

KÉPMÁS

2019
02

stílusos, bátor, elkötelezett



GYERTEK, EZ A TI SZÍNHÁZATOK!

SZÚCS NELLI és TRILL ZSOLT

795 FT ÉVES ELŐFIZETŐKNEK: 575 FT





OLVASNIVALÓ EGY HÓNAPRA, ÉRTÉKEK EGY ÉLETRE.

KÉPMÁS MAGAZIN ELŐFIZETÉSEK:

ÉVES ELŐFIZETÉS (nyomtatott):
9540 Ft helyett **6900 Ft**

TÁMOGATÓI ELŐFIZETÉS
(nyomtatott): 12 000 Ft

MEGRENDELHETŐ:
kepmas.hu/elofizetes

ÉVES VEGYES ELŐFIZETÉS
(1 digitális + 1 nyomtatott példány)
12 360 Ft helyett **10 290 Ft**

MEGRENDELHETŐ:
digitalstand.hu/kepmas



**A 100 oldalas havilapot keresse az újságárusoknál,
vagy fizessen elő könnyen és gyorsan: kepmas.hu/elofizetes**



SZÁM KATI • BEKÖSZÖNTŐ

Anyu mostanában nagyon rossz hangulatban van, nem megy sehova, nehéz vele beszélgetni. Pár napja, reggel elmesélte az álmát. Egy gyorsvonaton ült és elviharzott mellette a szembejövő járat, az ablakból egy pillanatra látta, hogy rajta ül a várandós unokája.

A lányom ül a vasárnapi ebédnél, ahogy vékonyan magasodik glóbusznyí pocakja fölé, amely mintha már nem is egészen hozzá tartozna, nem lehet nem mosolyogni rajta. Azt meséli, hogy most értette meg, azt hiszi...

Hogy milyen félelem lehet a biztonságos, tápláló, körülölelő világból az ismeretlenbe tartani, amikor már szűkössé válik. Oda, ahol a levegővétel fájdalmas, nincsenek a mozgásnak korlátozó, de biztonságos fizikai határai, ijesztő a végtelennek látszó tér, a vakító fény, a hideg... Az egyetlen kapaszkodó egy ismerősnek tűnő hang, egy dallam, ami mintha már odabentről is hallatszott volna...

Hogy ilyen lehet a halál is, nehéz elhagyni a földet, amely mindent megadott az élethez, még ha egyre nehezebb is benne a létezés. Félelemmel tölt el a testi korlátoktól való végső szabadulás, a végtelen és ismeretlen. Mert csak néha kapunk odaatról valami hangot...

Anyu! Egy vonaton ülünk mindannyian. És ez a vonat néha megáll, és mi ki is szállhatunk egy napfényes piknikre a mezőn. Például egy vasárnapi családi ebédnél.

SZÚCS NELLI ÉS TRILL ZSOLT A CÍMLAPFOTÓZÁSON



Képek: Pácza Tamás





JELENLÉT

18



TANDEM

36



TÜKÖR

62



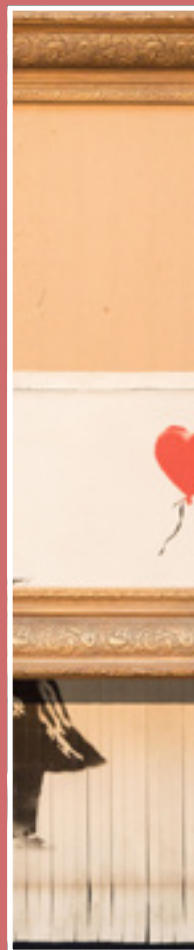
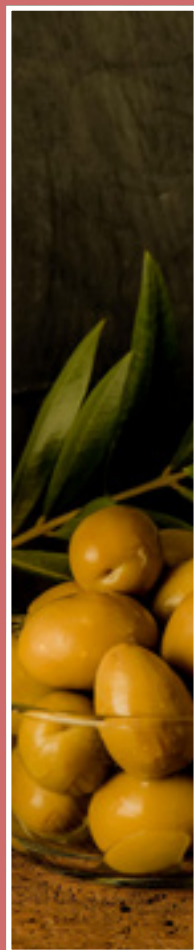
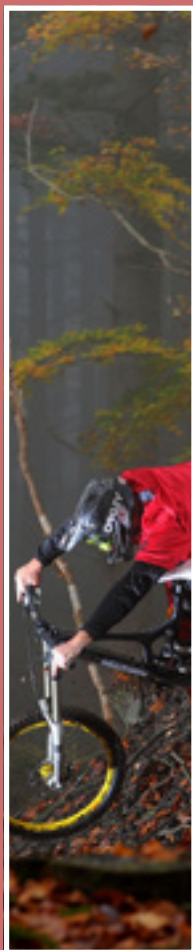
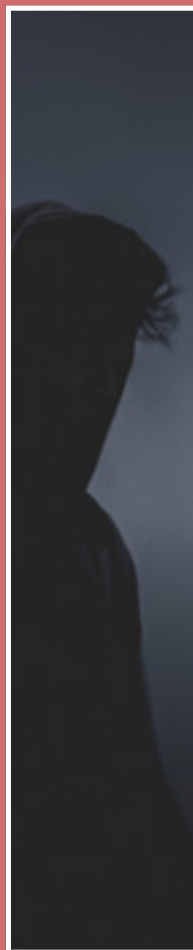
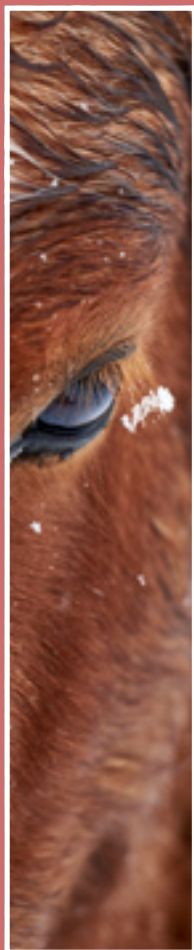
HÁZITREND

68



KIMENŐ

84



IMPRESSZUM

Képmás magazin • Kiadja a Képmás 2002 Kft.
 A szerkesztőség címe: 1012 Budapest, Logódi u. 44/d., alagsor 1. (Bugár lépcső felől)
 Tel./fax: 06/1/365-1414, 06/1/365-1415 • E-mail: szerkesztoseg@kepmas.hu • www.kepmas.hu
 • Bankszámlaszám: 10700347-26317904-5110005
 Főszerkesztő: Szám Kati, szam.katalin@kepmas.hu • Képszerkesztő: Páczai Tamás
 paczai.tamas@kepmas.hu • Külső munkatársak: Aczél Petra, Ayhan Gökhan, Balkuné
 Szűcs Emese, Bognár Mária, Bogos Zsuzsanna, Dér Katalin, Gábos Katalin, Horváth
 Pál, Keszler Patrícia, Lackfi János, Massay-Kiss Andrea, Mártonffy András, Mirtse
 Áron, Németh Zsófia, Póta-Salgó Réka, Szabó Emese, Szabó Borbála, Szőnyi Lídia,
 Tolnai Nóra, Ughy Szabina, Ungváry Zsolt, Vanyovszki Mária • Olvasószerkesztő:
 Kölnői Livia kolnei.livia@kepmas.hu • Korrektúra: Trans-Kem Bt. • Címlapfotó:
 Emmer László • Hátsó borítókép: Páczai Tamás • Szerkesztő: Gergely-Baka Ildikó,
 baka.ildiko@kepmas.hu • Közösségi- és kulturális kapcsolat: Tóth-Fazekas Andrea,
 tothfazekas.andi@kepmas.hu • Rendezvények, sajtókapcsolat: Fodor Krisztina,
 fodor.krisztina@kepmas.hu • Terjesztés: Kázmér Judit kazmer.judit@kepmas.hu

Ügyvezető: Molnár-Bánffy Kata, mbk@kepmas.hu, Urbán András, urban.andras@kepmas.hu • Szerkesztési titkár: Demecs Tímea, demecs.timea@kepmas.hu • Arculat, márkastratégia, layout: Salt Communications / Molnár-Bánffy Kata, Nagy István, Balassa Nikoletta. Nyomdai előkészítés, tördelészerkesztő: Légár Béla • Előfizethető a Képmás szerkesztőségében, a 365-1414-es telefonon, az elofizetes@kepmas.hu e-mail címen, a Magyar Posta hálózatában, digitális formában a www.digitalstand.hu oldalon. • Terjeszti: a Lapker Zrt., a Magyar Posta Zrt. és alternatív terjesztők
 Nyomda: Grafcom Media Kft., Magdó Emil, Simon Andrea • Ipress Center Central Europe Zrt. 2600 Vác, Nádas utca 8. – Felelős vezető: Borbás Gábor • ISSN 1586-4235
 Lapunkat rendszeresen szemlézi Magyarország legnagyobb médiafigyelője, az OBSERVER MÉDIAFIGYELŐ Kft.

Következő számunk 2019. március 1-jén jelenik meg.
 A Képmás magazin kiadását támogatja: Emberi Erőforrások Minisztériuma
 Hirdetés: Tóttó Katalin totto.katalin@kepmas.hu
 A hirdetések tartalmáért nem vállalunk felelősséget.
 A szerkesztőségi anyagok vírusellenőrzését az **CSOT** biztonsági programokkal végezzük, amelyet a szoftver magyarországi forgalmazója, a Siconact Kft. biztosítja számunkra.



KÉPMÁS

Trill-Szűcs bérlet
Trill Zsolttal és Szűcs Nellivel
beszélgettünk

6

MAGYAR PÉLDAKÉPTÁR

Az aranyzavú püspök

14

RIPORT

Valamit tud ez a ló

18

IT girl

24

VILÁG-KÉP

Az Istent játszó ember

28

VÍZEN JÁRNI TILOS

Gyors, mint a nyúl,
szívós, mint a teknőc

30

Nem kiábrándító valóság
Interjú Dolhai Attilával és
feleségével, Kecskés Viktóriával

32

A CSALÁD MESÉJE

A Szer rendez

36

MÉDIA A CSALÁDÉRT

41

DERŰRE BORI

42

Hát én immár hogy válasszak?

44

EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

Az igazi csoda

48

KÖZVILÁGÍTÁS

Farsangi ötletek

52

CSALÁDI TÖRTÉNETEK

Az évek súlya

54

TANÁROK TITKOS ÉLETE

Videófelelet

56

A SZALON

Alkotni és segíteni

Hitvallás az Illéssy ikerpártól

58

BEMELEGÍTÉS

A hegyről le is kell jönni

Mi kezdődhet el

a sportkarrier végével?

62

UTÁNAJÁRTUNK

Kit engedjük be a lakásunkba?

66

VÉGY EGY RÉGI RECEPTET!

3x3 inycencfogas egy szerzetestől

68

ZÖLD MOZAIK

70

KÉRDEZŐK, KÉTKEDŐK, KERESŐK

A gleccserlány és a szuperúrge

74

ODA-VISSZA

Ughy Szabina: Vagy

76

Pályakezdés egykor és ma

78

Rejtett képek

Interjú Orosz István grafikusművésszel

80

BIBLIA ÉS IRODALOM

Minden ember sáfár

84

„S most Pannonia is...”

A Corvina könyvtár budai műhelye

az Országos Széchényi Könyvtárban

86

FEBRUÁRI KIMENŐ

88

VADÁLLATOK KÖZELRŐL

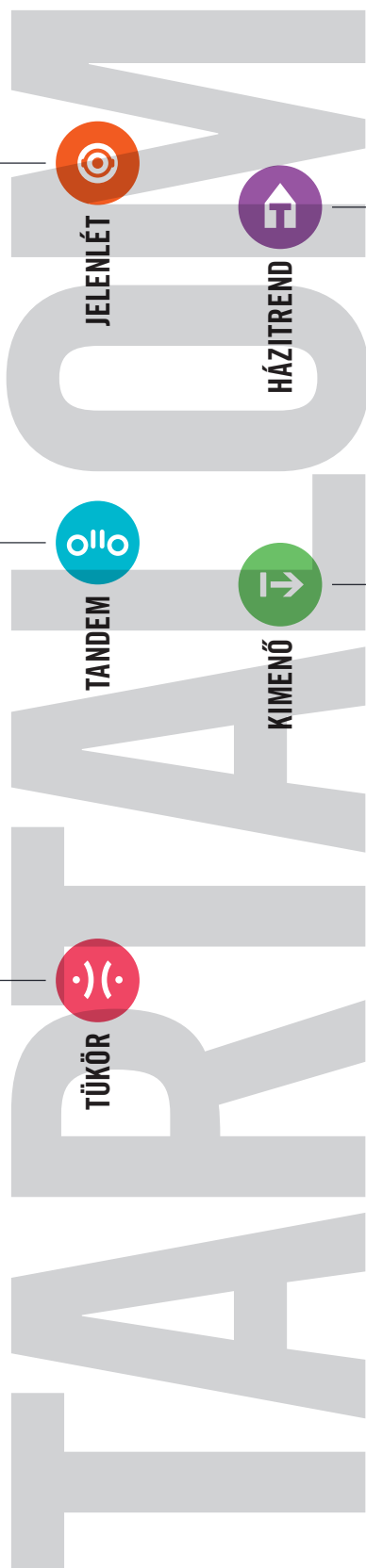
Tigrisló és tevépárduc

92

TERMÉSZETKÖZELBEN

Tavasszal pacsmagol és fülpamatja van

96





Smink: Somogyvári Dóra, haj: Vörös Zsuzsanna, styling: Domán Melinda; Férfi ruhák: TATUUM (Mammut II.), férfi cipő: CCC Shoes, csikos női ruha: TATUUM (Mammut II.)



SZÖVEG –
SZÁM KATI

KÉPEK –
EMMER LÁSZLÓ

SOROZAT –
KÉPMÁS

TRILL-SZÜCS BÉRLET

Szücs Nelli és Trill Zsolt beregszászi színészekként indultak útnak, hogy meghódítsák a magyar színpadot és életüket is összekössék. Most mindketten a Nemzeti Színház tagjai. Ahogy mondják, nem szerepelnek címlapokon, nem ez a hivatásuk. Férj és feleség egymással évődve, barátságos érdeklődéssel mozog a műtermi lámpák fényében, ebben a félig ismerős, félszínpadi közegben, ahol önmagukat kell játszani. Zsolt mindenkit elszórakoztat fanyar humorával, de a legjobb közönsége sok év házasság után is Nelli, aki nagyokat kacag a poénjain. Azt mondják, ez a jó párkapcsolat egyik titka.

◆ – **Zsolt, a kicsit melankolikus, néha szarkasztikus humorod nagyon más, mint Nelli lendületes vidámsága.**

Zsolt: Igen, Nelli mindig bátorít azzal, hogy nevet a vicceimen. Egyébként nem tartom magam borúlátónak, de az igaz, hogy sötétebben látom a jövőt, mint ő – de soha nem a megtörtént dolgokon töprengek, mert azok már megestek, nincs rajtuk mit keseregni. Ez szerintem elsősorban genetika, anyutól hozom, aki talán túlzottan aggódó típus.

– **Az interjúkban általában elég szűkszavú vagy, kivéve, amikor a családdról, a nagyapádról mesélsz – arról, hogyan hurcolták el őt egyik napról a másikra a kommunista Szovjetunióban. Ha egy család ennyi megpróbáltatáson megy keresztül, a humor egyfajta túlélési stratégia is?**

Zsolt: Persze, hiszen sírni már nem lehet, csak valami fanyar humorral lehet őket emlegetni. Gondolni rájuk muszáj, hiszen ez visz minket előre: a tudat, hogy ennyi szenvedés után mégiscsak megmaradt a családuknk.

Nelli: Én azt látom, hogy eső után mindig süt a nap. Ha például készíték egy fotót, azon sincs csak sötét, az árnyék mögött mindig ott a fény, hisz anélkül mindkettő értelmezhetetlen. A feladatokat meg kell oldani, még ha olykor elviselhetetlennek tűnő nehézségként borulnak is ránk. Végző soron attól leszünk boldogok, ha meg tudunk oldani valamit. >



Piros pulóver : WEEKEND MAX MARA (1051 Budapest, Dorottya u. 3.)

AZ ÉLETBEN MINDENEN CSAK SZERETETTEL LEHET JAVÍTANI.

(NELLI)

– Zsolt az előbb azzal dicsekedett, hogy az ő felesége mindennap főz. Nelli, te otthonról hoztad ezt a gondoskodó mintát?

Nelli: Igen, és remélem, a gyerekeim is ezt viszik tovább – legalábbis a lányom, mert ha a fiam elvárja ezt a párjától, nem biztos, hogy a menyem szeretni fog. Én nagyon élvezem ezt, soha nem panaszkodtam, hogy miért születtem nőnek. Elfogadtam, ahogy minden mást, például a külsőmet is, gyerekkorom óta teltkarcsú alkat vagyok, de sosem vágytam rá, hogy vékony legyek. Édesanyámat, aki Oroszországból származik, soha nem hallottam panaszkodni. Apukám elhozta őt Kárpátaljára, ott megtanult magyarul beszélni, írni, olvasni, megfőzni a magyar ételeket. Sajnos már nem él, de az a gazdagság, amit tőle kaptam, amit mindketten a szüleinktől kaptunk, mindennél többet ér. Ez az, amit a puttonyunkba kell pakolni. A hitünk, az értékrendünk a kincsünk.

