukorral és hagymával savanyított hering receptjét zsidó halkereskedők tökéletesítették, és a kelet-európai zsidók vitték azt magukkal az 1800-as években az Újhazába. „Ahol nincs értékes ember, ott még a hering is halnak számít” – szól a jiddis mondás, összegezve a hering jelentőségét a kelet-európai zsidók életében. A savanyított hering napjainkig töretlen népszerűségnek örvend számos zsidó közösségben, és szombat délelőtti kidusok, bár micva ünnepek vagy más közösségi események elmaradhatatlan kísérője.

Savanyú káposzta

párve, glutén- és tojásmentes

Hozzávalók: 3 fej káposzta; só; 8-10 babérlevél; 1 kk. szemes fekete bors

A káposzta külső, sérült leveleit levesszük. Megvizsgáljuk a káposztafejeket, nem látható-e rajtuk annak a nyoma, hogy hernyó vagy más kártevő támadta meg. Mivel a káposzta levelei szorosan egymásra simulnak, ha kívülről nem látható nyom, akkor belül sincsen kártevő. A káposztafejeket félbevágjuk, torzsájukat kiemeljük, majd éles, széles pengéjű késsel nagyon vékonyra szeleteljük. A felszeletelt káposztát nagy tálba tesszük, rétegenként megsózzuk. A tálban levő zöldséget néhány órán át állni hagyjuk, időnként megforgatjuk. Egy (vagy több) megfelelő méretű üveget tisztára mosunk és forró vízzel sterilizálunk, a káposztát nagyon szorosan beletömököljük, időnként egy-egy babérlevelet és néhány szem borsot is beledobunk. A káposztát addig nyomjuk lefelé, amíg annyi levet nem ereszt, hogy elfedi az egészet. Az üvegeket nem kell lezárni, de súlyt kell rájuk tenni, ami folyamatosan lenyomva tartja a káposztát. Az üvegeket száraz, meleg helyre tesszük, ahol van fény, de nem éri közvetlen napsütés. Érdemes egy tálcát tenni alá, mert kiforr belőle lé. Néhány nap elteltével tálba szedjük a káposztát, átforgatjuk és újra visszatöltjük az üvegekbe. Ekkor már jóval kisebb edény is elegendő. Ismét lenyomjuk. A készítéstől számított egy hét elteltével már elég érett lehet, érdemes időnként megkóstolni, kevésbé meleg környezetben három hét is eltelhet, mire elkészül a finomság.



Kovászos uborka

párve, glutén- és tojásmentes

Hozzávalók: 2 kg uborka; egy csokor kapor; 2 liter víz; 2 ek. só; 2-3 gerezd fokhagyma; 8-10 szem fekete bors; 1 szelet kenyér

Az uborkát alaposan megmossuk. Egy ötliteres befőttesüveg aljára egy csokor kaprot teszünk: a legjobb, ha a kapor száraz, de frissel is elkészíthetjük. A kaprot felhasználás előtt alaposan meg kell mosni, és átnézni, nehogy bogár kerüljön a savanyúságba.

A léhez két liter vizet két evőkanál sóval felforralunk. Az uborkákat villával megszurkáljuk, majd az üvegbe sorakoztatjuk őket. Hozzáadunk két gerezd fokhagymát,

8-10 szem fekete borsot, a tetejére pedig egy szelet fehérkenyér kerül. A lobogva forró sós vizet óvatosan, a kenyéren keresztül az uborkára töltjük, az üveget egy tányérral letakarjuk, és az uborkát három napon át napos helyen tartjuk. Utána még egy-két napig a szobában érleljük tovább. Ha elkészült, kivesszük belőle a kenyeret, az uborkát tiszta üvegekbe tesszük, a levet leszűrve ráöntjük, és lehűtve kínáljuk. Hűtőben néhány hétig eláll – hacsak hamarabb meg nem eszi a család.



