

125 130 VAKOK VILÁGA



**A VAKOK ÉS GYENGÉNLTŐK
ORSZÁGOS SZÖVETSÉGÉNEK
FOLYÓIRATA**

**ELŐFIZETHETŐ
A MEGYEI SZERVEKNÉL
ÉS A VAKOK
ÉS GYENGÉNLTŐK
ORSZÁGOS SZÖVETSÉGÉNEK
KIADÓHIVATALÁNÁL:
BUDAPEST XIV., MÁJUS 1. ÚT 47.
TELEFON: 210-440**



L. Braille



**L. évfolyam
1989 * 4. szám**

7.950 dr



LAK ISTVÁN

Elnökségi ülés

1989. február 23-án tartott havonkénti szokásos ülést szövetségünk központi elnöksége. Betegség miatt egy elnökségi tag nem volt jelen a tanácskozáson. Részt vett az ülésen Kisgyörgyné Cziráki Andrea, szövetségünk instruktora, a SZEM munkatársa.

Kuminka Györgyné elnök ismertette a napirendi pontokat, melyek között elsőként a szövetség 1988. évi gazdálkodásáról hangzott el beszámoló. Kovácsné Tóth Julianna, a szövetség pénzügyi osztályának vezetője részletesen tájékoztatta az elnökséget szövetségünk múlt évi gazdálkodásáról. Lapunk a központi elnökség küldöttközgyűlési beszámolóját — ennek részeként a gazdálkodásáról szóló tájékoztatót is — közli, ezért itt most csak a legfontosabb adatokat említjük meg. A múlt évben a szövetség eredetileg 18 467 000 forint támogatást kapott a SZEM-től, plusz 8 000 000 forintot a V. K. I. felújítására. Különböző adományok, bevételek figyelembevételével összesen 29 244 000 Ft-ból gazdálkodott a szövetség. A kiadásokból a munkabér összesen 6 059 000 Ft volt. Kovácsné befejezésül elmondta: Nagyon nehéz volt elérni, hogy az év végén ne maradjon kifizetetlen számla. A kényszerű takarékoság sajnos a szövetség épületének állagán már nagyon meglátszik. Csak a legszükségesebb javításokat eszközölhattük az épüle-

ten, a megyei szervezetek is főként társadalmi munkában oldották meg helyiségeik karbantartását. A beszámoló után hozzászólások, kérdések következtek. A főtitkár többek között hangsúlyozta, hogy hatékonyabban kell gazdálkodni. Meg kell akadályozni a székház állagának további romlását. A V. K. I. részére érkező adományokból tervezzük a székház udvarán kb. négy kenelből álló egység építését a vakvezető kutyával érkező tagtársak számára. Megoldást kell keresni a szövetség toldalék épületében lévő világítás felújítására.

Ezután az elnök nemcsak a beszámolót, hanem a szövetségnél végzett eredményes munkáját is megköszönte Kovácsné Tóth Juliannának, aki február közepétől egy iparvállalatnál dolgozik.

Második napirendi pontként a szövetség hivatali munkatervét vitatta meg a testület. Az írásban kiadott tervezethez szóbeli kiegészítést fűzött a főtitkár.

Minden osztálytól bekértük a munkatervüket és ezek adják a hivatali munkaterv alapját. Ezután a vitában egyesek kifogásolták, hogy túlságosan hosszú a tervezet szövege. Véleményük szerint a munkatervben csak az aktuális feladatokat kell meghatározni. A teljesítések határideje legyen pontos. Többek véleménye szerint az a kitétel, hogy a rehab. oszt. meg-

szervezi a megyei taggyűléseket, nem reális, mert az osztály nem szervezi azokat, legfeljebb az időpontokat egyezteteti. A taggyűléseket a megyei elnökségek szervezik. A megyéknél eddig végzett formális szakmai ellenőrzés módján, színvonalán változtatni kell. A rehab. oszt. munkatervében szerepel a szakmai ellenőrzés irányelveinek kidolgozása ez év júl. 31-ig. Ez a határidő a megyei ellenőrzések időpontjához viszonyítva nem megfelelő, késő. A boglárlellel titkári-adminisztrátori értekezletet a jelenlegi formában többen nem tartják megfelelőnek. Az értekezlet legyen rövid, a munkaprogram tartalmas.

Harmadik napirendi pontban az 1989. évi első küldöttközgyűlés előkészítése, az elnökségi beszámoló megvitatása szerepelt. A testület minden tagja megkapta az elnökségi beszámoló tervezetét, amelyet a főtitkár a központi elnökség eddigi munkája alapján készített el. Először történt meg, hogy az elnökség tagjai előzetesen kézhez kaphatták a beszámoló tervezetét, így azt ki tudták egészíteni, véleményüket elmondhatták még az előkészítés fázisában. Néhány észrevétel: a beszámoló kissé terjedelmes, a jövő feladatait is célszerű lenne vázolni. A megyékben végzett munka kapjon nagyobb hangsúlyt a beszámolóban. A beszámoló tartalmazzon önértékelést is.

Ezután bejelentések következtek: a Heves megyei Szervezet kéréséhez, hogy saját részükre személyi számítógépet vásárolhassanak — meglévő



(Folytatás az 1. oldalról)

pénzügyi forrásuk felhasználásával —, hozzájárult az elnökség. A vásárlást azzal a feltétellel engedélyezte, hogy a gép kihasználtságát időnként ellenőrizni kell.

A Telinformix felajánlotta többek között szövetségünknek, hogy időnként a TV Képűjság c. adásában híreket, információkat közölhetünk elfogadható áron. Propaganda munkánkhoz ezt a lehetőséget igénybe fogjuk venni.

A KFKI-től visszakapta szövetségünk a Resus braille-nyomtatót.

A Magyar Rádióval történt tárgyalások után márciusban megkezdődik a rendszeres tájékoztató műsor szövetségünkről. Tervek szerint az adás havonta jelentkezik tízperces műsorral.

Veszprém megyei Szervezetünk kérésére a központi elnökség jóváhagyta a balatonfüredi Körzeti Csoport létrehozását, mivel a személyi és tárgyi feltételek a körzetesítéshez adótak.

Horváth János tagtársunk ellen rendőrségi feljelentéssel kellett élni, mivel visszaélt szövetségünk nevével, kisebb összegeket kért részére látóktól, vakoktól egyaránt. A tagtárs a szombathelyi vakok intézetében lakik, jelenleg rendőrségi megfigyelés alatt áll. A visszaélések elkövetésekor nemcsak saját nevét használta. Felhívjuk tagtársaink és mindenki figyelmét, hogy óvakodjon az efféle pénzkéregető emberektől.

Elnöki zárszóval ért véget az ülés.

Borsod megyei hírek

Megyei szervezetünk 1989. január 11-én megtartott első ülésén dr. Kiss László titkár értékelte az elmúlt év munkáját. A megye tíz területfelelőse munkájának eredményeképpen közelebb kerültünk a városokhoz. Szervezetünk taglétszáma 1164 fő. 1988-ban 84 új tagot vettünk fel. Tagjaink közül jelenleg 52 férfi és 28 nő dolgozik. Majd a titkár javaslatot tett az 1989. évi feladatokra. Szervezetünk megerősítése érdekében a tíz területfelelős székhelyén tájékoztató megbeszélésre kerül sor, két vezetőségi tag és a helyi tanácsi szociális vezető közreműködésével.

1989-re két hosszabb, önköltséges körutazást tervezünk. Június 11—13. Sopronon át Bécsbe, augusztusban pedig egynapos társasutazást Cseh-szlovákiába.

Mezőkövesden, a Matyó TSz klubjában a tsz vak- és gyengénlátó nyugdíjasai részére műsorral egybekötött, vidám hangulatú öregek napját tartottak. Az ünnepségre a patronáló „Matyó” Szocialista Brigád, a Nyisztor György Szocialista Brigád, valamint a helyi vöröskeresztes titkár támogatásával került sor. Az ünnepségen 24 sorstársunk vett részt. A meghitt baráti találkozó meleg hangú, őszinte, egymást segítő beszélgetéssel ért véget. Ezúttal is köszönetet mondunk a Matyó TSz vezetőségének, hogy tíz éve folyamatosan támogatják sorstársainkat.

*

Február 1-én szervezetünk kultúrtermében dr. Varga Árpád, a Borsod megyei Adófelügyelőség csoportvezetője a személyi jövedelemadó kérdéseiről tartott tájékoztatót. Felajánlotta személyes segítségét is a sorstársak adóbevallásának elkészítéséhez.

Részlet a „Mezőkövesdi Öregek Napjának” ünnepségeről





NYÜL GYŐZŐ

Tájékoztató a VGYOSZ „Magyar László”-féle alapítványáról

Előző számunkban a VGYOSZ „Szeldhoffer Mária”-féle alapítványáról adtunk tájékoztatást. Most röviden a „Magyar László”-féle alapítványra vonatkozó tudnivalókat ismertetjük.

Ezt a 200 ezer forintos alapítványt azzal a céllal hozta létre Magyar László, hogy minden esztendőben a fent említett összeg kamata kerüljön kiosztásra olyan vak házaspárnak, akik nagyobb értékű segédeszközt szeretnének beszerezni, munkavégzésükhöz vagy tanulásukhoz.

1988. évtől erre az alapítványra pályázat útján kell jelentkezni az Országos Segédeszköz Bizottságnál. A pályázatban fel kell tüntetni, hogy milyen célra és segédeszközre szeretnék fordítani az összeget.

A jelentkezés határideje minden évben szeptember 30.

A megyei szervezetek titkárainak javaslata nem feltétlenül szükséges, de egyazon megyéből való több jelentkező esetén figyelembe vehető.

Az elmúlt évben, bár a „Vakok Világa”-ban időben meghirdetésre került a pályázat, mégis mindössze három házaspár küldte be pályázatát. Az Országos Segédeszköz Bizottság a Bartha Zsuzsanna—Fehér István házaspárnak ítélte oda a pályázatot, számítógép vásárlására.

LAK ISTVÁN

Beszélgetés a kommunikációról

Szövetségünk Rehabilitációs Osztálya 1989. március 2-án délután kerekasztal-beszélgetést szervezett budapesti székházunkban A kommunikáció lehetőségei a vakok, a gyengénlátók és a látók között címmel. Az osztály dolgozója, Németi Zsolt mondott rövid bevezetőt.

Dr. Pálhegyi Ferenc főiskolai tanár, pszichológus tartott vita-indító előadást. Bevezetőjében általánosságban foglalkozott a kommunikációval. A kommunikáció elsősorban beszéd útján, de arcjátékkal, gesztikulálással és szemkifejezéssel is történik. A vak ember a látható kommunikációs jeleket nem tudja észlelni. A kommunikáció közlést, információ átadást jelent. Ezek után az előadó többek között a következőket mondta: „Korunkban a rádió és a televízió segítségével rendkívül gyorsá vált a kommunikáció. Világunk egyik sajátos ellentmondása az, hogy a hírközlésnek, az információ átadásnak megvannak az eszközei, de a kommunikáció, az emberek közötti beszélgetés, a kapcsolattartás egyre inkább háttérbe szorul. Mindig arra hivatkozunk, hogy nincs időnk beszélgetni. De miközben soha nincs időnk arra, hogy beszéljünk egymással, el is felejtünk kommunikálni... Az embereknél néha előfordul, hogy csak valódi közlési tartalomra szorítkozik az információ átadása, pl. amikor írásban közlik egymással a napi feladatokat. Ez

egy valódi közlés, de ha csak ez folyik heteken keresztül, akkor elszegényedik a kapcsolat és hiányérzet marad... Magát szeretné megmutatni az ember, mindannyiunknak ez az egyik legalapvetőbb szükséglete... Kommunikációs problémák nemcsak vakok és látó között, de látók és látók között is vannak. A kommunikációs zavaroknak az igazi oka mély és sokrétű... Az egocentrizmus énközpontúságot jelent. Mindent csak a saját szempontja szerint tud megítélni az ilyen ember. Nem képes behelyezkedni a másik ember világába. Ez főként a gyermekekre jellemző... Az egocentrizmus helyett ki kellene alakulnia a szociocentrizmusnak. Ez azt jelenti, hogy képes vagyok a másik ember szempontjából nézni a dolgokat. Erre valamennyi ember képes is. Néha azonban kiderül, hogy egocentrikusak vagyunk. Az egocentrikus ember az gyermekded, idegen szóval infantilis... Minden ember, akinek fokozott terhelése van, fokozatosan egocentrikussá válik...

A vakoknál az önállótlanág érzésével együtt jön az is, hogy az ember csak magával foglalkozik és nehezebben tud behelyezkedni a másik világába, divatos szóval ez az empátia, tulajdonképpen ez hiányzik. A vak embernek ki kell jönni abból a körből, hogy neki van a legnagyobb baja, hiszen másnak is lehet, talán még több



is... Nem egyszer elhangzott már, hogy tanítsuk meg gesztikulálni a vakot. Úgy gondolom, a mélyebb probléma nem ez, hanem valahol a személyiségformálás területén van az igazán nagy gond. A személyiségformálás önművelést igényel, s egyben keresni kell a kommunikálás lehetőségét.

A témával kapcsolatban kb. húsz személy mondta el véleményét. A legtöbben a látássérültek és a látók közötti kapcsolatteremtést érintették. Jónéhányan kifejtették, hogy a vakokról jelenjen meg minél több tájékoztatás, amely segíti jobb megismerésünket. Néhányan foglalkoztak segédeszköz, közlekedési- és egyéb problémákkal is.

Vélemények a vakok és látók közötti kapcsolatteremtésről: A vaknak nem szabad elzárkóznia, ha a látó közeledni akar felé. A kapcsolatteremtésre nehéz receptet adni, ez mindig az embereken múlik. A kapcsolatteremtést nekünk kell kezdeményezni, ha lehetséges, ez is segít abban, hogy a látók jobban megismerjenek bennünket. A látókkal szemben mi is legyünk türelmesek, figyelmesek. Mosolyogni is lehet, a szeretet, a kedvesség mindenképpen segít a kapcsolatteremtésben. Már a vakok iskolájában a vak- és a látó gyermekek részére különböző találkozókat kell szervezni a kapcsolatteremtés érdekében.

Több tájékoztatást kell adni a látók részére azért, hogy ismerjék meg a segítség módját. Ezzel kapcsolatban is elmondták néhányan véleményüket. Örömmel vették, hogy a Magyar Rádió a Petőfi adó Nap-

közben című műsorában minden hónap utolsó keddjén 11.05 órakor tízperces tájékoztatót sugároz a látássérültekről. Ez a műsor és más rádió- és televízió műsorok, valamint a sajtó is nagyon sokat tehet a vakok és látók közötti kapcsolatok érdekében. A kapcsolatteremtésre mindig is nagy szükség van, hiszen sok esetben a látók nem ismerik azt, hogy hogyan is segíthetnének a vakoknak. Meg kell ismertetni a látókat azzal, hogy a vak emberrel hogyan lehet kommunikálni. Ha valamit közölni akar a vakkal, akkor érintse meg a karját vagy a vállát, miközben szól neki, akkor a vak tudja, hogy hozzá beszélnek.

Kapcsolatot sokféle módon teremthetünk, egyéneken és közösségeken keresztül is. Ezzel kapcsolatban mondott el egy példát felszólalásában e sorok írója: „Turista-szakosztályunk több mint egy évtizede már, hogy jó kapcsolatot alakított ki d₁. Sziky Lászlóné Joli nénivel, a kiváló idegenvezetővel. Ő sok-sok kirándulásunkon igyekszik mindent láttatni velünk, múzeumlátogatásokat, előadásokat szervez részünkre. Számos kitűnő idegenvezetővel hozott össze bennünket. Az elmúlt vasárnap február 26-án, délután az ő révén jött el vetélkedőnkre a Kiskunhalasi Szilády Áron Gimnázium és Egészségügyi Szakközépiskola két tanára 24 érettségi előtt álló diákja társágában. A szellemi vetélkedőnkön csapatuk harmadik helyezést ért el. A rendezvény után elbeszélgettünk látó vendégeinkkel. Az volt az érzésünk, hogy ők sok új ismeretet

szereztek a nemlátókról. Kerüljenek bárhová, nem fognak közömbösen elmenni a vak ember mellett. Csak az elismerés hangján lehet róluk szólni, hiszen vasárnapjukat értünk áldozták fel. A vakok és látók között ez is egy példája a kapcsolatteremtésnek.”

A kommunikáció elősegítése érdekében bizonyos jelekre a vak embert is meg kell tanítani; pl. társaságban hogyan jelezze, ha szólni kíván stb. A segédeszközök bővítésével teljesebbé lehet tenni a vak életét. Így pl. a papírpénz sarkára Braille-írással fel kellene tüntetni a bankjegy értékét. Bizonyos segítséget jelentene a vak számára, ha a középületek utcai bejárati ajtajának szélességében a járdát kis szintkülönbséggel készítenék el. A járműveken segíti a látássérültek tájékozódását az elkanyarodás, villamos esetében a váltókon való áthaladás stb.

