

# „Nincsenek receptek”

## A magyar ökofalvak táplálkozásantropológiai vizsgálata

1. A táplálkozás mint alapvető szükséglet és egyben társadalmi és kulturális funkcióval bíró jelenség mindig is a kulturális antropológiai kutatások fókuszában állt; a táplálkozással kapcsolatos alapvető kockázatok, az elegendő mennyiség és a megfelelő minőség kérdése pedig ugyanolyan fontos a törzsi csoportokban, mint az ipari társadalmakban.<sup>1</sup> A biztonságosnak tekintett táplálék meghatározására a plurális társadalmakban különböző, időnként radikálisan eltérő és egymással vitázó koncepciók jönnek létre. E diskurzusok vizsgálata a jelenkori táplálkozáskutatók számára igazi Kánaánt jelent, amit a témában felhalmozódott szakirodalom mennyisége is jól jelez.
2. E szakirodalom jelentős részét teszi ki a különböző táplálkozási divatok és táplálkozáshoz köthető mozgalmak vizsgálata. Ahogyan minden társadalmi áramlat, úgy a táplálkozási mozgalmak is egyfajta jelzőrendszerként működnek: egyfelől alapvetően valamiféle társadalmi jelenségre adott reakcióként jönnek létre, és az általuk felvetett problémák, illetve a válaszul megfogalmazott megoldási kísérletek egyben a kor társadalmi dilemmáit is jelzik (lásd Habermas 1989; Szabó 1993). Másfelől maguknak a mozgalmaknak a dinamikája, a tematikus vagy akár az alkalmazott módszerekben megmutatkozó újításai rávilágítanak az adott mozgalom élettörténete alatt aktuálisan felmerülő új problémákra is. Ilyen például az ökológiai krízis tematizálása az utóbbi időben.
3. Az ökológiai – és emellett a gazdasági és társadalmi – krízisre adott válasznak tekinthető egy jellegzetes településtípus, az ökofalu. Az ökofalulakók általános célja a természeti környezetébe a lehető leghatékonyabban és a legkevesebb károsítás nélkül illeszkedő település létrehozása. Ennek elérése érdekében vegyszermentes gazdálkodást folytatnak, az építészetben, a hulladékkezelésben és a szennyvíztisztításban pedig természetbarát technológiák alkalmazására és megújuló energiaforrások használatára törekednek. Céljuk a megélhetés, kereskedés és kapcsolódás lehetőségének megteremtése helyben, a minél nagyobb autonómia és önellátás megvalósítása és egy szoros kapcsolathálón alapuló, együttműködésre alapozó közösség létrehozása (lásd Gilman és Gilman 1991).<sup>2</sup> A környezetbarát, természetközeli életformára és az önellátásra való törekvés táplálkozáskultúrájukban is megmutatkozik, a biztonságos ételnek egy sajátos, az ökológiai diskurzusba mélyen beágyazott értelmezését adják.
4. Jómagam közel hét éve folytatok néprajzi-antropológiai kutatást a magyar ökofalvakban. A kutatás során interjúkat készítettem, és részt vevő megfigyelést végeztem, közösségi eseményeken vettem részt, egyének és családok életébe nyertem betekintést. Az ökofalu-találkozókon végigkóstoltam a közös asztalra beadott, saját készítésű ételeket, meghívott vendégként végigettem sok ételsort, házigazdáim instrukciói alapján begyűjtöttem a kertből az alapanyagokat, és közösen megfőztük az ebédet. Gyorsan bekaptunk két falatot munka közben, végigböngésztük a környék eperfáit reggeli gyanánt, odaégettem a házi kürtőskalácsot a tábortűzön. Láttam sok konyhát, kamrát, ólat és veteményeskertet, vásárolt és megtermelt alapanyagokat, saját készítésű ételeket, a termények és a késztermékek cserekereskedelmét és ajándékozását, és így tovább.
5. Tereptapasztalataim alapján jelen tanulmányomban azt igyekszem bemutatni, hogy milyen ideológiai megfontolások irányítják az ökofalusiak táplálkozását, ezen ideológiák miként nyilvánulnak meg a gyakorlatban (a kerttől a lábosig); milyen szerepe van az önellátásra törekvésben a saját termelésnek, a tartalékképző szemléletnek és a takarékoságnak; miképpen jelenik meg itt is az újrahasznosítás elve; mindezek hogyan hívnak elő korábban már bevált kulturális szokásokat, eljárás módokat, leleményes ételkészítési praktikákat, és ezen keresztül hogyan jutunk el a szegényételekig, a gyűjtögetésig és a népi konyhakultúráig.

## Ökofalvak

6. Az ökofalu-fogalom használata az 1990-es évekre vált általánossá, de az első ökofalu-kezdeményezések már az 1970-es években megjelentek Nyugat-Európában és az Egyesült Államokban, 1994-ben pedig megalakult az ökofalvak nemzetközi hálózata, a Global Ecovillage Network (GEN).<sup>3</sup> A közös célon túl, mely összeköti őket, rendkívüli változatosság jellemzi az ökofalvakat, hiszen nagyon sokféle az a természeti és társadalmi-kulturális közeg, amelyben létrejöttek. Az aprófalutól a nagyvárosi úgynevezett *inner-city* ökofaluig, a dzsungeltől a sivatagig ma már számos helyen és minden kontinensen található ökofalvak.<sup>4</sup>
7. A magyar ökofalu-mozgalom az 1990-es évek elején indult el, de alapítói ekkorra már jól ismerték a külföldi mintákat. A hazai ökofalvakba költözők elsősorban középosztálybeli, városi értelmiségiek, akiknek kiköltözését nem gazdasági okok motiválják, hanem egy erkölcsi, kulturális vagy ideológiai értelemben vett jobb élet kialakításának célja. Az elvágódás, a városi élet kritikája, egyfajta ellenvilág képzése jellemzi őket.
8. Motivációikat tekintve leginkább a többségitől eltérő, ökológiai elkötelezettségen alapuló életmód megteremtésének igénye különbözteti meg őket a többi faluba irányuló migrációtól, amely igény nemcsak a környezethez való viszonyukban nyilvánul meg, hanem az egyéni és a közösségi lét minden aspektusát áthatja. Céljaikat tekintve pedig a modellszerep felvállalásában térnek el más faluba költözéstől: sokuk célja nemcsak egy társadalmilag-gazdaságilag-környezeti-leg fenntartható életmód megvalósítása, hanem a tapasztalatok, a minta átadása is.
9. A magyar ökofalu-mozgalmat a *Magyar Élőfalv Hálózat* (MÉH) fogja össze, melynek tagjai 2015-ben a következők:<sup>5</sup> galgahévízi ökofalu, Gömörszőlős, Gyűrűfű, Krisna-völgy (Somogyvámos), MAGfalva (Monor), Máriahalom Biofalv, Nagyszékelyi KÖRTE, Ormánság Alapítvány (Drávafok-Markóc), Szeri Ökotanyák Szövetsége (SZÖSZ, Ópusztaszer és környéke), Természetes Életmód Alapítvány (TEA, Agostyán), Visnyeszéplak.
10. A magyar ökofalvak a fentebb vázolt célok megvalósításának igencsak az elején járnak, de e törekvések ismerete szükséges életük – jelen esetben táplálkozáskultúrájuk – megértéséhez.
11. Az ökofalvak fent említett sokszínűsége a magyar ökofalvakra is jellemző: vannak közös pontok, célok, a megvalósítás mikéntje és sikere azonban nagyon eltérő. A magyar ökofalu-paletta diverzitásából az következik, hogy igen nehéz általánosításokat megfogalmazni róluk. A bevezető, a törekvések felvázolása azért is lényeges, mert megmutatkoznak bennük a közös pontok. De ha egészen közel megyünk az ökofalvak táplálkozáskultúrájához (bemegyünk a kamrába, a konyhába, leülünk az ebédlőasztalhoz), akkor nem találunk két egyforma háztartást – ahogyan persze az egész magyar társadalomban sem. Ezért választottam ki egyetlen ökoközösséget, rajtuk keresztül szeretném bemutatni az ökofalusi táplálkozáskultúra értelmezési lehetőségeit.
12. Ez a közösség nem alkot önálló települést, hanem tagjai egy tolnai faluba, annak is egy utcájába költöztek be. A csoport a vizsgálat fő periódusában nyolc háztartásból állt, felnőtt tagjai harmincas éveikben járnak, a gyermekek pár hónapos kor és 14 év közöttiek. A közösség összetételében az utóbbi két évben meglehetősen sok változás zajlott le, a kutatás kezdetéhez képest több, általam vizsgált család elköltözött (három háztartás), vagy éppen elköltözőben van (egy háztartás). Jelen írásom a csoport egy stabil korszakának vizsgálatából indul ki, azt az időszakot mutatja be, amikor egy viszonylag jól körülírható csoport életét ismertem meg alaposan: ők azok, akik az ökofalusi diskurzusból bekapcsolódtak, akik az úgynevezett permakultúra mentén szerveződtek közösséggé. A tanulmány tehát rájuk fókuszál mind a virágkorban, mind pedig a jelenben, amikor a kezdeti csoportnak már csak egy része él a faluban.<sup>6</sup>
13. A háztartások táplálkozását nagyban befolyásolja, és egyben sokszínűségét okozza a benne élők családi állapota. Találunk közöttük egyedülálló, rendkívül puritán körülmények között élő fiatal férfit, aki egy présházban lakik mindenféle infrastruktúra nélkül, iskoláskorú gyermekeit

egyedül nevelő nőt, kisgyermekes családokat és gyermektelen fiatal párt egyaránt. Az iskoláskorú gyermekek egy része a helyi iskolába, alsó tagozatra jár, a felső tagozatosok és a középiskolások pedig egy közeli településre. Az itt élő családok táplálkozását befolyásolja továbbá a családtagok jövedelme, ízlése és az „ideológiai szigorúság”, azaz hogy mennyire ragaszkodnak az ökológiai elvekhez és az öfenntartás elgondolásához.

14. A sokféleség megragadása érdekében három, a közösség életét dominánsan befolyásoló érték és elv mentén igyekszem bemutatni a táplálkozásukat: 1. a kríziskoncepció (vagy ahogyan egy őket vizsgáló szakdolgozatíró megfogalmazta: a krízis mint jövőkép, lásd Gosztonyi 2013), 2. az ökológiai elv és 3. a közösség mint cél.