Olajbogyó citromos-sós lében

párve, tojás-, és gluténmentes

Hozzávalók: nyers olajbogyó; víz; ecet; durva szemű só; citrom; fokhagyma; erős paprika; extra szűz olívaolaj

Az olajbogyókat átválogatjuk. Amelyik lyukas vagy más jelekből nyilvánvaló, hogy kártevő támadta meg, kidobjuk. Mózsár, vagy egy egyszerű kő segítségével minden egyes szemet kissé megroppantunk. Egy másik lehetőség egyesével, hosszanti irányban éles késsel bevágni a szemeket. A szemeket megfelelő méretű tálba tesszük, és annyi vizet teszünk rá, amennyi bőségesen ellepi. A vizet naponta, legfeljebb kétnaponta cseréljük a bogyókon legalább egy-másfél héten át. Ezt követően a bogyókat még egyszer átmoszuk, és minél szorosabban tiszta, forró vízzel sterilizált, jól záródó fedelű üvegekbe töltjük. Fokhagymagerezdeket, citromkarikákat, és erős paprikából vágott szeleteket szórunk az olajbogyó szemek közé, majd elkészítjük hozzá a folyadékot: tíz rész vízhez egy rész sőt adunk és alaposan összekeverjük. Amikor a só teljesen feloldódott, az üvegekben levő gyümölcsre töltjük a folyadékot úgy, hogy a bogyók teljes egészében víz alatt legyenek. Ezután vékony sugárban extra szűz olívaolajat csorgatunk rá, amíg egy fél centiméter magasságú olajréteg nem fedi az üvegünket. Ekkor szorosan lezárjuk a befőttesüveget és legalább egy hónapnyi izgatott várakozás következik. Hónapokig eláll, de a már megbontott üvegeket érdemes hűtőszekrényben tárolni.



Két könyv - két világ

ÚJABB HOLOKAUSZT-REGÉNYEK AZ Álomgyár Kiadó KÍNÁLATÁBAN

LIEBMANN FLÓRA írása

Ezúttal két könyvet ajánlunk a figyelmükbe, mindkettő az Álomgyár Kiadó gondozásában látott napvilágot és mindkettő a holokauszt alatt játszódik, valós eseményekre építve.

A LÁNY, AKI TÚLÉLTE AUSCHWITZOT

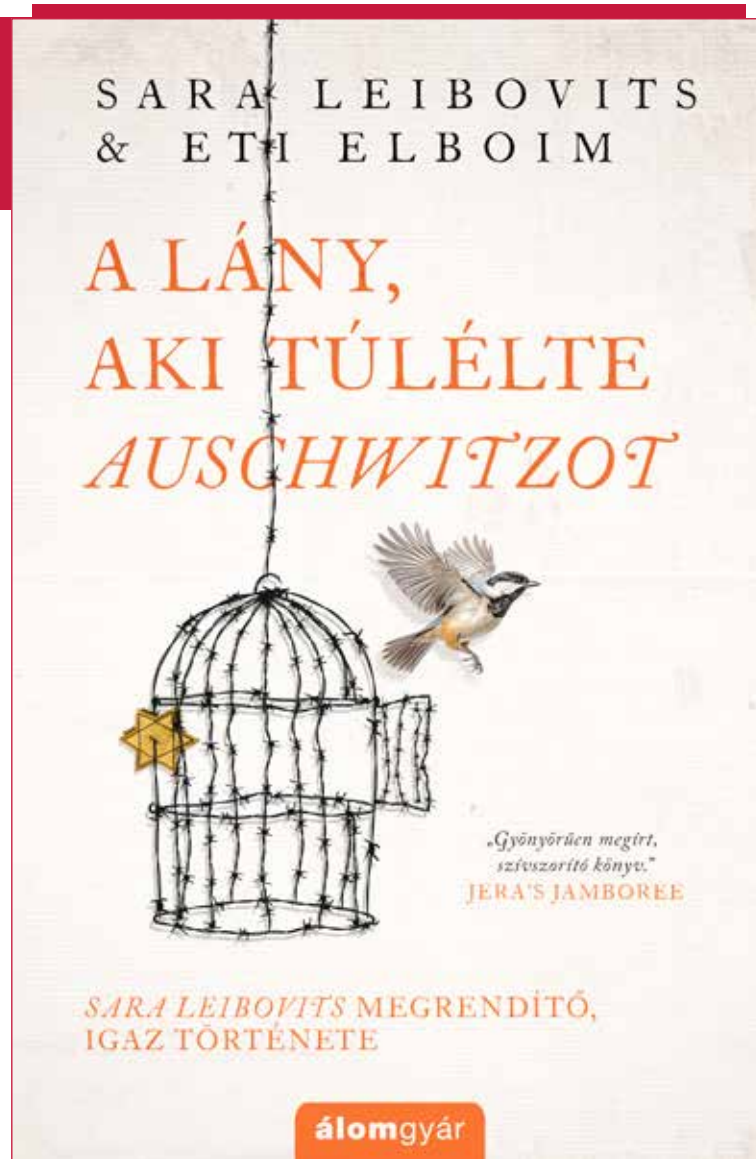
Szerzők: Sara Leibovits, Eti Elboim
Műfaj: Memoár, történelmi visszaemlékezés
Kiadás éve: 2023