Zsolt: Nagyon hálás vagyok azért, hogy a gyerekeink is mindig szívesen jönnek velünk, amikor hazautazunk Beregszászba. Elfogadják és szeretik a kereteket, amelyek közt élünk, természetes számukra, hogy az ünnepeket is mindig ott töltjük.

– A lányotok oroszul is tud...

Nelli: Igen, bár az igazság az, hogy kicsi kora óta hallott édesanyámtól orosz szót, ám sokáig nem akart úgy megszólalni. Aztán nemrég látott egy orosz előadást, és kérte, kerítsek neki egy tanárt.

– Szóval a színpad valamiképp őt is a hatalmába kerítette. Mit jelent nektek a színház?

Nelli: Mindent.

Zsolt: Ezzel kelünk, ezzel fekszünk. Ugyanakkor a színház nyitottá tesz minket. Nem túlzás, hogy hozzánk bárki bármikor bekopoghat.

– A színházi világ nem egy zárt közösség, amely mindent meg tud adni, vagy legalábbis mindennek az illúzióját, amit a kinti világ adhat?

Zsolt: A színházat így is, úgy is állandóan magamban hordozom, de szükséges az átjárás, hisz onnan hozom a színházba az életet, az embereknek pedig a színházra van szükségük. Így aztán akárkivel leállok beszélgetni, 15 perc múlva már hívom valamelyik előadásra.

Nelli: Ha valakivel megismerkedünk és beszélgetünk, valahogy mindig a színházhoz lyukadunk ki. Mert ami nekünk jó, azt másoknak is át akarjuk adni. Debrecenben már Trill–Szűcs bérletként emlegették a mániánkat. Rengeteg embert agitáltunk, hogy „gyertek, ez a ti színházatok, mi csak bekerültünk ide, de ti itthon vagytok!”.

Zsolt: Valójában kevesen járnak színházba, van egy elkötelezett közönség, aki rendszeres látogató. De erre a magra az is jellemző, hogy sokszor csak bizonyos színházakhoz ragaszkodik. Egy jelentős részük azt hirdeti magáról, hogy nyitott, pedig rettenetesen zárt, mert csak egyfélélt hajlandó nézni. Néha még hangoztatja is, hogy na, oda aztán be nem teszi a lábát.

– Talán attól félnek, hogy megcáfolja az előfeltevéseit, amit ott látnak...

Zsolt: Pontosan. A legveszélyesebb az, aki teljesen kizár bizonyos helyeket, és ha ez a gőg még műveltséggel is párosult, az a legrombolóbb, mert a környezetével is el tudja hitetni, hogy neki van igaza. Olcsóbban kellene adni a jegyeket is, hogy minden réteg mindenféle előadást elérhessen.

Nelli: Ezért nagyon, jó, hogy a Nemzetiben vannak olcsó, sőt ingyenes előadások. Persze a fanyalgók azt mondják erre, hogy mert nincs néző. Ez nem igaz, mert Vidnyánszky Attila ezt nem itt és nem most találta ki, hanem már régen, Beregszászban is hirdette, hogy ingyen kell adni a színházat.

Zsolt: Mindenkit bátorítanék, hogy ne csak papoljon a nyitottságról. Persze tudom, hogy nehéz.

– És ha rossz darabot láttok?

Zsolt: Olyankor az az első kérdés, amit felteszek magamnak: lehet, hogy én nem értem, vagy valamiért nem állnak rá az érzékszerveim? De valójában minden előadás hasznos.

Nelli: Mi mindenféle színházba elmegyünk, az ember nem tapicskolhat a saját pocsolójában. Én is alapvetően önkritikusan állok hozzá: lehet, hogy valamiért nem tudok sírni, vagy nem tudok már nevetni?



Lehet, hogy túl magas a mércém? Hogy már csak szakmai szemmel tudom nézni? Egyszer egy hosszabb ilyen időszak után Moszkvában láttam olyan előadásokat, hogy újra nézőnek érezhettem magam – és akkor már tudtam, hogy nem feltétlenül velem volt a baj.

– A színészek általában keveslik a szereplehetőségeket, ezért elvállalnak olyasmit is, ami esetleg nem elég színvonalas vagy épp hozzájuk nem passzol. Ti hogy vagytok ezzel?

Nelli: Én nem tudok úgy kimenni a színpadra, hogy ne szeressem, amit csinálok. Mert akkor még rosszabb leszek. Nincs mese, meg kell szeretni, csak így tudsz javítani rajta. Az életben mindenben csak szeretettel lehet javítani. Persze nem magamat kell szeretni a színpadon, hanem a színpadot magamban. Végighordani és megszülni valamit. Én nem vállalok el egy bizonyos minőségű sorozatokban szerepet, meghatároztam magamnak egy szintet, ami alá nem akarok menni, inkább akkor kevésbé ismerjenek.

– Ezt meg is beszéltétek egymással?

Zsolt: Igen. De azért sorozat és sorozat között is van különbség, mert jó rendezők készítenek komoly sorozatokat; itt a napi „pikk-pakk összerakjuk” műfajról van szó, amelynek a készítői – azzal a jelszóval, hogy ez kell az embereknek – tudatosan lenyomják a színvonalat.

Nelli: Nekünk is kell a pénz, hisz van két gyermekünk, és be kell fejeznünk a házunkat, de elhatároztuk, hogy nem vállalunk el reklámokat vagy főzős műsorokat sem. Ne azonosítsanak ezzel, mert akkor elveszíthetem a hitelemet a színpadon.

– Érzitek is ennek a döntésnek az előnyét?

Zsolt: Most a Nemzeti Színházhoz tartozunk, ez felelősség is, és ad egy biztonságot is. Ebben az élet helyzetben ennek a rendszernek a keretei között kell gondolkodnunk. Lehetnénk olyan élethelyzetben, hogy ez keményebb dilemma, de az az igazság, hogy már Beregszászban sem vállaltunk el ilyesmit, amikor még senki nem ismert minket.

– Sokszor nagyon át kell alakulni egy-egy szerephez. Ilyenkor észreveszitek egymáson, hogy dolgozik a másikban egy-egy színpadis karakter?

Zsolt: Biztosan megváltoztat, hiszen ott csörgedezik bennünk a szerep, akár éveken keresztül is. A próbafolyamat alatt nyilván egészen másképp viselkedünk, miközben kitalálunk dolgokat, és próbálgatjuk, hogy működnek-e. **Nelli:** Hogyne formálna, hisz butaság lenne, ha nem tanulnánk a szerepeinkből. Gyakran azon kapom magam, hogy rádöbbenek, egy-egy szituációban másképp viselkedhettem volna a saját életemben is. Próbálunk az emberi lelken változtatni, akkor hát magamat sem hagyhatom ki, hiszen, ha én lophatnék, csalhatnék, elmenekülhetnék a konfliktusok elől, akkor hazudnék a színpadon.

– Az önálló ested kapcsán hallottam, hogy Fedák Sári például jóval több volt számodra, mint színpadis szerep.

Nelli: Egy hatalmas egyéniség volt, ő is beregszászi színész, abban az épületben lépett föl először, ahol ma a színház van. Próbáltam megmutatni, hogy a politikai rendszerek mennyi embert tettek tönkre, bélyegeztek meg, mennyien haltak meg ezzel a bélyeggel a fejükön.

MINDEN SZEREP EGY KÚTBA UGRÁS,
DE NEM TUDOD, MILYEN MÉLY,
ÉS VAN-E BENNE EGYÁLTALÁN VÍZ.
(ZSOLT)

Istenhez és a munkához fűződő kapcsolatát szerettem volna megmutatni. Persze, rá sem csak jól lehet mondani, de kire lehet csak jól? Ez a nő megszületett 1879-ben és 1955-ben halt meg. Ha csak a divatot nézzük, mennyit változott ebben az időszakban, a hatalmas század eleji ruháktól a miniszoknyáig! És eközben megtörtént az első világháború, Trianon, a kommunizmus... A két naplója átjárta a lelkeket.

Szeretnék talán valamiféle róla elnevezett díjat is... Beregszászon szobrot avattunk a tiszteletére, hiszen egy olyan primadonnáról, színésznőről beszélünk, aki nem csak magyar területen volt ismert, játszott Bécsben, Berlinben, Londonban, Párizsban, az Egyesült Államokban, de még egy utca vagy tábla sem őrzi a nevét. Ezzel szemben vannak olyan színészeink, akiknek esetleg még vér is tapad a kezükhöz, mégis hatalmas tisztelet övezi őket. Honthy Hannáról például fantasztikus emberként beszélünk, holott kétméteres körön belül nem lehetett az aurájához közel menni; Fedák Sári miatta nem léphetett színpadra, mert fölment a minisztériumba, hogy akkor ő visszaadja a díjait, ha engedik játszani. Mindezt azért, mert 1944-ben Fedák Sári kiállt a háború folytatása mellett. Sokszor mondják nekem a fiatalok, hogy őket már nem érdekli a szocializmus, az régen volt. Mondom erre: ez nagy baj, hogy nem akarod tudni, mi volt tegnap. Akkor miből akarsz tanulni?

– A színház igazságos világ?

Zsolt: Nem, hisz a színház a társadalom lenyomata. A tehetségnek persze nagyon nagy ereje van, és ha van egy jó vezető, akkor működik az igazság is. Ez az, ami felülírhat mindent.

A HITÜNK, AZ ÉRTÉKRENDÜNK A KINGCSÜNK.

(NELLI)

– És a tehetséget nem lehet rosszra használni?

Nelli: Dehogynem.

Zsolt: Használják is. Manipulálnak vele.

Nelli: Az a jó előadás, amikor mindenki hozzáteszi a magáét, és mindenkiben kiteljesedik a saját értelmezése, még akkor is, ha a rendező azt nem tervezte bele a darabba. Abban a két órában csak az van, ami a színpadon történik és a nézőben létrejön.

– Zsolt, neked van ilyen kedves szereped, mint Nelinek Fedák Sári?

Zsolt: Ilyen szinten nincs, de a Fedák Sári-est más műfaj, olyan, mint egy dokumentumfilm, nem mások által megírt gondolatok, nem lehet felnagyítani vagy lekicsinyíteni. De ha nem is érzek ennyire magaménak egy-egy szerepet, hónapokon keresztül keresem és meg kell találnom magam benne.

Nelli: Ha te szeretsz valamit, akkor nem a kisujjadból rázod ki, hanem meghalsz a színpadon. Amikor Zsoltinak nagyobb szerepe van, tudom, hogy hagyni kell. Én másképp dolgozom, mert főzni kell, mosni, egy nőnek tudni kell ezek mellett is odafigyelni. Megtalálom az időt éjszaka, a villamoson, otthon.

– A gyerekek nem nehezményezik, hogy fejben nem mindig vagy ott?

Nelli: Mindennap meg kell találni a tíz percek reggeli vagy vacsora közben, telefonon vagy személyesen, amikor csak rájuk figyelek; még ha veszekszünk is, de meg akarjuk oldani a problémákat. Most már megértik, hogy ez a munkánk, és csak azt kívánom nekik, hogy ők is úgy szeressék majd a munkájukat, mint mi.

– Előadás után siettek haza és igyekeztek kilépni a színpad világából?

Zsolt: Az ember nagyon felébred az előadás végére, hiába van este.

Nelli: Ha együtt játszunk, akkor a kocsiban hazafelé is arról beszélünk, mi volt a rossz, mit lehetne másképp, sokszor haza is visszük a darabot. Érdekes, mostanában több darabban vagyunk mind a ketten, az Álomgyárban is együtt játszottunk, és egy grúz rendezővel együtt csináltuk a Tartuffe-öt. Most a Cseresznyés kert bemutatójára készülünk.

EGY-EGY SZEREP ÉVEKIG CSÖRGEDEZIK BENNÜNK.

(ZSOLT)

– Ilyenkor nem fordul elő, hogy „túlszaladtok” a többiek, mert otthon is erről beszéltek, és már mást gondoltok a karakterről, a darabról, mint az előző próbán? Végül is van egy csapat, amelyben két ember jobban összekacsint...

Nelli: De, és ez baj is.

Zsolt: Nehezen fogadják el, hogy mi azonnal mondjuk, hogyan látjuk az adott jelenetet.

Nelli: Persze, és megkapjuk, hogy „ti mit okoskodtok”. Mennek a pletykák is – de hát a színház nem egy steril közeg, a társadalom szelete. Sőt, ez a féltékenység-téma még erősebb is.

– Mit tudtok tenni a pletyka ellen?

Nelli: Semmit. Ha te tiszta vagy, nem kell mindent megmagyaráznod, tovább kell menned, egyszer majd úgyis kiderül. Magadban kell biztosnak lenned.

Zsolt: Nem egyszerű munkahely a színház, mert ott muszáj megnyílnod a próbák alatt vagy az előadáson. És az emberek ilyenkor sebezhetővé válnak. A színházban nagyon nagy kincs a bizalom.

– Ezt a bizalmat hogy lehet építeni?

Nelli: Én nem hiszek a büfés barátságban, nem kell, hogy pusztpajtások legyünk és vendégségbe járjunk egymáshoz, nem kell azt mondani, hogy te milyen jó voltál a tegnapi előadáson, ha ez nem igaz. Tudnunk kell viselkedni, de inkább legyen egy nagy veszekedés, és épüljön valami jó, mint hogy alakoskodjunk az állóvízben.

– Nem volt nehéz a határon túlról, esetleg egy más színházi kultúrából Magyarországra jönni?

Zsolt: Mindenütt színházat kell csinálni, ez feszültséggel jár itt is, ott is. Az a nehéz, hogy ahogy megy előre az élet, meg tudjuk-e csinálni, azt, amit fiatalon. Mert minden szerep egy kútba ugrás, de nem tudod, milyen mély, és van-e benne egyáltalán víz.

– Ez csak a saját elvárásaid miatt nehezebb?

Zsolt: Az a nehéz, hogy meg merem-e tenni újra, egy idegen helyen, egy idegen rendezővel.

– Mert már van vesztenivalód?

Nelli: Az ember azon aggódik, hogy a tehetség ne hagyja el, hogy ne a nevem miatt fogadjanak el. Hogy megmaradjon bennem az alázat ötven- vagy hatvanévesen is... ezt jelenti ugrani. Hogy érezz magadban erőt egy új vonatra is felülni, a fiatalokkal együtt.

Zsolt: Meddig lesz agyad a szövegtanuláshoz, hány évet ad a Jóisten?

Nelli: Nekem most problémám volt a csípőmmel, és amikor az orvos látott a Fodrásznőknben, szólt Zsoltinak, hogy ne hagyjon engem ugrálni. De ezt nem lehet csak testtel együtt csinálni.

– Azt hiszem, talán mindenkinek van hasonló félelme a saját szakmájával kapcsolatban; de ez a hátralépés is egy megoldandó akadály, nem?

Zsolt: Minden napnak, évnél, évtizednek megvan a maga feladata.

Nelli: Igen, ehhez is fel kell nőni és más utakat találni a folytatáshoz. Az ember életében rengeteg feladat van, de színház ide vagy oda, a legnagyobb vizsga a Jóisten előtt mégis a gyermekeid lesznek: az, hogy őket milyennek nevelted.

Pár nap múlva Zsolt igazán meglep a telefonban: „Akkor szerdán és csütörtökön Fodrásznő. Várjuk a stábot!”

A fotózás után búcsúzkodó művészekről gyakran hangzik el udvarias meghívás az előadásokra, de Zsolt személyesen jött elénk a művészbemutatóhoz, részesei lehettünk a tapsrend utáni perceknek Nelli öltözőjében és aztán egy jó beszélgetésnek is a büfében. A kepmas.hu Híresztelő rovatában ízelítőt láthatnak mindebből, de az előadást érdemes személyesen megnézni. ♦



AZ ARANYSZAVÚ PÜSPÖK

A magyar reformátusok évszázadok óta büszkén vallják, hogy az övék az igazi magyar vallás. Annyi bizonyos, hogy a kálvini reformáció a Kárpát-medencében élő sokféle nép közül szinte csak a magyarság körében talált követőkre, a Kálvin hitvallását valló közösség pedig számtalan jeles embert, tudóst, művészt, író, költőt, politikust adott a nemzetnek közel félezer esztendő alatt. A 20. században a magyar protestantizmus szellemi, lelki, közéleti arculatát leginkább talán *Ravasz László* püspök, politikus, hitszónok, egyházépítő és tudós író határozta meg.

◆ ERDÉLYI PÁLYAKEZDÉS

Ravasz László 1882-ben született Erdélyben, a Kalotaszeg vidékén fekvő Bánffyhunyadon. Családjá apai ágon székely birtokos familia volt, anyai felmenői között református lelkészeket találunk. Édesapja a helyi polgári iskola tanára volt, és az ifjú László is itt kezdte meg tanulmányait. Innen Székelyudvarhelyre került gimnáziumba, 1900-tól pedig a kolozsvári teológián és az ottani egyetemen tanult, közben diáklapokban kezdett publikálni. Lelkészsé avatták, majd Bartók György püspök titkára lett, akinek lányát néhány évvel később elvette feleségül. Rövid segédlelkészi szolgálat és egy berlini egyetemi év után Sárospatakon és Kolozsváron teológiai és bölcséleti doktorátust, magántanári képesítést nyert, és az utóbbi helyen, több más egyházi megbízatása mellett a gyakorlati, lelkipásztori teológia tanára lett. Ezt az állását 1921-ig, a román uralom első éveig megtartotta, közben pedig a háború alatt hadikórházi lelkészként is dolgozott.