## Krízis, kockázat, táplálkozási mozgalmak

15. Az ökofalvak szerveződésének egyik motivációja a világ jelenlegi folyamatainak fenntarthatatlanként, önpusztítóként való értelmezése és ebből következően egy komplex, ökológiai, társadalmi, gazdasági és morális/spirituális összeomlás víziója. E vízió szorosan kapcsolódik a jelenkor kockázatfelfogásának változásához, melynek lényege nagyon röviden: amíg a modernitást a tudományba és a technikába vetett bizalom, a technológiai optimizmus jellemezte, és a jóléti társadalmak fő értéke az erre alapozó biztonság volt, addig ebben alapvető fordulatot hozott például az atomenergiával, vegyi anyagokkal, ökológia veszélyekkel kapcsolatos problémák felbukkanása. A posztmodernitás újfajta kockázatokkal köszöntött be, és – többek között – éppen a tudomány és a technika okozza ezeket az új kockázatokot: az újfajta technológiák átláthatatlan kockázatai és következményei, illetve a tudomány szintén átláthatatlanná és ellenőrizhetlenné vált innovációs dinamikája (Szijártó 2008:37, 38; Castells 2006:227, 228). Ezek a folyamatok a globális kapitalista gazdasági rendszerrel kart karba öltve, a természeti környezet és erőforrások tönkretételével, az egyenlőtlen elosztással és a társadalmi igazságtalansággal együtt végül összeomlásba vezetik a világot (ehhez magyarul lásd Hajnal 2006; Kiss 2006; Takács-Sánta 2009).<sup>7</sup> Ezen bizonytalanságok és veszélyérzet kialakulására az ökofalvak válasza – a többségi társadalom megoldási kísérleteivel szemben – egy radikálisan új életmódkísérlet, a kockázat kezelésének alternatívája az ökofalu-konceptióval: annak életmódelemeivel és közösségfelfogásával. Ez a válasz az aktuális hatalmi diskurzusokkal és a többségi társadalommal szemben is megfogalmazza önmagát.<sup>8</sup> Tehát az ökofalusi élet részben erre az előrevetített krízishelyzetre való felkészülést jelenti. Sietek hangsúlyozni: ezt nem úgy kell elképzelnünk, hogy az ökofalusiak folyamatosan rettegnek a jövőtől. A természet szeretete és védelme, a vele való harmonikus együttélés utáni vágy, a vidéki élet és a közösségi lét legalább olyan fontos motiváció számukra. De életüket kísérletnek tekintik arra, hogy miként lehet minél inkább önállósodni, függetlenedni az infrastrukturális és egyéb hálóktól. Ebben a törekvésben a táplálkozásnak mint alapvető szükségletnek kifejezetten nagy szerepe van, az önellátást leginkább itt igyekeznek megvalósítani, de pontosabb, ha inkább úgy fogalmazzunk: kikísérletezni. Ők maguk is tisztában vannak azzal, hogy jelenlegi életmódjuk nem tekinthető önellátónak.
16. Az élelmiszer-önellátásra való törekvésnek több indítéka is van, és ezek mindegyike szorosan kapcsolódik a biztonság, illetve a kockázat kérdéséhez: az ökofalusiak szerint a saját kezűleg megtermelt élelem egyfelől függetlenné tesz az ipari mezőgazdaságtól, az élelmiszeripartól és a kereskedelemtől, amelyek esetleges összeomlásakor az emberek élelmiszer-ellátása lehetlenné válna, másfelől pedig a saját termelés egészségügyileg biztonságosnak tekintett, „tisztá”, kockázatmentes élelmet biztosít.
17. A táplálkozással kapcsolatos aggodalmak mindig is szorosan illeszkedtek egy adott társadalom kockázatfelfogásához.<sup>9</sup> A kockázat kérdésének megjelenése a táplálkozás szakirodalmában nem új keletű, hiszen a megfelelő mennyiségű és minőségű táplálék minden társadalomban alapvető kérdés. Alan Beardsworth és Teresa Keil a táplálkozással kapcsolatos aggodalmak történeti kontextusának bemutatása során a két legfőbb bajforrásnak a történelem során az élelemhiányt, az éhezést és a fertőzött ételeket tekintik (Beardsworth–Keil 1997b:150–160). Szerintük a modern társadalmak ugyanúgy megtapasztalnak különféle rizikóelemeket a táplálkozás

terén, de úgy vélik, hogy míg korábban a vallás, a hagyomány, a kultúra „megmondta”, hogy mi biztonságos, és mi nem az, addig a modern társadalmakban mindenkinek magának kell meghoznia a döntést a táplálkozás terén is, méghozzá egyfajta – a szerzők szavával – kulturális vákuumban, „táplálkozási normanélküliségben” (*nutritional normlessness*). A kockázat meghatározása és kezelése hagyományos, mindenki számára érvényes mintát nyújtó formáinak eltűnése az egyénre sokkal nagyobb döntéshozatali terhet ró, ami – a szerzőpáros szerint – már önmagában is aggodalmat generál (Beardsworth–Keil 1997b:160).

18.

Az éhezés és a fertőzött ételek kockázata természetesen nem tűnt el a modernításban és a nyugati országokban sem, de e két komponens mellé további kockázati elemek, további dilemmák csatlakoztak. Christian Coff, Michiel Korthals és David Barling 2008-as tanulmányukban a táplálkozással kapcsolatos dilemmáknak négy területét foglalták össze:

1. Mennyiségi értelemben vett ételbiztonság (*food security*) – ilyen a világ népességének étellel való igazságos ellátása, azaz az éhezés kérdése.
2. Minőségi értelemben vett ételbiztonság (*food safety*) – ezen például a fertőzött, romlott ételek fogyasztását értik, és itt említik a biztonságos definiálási problémáját (mit értünk rajta, ki definiálja, ki határozza meg, hogy mit tekintünk biztonságosnak stb.).
3. Új fejlesztések a táplálkozástudományban és a hozzá kapcsolódó technológiában, amelyek kihívást jelentenek a tradicionális táplálkozási szokások számára. Ilyenek lehetnek az egészségtelemen bizonyult táplálkozási szokások, mint például a különböző betegségeket (szív, keringés stb.) okozó hagyományos ételek fogyasztása stb.
4. A táplálék útja során felmerülő újabb etikai kérdések, mint például az állati jogok, a fenntarthatóság, a termelők munkakörülményei és megélhetése, a bio- és a nanotechnológia használata, kutatási etika stb. (Coff et al. 2008:9; idézi Coff 2012:47).

19.

Ezen kérdések jelentős része – kezdetben legalábbis – az alternatív társadalmi mozgalmak és az életmódmozgalmak „tárgykörébe” tartozott. Így jöttek létre az etikusétel-mozgalmak (*ethical food movements*), az alternatív és organikus/bio-/öko- táplálkozási mozgalmak stb.<sup>10</sup>

20.

A 20. század második felének és a 21. századnak a táplálkozással kapcsolatos aggodalmai között a mennyiség mellett (éhezés) kifejezetten hangsúlyos szerepet kaptak és kapnak a minőségi aggodalmak, ezen belül is a nyersanyagok kemikália- vagy gyógyszer tartalma, a tartósítás és tárolás vegyszerei, a genetikailag módosított alapanyagok és így tovább. Míg ez részben megmaradt csupán az emberi egészség iránti aggodalomnál, addig ugyanezek a kockázati elemek másokat elvezettek az élelmezés és környezeti problémák közötti kapcsolat feltárásához és megértéséhez, és egy újabb kockázati elem beemeléséhez a diskurzusbába. E 20–21. századi mozgalmak ennél is tovább mennek, a globális kapitalizmus diktálta élelmiszeriparral szemben fogalmazzák meg magukat, és mozgalmaikban összekötik az egészségért való aggodalmat a biztonságért, az autonómiáért, a demokráciáért és az egyenlő hozzáférhetőségért kiálló értékrendszerekkel, valamint az ezekért való küzdelemmel (lásd Klein et al. 2014:2).

21.

Erre a legjobb példát a – valószínűleg legközismertebb és egyben talán legtöbbet kutatott – Slow Food mozgalom története szolgáltatja. A Slow Food Észak-Itáliából indult az 1980-as évek közepén, és húsz év alatt körülbelül százezer tagot számláló nemzetközi mozgalommá nőtte ki magát. Ez alatt az idő alatt a mozgalom tárgya és módszere is sokat változott. Ezt a változást az egyik kutatójuk, Valeria Siniscalchi a mozgalomban fontos értékek, az úgynevezett *Good-Clean-Fair* triád hangsúlyának változásával mutatta be egyik tanulmányában.<sup>11</sup> A mozgalom története elején a minőségi ételek komótos fogyasztására, tehát elsősorban a fogyasztó érdekeire koncentrált (*Good*), majd előtérbe került a környezeti kontextus, a környezettudatos értelemben „tisztá” alapanyagok megtermelésének, az ételek és termékek elkészítésének és szállításának körülményeire való odafigyelés (*Clean*), végül egyre nagyobb figyelem irányult magukra a termelőkre és készítőkre, azok munkakörülményeire és megélhetésére, a társadalmi igazságosságra (*Fair*). A Slow Food jelenleg harcol az intenzív és az ipari mezőgazdaság, a GMO-k, az atomenergia, a nem megújuló energiák és a víz privatizációja ellen, hogy csak néhány példát említsünk. A biodiverzitás (és ebbe beleérti az agrodiverzitást is) fenntartása mellett fontosnak tartja a gasztronómiai diverzitást, illetve a termékekhez kapcsolódó tudás és

technikák sokféleségének, az azt őrző kultúrának, a hagyományos tudásnak a megőrzését is. A mozgalom szótárában az *ökogasztronómia* vette át a vezető helyet, reflektálva a környezettudatosság szó kiterjesztett értelmére, amikor az már nemcsak természetvédelmet jelent, hanem egyenlő elosztást, emberi jogokat, az egészséges élethez és környezethez való jogot, biztonságot, autonómiát és demokráciát is, és így tovább.<sup>12</sup>

22.

Az ökológiai kérdés tematizálására a táplálkozásban számos tanulmány született már. Így például Terry Leahy *Food and the Environment* című tanulmányában (Leahy 2000) a legfőbb kérdéseket (A jelenlegi mezőgazdasági gyakorlat hogyan rombolja a természeti környezetet? A gazdasági rendszer miért súlyosbítja a környezettrombolást? Milyen gazdasági és gazdálkodási rendszer képezhet alternatívát?) és a legfőbb problémákat (monokultúrák, állattenyésztés, üvegházhatás, túlhalászat, kemikáliák, éhezés, társadalmi egyenlőtlenségek, egyenlőtlen elosztás, globális fogyasztói réteg, globális szegénység stb.) veszi sorra, és végigtekint néhány lehetséges alternatívát is (permakultúra, a környezettudatosságot középpontba helyező alternatív táplálkozási szokások, közvetlen kereskedelem stb.). Egy finn tanulmány a táplálkozással kapcsolatos ökológiai dilemmák között a legfőbb kihívásként a következőket sorolja: klímaváltozás és környezeti krízis; demográfiai tényezők (az emberi populáció megnövekedése, elöregedés); a táplálék, az energia, a tiszta víz és föld hiánya, elfogyása; globalizáció; regionális egyenlőtlenségek, az ételhez való egyenlőtlen hozzáférés; technológiai innovációk a táplálék-előállításban, az ételhelyettesítők fejlődése; a GMO-alapú ételek mindennapivá válása; a biodiverzitás eltűnése (Kirveenummi et al. 2012:347). Deidre Wicks a vegetáriánus táplálkozás történetében vizsgálja az ökotudatosság beemelődését és a húsmentes táplálkozás pozitív visszahatását a természeti környezetre és a globális társadalmi egyenlőségre (Wicks 2000). A hivatkozásokat és példákat még hosszan lehetne sorolni, a Slow Food történetét azért idéztem fel kissé hosszabban, mert kitűnően láttatja, miként terjeszti ki egy ilyen mozgalom az „aggodalmai sorát” és tevékenységét a környezeti problémákra. Számos más életmód és táplálkozási mozgalom járt be hasonló utat, és a környezeti és társadalmi érzékenység összekötésével tematikusan egyre inkább kiszélesedtek, és egyre komplexebb értékrendet, filozófiát és praxist alakítottak/alakítanak ki.

23.