Az első regény, *A Lány, aki túlélte Auschwitzot* egy meghatározó és megrendítő visszaemlékezés Sara Leibovits túlélésének történetéről, amit lánya, Eti Elboim segítségével mesél el. A könyv nemcsak egy holokausztmemoár, hanem egy anya és lánya közös feldolgozási folyamata is, amely a második generációs trauma kérdéskörét is érinti.

Sara mindössze 13 éves volt, amikor családjával Auschwitzba deportálták. A tábor borzalmait egyedül kellett átélnie, miközben végig megőrizte élni akarását és reményét. A könyvben bemutatja a koncentrációs tábori lét kegyetlenségeit, a mindennapi túlélés kihívásait és azt, hogyan volt képes kitartani az embertelenség közepette. A történet azonban nem áll meg a felszabadulásakor: Sara életének későbbi szakaszát, Izraelbe költözését és családalapítását is megismerhetjük.

A könyv nyelve egyszerű, de épp ettől olyan erőteljes. Sara és Eti közösen mesélik el a történetet, így két generáció nézőpontja fonódik össze és ez a két idősíkon játszódó elbeszélés teszi egyedivé a regényt. Azonban előfordulhat, hogy az olvasó zavarónak érzi a váltásokat az idősíkok között. A mű fontos szempontot ad a túlélés történetéhez azáltal, hogy nemcsak a múlt fájdalmait tárja fel, hanem azt is, hogy ezek az élmények milyen hatással voltak Sara leszármazottaira. Az anya-lánya kapcsolat kiemelt szerepet kap, ami különleges, személyes hangvételt kölcsönöz a műnek.

A téma nehézsége ellenére a történetben megtalálhatjuk a szépséget, a túlélés és a következő generációk összekapcsolódásának leírásában. *A Lány, aki túlélte Auschwitzot* egy megrendítő és inspiráló memoár, amely nemcsak a holokauszt borzalmait mutatja be, hanem azt is, hogyan lehet túlélni és továbblépni. Az anya és lánya



közös elbeszélése személyes és érzelmekkel teli, így az olvasó számára is közel hozza a történetet. Ajánlott mindazoknak, akik mélyebb betekintést szeretnének nyerni a túlélők tapasztalataiba és a generációkon átívelő hatásokba.