A vak ember viselkedésével kapcsolatban is elhangzott néhány észrevétel. A vak bárhol van, valamennyi társát képviseli. A látássérült ember fogadja el az állapotát. Legyen türelme ahhoz, hogy beilleszkedjen a társadalomba. Rajta is múlik, hogy környezete elfogadja, vagy idegenkedik tőle. Az, hogy egy vak magányossá válik, az rajta is múlik. „Próbáljuk meg magunkat is és egymást is elfogadni. Magunkat hátrányainkkal, fogyatékosságainkkal együtt, és a látókat is, akiknek nincs esetleg kellő ismeretük rólunk, és nem tudják, hogy hogyan kell bánni velünk. Világosítsuk fel őket

BARTHA ZSUZSANNA

Olvasóink írták

Szellemben és lélekben gazdag levelet kaptunk Németh Tamás budapesti olvasónktól, akinek gondolataiból és a „V. V.” szerkesztésére vonatkozó javaslataiból szeretnék közreadni néhányat, amit egyben vitaindítónak is szánok. Várom egyetértő és ellentétes véleményüket. Biztos vagyok benne, hogy Németh Tamás sorai minden esetben sok-sok gondolatot fognak ébreszteni.

Köszönettel veszem javaslatait és igényt is tartok azon felkínált segítségére, melyet a lap színvonalának emeléséért, mint szerkesztőnek felkínál.

„Magam is segítségére kívánok lenni, hiszen rajtunk, aktívakon is múlik, hogy a magyar vakok kulturáltsága, szellemi igényessége milyen képet mutat. Valamennyiünknek van és lehet tanulnivalója egymástól... Tudatosítani kell olvasóinkban, hogy az emberi élet teljességét nemcsak a mindennapok küzdelme, önmagunk és családunk fenntartása jelenti,

ennek módjáról — mondotta zárásként Pálhegyi Ferenc.

Végezetül Erhartné dr. Molnár Katalin főtítkárnak köszönte az előadónak és a sok hozzászólónak azt, hogy kicserélhettük gondolatainkat, vagyis kommunikálhattunk. Az egyén szelleme, a megértés és a szeretet a legjobb feltétele a kapcsolatteremtésnek, a kommunikációnak.

hanem szükségünk van nagyobb közösségre, esetünkben a „vakok családjára”, ahol kiadkozhat a saját értékeiből, gazdagítva ezzel másokat és önmagát is.”

A továbbiakban Németh Tamás biztatja az olvasókat, hogy az új idők szabadabb légkörében mondják el és írják le gondolataikat, észrevételeiket és véleményüket „életünk jelenségeiről, a jobbítás lehetőségeiről, a megvalósítás módozatairól...”. Tudjuk — folytatódik a levél —, hogy tagtársaink is közömbössé váltak a múlt hitetetései miatt.

»De itt az ideje, hogy felszámoljuk az elmúlt évtizedeknek azt a keserű tapasztalatot alapuló szemléletét, miszerint „nem az számít, hogy mit mond, hanem az, hogy ki mondja.”« Ugyanakkor az igazság objektív, nem pedig személyhez kötött — véli Németh Tamás. A „V. V.” fontos feladata lehet az embereket kiragadni a közömbösség állapotából, melyhez a „Levelezői rovat” kínál lehetőséget. A „Levelezői rovat” elnevezést Németh Tamás nem tartja a legalkalmasabbnak. Véleménye szerint jobb lenne a „Levelezőink írták” vagy „Levelezési rovat” elnevezés.

A levél további részében Németh Tamás egy olyan témával foglalkozik, ami régóta bántja. Ez pedig a „fiatal nyugdíjasok” ügye, akik mindkét

kezüket odatartják az államnak, de ők maguk nem adnak érte semmit, csak élősdi önzésüket. A levélíró nem sorolja ide a felnőttkorukban látásukat elvesztőket és a halmozottan fogyatékosokat, illetve tisztelettel szól a kevés kivételről.

„Feladatunk lesz ennek a szemléletnek a jövőbeni átalakítása is” — folytatja Németh Tamás. »A jótékony „állambácsi” szociális gondoskodása legyen a ténylegesen rászorultaké, akik egész életükön át becsületesen dolgoztak a nyugalmas öregkorért. Nem engedheti meg a magyar vakok társadalma, hogy egyik kezével az integráció zászlaját lobogtassa, míg a másik kezét „almazsnáért” tartja.«

Németh Tamás véleménye szerint a fiatalok elé értelmes célokot kell kitűzni, nem pedig hagyni, hogy ellébecoljanak két évet valamilyen hagyományos szakmában, s azután leszázalékoltassák magukat, majd a „kocsmák törzsvendégeivé” váljanak. A fiatalok ezen magatartását nevelési hibának és helytelen vakügyi politikának is tartja levélírónk. Ez ellen az eljárás ellen a VGYOSZ Központi Elnökségének fel kellene lépnie illetékes helyen, mivel ez a rendelkezés azt sugallja, hogy „a vak úgysem jelentős munkaerő”, a társadalomnak nincs rá szüksége. Ez pedig nagyon káros lehet szövetségünk — többségében tisztos — tagjaira nézve — fejezi be e témakörben Németh Tamás sorait.

A levél további részében Németh Tamás a „V. V.” szerkesztésére, illetve a „Levelezési ro-

vat” számára tesz konstruktív javaslatokat, melyekből most itt néhányat közreadok:

1. Vitairatokat kellene közreadni, melyek a vakok sajátos problematikáival foglalkoznának.

2. A véleményeket ne csak sík- és pontírásban lehessen megküldeni, hanem magnókazettán is.

3. Egy „társadalmi szerkesztőséget” kellene létrehozni, amely az állásfoglalásokat dolgozná ki, illetve a leveleket gyűjtené össze, vagy a levelekre válaszolna.

4. Az újság érdekében propagandát kellene kifejteni, pl. a „Lapról hangra” c. hangosújságban. Felhívni a figyelmet egy-egy érdekesebb cikkekre, stb.

5. Rövid és színes híradások a szövetségi klubéletről és a várható kulturális eseményekről.

6. Szükséges az idegen nyelvek tanulásának szorgalmazása, a hanganyagok és hangos könyvek propagálása.

7. „Belső riporter-képzést” javasolok „életszagúbb cikkek” írásához.

8. Színes, gazdag híryanagú, informatív jellegű anyagokat szeretnék olvasni a lap hasábjain.

9. Időről-időre közvéleménykutatást kellene tartani a lap olvasói között.

Várom az elmondottakhoz észrevételeiket!

*

A továbbiakban olvasói leveleket teszek közzé, s remélem, hogy ösztönzőleg fognak hatni a lap olvasóira.

Debrecenből a Vakok Állami Intézetéből érkezett:

**»TISZTELT
SZERKESZTŐSÉG!**

Ne haragudjanak, hogy levelemmel zavarok.

Egy ideje nem találjuk a „Vakok Világa”-ban a könyvismertetőt, pedig nagyon megszerettük. Ha olvastuk az ismertetett könyvet, akkor újra felidézte bennünk, ha pedig nem olvastuk, akkor fehévtárára a figyelmünket. Itt, az intézetben vannak síkírást olvasni tudó sorsársak is, és előfordult, hogy felolvastak nekünk, ha nem találtuk a hangoskönyvtárban. Szeretnénk, ha Ilonának (sajnos a teljes nevére nem emlékszem) továbbítanák a kérésünket, hogy továbbra is írjon. Egyébként az Irodalmi Értesítőben is találkoztunk már szép verseivel és prózai írásaival is.

Örültünk a „Jogi rovat” ismételt beindításának is. Én ugyan nem tudok kötni, de a szobatársam azt tapasztalta, hogy az ismertetett kötésminták nem mindig köthetők le, néha bosszús volt miatta. De amikor rájött, hogy más sem tudja lekötni, már nem mérgelődött annyira.

Az is tetszett, hogy a tudósítások rövidebbek és tömörebbek lettek, így értékesebb dolgoknak is marad hely.

További jó munkát kívánva maradok tisztelettel:

aláírás (olvashatatlan)»

*

Remélem, hogy az olvasó örömeire szolgált, hogy ismét találkozhatott — és ígérem, hogy a jövőben is találkozni

fog — Semseyne Legeza Ilona könyvismertetőjével.

A kötésmintákkal kapcsolatos észrevételeket pedig továbbítjuk a minták beküldőjének.

*

Második levelünk is Debrecenből, Geriné Jóna Ilona olvasónktól érkezett. Az alábbiakat idézem gondolataiból:

«Az Ön szerkesztésében megjelent néhány szám új elemeket tartalmaz. A közvetlen hangvétel emberibb, s ez bátorítást ad az olvasóknak, hogy észrevételeiket, ötleteiket közöljék a szerkesztőséggel.

Lapunk folyó évi 3. számában „Könyvtári közlemény” jelent meg, mely a könyvkölcsönzés átmeneti szüneteltetését adta az olvasók tudtára — késve. Ennek a közleménynek a leltározás megkezdése előtt kellett volna megjelennie. Akkor a vidéki tagság is elég olvasni-valót kérhetett volna. Új könyvtárosunk lett, — az elmúlt több, mint 20 évben sok panasz volt a Braille-könyvtár munkájára —, s szeretném, ha lehetőséget kapna lapunk hasábjain a bemutatkozásra, terveinek ismertetésére, figyelemmel a vidéki olvasókra is.

Ha mód van rá, közölje a „V. V.” az alkotmány-tervezet szövegét! Tagságunk többsége csak így ismerheti meg a törvényt pontosan.

Az elnökségi ülésekről szóló tudósításokban ezentúl is szeretném olvasni a résztvevő vagy — legalább — a hiányzó elnökségi tagok nevét. Így értesülhetnénk, hogy választottunk milyen rendszerességgel vesz részt a testület munkájában.»

TALLÓZÁS KÜLFÖLDI SZAKIRODALOMBÓL

JENNIFER STOCKLEY

A látássérült gyermekek iskolai oktatása

AZ INTEGRÁLT OKTATÁS FOLYAMATÁNAK ELEMZÉSE
(II. RÉSZ)

STATISZTIKAI ADATOK

A helyi oktatási egységeknél 707 vak és 1404 gyengénlátó gyermeket tartanak nyilván. Ezek az adatok a valóságnál kisebb számú látássérült gyer-

Észrevételeit köszönjük. Ötleteit igyekszünk megvalósítani, s a központi elnökség üléseiről a jegyzőkönyv készítőjének eljuttatjuk kérését.

*

Utolsó levelünk egy miskolci olvasónktól érkezett, aki feltehetőleg gyengénlátó. Sajnos, saját kezű írása teljesen olvashatatlan volt, s még a címét és a nevét is csak találgatni tudtuk. A megyei szervezetnél próbáltuk kinyomozni az illető kilétét, de kísérletünk nem járt sikerrel.

Ennek kapcsán szeretnék mindenkit kérni, hogy olvasható — akár sík, akár Braille-írású — leveleket szíveskedjenek hozzánk eljuttatni, mert csak ez esetben tudunk válaszolni leveleikre.

mekről beszélnek, egyrészt azért, mert az oktatási egységek 20%-ára nem terjedt ki a felmérés, másrészt azért, mert a szülők nem mindig jelentik be gyermekeiket, különösen azokban az esetekben nem, amikor a látás elvesztése más fogyatékoság kíséretében jelentkezik. A költségvetés készítése folyamán az oktatási egységek figyelembe vették mindazokat a látássérült gyermekeket, kiknek oktatásakor különlegesen képzett szakemberekre van szükség. Az iskolás korú gyermekekkel folyó munka modellje a legjobb az országban, mert az a lényege, hogy a bölcsődék és az óvodák időben történő felkeresésére irányul.

Az eddig tett intézkedések ellenére sem elegendő az iskoláskor előtti gyermekintézményekben a férőhelyek száma. Ez a hálózat nem terjed ki az összes halmozottan fogyatékos gyermekekre.

A jelentésben megtalálhatóak az arról szóló adatok, hogy hány gyermek tanul speciális iskolában, speciális osztályban és a

közoktatásban. Ennek alapján lehetővé válik az eljövendő munka irányának meghatározása. Negyven más fogyatékos-sággal nem sújtott vak gyermek 17 helyi oktatási egység igazgatása alá tartozó közönséges tanintézetben kapott elhelyezést. A többi 18 egység ugyanilyen számú gyermeket küldött a mindenki számára rendelt iskolák speciális osztályaiba és más központokba. Nyolc e tanulók közül halmozottan fogyatékos. Tehát sok vak gyermek a régi módon a vakok iskoláiba vagy más speciális helyre irányul.

Körülbelül 1700 gyengénlátó gyermek látogatja a közoktatás intézményeit, miközben nagyobb részük alsó fokú oktatásban részesül. Ennek, minden bizonnyal az a magyarázata, hogy az 1981-es Oktatási Törvény értelmében az alsóbb korcsoporthoz tartozó gyermekek közül sokat tekintenek olyanoknak, akinek különleges ellátásra van szüksége.

Az iskola befejezése után körülbelül 100 látássérült gyermek folytatja tanulmányait a látók számára meglévő felsőoktatási intézményekben. Majdnem ugyanennyi tanuló kerül a vakok részére szervezett speciális főiskolákra.

A VAKOK KIRÁLYI NEMZETI INTÉZETÉNEK SEGÍTSÉGNYÚJTÁSA

A felmérés íve olyan kérdéseket tartalmaz, melyeknek az

a célja, hogy kiderítsék, mennyire hatékonyak a Királyi Intézet segítségnyújtásának formái: iskolák, főiskolák, szakemberképzés, tanácsadás, levelezés, könyvtári szolgáltatások. A helyi oktatási egységek harmada, ahonnan a Vakok Királyi Intézetének hat iskolájába kerülnek tanulók, szándékozik a jövőben kisebb mértékben élni ezen alkalommal, ugyanakkor a többi egység változatlan mennyiségi helyet fog lekötni tanulóinak számára. Megélénkült érdeklődés mutatkozik egyes főiskolák iránt.

A felmérésben részt vevő harminchét helyi oktatási egység követi a Vakok Királyi Intézetének útmutatásait a tanulók otthonának felkeresésekor, valamint az iskolalátogatások során. A szakemberképzés terén már szerényebb mértékű a tanácsadás igénybevétele. Ezek iránt a szolgáltatások iránt valószínűleg a jövőben is lesz érdeklődés annak ellenére, hogy az oktatásügy fejlődésével a tanácsadók szerepe megváltozik. Állandóan növekszik a kereslet a Királyi Intézet hangstúdiójának és könyvtárának szolgáltatásai, valamint a Braille nyomtatású könyvek iránt.

Arra vonatkozó javaslatok is érkeztek, hogy a Királyi Intézet nyújtson merőben új szolgáltatásokat. A megkérdezettek több mint háromnegyede tárgykölcsönző nyitását javasolja azzal a céllal, hogy az egyes eszközök értékét fel lehessen mérni még a vásárlás előtt. Vannak olyan javaslatok is, hogy hozzanak létre egy irodát, amelyik a szakemberekről

nyújtana tájékoztatást. A megkérdezettek többsége azon a véleményen van, hogy ezekért a szolgáltatásokért térítést kellene fizetni.

A kérdőív kitöltői támogatják egy oktató videofilm elkészítésének gondolatát. Mérsékelt érdeklődés nyilvánul meg a Braille-írás és a levelezés iránt, aminek valószínűleg az a magyarázata, hogy elég kis számban tanulnak vak gyermekek a közönséges iskolákban.

Ami a tanácsadást és más szolgáltatási formákat illeti, a helyi szervezetek zöme hajlik rá, hogy elfogadjon közülük olyanokat, mint a halmozottan fogyatékos gyermekek, valamint az új személyzet tanfolyamai, a szakemberek tapasztalatcseréje, szülői bizottságok felállítása, a tanulókról való visszajelentés megvalósítása. Támogatják a Vakok Királyi Intézetének és más intézményeknek azon elképzelését, hogy nyári és kiegészítő tanfolyamokat szervezzenek a látásukat frissen elvesztő gyermekek idejekorán történő megsegítése céljából. A hatóságok készségüket fejezték ki, hogy anyagi támogatásban részesítik ezeket a kezdeményezéseket.

AZ INTEGRÁLT OKTATÁS GYAKORLATA

A felmérés idején iskolák hosszú sorát kerestük fel, ahol figyelemmel kísértük az integrált oktatás folyamatát a gyakorlatban. Megfordultunk a közönséges iskolák speciális osztályaiban, elbeszélgettünk a pedagógusokkal, a gyerekekkel

és a szülőkkel. A jelentésnek ez a része olyan adatokat tartalmaz, amelyek iránt nagy az érdeklődés mindenki részéről, aki az integrált oktatás kérdéseivel foglalkozik. A felmérők arra a következtetésre jutottak, hogy ennek az ügynek a sikere egy egész sor kölcsönhatásban levő tényezőtől, a szülők és a tanerők helyes alapállásától, a gyermek előképzettségének fókától, tudásától és képességeitől függ. Az is fontos, hogy a gyermeknek nyújtott segítség az ő saját szükségleteinek feleljen meg, ne erőszakkal nyilvánuljon meg, és ne zavarja a tanulót abban, hogy az iskola falai között fesztelenül érezze magát.