Ebben az időben esztétikai munkákat, közéleti írásokat adott közre, egyebek között *Schopenhauer* széptanáról és *Böhm Károly* filozófiájáról. Református folyóiratokat szerkesztett, Erdély számára újat is alapított, komoly tekintélyre tett szert a magyar szellemi életben is. Intellektuális útkeresésének fontos vargabetűje, hogy 1910 és 1917 között tagja volt a szabadkőműves mozgalomnak. A kulturális életben ellenfele volt Adynak és az avantgárd szellemiségnek, bírálója a liberális és szocialista eszmék szellemi térfoglalásának. Trianon után Erdélyben maradt, 1921-ben azonban a Dunamelléki Református Egyházkerület püspökévé választotta, így a Kálvin téri templom lelkészi tisztségét is vállalva Budapestre költözött.





Ravasz László és Makkai Sándor református püspökök, 1936

A PÜSPÖK ÉS KÖZÉLETI EMBER

Ravasz László a hazai közélet meghatározó alakjává, a keresztény-nemzeti eszme egyik emblematikus megjelenítőjévé vált az 1920-as évektől a második világháború végéig tartó korszaknak. A református egyház elismert vezetőjeként prédikációi, amelyek a lelki tartalom mellett komoly retorikai értékeket is hordoztak, tömegeket vonzottak. Ahogy a katolikus értelmiség számára az 1920-as években Prohászka Ottokár püspök, később Bangha Béla jezsuita páter, úgy a reformátusok számára az ő Kálvin téri igehirdetéseai számítottak világnézeti-szellemi igazodási pontnak.

Sokat tett azért is, hogy új lendületet nyerjen a belmissziói munka, oldódjanak a hazai református egyházon belüli, időről időre kiújuló viták és ellentétek. Elismert hittudósként 1921-től egészen 1949-ig (a kommunisták által végrehajtott tagrevízióig) tagja volt a Magyar Tudományos Akadémiának. Vezette több református folyóirat szerkesztőségét, újakat is alapított, ezzel is biztosította a hazai reformátusság jelenlétét a magyar szellemi életben. Teológusi működése során közreadott gyakorlati teológiai kézikönyvet, dogmatikai

kompéndiumot, igehirdetési munkát. Keze alól püspöki szolgálata alatt került ki új szertartáskönyv, Újszövetségfordítás, bibliamagyarázat, de tanulmányokat és beszéd-sorozatokat is megjelentetett.

A KÖZÉLETTŐL A LEÁNYFALUI MAGÁNYIG

Református püspökként 1927-től hivatalból tagja volt a parlament felsőházának, a közös hit és konzervatív, nemzetépítő meggyőződés alapján közel állt Horthy Miklós kormányzóhoz. A református magyarság egyik vezetőjeként fő feladatának a Trianon utáni nemzeti traumából való kilábalást, a vallási élet megújítását tekintette, egyházán belül pedig az egyetértés útját igyekezett egyengetni. Ez utóbbira akkor nyílt igazán lehetősége, amikor 1937-ben ő lett a református egyház országos zsinatának lelkes elnöke. A keresztény-nemzeti politika feltétlen támogatójaként vett részt a közéletben, kereste a hazai protestáns egyházak összefogásának útjait és a katolikus egyházzal való közlekedés párbeszédességét is. Írásaiban, beszédeiben a hit melletti kiálláson túl a magyar nemzet iránti elkötelezettséget tekintette a legfontosabbnak, egy olyan



Ravasz László és Makkai Sándor református püspökök, 1936

magyar református nacionalizmus jegyében, amelyet patetikusan így fogalmazott meg: „Istennek különösen megáldott népe a magyar. Szép, úri fajta, született előkelőség, az erő és a kellem rokonszenves és méltóságos vegyülete”. Ez a meggyőződés vezette a baloldali, szocialista eszmék elutasításában, és ez volt az oka, hogy sok más egyházi közszereplőhöz hasonlóan erős ellenérzésekkel, bizalmatlansággal viseltetett a liberális és szocialista eszméket terjesztő hazai zsidóság iránt. Az 1940-es évek elején a felsőházi vitában még támogatta az első és második zsidótörvény elfogadását, ebben az ügyben azonban álláspontja rövidesen megváltozott: a harmadik zsidótörvényt már elutasította, amint pedig hozzá is eljutottak az európai zsidóság tömeges német deportálásának és megsemmisítésének hírei, az ezek elleni fellépést sürgetők közé állt. Így a német megszállók tudtával és jóváhagyásával indultak meg a református zsidómentő akciók. Maga Ravasz nyilvános egyházi fellépést is sürgetett ebben az ügyben; 1944 júniusában Raffay Sándor evangélikus püspökkel közösen kérte fel Serédi Jusztinián bíborost, esztergomi érseket közös tiltakozó pásztorlevél közreadására. Ez nem valósult meg, ám Horthy kormányzó és környezete komoly ösztönzést kapott a püspöktől, hogy hivatalosan követeljék a deportálások leállítását.

A háború után a kisgazdapártot támogatta, és az egyházi élet újraindítását tekintette fő feladatának, erre azonban kevés ideje maradt. 1948-ban Rákosi Mátyás személyes nyomására és a kommunistákkal kollaboráló egyházi körök sürgetésére lemondott minden hivataláról és Leányfalura vonult vissza. Az 1956-os forradalom idején, amelyben veje, Bibó István is komoly részt vállalt, visszahívták püspöki és lelkeszi tisztségébe, és az egyház Országos Intéző Bizottságának élére választották. Kádár János uralomra jutása után, 1957 húsvétján ismét eltávolították tisztségeiből, és még a nevét is igyekeztek kitörölni a hívek emlékezetéből. Csendes visszavonultságban élt ezután Leányfalun, a belügyi hatóságok állandó megfigyelése alatt. Megírta emlékiratait, befejezte, rendezte műveit, szellemi értelemben jelen maradt a református közösségben. Igen magas kort ért meg, hiszen 1975-ben, kilencvenhárom esztendőskorában távozott az élők sorából, lelki-szellemi rehabilitációjára viszont csak a rendszerváltás után kerülhetett sor. Világszemléletét, hitét ő maga így foglalta össze: „Az élet a maga egészében becsület ügye. Nem szabad megvetni, nem szabad elpredálni, nem szabad eladni vagy eldobni; mert a mi életünk Isten drága kincse, amit a mi becsületünkre bízott.” ♦





**ÚJ VILÁG
SZÜLETETT
1914-1922
Kiállítás a
Várkert Bazárban**



1914
1920





SZÖVEG ÉS KÉP –
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –
RIPORT

VALAMIT TUD EZ A LÓ

December közepén a Bethesda Gyermekkorház sajtótájékoztatón jelentette be, hogy az osztályaikon ápolt gyerekeket egy miniló látogatja. A bejelentéssel azért vártak, mert ennyi idő kellett, hogy bizonyosodjon, a Magyarországon egyedülálló terápia a hétköznapi gyakorlatban is biztonságosan, stabilan működik. Vertigo és gazdája, *Ács Franciska* a neurológiai és a rehabilitációs osztályon kezdték el a munkát, főleg súlyosan értelmi vagy mozgássérült, éber kórnás gyerekekkel foglalkoznak heti két alkalommal.

◆ Bevallom őszintén, egy levágott lófej melletti ébredésnél („Keresztapa” című film) nekem csak az rémisztőbb, amikor ott tornyosul felettem az élő állat. Akármennyire is szeretem a lovat, elfog a rettegés, amikor közelít felém. Fújtat, borzolódik a sörénye. Igazán sohasem tudtam legyőzni ezt a rettegést, hiába tudom, hogy az állat csak érdeklődik.

„Nagy ló közelében gyakran kialakul a félelem az emberben a mérete miatt. Érzed, hogy jó mellette, mégis egyre jobban rád nehezedik a súlya, ahogy közelít. Lezársz a félelemtől és bekapcsol a menekülési ösztönöd, pont úgy egyébként, ahogy a lóval is történik, amikor megijed valamitől. Egy kis testű pácival viszont máshogy működünk” – mondja Ács Franciska lovasterapeuta Budapesthez közeli házuk kertjében. Január 8-án látogattam meg őket, hogy Vertigóval „felszerelve” menjünk a Bethesda-ba, azonban a heves havazás közbeszólt, a lószállító utánfutóval veszélyes és stresszes lett volna az utazás a csúszós hegyi utakon.

„Gyerekkorom óta foglalkozok lovakkal, apám kisbéri félvéreket tenyésztett sérsekszőlősi tanyáján akkoriban. Képzeld, a dombtetőről láttam a Balatont 30 kilométeres távolságból! Napi feladat volt lóháton, szőrén lemenni a faluba frissen fejt tehéntejért.”

Később egyetemi évek következtek Pécsen, majd Budapestre költözött, így a lovazásból hosszú évek estek ki. Egészen addig, amíg megismerkedett későbbi párjával, aki történetesen lószakorvos. „A kutyámat vittem oltásra a magánrendelőjébe, ahol kisállatokkal foglalkozott, aztán kapcsolat lett belőle” – mondja nevetve. Akkoriban már járt lovas társaságokba, de saját lova még nem volt. Párjával aztán vetek egy-két nagylovat, a minilovakat pedig egy olaszországi kiállításon fedezték fel: „Rögtön megtetszett és feltűnt, hogy nem póni, annál sokkal arányosabb és kecsesebb. Kiderült, hogy Amerikában már közel 60 éve tenyésztik, a fajta hivatalos neve American Miniature Horse (AMH) és nemzetközi szervezetük is van, az én lovaimnak is van





Ács Franciska és Vertigo



Vertigo és Vili



Rehabilitációs osztály, Bethesda Gyermekkórház

hivatalos minősítése. Sokukat kifejezetten kiállításokra tenyésztik, egy lovassport-játék is erre a fajtára épül, nagy részüket pedig terápiára használják, amire a speciális idegrendszeri szelekció miatt kifejezetten alkalmasak.”

Ez a szelekció azért fontos, mert a ló menekülő állat. „Egy magas, nagytestű ló simán bepánikolhat egy idegen helyen, attól is megijedhet, ha megmozdul a függöny, vagy terepen felkap egy zacskót a szél. Ilyenkor nem megvadul, hanem bekapcsol a menekülő ösztöne és hazavágtat. Senkit sem akar bántani, csak biztonságban akar lenni” – mondja Franciska. A minilovakat úgy tenyésztették fokozatosan, hogy idegrendszerük jól viselje a váratlan fordulatokat, vagyis menekülőösztönét igyekeztek a lehető legjobban kikapcsolni a keresztezések során.

Franciska elhatározta, hogy meghonosítja itthon az Amerikában már hosszú évek óta alkalmazott minilovas-terápiát. Hosszas kutatás után végül az Egyesült Államokban vásárolt három lovat, mert ott lehetett hozzájutni a legkiválóbb egyedekhez.

Két-három év munkája kellett, hogy lovai – és ő maga is – alkalmasak legyenek terápiás célokra: „Nagyon kedvezőek a genetikai adottságaik, mellette pedig alkalmazom a természetes lóképzést, köznyelven suttogást. Ez a kapcsolatra, a bizalomra és az állatok testbeszédére épül, úgy kommunikálok velük, ahogy ők egymás közt a ménésben. A földről képzem a lovat. Farterelek, hátraléptetek, olyan jelzéseket adok nekik, amiket ők egymás közt használnak a dominanciaharcban. Ezáltal én leszek a vezető, vagyis a vezérkanca, aki a lovak hierarchiájában a legnagyobb tekintély. Így amikor kiviszem egyiküket a társaságból, akkor rám fog csatlakozni, megmarad benne a bizalom és tudok tőle kérni.”

Franciska, Urbán, Vili és Vertigo öt éven keresztül tanulták, hogy a legváratlanabb helyzetekben is higgadtak maradjanak. Jelenleg Vertigo a legbiztosabb, de Vili is jól működik éles helyzetekben, Urbán pedig készen áll élete első bevetésére. A hosszú tanulási időszakban volt olyan pont, amikor Franciska azt érezte, hogy nem bírja lelkileg a megpróbáltatásokat. „Több megkeresésem is volt magánszemélyektől, viszont olyan súlyos esetekkel találkoztam,



Napsugár és Anett



Látogatás egy másik kórteremben

hogyan összetörtem. A látogatások befátyolozták a napjaim, és csak a saját gyerekeimre tudtam gondolni. Bepánikoltam, mert addigra nagyon sok pénzt is beletettünk az egészségbe, és azt láttam, hogy hiába bírják a lovak nagyon jól, én ki fogok esni.”

A mai napig nem tudja pontosan, mi lendítette át a holtpontra. Talán az is szerepet játszott, hogy 2017-ben mindkét gyereke nagyon beteg volt, a kisebbik napokig volt súlyos, életveszélyes állapotban. A Bethesdában gyógyultak, és Franciska annyira elégedett volt mindennel, hogy elhatározta, amint a lovakkal odáig jutnak a tanulásban, itt fogják elkezdni a munkát.

„Bizonyított tény, hogy a lovak leveszik az emberről a feszültséget úgy, hogy bennük ez nem okoz problémát, ez a lovasterápia lényege” – mondja Franciska, aki szerint a terápia főleg azoknak a betegeknek létfontosságú, akik hosszú hónapokig, éveik kényszerülnek az ingerszegény környezetben élni. „Sokszor nagyon súlyosan sérült gyerekeket látogatunk meg, többen éber kómában fekszenek évek óta. A tudomány azt mondja róluk, hogy érzékelésük egy csecsemő szintjén van, a szaglás, az érintés alig alakult ki náluk. De még

ez sem bizonyított, mert vannak olyan történetek éber kómából felébredtekről, akik azt mondták, hogy mindent felfogtak, ami körülöttük zajlott, csak nem tudtak reagálni, mert a testük rabjai voltak. Az egyik ilyen kislányt az otthonában látogattuk meg. Az egyik kezét egy éve nem mozdította, de ahogy odaállt mellé Vertigo, egyből megérintette. Anyukája fél óráig csak zokogni tudott utána...”

Franciska tavaly nyár végére állt készen, és megkérte a kórházban dolgozó ismerősét, Tóth Franciska szociális munkást, hogy segítsen. „Átküldtem neki pár videót és fényképeket a terápiáról, ezután teljesen mellénk állt és kikaposta nekünk az utat. Bátorította a kórház vezetőit, hogy próbálják ki a terápiát, mert ilyen még nem volt az országban. Nagyon sok kérdésük volt: mi van, ha megvadul a ló és sérülést okoz, betegséget terjeszt vagy odapiszkít?”

Fontos tudni, hogy a ló higiéniai és állategészségügyi szempontból biztonságosabb a kutyánál, ugyanis ló és ember között nincs zoonózis, vagyis nincs olyan betegség, ami lóról emberre terjedne. „Valamint lovaim a saját betegségeik ellen oltva vannak. Egy legelő állat nem tud



szobatiszta lenni, viszont zárt térben nem pisilnek, a kórházban pedig egy nagyon speciális, Amerikából rendelt terápiás trágyázózsákkal jelenünk meg, amit észre sem lehet venni, mert a farkuk alá van erősítve egy heveder segítségével.”

Franciska és Vertigo három hónapig járt minden héten csütörtökön és pénteken a Bethesda-ba. „Muszáj volt leteszteni, mert annál nagyobb leégés nincs, mint ha kiderül, hogy mégsem működik.”

A minilovas terápia eddig teljesen ismeretlen volt Magyarországon. Az elmúlt hónapok eredményei azonban nagyon biztatók, több, mozgáskoordinációs betegnél észleltek nagyon kedvező javulást, valamint éber kórnás betegek is pozitívan reagálnak a ló jelenlétére. A Bethesda gyógytornászai állítják, hogy Vertigo megjelenése óta sokkal jobban koncentrálnak a gyerekek a feladatokra, és már az is pozitívan hat rájuk, hogy várják a ló érkezését.

Mivel az alapellátás nem támogatja a terápiát, ezért Franciska teljesen önköltséges alapon dolgozik. Fizetést nem kap, az állatok etetését, szállítását saját forrásból fedezi. A Bethesda vezetőivel dolgoznak azon, hogy

támogatást és szponzorokat találjanak, de addig is nagyon szívesen fogadnak bármilyen segítséget.

A beszélgetés után ültem a padlószőnyegen a fényképezőgéppel, Franciska éppen a kandallóba rakott néhány hasábot. Verti közeledett, én izgultam, de nem mozdultam. Fekete orra hozzáért az orromhoz és beleszagolt. Én is bele. Másodpercekig szívtam a finom szénaillatot magamba és talán még valami mást is, mert már nem féltem. „Jól csinálod, engedni kell, hogy ő tegye meg az első lépést!”

Bethesda, rehabilitációs osztály, január 10. Sokan vannak a kórteremben, amikor belépek. Négy kislány az ágyon, előttük Verti. Velük szemben egy tévéstáb operatőrrel, riporterrel, technikussal, rendezővel. Ács Franciska, Tóth Franciska. Négy szülő. Négy nővér. És még én is kattogok bele a ló fülébe a géppel. Mindez 15 négyzetméteren, három ágy között. Kivagyok, menekülnék a szabadba. Verti meg áll, mint a cövek. Ölelik, nézik, mosolyognak rá, mindenki megilletődve, suttogva beszél. Eltűnik az én pánikom is. Valamit tényleg tud ez a ló! ♦





Fő támogató:

RICHTER GEDEON



MÉDIA A CSALÁÉRT-DÍJ 2018

„A családról azt szoktuk mondani: a hátterem. Nincs igazunk. Mert a család az előterünk. Minden, ami fontos, általa és benne kezdődik – és, persze, végződik. A történeteink is. Itt van hát az idő, hogy a család legyen a legszebb szenzációnk, a legkülönlegesebb, legmegindítóbb közös történetünk! Itt az idő, hogy a család előtérbe kerüljön, a médiában is. Ünnepeljük idén is együtt azokat, akik arról írnak, ami a legfontosabb az életünkben.”