MAUTHAUSEN GYERMEKE

Szerző: *Ellie Midwood*
 Műfaj: *Történelmi regény, háborús dráma*
 Kiadás éve: *2024 (magyar kiadás)*

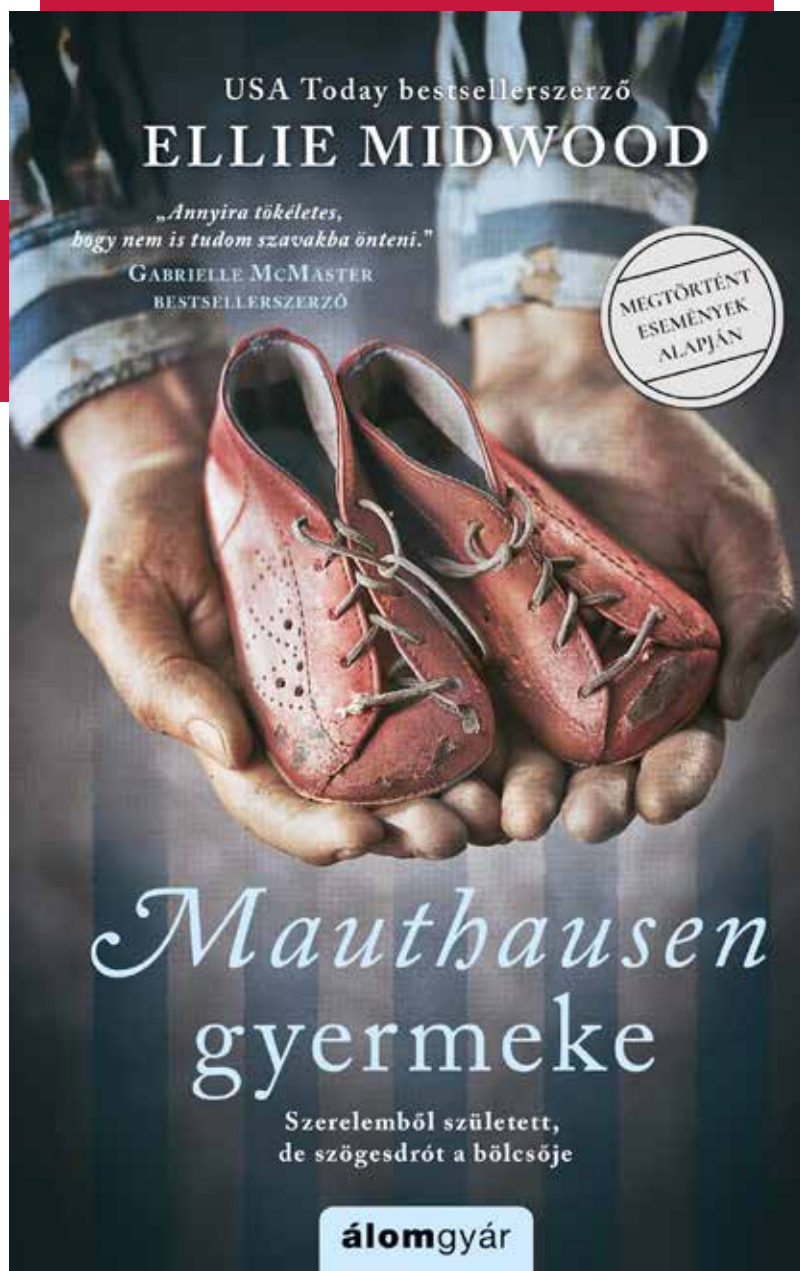
A második regény szerzője Ellie Midwood, aki jól ismert a történelmi regények kedvelői körében: a második világháború és a holokauszt eseményeivel foglalkozó írásai közül több magyarul is olvasható. Írásait alapos kutatómunka és részletgazdag történetmesélés jellemzi. Regényeiben gyakran hangsúlyozza az emberi kitartást és a reményt a legnehezebb időkben is.

Midwood legutóbbi műve, a *Mauthausen gyermeke* című regénye a második világháború sötét időszakába kalauzolja el az olvasót, bemutatva a koncentrációs táborok borzalmait és az emberi kapcsolatok erejét a túlélésben. A könyv eredetileg angol nyelven, *The Child Who Lived* címmel jelent, és hamar népszerűvé vált az olvasók körében. Magyarországon 2024-ben jelentette meg az Álomgyár Kiadó.