JAVASLATOK

A Vakok Királyi Intézete számára a kérdőív alapján összeállított jelentés a jövőre vonatkozólag tett javaslatokkal zárul. A Királyi Intézet tevékenységének a tanácsadásra épülő segítségnyújtásban, a szakemberképzésben, a speciális iskolákban történő helyteremtésben és főként a főiskolákon folyó szakosított oktatás lehetőségének biztosításában kell kifejezésre jutnia; a továbbiakban pedig az anyagi támogatás néhány formájának tökéletesítésében, a közoktatás iskoláinak nyújtott szolgáltatások kereteinek szélesítésében, valamint a szülőkkel közös munka és pihenés biztosításában.

A Királyi Intézet megvizsgálta saját munkáját ezen javaslatok fényében. Az Intézet oktatási- és üdültetési osztálya

ANGEL SZOTIROV

A mozgástrénerképzés tíz éve

Plovdiv, 1979. január

A havas utcákon döbbsen álltak meg az emberek — különös látvány tanúi voltak: néhányan sötét sízsemüvegben, hosszú, fehér színű botokkal tapogatták az utat maguk előtt, mint a vakok. Mozgásukat, bizonyos távolságból, éberem figyelte két magas férfi, közben időről időre rövid utasításokat adtak a botorkálóknak, s vezényszavak hangzottak el. Plovdivban akkor tartották az első mozgástrénerképző tanfolyamot az országban január 15-től 26-ig, ahol a vakok által használt hosszúbotot történo

nagyobb figyelmet fog fordítani mindazokra, akik látássérült tanulókkal foglalkoznak munkavégzési területüktől függetlenül. Eközben különös figyelemmel fogják kísérni a közoktatási intézményekben folyó oktatást is.

A Királyi Nemzeti Intézet mindig az élen járt a speciális iskolák és a velük való együttműködést segítő szervezetek létrehozásában. Napjainkban, az integrált oktatás fokozatos térhódítása idején az Intézet igyekszik megőrizni pozícióját, s reméli, hogy eljön az a nap, amikor az általa végzett tevékenység mindenütt elterjedt gyakorlat lesz.

Fordította: Vojtkó Gábor az „Informational Bulletin” 1988/4. számából.

térbeli tájékozódást és mozgást oktatták.

Tíz-tizenöt perc telik el a magyarázatokkal, utasítások majd a résztvevők felrakják a speciálisan kialakított sízsemüveget, hogy tökéletesen beleképzelhessék magukat a vak ember helyzetébe, tisztában legyenek annak a tájékozódás és a mozgás során adódó nehézségeivel.

(A nagy-britanniai Birminghamben működő mozgástrénerképző iskola hallgatói egy egész hónapon át nem veszik le szemükről a kötést.)

1975-ben a szövetség vezetősége elmulasztotta azt a lehetőséget, hogy elküldje Birminghambe képviselőnként, akit ott mozgástrénernek képeztek volna ki. Három évvel később, 1978 októberében az NDK-ban működő Vakok és Gyengénlátók Szövetsége szervezett kétéhetes kurzust az európai szocialista országokból érkező leendő mozgástrénernek számára. A Vakok Bulgáriai Szövetsége Sztefan Sztefanovot, a Központi Elnökség szakemberét és Szpasz Kozsuharovot, egy látássérültekkel foglalkozó várnai nevelőt, küldte el. Ezen a tanfolyamon a trénerképzésekor a fő hangsúly a hosszúbot használat különböző technikai fogásainak elsajátításán volt.

Sztefanov és Kozsuharov sikeresen elvégezte a tanfolya-

mot, ahol tudásra tettek szert és készséget sajátítottak el rövid idő alatt. (Birminghamben a trénerképzés időtartama hat hónap.) Most mindketten hazai rehabilitációs szakembereknek adják át tapasztalataikat — három, látássérült gyermekeket oktató tanárnak és három szövetségi tagnak, akik közül kettő gyengénlátó, egy pedig vak.

Az időben a Központi Elnökség munkavállalást segítő és rehabilitációs részlegének vezetői azon a véleményen voltak, hogy látássérült emberek is lehetnek mozgástrénernek. (Az amerikai és a nyugat-európai modell szerint ez teljesen kizárt dolog.) Sőt úgy vélték, hogy a világtalannak a sorstársa tudja a legjobban elmagyarázni az egyes útvonalak jellegzetességeit, ő hívhatja fel a legpontosabban a figyelmet a vakok tájékozódási pontjaira. Nem méltányolták kellően azon általános követelményeket, melyek szerint a mozgástrénernek bizonyos távolságból is teljes biztonságot kell nyújtania a tanuló vaknak, valamint látás útján kell ellenőriznie, hogy a gyakorló milyen technikával kezeli a hosszúbotot.

Az elmúlt tíz évben a Felénkori Látássérültek Plovdivi Rehabilitációs Központjában 12 alkalommal szerveztek mozgástrénerképző tanfolyamot, ahol 90 fő szerzett tréneri képesítést, közülük 15 szövetségi tag.

Sajnálatos tény, hogy a IX. tanfolyamig képzetteknek csak elenyésző hányada hasznosítja tudását a gyakorlatban. Az okok abban rejlenek, hogy a tagszervezetek vezetősége nem mindig

CSAPÓ ENDRE—MOLDOVÁN
ESZTER

Új segédeszköz: ELOBOX

Az „ELOBOX” elektronikus, Braille jegyzetfüzet. A különféle előadásokon, megbeszéléseken stb. szerzett fontos ismeretek Braille-írásban történő gyors feljegyzésre szolgál.

Az „ELOBOX” befogadóképessége 50 Braille oldal (egy oldalon 30 sor, s egy egy sorban maximálisan 42 Braille-jel lehet). A sorok hossza tetszés szerint beállítható, s így a Braille-nyomdagépeknél használatos papír szélességével összeegyeztethető.

Egy belső „cursor” jelzi a beírt szöveg végét. Ahol pedig tovább folytatható az írás — a cursor pillanatnyi helye —, egy beépített szintetikus beszéd segítségével könnyen megállapítható. Az „ELOBOX” bemondja az oldalszámot, a sorszámát az oldalon és a sorban lévő helyszámát. A szöveg beírása két módon történhet:

1. egyszerű beírás, a szavak elválasztása nélkül, amikor minden sor elején és végén egy egész szó áll,

2. az úgynevezett editor-módban, amikor a szavak lát-

a megfelelő embert küldte a tanfolyamra, azonkívül nem tették meg a szükséges intézkedéseket arra vonatkozóan, hogy a végzetek később munkát vállalhassanak.

Érdekes lenne megvizsgálni, mi a valós oka, hogy a szakképzett trénerek többsége egyáltalán nem, vagy csak rövid időre nyert alkalmazást. Néhány tényező eddig is ismert:

1. Gyakran olyan embereket küldenek a tanfolyamra, akik csak nehezen tudtak időt szakítani a mozgásoktatás tanulására.

2. Néhány trénerben egyszerűen nem tudatosul, mit jelent az, hogy vakokkal kell foglalkozniuk munkájuk során.

3. Látássérülteket is képeznek mozgástrénernek, igaz, a második rokkantsági kategóriába tartozókat. A sérült látás nagyon komoly akadályát jelent annak, hogy hatékonyan tevékenykedhessenek; mind a szövetség vezetése, mind a tanulók bizalmatlanok velük szemben.

A mozgástrénerek képzésének és alkalmazásának egyes kérdései jelenleg is gondot okoznak. Magától értetődik, hogy a IX. tanfolyamtól kezdve csak látó hallgatókat vesznek fel, akik megfelelnek bizonyos követelményeknek.

Bár ritkán, de még mindig alkalmatlanok is kerülnek a tanfolyamra. Különösen komoly problémát jelent a tagszervezetknél a már végzett mozgástréner alkalmazása. Gyakran megtörténik, hogy a trénerre hónapokkal a bizonyítvány megszerzése után sem bíznak feladatot annak ellenére, hogy

ő maga is szeretne munkába állni. Ennek következtében az oly rövid idő alatt szerzett tudás megkopik.

A képzés idejének elégtelen tartama jelenti tehát a legfőbb gondot. Amit a hagyományokkal rendelkező országokban hónapok alatt érnek el, mi megpróbáljuk elvégezni két hét alatt.

Nagy szükség van a mozgástrénerképzés kézikönyvének kiadására — legyen az hazai munka vagy fordítás. A volt Oktatási Minisztérium által 1980-ban kiadott útmutató hiányos és már régen elavult.

A nálunk általánosan használt hosszúbotok nem a legmegfelelőbbek — elég nehezek és nem valami tartósak. Bizonyos eredményt jelent ezen a téren az említett hiányosságokat kiküszöbölő, NDK-gyártmányú, üvegszálas anyagból készült ruganyos hosszúbot.

A kerek évfordulók általában alkalmat adnak a mérlegkészítésre, a megtett út reális értékelésére, az adott terület közeli és távolabbi feladatainak megvitatására. Ebben a cikkben azonban nem tüztünk magunk elé ilyen célt. Az elemzést (több-kevesebb sikerrel) elvégzi az ez évben megrendezendő tudományos-gyakorlati szakmai konferencia.

Reméljük, hogy a tanácskozás jelentős lökést ad majd a mozgástrénerképzés további fejlődésének elméleti és gyakorlati vonatkozásban egyaránt.

A „Zari” c. testvérnap 1989/1-es számából bolgárból fordította — Vojtkó Gábor.



hatók, de az elválasztást magának a használnak kell elvégeznie. Ebben a módban a sorok gazdaságosabban használhatók ki, mint az előzőben.

Az „ELOBOX” minden oldalon az utolsó 30. sorban a sor végétől visszafelé számított 10. helytől hangjelzéssel figyelmeztet az oldal végének közeledtére. Az oldal végén elhangzik egy negatív hangjelzés (lefelé haladó hang).

A leírt szövegben lehetőség van bizonyos címszavak megkeresésére, melyek hossza maximumán nyolc betű lehet. A mikroprocesszornak kb. 15 másodpercre van szüksége, amíg az ötven oldalon a keresett címszót megtalálja. Ha megtalálta, pozitív, ha pedig nem találja, negatív hanggal jelez. A beírt szövegben hat pont megjelölhető és a cursor gyorsan irányítható bármelyik pontra.

Az „ELOBOX”-ba beírt szöveg akusztikusan — betűzve — meghallgatható vagy egy RS-232 interface-val rendelkező Braille- vagy normál nyomdagepen kinyomtatható, illetve egy számítógépen a továbbiakban feldolgozható.

Az „ELOBOX” az „ELOTYPÉ 02” elektronikus Braille írógéphez készült, mint jegyzetfüzet. Így a beírt szöveg kinyomatása az írógéppel rendkívül egyszerű.

Súlya mindössze fél kg.

Az energiaellátást egy 9 V-os akkumulátor biztosítja.

Az „ELOBOX” ára 1650 DM, az „ELOTYPÉ 02” írógéppel együtt pedig 7900 DM (nyugatnémet márka).

Tisztelt Olvasó!

Már több mint 10 éve írom az egészségügyi rovatot, de sajnos igen ritkán kapok visszajelzést a cikkeimre. Örülnek ezeknek, hiszen magam is azt szeretném, ha a többi rovathoz hasonlóan az egészségügyi rovat is egyre színvonalasabbá válna. Jó lenne, ha az olvasóktól kapnék javaslatokat, hogy milyen témáról írjak. Szívesen venném, ha személyes gondjakkal is levélben megkeresnének, és természetesen arra is

mód van más lapokhoz hasonlóan, hogy jelígs levelekre is válaszoljak.

A leveleket természetesen a szerkesztőségbe kérem. Boldog lennék, ha az egészségügyi rovat keretén belül kialakulhatna egy afféle kérdezz-felelek tanácsadó, de egyben ismeretterjesztő tevékenység is. Várom kérdéseiket és bíráló levelüket.

*Tisztelettel:
a rovatvezető*

Szívbetegek házi diétája

A szívbetegeknek kímélő életmódra és kímélő étrendre van szükségük. A diéta célja elsősorban a szív és a vérkeringés tehermentesítése, a túltáplált, kövér betegeknek le is kell fogyniuk. A kímélő étrend tápanyagtartalmát az életkor, a nem, a magasság és a tápláltsági állapot határozza meg. Testsúlykilogrammonként fehérjéből 1—1,2, zsírból 1, szénhidrátból pedig 5 gramm általában elegendő. A túltápláltak zsír- és szénhidrátbevitelét anynyira korlátozzák, hogy a napi étrend kalóriaértéke ezernél kevesebb legyen. Irányelv: kevés állati zsír és szénhidrát (cukor), sok fehérje és sok vitamin.

Ami az ásványi sókat illeti: kevés konyhasó, bőséges kálium és magnézium.

Az ételek emészthetőségét a nyersanyagok megfelelő, szakszerű kiválasztásával elősegíthetjük. A gabonafélék emészthetősége rosttartalmuktól függ: minél fehérebb a liszt, a kenyér, annál könnyebben emészthető, mert kevesebb rostot tartalmaz. Igaz, gazdagabb keményítőtartalma miatt székrekedést okozhat. A fehér lisztből készült pékáruból sokat fogyasztunk, többet más országok lakóinál. Fogyasztásuk csökkentése általában kívánatos: a hízásra hajlamos vagy kövér szívbetegnek egyenesen szükséges.

Emészthetőség

A húсок emészthetőségét az izomszövet — kötőszövet —



zsírszövet aránya határozza meg. Minél több benne az izomszövet, annál könnyebben emészthető. A látható zsírt (zsírszövetet) távolítsuk el, ezzel javítható az emészthetőség.

Legkönnyebben a fiatal állatok húsa emészthető, továbbá a sovány baromfi és a hal; a húsiipari készítmények közül a baromfifelvágottak, a párizsi, a virsli, a szafaládé, a krinolin, a gépsonka és gépkaraj. Zsír helyett használjunk könnyen emészthető növényi olajat.

A savanyított tejtermék (aludttej, joghurt stb.) könnyebben emészthetők a tejnél; emészthetőségét javíthatjuk, ha teával, maláta-kávéval, pótkávéval hígítjuk. Az 1,5 százalékos zsírt tartalmazó tejet ajánljuk. A sajtok közül a lágy, félszíros és sovány sajtok emészthetők könnyebben.

A zöldség- és főzelékfélék emészthetősége frissességüktől, nedvtartalmuktól és rosttartalmuktól függ. Kevés rost van a padlizsánban, a friss retekben, a parajban, a tökben, a paradicsomban, a céklában, a fejes salátában és a karfiolban, a nyári-, vörös- és kelkáposztában, a sóskában, az uborkában. A káposztafélék puffasztó hatását a bennük levő illóanyagok okozzák, ezek főzés, illetve párolás közben eltávolíthatók, ha az edény fedelét időnként leemeljük és hideg vízzel leöblítjük. Ugyanis ide csapódik le a felszálló pára.

A gyümölcsök emészthetőségét is a rosttartalmuk határozza meg. Rostszegény az alma, a cseresznye, a meggy, a kajszibarack, a földieper, a vöröszilva és a ringló. Az aprómag-

vas, rostdús gyümölcsökből (szőlő, egres, ribizke) frissen kiperéselt gyümölcslevet, vagy gyümölcspürét lehet készíteni.

Sózás, fűszerezés

A magyar konyha sok sós és fűszert használ. A szervezet napi konyhasó szükséglete 3–8 gramm, ez benne van a tápanyagokban, tehát sózásra valójában semmi szükség nincs. De megszoktuk és kedveljük a sós ízeket, ezért az átlagos napi sófogyasztás a szükségletnek négy-ötöszerese! Pedig a konyhasó vizet köt meg a szervezetben, ami megterheli a vérkeringést és fokozza a szervezetben keringő folyadék pangását. A pangásos állapot étvágytalansággal jár, ezért a sótlan ételt ízesíteni kell, mert az íztelen táplálék fokozza az étvágytalanságot: káros körforgás alakul ki. A konyhasót pótolhatjuk nátriummentes sóval, amiben sok — a szívbetegek számára különösen fontos — kálium és magnézium van. (Ez a sóféleség sajnos szinte állandó hiánycikk.) Az ízesítés, illetve a sós íz helyettesítése az étel pirításával, párolásával történhet, amikor a felületen képződő pörzsanyagok és az ételben megmaradó természetes izanyagok feledtetik a sózást.