Dr. Aczél Petra

a Média a Csaláért Alapítvány elnöke



www.mediaacsaladert.hu

Lezárult a Média a Csaláért-díj közönségsvavazása. Mind a 12 pályamunka alkotójának gratulálunk, hiszen az alapítvány zsűrije sok jelölt közül választotta ki őket. Az online közönségsvavazás során **2293 voks érkezett**, köszönjük minden szavazónak, hogy ezzel is támogatta a családbarát médiát! Hamarosan kisorsoljuk, hogy közülük kik nyerték az ajándécsomagokat, a névsort pedig közzétesszük honlapunkon. A szavazás során a verseny állása folyamatosan követhető volt, de **díjátadó ünnepségünk után hivatalosan is nyilvánosságra hozzuk a közönségdíjas nevét.**

A CSALÁDBARÁT MÉDIÁÉRT-DÍJ 2018-RA JELÖLT ÚJSÁGÍRÓK:

Holko Réka: **A nagycsaládosok különös élete** – január / Ridikül, Duna TV

Király Eszter: **„Erősebb leszel, mert elfordul a tekinteted magadról.”** – február / envagyokazapad.com

Rist Lilla: **„Kenguru-mama – Az anyai test csodája** – március / Nők Lapja

Greff András: **Apáról fiúra** – április / Marie Claire

Füller Tímea: **Magyola** – május / Family Magazin

Herczeg Zsuzsa: **Magukra hagyott kisöregék - De hol vannak az unokák?** – június / she.hu

Sánta András: **Fiatalok a digitális térben** – július / Családi hét, InfoRádió

Street Gábor Huba: **Megtartja?** – augusztus / evamagazin.hu

Horváth Ágnes: **A családi fészek elhagyása** – szeptember / Kossuth Rádió, Napközben

Doffek Gábor: **„Engem egyetlen dolog érdekel, minden mást leszarak” – apai útravaló a 13 éves, bulzni készülő lányomnak** – október / wmn.hu

Halász Sári: **Megint szabadabb a vásár: gyerekpornót tessék!** – november / 24.hu

Nyíri Zsuzsi: **Végtaghiányos baba növekszik a szívem alatt...** – december / she.hu

Kiemelt
támogatók:



Partnerek:



Támogatók:



Kiemelt médiapartnerek:



» stílusos » bátor » elkötelezett

Médiapartnerek:





IT GIRL

Ha megkérdezem, hogy hány nő programozó ismerősöd van, bizonyára nem fogod rávágni, hogy „se szeri, se száma”. Kódíráásra, szoftverfejlesztésre vagy egyéb információtechnológiai (IT) területekre általában úgy gondolunk, hogy az nem nők való vidék. Vállalkozások dolgoznak azon, hogy ez megváltozzon, választ adva arra is, tény vagy sztereotípa-e, hogy ez a terület férfiaknak való.

◆ NŐI KÓDFEJTŐK

Érdekes, hogy a számítógépek hőskorában fordítva volt, a nők voltak túlréprezentálva a férfiakkal szemben. A II. világháború idején, az angliai Milton Keynes kisvárosban, a Bletchley Park udvarházban működött az angol kormány kommunikációs főhadiszállása. Itt dolgoztak Anglia legjobb kódfejtői. Ám a férfi dolgozók kisebbségben voltak a női munkatársakkal szemben, ugyanis a kódfejtésben részt vevők 80 százaléka nő volt, akik között találhattunk matematikust és nyelvészt is. Egyszer Churchill is megjegyezte viccesen, hogy Bletchley-ben olyan libák vannak, akik nem gágognak, utalva ezzel a dolgozók nemére és munkájuk titkosságára. Szóval a szoftverfejlesztés egykor női munka volt, a férfiak figyelme akkoriban inkább a hardverre irányult. De korban még inkább visszalépve találunk másik példát is.

VIKTÓRIA KIRÁLYNŐ IDEJÉBEN ÉLT ADA LOVELACE, LORD BYRON KÖLTŐ LÁNVA, AKIT MA A VILÁG ELSŐ PROGRAMOZÓJÁNAK TARTANAK.

Ez úgy történhetett meg, hogy Ada nem az akkori társadalmi szokásoknak megfelelő neveletésben részesült, hanem a matematika felé irányították.

A fentiek és jól példázzák, hogy korántsem a két nem közötti képességbeli különbségekről van szó. A programozás mindkét nem számára ugyanúgy elsajátítható. Mégis, manapság kevés nő gondolkodik azon, hogy STEM területen, azaz matematikai, mérnöki, technológiai vagy tudományos pályán találja meg a számítását. **Faix Csaba**, a Prezi kommunikációs tanácsadója is ezt emeli ki, amikor arról faggatom, hogy mi az oka a nők alacsony létszámának a techiparban.





Női kódfejtők a Bletchley Park D blokkjában, 1944

„A gond az, hogy a lányok tiniként egyszerűen nem ezt a pályát választják. Több feltevés és kutatás is van, hogy ez miért alakult így. Az egyik elmélet szerint azért, mert ahhoz, hogy valaki mérnök szakra menjen, matek felvételi kellett, az pedig az iskolákban inkább fiús tantárgynak számít. Egy másik nézet szerint pedig a '80-as években megjelent videójátékok miatt, amelyekkel inkább a fiúk játszottak. Természetesen az nem sajátosan magyar jelenség, hogy a programozás fiús dolog lett” – magyarázta a szakember.

FÉRFIURALOM A TECHIPARBAN

Információtechnológiai és gazdasági szakportálok szerint, a legfrissebb kutatási adatok alapján, Magyarországon a férfiak aránya a techiparban 90,4%. A Központi Statisztikai Hivatal oktatási adatai azt mutatják, hogy a felsőoktatásban az informatika szak népszerűsége ugyan növekszik, azonban az itt tanuló lányok aránya egyelőre 15%. Az Egyesült Államokban



Ada Lovelace portréja, 1835 körül

a felsőoktatásban, a számítástechnikai vagy tudományos szakokon tanulóknak csupán 18%-a lány, éppen ezért a nők száma a Szilícium-völgyben is alulreprezentált. Azt is megfigyelték, hogy az 1990-es évek óta ezen a területen csökken a nők létszáma, ugyanis a pályaelhagyók között több mint kétszer annyi a nő (41%), mint a férfi (17%).

IT GIRLBŐL IT GIRL

A kifutókról jól ismert Karlie Kloss, amerikai modell, éppen ezen a láthatóságon munkálkodik a »Kode with Klossy« (Kódolj Klossyval) elnevezésű kezdeményezésével. Hogy mit keres egy it girl az infotechnológiában? Karlie rendhagyó módon választott, hiszen az ő szakmájában a következő karrierállomás általában a divattervezés vagy a fitness szokott lenni. Döntését azzal magyarázta, hogy elbűvölte az a technológia, amely érinti és befolyásolja mindennapi életét, és meg akarta ismerni

a misztikus nyelvezetet, azaz a kódolást, amely ezt létrehozta. Vonzó személyisége, meggyőző érvei sok fiatal lánynak adtak motivációt. Nyári táborai, ahol eleinte 20 lány pillanthatott bele a kódolás rejtelmibe, időközben Amerika-szerte hálózattá nőtték ki magukat. Az Egyesült Államokban egyre jobban látszik ennek a „menőség” faktora, amihez a jelen popkultúrája a legmegfelelőbb háttér.

LÁNYOK NAPJA

Nálunk is elérhetőek már hasonló kezdeményezések. A Django Girls Budapest workshop kortól függetlenül várja a nőket, hogy nagyobb önbizalmuk legyen a billentyűzethez. Egy kis programírás, applikációkészítés mindössze egy szombaton. A cél az, hogy kedvet kapjanak a területhez. A kezdeményezés négy évvel ezelőtt Berlinből indult azért, hogy csökkentsék az esélyegyenlőtlenségeket és támogassák a sokféleséget az infotechnológiában. Másik példa erre a már több éve megrendezett Lányok Napja. Az eredetileg Amerikából indult rendezvény lényege, hogy minél több lány jelenjen meg a tudományos és az információtechnológiai területeken. A Prezinél szervezett Coding Girls is azt a célt szolgálta, hogy a számítástechnika mint potenciális pálya jelenjen meg a lányok fejében. A program időközben átalakult, szellemiségét egy másik vállalkozás, a Skool vette át.

A SKOOL TANFOLYAMAIN, A YES, SHE CODES! SZLOGEN ÉRTELMEBEN, 8-18 ÉVES LÁNYOKNAK SZERVEZNEK KÓDOLÓ FOGLALKOZÁSOKAT.

Négyéves fennállása óta a programban 2000 lány vett részt, már hat városban működtetnek Skoolklubot, amelyeket nagy érdeklődés kísér. Dióhéjban így foglalta össze tevékenységüket **Guzsaly Péter**, a Skool operatív menedzsere. „Célunk az, hogy a foglalkozásokon részt vevő lányok sikerélményeken alapuló oktatásban részesüljenek, és megismerjék a technológia nyújtotta lehetőségeket”. Érdekeségük, hogy foglalkozásaikat a támogató partnerek, fejlesztőcégek irodáiban tartják, azaz munkahelyi környezetben. Ezzel tulajdonképpen több legyet ütnek egy csapásra. A tanfolyamokon a partnercégek fejlesztői oktatnak, és a részt vevő lányok találkozhatnak a cég női programozóival is. Ők mentorként segítik a munkát, a fiatalok pedig bepillantást nyerhetnek abba, hogy hogyan működik egy nő ezen a területen. „A jelentkező lányok motivációja a kíváncsiság mellett az, hogy szeretnék a számítógépet kreatív

alkotásra, önkifejezésre is használni” – mesélte Guzsaly Péter. Lelkesen mutatja, hogy felméréseik szerint a résztvevők 92 százaléka lát karrierlehetőséget az infotechnológiában. Nem titkolja, hogy örülnének, ha tőlük repülnének ki az első fecskék, és rendkívül büszkéek, hogy ehhez van már saját sikertörténetük is. Bugir Zsófi 16 évesen, még az első Skool-csoportok egyikében ismerkedett meg a programozás alapjaival. Tanulmányait informatika szakon folytatta, a Prezinél gyakornokoskodott, és ma már egy nemzetközi infotechnológiai fejlesztőcég programozójaként dolgozik.

A LEGFONTOSABB: NYITOTTNAK LENNI!

A Szilícium-völgyi zaklatásos botrányok vagy a James Damore-féle „kiáltvány”, amely szerint a nők biológilag alkalmatlanok a programozásra, azt mutatják, hogy a negatív kulturális sztereotípiák is hozzájárulnak ahhoz, hogy a nők más pályát választanak. Szemléletváltásra van szükség. A Skoolnál ezt hasonlóan gondolják.

VÉLEMÉNYÜK SZERINT A LÁNYOK ÚTJÁBA A KULTURÁLIS GÁTLÁS, A PROGRAMOZÁS OKTATÁSÁNAK HIÁNYA ÉS PERSZE AZ ÖNBIZALOM HIÁNYA GÖRDÍT AKADÁLYOKAT.

Nem feltétlenül igaz, hogy a férfiak jobbak és gyorsabban. A Prezinél természetesnek tekintik, hogy mindenkit csak a tettei és a teljesítménye alapján ítéljenek meg. „Azaz, ha van egy férfi és egy női jelölt ugyanarra a pozícióra, mi a jobbat választjuk közülük” – mondja Faix Csaba. A szemléletváltással kapcsolatosan bizakodó: „Egyre több cég érti, miért fontos, hogy minél sokszínűbb csapatok dolgozzanak náluk. A »Nyitottak vagyunk« kezdeményezést azért hoztuk létre, hogy láthatóságot biztosítsunk ezeknek a cégeknek. Azok, akik értik ezt, a hasznát is megtapasztalhatják, ugyanis ahol hangsúlyt helyeznek a női szerepvállalásra, nagyobb az esélye fölülmúlni azokat a versenytársakat, ahol ez nem történik meg. Valószínű, hogy könnyebb olyan csapatban dolgozni, ahol mindenki egyetért és hasonlóan gondolkodik, de sokkal több a vakfolt és a hiányosság a munka végeredményében.”

ILYEN MA EGY IT LÁNY

A női munkaerőre jelenleg nagy szükség van. A techpar munkaerőhiánnyal küzd világszerte, éppen ezért a vállalkozások nem engedhetnék meg maguknak, hogy diszkrimináljanak. Holcsik Annamária, a Biroda frontend munkatársa egy olyan cég dolgozója, ahol nem a nem számít.





Karlie Kloss IT hallgatókkal a Kode with Klossy kampány St. Louis-i (USA) rendezvényén, 2018. június 15.

Életkép a Skool egyik tanfolyamáról

„Egy pillanatig sem éreztem, hogy a nemem miatt hátrányos helyzetben lennék – mesélte, de hallott ellenkező esetekről. – Azonos nemű emberek között is hatalmas különbségek lehetnek (testi, szellemi és érzelmi szinten egyaránt), néha még talán nagyobbak is, mint férfi és nő között, mégis kétségbevonhatatlanul alkalmasak lehetnek ugyanarra a feladatra” – fejt ki véleményét. A techvállalkozás, amelynek munkatársa, széles körű infotechnológiai szolgáltatásokat végez, ő pedig egy olyan webapplikáció fejlesztésében vesz részt, amely a hulladékcsökkentéshez és újrafelhasználáshoz nyújt segítséget. Annamária nemcsak attól érdekes, hogy ma még ritkának számító „női kocka”, hanem azért is, mert kis kitérővel került erre a pályára. Motivációjáról így mesélt: „A számítógépezés mindig része volt az életemnek, gyerekkoromtól kezdve sok időt töltöttem el vele, különösen a számítógépes játékok kötöttek le, ez ma sincs másképp.” Mindezek ellenére mégis tájépitészként végzett. Az informatika akkor lett újra opció a számára, amikor tanulmányai alatt megismerkedett a 3D-s látványtervezéssel. „Érdekesnek találtam és úgy gondoltam, ez nekem is menne, szívesen megpróbálnám” – mondta. Végül más is fontos szerepet játszott abban, hogy a váltás mellett döntött. „Részt vettem a Greenfox Academy egyik workshopján, hogy megtudjam, érdek-e annyira a kódolás, mint amennyire feltételeztem. Nem csalódtam, ezért belevágtam az átképzésbe, és nem bántam meg”.

AZ ÚJ INFLUENCEREK

Az infotechnológiai cégek sem bánják meg, ha nőket alkalmaznak. Ugyanis, ha nemcsak felhasználóként vannak jelen, hanem a fejlesztésben is egyre többen vesznek

részt, akkor megvalósulhatnak egy termék vagy egy szolgáltatás előállításánál a női szempontok.

KELL A NŐI SZEM, MERT NEM FELTÉTLENÜL KÉNYELMES ÉS HATÉKONY MINDENKINEK A FÉRFIAS TESTRESZABOTTSÁG.

Emellett eredményesen használhatók a nők szociális adottságai, jó előadói képességük. Összekötő hidakként tudnak működni a technológiai és a nem technológiai dolgozók között, a cégen belül és kívül egyaránt. Azok, akik már tapasztalják ezen előnyöket, beszámolnak a nők kreativitásáról, empátiájáról és érzékenységéről, amelyek az informatikában rendkívül hasznosak. Felfedezték gyakorlatiasságukat, szakmai szerénységüket és azt, hogy képesek a számítástechnika területén nagyon fontos közös tanulás, fejlődés élére állni. Társadalmi szempontból pedig azért fontos, mert a technológia egy lehetőség a világ megváltoztatására, és ma már elérhető bármilyen alulreprezentált kisebbség számára, akik ezáltal részt tudnak venni az átalakulásban. Egyébként a humán erőforrás-szakemberek szerint a jövő sztárszakmái közé tartoznak majd az informáciotechnológiai állások. A ma ezzel foglalkozó nők nem úttörők, inkább ők az új influencerek, az új IT girlök, akik megmutatják a nők számára a felfedezetlen ösvényeket, és követőket generálnak. A cél nem az, hogy elmondhassuk, „a nőknek itt se szeri, se száma”, hanem az, hogy éppen elegendő legyenek. ♦



SZÖVEG –
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –
VILÁG-KÉP

AZ ISTENT JÁTSZÓ EMBER

A sci-fi irodalom és a filmvilág a technológiai fejlődéssel párhuzamosan egyre inkább kacérkodik olyan történetekkel, amelyekben az ember Istent utánozva teremt új életformákat, alternatív valóságokat. A jövőnket megidéző fantáziák többsége ugyan ZS kategóriás film vagy regény, azonban akadnak kivételek.

◆ Michael Crichton (1942–2008) a műfaj koronázatlan királya volt, íróként és rendezőként olyan alkotásokat is jegyzett, amelyek – kis túlzással fogalmazva – halála után alig egy évtizeddel megvalósulni látszanak. Neki köszönhetjük többek közt az „Androméda-törzs” (1971), „Jurassic Park” (1993) vagy a „Kongó” (1995) filmeket, de például a népszerű „Vészhelyzet” sorozat első három epizódját is ő írta.