A táplálkozáshoz kapcsolódó mozgalmak nem új keletűek, hiszen ha csak a 19. századig megyünk vissza, már akkor is léteztek például vegetárius táplálkozást követő csoportok, és az életreform-mozgalmak mindegyike reflektált valamilyen módon a táplálkozás problémáira. Kandel és Peltó 1980-ban írt tanulmányukban (*The Health Food Movement. Social Revitalization or Alternative Health Maintenance System?*) az egyesült államokbeli egészséges táplálkozási mozgalmak körében végzett vizsgálatuk során azt találták, hogy már ekkor tetten érhető volt a széles körű érdeklődés az ökológia és a természeti környezet minősége iránt.<sup>13</sup> Emellett a fogyasztói jogok iránti törekvések, a keleti kultúrák és az 1960-as évekbeli ellenkultúra hatása mutatható ki e mozgalmakban, illetve az 1970-es évek nemzeti gazdasági recessziója, ami élelmiszer- és energiakrízist hozott magával. Mindennek köszönhetően társadalmi, kulturális, gazdasági és egészségmotivációk együtt álltak az egészséges táplálkozás mozgalmi mögött, és új életmódformát hoztak létre, az úgynevezett *biobehavioral* életmódot.<sup>14</sup> A szerzőpáros szerint az egészséges táplálkozás mozgalmi *társadalmi revitalizációs* mozgalmaknak is tekinthetők, olyan folyamatnak, mely segít radikálisan újrastrukturálni az egyén ideológiai alapjait és kulturális kötődéseit egy megalapozottabb életmód kialakítása érdekében.<sup>15</sup> Ennek elősegítésére nemcsak étrendi, hanem metafizikai ideológiákat és metódusokat is kínál. Ezek között sorolják az úgynevezett *organikus motívumot*, mely az organikus, természetes ételeket helyezi előtérbe, és szemben áll mindenféle szintetikus étellel. De témánkat tekintve legalább ilyen fontos gondolat az is, amit ők *misztikus motívumnak* neveznek, azaz hogy az étel megválasztását szimbolikus, tulajdonított tulajdonságai is befolyásolják. Ilyen például a nyers ételeknek tulajdonított erősebb életenergia vagy a jin-jang egyensúly fontossága a makrobiotikában (Kandel–Peltó 1980:335). Ehhez szorosan kapcsolódik, hogy a szimbolizmusnak kifejezetten nagy jelentősége van az egészséges táplálkozás mozgalmában: a modern ételeket túlságosan feldolgozottak, szennyezettnek és tápanyaghiányosnak tartják, míg az egészségesnek tekintett ételek a természetesség jegyeit hordozzák magukon, és kötődnek a tradícióhoz és a népi bölcsességhez. Ez utóbbiak tiszta és természetes ételek, amelyek ellensúlyt jelentenek a stresszes, destruktív,

egészségtelen modern életmóddal szemben. Az egészséges ételek mozgalma ezek mentén létrehozta, a szimbolizmus nyelvén megfogalmazza a kapcsolatot a kulturális és a természeti között (Kandel–Peltó 1980:335).

24.

Ugyanebben a munkájukban a szerzők – Atkinsonra hivatkozva (Atkinson 1979) – rámutatnak arra is, hogy a marketing miként használja fel nagyon gyorsan mindezt, hogyan csomagolja be – szó szerint is – eladásra ezt az ideát, hogyan használja a tradíció és a vidéki élet retorikáját, és miképpen válnak az egészséges/bio-/organikus/tiszta ételek maguk is áruvá és tömegtermékké (Beardsworth–Keil 1997a:148).<sup>16</sup> Ennek következtében a bizalomvesztés igen hamar megjelent a biotermékek piacán is, a biobolt polca előtt álló ökotudatos ember ugyanolyan dilemmákkal küzd, mint a másik polc előtt álló embertársa: az ökomangó nagyon ínycsiklandónak tűnik, de ha el is hisszük, hogy tényleg vegyszermentesen termesztették, nem tudható, hogy a termesztőit kizsákmányolták-e vagy sem, hány hektár erdőt vágta ki a mangófák és így közvetve a mi kedvünkért, és mire ideért, addigra mennyi levegőszennyező kerozint, gázolajat és egyebet használt el.<sup>17</sup>

25.

Az ökofalvak lakói éppen ezért nem a biotermékekben „hisznek” elsősorban, hanem abban, amit ők maguk vagy számukra hiteles, megbízható emberek állítanak elő. A bio- vagy organikus mellett előtérbe kerül a termék lokalitásának fontossága. Ez a folyamat részben bekapcsolja őket egy szélesebb körű változásba, amely a táplálkozási mozgalmakban lezajlott az utóbbi időben: ilyen a bizalmon alapuló elosztási rendszerek létrejötte (mint például a *közösség által támogatott mezőgazdasági* csoportok, zöldségközösségek, Magyarországon lásd Sza-tyor, Évkerék Ökotanya, Nyitott Kert), a helyi termékek (*local food*) vagy a helyi tradicionális termékek (*heritage food*) mozgalma és így tovább (ehhez lásd többek között Klein et al. 2014; Grasseni 2011; Siniscalchi 2013). Leginkább a *reflexív középosztály*<sup>18</sup> (Ginsborg 2010) által preferált, használt és ezáltal működtetett úgynevezett alternatív táplálkozási hálók (*alternative food networks*), környezettudatosságon és társadalmi szolidaritáson alapuló vásárlói láncok és csoportok (*Solidarity Purchase Groups*) kapcsolódnak szervezeten a fenti törekvésekbe (ezek kitűnő elemzését lásd Grasseni 2013; 2014). Ezek a csoportok és az őket alkotó egyének az önkéntes egyszerűség elvét vallják, és kritizálják a fogyasztói attitűdöt, a tömegtermékek, a tömegélelmiszer-ökológiai és politikai következményeit (Grasseni 2014:187).

26.

A magyar ökofalu-mozgalom tagjai fontosnak tartják, és egy részük valamelyest be is kapcsolódik az ilyen hálózatokba: így például az Évkerék Ökotanya zöldségdobozrendszerébe<sup>19</sup> a Szeri Ökotanyák Szövetségéből is kerül kecskesajt, rackajuhtejből készített joghurt, kemencében sült, biogabonából készült kenyér, egy Pécs környékiekből álló csoport listáján pedig rendszeresen szerepelnek gyűrűfűi termékek (kecskesajt, méz, szappan). A tanulmány elsődleges vizsgálati terepét alkotó közösség tagjai azonban tudatosan nem kívánnak megjelenni az öko-/bioélelmiszer piacán, számukra az élelmiszer-önellátás az elsődleges. Némely projektjükkel – kertészeti tanfolyamaikkal, génmágmegőrző tevékenységükkel – bizonyos szinten kapcsolódnak a magyarországi táplálkozáshoz köthető mozgalmakhoz, de szándékosan nem tartoznak azok városi és piaci szegmenséhez. A fent vázolt táplálkozási mozgalmak diskurzusaihoz mégis számtalan szállal kötődnek, a mozgalmak által is tematizált problémák és a – bár gyakran eltérő, de bizonyos értelemben mégiscsak párhuzamos – problémamegoldási kísérleteik miatt érdemes a vizsgált csoportot a táplálkozási mozgalmak kontextusában is elhelyezni. A következőkben tehát egy ökofalusi közösség táplálkozáskultúráját mutatom be.

## Diverzitás a kertben, diverzitás a táplálkozásban

27.

Az ökofalvak krízisvízióra adott válasza<sup>20</sup> szoros kapcsolatban van az ökológiai elvekhez való igazodással, melynek keretét ebben a közösségben egy speciális biogazdálkodási forma és az ahhoz elválaszthatatlanul kötődő életmód, az úgynevezett permakultúra adja. A hazai permakultúra-mozgalom egyik bázisa a vizsgált csoport, akik azzal is kiemelkednek a többi hazai permakultúra-kezdeményezés közül, hogy egy településen, szoros közösségben élnek. A permakultúra az angol *permanent agriculture* szavak összevonásából származik, kitalálója az ausztrál

Bill Mollison, aki az 1970-es években fogalmazta meg e biogazdálkodási mód alapelveit (Mollison 1978). Itt nincs hely a törekvések és a mozgalom történetének részletes leírására, azonban meg kell ismerkednünk a csoport táplálkozáskultúrájának néhány, a megértéshez kiemelkedően fontos elemével.<sup>21</sup> Ezek: a természetben zajló ökológiai folyamatok másolása az ember élőhelyén és szükségleteinek megtermelése során; a fogyasztás drasztikus csökkentése, energiamegtakarítás és -újrahasznosítás; önállóságot biztosító rendszerek (kert, ételmezés, energia, közösség stb.) létrehozása; saját igények minél inkább saját erőforrásokból való fedezése; a rendszer minden alkotóeleme több szerepet tölt be, és minden fontos feladatot több elem lát el; kölcsönösen előnyös, szimbiotikus kapcsolatok preferálása és erősítése; diverzitás; az ember nemcsak a saját, hanem az összes élőlény jólétét is szem előtt tartja, a tájat egészében nézi (magyarul lásd Baji 2011; Gosztonyi 2013; Pásztor 2013). A fenti elvek elképzelésük szerint olyan gyakorlatot generálnak, amely az ökológiai fenntarthatósággal a jövőre való készülést is szolgálja. Ezek az elvek a táplálkozáskultúrájukban is meghatározóak, ahogy egy fiatalasszony megfogalmazta: a permakultúra *nemcsak kapirgálás a kertben*, hanem sokkal több annál: életmód, világkép, amihez elengedhetetlen a közösségi létezés (K. E., 2009<sup>22</sup>).

28.

Ahogy fentebb már bemutattam, a közösséget alkotó háztartások struktúrájukat tekintve sokfélék. Igaz ez megélhetési formáikra is. Az ökológiai elvekhez igazodva a csoport tagjai igyekeznek olyan munkából megélni, amelyhez nincs szükség ingázásra. Az e törekvést sikeresen megvalósítók között találunk informatikust, aki otthonában távmunkát végez, illetve a helyi önkormányzat alkalmazásában állókat: egy fiatalasszony gyermekei megszületése előtt az önkormányzat dolgozója volt, most a gyermekei után kapott támogatás jelenti a család jövedelmének egyik részét, férje pedig a közmunkaprogramban dolgozik, illetve alkalmi munkákból jut jövedelemhez. Korábban terményeik eladásából egészítették ki jövedelmüket, ez mára már visszaszorult. Egy másik férfi szintén alkalmi munkákat vállal a faluban (a mezőgazdasági munkától a kályhaépítésig), családjának ez és a közösen megtermelt terményeik (méz, zöldség, gyümölcs) eladásából szerzett pluszjövedelem jelenti a bevételt. Egy egyedülálló férfi ugyancsak alkalmi munkákból jut némi jövedelemhez, de ő igen aktív a munkacsere-kapcsolatokban is, például étkezésért is dolgozik. Van olyan család is, ahol a gyermektartás képezi a fő jövedelmet, és találunk olyan háztartást is, ahol a gyes mellett a korábban felhalmozott tartalékokat élik fel. Ugyanakkor a közösségben élnek olyanok is, akik nem tudták megvalósítani a helyben dolgozás ideáját, ők (ketten) a hét egy részét távol töltik a falutól. A csoport tagjai jellemzően meglehetősen alacsony jövedelemből tartják fenn magukat, ami úgy valósítható meg, hogy fogyasztásuk jelentős részét a saját maguk megtermelte zöldség, gyümölcs és gabona teszi ki, néhány család esetében a tej és a tojás is saját termény (ebben leginkább a három legrégebb óta itt élő család halad az élen). Megélhetésükhöz szorosan hozzátartozik fogyasztásuk visszafogása is, amely az úgynevezett önkéntes egyszerűség elvét követi: azaz szerényebb körülményekkel megelégedve, lehetőleg minél kevesebb feleslegesnek ítélt dolgot vásárolnak.<sup>23</sup>

29.