Az izgató hatású fűszereket is helyettesíteni kell. A bors ízet kitűnően pótolja az ételbe párolt kakukkfű. A magyaros konyha előszeretettel használ fűszerpaprikát; a kimélő étrendben csak a csemege- és az édes-nemes paprikát használjuk. A pörköltből nem kell

kihagyni a hagymát; főzzük meg vízben és ezzel a hagymaízű vízzel készítjük az ételt, vagy tegyük a hagymát egészben a pörköltbe és tálalás előtt távolítsuk el belőle.

Sok olyan fűszer van, amely nemcsak kellemesen ízesít, hanem az emésztést is serkenti. Ilyen az ánizs, a fahéj, a gyömbér, a kömény, a szegfűszeg, a szerecsendió. A savanykás ételeket ízesíti a tárkony, az édeseket a vanília. A friss fűszernövények közül a petrezselyemben, a kaporban, a zellerlevélben sok vitamin is van. Savanyításra az ecetnél értékeesebb a citrom, hiszen sok benne a C-vitamin.

Sűrítés

A rántással csak az étel zsír és szénhidrát-tartalmát növeljük — feleslegesen. Ha tejtermékkel sűrítünk, kevesebb folyadék kell az ételkészítéshez; a hő hatására fokozatosan meg-alvadó fehérje teszi krémszínűvé az étel levét. A sűrítés módjához sincs szükség több figyelemre, nagyobb szakértelemre. Csak arra kell ügyelni, hogy a rántás ne legyen csomós, óvatosan kell a folyadékkal összekeverni; a főző-pároló folyadékot lassan folyamatosan keverés közben kell hozzáadni, hogy a fehérje pelyhes kicsapódását elkerüljük. A fehérjével sűrített étel értékeesebb, mint a keményítővel (liszttel) készült, rántással főzött.



Jó étvágyat!

A szépen tálalt, díszített étel látványa örömet szerez. A díszítéshez igen kevés nyersanyag kell, néhány szem apróra vágott petrezselyem vagy kapor; hajszálvékony szelet paradicsom vagy zöldpaprika, citromgerezd; szórásnyi paprika, esetleg porcukor, salátalevél, 1–2 kanálka tejfől vagy peccsenyelé. A tálalóeszközökkel az ételeket formálhatjuk is.

Az étkezés örömét fokozza a szépen, tisztán terített asztal, a csillogó és gondosan elrendezett edény és evőeszköz, az étkező friss, jó levegője. Az adagolás, a tálalás alkalmazkodjon a beteg izléséhez, igényéhez; az étvágytalan beteget ne riasszuk meg nagy adagokkal. Aki pedig jó étvágyú, de fogyókúrára szorul, annak a tetszés szerint fogyasztható fogásból adjunk mutatósan sokat: már az adag megpillantásakor érezze, hogy nem fog éhen maradni.

A fogásokat egymás után adjuk az asztalra, hagyjunk az előző elfogyasztására elegendő időt — a kapkodó rágás nem egészséges. De ne is várakoztassuk fölöslegesen az esetleg fáradékony beteget.

A napi 4–5–6 étkezés megkönnyíti az emésztést, mert egyszerre csak kisebb adaggal kell megbirkóznia. Az éjszakai táplálkozási szünet ne legyen 12 óránál hosszabb.

Az egyes étkezések előtt az egészségi állapotnak megfelelő mozgás (a szabad levegőn), valamint az étkezések utáni pihenő, a kímélő életmód igen fontos tényezői. Az életmódot

illetően kövessük az orvos tanácsát, útmutatását.

Koleszterin

A szívbetegségeket okozó tényezők között az érlemezés áll az első helyen, ez pedig nagymértékben a szervezetbe kerülő, pontosabban: a vérben kimutatható koleszterin mennyiségétől függ. Ámbár a szervezetben is keletkezik koleszterin, e vegyület nagyobb része a táplálékkal, nevezetesen az állati zsiradékokkal kerül a szervezetbe. Ezért az eddig említettek kivül a szívbeteg kímélő étrendjében a táplálékkal felvett koleszterin mennyiségének csökkentésére és olyan táplálkozási rendszabályok bevezetésére van szükség, amelyek a vérben levő koleszterin mennyiségét (a koleszterinszintet) csökkentik.

A növényi olaj és a belőle készült margarin olyan anyagokat tartalmaz, amelyek csökkentik a koleszterinképződést, ezenfelül fokozzák az epetermelést (az epének lényeges része a májban termelődő koleszterin) és mivel a bélbe kerülő epe jelentős része a széklettel kiürül, ezzel bizonyos mennyiségű koleszterin is távozik a szervezetből.

A színes főzelékek, saláták és friss gyümölcsök bőven tartalmaznak diétás rostot, ami nem szívódik fel a bélből. Ezáltal a béltartalom tömege növekszik, ami a beleket élénkebb mozgásra serkenti. Így a rostok is csökkentik a koleszterin, és ezenfelül a zsírok, valamint a szénhidrátok felszívódását is.

Ez pedig az elhízás megelőzése szempontjából fontos.

Mint említettük, koleszterint a szervezet is előállít, mert szüksége van rá. De ez nem elegendő. Egy kevés koleszterint a táplálékkal is fel kell venni, de napi bevitele ne legyen több 300 milligrammnál, vagyis nagyjából egyharmad grammnál. A legtöbb koleszterin a velőben van: tíz dekában 2–3 deka! Ez az étel tehát kifejezetten egészségtelen. De sok koleszterin van a tojás-sárgájában, a májban, a vesében és a vajban is. (Vaj helyett fogyasszunk növényi olajból készült margarint.)

Egy tojás-sárgája (kb. 16 gramm) 300 mg koleszterint tartalmaz, tehát a napi maximumot! A tojásfehérje azonban igen értékes, ezért a tojást ne rekeszük ki az étrendből, de elegendő, ha másnapként fogyasztunk egy-egy tojást. Fogyókúrára se tartssunk keménytojás-napokat, mert így koleszterinnel árasztjuk el a szervezetet!

KITEKINTŐ

GYÓGYSZER A FOLYAMI VAKSÁG ELLEN

(Élet és Tudomány 1989. 7. szám)

A fejlődő országokban évente mintegy 18 millió embert sújt és félmillió embert vakít meg a gomolyfilária (onchocerca volvulus) nevű élősködő féreg okozta, bőr alatti csomókkal és



daganatokkal járó, ha pedig a szembe fészkel be magát, látási zavart és vakságot okozó betegség. E parányi férget a gyors folyású trópusi folyók mentén tenyésztő, vérszívó fekete kolumbácsi legyek terjesztik. Innen e betegség neve: folyami vakság.

Eddig olyan vegyi anyagokkal próbáltak védekezni ellene, amelyek az élősködőt terjesztő legyeket pusztítják. Csakhogy e legyek sok helyütt ellenállóvá váltak a permetezőszerrel szemben. Most egy New Jersey-i (USA) gyógyszergyár Ivermectin névvel az ember által szedendő olyan szert készített, amely magának a kórokozónak, a féregnek a lárváját támadja meg.

Az eddigi eredmények szerint az Ivermectin egyetlen tablettája két-három nap alatt elpusztítja az emberi testben lévő összes féreglárvát. Ezért elég, ha azt a fertőzött emberek évente egyszer beveszik. A szer mellékhatásai csekélyek, ám az a már megkárosodott látást nem teszi jobbá, s a kifejlesztett férgek ellen is hatástalan. Ellenben nagy előnye az, hogy bajmegelőző hatású: Ghanának egy erősen fertőzött területén kísérletképpen 15 ezer lakost láttak el Ivermectin tablettával, s a fertőzöttek aránya három hónapon belül a negyedére csökkent, mert midőn a szer a lárvákat elpusztította, a fertőzés útját is megszakította.

Az Egészségügyi Világszervezet segítségével az elkövetkező két évben több, mint negyemillió nyugat-afrikait gyógyítanak majd *Ivermectin* tablettával.

LAK ISTVÁN

Az al-dunai székelyek

1988–89 telén a XIV. kerületi Hazafias Népfrent keretében működő Népművészeti Baráti Kör két rendezvényt is szervezett szövetségünk budapesti székházában a Jugoszláviában élő bukovinai székelyekről.

Először Kóka Rozália bukovinai székely származású tanítónő, ismert előadóművész, újságíró tartott előadást az al-dunai székelyekről, később az ottani egyik település, Hertelendyfalva népi együttese vendégszerepelt hazánkban. Mindkét rendezvényt nagy érdeklődés kísérte. E két alkalommal szerzett ismeretek, élmények hatására, valamint a Kóka Rozáliával történt beszélgetés után készítettem el írásomat. Mielőtt

az al-dunai székelyek történetét részleteznék, ismerkedjünk meg kialakulásuk előzményeivel, a Székelyföld létrejöttével, lakóinak helyzetével, majd a Bukovinába kerültek sorsának alakulásával.

Székelyföldről Bukovinába

A székelyek Erdély délkeleti részében egy nagyobb területű egységen az ún. Székelyföldön élnek, lélekszámuk egymillió körül van. Ez a magyar népcsoport a legutóbbi időkig megőrizte néprajzilag, nyelvjárásilag sajátos egységét. A székelyek a honfoglalás után a magyarok által elfoglalt területek különböző határvidékein éltek. Árpád házi királyaink telepítették őket Erdély délkeleti részébe. Tették ezt azért, hogy őrizzék a királyság keleti határait. A székelyek a határok őrzéséért cserébe nemességet, szabadságot, kiváltságokat kaptak. Önálló katonai szervezetük volt. Így a jobbágyokat sújtó feudális terhek, kööttségek nem érintették őket. Korábbi nemzetségi tagolódásukat a XVI. századtól kezdve területi, szervezeti rendszer váltotta fel. Kialakultak a vármegyéktől független közigazgatási egységeik a székek (Háromszék, Csikszék, Udvarhelyszék, Marossszék stb.). A hét területű egységből álló székek különállása 1876-ban szűnt meg, ak-



Hadikfalvi faszindelyes ház



kor vármegyéket szerveztek belőlük. A Székelyföldet Erdélylyel együtt 1920-ban vették el hazánktól, miután a trianoni békeszerződés Romániának ítélte. A székelyek lakta terület és Észak-Erdély 1940–44 között országunkhoz tartozott. Ezeket a területeket a II. világháború után ismét Romániához csatolták. A Székelyföld 1952–1960 között mint Erdély túlnyomóan magyarlakta része, Magyar Autonóm Tartomány néven külön közigazgatási egységet képezett Romániában. A Székelyföld ma Maros, Hargita és Kovászna megyékhez tartozik, minden korábbi kedvező helyzetét elveszítve. Az Erdélyben élő székelyek, hasonlóan az ott lakó más nemzetiségekkel együtt, sokat szenvednek a Romániát jelenleg irányító diktatorikus rendszertől.

A bukovinai székelyek története 225 évvel ezelőtt, 1764-ben kezdődött. Az ezt megelőző időszakra a székelyek fokozatosan elszegényedtek. A földesurak egyre többet vettek el a kiváltságait jelentő ősi jogaikból. A XVIII. századra már csak nemességük és szabadságtudatuk maradt meg. Addigra jelentőségét elveszítve, széthullott a határőrszervezet is. Mária Terézia a határőrszervezetet új alapon akarta feléleszteni az önálló székely katonai szervezet mellőzésével. Ezután a székelyeknek már nem saját tisztjeik irányítása alatt kellett volna szolgálni, hanem habsburg tiszt fennhatósága alatt, céljaiknak megfelelően. A székelység fellázadt ez ellen az új tervezett ellen. Néhány esztendei kemény huzavona kezdődött.

Lehetne sorolni a küzdelmek részleteit egészen odáig, hogy 1763 decemberére a katonaköteles férfiak a besorozás elől kivonultak a Hargita oldalába, a szalonkai erdőbe és ott készültek a kényszerítő intézkedések ellen. Az osztrák katonák tettei és a néhány hetes erdőben való tartózkodás után, 1764. január 6-án a székelyek eldöntötték, hogy bevonulnak Madéfalvára és az ünnep (Vízkereszt) elmúltával népgyűlésre gyűlnek össze, miként azt őseik is szokták tenni. Arra készültek, hogy megegyeznek az osztrákokkal, akik nem akartak egyezkedni, ezért a Madéfalvát körülölelő hegyekre ágyukat vontattak fel, és január 7-én hajnalban ágyútűz alá vették a falut. A véres eseménynek, amely „madéfalvi veszedelem” néven vált ismertté, csak a helyszínen több száz halottja és sebesültje volt. E véres tragédiánál sokkal nagyobb csapás volt az erdélyi székelysége az, hogy több tízezeren hagyták el otthonaikat, falvaikat. Az osztrákok és a bűnvádi eljárások elől menekülő lakosok földönfutókká váltak, a Kárpátokon áthatolva Moldvában találtak menedéket. A moldvai bojárok mindig szívesen fogadták a hozzájuk menekülő magyarokat, akár Erdélyből, akár az ország távoli vidékeiről érkeztek, hiszen ezek jó és szorgalmas munkások voltak.

A székelyek olyan nagy számban zúdultak át Moldvába, hogy már nem volt elegendő az ottani magyar falvak befogadó-képessége. Moldvának ezen az északi részén élnek a csángómagyarok, akiknek egy része a

honfoglalóktól leszakadva maradt itt, másik pedig a későbbi századokban Erdélyből a területre menekülőkből került ki. Mivel e csángó falvakban már nem akadt hely a hontalanná vált székelyeknek, ezért Bákó (Bacau) város környékén településeket létesítettek, amelyeket ma is székelyes csángófalvoknak nevezünk. Itt sokan megállapodtak, a körülmények miatt talán ma már magyarul sem tudnak.

A székelyek Moldvából fel Bukovinába való telepítése Hadik András gróf, tábornagy (1710–1790) nevéhez fűződik. Ő egy ideig az erdélyi kormányzó vezetője, majd a 1775-ben a Habsburg-birodalomhoz csatolt lengyel területek első polgári kormányzója (gubernátora) volt. Bukovina északi tájai akkoriban az említett lengyelországi részhez, a déli vidékei pedig Moldvához tartoztak. Az egykori lengyel bukovinai területek egy része ma a Szovjetunióhoz, a többi pedig a volt bukovinai székely falvakkal együtt Romániához került. Hadik András az 1770-es évek közepén kezdte meg a székelyek áttelepítését Bukovinába a Szuceava (Suceava) folyó gyéren lakott vidékére. Tíz év alatt kb. 2500 ember talált új otthonra Bukovinában. A székely telepések a Szuceava folyó bal oldalán négy települést hoztak létre. Először Istensegits, majd Fogadjisten községek alakultak meg. Azután Hadik András tiszteletére két települést is elneveztek: Hadikfalvát és Andrásfalvát. Az ötödik székely település a folyó jobb oldalán népesült be, a nevét József trón-



örökösről (a későbbi kalapos király) kapta. A bukovinai székelyek zömmel katolikusok voltak, csak Andrásfalván éltek reformátusok. Az öt falu Szuceava város közelében van. Egykor a székelyeken kívül nagyszámú német, lengyel, román, orosz, zsidó érkezett Bukovina területére. Az odatelepülők először 36 hold földet kaptak. Az évtizedek múltával ezek a földek teljesen elaprózódtak a lakosság számának növekedése következtében. Száz esztendő alatt Andrásfalva népessége meghússzorozódott. A lélekszám növekedésével egyre nyomasztóbbá vált a földnélküliség. Hiába volt mindenféle székely leleményesség: a férfiak fuvarozása, a szegényebbek „módvázása” summásként mezőgazdasági bérmunka vállalása Moldvában, kertészkedés stb. már ez sem segített. A földek annyira elaprózódtak, hogy a falvakban már alig volt jelentősebb birtok.

Bukovinából is tovább

A bukovinai székelyek legutóbbi, több mint százéves történetéről beszélgettem a rendezvények után Kóka Rozáliával. Kérdéseimre adott válaszai főbb részleteinek felidézésével kibontakozik előttünk e sokat szenvedett kis magyar népcsoport sorsának további alakulása.

— A bukovinai székelyfalvak lakói hogyan próbálták megakadályozni a további elszegényesedést?

— Ahhoz, hogy megélhesse- nek, egyre sűrűbben kezdtek rajukat kibocsátani magukból.

Egyszer összeszámoltam, hogy 39 hazatelepítési kísérletet próbáltak meg a bukovinai székelyek addig, amíg végleg hazatelepültek.

— Mikor kezdődtek el a hazatelepítések?

— Az egyik első legjelentősebb 1883-ban történt az Al-Dunához, Pancsova környékére, amely akkor Magyarországhoz tartozott. Az Al-Duna szabályozásának munkálataihoz telepítettek oda bukovinai székelyeket. Egyébként hazatelepítési kísérleteik Magyarországon már a reformkorban felmerültek, de ezek valósággá csak a múlt század utolsó évtizedeiben váltak.

— Bukovinában élő nyelvtestvéreink hogyan fogadták a hazatelepítések tervét?