Crichton számára az Istent játszó ember kedvenc téma volt, ennek veszélyét nem győzte eleget hangsúlyozni. Először a „Westworld” című filmjében („Feltámad a vadnyugat”; író, rendező, 1973) foglalkozott ezzel. A történet a jövőben játszódik, ahol a legkedveltebb kikapcsolódás egy olyan tematikus vidámpark, ahol a személyzet androidokból áll, és a látogatók azt tehetnek velük, amit csak akarnak, következmények nélkül. Aztán a vadnyugati színpad egyik szereplője meghibásodik, és elszabadul a pokol.

Filmjéből több mint 40 évvel később az HBO készített sorozatot Jonathan Nolan rendezésében azonos címmel, ebben részletesen kidolgozzák és továbbgondolják Crichton eredeti történetét a vadnyugati színpad mintájára létrehozott „speciális kalandparkban”. Az idén harmadik évadjába lépő „Westworld” rendkívül népszerű. A remek forgatókönyv, a rendezés és a mesterien kimunkált képi világ mellett a történet nemcsak egy hátborzongató, de távoli jövőt idéz meg, mert egyes elemei már léteznek, köszönhetően az elmúlt évek biotechnológiában, robotikában és mesterséges intelligenciában elért áttöréseinek.

Nem véletlen, hogy a legnagyobb képügynökségként számontartott Getty Images a 2018-as év meghatározó történéseit összefoglaló galériájába bevásárolta az itt látható fényképet, amely az Engineering Arts cornwalli műhelyében készült 2018. május 9-én. A brit cég a kereskedelemben is forgalmazott androidok vezető gyártója, 2004-es alapítása óta legsikeresebb modelljük a RoboThespian, amely embernagyságú, teljesen interaktív és több nyelven beszél. Tematikus kiállítások, tudományos előadások, technológiai vásárok és múzeumok népszerű szereplője világszerte, a TED-en is tartott már 15 perces önálló beszédet.

A képen a cég új fejlesztése, a Mesmer egyik prototípusa látható. Az emberszabású robot Tedroy Newell angol színész kiköpött mása. Készítéséhez a Londonban élő férfit három dimenzióban beszkenelték, rögzítették mimikáját és gesztusait is. A cég informatikusai több százezer soros programot készítettek a vezérléshez. A mérnökök acélból csontvázat, a testrészek mozgatóhoz mechanikus szerkezeteket, bőrt pedig szilikonból nyomtattak 3D-technológiával, ezenkívül emberi haját és szőrzetét kapott. A beépített kamerák, szenzorok és mikrofonok segítségével Fred – merthogy így hívják a világ első emberszabású robotját – képes valós időben nemcsak válaszolni, hanem kérdezni is, mindezeket több nyelven. Mobiltelefonos applikációval irányítható. A mérnökök 12 hét alatt építették meg Fredet, és azon nyomban be is





ültették egy londoni kocsmába, hogy az elképedt vendégek reakcióit rejtett kamerákkal rögzítsék. Egyiküket elborzasztotta, hogy mennyire valóságos, és meg is jegyezte, hogy ezentúl nézni fogja a Westworldöt. Fred valóban a sorozat második évadját reklámozta a brit fővárosban.

Mesmer robotok már rendelhetők a cég honlapján keresztül (www.engineeredarts.co.uk). Az árképzés érthető okokból egyedi, tájékozódásképpen a nem emberi, hanem robotkinézetű RoboThespiánok ára 9500–59 000 font között van, ez forintban 3,7–17 millió. ♦



GYORS, MINT A NYÚL, SZÍVÓS, MINT A TEKNŐC

Honnan szedtünk volna jeggyűrűt? *Juli* tizenhét volt, én tizenkilenc éves komoly egyetemista, cselgáncsedző, újságíró, súlyos, párezer forintos havi jövedelemmel. Ez a kilencvenes években is viccnek számított. A sublótból senki nem halászta elő könnyes szemmel a régi aranyat, mondván, nektek szántam, kincsem, gondolatok az ősökre, amikor viselitek!

◆ Magad, uram, ha szolgád nincsen! Miki barátom lepszalozt nekem egy nyári melót. Szegedi agráregyetemisták mentek hárman mezőgazdasági munkára Belgiumba, és franciául beszélő társat kerestek. Egy hónap alatt össze-traktorozom a gyűrűre valót, gondoltam.

Megbízta kis menyasszonyomat, nyírja le a hajamat minél rövidebbre, bűn lenne odakinn fodrászra szórni a pénzt. Jobb, ha hozzá szokik az ollócsattogtatáshoz, házasemberként biztos nem látogatok mindenféle Figarókat. Más nő a hajamban ne turkáljon, férfi még úgy se! Vagy bokáig érő metálbela-sörényem lesz, vagy a kis feleségem csinál nekem frizurát. Nyers ultimátum volt, alighanem az bújt meg mögötte, hogy világeletemben édesanyám vágta a hajamat. Pontosabban a fejemet, ahogy nagyanyám mondogatta: Mosd meg a fejedet... Nyírd le a fejét... Ijesztően hangzott.

Juli nekilátott, és létrehozta élete első hajkölteményét. Anyám, amikor meglátta, elborzadt. Később a belga paraszt kisgyerekei visongva ugráltak körbe: csúúúnya vagy, csúúúnya vagy! Nekem tetszett a sassoon.

Fodrásznál azóta sem jártam, igaz, mindig némi kedveskedéshez kell folyamodnom idehaza, ha elburjánoznak maradék tincseim. Évtizedek óta asszonykám formálja a fejemet.

Egy fiatal pár és egy zömök, szófukar srác útitársa lettem. Bekészültek az útra, hoztak konzervet, tartós kenyeret meg egy tonna szójakockát. Az olcsó belga nutellával együtt ez képezte a kihalás elleni küzdelem alapját. Ebédre lönchús és nutellás kenyér a mezőn, amely munkahelyünk, ebédlőnk, vécénk, no meg anyánk helyett anyánk volt. A lakókocsiban engedelmesen ázott a szójakocka, radírszerű gumókká szívta fel magát. Délután hazaérve a csapat hölgytagja paprikássá szelídítette a téglatesteket. Egy idő után kézbe vettük a helyzetet és a fakanalat, igazi sűrű, férfias pörköltszerűséggé fortyantottuk a már majdnem ízletes tápot. A gasztronómiai élvezet hagyott maga után kívánnivalót, az étel hatása ellenben frenetikusnak bizonyult. Kő hullott az ember gyomrába, mintha Farkas lenne a Piroska-meséből. Ha viszont sétálni vittem a pocaklakót, körülbelül ötven



méter után fordultam vissza, mert a szója észveszejtő sebességgel törtetett a vészkijárat felé. Mire a vizesblokkhoz értem, a többiek már ott toporogtak.

Időnként moziba mentünk a másik szingli fiúval, nem bírtuk volna ki belga filmújdonosságok nélkül. Kaptunk pénzt is a jegyre, mint a kissrácok, ebből sörözgettünk, és nézegettük a kisváros járókelőit. Fejünkben pedig kedélyesen és szerelmesen ringatózott a lakókocsi. Amint úgy éreztük, már eleget moztunk, hazagurultunk.

A mezőn borsót arattunk, nagy élmény volt John Deere-traktorokat vezetni. Ha vontatni kellett, teknőcüzemmódba kapcsolunk, a másik sebesség a nyuszi volt, ilyenkor akár huszonöt kilométerrel is vágathattunk a tájban. A gazdák egyeztettek, a sok kis zsebkendőnyi telken beosztották a borsóvetést, hogy szüretre szép sorban érjen be a termés. Hajnalban megszakértették, hol a legfrissebbek a zöld bogyók, és egy kaszálógép sorokba rendezte a növényzetet. Ekkor jöttünk mi a hátunk mögött vonszolt kombájnnal, amely magába villázta a kupacokat, és egy forgódobbal rögtön

ki is pergette a szemeket a hüvelyből. A borsó tartályba gyűlt, amelynek kémlelőablakán láthattam, hol tartunk. Ha megtelt, kitettem a villogót, mire egy kisteherautó odaparkolt mellém, én meg egy gépkar segítségével fölé irányítottam és belezúdítottam a zöldséget. A borsó azon frissiben ment is a mező szélén parkoló hűtőkamionba. A kombájnnal való manőverezésünkön röhögtek a belga parasztyerekek, de később csak belejöttünk, mint kiskutyá az ugatásba.

A Mitsubishi tulaját Golyónak becéztük, két szemé vadul tiktakolt. Rápörgött a sebességre, nehezen viselte, hogy reggel a társaság lassan kászálódik. Motorversenyzett hajdanában, és amikor autót vezetett, akkor is szinte bedőlt a kanyarokban. Minden áldott reggel háromnegyed nyolckor betelepedett a Mitsuru vezetőülésére, a motort túráztatva. Utána eszelős dühvel szalamozott a kis pertli-utak beláthatatlan fordulójában, ahol a helyiek figyelmeztető dudajelzések kíséretében, csigalassan pőfögtek. Minden reggel hálát adhattunk az életünkért. ♦



SZÖVEG –
GERGELY-BAKA ILDIKÓ

KÉP –
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –
KETTŐ AZ EGYBEN

NEM KIÁBRÁNDÍTÓ VALÓSÁG

Amikor kamaszkoromban megnéztem a „Rómeó és Júlia” meg a „Rudolf” musicaleket, azon gondolkodtam, vajon a színészek megélik-e a valóságban azt a szerelmet, amelyre vágyat ébresztenek a nézőben. Megkérdeztem *Dolhai Attilát* és feleségét, *Kecskés Viktóriát*, akik 19 éve házасok.

♦ – **Viki, a megismerkedésetek előtt is szeretted a musicaleket?**

Viki: Nem is tudtuk akkor még, hogy létezik ilyen. De a színházat szerettem...

– **Attila, te négy év kihagyás után, amit operetténekléssel és klasszikus hangképzéssel töltöttél, épp most akarsz visszatérni a musicalekhez. Mit szeretsz annyira ebben a műfajban?**

Attila: Az operettet is szeretem. Amikor musicalben játszom, azt érzem, hogy na, most aztán ki tudjuk fordítani a világot a sarkából. Valami nagyon mélyről jövő, ösztönszerű felszabadulást és szabadságot élek meg. A katarzisélmény a musicalben valamilyen tragikus áldozat árán születik, míg az operettben a szerelem beteljesedése hozhatja meg ezt az érzést.

– **Sok évig hősszerelmes szerepeket játszottál. Viki, civilben is jellemzőek rá a nagy vallomások?**

Viki: Nem, ilyen teátrális dolgok nincsenek, vörös rózsát sem szokott hozni hetente, viszont alkalmanként nagyon romantikus helyzetet tud teremteni, például a 40. születésnapomon tele volt a folyosó és a nappali vörös rózsával, azon nagyon meghatódtam.



De egyébként az a látszat, amit az emberek romantikának hisznek, nincs jelen a mindennapjainkban. De nagyon őszintén tud mondani nagyon szép dolgokat a megfelelő pillanatban.

– Egy interjúban azt mondta Attila, hogy gyakorlatilag lemaradt a legnagyobb lányotok első tíz évéről, olyan sokat dolgozott. Nem voltál csalódott emiatt, nem érezted azt, hogy egyedül hagy téged a gyerekeveléssel?

Viki: Nem, számomra ez volt a természetes. Mi gyermekként szerencsések voltunk, a szüleimnek vállalkozása volt, otthon dolgoztak. Nem kellett egyedül lennünk, mindig otthon volt velünk az édesanyám vagy az édesapám. Én ezt akartam továbbvinni, most sem csinálnám másképp – talán csak annyiban, hogy több időt adnék magamnak a feltöltődésre, hogy tudjak miből adni.

– Attila, ha például otthon tanulsz a szerepedet, és látod, hogy kellene még egy óra arra, hogy tökéletesítsd, de tudod, hogy az az idő a családra is kell, akkor mi segít dönteni?

Viki: Általában nem szokott otthon a gyerekektől elvenni időt, de a minap volt egy szituáció: pár napja ünnepeltük a születésnapját, és amikor elmentek a vendégek, ő azonnal elvonult a saját dolgaival foglalkozni. Ez okozott köztünk egy kis feszültséget. Kértem, hogy várjon, őrizzük még egy kicsit ezt az ünnepi hangulatot. De egyébként nem ez a jellemző, ki szokta venni a részét az otthonlétből.

Attila: Legalábbis megpróbálom. Mivel este dolgozom, ezért reggel, ha tudom, én viszem a gyerekeket, mert addig is velük vagyok. Délután is, amikor hazamegyek, igyekszem megvalósítani a szervezésből azt, amit Viki eltervezett. A színművészeti osztályfőnököm, Kerényi Imre mondta, hogy meg kell tanulnunk minden időnket

„FONTOS MEGÉRTENI, HOGY A MÁSIK EMBER
EGY KÜLÖN SZEMÉLYISÉG, KELL NEKI KÜLÖN
IDŐT ADNI ARRÁ, HOGY AZT CSINÁLHASSA,
AMIT SZERET. EZ NEM MINDIG KÖNNYŰ.”

hasznossá tenni, például szöveget tanulni, beénekelni. Ha fáradt vagyok megszólalni, előfordul, hogy a telefonomra felmondott szöveget hallgatom az autóban. Otthon viszont szeretek otthon lenni.

Viki: Fontos megérteni, hogy a másik ember egy külön személyiség, kell neki külön időt adni arra, hogy azt csinálhassa, amit szeret. Ez nem mindig könnyű.

– **Pál Feri atya szokta mondani a pároknak jegyesoktatáson, hogy nem tudja őket mindenre felkészíteni, biztosan lesz olyan a házasságukban, amire nem számítottak. A ti kapcsolatotokban volt ilyen?**

Viki: Olyan nem volt, ami a kapcsolatunk végével fenyegetett volna. Leginkább a bútorgvásárláson szoktunk vitatkozni, de voltak olyan pillanatok is, amikor feszültséget okozott bennem a tudat, hogy majdnem minden az én vállamon van. Amíg lekötöttem magam a feladatokkal, nem volt probléma, és szerencsére időben megéreztem, hogy változásra van szükségem. Világossá vált számomra, hogy nem vagyok egyedül, sokan szeretnek, és bármikor számíthatok a segítségükre.

Attila: Szerintem nálunk két nagy konfliktus van. Az egyik az, amiről Viki is beszél, hogy nagyon szeretem a munkámat és észre sem veszem, hogy mi mindent áldozok fel érte – erre gondoltam, amikor azt mondtam, hogy lemaradtam Luca első tíz évéről. Szinte nem is észleltem, annyira akartam a sikert, az „engem mindenki szeret”-érzést. Még mindig adódik abból probléma, ha túlvállalom magam. A tavaszi bemutató a harmadik premierem lesz ebben az évben. Ez a próbák miatt sok, mert ha végigpróbálok az évet, akkor nem marad időm a családra és arra, amiért ezt az egészet csinálom.

– **Amikor betelik a naptár, Viki számonkéri, hogy „de hát holnap se leszel itthon, meg jövő héten se...”?**

Viki: Igyekszem nem mondani.

Attila: Nem mondja, csak észreveszem, hogy egyre több a csend. Fizikailag otthon vagyok, de máshol járok. Ők meg látják, hogy hiába vagyok ott, nem sok hasznuk van belőlem.

A másik nagy konfliktus pedig a hiteleink miatt volt. Beköltöttünk a házba, Viki épp Annának adott életet, én pedig hazamentem a két nagyobbik lányunkhoz, és a teraszra állva azon gondolkodtam, hogy miből adjuk férjhez a három lányt, ha tele vagyunk adóssággal. Nyomasztottak a hiteleink, amelyek nem rövidtávúak, ezért nagyban befolyásolják a családi életet. Összekovácsolhatja a társakat, de bizony sok konfliktus forrása is lehet. Én például minden kiadás felett basáskodtam, és a gyermekeinket nevelő Viki ki volt szolgáltatva ennek. Ő szeretne volna otthonossá tenni a családi fészket, én pedig mindig befeszültem, ha bármilyen kiadás jött szóba. Ezért néhány tárgy, például egy-két csillár még hiányzott a lakásból, ez őt akkor nagyon zavarta, de most már nem.

Viki: Most már téged zavar...

Attila: Igen, most már nem bánám, ha minden lassan a helyére kerülne.