A közösség tagjai mind rendelkeznek saját konyhakerttel, és többségüknek gabonatermelésre használt földjeik is vannak. A ház körüli kerteket mindenki maga műveli, de – az utca szerkezetéből adódóan – a telkekhez az utcán is tartozik kertrész, ahol azonban időnként közös művelés is folyt és folyik. A földeken szintén termeltek már közösen gabonaféléket (búza, árpa, köles, zab, tritikálé). A közös azonban nem jelent földközösséget: a földek magántulajdonban vannak, és megbeszélés szerint egyikük földjén búzát, a másikén kölest, a harmadikén árpát stb. termesztettek azok, akik megegyeztek a közös termesztésben. Az, hogy egy adott évben éppen kik álltak össze, ez az igények, a közös megbeszélések – és természetesen a korábbi tapasztalatok – eredménye volt. Haszonállattal kevesen foglalkoztak: két család tartott csirkét, egy családnak volt kecskéje és szarvasmarhája.

30.

Gazdálkodásukban és mindennapi életük szervezésében egyaránt domináns az a törekvés, hogy lehetőleg minden fontos feladatot több elem lásson el, és minden elem maga is több feladatot lásson el. Ez utóbbit legtöbbször a „csirkepéldázattal” igyekeznek megértetni (talán, mert Mollison is ezzel a példával magyarázta a többszörös hasznosítás módját): a csirkét nemcsak a húzáért tartják, hanem felhasználják egyéb jellemzőit is: tollat, tojást és trágyát ad, és felcsipegeti a kertben a kártevőket. Ráadásul az így tartott jószággal nemcsak a többszörös hasznosítás

valósul meg, hanem a csirke is a számára megfelelő körülmények között él, ami pedig illeszkedik a természeti elemek nagyfokú tiszteletének elvébe.

31.

A krízisvízió egyik eleme, hogy az alapvető szükségleteket biztosító források radikálisan megfojthatnak, netán eltűnhetnek, és ha nincsenek őket helyettesítő elemek, akkor ez súlyos problémákhoz, például élelmezési és energiaválsághoz vezethet. Ezért a közösség tagjai nem csupán arra törekednek, hogy saját maguk termeljék meg a táplálékukat, hanem a többségi társadalomhoz képest sokkal többféle növényt természetnek, és azoknak sokféle felhasználási formáját igyekeznek elsajátítani. Sőt, a táplálkozásukba bevonnak olyan alapanyagokat is, amelyek – bár a reformétkezésben és bizonyos divatos gasztrostílusokban újabban előkerülnek – jórészt idegenek a mainstream táplálkozásban. Ilyenek a vadon termő fajok, illetve a konyhakertben gyomként kezelt növények. „Ezzel megteremtjük a rendszer rugalmasságát; ha az egyik termény kiesik, a maradékból fedezzük igényeinket. Ezzel csökkentjük a függő helyzetek kialakulását, és csökkentjük a katasztrófák esélyét.” (Pásztor 2013:13.) A biodiverzitáson tehát – ahogyan a Slow Food mozgalomnál is láttuk – agrodiverzitást is értenek, ami a sokszínűség védelmét és megteremtését kiterjeszti a kertekre, a gyümölcsösökre, majd a konyhára is. Ha szlogent kellene alkotni a vizsgált csoport táplálkozáskultúrájáról, akkor így fogalmaznánk: diverzitás a kertben, diverzitás a táplálkozásban.

32.

A Kapitány házaspár egyik könyvében (Kapitány Á. – Kapitány G. 2007) a túlélési stratégiák kapcsán hangsúlyozza a tradíciók erejére való támaszkodást, a gyermekkorban vagy máskor elsajátított tudás, a közösség által áthagyományozott, de közben feledésbe merült tapasztalatok aktivizálódását válsághelyzetben, a korábban bevált kulturális szokások, eljárások elővételét. Idesorolják többek között a leleményes ételkészítési praktikákat, a hiánypótló alapanyagok elővételét, a szegény- és a népi ételeket. Mivel – ahogyan már többször elhangzott – az ökofalusi gondolatnak domináns eleme a felkészülés a krízishelyzetre, a Kapitányék által hivatkozott túlélési stratégiák az ökofalvakban is jellemzőek, a táplálkozáskultúrában is megjelennek. Ennek része például az ehető gyümölcsök és vadnövények feltérképezése a falu környékén, az ehető vad- és gyomnövényekről szóló ismeretek szélesítése, e növények megtartása és fogyasztása (tehát nem irtják ki teljesen a kertből a libatopféléket, a tyúkhúrt, a pitypangot, a porcsint, a csalánt, a bojtörjángyökeret stb.). Ugyanakkor, míg a paraszti kultúrában az ideiglenes nehézségek áthidalására elevenítettek fel kevésbé értékes, esetleg korábban már elhagyott alapanyagokat és ételkészítési technikákat (lásd többek között Báti 2010), addig ezt a gyakorlatot az ökofalvakban és így a vizsgált közösségben másfajta törekvés hozza létre: célja egyrészt a jelenben még nem létező, hanem távoli, hosszú távú nehézségekre való felkészülés, másrészt – és az elsővel szoros kapcsolatban – a biodiverzitásra törekvő ökológiai elv alkalmazása.

33.

Kisbán Eszter a táplálkozási izlésről szólva írja, hogy az „magában foglalja az ételek élvezeti értékének szubjektív megítélését és ezen a ponton a hagyomány – egy feltételes reflexrendszer áttételével – átmenetileg valóságos élettani akadály lehet szokatlan ízű, kinézésű, ill. tartósan tiltott, egyébként objektíve kifogástalan ételek élvezetének” (Kisbán 1982:203). A gyomként ismert növények fogyasztása tipikusan ilyen példa. Ezt nemcsak a többségi társadalom idegenkedése mutatja az efféle tápláléktól, hanem az is, hogy – tapasztalataim szerint – a különböző tanfolyamokra érkező, ezzel az életmóddal és táplálkozási szokásaival először találkozó érdeklődők gyakran igazi kalandként élik meg, hogy elcsipegetnek egy-egy tyúkhúrt vagy porcsinlevelet, a kertből begyűjtött zöldsaláta analízisa a közös étkezések visszatérő motívuma, és ezeket az ételeket gyakran úgy fogadják a kívülállók, mintha egy távoli kultúra egzotikus ételét fogyasztanák.

34.

Tudjuk, hogy a gyűjtögetés a népi táplálkozáskultúra fontos eleme volt – és bizonyos értelemben a városi is, lásd a gombászás szokását –, de egyre inkább kiszorult, és a szegénység jegyévé vált: a gyűjtögetés bizonyos módjait társadalmi tabu övezi (guberálás), illetve a szegénységhez kötődnek: csigagyűjtés, kukorica- és szőlőbongészés, hársfavirággyűjtés stb. Ugyanakkor a gyűjtögetés bizonyos elemei az újrahasznosítás divatjában felértékelődtek, gondolok itt a turkálók, a recycling art, a kuka mellől felszedett és felújított bútorok világára, és a gyűjtögetés



reneszánszát éljük a medvehagyma- vagy bodzavirággyűjtésben is. Mindezek – és még rengeteg más növény – gyűjtése az ökofalvakban is kiegészítő táplálékforrást jelent, ugyanakkor van még egy fontos szerepe: a lelőhelyek feltérképezésére, a tudástár szélesítésére, tehát a krízisre való felkészülésként is szolgál egyben. Ez nem azt jelenti, hogy rendszeresen kijárnak a határba ezeket a növényeket fogyasztani, hanem alkalmanként, például kirándulásokon fogyasztják őket. Például egy alkalommal, amikor a házigazdám meg akart mutatni valamit a gabonaföldjén, és egyébként éppen akkor érett az eper egy közeli eperfasoron, összekötöttük a kellemest a hasznossal, és az eperfák felé kerülve gyümölcsreggelivel kezdtük a napot. Máskor közös gyűjtőtúrát szerveznek az adott növény vagy termés érésekor, kifejezetten a termés (som, bodza, vadgesztenye stb.) begyűjtésére.

35. Táplálkozásukban rendszeresen megjelennek azok a nyersanyagok, amelyek egyébként már a reformtáplálkozásban is jelen vannak. A különbség annyi, hogy ezek jó részét – legalábbis néhány háztartásban – ők maguk termelik meg. Az általam (és szerintem legtöbbünk által) korábban csak bezacskozva, boltban, mag formájában ismert kölest, csicseriborsót, szesámot vagy szegletes ledneket élő növényként a kertben látni igazán nagy élmény volt számomra.
36. Az elfeledett alapanyagok és ételek revitalizációja mellett ugyanakkor a diverzitásnövelés és az alkalmazkodó kertészet jegyében<sup>24</sup> néhány háztartásban sokféle új, hazánkban nem honos, kevésbé ismert növényfajta termesztésével és fogyasztási lehetőségeivel is kísérleteznek. Ezek egy része a boltok egzotikus zöldségeket tartalmazó polcairól ismerős lehet, mint például a batáta, az articsóka vagy a jamszgyökér, és vannak – szerintem legtöbbünk számára – teljesen ismeretlenek, mint a cukorgyökér vagy az inkagumó. Ebben a kísérletezésben jelentős szerepe van annak, hogy az itt élők egy része képzett agrármérnök, biológus, botanikus vagy kertészmérnök. Ebből fakadóan jól ismerik a növényeknek nemcsak a termesztési módszerét, hanem például a kultúrtörténetét vagy az ásványianyag- és vitamintartalmát is. A „régén is fogyasztották” gondolata mellé itt hangsúlyosan bekerül a tudományos ismeret is. Két kert és egy közösen művelt mintagyümölcsös génbankként is működik (most éppen egy, a Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal által támogatott pályázati projekt keretében), és vannak olyan háztartások (három), ahol körülbelül négyszázféle termesztett növény található a kertben (és emellett használják táplálkozásukban a nem termesztett, azaz gyomnövényeket is). Ez a sokszínűség a biodiverzitás növelése mellett arra is szolgál, hogy minél sokszínűbb táplálkozást tegyen lehetővé.
37. A tárolás (kamrában és a löszfalakba vájt pincékben),<sup>25</sup> illetve a tartósítás különböző módjai (befőzés, aszalás, szárítás) pedig kiterjesztik ezt a sokszínűséget és bőséget a termesztési időnyen kívülre, a késő ősztől kora tavaszig tartó időszakra is. Egyfajta tartalékképző szemlélet jellemzi a csoportot, és ennek részeként tekintem a magfogást is, azaz hogy igyekeznek a saját növényeikről begyűjtött magokat újratvetni, illetve betárolni. Az egyik család – egyebek mellett – olyan gabonaféléket is nevel néhány sorban, amelyek nem élelmezésre, hanem a magjuk megőrzésére és az esetleges későbbi felhasználásra szolgálnak.
38. „Nincsenek receptek, mert azt főzzük, ami van a kertben. Ott kezdődik a dolog, hogy azt nézzük meg, mink van” – ez a válasz többször is elhangzott egy háromnapos tanfolyamon, ahol a résztvevők szerették volna a számukra különleges ételek receptjét megtanulni.<sup>26</sup> Az itt élők az élelmiszer-önellátásra törekvés jegyében igyekeznek tehát azt felhasználni, amit meg tudnak termelni. Zöldséget, gyümölcsöt legtöbbször és legtöbbször a saját kertjükből fogyasztanak, de itt is vannak élethelyzettől és igényektől függő eltérések: aki nem jár dolgozni, annak több kapacitása van a kertre, aki tapasztaltabb a kertészkedésben, nagyobb biztonsággal termeli meg a konyhára valót, aki kevésbé képes elfogadni, hogy csak idényterményt fogyasszon, annál jobban megjelennek a boltban vásárolt termékek, és így tovább. Az egyik család állatokat is tart (szarvasmarhát, kecskét, tyúkot, kacsát), tehát a tej-, sajt-, hús- és tojásigényüket is ki tudják elégíteni. A többiek korábban egy, az utcában élő helyi gazdától vásárolták a tejet, most, amióta a fenti család tehene tejelni kezdett, inkább tőlük. Étolajat egy közeli olajütőből vásárolnak, mézet – amióta a helyi méhészközösség elköltözött – más ökofalvakból vesznek, vagy ajándékba kapják. Korábban a gabonájukat is igyekeztek maguk megtermelni és feldolgozni, ez azonban néhány