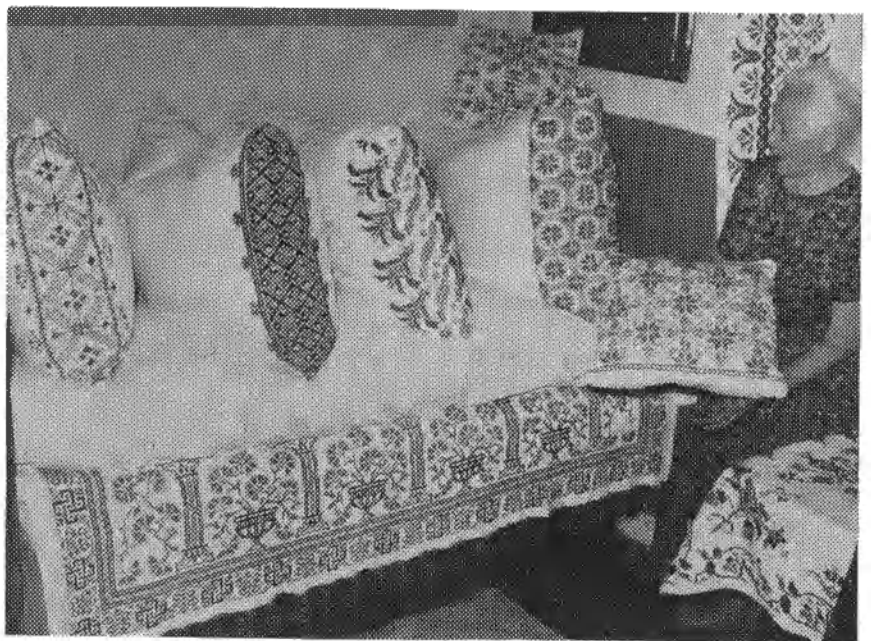
— Eljutottak ennek hírei Bukovinába is a székelyekhez, hogy szeretnék őket hazatelepíteni. Ezen ők annyira fellelkesültek, hogy azonnal szervezkedni kezdtek. Ennek eredmé-

nyeképpen a már említett 1883-as évben négyezren települtek át az Al-Dunához. Ők ma is ott élnek három faluban. Az Al-Dunához érkezésük körülményeiről, sorsuk alakulásáról, a náluk tett látogatásomról az előadásomon részletesen beszéltem, ezért itt most csak a többi bukovinai székely történetét részletezem. Ön is említette hogy írása következő fejezeteiben foglalkozik az al-dunai székelyekkel.

— Rajtuk kívül mikor, és hová települtek még bukovinai székelyek?

— Már a múlt század végén századunk elején is folytatód- tak az áttelepülések. Így Déva és Csernakeresztúr, de más erdélyi helységekbe is költöztek át. A bukovinai székelyek is megkezdték a kivándorlást Kanadába és Dél-Amerikába.

— Hogyan alakult azoknak az élete, akik Bukovinában maradtak?



Gazdag hímzésű vetett ágý



— 1941-ben néhány család kivételével Bukovinából az összes székelyt — kb. 15 000 személyt — a magyar állam a Jugoszláviától akkoriban visszacsatolt Bácskába telepítette át. Az oda települt bukovinaiak csak néhány évig maradhattak helyükön. 1944 október 11. után menekülniük kellett Magyarországra, mivel a bácskai rész ismét Jugoszláviához került. Attól a naptól kezdve 1945 március elejéig a bukovinai székelyek létét semmiféle törvény nem biztosította. Ez azt jelentette, hogy valamennyien honatalanná váltak, bizonytalanságban léteztek.

— E nehéz helyzetbe jutott emberek hová menekültek? Ezt azért kérdezem, mert még emlékszem azokra az 1944-es késő őszi napokra, amikor szülőfalum, a Fejér megyei Hercegfalva (ma Mezőfalva) alatt ponyvával letakart lovaskocsikat láttam. Akkor édesapámtól azt kérdeztem, hogy azok a kocsik vásárra mennek? Mire ő válaszolta: Nem kisfiam, azokon szegény menekülő emberek mennek messzire.

— A menekülők szétszóródtak a Dunántúl megyéibe, eljutottak még Veszprémbe és Zalába is. 1945 márciusában dr. Bodor György erdélyi származású ügyvéd, akkor kormánybiztos, megszervezte a menekült székelyek magyarországi letelepítését.

— A hazánkba érkezett egykori bukovinai székelyeket hová telepítették le, és hol élnek ma?

— A menekülteket a letelepítés megszervezése után Tolna, Baranya és Bács-Kiskun megye

azon helységeibe helyezték el, ahonnan a sváb lakosságot kitelepítették. A székelyeket bántotta az a tudat, hogy azok helyére kerültek, akiket kitelepítettek, pedig azoknak nem is miattuk kellett távozni. Magyarországon ma otthonra találva mintegy 40 településen 20 000 körüli bukovinai székely él. Legnagyobb lélekszámú csoportjuk, 1300 személy Érden lakik.

Székelyek az Al-Dunánál

Kóka Rozália az MTA-Soros-alapítvány támogatásával 1988. szeptemberében Hertelendyfalván (Jugoszlávia), az egyik al-dunai székely faluban tanulmányúton járt. Ottani gyűjtőútján szerzett tapasztalatairól első ízben a baráti kör rendezvényén számolt be. Székelyek az Al-Dunánál című kitűnő előadását Kunkovács László fotóművész kiváló diafelvételei illusztrálták.

Bevezetőjét Kóka Rozália a következőkkel kezdte: „Nem mély kutató munka eredménye ez az előadás, tekintsék hirdetésnek. Húsz esztendővel ezelőtt, 1968-ban fiatal tanítónő voltam, amikor Diószegi Vilmos (1923—1972, néprajzos, orientalista, a samanizmus kutatója) egy életprogramot szervezett nekem. Ebben többek között leírta: székely származásomnál fogva népcsoportomat legjobban úgy szolgálom, ha végig járom azt az utat, amelyen ők jártak, és tapasztalataimat részükre közkinccsé teszem... Megírta, hogy először Magyarországon menjek

el az összes bukovinai székelyek által lakott településre. Ezután induljak el azon az úton, amelyiken az őseim idejöttek: Erdélyen, Moldván át fel Bukovinába. Következő álmódként az al-dunai székely falvakat jelölte meg. Szerepel még két program, mégpedig a Dél-Amerikába és Kanadába szakadt bukovinai székelyek felkutatása...” Nem rajtam múlik, hogy e két helyre eljuthatok-e.

A bevezető után a székelyekkel, a bukovinaiak történetével foglalkozott Kóka Rozália, majd visszatért előadása fő témájához, az al-dunai székelyekhez, akiknek már több mint százéves múltjuk van. Ezt követően többek között így folytatta: „1883-ban társadalmi összefogással telepítették őket mai helyükre, mindmáig a bukovinai székelyek egyik csoportjaként élnek az Al-Dunánál. 1883 márciusában indultak el, Galícián át érkeztek Magyarországra. Mindenütt, amerre csak elhaladtak, ünnepélyesen fogadták őket... Sikerült megtalálnom egy korabeli újságot, melyben a tudósító arról írt, hogy Szentés városa hogyan fogadta a hajóval érkezőket... A gőzös vontatta két uszályhájón 1350 ember utazott... Hosszú utazás után aratás idejére érkeztek meg az Al-Dunához. Rögtön az volt a feladatuk, hogy álljanak neki a munkának a Duna szabályozásánál. Kemény kubikumunkát kellett végezniük. Ebben a nehéz munkában sokan megbetegedtek... A hazába érkezés iszonyú nagy csalódást jelentett számukra, hiszen részükre nem



készítettek elő lakásokat. Csak az elhagyott kincstári házak maradványait kapták meg. A falvakban már korábban betelepített németek és szlovákok éltek. Ők módosabbak, tehetősebbek voltak, s az érkezőket ellenszenvvel, nagy-nagy megvetéssel fogadták... Az Al-Duna árvízveszélyes lapályára épültek a falvak. Az első esztendőök árvizei, majd öt év múlva hatalmas jeges ár pusztított, amely a települések házait csaknem teljesen elsodorta. Sokan megrémülve, kétségbeesésükben visszamentek Bukovinába... Ott meg a visszatért családot a testvére, vagy a szomszédja nem engedte már be az általa szinte ingyen átadott otthonba, vagy éppen nem adta vissza földcskéjét. Azokra, akik így jártak, hatalmas nyomorúság szakadt... Az Al-Dunához érkezettek többsége a nagyon nehéz helyzet ellenére is helyben maradt. Három faluban települtek le: a Belgrádtól 17 km-re levő Pancsova várostól kelet felé haladva először Hertelendyfalván, majd Sándoregyházán, végül Székelykeven. Ezek a települések a trianoni békeszerződés óta Jugoszláviához tartoznak.

Hertelendyfalva (Vojlovica) Hertelendy Sándor báróról kapta nevét. A báróé volt a terület, aki azt a székelyeknek adta, hogy népesítsék be. A falu ma már Pancsova munkásnegyedéhez tartozik. A németek, szlovákok, székelyek mellett szerbek is élnek a településen. A nemzetiségek utcánként elkülönülve települtek le itt. A magyarok főként a Petőfi utcában laknak.

Sándoregyháza, volt Nagygörgyfalva (Nagy György az Al-Duna szabályozásának és a székelyek telepítésének volt a kormánybiztosa, róla kapta a falu első nevét), mai nevének előtagját Hertelendy Sándor keresztnevére kapta, szerb neve pedig Ivanovo. A településen bolgárok is laknak.

Székelykeve (Skorenovac) a Keve nemzetségről kapta nevét, mely egykor a birtok volt. Hasonlóan a másik két székely faluhoz, a Duna szabályozása után Székelykeve is magasabb dombokra települt át. A székelyek kalákában építették fel a falut, egyforma, kis házakat, széles, rendezett utcákban... A három faluban élő székelyek sorsának további tanulmányozásához kizárólag Csopor Tibor írása állt rendelkezésemre. Ő kb. tíz évvel ezelőtt járt az al-dunai székelyeknél. Írásában megtalálható a székelyek további sorsának alakulása. Az I. világháború után különösen nehéz helyzete volt a falvak magyar lakóinak,

mivel a háborúban vesztes ország lakóiként kerültek át Jugoszláviába... A legutóbbi években egyre könnyebb lett a három faluban élő kb. 12 000 lelket számláló magyarság helyzete. Megalapították a magyar egyesületet, ma már művelődési házuk is van... A három település közül csak Hertelendyfalván jártam. A falu ma már teljesen egybeépült Pancsovával, ezért annak vegyipari üzemaitől nagyon szenved a lakosság. Szinte állandóan por, füst, égéstermék van a levegőben, amely ráakad a fákra, növényekre és mindenhová... Hertelendyfalván kuttattam, néztem azt, hogy mit őriznek meg azokból a hagyományokból, melyeket száz évvel ezelőtt még gyakoroltak. Nagy örömmel szolgált, hogy ők még jobban ápolják a bukovinai székely hagyományokat, mint mi... Főleg népművészeti, népzenei kutatásokat végeztem, mivel ezzel foglalkozom.

A *hertelendyfalviak „guzsalyas” jelenete*





Tapasztalhattam, hogy kézimunkáikban, díszítőművészetükben teljesen hűségesek maradtak a bukovinai ornamensekhez. Őrzik még népszokásaikat, de ezek lassan-lassan a polgárosodás következtében elmaradnak”.

Már az előadás közben is, de főként ezután következett a kiváló diafelvételek vetítése. Láthattuk a művelődési egyesület különböző együtteseiről készült felvételeket. Jól mutatják a képek az egyszerű, kicsi, egyforma házakat, melyek előtt még ma is vannak padok. Néhány temetői felvételt is láttunk. A sírkövekre rávésik, karcolják az elhunyt arcását. Láthattuk az evangélikus és a református templomot is. A katolikusoknak csak imaháza van Hertelendyfalván. Pap is csak minden második vasárnap jár ki hozzájuk. Amikor pedig nem jön, azon a héten Máté Andrásné tartja össze a híveket. Minden templomból láthattunk igen szép hímzett terítőket. A terítőiken, varrottasaikon a fehér, fekete, a kék és a piros színek, valamint ezek kombinációi terjedtek el, tulajdonképpen azok, melyek már Bukovinában is megvoltak. Számos felvételen láthattunk igen szép vetett ágyat. A vetítés után Kóka Rozália elénekelt az Édes hazám, mit vétettem... kezdetű dalt, amelyben benne van népcsoportja szomorú története, bánata.

Jelen volt az előadáson dr. Györfly Béla nyugdíjas tanár is, aki nemcsak az al-dunai székelyek, hanem az egész jugoszláviai magyarság egyik legnagyobb tanítója, nevelője.

1912-ben sokgyermekes családban született Hertelendyfalván. Az al-dunai székelyek közül elsőként szerzett tanári diplomát, munka mellett. Évtizedeken át tanított gimnáziumokban és a nagybecskereki tanárképző főiskolán. Rengeteg tanítványa van, köztük tanárok, orvosok, gyógyszerészek, akik a Vajdaság szinte minden településén dolgoznak. Lelkiismeretességel, szeretettel, törődéssel nevelte tanítványait. A magyar beszéd, ének, és a Bukovinából hozott értékek megőrzésén fáradozik ma is. Mint biológus, a természet szeretetére, a környezet védelmére nevelte nemcsak tanítványait, hanem mindenkit. Nagyon sok magyarországi biológussal van kapcsolatban. Több előadást is tartott már hazánkban. Számos európai és ázsiai országban járt tanulmányúton. A rendezvény végén baráti beszélgetésen dr. Györfly Béla sok-sok kérdésre válaszolt.

Al-dunai székely népi együttes Budapesten

1989 február elején első alkalommal szerepelt hazánkban a hertelendyfalvi Tamási Áron Székely-Magyar Művelődési Egyesület Népi Együttese. A művelődési egyesületnek több ezer tagja van. Népi együttesüknek, amelyet guzsalyas néven szoktak emlegetni, kb. 80 tagja van. Asszonykórus, citerazenekar, tánckar és hímzőcsoport alkotja az együttest, amelynek munkáját Borsós Tamás nyugdíjas tanár irányítja. Az együttes csoportjaiból ösz-

zesen 52 személy szerepelt 4-én délután Budapesten szövetségünk székházában.

Még a műsort megelőző órákban, az érkezők alkalmi kiállítást is láthattak az egyesület hímzőcsoportja székely varrottasainak anyagából.

A vendégszereplők részéről Varga Sándor tanár bevezetőjében többek között elmondta: az egykori telepések unokáiként, dédunokáiként érkeztek ide. Jugoszláviában magyar nyelvű iskolákban tanulhatnak gyermekeik, fiataljaik. Számos orvos, tanár, mérnök, szakmunkás dolgozik a székelyek sorából. Munkájuk mellett találhatnak időt arra is, hogy ápolják, őrizzék hagyományaikat. Egyesületükben a műkedvelés folyamatosságára törekednek, különböző csoportokban tevékenykednek, híven ápolják magyarságukat.

Vendégeinket Fasang Árpád karnagy, zeneszerző, a baráti kör elnöke köszöntötte. Bevezetőjében a szeretet igazi értelméről beszélt, majd így folytatta: „Illyés Gyula hívta fel figyelmünket arra, hogy nem tízmillió magyarban kell gondolkodnunk, hanem tizenöt millióban”.

A bevezető után az asszonykórus és a citerazenekar népdalokat adott elő. Ezután A három árva című balladát hallottuk. A megható történetet mély átéléssel énekelte el egy férfi. Ezt követően egy jelcnet a Guzsalyas hangulatát idézte,



Az érdi bukovinai székely népdalkör

melyben a lányok munkája közben a legények is odaérkeztek. A fonás után tréfás játékok következtek, miközben sok népdal hangzott el. Ezek között egy női szólista elénekelte az *Este van már, este van...* kezdetű csodálatos szép dalt. Ezt követően a tánckar adott izelítőt népük tánckultúrájából. A táncosok után ismét népdalokat hallottunk, majd a hertelendyfalvi farsangot idéző vidám jelenet következett. E mulatság eredete még Bukovinából való. Régen húshagyatkor az andrásfalviak három nap és három éjjel mulattak, táncoltak. A fiatalok búcsúztatták a farsangi vígnapokat. A húshagyati bál farsang vasárnap ebéd után kezdődött, és húshagyó kedden éjjélkor a megszólaló harangszó vetett véget a mulatozásnak. A jelenetben láthattuk a legények megérkezését, a farsangi bíró megválasztását, később a lá-

nyok érkezését. Ezután a fiatalok dalai, táncai következtek, majd a mulatságot a vornyiktánc zárta be. Ez egy lánctánc, melynek élén a vornyik, a vezető halad, és amit ő csinál, azt kell tenniük az őt követőknek is. A mulatság végén pedig tréfás mondókák és dalok közepette eltemették a farsangot. A műsor után az együttes tagjai a vornyiktáncot járva lejöttek a színpadról és a közönség egy részével végigjárták a termet. Ilyen hangulatos, szép mozzanattal ért véget ez a felejthetetlen farsangi délután.