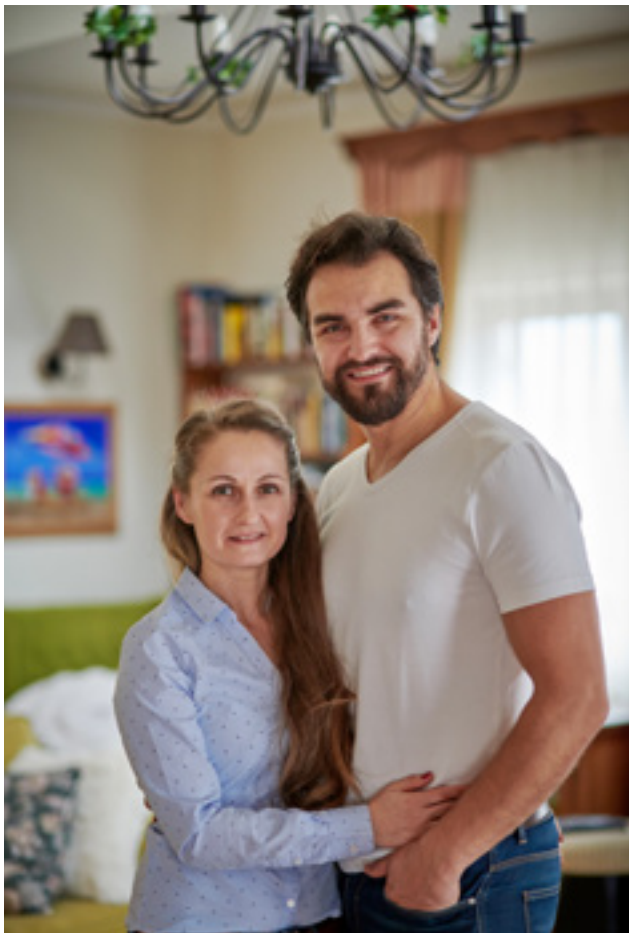
– **Úgy tudom, hogy a legnagyobb lányotok, a 15 éves Luca operaénekesnek készül. Attila, ez a te hatásod?**

Attila: Legalább annyira Vikié, mint az enyéem. Viki sokáig csellózott és énekelt, gyönyörű hangja van, szerintem csak azért nem lett színepadi ember, mert nem akart, valamiért nem lett közönség előtt állni. (Viki a Tanítóképzőben ének szakos volt, majd elvégezte a könyvtár szakot, jelenleg a Zeneakadémia könyvtárában dolgozik – a szerk.)

– **És szoktatok együtt énekelni?**

Attila: Néha. Például ha esküvő van a családban, akkor a templomban énekelünk. Viki mindig mondja, hogy ő nem tud, nem akar, én meg, hogy „gyere már, csináljuk!”

Viki: Luca hasonlít az édesapjára abban, hogy ha szeret valamit, akkor abba beleveti magát. Ő a Bartók Béla Konzervatóriumban tanul, szépen énekel. Emma most középiskola-választás előtt áll, az állatokat szereti, a biológia érdekli, és nagyon ügyesen fest, Anna pedig vidámmá teszi a mindennapjainkat azzal, hogy van. Még csak kilencéves, majd meglátjuk, milyen irányba megy.



- Vallásosan nevelitek őket?

Attila: Hát, próbáljuk. Gyerekként mi sem örültünk, hogy nem tudtuk végignézni a *Tenkes kapitányát*, mert menni kell a nagymisére. Én hitoktató szakon kezdtem a Tanítóképzőt, többek között meg akartam tudni, hogyan motiváljam a gyerekeket arra tanárként vagy szülőként, hogy szeressenek templomba járni. Nehéz ez, mert csak felnőttként jössz rá, hogy milyen jó, hogy van kire rábíznod magad. Viki és én megkaptuk a szüleinktől ezt az útravalót, igyekszünk továbbadni.

Viki: Az Istennel való kapcsolatot nekik kell majd megtapasztalni, mi annyit tehetünk, hogy nyitottá tesszük őket erre a találkozásra. És persze az is lehet, hogy valamelyikük nem ezen az úton fog menni. Bízunk benne, hogy nem így lesz.

- A válási statisztikák szerint nagyon törekenyek a házasságok. Mit gondoltok, a tiétek miért ilyen tartós?

Viki: A kapcsolat elején az érzelmek miatt nem is kérdés, hogy együtt akarjuk leélni az életünket. Aztán ahogy halványulnak az érzelmek, szerintem vissza kell térni az eskühöz, amit kötöttünk az oltár előtt. Hiszen az egymás iránt érzett kölcsönös szeretet és tisztelet, amire fogadalmat tettünk, elengedhetetlen egy harmonikus család életében.

Attila: Én ezt nagyon feketén-fehéren látom. Két lehetőség van, amikor jönnek a nehézségek: vagy megpróbálok megoldani a problémákat, vagy másik utat keresel. Engem az eskü és az a szeretet vagy szerelem, amit egymás iránt érzünk, arra kényszerít, hogy inkább vállaljam a konfliktust, bántsuk meg egymást, de aztán kerekedjünk felül a gondokon, mert nem akarom mással elképzelni az életemet. Azt tanultam otthon, hogy hiába panaszolom el bárkinek, hogy mi a problémám, ha nem az érintett személlyel beszélem meg, nem jutunk előre. Szerintem ez a legnehezebb, hogy merjük elmondani a másiknak a problémánkat akkor is, ha megbántjuk vele. Van, akit a feszültség zárttá tesz, és nem tud, nem is akar megszólalni, más meg mondja, mint a gép. És sok-sok türelem kell hozzá, de Vikinek van, hála Istennek. Vagy van még?

Viki: Van, én türelmes ember vagyok.

Attila: Szerintem minden kapcsolat menthető. Persze én mindenkinél naivabb vagyok. Nem szabad megijedni attól, hogy a másik most nem szól hozzám két-három napig, keresni kell a lehetőséget a közös kommunikációra. Abban hiszek, hogy a beszélgetés, a türelem és a döntés segít, ezért nem keresek más utat, hanem azon megyek, amit együtt kezdtünk el.

Viki: Sokan talán nosztalgiáznak, azt várják, hogy minden olyan legyen, mint régen. De egy kapcsolat fejlődik, nem kell, hogy a régi legyen, lehet jobb is.

- Párterapeuták javasolják, hogy a párok rendszere- sen legyenek kettesben heti egy este, havi egy nap, negyedévente egy hétvégén és évente egy hét erejéig. Megvalósítható ez három gyerek mellett?

Viki: Igen. Bár nem sokszor mentünk el kettesben, de azért volt rá példa. Szerintem az évi egy hétvége megvolt.

Attila: Jó lenne egy hét! Most már megvalósíthatnánk, mert már elég nagyok a gyerekek ahhoz, hogy akár egy hétig ott maradjanak a nagyszülőknél. ♦



SZÖVEG –
BALKUNÉ SZŰCS EMESE tanácsadó pszichológus

SOROZAT –
A CSALÁD MESÉJE

A SZER RENDEZ

Kép: Unsplash / Ian Espinosa

Egy családtag függése szertől (alkohol, drog, gyógyszer), tevékenységtől (evés, szerencsejáték, munka, vásárlás, pornó) vagy akár egy másik személytől (társ), legtöbbször az egész rendszer megbetegedésével jár. A tagok viselkedését magával a szerrel, valamint a függő személlyel kapcsolatos vélekedések kezdik szervezni, ami lehetetlenné teszi a problémamegoldást.

◆ MEGBETEGÍTŐ CSALÁDOK

A túlzottan elárasztó szülői gondoskodás, a gyermek autonómiájának gátlása, az egyik szülő és a gyermek koalíciója a másikkal szemben könnyen vezethet kapcsolati függőséghez, amelytől már csak egy lépés a szerhasználat vagy más kóros viselkedés. Általában a származási családról leválás idején szembesül a fiatal a köldökzsinór eltéphetetlenségével, amire látszatmegoldásként válaszol a szerhasználat: a családtól függőséget egyszerűen leváltja másra, amely kezdetben akár a számítógépes játékok kontrollálatlan használata, illetve az internetes szörfözés is lehet.

Tomí órák óta ül a gép előtt, amikor Zsófi vacsorázni hívja. A fiú válasza sem méltatva anyját, folytatja a játékot. Amikor eljut agyáig a megismételt felszólítás, ráförmed: „Még nincs vége a menetnek, ha kiszállok, büntetést kapok.” Látva Zsófi tehetetlenségét, Péter határozottan felállítja fiát a géptől, aki erre dührohammal válaszol. Apja nyugodt hangon folytatja: „Mostantól új szabályokat vezetünk be a gépezéssel kapcsolatban. Sajnálom, hogy eddig nem vettem észre, de túl sok idődet és energiádat vesztegeted el. Már nem olvasol, nem sportolsz, nincsenek hobbijaid, nem jönnek át a barátok. Remélem, még nem késtünk el a változtatással!”

Később jöhet destruktívabb formája a szerhasználatnak vagy függő viselkedésnek, például a pornó, amelyhez minden eszköz rendelkezésre áll a gép előtt ülve. Vagy épp az alkohol, illetve a drog, amellyel a beteg kategóriába kerülve máris legalizálható a kapcsolati függőség fenntartása a családban. Másik lehetőségképpen a szerből bátorságot merítve próbál a fiatal kortársaihoz közeledni vagy párt keresni. A szülők kiüresedő kapcsolatáról jó figyelemelterelés a szerhasználó gyermek problémája, így mindenki érdekeltté válhat a tünet fenntartásában. A bántalmazó családokból is könnyen kerülnek ki függő gyerekek, akik fájdalmuk enyhítésére alkalmaznak különböző szereket.

SZEREPZAVAROK ÉS CSAPDÁK

A függő családjában, környezetében kényszerítő erővel megjelenő, és önmagukat kiosztó szerepeknek szinte lehetetlen ellenállni. A tagok észre sem veszik, és már a Szer rendezésében játszanak az élet színpadán. A Függetlenséget és a Szer Üldöző személy egyre agresszívabban próbálja gátolni előbbi kettő kapcsolatát, legyen akár elkeseredett feleség/férj/szülő/gyerek, aki kiönti az alkoholt, eldobja a drogot, megvonja a pénzt, veszekszik, korhol. A hatalmi pozícióból induló játszma eleve kudarcra ítélt, mivel a Függetlenséget gyermekszerepben tartja, aki így nem vállalhat felelősséget saját magáért. Helyette dacosan ellenáll. A Megmentő is kárt okoz puszta jóindulatból, amikor kiszolgálja a Függetlenséget, rendelkezésre áll, pénzt ad vagy falaz neki, átvállalja a szerepeit, felelősségét. A Balesk mindent eltűr: őt akár meg is lehet verni, kifosztani, tönkretenni következmények nélkül. A Közvetítő pedig egyszerűen megszerzi az anyagot (díler, házi orvos, kocsmáros), munkát, feladatot (főnök, edző), és felkorbácsolja, illetve ébren tartja a sóvárgást (szex- és szerencsejáték-ipar résztvevői, fogyasztást erősítő reklámok).

„MEGMENTELEK, SZERELMEM!”

A függő családból érkező fiatal nemritkán éppen úgy folytatja, ahogy azt származási családjából mintaként magával hozta: szerhasználóvá vagy viselkedéstől függővé válik. Még akkor is fennáll ennek veszélye, ha maga menekült el a romboló rendszerből. Különösen a megmentő, illetve balesk szerepet vivő lányok hajlamosak később függő párt találni, akivel újraélhetik a korábban megtapasztalt viselkedésformákat. Sokáig hisznek a szerelem megváltó erejében, amely kényelmes helyzetet teremt a másik fél részére, aki élvezheti kapcsolatfüggő társa gondoskodását.

„NE BÍZZ, NE ÉREZZ, NE SZÓLJ!”

A függők gyermekeinek e mottója túlélésüket szolgálja, miközben rombolja személyiségüket és kapcsolataikat. Sokban hasonlítanak egymásra: alacsony önértékelésük mellé túlzott felelősségérzet párosul, amelynek hátterében a szülő megmentésének készítése áll. Később sem képesek felismerni saját igényeiket, mivel sosem lehettek a figyelem fókuszában egy beteg családban. A mélyen elfojtott haragot gyakran önmaguk ellen fordítják, ami hangulatzavart eredményez, és könnyen vezet a szülőktől látott egyetlen megküzdéshez, vagyis maguk is szerhasználókká válnak. Másik destruktív örökségük a korai felnőtt szerepbe kerülés a saját, tehetetlen, gyermeki pozícióban élő szüleikkel szemben, ami aláássa a tekintély tiszteletét, így képtelenné válnak a segítség elfogadására, lázadókká vagy éppen túlzottan alkalmazkodókká lesznek. A gyógyulás folyamata hosszú, fáradságos munka, sokszor kevés eredménnyel, ezért mindennél fontosabb a megelőzés! ♦

A függő személy terápiájának feltétele saját elhatározása a komoly életformaváltásra. A családtagok segíthetik őt motivációja felkeltésében. A legnehezebb feladat betegségének belátására rábírni. Ha erre képes, akkor megértően, személyét elfogadva tegyük fel neki a kérdést, vajon miben gátolja állapota, hová juthatna, mit érhetne el, ha meg tudna válni a romboló szertől vagy viselkedésformától. Érdemes a jövőbeli pozitív lehetőségekre irányítani figyelmét, hogy ő mondja ki: amit a jelenben tesz, más felé sodorja, mint amit szívesen elképzelne maga és szerettei számára. Ha sikerül rávenni a segítségkérésre, egy jó szakember és önszorgító csoport támogatásával sokat tehet saját gyógyulásáért.

HOL KAPHATUNK SEGÍTSÉGET?

Magyar nyelvű anonim közösségek

AA – Anonim Alkoholisták
Telefon: (+36) 1 / 251-00-51
www.anonimalkoholistak.hu

AL-ANON – Családi Csoport Alkoholbetegek hozzátartozói
Telefon: (+36) 20 / 440-19-32
www.al-anon.hu

ACA – Alkoholisták Felnőtt Gyermekei Alkoholbetegek és rosszul működő családok felnőtt gyermekei
Tel.: (+36) 20 / 555 5869
<http://aca.hu/>

GA – Névtelen Szerencsejátékosok
Tel.: (+36) 20 / 462-83-04
www.gamblersanonymous.hu

NAR-ANON Family Groups – („drogfüggők hozzátartozói”)
www.naranon.org

NA – Névtelen Drogfüggők
Tel.: (+36) 20 / 311-98-76
www.na.info.hu (magyar), www.na.org (angol)

OA – Anonim Túlevők
Gyűlések: Máltai Fogadó, Bp. I. ker. Csap utca 2.
péntek, 20:00-21:00
www.magyaroa.hu
Internetes Levelező Csoport:
overeatershungary@gmail.com

EDA – Anonim Evészavarosok (Eating Disorders Anonymous Hungary)
<http://eveszavar.hu/12-lepes/>

SLAA – Anonim Sex és Szerelmi Függők (Sex and Love Addicts Anonymous)
Telefon: (+36) 30 / 348-94-19
www.slaa.hu

W.A. – Névtelen Munkaholisták
Gyűlés: Budapest, I. ker. Csap u. 2., Máltai Fogadó, szerda 18:30-19:30
Telefon: +36 70 703 8269
Internetes Levelező Csoport:
egyensuly.wa.csoport@gmail.com



ÚJRA NŐ A MINIMÁLBÉR.

A minimálbér 149 ezer forintra, a szakmunkás minimálbér 195 ezer forintra nőtt január 1-jével. Így már több mint kétszer annyi, mint 2010-ben volt.





Díjazzuk a családbarát médiát!

A Média a Családért-díj évek óta rangos elismerése azoknak az újságíróknak és szerkesztőknek, akik a nyomtatott, az elektronikus vagy online sajtóban következetesen kiállnak a családi élet értékei mellett. A díjat a Képmás szerkesztősége hívta életre 2007-ben, és a Média a Családért Alapítvány osztja ki.

Az évi 12 jelöltet nyolctagú szakmai zsűri választja ki a print és elektronikus médiamegjelenések közül. Az aktuális hónap győztesével interjút olvashatnak lapunkban.

Decemberben választjuk ki a **Média a Családért-díj** 2019 magyarországi és külhoni díjazottjait, akik 500 000 Ft jutalmat kapnak.

Bővebb információ: www.mediaacsaladert.hu, facebook.com/mediaacsaladert



SEGÍTSEN MEGTALÁLNI A HÓNAP JELÖLTJÉT!

Ajánljon olyan nyomtatott vagy elektronikus sajtóban megjelent, illetve rádióban, televízióban sugárzott anyagot, országos vagy határon túli médiából, amely a családot mint értéket jeleníti meg!

Javaslatát az info@mediaacsaladert.hu címre várjuk.

AZOK KÖZÖTT, AKIK A KRITÉRIUMOKNAK
MEGFELELŐ JELÖLÉST (ÚJSÁGCIKKET,
RÁDIÓ- VAGY TÉVÉMŰSORT, ONLINE
TARTALMAT) KÜLDENEK NEKÜNK, HAVONTA
KISORSOLUNK EGY AJÁNDÉKOT.



FEBRUÁRI JELÖLT



V. Kulcsár Ildikó



V. Kulcsár Ildikó bölcsész, a Nők Lapja újságírója, több mint tíz könyv és egy színdarab szerzője, párkapcsolati mediátor. „Ne félj, mesélj!” című rovata 1993 óta fut. Különös ismertetőjegye, hogy szerzői estjeivel folyamatosan járja az országot, olvasói pedig meghívták már Erdélybe, Torontóba, Bécsbe és Felvidékre is. Egyik elindítója az Ádám-díjnak, amelyet évente adnak át három olyan férfinak, akik tudatosan segítik, hogy a párjuk a munkájában is sikeres lehessen.

MINDÖRÖKKÉ BARÁTSÁG

Család mellett nehéz ápolni a baráti kapcsolatokat, pedig a barátság ilyenkor is hatalmas kincs. Ezt példázza a Nők Lapja riportja, amely három olyan asszonyt mutat be, akik 60 éve tartanak ki egymás mellett. V. Kulcsár Ildikó „Csodatrió a Forint utcából” című cikke a Média a Csaláért-díj februári jelöltje lett.

