

JESZENSZKY GÉZA

MIT KÖSZÖNHETEK A SPORTNAK?

■ Már az ókoriak óta tudjuk, hogy „ép testben ép lélek,” de hogyan lesz a test ép, hogyan őrizhető meg az egészség, és így hogyan lesz jobb állapotban a lélek, hogyan lesz több derű az életünkben? Erre is Hellász adta meg a választ: a *kalokagathia*, a testgyakorlás (mai szóval a sport) és az erkölcsös gondolkodás elválaszthatatlan.

A Budapest ostroma idején, a pincében szerzett tüdőcsúcshurutot – hála az Apám által megszerzett penicillinnek – túléltem, az iskolai tornaóráktól azonban az orvosok eltiltottak. A Budai-hegyeket meg a Pilit mégis egészen kis koromtól fogva jártam Apámmal. Aczél László osztályfőnökünk, e remek sportember hatására nem akartam kimaradni az órai kínálta élményekből, így „saját felelősségemre” megszűntem „testnevelés alól felmentett”-nek lenni. Beleszerettem az atlétikába, de Aczél tanár úr kedvezményes („olajos”) jegyet szerzett számunkra a Műjégpályára is. 11 évesen kaptam meg nagybátyámtól az 1930-as években készült sílécét, aminek a szélén fém szegély, „kantni” is volt. Barátaim falécein ez hiányzott... Első lesiklásom a Horváth-kertben volt (ma is emlékszem az élményre), kanyarodni pedig a Tabánban tanultam. Néha összejött annyi pénzünk, hogy a fogással felmenjünk a Szabadság-hegyre, és onnan léccel siklottunk le a Farkastorokba, a farkasréti villamoshoz. Nyaranta szüleimmel jártam evezni a Dunára – milyen izgalmas volt

Kissé bővebben megjelent a *Napút* 2016. szeptemberi számában, 14–17.



Engem az olimpiai gondolatban nem az érmek és a rekordok ragadtak meg, hanem Coubertin üzenete: „Nem a győzelem a fontos, hanem a részvétel.”

a kielboattal először átmenni a szentendrei szigeti oldalra. Először kormányoztam a kielboatnak nevezett csónakot, de hamarosan már az evezőket is kezeltem a guruló ülésről. És hogy jobban ússzunk, 13 évesen két osztálytársammal felvételt nyertem a Csatornázási Művek úszószakosztályába. Nem voltam kifejezetten ügyes a sportban, de szívós, erősségem volt a hosszútávfutás. És talán a legfontosabb: ott volt nekünk a mindennapos testnevelés: fejelés a Horváth-kertben, futball a Tabánban, télen persze ugyanott a sízés, amikor volt hó. Akkoriban jó két hónapig volt a Naphegy oldalában, legfeljebb időnként jeges.

Nemzedékemben szinte mindenki sportolt, sokan sportegyesületben is. Rengeteg munkahelyi sportegyesület és szakosztály működött, nem élsportolókat kerestek, hanem minden fiatalból edzett – és engedelmes – katonát akart nevelni a Rákosi-kor. „Munkára, harcra kész” – ez volt az MHK mozgalom, de rossz célja ellenére sok élményt nyújtott és egészségesebbé tett minden résztvevőt. Persze akkor nem volt tévé, számítógép, internet, utazás, viszont volt időnk rengeteget olvasni és sportolni. Mindez jól megfért a tanulással.

A Toldy Gimnázium nemcsak kiváló és igényes tanáiról volt nevezetes, de a sportban elért sikerekről is. Az I. emeleten állították ki azokat a díjakat, érmekeket, kupákat, amiket – emlékeim szerint – elsősorban vívásban és sízésben szereztek elődeink. Igyekeztünk nem elmaradni tőlük, de a háború előtthöz képest kevesebb volt a diákverseny, inkább egyénileg sportoltunk. Az osztálykirándulások nem buszozásból és étkezésből álltak, Antall József osztályfőnökünk, régi cserkészhez méltóan, komoly gyalogtúrákkal és sátorban alvással párosította Pécs, Eger, Tihany és környéke megismerését. Nyaranta pedig ha sikerült is egy-két hét balatoni nyaralás a szülőkkel, majdnem minden diák dolgozott is egy hónapot, általában fizikai munkát, ez is megedzett bennünket. Én az egyik nyáron a XIII. kerületi házkezelőség alkalmazottjaként kerítésekert festettem. Jó előkészület volt arra, hogy érettségi után két éven át magam is az uralkodó munkásosztály tagja legyek segédmunkás-beosztásban.