kísérleti év után kudarcba fulladt: a gabonatermesztés és -feldolgozás (cséplés, őrlés) kemény munkájára végül nem volt elég energiájuk.

39.

Ugyanakkor a háztartások jó részében megtalálhatók a boltokban vásárolt termékek is. Különösen igaz ez a gyermekes családokra, ott a csoki, a joghurt, a déligyümölcs vagy a Nutella gykori vendég, de vannak családok, akik sajtokat, egyéb tejterméket, lisztet, tésztafélét és természetesen sót, cukrot is vásárolnak boltban (vagy a helyi boltban, amelynek árukínálata meglehetősen szegényes, vagy a szomszédos településeken).<sup>27</sup> Látható tehát, hogy sokféle módon szervezik meg táplálkozásukat, amiről igen nehéz általánosításokat mondani. De a választás során irányadó szempont az, hogy elsődlegesen a saját termesztésű vagy a közösség tagjaitól kapott alapanyagokat és termékeket fogyasztanak, és ezenfelül, ha vásárlásra kerül a sor, igyekeznek helyi, lehetőleg bioterméket venni. Az évek alatt kialakultak azok a termelő-eladó kapcsolatok a falubeliekkel vagy a közeli településen lakó termelőkkel, amelyek jó tapasztalaton és nagyfokú bizalmon alapulnak. Így van bejáratott lisztbeszerző helyük a közeli kisvárosban, étolajbeszerző helyük egy másik településen vagy tejesgazdájuk az utcában, és így tovább.

40.

Eddigi tapasztalataim azt mutatják, hogy elvek rigorózus követése helyett egyfajta köztes alkalmazkodási stratégiát választanak, ami nem teszi túlságosan nehézé, netán elviselhetetlenné az életüket.<sup>28</sup> A közösségben korábban élt néhány olyan tag, akinek sokrétű nehézségeit és végül elköltözését fanatikusan puritán életmódjával indokolják. Arról, hogy hol van a túlzások és az elvek negligálása közötti határ, tehát hogy miként határozható meg az adaptáció helyes mértéke, nincs konszenzus, nincs közös szabályrendszer. A közösség történetének egy korábbi szakaszában volt arra irányuló szándék, hogy megfogalmazzanak valamiféle közös elvrendszert, hogy megfogalmazzák, merre kívánnak haladni, de egyelőre ez nem valósult meg.

41.

Mostanra már nyilvánvalóvá válhatott, hogy a közösség tagjai leginkább saját maguk készítette ételeket fogyasztanak, lehetőség szerint saját vagy helyi alapanyagokból. A saját készítésű termékek, a „házi” termékek felértékelődésének egyébként is nap mint nap szemtanúi lehetünk a szélesebb társadalomban is, a *helyi*, a *házi* és a *saját* mind-mind olyan varázsszavak, amelyek a fogyasztók egy rétegét magukhoz vonzzák.<sup>29</sup> Mindehhez nem kevés nosztalgia kötődik: a régi, a népi-vidéki, a természetes nosztalgiája, az idealizált vidéki „Másik” iránti érdeklődés (lásd például Knight 1998 japán példáját; idézi Árendás 2014:188).

42.

A hazai ökofalu-mozgalom évente kétszer, télen és nyáron háromnapos találkozót szervez, amelyen az ökofalusiakon kívül érdeklődők is jelen vannak. Az étkezések közösek, ezen belül a reggelik és a vacsorák úgynevezett batyus étkezések, azaz mindenki hoz valamit a közös asztalra. Ez a batyus étkezés kicsit mindig a saját termékek bemutatását is szolgálja, és alkalom a dicsekvésre. Mindenki kóstolgat, dicsér, receptek cserélnek gazdát. Ha az adott étel ráadásul saját alapanyagból is készült, még nagyobb az értéke (tehát a kenyér saját gabonából, a sütemények szintén saját gabonából, mézből, gyümölcsökből, a sajt is házi készítésű, de legalább egy házi készítésű kisüzemből, gazdától való stb.). A boltban vásárolt „tömegterméket” meglehetősen kényelmetlen, kínos az asztalra tenni, nem szólják meg az illetőt, de az ilyen étel – finoman szólva – perifériára szorul. Vannak már híressé vált ételek is, ilyen például az egyik ökofalulakó diós kenyere, amelyet a találkozókön már számon kérnek rajta.

43.

A házi, helyi termékeknek az ökofalusi gondolkodásban létezik egy további jelentősége is: illeszkedése az ökológiai modellbe. Az ökológiai elv alapja a rendszerben, ciklusokban való gondolkodás, a lokális erőforrások meggondolt, visszafogott fogyasztása és az újrahasznosítás elve.<sup>30</sup> A természetkímélő módon, helyben termesztett saját termésből készített *házi* kenyér, *házi* sajt, tojás, hús, lekvár, szörp, pálinka stb. illeszkedik ebbe az elvbe. Ugyanakkor a saját alapanyagból saját kezűleg készített termékeknek sokan egyfajta spirituális tartalmat is tulajdonítanak. Egy fiatalasszony, amikor arról mesélt, hogy egy helyitermék-piacon az ő termékei (lekvárok, zöldségkrémek) fogytak el leggyorsabban, így fogalmazott: „Lelki kapcsolatunk van a termékkel, ez átjön az emberek számára, ezért veszik meg.” (B. R., 2010.)

44.

Ezekben a narratívákban gyakran megjelenik a kertből frissen szedett versus az áruház polcáról leszedett zöldség és gyümölcs oppozíciós pár. Az egészséges étel az, ami természetes állapotban van. Ebben a diskurzusban már nem a biológiai veszélyek (a vírusok, a baktériumok és a gombák) jelentik a fő veszélyt az ételben, hanem a növényvédő, a tartósító-, módosító- és egyéb szerek és az, hogy az alapanyagok „természetellenesek” (GMO). Deborah Lupton kifejezésével – és Frankenstein műemberére utalva –: *frankenfoodok* (Lupton 1998:92). A tisztatisztátalan kérdése ebben a kontextusban a vegyszeres-vegyszermentes, természetes-nem természetes kritériuma mentén formálódik. A faluba, vendégségbe vagy tanfolyamra érkezők egyfajta izgalmas, új szabadságként élik meg azt, hogy – a vendéglátó példáját követve – letépnek, és mosás nélkül megesznek egy-egy gyümölcsöt vagy zöldséget, de még inkább azt, hogy megkóstolnak korábban nyersen nem fogyasztott, vagy netán – ahogyan korábban már láttuk – eddig gyomként számon tartott növényeket (az előbbire példa a laboda, a körömvirág, az ehető krizantém, az utóbbira a libatop- vagy a porcsinfélék stb.).

## Táplálkozás és közösség

45.

A közös étkezések nemcsak az ökofalu-találkozókon kapnak teret, hanem a vizsgált közösség mindennapi életében is fontos szerepet játszanak.<sup>31</sup> A csoport legaktívabb korában a tagok rendszeresen, havonta vacsoráztak együtt, mindig másnál, és ezen összejövetelek során számos helyi szokás alakult ki. Ezek a vacsorák is batyusak voltak, és az ételek mellett mindenki vitt magával poharat, tányért és evőeszközt, amit aztán hazavitt, és otthon mosogatott el, így megkímélve a házigazdát nemcsak az órákig tartó készülődéstől, de az utómunkálatoktól is. Az évek során azt tapasztaltam, hogy ezek a közös étkezések érzékeny barométereivé lettek a közösségi viszonyok „állapotának”: a becsatlakozó-elmaradó-visszatérő tagok, egyáltalán, az étkezések megtartása/elmaradása jelzi a harmóniát vagy a feszültségeket.

46.

A táplálkozáshoz kapcsolódó további közösségi intézmény az – egyébként más ökofalvakban, így Krisna-völgyben és a Szeri Ökotanyák Szövetségében is megszervezett – *komatál* intézménye. Egy, a közelmúltban szült fiatalasszonynak és családjának (férjének és nagyobb gyermekének) táplálásában már nemcsak a jelen tanulmány szorosabb tárgyát képező közösség tagjai vettek részt, hanem szélesebb körből, más beköltözőktől is érkezett segítség. A csoport tagjai beosztották egymás között, hogy ki mikor és milyen meleg ételt visz; a vállalás önkéntes volt, és olyanok is segítettek, akik komatál formájában biztosan nem, de egyéb formában talán visszakapják a segítséget.

47.

Valójában nemcsak a közös étkezéseknek, hanem annak a folyamatnak is nagy jelentőséget tulajdonítanak, amíg az alapanyag megterem, és eljut a konyhába és a tányérokba. A korábban felvázolt krízisre való készülés egyik metódusaként értelmezik a közösségi létet, mindenféle közös tevékenységet, így a közös termelést és feldolgozást is. Ahogyan láttuk, kísérletet tettek a közös gabonatermesztésre, és annak további munkafolyamatait (aratás, cséplés) is igyekeztek együtt elvégezni. Vannak közös lekvárfőzések, paradicsombefőzés és így tovább. Mivel az ökológiai elv mentén törekszenek a gépek kiiktatására, az emberi munkaerő jelentősége megnő, ami elvezet a közös munkák igényéhez (mert egyedül nem bírják elvégezni az adott munkát, vagy egyszerűen, mert közösen élvezetesebb dolgozni). De az emberi kapcsolatok szorosabbra fűzéseként tekintenek a cserére is. A csere tárgya lehet terménycsere (nyersanyagként zöldség, gyümölcs, tej, tojás, feldolgozva lekvár, szörp, méz stb.), eszköz-, munkaerő- vagy szívességcseré – ahogyan a komatálnál láttuk. Jellemző ezek kombinációja is: például az egyik családnak nagy munkaerőigénye volt hatalmas kertje miatt, az egyik egyedülálló fiatal férfinak pedig nem volt jövedelme, ezért az előbbi család étkezést és lakhatást biztosított számára, cserébe a kertjükben alkalmazott munkaerejéért. A szolgáltatásoknak és vizontszolgáltatásoknak – új, „megalkotott” közösségről lévén szó<sup>32</sup> – nincs hagyományon alapuló szabályrendszere; a közösség formálódásának egyik izgalmas időszakában sokat beszélgettünk arról, hogy miként lehet kialakítani a mértékegységeket a csere folyamán, példának okáért egy kilogramm saját készítésű müzli hány darab cukkinivel ér fel.