Halász Péter, a Honismeret című folyóirat szerkesztője, a baráti kör titkára megköszönte a kiváló, emlékezetes, szép műsort. Az ő gondolataihoz csatlakozva, akik jelen voltunk, elmondhatjuk, hogy a hertelendyfalviak több mint száz esztendő távlatában is őrzik magyarságukat, izes szép, régi be-

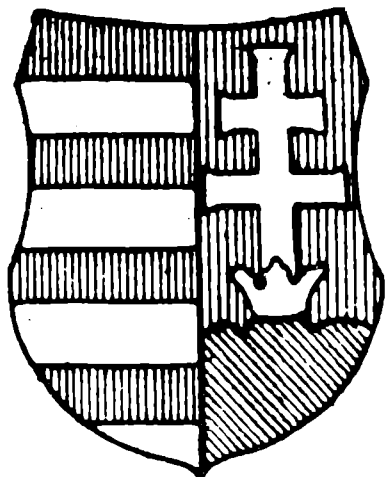
szédüket, kifejezéseiket, gyönyörű népviseletüket, dalaikat, táncaikat. Öröm volt hallani az énekesek jól érthető szövegmondását, szép dallamíveit, látni a jól kidolgozott és kitűnően előadott táncaikat. A citera- és népipzenekar remek játékkal adta elő dalait és kísérté az együtteseket.

Előadás után az együttes Érden farsangi bállal folytatta az estét. A következő néhány napon is az érdi bukovinai székelyek vendégei voltak. Az érdieknél már hagyományos, hogy minden esztendőben határainkon kívülről kisebbségben élő magyar együttest látnak vendégül. A kb. húsztagú érdi székely bukovinai népdalkör 1971 óta működik Kóka Rozália vezetésével. Ez az együttes a legtöbb hazai, bukovinai székeleklyek lakta településen szerepelt már. Természetesen a náluk vendégeskedő, a határainkon túlról érkezőknél viszonzták a látogatást. Az érdi együttes néhány alkalommal járt már őseik földjén, a bukovinai székely falvakban, ahol mindig szívesen látott, kedves vendégek voltak. Érden most az Al-Dunától érkezett testvéreiket fogadhatták. Ilyen alkalmakkor is közelebb kerülnek egymáshoz e szétszóródott népcsoport tagjai, hiszen ők mindnyájan Bukovinából valók, akik tudják, ismerik embert próbáló történelmüket.



SEMSEYNÉ LEGEZA ILONA

Milyen legyen az ország címere?

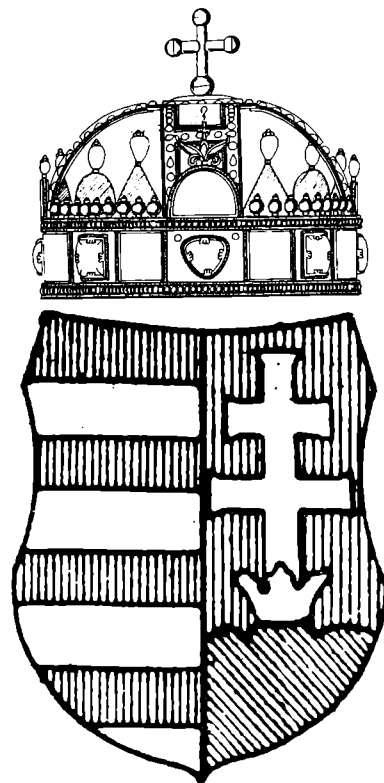


Kállai István néhány hónapja levelet írt az Elnöki Tanácsnak, amelyet az Alkotmányelőkészítő Bizottságnak továbbítottak. Levelében azt indítványozta: a Kossuth-címer legyen ismét Magyarország állami címere, s egyben kérte, vizsgálják meg az előterjesztett tudományos érveket, amelyek javaslata mellett szólnak.

— S melyek a főbb érvek?

A címeralkotásnak történelmileg kialakult szabályai vannak, s a heraldika — a címer-tan — szerint *annál értékesebb egy címer, minél régebbi*. Amikor a Szent István évfordulót ünnepeljük, nem feledkezhetünk meg arról, hogy István király választotta jelvényéül a keresztet, amely — utódai alatt a bizánci kettős keresztte alakulva — ott volt a magyar királyok verette régi pénzekben. S

az Árpádház jele volt a régi krónikaábrázoláson is látható vörös és ezüst vágásos pajzs. Együtt voltak ezek az ország pecsétjében 1385-től. Nagy Lajos korában már a halom is állandósult a kereszt alatt. Szintén az Anjouk korában került a címerre a korona. A Habsburgok trónfosztásával a koronát levették a címer fölé, de ilyen volt a címer már korábban is, Kossuth Lajos ügyvédi oklevelén! S ezt a korona nélküli Kossuth-címert választotta ismét állami címeréül 1948—49 eszméinek örököséként az 1918 őszi forradalmában alakult magyar népköztársaság. A Horthy-korszak visszarakta a koronát, az 1946. február 1-jén kikiáltott magyar köztársaság visszatért a Kossuth-címerhez. 1949-ben Rákosi ezt elvetette, mondván: nem fejezi ki a szocializmus építését. Így akkor az új címerbe kétoldalt búzakoszorúval karéjózott kerek, világoskék mezőben kalapács és búzakalász került, a mező fölé pedig sugarakat lebocsátó vörös csillag. A címer alján redőzött piros-fehér-zöld szalag volt. A pajzsforma címer azután kompromisszum eredményeként lett újra állami jelvényünk része 1957-ben, mégpedig kétoldalt búzakoszorúval egybefogott világoskék mező közepén. A mezőt karéjózó bú-



zakoszorút egyfelől piros-fehérezöld, másfelől vörös szalag fonja át. A pajzs fölött áll az ötágú vörös csillag, sugarakat bocsátva alá.

A pajzs tehát ott van, de 780 éves nemzeti címerünk lényeges alkotóelemei mindmáig hiányoznak. Pedig az államalapító Árpádokhoz való mély ragaszkodását fejezte ki a magyar nemzet azzal, hogy éppen az ő címerük lett az országos címer szerves része.

Ha a nemzeti hagyományok folytonosságát valljuk, akkor időszerű a történelmi címerünkhöz, azonosságunk jegyeihez a visszatérés. A kettős kereszt a feltámadást szimbolizálja: s ma ez is nagyon időszerű, hogy a magyar nép, a magyar gazdaság „feltámadjon” és felfelé gyötrődjön a kútból.



Egy ünnep kálváriája

(Átvéve az Élet és Tudomány 1989. márc. 10-i számából)

A forradalmat leverték. Azokat a szándékokat, eszméket és gondolatokat, amelyeket 1848. március 15-én pontokba szedve megszövegeztek, sutba dobták. Akik elkerülték a halált, a száműzetést vagy a várfogságot, azoknak a terror éveiben csak hallgatniuk volt szabad. Az akkori gondolatok azonban nem köthetők szorosan egyetlen korszakhoz, hiszen bennük a mindenkor érvényes alapvető emberi jogok öltöttek testet, amelyek nélkül az ember nem élhet ember módjára ezen a földön. Március 15-e tehát újra meg újra feltámadt. Mindig új, meg új tartalmakkal kiegészülve vívta és vívja szüntelen létéharcát.

*

A féktelen terror csillapultával, vagyis Haynau menesztésével, majd a Bach-korszak lezárultával egyre több jele mutatkozott annak, hogy a nemzet nem felejtette el március 15-ét. Először, persze, akkor is a legmozgékonyabb, legfogékonyabb réteg, az egyetemi ifjúság jelentkezett. Utcai tüntetéseken követelték, hogy március 15-ét nyíltan megünnepelhessék.

„Ülés ne tartassék”

A kiegyezés (1867) után egyre többen és egyre több helyen ünnepelték meg március 15-ét. Az 1880-as évekre ez a nap már nemzeti ünnepnek számított, miközben az még csak szóba sem kerülhetett, hogy hivatalosan is engedélyezzék. A képviselők legalább annyit próbáltak elérni, hogy a képviselőház ezen a napon ne tartson ülést. Tisza Kálmán miniszterelnök 1883-ban a képviselők indítványára még a következőket válaszolja: „...senki sem fogja tagadni, hogy március 15-e a magyar történelemben korszakot alkotó nap volt és marad; de senki sem fogja tagadni azt sem, hogy azt még sohasem akarták úgy megünnepelni, hogy ne dolgozzunk.” Hat évvel később, 1889-ben Irányi Dániel újabb, hasonló értelmű javaslatára március 14-én Tisza a következőket mondja: „Én is tudom a holnapi napnak, mint a jogegyenlőség, a szólás- és sajtószabadság ünnepének jelentőségét, nincs kifogásom az ellen, hogy holnap ülés ne tartassék.”

Az idők azonban változtak. A gazdasági élet föllendülése, a „boldog békeévek” annak az

uralkodónak a nevéhez fűződtek, aki a szabadságharcot leverte. A század végére Ferenc József már megengedhette magának, hogy a nemzet atyja szerepében tisztelegjen. A terror résztvevőinek alakja kezdett halványulni. A nemzet ünnepelte március 15-ét, de ennek hivatalos engedélyezését attól a császártól kellett várnia, aki orosz csapatokat kényszerült segítségül hívni, hogy leverhesse mindazt, amit az a nap jelentett. Ez a sajátos kettős tudat tükröződik Eötvös Károly képviselőházi beszédében: „...azon elveket és eszméket csakhamar egy bölcs és érellyes országgyűlés a jóságos királynak alkotmányos hozzájárulásával erős, hatalmas intézményekké fejlesztette. E napnak ez adja meg a jelentőségét, és megadja az, hogy a nemzeti társadalom már régidők óta mintegy önként, bizonyos nemzeti ünnep jellegével ruházta fel ezt a napot.”

A közeledő 50 éves évforduló újabb alkalmat adott rá, hogy a nemzeti ünnep hivatalossá tételét követeljék. Alkalom volt ez az uralkodónak is, hogy a „rebellis” magyaroknak némi engedményt tegyen. A forradalom leverője, a terror alkalma-



zója az idők múlásával finomítja módszereit, s az immár lecsendesített nemzet, fanyalogva bár, de — léte és boldogítása érdekében — elfogadja a látzólagos, meg a valóságos engedményeket. Kompromisszumot köt, hagyja, hogy a „jóságos” király képe lassan elfeledje az akasztóét, az önkényuralkodóét. Ferenc József ugyan — kényszerből — megköti a kompromisszumokat, de nem felejt. Beleegyezik 1848 hivatalos ünneplésébe, de nem március 15-ét, hanem április 11-ét választja ki iskolai szünnapnak, mint azt a napot, „melyen a dicső emlékü V. Ferdinánd király (a gyengeelméjű, ütődött, akit Ferenc József tett le a trónról anyja segítségével) az 1848-ik évi korszakot alkotó törvényeket szentesítette.”

A királyi kegy ünnepnapja

Természetesen mindenki értette, hogy miért április 11-ét jelölték ki hivatalos ünnepnap-pá, s a nemzet felzúdult, hiszen nem a királyi kegyet akarták ünnepelni, — éppen ellenkezőleg. De addig, amíg az engedélyt attól kellett várni, aki azt a napot hosszú és véres harcokban leverte, sokat senki sem tehetett.

Az 1898. V. törvénycikkkel április 11-ét ünneppé nyilvánították. Ez a törvény azonban senkit sem elégített ki. Tovább folyt a küzdelem. 1902-ben újra azt javasolták a képviselők, hogy a nap tiszteletére ne tartsanak ülést a Házban, hiszen úgyszólván „csak a Ház fogja megülni ezt az ünnepet, de nem a

nemzet...” Ám 1908-ban Nagy György képviselő már határozottan kéri április 11-ének, mint nemzeti ünnepnek az eltörlését, s helyette március 15-e hivatalos ünneplését javasolja. Az indítványra Wekerle Sándor miniszterelnök kénytelen a következőket mondani: „...kötelességem konstatálni azt, hogy a hivatalos nemzeti ünnep nem tudott átmenni a közérzületbe.” De azzal az indokkal, hogy a „parlamentáris kormányzás” hivatott a törvényjavaslat megtételére, az indítvány megtárgyalása elől elzárkózik.

Az első világháború, majd a Monarchia szétesése gyökeresen szüntette meg ezt a kettős tudatú állapotot. Azt gondolhatnánk, március 15-es végre méltó helyére került. Nem így történt.

A polgári forradalom győzelmével a Károlyi-kormány — amely közvetlen elődjének tekintette Kossuthot és a márciusi eseményeket —, a köztársaság kikiáltása (1918. nov. 16.) után azt indítványozta, hogy november 16-át örök nemzeti ünnepségként iktassák törvénybe, április 11-ét, és minden királyi ünnepet pedig töröljenek el. A törvény megalkotására azonban már nem maradt ideje.

A Tanácsköztársaság leverése után a király nélküli királyság idején március 15-e megint csak nem könnyen találta meg a helyét. Noha évről évre javasolták e nap megünneplését, Bethlen István miniszterelnök csak 1927-ben jelenti be — a gazdasági és politikai konszolidáció részeként —, hogy március 15-e nemzeti ünneppé nyilvánított. A képviselőház

„egyhangúlag és lelkesen” fogadta el az erről szóló 1927. XXXI. törvénycikket.

Majdnem nyolcvan év elteltével tehát bekerült ez a nap hivatalos nemzeti ünnepeink közé. Nem sokáig maradhatott ott.

Előbb nemzeti ünnep, azután munkanap

A második világháború után a centenáriumban, 1948-ban még teljes fényében ragyog e nap. Március 15-ét a képviselőházi napló Kossuth-címeres, nemzetiszínű keretében örökítette meg. A Ház elnöke, Nagy Imre a következőket mondja: „És ma, felszabadulásunk után három esztendővel már büszke öntudattal hirdetjük, hogy március 15-én nemcsak az 1848/49-es forradalom és szabadságharc soha el nem múló dicső emléket ünnepeljük, hanem az akkor megkezdett harc győzelmét is...”

Ez alkalomból megjelennek a szomszédos baráti államok képviselői is. „Engedjék meg, hogy ma, a hősi forradalom 100-ik évfordulója alkalmából a Szovjetunió nevében szívből jövő jókívánságaimat tolmácsoljam a magyar népnek” — mondja Vorosilov marsall, de hozzáteszi: „A reakció erői most sem alszanak, hanem terjeszkedési terveket szőnek, és újabb imperialista háború érdekében blokkokat kovácsolnak. Éppen ezért fontos, hogy... biztosítsuk a nagy és kis népek függetlenségét, békéjét, biztonságát.”

Vorosilov után rögtön Milován Gyilasz jugoszláv állam-



miniszter szólalt fel. (Alig három és fél hónappal azelőtt, hogy a Tájékoztató Iroda nyilvánosságra hozná határozatát a jugoszláv kommunista párt politikájának elítéléséről, minek következtében azután a Szovjetunió és a népi demokratikus államok sorra megszüntetik kapcsolataikat Jugoszláviával.) Most azonban még márciusban vagyunk, s Gyilasz így fejezi be beszédét: „Köszönünket fejezzük ki ezen alkalomért, mellyel lehetővé tették, hogy jelen lehessünk az 1848-as magyar szabadságharc megható ünnepein. Éljen a Szovjet Szocialista Köztársaságok Szövetsége, a béke és barátság biztos támasza!”

Am az ötvenes évek népi demokratikus állama úgy látszik, már nem tudja felvállalni március gondolatait, 1951-ben egy minisztertanácsi határozat március 15-ét ismét rendes munkanappá nyilvánítja, de meghagyja iskolai szünnapnak.

Az 1956-os események aztán újra visszanyúlnak Kossuth és Petőfi eszméihez, március 15-hez és a magyar szabadságharc jelképeihez. 1956. december 19-én kormányrendelet sorolja fel a munkaszüneti napokat: január 1; húsvéthétfő; április 4; május 1; augusztus 20; december 25. és 26; (november 7-e kimaradt). A rendelet második bekezdése külön intézkedik március 15-éről: „...nemzeti ünnep; az iskolai oktatás, valamint a hivatali munka szünetel”.

Nem sokkal később, 1957. március 10-én már újabb kormányrendelet módosítja — a megváltozott helyzetnek meg-

felelően — az előző rendelet második bekezdését: „Március 15. nemzeti ünnep. Ezen a napon az iskolai oktatás szünetel”. Tehát hivatalosan újra szürke munkanap lett...

Március 15-ét azonban nem felejtettük el. Újra, meg újra fellángoltak az ellentétek március 15-én, március 15-ért. Elsősorban megint az ifjúság hal-

latta hangját. Évről évre nemzetiszínű zászlóba csavart fiatalok vonultak a Petőfi-szoborhoz, az emberek kokárdát tűztek, a rendőrség készenlétben állt...

Ez évben — a változások egyik jeleként — ismét piros betűs ünnep, munkaszüneti nap lett március 15-e. Reméljük, most már az is marad!