A regény főszereplője Lore, egy fiatal nő, aki a mauthauseni koncentrációs tábor foglyaként találkozik a szintén ott raboskodó Wolffal. Kapcsolatuk a legembertelenebb körülmények között is erőt ad nekik, és amikor Lore teherbe esik, elhatározzák, hogy mindent megtesznek gyermekük megmentése érdekében. A történet bemutatja a táborok kegyetlenségeit, a rabok közötti szolidaritást és azt, hogyan lehet reményt találni a teljes kilátástalanságban is.

A holokauszt irodalmában szokatlan módon a főszereplők nem zsidók, hanem politikai foglyok, akik a náci rendszer másként gondolkodó áldozatai közé tartoznak. Ez a perspektíva új nézőpontot kínál a koncentrációs táborok borzalmainak bemutatására, bár a történetben ez kevésbé hangsúlyos, a szerző inkább az emberi kapcsolatokra és a túlélésre helyezi a hangsúlyt.

A könyv rendkívül érzelmes és megindító, ami sok olvasót magával ragad. Bár Midwood erőssége a jól kutatott történetekben és valóságghű ábrázolásokban rejlik, ebben a könyvben a karakterek döntései néha életszerűtlenek vagy nehezen érthetőek. Emellett a szerelmi történet időnként túl idealizált és veszít a hitelességéből. A drámai stílus időnként túl hangsúlyossá válik és helyenként a történelmi hűség rovására megy.



Mindezekkel együtt a *Mauthausen gyermeke* bár érzelmileg megterhelő regény, ugyanakkor inspiráló történet, amely betekintést nyújt a koncentrációs táborok borzalmait közt is megmaradó őszinte érzelmekbe és a túlélés emberi oldalába. Ajánlott azoknak, akik szeretik a történelmi regényeket és a háborús időszak emberi történeteit.

A titokzatos tizedik

DÉNES ANNA meséje

Izraelben történt, amit most elmesélek, Hevron szent városában. Történetünk réges-régen játszódik, négyszáz évvel ezelőtt, amikor még a nagyszületek nagyszüleinek a nagyszülei sem éltek.

A hevroni zsidók imádkozásra gyülekeztek jom kipur szent napján. Egyszerű, tiszta fehér ruhában érkezett minden férfi az ünnepi Kol nidré imára, hogy az Örökkévaló színe előtt imádkozzon bűnbocsánatért és könyörögjön jó életért Istenhez.

Lassan-lassan szállingóztak a hívek az apró, dísztelen, de barátságos hangulatú zsinagógába: először csak öten voltak, majd hatan, aztán még két idős férfi érkezett, végül egy fiatalember sietett be az ajtón. Türelmesen vártak, tudták, hogy sokszor bizony időbe telik, mire mind a tízen összegyűlnek és elkezdhetik az imádkozást. Ezen az estén azonban hiába vártak: teltek a percek, ám a tizedik ember sehogyan sem érkezett meg: a város lakói közül szinte mindenki felment Jeruzsálembe, hogy az év legszentebb napját a szent városban töltsék. A nap már majdnem lenyugodott, a kicsiny zsinagógára lassan félhomály borult – hamarosan megkezdődik a szent nap, az ítélet napja. Az összegyűltek elszomorodtak: „Hát tíz zsidó sem maradt Hevronban, mindenki Jeruzsálembe ment?” – kérdezték egymásra pillantva.

Ekkor azonban árnyék suhant el a bejárat előtt, és hirtelen egy öreg, ismeretlen férfi bukkant fel előttük. Harapnivalót ajánlottak neki, gondolván, hogy a hosszú, huszonöt órás böjt előtt bizonyára jólesik majd az idegennek néhány falatot ennie. Az öreg azonban hálásan megköszönte, de nem fogadta el a felajánlást. „Eleget ettem már az úton” – mondta.