## Zárszó

48.

A táplálkozás antropológiai szakirodalmából régóta tudjuk, hogy az ételnek nagy szerepe van a határok felrajzolásában és a határok közötti kommunikációban, legyenek azok társadalmi csoportok közötti vagy humán és nem humán közötti (ideértve a természetfölöttit is) határok (lásd többek között Appadurai 1981; Douglas 1966; Goody 1982; Lévy-Strauss 1966), illetve hogy a táplálkozás jelként működve az életmód egészéről nyújt információt. Ez egyben azt is jelenti, hogy az, amiből és ahogyan elkészítjük az ételünket, jelzi kapcsolatunkat a környezetünkkel, rámutat (és egyben befolyásolja is), hogy miként érzékeljük és fogjuk fel a nem emberi környezetünket (Klein et al. 2014:7). Nem meglepő tehát, hogy az ökofalvakban a táplálkozásban is megmutatkozik az a fajta érzékenység, amely a természethez való viszonyukat és a világról való gondolkodásukat jellemzi. A „tisza étel” a tiszta természet képzetét kelti, illetve a tiszta természet és élet elérését célozza. A tanulmányból – reményeim szerint – világossá válhatott, hogy az ételek egyfajta médiumként valóban képesek megmutatni készítőik világképét, az elveket, amelyek mentén élni igyekeznek, és azok megvalósulását. A körülmények, az adott család aktuális helyzete az elvek rugalmas kezelését, az alkalmazkodás metódusait igénylik, és az erről folytatott diskurzusok, a mérlegelés, valamint a határokról és a normákról való gondolkodás legalább olyan érdekesek, mint a táplálkozás konkrét vizsgálata.

49.

Az adott közösség táplálkozáskultúrájának további vizsgálatában – számos más lehetőség mellett – kifejezetten érdekes és fontos területnek tartom a határok közötti kommunikáció vizsgálatát, jelen esetben a falu egyéb szegmenseihez való kapcsolódást, amelynek megannyi táplálkozáshoz kötődő aspektusa van. Ilyenek például a falubeliektől elsajátított régi főzési és tartósítási technikák a káposztasavanyítástól a rétestésztagyúrásig vagy a falut szorosabb közösséggé kovácsolni vágyó alkalmi rendezvények és rendszeres rítusok, mint például az augusztus 20-i közös ünnepi kenyérsütés. Ahogy korábban már utaltam rá, a vizsgált közösség – és mellettük maga a falu is – sok új beköltözőt vonzott ide az utóbbi időben is, akikből jelenleg a falut megmenteni, a falu életét fellendíteni vágyó, igen aktív csapat és periódus látszik kibontakozni. E tervezgetésekben jelentős szerepet kapnak a táplálkozással (is) kapcsolatos törekvések, amelyek egyfelől a falu lakosságát szeretnék „felrázni”, aktívabb közösségi életre motiválni, másrészt pedig a falu vonzerejét igyekeznek növelni. A falu mindennapi táplálkozási szokásainak további vizsgálata mellett a fejlesztési törekvések is kitűnő terepet kínálnak a táplálkozásnéprajzi és -antropológiai kutatások számára.

## JEGYZETEK

1 A szerző köszöni az ökofalu lakóinak a kutatáshoz nyújtott segítséget, és nagyon hálás Kisbán Eszternek és Bádi Anikónak a tanulmányhoz fűzött értékes észrevételeikért. A jelen tudományos közleményt a szerző a Pécsi Tudományegyetem alapítása 650. évfordulója emlékének szenteli.

2 A nemzetközi mozgalom saját definíciója az alábbi oldalon olvasható: <http://gen.ecovillage.org/ecovillages/whatisanecovillage.html>. Az ökofalu-meghatározások magyar összefoglalásához lásd Borsos Béla disszertációját (Borsos 2007:22–26). A legtöbb meghatározás nem a meglévő ökofalvak szintézise, hanem célkitűzéseket, irányokat fogalmaz meg – erre maguk a definícióalkotók is figyelmeztetnek. A Kapitány házaspár egyik újabb munkájában az alternatív életstratégiák kulcselemei között számos olyan elemet sorol fel, amely az ökofalulakókra is jellemző; ilyen a modernizációkritika, az emberi kapcsolatok, a munka és a közösségek újraértelmezése, a civilizáció összeomlásának víziója, összefüggések keresése, felelősségvállalás stb. (Kapitány Á. – Kapitány G. 2014a; 2014b).

3 Az ökofalu-mozgalom történetéhez és gyökereihez lásd Farkas 2014.

4 Tájékozódásul lásd [www.gen.ecovillage.org](http://www.gen.ecovillage.org) (letöltés: 2015. január 6-án), illetve Jackson–Svensson 2002.

5 Honlapjuk tanúsága szerint, lásd [www.elofaluhalozat.hu](http://www.elofaluhalozat.hu).

6 A tágabb falu és a kilépők álláspontjának megismerése folyamatban van, további tanulmányok tárgya lesz. Kifejezetten fontosnak tartom a vizsgált csoport gazdálkodása egészének elhelyezését lokális és történeti kontextusban is, és ezen belül annak megértését, hogy mi az, amit a lokális adottságok determinálnak, és milyen elemeket hoztak a beköltözők agrárszakképzettségük, illetve alternatív gazdálkodási szemléletük révén. Különösen érdekes ez azért is, mert a beköltözők és az

óslakosok időnként felmerülő szemléleti ellentéte gyakran éppen a másik gazdálkodásmódjának kritikájában fogalmazódik meg.

7 2011 őszén az egyik pécsi egyetemi kurzusom keretében egy ökofalu által szervezett nyílt napon vettünk részt a hallgatókkal. A bemutatkozó előadás első diájának első két szava (főcíme) a *válság* és az *összeomlás* szavak voltak, majd a dia a következőképpen folytatódott: „1. Pénzügyi lufi: Kölcsönből épített ingatlan fedezeti értéke, Valutaalapú kölcsönök. 2. Humánökológiai lufi: Terület túlhasználat (ökolábnyom, csúcsragadozók területszázaléka), Túlnépesedés, Olajfelező → Energia-árrobbanás. 3. Társadalmi lufi: Elszakadás a Természettől, Kevesebben, rossz minőségben termelnek, Központosítás minden téren, Egyre növekedő különbségek → feszültségek → diktatúrába hajló kezelési módszerek” (Kilián Imre, 2011. október 2., Gyűrűfű). Ez a bemutató kitűnően illusztrálja a fent vázolt gondolkodási keretet, amelyben az ökofalusiak gondolkodnak.

8 Kisdi Barbara a hazai otthon szüléssel kapcsolatos kutatása során a városi életmódmozgalmak szereplőinek az aktuális hatalmi diskurzusokhoz és a többségi társadalomhoz való viszonyulásában hasonló eredményre jutott (Kisdi 2013).

9 A kockázat kulturálisan meghatározott voltához lásd Beck 2003; Douglas 1992; Douglas–Wildavsky 1982; összefoglalóan Szijártó 2000; 2008.

10 Ezek meghatározására és elkülönítésére jelen tanulmányban nem vállalkozom (és témámat tekintve most nincs is rá szükség), a témában való tájékozódásra a következő munkákat ajánlom: Counihan–Siniscalchi, eds. 2014; Siniscalchi 2013; Klein et al. 2014. Ez utóbbi tanulmánykötetet (*Ethical Eating in the Postsocialist and Socialist World*) azért is szeretném kiemelni, mert rámutat, hogy bár globális jelenségről és mozgalmakról van szó, az egyes irányzatok mégis mélyen gyökereznek az adott nemzeti/regionális/helyi történelmi és politikai kontextusban. A szerzők ezt a posztszocialista országokban kapott kutatási eredményeikkel mutatják meg. A Magyarországon is kutató Krista Harper *Green Carnivores, Mad Cows and Gene Tech: The Politics of Food in Hungarian Environmentalism* című tanulmányában mutatja be az időbeli eltolódásoknak is köszönhető különbségeket a nyugati és a magyar táplálkozással kapcsolatos mozgalmak között (Harper 2003). A táplálkozásantropológia egyik kiemelkedő kutatója, Johan Pottier az ételbiztonsággal (*food security*) foglalkozó szakirodalom kapcsán jegyzi meg, hogy az aktuális kutatások jó része felhívja a figyelmet a globalizáló és lokalizáló folyamatok közötti dinamikus kapcsolatokra, azok megértésének szükségességére. Rámutat, hogy a változó globális (gazdasági, politikai, kulturális, környezeti) körülmények folyamatosan relokalizálódnak a nemzeti, regionális vagy helyi tudás- és szervezeti keretben (Pottier 1999:6, 7).

11 Siniscalchi 2013. A *Good, Clean* és *Fair* hármasa a mozgalom alapítójának és vezetőjének egy 2005-ben megjelent munkája címéből származik, és vált a mozgalom szlogenjévé (lásd Petrini 2005; idézi Siniscalchi 2013:296).

12 Maga az alapító, Carlo Petrini úgy fogalmazott, hogy a Slow Food a hedonisztikus „Foody” identitásból elmozdult egy olyan mozgalomlétté és identitássá, amely számára fontosak az ételek készítői is (Petrini 2007; idézi Grasseni 2014:179). A Slow Food történetéhez, a fenti hangsúlyok változásának bemutatásához lásd Siniscalchi 2013.

13 Ennek egyik oka, kiindulópontja Rachel Carson 1962-ben megjelent *The Silent Spring* című könyve (magyarul: Néma tavasz, Carson 2007). A könyv a mezőgazdálkodásban használt vegyszerek káros hatását és ezen keresztül az ellenőrizetlen technológiai fejlődés veszélyeit mutatja be, és hamar az ökológiai mozgalmak meghatározó munkájává vált, sőt, sokan a megjelenésétől számítják a globális zöldmozgalom születését. Hatására megnőtt az aggodalom a környezeti problémák és ezen belül élelmiszereink minősége (a feldolgozás és a termesztés során használt kemikáliák stb.) miatt.

14 Amit magyarra igen nehéz lenne lefordítani (talán: biomagatartást tanúsító vagy bioviselkedő), és a szó a fordítással el is veszítené az angol eredetiben megtalálható játékosságát.

15 Belasco az egészséges táplálkozás mozgalmait egyenesen „ellenkonyhának” (*counter-cuisine*) nevezte (Belasco 1993; idézi Beardsworth–Keil 1997:melyik:148).

16 Hakan Jönsson egy 2012-es tanulmányában a tradicionális és autentikus ételek és az erre építő élelmiszeripar és marketing kapcsán a táplálkozáskutató antropológusok szerepét elemzi, és azok felelősségére hívja fel a figyelmet (Jönsson 2012).