◆ Együtt nőttek fel, férjhez mentek, anyukák, majd nagymamák lettek. Egymást viszont nem felejtették el, barátságuk mindvégig megmaradt. Ritka az ilyen, pedig nem lehetetlen. „A történet két szálon indult. Egyrészt nagyon régóta gyűjtögetem a barátságról vagy annak hiányáról szóló olvasói leveleket, másrészt bosszant, amikor a nőket egymást maró, irigy emberek állítják be” – mondja Ildikó. Emiatt is örült annak, hogy olyan levelet kapott, ami alapján bemutathatta: szó sincs arról, hogy barátnők ne kapaszkodhatnak össze egész életre. Újságíróként hisz abban, hogy ezeket a csodákat meg kell mutatni, mert megtörténhetnek bárkivel, csak figyelni kellene. Munkája során Ildikó is gyakran tapasztalja, hogy amikor a fiatal párok életvitele lelassul, amikor jönnek a gyerekek, gyakorlatilag felszámolódnak a baráti kapcsolatok. „Persze eltélni senkit sem szabad, hiszen gyakori, hogy a családok anyagi okokból költöznek kijebb a városból, mert ott nem tudnak olyan otthont venni, amiben már a gyerekek is elférnek. Aztán a kicsik mellől nehezen tudnak visszajárni a barátokhoz, és azok sem tudnak eljutni hozzájuk. A másik ok, hogy a picit mellett már más köti le az anya gondolatait, mint a barátnőket, akik esetleg még párjukat keresik. Pedig az ilyen kapcsolatok akkor is fontosak, ha valakinek három vagy több gyereke van” – mondja.

Ildikó például öt gyereket nevelt föl a férjével, de hatalmas a baráti körük. Egyszerűen összekapcsolták a dolgokat, vigyáztak egymás gyerekeire, cserélgették a kicsik ruháit. A gyerek nem lehet oka a társadalomból való kiszakadásnak. Ennek ellenére a jelenségnek, ami nem csak azokat érinti, akik anyagi okokból költöznek új helyre, már neve is van: „zöld özvegység”. Képviselői azok a fiatal, kisgyermekes anyák, akik családjukkal a városok zöldövezeteiben élnek, férjeik pedig a nap nagy részét távoli munkahelyen töltik. Ildikó hisz abban, hogy a nőknek ilyenkor is keresniük kell társaságot, jó elmenüik klubokba, művelődési házakba. Ismer olyan anyukát, aki ebben a helyzetben kismamaklubot szervezett. Muszáj ezt tudatosan megélni, ellenkező esetben egy fiatal nő teljesen kiszakad a baráti köréből. Ez hosszabb távon nagyon rossz, mert a gyerekek nőnek, és egy idő után már nem foglalják le a nap 24 óráját. Elmennek óvodába, aztán iskolába. Ilyenkor fordulhat elő az, hogy egyszer csak fölnevez valaki, és azt látja: van két nagyobb gyereke, ők már élnek a saját életüket, a férj napestig dolgozik, a barátok pedig eltűntek. Ők ugyanis nem maradnak meg, ha nem foglalkozunk velük. Ahogy Ildikó fogalmaz: a barátság legalább annyira ápolásra szoruló kapcsolat, mint a szerelem. ◆



DERŰRE BORI

avagy hogyan legyünk boldogtalanok?



Ön szép, boldog és egészséges? Van családja, munkája, pénze, barátai? Nem fél, hogy egy napon a Sors mindezt elveszi magától? Kerülje el a nagy zuhanást, vegye kezébe az életét: rontsa el saját maga! Írjon bizalommal, ha túl jól érzi magát a bőrében – Doktor Bori segít tönkretenni az életét! Ha Ön is akarja.

◆ Csokolom, Doktor Bori néni!

Csongi vagyok, és a 14. évemet taposom. Tökéletes családban élek: mindenki kedves és megértő velem. A szüleimmel iszonyatosan jóban vagyunk, anyukámmal mindig minden érzésemet megbeszéltem, apukámat nagyon tiszteltem. Összes családtagom, beleértve két kisebb tesómat is, beszél a szeretetnyelvemet (ami az ajándékozás – ma is kaptam egy drónt!!!). Más gyerekek szülei mindig azt mondogatják: „Jaj, ez a Csongi egy igazi kis felnőtt!” Csakhogy én ennek a bókának nem örülök: szerintem nem feltétlenül jó dolog kihagyni egy fejlődési lépcsőfokot. Már tavaly megpróbáltam elkezdni kamaszodni, de nálunk egyszerűen nem lehet! Pedig a barátaimmal, osztálytársaimmal már régen csomó probléma van a suliban és otthon is, tahók a szüleikkel, bunkók a tanárokkal és kezd romlani a tanulmányi eredményük. Nagyon adnám, ha tanácsokkal tetszene ellátni ezügyben! Mit csináljak? Sajnos nem vágom, hogy kell kamaszodni.

A pozitív válasz reményében:

Csongi

Kedves Csongi!

Nagyon dicséretes, hogy fejlődni szeretnél, és már keresed is a megoldásokat! (Azt is rendkívül zírlnak és kílnak tartom, hogy figyeled a kamaszok nyelvi megnyilvánulásait, és használod az így szerzett tudást!)

De! Ami az előnyöd, az a hátrányoddá válik. Kamaszként te túl konstruktív vagy: megbeszéled anyukáddal a problémáidat, és a megoldásra törekszel? Értsd meg, neked ebben az életkorban most nem ez a feladatod!

Tudatosítanod kell magadban, hogy a Felnőtt Ember nem a barátod! Most pár évig ő a legnagyobb Ellenség. Hát nem veszed észre, mi a célja? Örökké gyereksorban akar tartani, és ha így folytatod, meg is teszi, valóra váltja ördögi tervét: egy pelenkás kis hülye maradsz egész életedre! Ezt nem engedheted meg neki.

Nagyon fontos, hogy ne mindig csak a jót keresd a szüleidben! Vedd észre végre a hibáikat! Hogy édesanyád nem egy aranyos, minden vágyadat teljesítő tündér, hanem egy erőszakos néber (óvakodj attól, hogy „Anyukám”-nak nevezd, mostantól csakis így: „Anyám”), aki még mindig meg akarja mondani, mit és mennyit egyél, hogyan öltözz, totál rád van szállva, és állandóan nyálas puszikkal akarja illetni egyre férfiasodó arcodat. Édesapád pedig („Apám”!) nem egy istenség, hanem csak egy felfújtt hólyag, aki el akarja veled hitetni, hogy fontos,



› Média a Családért
Alapítvány

amit a munkahelyén csinál, hogy ő egy humoros ember, és hogy tud uralkodni anyád felett.

Mondd ki bátran: ezek a vénemberek hülyék, fogalmuk sincs az életről, nincsenek fent a Viberen, Instagramon, és még a Messengert se tudják rendesen kezelni! Szánalmas, amikor anyád egy házibuli kellős közepén ezt írja neked: „Na, mi a pálya, nagyfiú? Éltek még? :)))”

(Ha a Facebookon fent vannak, haladéktalanul tiltsd le őket, és a barátaidnak se engedd, hogy visszajelöljék anyádat, különben majd nekik fog írogatni a házibuli közben, hogy „Zsiga, a Csongival minden oké? Nem ír vissza az üzenetemre :(((((Bocs a zavarásért, további jó mulatást, Csongi-mama”)

Ezenkívül meg kell változtatnod minden gyerekkori szokásodat:

– NE örülj az ajándékoknak többé!

– NE mosolyogj, soha, soha! Vágj helyette állandóan olyan arcot, mintha köpni készülnél! (Gyakorolj a tükör előtt!)

– NE tanulj! (Vigyázz, egyszerű utasításnak hangzik, de nehéz betartani annak, aki már rászokott!)

– HAGYJ FEL minden hobbittal: tedd le a hangszert, amit nyolc éve tanulsz, utáld meg a kung fut / a röpit / a teniszt / a néptáncot, amiket eddig szerettél, de most kiderült róluk, hogy gáz.

– HALLGASS elviselhetetlen zenét elviselhetetlenül hangosan!

– NE menj moziba anyáddal!

– csakis EGYSZAVAS válaszokban felelj a szüleid által feltett kérdésekre! (Úgy mint: „Jó.” – „Semmi.” – „Aha.” – „Ja.” – „Haverokkal.” – „Senki.” stb.)

És általában: fejlessz gomolygó ködöt a személyiséged köré, és vigyázz, hogy a ködből ne szivárogn ki információ! Soha senki nem tudhatja meg, hogy te ott, a köd közepén, láthatatlanul néha még mindig egy kisgyerekek érzed magad, és halálosan jólesne egy drón, egy puszi, vagy szeretnél megnézni egy 6-os besorolású animációs filmet any(uk)áddal!

Ha így teszel, kajakra meg fogsz kamaszodni!

(Ui.: És, Csongika, arra még figyelj oda, hogy hívós van februárban! Öltözz melegen!)

Pusztit küld:

Doktor Bori néni

Ön milyen médiát szeretne?

LEGYEN A MÉDIA A CSALÁDÉRT!

A média befolyásolja
világunkat,
mi befolyásolhatjuk
a médiát.

Kérjük, támogassa adója **1%-ával**
a család- és gyerekbarát
közgondolkodást,
segítse a **Média a Családért**
Alapítvány munkáját!

Az alapítvány munkájáról
a mediacsaladert.hu honlapon tájékozódhat.

A kedvezményezett neve:
Média a Családért Alapítvány
Besorolás: közhasznú

Adószám: **18260993-2-41**

Adományait
a 10700347-44872502-51100005
számlaszámra várjuk.



SZÖVEG –
SZŐNYI LÍDIA pszichológus

HÁT ÉN IMMÁR HOGY VÁLASSZAK?

A Valentin-nap a szerelmesek ünnepe, de vajon mi van azokkal, akik a virágcsokrok és gyertyafényes vacsorák napján nem élnek párkapcsolatban? A társkeresés talán soha nem volt annyira nehéz vállalkozás, mint napjainkban. Vajon hány békával kell chatelni, e-mailt váltani és képet cserélni, mire megtaláljuk a hercegünket vagy hercegnőnket?

◆ SZINGLIK ÉS PÁROK

A kutatások szerint a házások boldogabbak az egyedülállóknál, de a párkapcsolat nem jelent garanciát az elégedettségre: a boldog házasságban élők valóban boldogabbak, mint egyedülálló társaik, de ez korántsem igaz a szeretet nélküli, veszekedésekkel teli kapcsolatban élőkre. A jó párkapcsolat nem azt jelenti, hogy miután megtaláltuk a nekünk teremtett, hozzánk tökéletesen passzoló Nagy Őt (már ha egyáltalán létezik ilyen), hátra is dőlhetünk, hiszen ráeltünk a boldogságunk forrására. A jó házasság a kapcsolaton való folyamatos közös munka, összejáratás és kommunikáció eredménye.

A szingliséghez kapcsolódó számtalan stigma és negatív sztereotípiát nem segít az egyedülállók. Sőt, az előítélet, hogy pár nélkül nem létezik boldogság, a kéretlen jó tanácsok és pártalálási útmutatók, az aggóító tekintetek talán még inkább elveszik a kedvet az egész témától, továbbá negatívan hatnak az önbecsülésre. Nincs azzal probléma, ha valaki úgy dönt, hogy jelenleg (vagy talán soha) nem szeretne párt, de ha ebben a cipőben járunk, érdemes néhány kérdést feltenni és megválaszolni magunknak, hogy világosabban láthassuk a döntésünk mögött meghúzódó motivációkat. Az alábbi

kérdések nemcsak az egyedülálló életformát választók számára hasznosak, kis módosítással a házasulandóknak is érdemes végiggondolni ezeket.

Miért ezt az utat választom? Valóban ezt akarom, vagy menekülök valami elől? Miért nem szeretném valakivel (együttjáróknak: szeretném-e ezzel a konkrét személlyel) megosztani az életemet?

ÁTALAKULÓ LEHETŐSÉGEK

A kétezres évek elején az egyszemélyes háztartások száma 30 százalékkal nőtt, ami a 2016-os mikrocenzus adatai szerint mérséklődött, de még így is a háztartások több mint három tizedében (1 millió 217 ezer háztartásban) csak egy személy él. A hazai kutatások szerint az egyedülálló életforma az esetek többségében nem tudatosan választott, az egyedül élők jelentős része „kényszerszingli”: 90 százalékuk vágyik párkapcsolatra és a későbbiek során gyermekekre is. A Hungarostudy 2013 eredményeiből kiderül, hogy a magyar fiatalok számára a házasság még mindig a legelfogadottabb párkapcsolati forma: 43,7 százalékuk számára fontos, míg 21,3 százalékuknak közepesen fontos a házasság intézménye.



EGYRE TÖBBEN REGISZTRÁLNAK ONLINE TÁRSKERESŐ OLDALAKRA, ÉS AKADNAK RÁ ÍGY A MÁSIK FELÜKRE.

Úgy tűnik azonban, hogy hiába szeretnének nagyon sokan párt találni, ez egyáltalán nem könnyű feladat manapság, ugyanis az ismerkedés módja átalakult, a fiatalok szinte teljesen magukra vannak hagyva ebben a kérdésben. Dan Ariely, az internetes párkeresés egyik kutatója egyenesen úgy fogalmaz, hogy „az egyedülállók piaca egyike a legégbekiáltóbb piaci kudarcoknak a nyugati társadalmakban.” (Piac alatt természetesen az emberek közti kooperációt biztosító piacokat érti.) A gimnáziumi

kapcsolatok és romantikus kötődések ritkán hosszú életűek, a fiatalok szétszélednek, különböző egyetemeken tanulnak és tesznek szert új kapcsolatokra, majd a munkaerőpiacon kell boldogulniuk. A munkahelyen nem ajánlott romantikázni; pályakezdőként gyakran kell túlórázni, ha a rátermettségünket szeretnénk bizonyítani; és nem árt gyorsan váltani, ha az ember jobb ajánlatot kap. Ezek a tényezők mind hozzájárulnak ahhoz a gyökeretlenséghez, ami rombolja a társasági életet, amortizálja a barátságokat és rontja a pártalálási esélyeket, hiszen a leendő társakat gyakran a barátok mutatják be egymásnak. Úgy tűnik, a fiatalok nehezen találják meg azokat a csatornákat, ahol a számukra megfelelő személyekkel ismerkedhetnének. Bár a tudatos párkeresést sokan ciki-nek gondolják, mégis egyre többen regisztrálnak online társkereső oldalakra, és akadnak rá így a másik felükre. Egy 2013-as amerikai kutatás szerint a 2005–2012 között házasodottak 35%-a online találkozott.

MÍG A VALÓ ÉLETBEN GYAKRAN MEGTÖRTÉNIK, HOGY A MÁSIK SZEMÉLYISÉGÉNEK ÉS BELSŐ TULAJDONSÁGAINAK MEGISMERÉSE UTÁN ELKEZDJÜK ŐT VONZÓBBNAK LÁTNI, ADDIG AZ ONLINE FELÜLET NEM AD TERET A FENTI FOLYAMAT KIBONTAKOZÁSÁNAK.

AZ ONLINE ISMERKEDÉS BUKTATÓI

Az online társkeresés számos lehetőséget rejt magában, bizonyára mindnyájan találkoztunk már olyan sikeres és tartós kapcsolatban élő párokkal, akik az interneten randiztak először. Ugyanakkor sok bizonytalanság és félelem is övezi ezt a módot, amit tovább erősítenek azok a történetek, amelyek az online ismerkedést követő sikertelen és kiábrándító randevúkról szólnak.

Talán az egyik legnagyobb probléma az, hogy az internetes társkeresők számítógépes algoritmussal könnyen mérhető és kereshető tulajdonságokkal („160 cm”, „fitt”, „sportos”, „állatbarát”) próbálják leírni a felhasználókat, holott ezek az adatok, bár rólunk szólnak, nem tudják megfelelően bemutatni a mögöttük rejlő embert. Az egyes jellemzőink ugyanis nem adnak semmiféle előrejelzést arról, hogy valójában milyen érzés velünk lenni. Key Sun pszichológus szerint csak az igazi interperszonális folyamat képes létrehozni és fenntartani a szeretet érzését. Amikor elutasítunk valakit online, nem a valós személyre mondunk nemet, hanem kategóriák feltételezett tulajdonságaira.

Jeanne Frost és munkatársai online randevúzással kapcsolatos kutatása szerint a társkeresőkön ismerkedő emberek hetente átlagosan 5,2 órát töltenek profilkereséssel és 6,7 órát a lehetséges partnerekkel való levelezéssel, miközben csupán 1,8 órát azzal, hogy találkozzanak is a szóba jöhető személyekkel, ami többnyire kiábrándító élmény számukra. A fenti számok egyáltalán nem meglepőek, ha beegondolunk, hogy a párt keresőnek

milyen sok profil közül kell megtalálnia azt a valakit, akit szeretne jobban megismerni. A társkereső szolgáltatások egyik jellemzője, hogy egybegyűjti a társat kereső szingliket, így túl sok potenciális párjelölt kerül a látóterünkbe. Mivel folyamatosan új embereket ismerhetünk meg, fokozottabb a félelmünk, hogy egy konkrét személy melletti döntésünkkel egyben lemondunk a többi lehetséges választásról, és lemaradunk egy jobb lehetőségről. Ez a tény szerepet játszik abban, hogy az online párkeresők gyakran érzik bizonytalannak és elégedetlennek magukat a választásukkal kapcsolatban. Egy 2017-es vizsgálatban a kutatók 6, illetve 24 vonzó személyt mutattak a résztvevőknek, majd megkérték őket, hogy válasszanak közülük. Egy héttel a döntés után azok, akik több lehetőség közül választhattak, lényegesen elégedetlenebbek voltak a választásukkal. Gondoljunk bele, ha 24 embernek ekkora hatása volt, akkor milyen hatása lehet annak a több százezer lehetőségnek, amit a társkereső oldalak kínálnak a felhasználóik számára!