A forradalom leverése utáni nehéz, keserű években a barátok és a lányok mellett a sport volt a kapcsolódás, a felüdülés eszköze. Most már önállóan mentünk túrákra a hegyekre és a vizekre. A külföld még elérhetetlen volt, de vitorláztam a Beruházási Bank szakosztályában Tihanyrévben, és feledhetetlen, 24 évesen balesetben meghalt kebelbarátommal, Márton Péterrel elkezdtem sízni járni a börzsönyi Nagy-Hideghegyre. Azt hiszem állóképességben ennek köszönhetem a legtöbbet. Királyrétig járt egy kisvasút, onnan közel három órát tartott 600 méter szintkülönbséget legyőzve felkapaszkodni, hátunkon hátizsákkal, benne az élelemmel, vállunkon a sílécekkal. Az elmúlt jó hatvan évben hányszor tettem meg ezt az utat. Barátokkal, egyetemi diáktársakkal, lányismerősökkel, feleséggel, gyermekeinkkel, az ugyancsak feledhetetlen Szebényi Géza által rendezett amatőr síversenyek résztvevőivel, az ezredforduló után pedig a hatvanas-hetvenes éveiket taposó szenvedélyes síbarátokkal. Sok nevet említhetnék, mégis kiemelem toldys osztálytársamat, Gömörly Jánost, a szokolyai Mekli Józsefet („Kopasz”, az első sífelvonó kezelője), Reicher Aladárt és Czapáry Bélát, az újabb társak közül Kalmár Bélát és Gyurka Botondot.*

Azt hiszem, jó döntés volt, hogy a szabad természetben űzhető sportok mellett köteleztem el végleg magam, ennek köszönhetem – Istennek hála – hogy elég jó ál-

*A magyar sísport történetébe beágyazva saját nemzedékem síélményeit is megírtam a Neidenbach Ákos alpinista társszerzőségével megjelent, gazdagon illusztrált könyvünkben: *Lehet-e sízni a Kárpátok alatt* (Kairoosz, Bp., 2017)

lapotban értem meg 80. születésnapomat, és hogy ma is sízek, evezek, túrázom. Ahogy a határok megnyíltak, annyi olyan vágyam teljesült, amelyekről 25 éven át legfeljebb álmództam. Sátoros, gyalogos, windszörfös túrák az Adrián, Svájcban, Skóciában – és a Tátrában meg Erdélyben. Megmásztam az egykor Magyarország, ma Szlovákia legmagasabb csúcsát, a Gerlachfalvit, de a Hoverlát is, ami ma Ukrajna teteje. Az erdélyi Hargitát elneveztem a magyar Himalájának, a Madarasi-csúcsra, a magyarok által lakott hegyvidékek legmagasabb pontjára szerintem minden magyarnak el kellene jutnia. Ide mint a Magyarországi Kárpát-Egyesület elnöke (2002–2011) vittem el rendszeresen sportbarátaimat.

Szép emlék, amikor angol diplomata barátaink reánk hagytak egy kétszemélyes vitorlás dingit, és feleségemmel „szelek szárnyán” röptünk a Balatonon. Azután azt is megértük, hogy az Adrián vitorlással keressük föl nászutunk színhelyét, Korčula szigetét. Élmeny volt kenuval járni a magyarországi Felső-Tiszát, fürdeni a Dráván a homokpadokon, de a Duna, az verhetetlen! Egy szigetkerülés, sátorozás a (szentendrei) szigetcsúcson, levezés a nemzetközi Duna-túrával Esztergomtól Mohácsig. Ahogy eltűntek a római parti csónakházak és a kielboatok, vásároltunk egy felfújható kajakt, és a 90-es években ezzel megkezdtuk a vadvízi kajakozásokat. Fölfedeztük a Tisza vadon rohanó kárpátaljai szakaszát, Rahótól Husztig és Tiszaújlakig. Erdélyben az Aranyost és az Oltot a tusnádi szorosban. Azután jöttek az Egyesült Államokban a komoly III–IV. fokozatú vadvizek, és a velük vetekedő Tara folyó Montenegróban. Közben néhány vitorlás túra az Adrián. Vendégtanárként, majd nagykövetként szítem, családommal együtt a Sziklás-hegységben, a Lake Tahoe-t övező háromezresek és a nevéhez illő Mammoth hegyen, Colorado állam legendás terepein, mint Vail vagy Aspen. Három téli olimpián köszönhettem a magyar versenyzőket, és próbáltam ki egykét napra a sípályákat. De a csodálatos pályarendszerek elsősorban arra ösztönöztek, hogy terjesszem a sí és a többi sportág szeretetét az ifjúság körében, így lettem síoktató, így érvelek ma is a hazai sílehetőségek javítása, felvonók építése mellett, és hogy mesterséges hóval garantáljuk itthon is a tél kihasználását, ami egészségünk és erőnlétünk megőrzésének legbiztosabb eszköze. Norvégiai nagykövetként erősödött szeretetem a sífutás, a sítúrázás iránt, ami még egészségesebb és jóval kevesebbe kerül, mint az alpesi sízés. Ezt kellene népszerűsíteni, és géppel is előkészített síutakkal előmozdítani itthon.