GAÁL ANTAL



irodalom

Tükör

a sodródás létszükségletté válásától
viszket a bőröm
van házam s kép a falon
csak álmaim nincsenek
apámat eltemettem
néha kiülök a ház elé a tengerpartra
és hegedülök a hullámoknak
amikor jössz
azon vitatkozunk
amit már előre eldöntöttünk magunkban
azon vitatkozunk
amikor jössz
és hegedülök a hullámoknak
néha kiülök a ház elé a tengerpartra
apámat eltemettem
csak álmaim nincsenek
van házam s kép a falon
és viszket a bőröm
a sodródás létszükségletté válásától

A verset dr. Domonkos János küldte be lapunknak, s pár sorban bemutatta Gaál Antal költőt is, akinek Arasznyi végtelen c. kötetében, melyet a Balatonfüredi Városi Tanács és a Jókai Kör adott ki ez év ja-

nuárjában, jelent meg. Gaál költészetének témái a mindennapok, az élet apró mozzanatai, a zene, a szerelem. Gaál Antal nemcsak az otthoni orgánumban, hanem országos lapokban is publikált már.



ÖRMÉNY KÖLTŐK VERSEI

SZILVA KAPUTIKJAN

Örmény
szemek

Bárhoz legyetek, bárkinek arcán,
Ráncos anyóka, barna kisgyerek
Vagy fáradt menyecske napégette arcán:
Gyönyörűek vagytok, örmény szemek.

Kik tanúi voltatok annyi szenvedésnek,
Hogy tudtatok annyi századon át
Megmaradni ilyen tisztának, szépnek,
Míg visszaragyogott rátok a világ.

Képes Géza fordítása

SZAGHATEL HARUTJUNJAN

Önarckép

Fenekig ürítem poharam mindig,
Mi szívemen van, azt mondja a szám,
Hogyha gyűlölök — egész lelkem izzik,
S ha szeretek — szeretek igazán.

Jó barátom is van, ellenségem is van,
Nem mondja senki: ez se hús, se hal,
Ellenségem is hisz súlyos szavaimban,
Olykor barátom kérdi: ez mit akar?

Ilyen vagyok, nem más, bármit vélnek
rólam,

Örülök, hogy ez vagyok, így élek.
Önmagamért értem el a mai korba,
S mindenki szemébe tiszta szemmel

nézek.

Györe Imre fordítása

A KÖLTÉSZET NAPJA 1989.

A hitem peremén

(PARAFRÁZIS)

Ha most járnál a város peremén
nem ismernél rá, mégis nagyon tudnád
más lett a kéz mi felveszi a munkát,
hitetlenül terül szét itt a remény.

Győztünk. Nélküled. Hiszem, ellenedre
proli költőt faragtunk belőled.
Tudom, lehetnek csordultig felőled
telve a könyvek, verssel fenekedve

a máltra, amivel Te, tudtál küzdeni.
De új guanó rakódik szívünkre,
most apelláltak — hanyadszor? — hitünkre
s költőt fizetnek bölcsen. Ihleni...

Így állok most a hitem peremén
várva Rád, hogy szembe jöjj velem.
Rádöbbenésem nyújtaná kezem
köre mutatni, ez lett a helyén

annak, mit hittél de nem tudtál kívárni.
Ilyen lett, nézz körül. — Bárki bármit

mondhat,

hogy segíthetne itt kommunista szombat? —
nem nagyon tudtuk de mertük kívánni.

Itt nőtt ki, itt. A város peremén
panel zabálta fel a pléhtetőt
s helyette áll. E torzult agyú rém
boxokba zár jövőért szenvedőt.

Aki tanulna, hogy legyen olyan,
ki mer ígét jövőről mondani
de átcsap rajta a híg- tan- folyam
s passzus mondja meg, hogy az e ami...

Azóta már a gép szolgáló lettünk,
a nevét tudjuk s nem merjük használni,
mert ha betáplálnánk megtudhatná bárki
mennyt ér az, kit magas polcra tettünk...

Kinja győztesnek nem volt még ily kemény,
— hozzánk csapódotthoz alázkodni kell —
ily árat nem kért még olcsó nyereség,
evidens szükség nem volt még ily teher.

Ki hinni tudna, gondolkodni gyáva.
Kinek az agya jár, elveszi hitét,
bár mind nem tántorog ki Amerikába,
— olcsón herdáljuk a tejszín fölét —

Lépj ide mellém s fogd meg a kezem,
— tudom Hozzád méltó tán tucatnyi sincs

már —

megcsúfolt hiteken szédül a fejem.

Te tudod, mutasd meg, merre fut a sínpár...

Hajógyári sziget, Óbuda 1980.
Orbán József



HOMMAGE A MÁRAI SÁNDOR

Halotti beszéd

Látjátok feleim szem'tekkel, mik vagyunk
Por és hamu vagyunk.
Emlékeink szétesnek, mint régi szövetek,
Össze tudod még rakni a Margitszigetet?
Már minden csak dirib-darab, szilánk, avitt kacat,
A halottnak szakálla nőtt, a neved számadat.
Nyelvünk is foszlik, szakadoz és a drága szavak
Elporladnak, elszáradnak a szájpadat alatt.
A „pillangó”, a „gyöngy”, a „szív” — már nem az, ami volt,
Amikor a költő még egy család nyelvén dalolt
És megértették, mint ahogy a dajkaéneket
A szunnyadó, nyugós gyerek álmában érti meg.
Szívverésünk titkos beszéd, álmunk zsványoké,
Gyerekek Toldi-t olvasol, s azt feleli: oké!
A pap már spanyolul morogja koporsónk felett:
„A halál gyötrelmei körülvettek engemet...”
Az ohiói bányában megbicsaklik kezed
A csákány koppan, s le hull nevedről az ékezet.
A Tyrren-tenger zúgni kezd, hallod Babits szavát
Krúdy hárfája zengi át az ausztrál éjszakát.
Még szólnak, és üzennek Ők, mély szellemhangokon,
A tested is emlékezik, mint távoli rokon.
Még felkiáltsz: „Az nem lehet, hogy oly szent akarat...”
De már tudod: igen, lehet... és fejtetted a vasat
Thüringiában. Posta nincs. Nem mernek írni már
Minden katorga* jeltelen — halotttért sírni kár!
A Konzul gumit rág, zabos, törli pápaszemét
Látnivaló: untatja a sok alkotmány, s pecsét —
Havi ezret kap és kocsit. A Mistress, s a baby
Fényképe áll az asztalán. — Ki volt neki Ady?
Mi volt egy nép? Egy ezredév? Költészet, és zene?
Arany szava és Rippl színe? Bartók vad szelleme?
„Az nem lehet, hogy annyi szív...” Maradj nyugodt, Lehet.
Nagy hatalmak cserélnek majd hosszú jegyzékeket.
Te hallgass és figyelj. Tudjad, már él a Kis Sakál
Mely afrikai sírodon tíz körmével kapál.
Már sarjad a vadkaktusz is, mely elfedi neved
a mexikói fejfán, hogy ne is keressenek.
Még azt hiszed, élsz? ... Valahol? ... És ha máshol nem is,



Testvéreid szívében élsz? ... Nem, rossz álmom ez is —
Még hallod a hörgő panaszt: „Testvér testvért
elad...”
Egy hang aléltan közbeszól: „Ne szóljon ajakad...”
Egy másik nyög: „Nehogy ki távol sír
e nemzetem...”
Még egy hörög: „Megutálni is kénytelen legyen.”
Hát így! Keep smiling! És ne kérjed senkitől, miért?
Vagy: rosszabb voltál, mint ezek? ... Magyar
voltál; ezért!
És ész voltál, litván, román ... Most hallgass
és fizess.
Elmúltak az asztékok is. Majd csak lesz, ami lesz.
Egyszer kiás egy nagy tudós, mint avar lófejet,
A radioaktív hamu majd mindent betemet.
Túrd, hogy már nem vagy ember ott,
csak osztályidegen
Túrd, hogy már nem vagy ember itt,
csak szám egy képletben.
Túrd, hogy az Isten túri ezt, s a vad, tajtékos ég
Nem küld villámot gyújtani, hasznos a bölcsesség.
Mosolyogj, mikor a pribék kitépi nyelvedet
Köszönd a koporsóban is — ha van, ki eltemet!
Őrizd eszelősen néhány jelzövet, álmodat,
Ne mukkanj, amikor a boss megszámlolja fogad
Szorongasd még a bugyrodát, rongyaidat, szegény
Emlékeid: egy hajfürt, egy fénykép,
egy költemény —
Mert ez maradt. Zsugorian még számba veheted
A Mikó utca gesztenyefáit; mind a hetet.
És Jenő nem adta vissza Shelley-kötetet
És száradnak idegeink, apad vérünk, agyunk:
Látjátok, feleim szem'tekkel, mik vagyunk
Íme, por és hamu vagyunk

* Katorga: oroszországi kényszermunka, számkivetés.

Évtizedeken át méltatlanul
mellőzött író-költő óriásunk —
mint arról értesültünk — ön-
kezével önkéntes száműzetésé-
nek, s életének vetett véget.
Hiánya, hosszú időn keresztül
való diktatórikus elhallgatása
több generációra nyomta rá az

„általános műveletlenség” kény-
szerű bélyegét. Mikor lesz be-
lőle kötelező olvasmány, érett-
ségi tétel — ez irodalomtörté-
néseink sürgős, kötelező fel-
adata. Emlékéül álljon alább e
szerény epigramma:

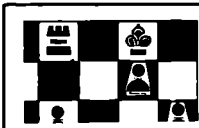
**Mekkora vétek volt ily kincset
dobni szemétre!**

**Haj, te „prolet-kult!” Lásd — bü-
nöd az égbe kiált.**

**Csonkig égtek a gyertyák: hír-
neve mégsem apadt el:**

**Márai Sándor, „...most vár az
olümposzi kar!”**

Kas L.



MOLNÁR ISTVÁN

Beszámoló az 1988. évi sakk csapatbajnokságról

Páros év, rossz év! Sajnos ezt a hagyományt megint sikerült folytatnunk, az első csapatunk újra kiesett az első osztályból.

Az utóbbi években eredményeink, mint a lift, egyszer fent, egyszer lent.

Pedig az évadot nem is

kezdünk nagyon rosszul. Csak minimális vereséget szenvedtünk a Tabán (volt Földgép) ellen, majd 7—7-es döntetlen következett. Sajnos, ahogyan közeledtünk az évad végéhez, úgy egyre gyengébbek lettek eredményeink.

Végeredmény: 1. KÜLKER 97 pont, 2. MMG Automatika 94 pont, 3. Kóolaj 82 pont, ... 11. Vakok 63 pont.

Egyénileg főleg Erős Pált és Nemes Györgyöt lehet dicsérni. A csapat alsó harmada gyenge eredményt ért el. Az ifik közül csak Kis Zoltán eredménye volt elfogadható.

Második csapatunkat ez évben elhoztuk a VII. kerületi bajnokságból az ott uralkodó zűrzavaros állapotok miatt. Most az V. kerületben nevezünk, ahol a lebonyolítás rendje hasonló volt a hétköznapi bajnoksághoz, vagyis 4 óra játékidő leeséssel.

Ez a forma sajnos nem váltotta be a hozzá fűzött reményeket. Játékosaink nem tudtak alkalmazkodni a gyorsított tempóhoz. Be kell vallani, hogy ez a kísérlet nem sikerült, jövőre vissza kell menni a VII. kerületbe.

Végeredmény: 1. Honvéd IV. 103,5 pont, 2. MÉM IV. 98,5 pont, 3. KVM SC (VÍZÜGY) 98 pont, ... 14. Vakok II. 48,5 pont.

A csapat utolsó helyét magyarázza, hogy csak egyetlen

KÖNYVISMERTETŐ

SEMSEYNÉ LEGEZA ILONA

REJTŐ JENŐ
(1905—1943)

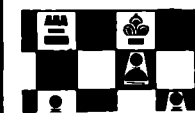
Pizkos Fred, a kapitány

„Uram! A késemért jöttem!” — így kezdődik a ponyvaparódia, mely írójának legsikeresebb, leghíresebb könyve. Fülilig Jimmy kihúzza áldozata hátából (annak tiltakozása ellenére) a gyöngyháznyelű kést, és elszegődik a Honolulu Star nevű luxushajóra, az általa leütött fűtő és pincér helyére. A hajón találkozik Pizkos Freddel, aki potyautasként és a hajón utazó, ifjú St. Antonio de Vicenzo Y Galapagos főherceg személyi őrőjeként utazik a Boldogság szigetére. A kalandos hajóúton Fülilig Jimmy megálapodik a főherceggel, hogy néhány napra szerepet cserélnek. A főherceg az „alvilággal” való ismerkedést Szingapurbán kezdi, és csakhamar kiváló verekedő hírébe keveredik, míg Fülilig Jimmy a kormányzás útvesztőiben és nem kevés szorongatott helyzetében egyre többször az ökléhez folyamodik. A főherceg közben megismerkedik a saját királyságát meg-

dönteni akaró összeesküvés tagjaival, és erős kényszer hatására elindul, Pizkos Freddel a nyomában, birodalma visszaszerzéséért. Fülilig Jimmy azonban már rendet csinált, és semmi akadály, hogy a főherceg boldogan vezesse az országot Vöröskarommal az oldalán, aki az összeesküvés vezetőjének lánya. Ebből az alkalomból Pizkos Fredet is megmosdatják, mivel kiderül, hogy nemcsak személyi őrője, hanem édesapja is a főhercegnek...

A mindvégig groteszk könyvet fordulatos cselekménye mellett elsősorban szellemessége teszi olvashatóvá.

Sok egymással ellentétes vélemény hangzott el, vagy íródott le Rejtő könyveiről. Szóhangulatait, nyelvi humorát nyelvészek elemezték, a „magas irodalom” féltői ostorozták, de Rejtő életműve, így a PIZKOS FRED, A KAPITÁNY is megmaradt annak, ami: szórakoztató, pihentető olvasmány.



játékosa volt, Kreisz Mihály, aki legalább az 50%-os eredményt elérte. Itt kell viszont emlékeztetnünk sakkbarátainkat arra a szomorú eseményre, hogy év közben elhunyt Sajtos György.

A harmadik csapatunk ezúttal is a megszokott hétköznapi bajnokságban játszott az V. körületben. Sajnos, most nem sikerült az éremszerzés. A csapat két ízben nem tudott a megszokott legjobb összeállításban felállni az élversenyzők nemzetközi kötelezettségei miatt.

Végeredmény: 1. MÉM 60 pont, 2. ÉVM 50 pont, 3. HOSE 45,5 pont, 4. Vakok III. 43 pont.

A csapat főleg a felső táblákon játszott jól.

A szakosztály összesen 390 játszmát játszott. Az elért pontjaink száma viszont 154,5 — vagyis 39,61%. Ez viszont negatív rekord!

A versenyeken most 32-en vettek részt. Egy játékos átlag 12 játszmát játszott. Most is a legtöbbet Molnár István, aki három csapatban játszott 23 játszmát.

hirdetérek

37 éves világtalan lány vagyok. Szeretnék megismerkedni hozzám illő világtalan férfival levelezés céljából. Csak pontírási leveleket várok a következő címre: Csőr Erzsike, MALIIDOS, Kis Ferenc u. 39. JUGOSLAVIA.

*

35 éves, magas, vékony testalkatú, elvált, erősen csökkent látó, balatoni városban lakással rendelkező férfi keres korban hozzáillő szolid, komoly, gyengéltető hölgyet, házasság céljából. Leveleket — lehetőleg pontírással — „Együtt, egymásért” jeligére a szerkesztőségbe kér.

*

Eladó egy 28 soros Braille-írótabla. Érdeklődni lehet reggel 9 órától este 20 óráig az 582-640 sz. telefonon. Cím: Fehér Dezső, 1203 Budapest, Baross u. 47. V. em. 22.

*

KÖZLEMÉNY

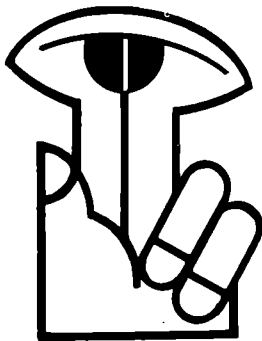
Tájékoztatjuk kedves olvasóinkat, hogy hangoskönyvtárunk 1989. ápr. 24-től május 23-ig zárva tart. Megértésüket és szíves türelmüket kérjük.

PIS MÁTYÁS NÉ

Mi is megmozdultunk

Néhány hete kezdődtek meg Békéscsabán a női csörgőlabda csapat edzései. A résztvevők nemcsak a játék szabályaival ismerkednek, hanem egymással is, hiszen eddig még hírből sem ismerték egymást, sosem találkoztak. Minden kedden másfél órát tart az edzés. Igen jó hangulatban telik el ez a rövid idő. A rendszeres mozgás jótékony hatásait már is érezzük. A csapat tagjai, szinte valamennyien, ülőmunkát végeznek, ezért a szellemi munka után a jóleső fizikai fáradtság nyugodt álmat biztosít.