17 Az ökomangó példázatának eredetijét Szvetselszky Zsuzsától vettem, aki szerint az a mangó az ökomangó, amit nem veszünk meg (Szvetselszky 2007).

18 A reflexív középosztály meghatározása: „az az alsó középosztálybeli réteg, amely képzettségét és társadalmi tőkét forrásként használja a civil szolidaritás és a társadalmi kohézióért való cselekvés érdekében, annak ellenére, hogy a gazdasági stratégiák és a politikai döntéshozatal terén kevésbé hallható” (Ginsborg 2010; idézi Grasseni 2014:187).

19 A zöldségdobozrendszerekhez lásd <http://evkerek.blogspot.hu/p/kerdesek-es-valaszok.html> (letöltés: 2015. január 20-án).

20 A társadalmi és gazdasági összeomlás víziójára adott válasz lehet egy közösség létrehozása, de léteznek egyéni válaszreakciók is, gondolok itt például azokra, akik készleteket halmoznak fel alapvetőnek tekintett dolgokból (palackozott víz,

tartósított élelmiszer, elektronika, üzemanyag stb.). Mindkét típusra használatos – az angol *prepare* szóból eredő – *preppers* megnevezés. Magyarországon is léteznek prepperfórumok, lásd például <http://magyarprepperforum.org/forum.php> (letöltés: 2015. január 22-én).

21 Ehhez lásd a Magyar Permakultúra Szövetség honlapját: <http://www.permakultura.hu/index.php> (letöltés: 2015. január 22-én). Számos társadalomtudományi szöveg is született a permakultúráról, lásd például Veteto–Lockyer 2008.

22 A beszélgetőtársaimtól származó idézetek végén az illető nevének kezdőbetűit, illetve az interjúkészítés vagy a beszélgetés idejét adom meg.

23 A közösségen belül ennek megítélésében és megvalósításában eltérések tapasztalhatók. Megvalósításában – várakozással ellentétben – nem találtam összefüggést családi állapot és egyszerű körülmények között, az egyéni igény és az anyagi helyzet tűnik meghatározóbbnak. Az önkéntes egyszerűséghez magyarul lásd Furger 1988; Elgin 1988.

24 A szárazsághoz, a klímaváltozáshoz alkalmazkodó növényekkel való kerti kísérletek.

25 Fagyasztót – annak energiapazarló működése miatt – tudatosan nem használnak, hűtője is csak a háztartások felének van.

26 Az egyik ebéden például a pizzatésztaalapra laboda, mángold, többféle spenót, spárga, articsóka és inkagumó (yacon) került, egy másikon pedig serpenyőben sült gyökérzöldségek (inkagumó, két-háromféle batáta, lila krumpli, sárgarépa) és aszalt paradicsom volt a főétel, mellé zöldsaláta készült négy-ötféle salátából, spenótfélékből, pitypanglevelekből és egyéb „gyomokból”, a salátát körömvirág- és borágóvirágszirom díszítette. Minden a házigazda saját kertjéből került ki. A fenti idézet egyébként szélesebb értelmet is kapott: a saját kert kialakítására, de akár az egész életmódkísérletre is igaznak bizonyul.

27 A paraszti kultúrában egészen a 20. század utolsó harmadáig alig költöttek élelmiszerre, az önellátásra való törekvés jegyében, ha valamiből nem termelt elég (elemi csapás, háború stb. miatt), akkor nem vásároltak belőle, hanem egyszerűen nem fogyasztották azt a terméket (ehhez összefoglalóan lásd Báti 2010, konkrét példaként lásd Fél–Hofer 1997). A készletek ilyen egyoldalúsága az ökofalvakra nem jellemző.

28 Hasonló hozzáállásról számol be Philip Vanini és Jonathan Taggart tizenegy kanadai ökológiai közösségben végzett kutatásuk kapcsán: míg a lokalizáció és a fenntarthatóság fontos szempont, az élet apró örömeinek élvezete legalább ennyire fontosnak tűnt az általuk vizsgált közösségben, és a környezeti ideológia mindenáron való követése helyett egyfajta pragmatikus és jókedvű hozzáállást tapasztaltak; ez az életmód azonban még mindig igencsak távol áll a többségi társadalom kényelmes, jó életről alkotott elképzeléseitől (Vannini–Taggart 2014). Maria Frostling-Henningsson a preferenciák és a gyakorlat viszonyát vizsgálta egy kutatásában, és arra a – valójában nem meglepő – eredményre jutott, hogy az étellel kapcsolatos választások sokkal inkább reflektálnak a mindennapi életben követett kompromisszumokra, mint az egyén fogyasztási preferenciáira. Tanulmányában a preferenciák és a megvalósult választások viszonyát, a választás folyamatát és metódusát mutatja be (Frostling-Henningsson 2012).

29 Ezek a „varázsszavak” – ideillesztve még a biotermékeket is – gyakran teljesen összekeverednek, vagy ekvivalensként értelmeződnek, ahogyan azt egy horvátországi esettanulmány is megmutatja (Rittig-Beljak et al. 2012). A saját kezűleg megtermelt zöldség és gyümölcs ideája sem csak az ökofalusiak sajátja, a társadalom más rétegei körében is egyre nagyobb divatja van. Maja Godina Golija (2012) a szlovén példát elemezve arra jut, hogy a kiskertben termelt zöldség népszerűsége egyrészt a kertészkedők falusi gyökereire vezethető vissza, másrészt a lakosság e része egészségesebbnek és jobb minőségűnek tartja az így megtermelt alapanyagokat, harmadrészt egy új szabadidős formának tekinti, ami szorosan kapcsolódik az egészséges életmódra való törekvésekhez.

30 Az újrahasznosítás egyébként is igen fontos eleme a háztartásoknak, így a konyhának is: ételt nemigen dobnak ki, a maradékot elfogyasztják, lehetőség szerint új formát adva neki igyekeznek felhasználni. Csak néhány, általam megtapasztalt példa: az egyik étkezésről megmaradt főtttrisz köretből másnapra aszalt gyümölcsös tejberizs készült, a tábortűzön süttött kürtőskalács megmaradt tésztájából másnap reggelre kemencében diós csigát sütött a házigazdám. A zöldség- és gyümölcshulladék (szár, héj stb.) a komposztra megy, hogy aztán a földbe kerülve a jövő évi ennivaló előállításához járuljon hozzá. Ugyanilyen takarékosan és a körforgásba visszaadva bánnak a vízzel: a vegyszermentes mosogatóvizet öntözésre használják. Az ételmaradék lehetséges újrahasznosítása természetesen nem csak ökofalusi szokás, annyiban különbözik csupán nagyanyaink, édesanyaink szokásától, hogy a takarékoság elvét itt az ökológiai ideológia is alátámasztja.

31 A Magyar Permakultúra Szövetség honlapján található permakultúra-meghatározás is hangsúlyozza a közösség fontosságát. A permakultúra: „Természetszerű életmód a természet védelmével; *Élő emberi közösségek*; Egy globális megoldás a környezeti problémákra.” (Kiemelés – F. J.). Baji é. Internetcím: <http://www.permakultura.hu/index.php> (letöltés: 2015. január 21-én).

32 Az ökofalu úgynevezett „megalkotott” (más fordításban szándékolt, intencionális, angolul: *intentional*) közösség, azaz egy kisebb-nagyobb csoport tudatos törekvéseként létrehozott faluközösség.

# IRODALOM

APPADURAI, ARJUN

1981 Gastro-Politics in Hindu South Asia. *American Ethnologist* 8(3):494–511.

ÁRENDÁS ZSUZSANNA

2014 „Megteremtették a mi kis Indiánkat.” A Budapesten élő indiai migránsok otthonai és ételei. *In Vándorló tárgyak. Bevándorlók tárgykultúrája Magyarországon. Árendás Zsuzsa – Szeljak György, szerk. 172–194.* Budapest: Néprajzi Múzeum. /*Tabula könyvek, 12./*

ATKINSON, PAUL

1979 From honey to vinegar: Lévi-Strauss in Vermont. *In Culture and Curing: Anthropological Perspectives on Traditional Medical Beliefs and Practices.* Peter Morley – Roy Wallis, eds. 168–188. Pittsburgh, Pa.: University of Pittsburgh Press.

BAJI BÉLA

2011 Permakultúra és önellátó biogazdálkodás. Budapest: Első Lánchíd Bt.

BÁTI ANIKÓ

2010 Táp-érték. *In Inde Aurum – Inde Vinum – Inde Salutem.* Paládi-Kovács Attila 70. születésnapjára. Bali János – Bati Anikó – Kiss Réka, szerk. 458–474. Budapest: MTA Néprajzi Kutatóintézete – ELTE BTK Tárgyi Néprajzi Tanszéke.

BEARDSWORTH, ALAN – KEIL, TERESA

1997a Changing conceptions of diet and health. *In Alan Beardsworth – Teresa Keil: Sociology on the Menu. An imitation to the study of food and society.* 125–149. London: Routledge.

1997b Food risks, anxieties and scares. *In Alan Beardsworth – Teresa Keil: Sociology on the Menu. An imitation to the study of food and society.* 150–172. London: Routledge.

1997c Sociological perspectives on food and eating. *In Alan Beardsworth – Teresa Keil: Sociology on the Menu. An imitation to the study of food and society.* 47–70. London: Routledge.

BECK, ULRICH

2003 A kockázat-társadalom. Út egy másik modernitásba. Budapest: Századvég.

BELASCO, WARREN JAMES

1993 Appetite for Change: How the Counterculture took on Food Industry. Ithaca, N. Y.: Cornell University Press.

BORSOS BÉLA

2007 Az ökofalu koncepciója és helye a fenntartható település- és vidékfejlesztésben. (PhD-értekezés.) Pécs: PTE Természettudományi Kar, Földtudományok Doktori Iskola.

CARSON, RACHEL

2007 Néma tavasz. Budapest: Katalizátor.

CASTELLS, MANUEL

2006 Az identitás hatalma. Budapest: Gondolat.

COFF, CHRISTIAN

2012 Signs and Traces of Food Ethics in Everyday Life. *In Time for Food. Everyday Food and Changing Meal Habits in a Global Perspective.* Patricia Lysaght, ed. 45–56. Åbo, Finnland: Åbo Akademi University Press.

COFF, CHRISTIAN – KORTHALS, MICHIEL – BARLING, DAVID

2008 Ethical Traceability and Informed Food Choice. *In Ethical Traceability and Communicating Food.* Christian Coff – Michiel Korthals – David Barling – Thorkild Nielsen, eds. 1–23. Dordrecht: Springer.

COUNIHAN, CAROLE – SINISCALCHI, VALERIA, EDS.