A sportnak azonban sokkal többet köszönhetek, mint élményeket szép, sok esetben fantasztikus tájakon. Jó társaságot, barátságokat is hozott, emberismerttet. A sport nyújtotta fizikai és lelki edzettség nélkül az élet nehézségeit sokkal nehezebben viseltem volna el, esetleg feladtam volna egyes küzdelmeket. A szellemi munka, az ülő életmód káros fizikai következményeit csak a sportolással lehet ellensúlyozni. (Ilyen értelemben a sporttal rokon és hasonló hatású az akár kedvtelésből folytatott fizikai munka, a házépítés, a kerti tevékenységek, mint a fűkaszálás, konyhakertkészítés, gyümölcsszüretelés.) A hétköznapi sokat dolgoztam, sokszor napi 12 órában tanítottam, kutatómunkát végeztem, írtam – de a hétvégeken igyekeztem sportolni, a szabad levegőn tartózkodni. Ezét is adtam föl húszas éveim elején a versenyszerű bridzsezést. A politikai munka még időigényesebb volt, és a kikapcsolódásra még kevesebb időt hagyott. A külügyminiszter kora reggeltől olvas, tárgyal, szembesül súlyos ügyekkel, komoly felelősséggel járó döntéseket hoz, utazik nagy távolságokra, itt a korábban megszerzett állóképesség jelentett felbecsülhetetlen segítséget. A protokollból fakadó étel- és italfogyasztás is könnyen az egészségre megy, elhízással járó betegsé-

gekhez vezet – az ellenszer megint csak a fizikai erő kifejtés, a mértékletesség és persze a sport. A futás volt a leghatékonyabb módja kondícióm megőrzésének. A legszívesebben a Hármashatárhegy oldalában húzódtó turistaúton futottam, barátokkal. A washingtoni magyar nagykövetség (és az én időmben benne a nagykövetségi lakás) egy nagy közpark, a Rock Creek Park szélén található. Minden reggel 20-25 percet futottam az erdős, dombos terepen, utána reggeliztem, és jött a késő estig tartó munka. Hétfőre feleségemmel együtt remek biciklitúrákat tettünk a környéken, de eveztünk is a Potomacra.

Főként egyes nyugati politikusokról halljuk, hogy mit sportolnak, nálunk a vadászat mellett a vezetők inkább csak nézik a meccseket. A sport hasznos a politikában is. Gyakran teniszmeccsek oldják a feszültségeket, de hallottunk már pingpong-diplomáciáról is. Én két alkalommal rendeztem síversenyt a Budapesten akkreditált diplomaták számára a börzsönyi Nagy-Hideghegyen.

Engem az olimpiai gondolatban nem az érmek és a rekordok ragadtak meg, hanem Coubertin üzenete: „Nem a győzelem a fontos, hanem a részvétel.” A szememben egy világbajnoki aranyéremnél többet ér egy fair play díj. A dopping, még inkább a „bunda” viszont ellentétes a sport céljával és szellemével. A csapatsportok összefogásra ösztönöznek, a közösség élményét hozzák. Örülök élsportolóink sikereinek, de elsősorban azt remélem ezektől, hogy a sportolásra ösztönzik a fiatalokat. Jó érzés drukkolni a versenyzőknek, de sokkal jobb versenyezni. Külföldön rengeteg az amatőr sportoló, az amatőr sportverseny, köztük a seniorok versenyei. Látjuk, hogy a mozgásukban sérült vagy fogyatékkal élő emberek is mire képesek, mit jelent számukra a sport. Szeretünk büszkélkedni nagy sportsikereinkkel, de sportoló nemzet vagyunk? Sajnos egyre kevésbé. Márpedig a gazdasági versenyben, a tudásversenyben is az tud jobban helytállni, akinek van akarata, aki megtanulta, hogy a nehézségeket észszel és erővel lehet leküzdeni, és aki tudja, hogy a versenytársak nem ellenségek, hogy együttműködéssel többre lehet menni, mint önzéssel. A sport a sajnálatos módon fogyatkozni látszó morálra is jó hatással lehet.