Hamarosan nekiláttak az imádkozásnak. A zsinagógára komoly hangulat ereszkedett, mindenki átérezte a nap szentségét. Egész nap együtt imádkoztak, az ismerős helybeliek és a távolról jött idegen, akinek hófehér haja és annál is fehérebb szakállal, ráncokkal barázdált arca, és mély bölcsességről árulkodó szeme arról tanúskodott, hogy öreg, sokkal öregebb, mint bárki a közösségben. Tudnivaló, hogy az időseket a zsidó hagyományok szerint tisztelni kell, és a vendég meg is kapta a kellő tiszteletet: kedvesen beszéltek vele és a legfontosabb feladatokat bízták rá az imádkozás során.

Lassan eltelt a nap, végéhez közeledett jom kipur. Ahogy szokás, az ötödik, utolsó jom kipuri ima után megfűjták a sófárt, a kosszarvból készült kürtöt és az imádkozók készülődtek, hogy ki-ki hazatérjen a családjához és együtt törjék meg a hosszú, huszonöt órán át tartó böjtöt. Az idősek tisztelete mel-

lett a hevroniak kedvelték és nagyra tartották a vendéglátás parancsolatát, így érthető, ha a távolról jött idegent mindenki szívesen látta volna az asztalánál. Sorsot húztak, és a szép hangú kántorra esett a választás. Él is indultak hazafelé, elől a házigazda, mögötte a vendég. Ám amikor megérkeztek a házigazda otthonához, és ő azzal szerette volna megtisztelni vendégét, hogy előre engedi az ajtón, megdöbbenve tapasztalta, hogy az öregember, aki a zsinagógából hazafelé mindvégig a nyomában haladt – nem volt sehol.

Keresni kezdték. Keresték mindenfelé, az utcán, a környék minden udvarában, még a zsinagógában is, ám a férfit mintha a föld nyelte volna el. Sehol sem bukkantak a nyomára. Rettenetesen szomorúak lettek a hevroniak: talán megbántották a kedves idegent? Ám hiába bánkódtak, hiába keresték, sehol nem lelték, így végül mindannyian hazamentek.

Aznap éjjel az előimádkozó, akinek gyakran voltak csodás álmai, álmodott. Álmában megjelent a fehér hajú, fehér szakállú, fehér gyolcsba öltözött öregember. „Ne keressetek tovább” – mondta neki. „Tudd meg, hogy Ávrám vagyok, a zsidó nép ősapja, és azért csatlakoztam hozzátok, mert láttam, hogy milyen nagy szomorúságot okoz nektek, hogy nem vagytok elegendően az imádkozáshoz jom kipur napján. Most tehát inkább vigadatok és mondjak hála az Örökkévalónak, aki a kedveteért csodat tett”.

Azzal az álom véget ért, az előimádkozó felébredt. Másnap mindent töviről hegyire elmondott a többi imádkozónak. A látogatás emlékére a zsinagógát Ávrám Ávinu (Ábrahám atyánk) zsinagógának hívják mind a mai napig. Ha Hevronban jártok, feltétlenül kukkantsatok be oda!





OLAJÁG
OTTHONOK

IDŐSOTTHON

másként!

Utazunk és
élményeket
szerzünk



Önnek mit jelent a tartalmas időskor?

- Élethosszig tartó tanulást?
- Színes programlehetőségeket?
- Egészségmegőrzést?
- Új kapcsolatokat?

Várjuk az
Olajág Otthonokban!

06 1 510 00 18
olajagotthonok.hu

 @olajag-otthonok
 olajagotthonok

MMA
MAGYAR MŰVÉSZETI
AKADÉMIA

A rendezvény a Magyar Művészeti Akadémia
támogatásával valósult meg.



MÁRCIUS 30.

19:00

ÓBUDAI ZSINAGÓGA

MENDELSSOHN
SCHUMANN
BRAHMS
RAHMANYINOV

VILLÁNYI
DÁNIEL
ZONGORAESTJE

MENDELSSOHN

V A R I Á C I Ó K

JEGYVÁSÁRLÁS: ZSIDOPROGRAMOK.HU