2014 Food activism: agency, democracy and economy. London: Bloomsbury.

DOHERTY, DANIEL – ETZONI, AMITAI

2003 Voluntary Simplicity. Responding to Consumer Culture. Lanham: Rowman and Littlefield.

DOUGLAS, MARY

1966 Purity and Danger. An Analysis of Concepts of Pollution and Taboo. London: Allen & Unwin.

1992 Risk and Blame. Essays in Cultural Theory. London: Routledge.

- DOUGLAS, MARY – WILDAVSKY, AARON  
1982 Risk and Culture. An Essay on the Selection of Technological and Environmental Dangers. Berkeley – Los Angeles – London: University of California Press.
- ELGIN, DUANE  
1988 Önkéntes egyszerűség. *In* Egyetemisták és főiskolások a környezet védelméért. Ökológiai tanulmánykötet (válogatás). Endreffy Zoltán, szerk. 21–44. Budapest: ELTE.
- FARKAS JUDIT  
2014 „Kicsi kis hősök.” Az ökofalu-mozgalom története és gyökerei. *Kovács* 18(1–4):43–66.
- FÉL EDIT – HOFER TAMÁS  
1997 Arányok és mértékek a paraszti gazdálkodásban. Budapest: Balassi.
- FROSTLING-HENNINGSSON, MARIA  
2012 Consumer Strategies for Coping with Dilemmas in Food Choices: Perspectives on Food Choices and Meals. *In* Time for Food. Everyday Food and Changing Meal Habits in a Global Perspective. Patricia Lysaght, ed. 331–344. Åbo, Finnland: Åbo Akademi University Press.
- FURGER, FRANZ  
1988 Önkéntes aszkézis mint alternatíva. *In* Egyetemisták és főiskolások a környezet védelméért. Ökológiai tanulmánykötet (válogatás). Endreffy Zoltán, szerk. 77–99. Budapest: ELTE.
- GODINA GOLLIJA, MAJA  
2012 The Role of Home-grown Food in the Food Culture of Slovianska. *In* Time for Food. Everyday Food and Changing Meal Habits in a Global Perspective. Patricia Lysaght, ed. 273–280. Åbo, Finnland: Åbo Akademi University Press.
- GOODY, JACK  
1982 Cooking, Cuisine and Class: A Study in Comparative Sociology. Cambridge: Cambridge University Press.
- GOSZTONYI BENCE  
2013 A mindennapok eszkatológiája. Jövőképek egy ökofaluban. (Szakdolgozat.) Budapest: ELTE TÁTK.
- GRASSENI, CRISTINA  
2011 Re-inventing food: Alpine cheese in the age of global heritage. *Anthropology of Food (Online)* 8:273–280.  
2012 Developing cheese at the foot of the Alps. *In* Re-imagining marginalized foods. Elizabeth Finnis, ed. 133–155. Tucson: University of Arizona Press.  
2013 Beyond Alternative Food Networks: Italy's Solidarity Purchase Groups. London: Bloomsbury Academic.  
2014 Seeds of Trust. Italy's Gruppi di Acquisto Solidale (Solidarity Purchase Groups). *Journal of Political Ecology* 21: 178–192. Internetcím: [http://jpe.library.arizona.edu/volume\\_21/Grasseni.pdf](http://jpe.library.arizona.edu/volume_21/Grasseni.pdf). (Letöltés: 2014. december 22-én.)
- HABERMAS, JÜRGEN  
1989 Új társadalmi mozgalmak. *In* Politikai ökológia. Szabó Máté, szerk. 181–187. Budapest: Bölcsész Index.
- HAJNAL KLÁRA  
2006 „Rethink.” A fenntartható fejlődés lényegi kérdései. *In* Fenntartható fejlődés a gyakorlatban. Kiss Tibor – Somogyvári Márta, szerk. 9–22. Pécs: Interregionális Megújuló Energiaklaszter Egyesület.
- HÁRI BEÁTA  
2008 Magyarországi ökofalvak fenntarthatósági jellemzése és értékelése, továbbá területfejlesztési szempontú vizsgálatuk. (Szakdolgozat.) Budapest: ELTE TTK Földrajz- és Földtudományi Intézet Társadalom- és Gazdaságföldrajzi Tanszék.
- HARPER, KRISTA  
2003 Green Carnivores, Mad Cows and Gene Tech: The Politics of Food in Hungarian Environmentalism. Anthropology Department Faculty Publication Series. Paper 77. Internetcím: [http://scholarworks.umass.edu/anthro\\_faculty\\_pubs/77](http://scholarworks.umass.edu/anthro_faculty_pubs/77). (Letöltés: 2014. december 22-én.)
- HOLTZMAN, JON D.  
2007 Étel és emlékezet. 2000. Internetcím: <http://ketezer.hu/2007/08/etel-es-emlekezet/>. (Letöltés: 2014. december 22-én.)
- JÖNSSON, HAKAN  
2012 Ethical Aspects of Applied Ethnological Food Research. *In* Time for Food. Everyday Food and Changing Meal Habits in a Global Perspective. Patricia Lysaght, ed. 29–43. Åbo, Finnland: Åbo Akademi University Press.



KANDELL, R. F. – PELTO, GRETEI

1980 The Health Food Movement. Social Revitalization or Alternative Health Maintenance System? *In* Nutritional Anthropology. Contemporary Approaches to Diet and Culture. N. W. Jerome – R. F. Kandell – Gretei Peltó, eds. 327–363. New York: Redgrave.

KAPITÁNY ÁGNES – KAPITÁNY GÁBOR

2007 Túlélési stratégiák. Társadalmi adaptációs módok. Budapest: Kossuth.

2014a Alternatív életstratégiák. Budapest: Typotext.

2014b Alternatív életstratégiák kulcselemei. *Magyar Lettre* 95:65–71.

KIRVEENNUMMI, ANNA – SAARIMAA, RIIKA – JOKINEN, LEENA – MAKELA, JOHANNA

2012 Four Scenarios for Future Food Consumption in Finland: Focus on the Role of Ecological Food. *In* Time for Food. Everyday Food and Changing Meal Habit sin a Global Perspective. Patricia Lysaght, ed. 345–356. Åbo, Finland: Åbo Akademi University Press.

KISBÁN ESZTER

1982 Táplálkozás. *In* Magyar néprajzi lexikon 5. Ortutay Gyula, főszerk. 203. Budapest: Akadémiai Kiadó.

KISS TIBOR

2006 Fenntarthatóság a gyakorlatban. *In* Fenntartható fejlődés a gyakorlatban. Kiss Tibor – Somogyvári Márta, szerk. 6–8. Pécs: Interregionális Megújuló Energiaklaszter Egyesület.

KLEIN, JAKOB A. – JUNG, YUSON – CALDWELL, MELISSA L.

2014 Introduction: Ethical Eating and (Post)socialist Alternatives. *In* Ethical Eating in the Postsocialist and Socialist World. Yuson Jung – Jakob A. Klein – Melissa L. Caldwell, eds. 1–21. Berkeley – Los Angeles – London: University of California Press.

KNIGHT, JOHN

1998 Selling mother's love: mail order village food in Japan. *Journal of Material Culture* 3(2):153–173.

LEAHY, TERRY

2000 Food and the Environment. *In* A sociology of food and nutrition. The social appetite. John Germov – Lauren Williams, eds. 34–53. Oxford: University Press.

LÉVY-STRAUSS, CLAUDE

1966 The Culinary Triangle. *Partisan Review* 33:586–595.

LUPTON, DEBORAH

1998 Food, the Body and the Self. London: Sage.

LYSAGHT, PATRICIA, ED.

2012 Time for Food. Everyday Food and Changing Meal Habits in a Global Perspective. Åbo: Åbo Akademi University Press.

MOLLISON, BILL – HOLMGREN, DAVID

1978 Permaculture One: A Perennial Agriculture for Human Settlements. New York: Transworld Publishers.

PÁSZTOR KRISZTINA

2013 A permakultúra magyarországi tapasztalatai. (Szakdolgozat.) Szent István Egyetem Mezőgazdaság- és Környezettudományi Kar, Környezet- és Tájgazdálkodási Intézet Ökológiai Gazdálkodási Tanszék, Gödöllő.

PETRINI, CARLO

2005 Buono, pulito, giusto: principi di nuova gastronomia. Torino: Einaudi.

POTTIER, JOHAN

1999 In Search of Relevance. Anthropology in the Contemporary World. *In* Johan Pottier: Anthropology of Food. The Social Dynamics of Food Security. 1–10. Oxford: Polity Press.

RITTIG-BELJAK, NIVES – RANDIC, MIRJANA – OBAD, ORLANDA

2012 Philosophy and Practice of Home-made Food in Croatia. *In* Time for Food. Everyday Food and Changing Meal Habits in a Global Perspective. Patricia Lysaght, ed. 281–291. Åbo, Finland: Åbo Akademi University Press.

SINISCALCHI, VALERIA

2013 Environment, regulation and the moral economy of food in the Slow Food movement. *Journal of Political Ecology* 20:295–305.

## SZABÓ MÁTÉ

1993 Alternatív mozgalmak Magyarországon. Budapest: Gondolat.

## SZIJÁRTÓ ZSOLT

2000 Kockázat, társadalom, átmenet. Pozsony: Kalligram Könyvek.

2008 Kockázat, kultúra, konfliktus. *In* Szijártó Zsolt: A hely hatalma: lokális szcénák – globális folyamatok. 33–61. Budapest: Gondolat. Internetcím: <http://www.c3.hu/scripta/scriptao/replika/honlap/3132/02szij.htm>. (Letöltés: 2014. október 2-án.)

## SZVETELESZKY ZSUZSANNA

2007 A natúrhatnám polgár. *In* Paradigmaváltás?! Kultúránk néhány alapvető meggyőződésének újragondolása. Takács-Sánta András, szerk. 51–61. Budapest: L'Harmattan.

## TAKÁCS-SÁNTA ANDRÁS

2009 Kiútlehetőségek a környezeti válságból. Vázlat a közlegelők tragédiája elkerülésének lehetőségeiről. Kovász 13(1–4):3–12. Internetcím: <http://kovasz.uni-corvinus.hu/2009/tsa.pdf>. (Letöltés: 2014. december 29-én.)

## TAYLOR, NIGEL

2000 Eco-Villages: Dream and Reality. *In* Sustainable Communities. The Potential of Eco-Neighbourhoods. Hugh Barton, ed. 19–28. London: Earthscan.

## VANNINI, PHILLIP – TAGGART, JONATHAN

2014 Growing, Cooking, Eating, Shitting Off-grid Organic Food. Deconcession, Convenience and Taste of Place. *Food Culture and Society. An International Journal of Multidisciplinary Research* 17(2):319–338.

## VETETO, JAMES R. – LOCKYER, JOSHUA

2008 Environmental Anthropology Engaging Permaculture: Moving Theory and Practice Toward Sustainability. *Culture & Agriculture* 30(1–2):47–58.

## WICKS, DEIDRE

2000 Humans, Foods, and Other Animals: The Vegetarian Option. *In* A Sociology of Food and Nutrition. The Social Appetite. John Germov – Lauren Williams, eds. 98–115. Oxford: Oxford University Press.

## WILK, RICHARD

2014 The New Moral Economy of Food. *Of Food: Cultural Continuity and Everyday Dietary Dilemmas*. (Előadás.) Internetcím: [https://www.academia.edu/8508961/The\\_New\\_Moral\\_Economy\\_of\\_Food](https://www.academia.edu/8508961/The_New_Moral_Economy_of_Food). (Letöltés: 2014. október 2-án.)

## INTERNETES FORRÁSOK

<http://www.elfaluhalozat.hu/>. (Letöltés: 2015. január 6-án.)

<http://evkerekb.blogspot.hu/p/kerdesek-es-valaszok.html>. (Letöltés: 2015. január 6-án.)

[www.gen.ecovillage.org](http://www.gen.ecovillage.org). (Letöltés: 2015. január 6-án.)

<http://magyarprepperforum.org/forum.php>. (Letöltés: 2015. január 22-én.)

<http://www.permakultura.hu/index.php>. (Letöltés: 2015. január 22-én.)