Remélem, hogy kis csapatunk aktív résztvevője lesz a jövőben a csörgőlabda bajnokságoknak.



CAMERATEXT

Gazdasági Munkaközösség
7633 PÉCS

Dr. Münnich F. u. 16/b
Tel: (72) 19-601

AJÁNLATA:

GRANDOPTIK

GRANDOPTIK

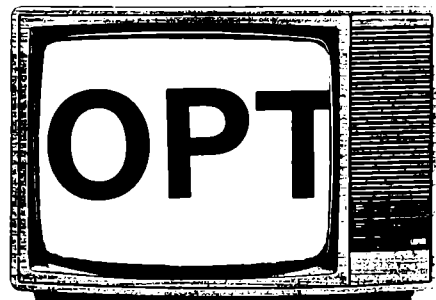
GRANDOPTIK

GRANDOPTIK

GRANDOPTIK

GRANDOPTIK

**Nagyító készülék
gyengénlátóknak,
látásmaradvány-
nyal rendelkezők-
nek és munkálta-
tóikkal.**



**4-15 MÁS OPTIKÁKKAL ENNEK IS TÖBBSZÖRÖS
NAGYÍTÁSÁVAL MŰKÖDŐ ZÁRT TV LÁNC**

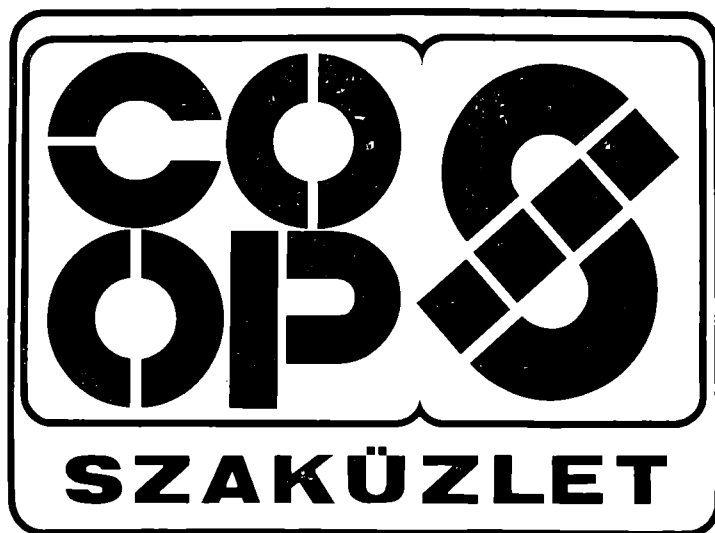
**AMELY SEGÍTI: -az írást, olvasást,
javítási és gépelési munkákat**

BÁRMERRE VISZ ÚTJA – KEZDJE A SKÁLÁNÁL!

A FOGYASZTÁSI
SZÖVETKEZETEK



SKÁLA-COOP
ÁRUHÁZAI ÉS



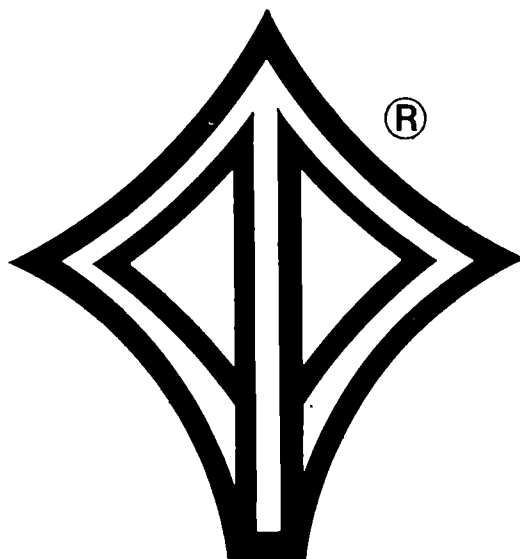
SZAKÜZLETEI

SZERTE AZ ORSZÁGBAN KÜLÖNLEGES
VÁLASZTÉKKAL, AZ ÉLELMISZER, RUHÁZATI
ÉS VEGYESIPARCIKKEK EGYEDI
ÁRUSKÁLÁJÁVAL VÁRJÁK KEDVES
VÁSÁRLÓIKAT

Sport- és szabadidőruházat

Sport- és szabadidőruházat

Sport- és szabadidőruházat



Sport- és szabadidőruházat

Gyártja:

SENIOR

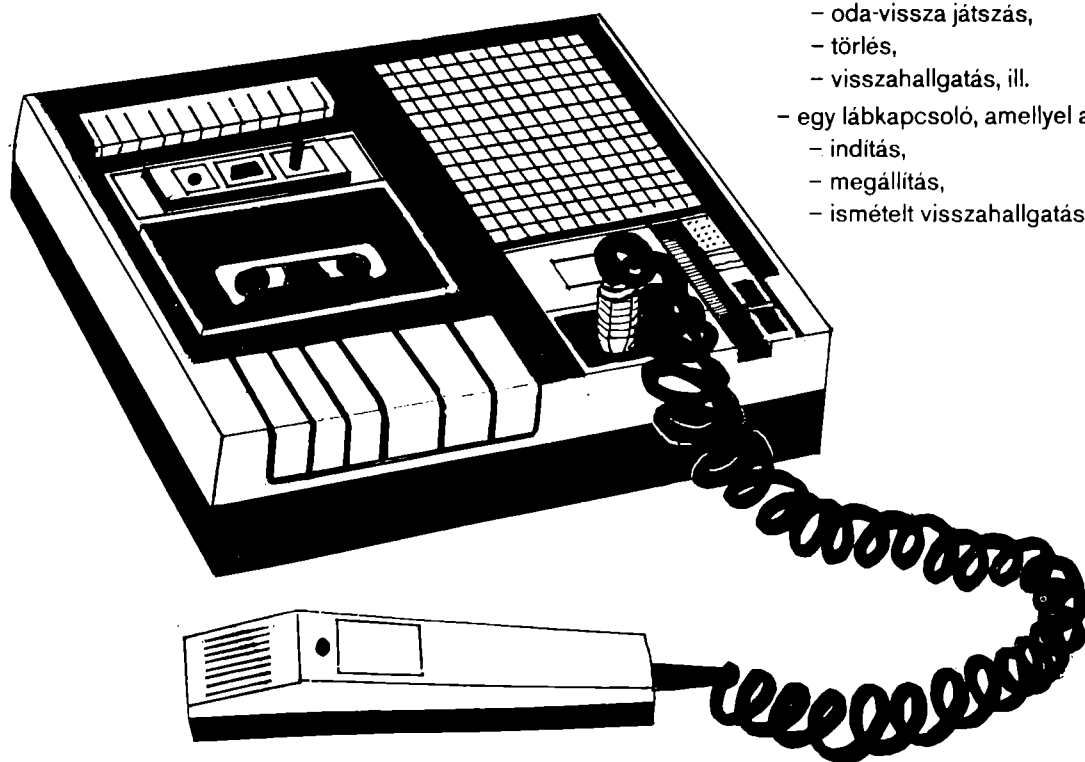
VÁCI KÖTÖTTÁRUGYÁR

FIGYELEM!

A VAKOK MUNKÁJÁT, TANULÁSÁT SEGÍTI A DK 40 TÍPUSÚ DIKTAFON

TARTOZÉKAI:

- kézikapcsolású mikrofon, amellyel
 - gyors szövegszerkesztés,
 - oda-vissza játszás,
 - törlés,
 - visszahallgatás, ill.
- egy lábkapcsoló, amellyel az
 - indítás,
 - megállítás,
 - ismételt visszahallgatás történhet.



Ára: 11588,- Ft.

Kapcsolatfelvétel a BRG Kereskedelmi
Főosztályával a 803-535 telefonszámon
lehetséges.

**KORSZERÜ
GAZDASÁGOS
CSOMAGOLÓANYAGRA
VAN SZÜKSÉGE ?**

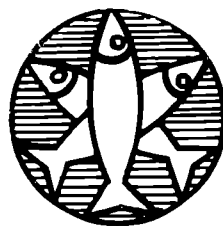


AJÁNLATAINK :

- **LAKOSSÁGI KISZERELÉSHEZ ;
MODERN, ESZTÉTIKUS
HENGERS KOMBI DOBOZOK**
- **SZÁLLITÓI CSOMAGOLÁSHOZ
KÖNNYŰ, MAGAS TERHELHETŐ-
SÉGŰ PAPIRHORDÓK**
- **RÉSZLETES INFÓRMÁCIÓ,
CSOMAGOLÁSI SZAKTANÁCS-
ADÁS, RÖVID VÁLLALÁSI
HATÁRIDŐ!**

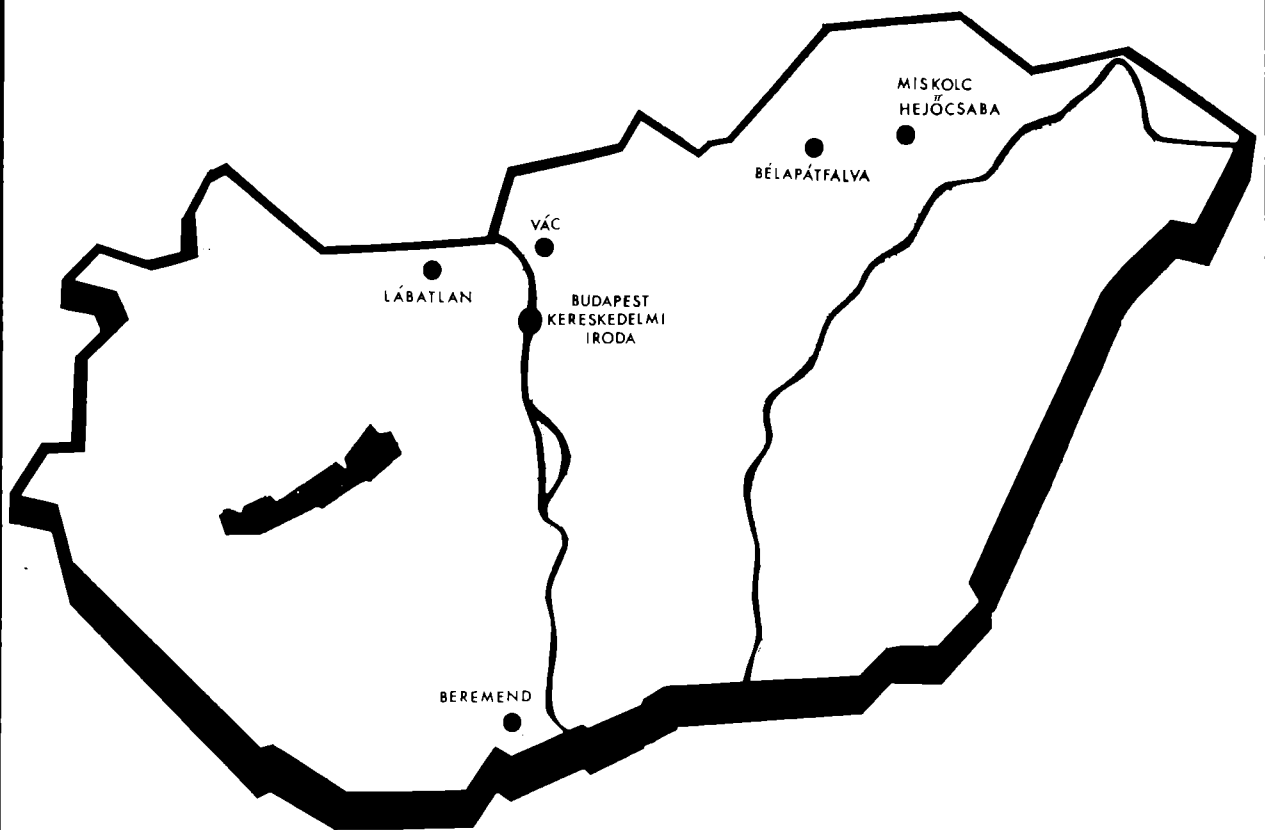
**Papíripari Vállalat Kiskunhalasi Gyára
Vállalkozási Osztály**

**6400 Kiskunhalas,
Középső Ipartelep 6.**



Tx. 26-341 Tel. (77) 21-344

Cement - és Mészművek VÁC



**VÁSÁROLJA
A CEMENTIPAR
TERMÉKEIT !**

SZÉP A FÉNYKÉP F O R T E P A P Í R O N
SCHÖN SIND DIE BILDER AUF F O R T E P H O T O P A P I E R
YOUR PICTURES ARE NICE F O R T E P H O T O P A P E R S



PHOTO FILMS
PHOTO
AND PAPERS

FÉNYKÉPEZÉSHEZ HASZNÁLJA A FEKETE-FEHÉR ÉS SZÍNES
F O R T E A N Y A G O K A T !

BENUTZEN SIE ZUM PHOTOGRAPHIEREN DIE SCHWARZ-WEISSEN
UND FARBIGEN F O R T E M A T E R I A L E N !

USE IT TO THE BLACK-AND-WHITE AND COLOR
P H O T O - M A T E R I A L S M A D E B Y F O R T E !

F O R T E F O T O K É M I A I I P A R

2601 VÁC, VÁM UTCA 3. PF. 100. TELEX: 22-5022
HUNGARY

30 ÉVE

A SZÁMÍTÁSTECHNIKA ÉLVONALÁBAN



- Komplex vállalkozások
- Egyedi szoftverek fejlesztése
- Távadatátviteli szoftverek
- Típus szoftverek készítése
- Mikro és nagyszámítógépes rendszerek fejlesztése és installálása
- IBM-PC/AT számítógépek értékesítése
1 év garanciával
- Mikroszámítógépek szervizelése
- Szervezés
- Programozás
- Adatrögzítés (floppyra is)
- Számítógépes adatfeldolgozás

Élelmiszeripari Ügyvitelszervezési és Gépi
Adatfeldolgozó Vállalat

Cím: 1111 Budapest, Budafoki út 59.

Telefon: 852-972

Tartalom:

Vakok Világa munkatársai:

Felelős kiadó: Erhartné dr. Molnár Katalin

Felelős szerkesztő: Bartha Zsuzsanna

Rovatvezetők:

Jogi rovat: dr. Földes János

Úttörőrovat: Tánczosné Ruff Ágota

Sportrovat: Dénes József

Női rovat: Kerekes Mária

Egészségügyi rovat: Kiss János

Közlekedési rovat: Gerdelics Ferenc

Levelezői rovat: Bartha Zsuzsanna

Zenei rovat: Kas László

		Oldal
<i>Lak István:</i>	ELNÖKSÉGI ÜLÉS	1
<i>Nyúl Győző:</i>	MAGYAR LÁSZLÓ-FÉLE ALAPÍTVÁNY	3
<i>Lak István:</i>	BESZÉLGETÉS A KOMMUNIKÁCIÓRÓL	3
<i>Bartha Zsuzsanna:</i>	LEVELEZŐI ROVAT	5
<i>J. Stockley:</i>	INTEGRÁLT OKTATÁS II. (Ford.: Vojtkó Gábor)	7
<i>A. Szotirov:</i>	MOZGÁSTRÉNERKÉPZÉS (Ford.: Vojtkó Gábor)	9
<i>Csapó E.— Moldován E.:</i>	ELOBOX	10
<i>Kiss János:</i>	EGÉSZSÉGÜGYI ROVAT	11
<i>Kitekintő:</i>	GYÓGYSZER A FOLYAMI VAKSÁG ELLEN	13
<i>Lak István:</i>	AL-DUNAI SZÉKELYEK	14
<i>Semseyne L. I.:</i>	MILYEN LEGYEN A CÍMER?	21
	EGY ÜNNEP KÁLVÁRIÁJA	22
<i>Gaál Antal:</i>	TÜKÖR vers	24
<i>Orbán József:</i>	A HITEM PEREMÉN vers	25
	ÖRMÉNY KÖLTŐK VERSEI (Györe Imre fordításai)	25
<i>Márai Sándor:</i>	HALOTTI BESZÉD vers	26
<i>Semseyne L. I.:</i>	RECENZÍÓ	28
<i>Pis Mátyásné:</i>	MI IS MEGMOZDULTUNK	29
	HIRDETÉSEK	29

A VAKOK ÉS GYENGÉNLTÓK ORSZÁGOS SZÖVETSÉGÉNEK
FOLYÓIRATA
FELELŐS KIADÓ: ERHARTNÉ DR. MOLNÁR KATALIN FŐTITKÁR
SZERKESZTŐ: BARTHA ZSUZSANNA
MŰSZAKI SZERKESZTŐ: ORBÁN JÓZSEF
FOTÓ: LÉVAI ATTILA
KIADÓHIVATAL: BUDAPEST XIV., MÁJUS 1. ÚT 47. TEL.: 210-440

90 1855 Pátria Nyomda — Felelős vezető: Vass Sándor vezérigazgató
ISSN 0209—6765