A túlságosan sok lehetőség felületességhez is vezet, hiszen ha valami nem tetszik, nem kell szembenéznünk a kételyeinkkel, elég bezárni a chatablakot és a következő potenciális partnerre kattintani.

Gwendolyn Seidman pszichológus szerint az online társkeresésben megszűnt minden kétértelműség, mindenki tudja, hogy az ismerkedés célja a párkeresés, emiatt a felek nagyon hamar romantikus, esetleg intim irányba terelik a kapcsolatot, ami nem ad lehetőséget a vonzalom lassú fejlődésének. Az online térben a fizikai vonzerő, más fontos adatok hiányában, túlon túl nagy hangsúlyt kap. Ha első ránézésre, vagy az első üzenetváltást követően nincs meg az a bizonyos szikra, a felhasználó tovább is lép a következő potenciális partnerre. Míg a való életben gyakran megtörténik, hogy a másik személyiségének és belső tulajdonságainak megismerése után elkezdjük őt vonzóbbnak látni, addig az online felület nem ad teret a fenti folyamat kibontakozásának.

ONLINE RANDITIPPEK

Az online társkeresés önmagában nem rossz, de érdemes kellő körültekintéssel használni, hogy a legtöbbet hozzassuk ki belőle.

1. Legyünk jelen!

A társkereső oldalak úgy teszik számítógép-kompatibilissé az embereket, hogy mindenféle kategóriákba szuszakolják őket, ami olyan érzetet kelt, mintha

termékek közül válogatnánk egy webshopban. Az ebből fakadó veszélyeket úgy kerülhetjük el, ha tudatosan jelen vagyunk, és valódi figyelmet adunk az online randipartnerünknek, úgy, ahogy azt egy közös kávézásokor tennénk. Közhelyek helyett érdemes élményszerű információkat megosztani a másikkal, hogy ténylegesen megismerhesük egymást.

2. Kommunikáljunk jól!

Az online randevőzés kiábrándító kudarca a kutatók fantáziáját is megmozgatta. Dan Ariely és munkatársai úgy döntöttek, hogy megpróbálják beépíteni az offline randizás jól működő mechanizmusait az online randizásba. Fernanda Viégas és Judith Donath a MIT (Massachusetts Institute of Technology) kutatólaboratóriumában egy olyan virtuális környezetet hoztak létre, ami a való élet tényleges interakcióit próbálta lemodellezni, ezáltal a hagyományos randevőzési folyamathoz közelíteni. Egy offline találkozó abban (is) több az online randevűnél, hogy lehetőséget ad a feleknek a közös tapasztalatszerzésen keresztüli megismerkedésre. A kutatók ezért úgy tervezték meg a virtuális környezetet, hogy a résztvevők különböző képeket fedezhettek fel (pl. művészeti alkotás, képkocka valamelyik filmből, fotók emberekről), majd csevegőablakban beszélgethettek. A látott képgyűjtemény kapcsán olyan beszélgetések alakultak ki, amik a kutatók szerint nagymértékben hasonlítottak a hagyományos randevűk kommunikációjához. A szakemberek arra is kíváncsiak voltak, hogy ez az első élmény mennyire valószínűsíti az offline-randevűt. A kísérlet során a jelentkezők részt vettek egy hagyományos online, illetve egy kísérleti-virtuális randevűn is, majd rapidrandi keretében sok emberrel találkoztak személyesen, úgy, hogy nem tudták, hogy előtte kivel beszélgettek már online (természetesen ettől még ráismerhettek a múltbeli partnereikre). Minden egyes

személyes rapidrandit követően megkérdezték a résztvevőket, hogy folytatnák-e a partnerükkel az ismerkedést. Az eredmények szerint a résztvevők kétszer nagyobb hajlandóságot mutattak, hogy a kísérleti-virtuális térben megismert partnereikkel találkozzanak, mint azokkal, akiket hagyományos-online módon ismertek meg. Dan Ariely szerint a fenti kísérlet tanulsága, hogy az online randizás folyamatát érdemes a hagyományos ismerkedéshez hasonlóvá tenni, például azzal, hogy olyan témákról beszélgetünk, mint a kedvenc tevékenységeink, könyveink vagy filmjeink, esetleg megmutatunk egy érdekes weboldalt a másikkal, vagy közös online játékot játszunk, tehát a valós találkozáshoz némileg hasonló közös tapasztalatot szerzünk, hogy jobban megértsük és megismerjük egymást.

3. Hosszú ideig tartó online randizás helyett találkozzunk személyesen!

Ne cseréljük le a valódi kommunikációt online kommunikációra! Érdemes viszonylag hamar személyesen is találkozni. Amíg ez nem történik meg, nehezen tudjuk a kategóriák mögötti embert megismerni, és azt sem tudjuk megállapítani, hogy milyen érzés vele lenni.

Huszonegyedik század ide, virtuális valóság oda, az embert és a szerelmet nem tudjuk teljes egészében leírni tudományos módszerekkel, matematikai képletekkel. Nem keverhetjük ki magunknak a tökéletes partnert a vonzó személyiségjegyek, valamint a fizikai vonzerő megfelelő arányú elegyítésével, mert minden esetben hiányozna a titkos hozzávaló. A fűszer, a kémia, az a megmagyarázhatatlan vonzalom, amit a zsigereinkben, a sejteinkig hatolóan érzünk, és amit nem lehet telefonképernyőkön keresztül sugározni, hanem személyes találkozás szükséges hozzá. Elvégre nem egy tökéletes netes profillal, hanem egy hús-vér személlyel szeretnénk leélni az életünket. ♦

hirdetés

KÉRJÜK, TÁMOGASSA ALAPÍTVÁNYUNKAT ADÓJA 1%-ÁVAL!

SZENT István RÁDIÓ

A kedvezményezett adószáma:
18578726-2-10

A kedvezményezett neve:
Magyar Katolikus Rádió Alapítvány

Eger 91,8 - Miskolc 95,1 - Encs 95,4 - Gyöngyös 102,2 - Hatvan 94,0 - Sátoraljaújhely 90,6 - Tokaj 101,8 - Törökszentmiklós 96,4



SZÖVEG –
NÉMETH ZSÓFIA, SZŐNYI LÍDIA pszichológusok

SOROZAT –
EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

AZ IGAZI CSODA

„Légy kedves mindenkihez, aki nehéz csatát vív, és ha igazán látni akarod, hogy milyenek az emberek, akkor csak annyit kell tenned, hogy figyelsz.”

Mit tehetünk azért, hogy képesek legyünk egyszerre több nézőpontból szemlélni a történeteket? Milyen eszközökkel tudják a szemlélők megállítani a zaklatást? Hogyan segíthetünk az áldozatnak? Milyen személyiség a zaklató, és milyen veszélyeknek van kitéve? Ha részletesen elemezzük „Az igazi csoda” című filmet, akkor ezekre a kérdésekre is választ kapunk.

◆ A TÖRTÉNET

Auggie Pullman, a főhős akár hétköznapi ötödikes kisfiú is lehetne: lenyűgözi őt az asztronauták élete, imád Minecraftozni és szinte mindent tud a fizikáról, de hát aki a NASA űrhajósa akar lenni, annak otthon kell lennie a tudományokban. Szüleivel, nővérével és a kiskutyájukkal él egy menő sorházban, kalandokra, barátokra, sok nevetésre vágyik. Csakhogy Auggie Pullman nem átlagos ötödikes kisfiú. 11 éves koráig az édesanyja otthon tanította, mert egy nagyon ritka genetikai betegség következtében eldeformálódott arccal jött a világra, amit a sorozatos plasztikai műtétek sem tudtak teljesen eltüntetni. Ekkor azonban az anyukája úgy dönt, Auggie-nek meg kell ismernie a valódi világot, hogy megtalálhassa benne a helyét.

Sosem könnyű egy új közösségbe beilleszkedni, pláne, ha az ember ennyire különbözik valamiben a kortársaitól. Auggie-t megbámulják, csúfolják, kiközösítik és a háta mögött kibeszélik a társai. Szerencsére a szüleivel mindenről őszintén beszélhet, valós érzelmi támogatást kap tőlük. Az anyukája az érzelmi nevelés eszközeivel él, igyekszik elmagyarázni a többi ember szándékait és a mögöttük meghúzódó lehetséges érzelmeket, míg az apukája leginkább humorral igyekszik oldani mindenki feszültségét. Miközben Auggie-nek sikerül néhány barátot szereznie és beilleszkednie az új közösségbe, a film a többi karakter szemszögéből is megmutatja az egyes helyzeteket.

Kép: IMDb



AZ ÉLET NEM FEKETE-FEHÉR

„Talán ha tudnánk, hogy mit gondolnak mások, rájönnénk, hogy senki sem átlagos, és mindannyian hatalmas tapsot érdemlünk, életünk során legalább egyszer.”

A történet ráébreszt minket arra, hogy nem minden esetben az húzódik meg a másik ember cselekedetei és kijelentései mögött, amit gondolunk. Itt van például Auggie nővére, Via, aki kamasz létére nem lázad, mert megtanulta, hogyan ne legyen láb alatt, amikor az egész család élete a kisöccse körül forog, akinek sokkal nagyobb problémái vannak, mint neki. No de mégis mit tehet egy tinédzser, ha számára a saját gondja is legalább akkora fejtörést okoz? Szerető társaságban is érezhetjük magunkat magányosnak, ha nem értő figyelemmel fordul felénk a környezetünk. Auggie pajtása, Jack sem egyszerű eset: ő a jófiú, akitől mindenki sokat vár el, mégis egy időre saját előítéletei és a megfelelési kényszer csapdájába esik. No és Via barátnője? Csupán azért távolodott el, mert fennhéjázó, népszerűsége áhítozó, felfújt hólyag lett?

Nagyon könnyen jutunk el egyik következtetéstől a másikig, miközben elfelejtjük, hogy nemcsak nekünk lehetnek övédelmi mechanizmusaink, jól kifejlesztett, társaságban felöltött álcáink, hanem a többi embernek is. Néha egy kicsit mindenki szerencsétlennek, tanácstalanak, elhagyatottnak, dühösnek, frusztráltnak érzi magát. A baj akkor kezdődik, amikor meg sem próbálunk a düh, az elutasítás vagy a szomorúság mögé tekinteni, hanem beskatulyázzuk a másikat, ami megakadályozza a valódi kapcsolódást. Máskor pedig önmagunkhoz sem vagyunk elég kedvesek és megértőek, hanem a nehezebb helyzetekben egyből olyan módon hasonlítjuk össze magunkat másokkal, hogy csak vesztesen jöhessünk ki belőle. Nekünk felnőtteknek sem könnyű egyszerre több nézőpontból szemlélni a történéseket, a gyerekek számára ez még nehezebb feladat. Amerikában a Penn Prevenciók Program (amelynek egyébként nagyon jól használható leírása magyarul is megjelent Seligman „Az optimista gyermek” című könyvében) arra tanítja a gyerekeket,



hogy a legsötétebb felhők mögött is képesek legyenek meglátni a fényt, dacoljanak a negatív gondolatokkal, hogy képesek legyenek megküzdeni a problémákkal. Ennek fontos eleme, hogy megkérdőjelezzék bizonyos gondolatok feltétlen igazságát, amelyek a velük történő események közben eszükbe jutnak. Ezt a program úgy tanítja a diákoknak, hogy egy detektív szerepébe képzelik magukat, akinek az a feladata, hogy megítélje a negatív gondolataik valódiságát és tényyszerűségét. A jó detektív nem fogadja el az első választ, ami eszébe jut, hanem listát készít, nyomokat és bizonyítékokat keres. A különféle élethelyzeteink, illetve az azokban betöltött szerepeink nem feketék-fehérek, a dolgoknak nem egyetlen oka, hanem története van. Ha így szemléljük az eseményeket, lehetőséget teremtünk arra, hogy valódi megoldásokat találhassunk a problémákra.

KÖZÖSSÉGHEZ TARTOZNI

Izgalmas kérdés, hogy melyek azok a tényezők, amelyek hozzájárulnak, hogy egy osztályközösség valóban közösséggé formálódjon és képes legyen befogadni azokat a gyereket is, akik valamiképp kilógnak a sorból. Auggie Pullman különbözősége teljesen nyilvánvaló, de érdemes felismerni: mindenki más valamiben, és bárkiből lehet áldozat, akit másnak látnak a többiek. A magukat megvédeni nem tudó diákok ismétlődően és szándékosan előforduló lelki vagy fizikai bántalmazásának a célja a többség felsőbbrendűségének demonstrálása. A hatalom eléréseért történő erőfitogtatás azonban nemcsak a bántalmazó és az áldozat ügye, hiszen nem légtüres térben történik, hanem a többi diák (illetve olykor a gyermekekre felügyelő felnőttek) is tanúi a bántalmazásnak, még ha gyakran el is fordítják a fejüket. A felnőttek felelőssége

Kép: IMDb

hatalmas, a pedagógus már azzal is sokat tehet a zaklatás és kiközösítés megelőzéséért, ha tisztelettel fordul a gyermekek felé, soha nem gúnyolja őket. Megerősíti a csoportnormát, miszerint nem bántjuk egymást, és minden ilyen esetben aktívan beavatkozik, de a bántalmazó elítélése helyett a bántalmazást utasítja el. Támogatja az áldozatot, és egyértelművé teszi, hogy a bántalmazás nem maradhat következmények nélkül. Fontos, hogy a pedagógus mindezt ne hatalmi eszközökkel, elnyomással vagy büntetéssel érje el, mert ez csak további hatalmi harcot eredményez, valamint a gyermekek ellenállását is fokozza. Talán az egyik leghasznosabb preventív eszköz a közös szabályalkotás, hiszen ilyenkor a csoport minden résztvevője érezheti, hogy aktív részese a csoportnorma kialakításának, így nagyobb felelősséget érez a betartására, továbbá a szabályok kiszámítható és biztonságos kereteket teremtenek. Érdemes játékos gyakorlatokon keresztül tanítani, hogy a problémákat és konfliktusokat miként tudjuk együttműködve megoldani, helyrehozni, jóvá tenni. Az érzékenyítésnek kiváló eszköze lehet ez a film is, illetve az azt követő beszélgetés, amelynek során a gyerekek kompetensebbé válnak mások szükségleteinek és érzelmeinek felismerésében, értelmezésében, könnyebben képzelik magukat mások helyzetébe.

A film példát mutat a bántalmazást szemlélő gyermekeknek is, hiszen nem egyszerű közbelépni, a többségtől eltérően viselkedni, kockáztatva, hogy ők is áldozattá válnak. Az is gyakran előfordul, hogy a gyerekek nem tudják, miként segíthetnének, vagy attól félnek, hogy a közbelépésükkel csak rontanak a helyzeten, esetleg azt gondolják, hogy ez az egész nem az ő ügyük. Fontos tudni, hogy a bántalmazó csak azt teheti meg az áldozattal, aminek a közösség teret enged. Már egyetlen vigasztaló szó is akkora erővel bír, ami segíthet kilábalni a helyzetből. A filmben Auggie kis barátja nem ment neki a bántalmazóknak, hanem mellé állással, vigasztalással, a társaságával és kedvességével enyhítette a helyzetet. Nem kell

bonyolult dolgokra gondolni, a KiVa, ami a legmodernebb kutatások felhasználásával készült iskolai tantervbe épülő antibullying program, ilyen végtelenül egyszerű mondatokat ajánl a szemlélőknek: „Ne is törődj velük!”, „Ne aggódj!”, „Én a barátod vagyok.”, „Kedvellek.”, „Gyere ma át hozzánk!”, „Gyere!”, „Gyere és játsz velünk!”, „Van hely ennél az asztalnál!”, „Hogy vagy?”, „Hali!”, „Menő a táskád.”

Bár a bántalmazókat a társaik népszerűnek és menőnek gondolják, de mindez látszat csupán, ugyanis ha arról kérdezzük a gyerekeket, hogy kedvelik-e őket, egyértelműen nemmel válaszolnak. A szemlélők hallgatása éppen ezt a látszatnépszerűséget növeli, ezért igen nagy a közösség felelőssége a zaklatás fenntartásában vagy megfékezésében. Azok a gyerekek, akik azt hiszik, hogy mások megalázásával lesznek népszerűek, valójában nagyon nagy bajban vannak, ugyanis a kikényszerített elismerés nem okoz valódi örömet, sőt olyan hosszú távú veszélyekkel is együtt jár, mint a szerhasználat, az agresszív problémamegoldási séma, a deviancia vagy a kriminalizálódás.

Vannak olyan iskolai programok is, amelyek pont abban segítenek a gyerekeknek, hogy a „menőseget” vagy a népszerűséget agresszió helyett azáltal próbálják elérni, hogy törődnek közösségük tagjaival. Egy budapesti általános iskolában például a lovagi életről adnak át sokféle ismeretet a diákoknak, és mindeközben folyamatosan jutalmazták a lovagi erényeknek megfelelő viselkedést, úgymint: fegyelem, figyelem, bátorság, ügyesség vagy udvariasság.

A film üzenete az, hogy változást az értő figyelem, a bajtársiasság és a bátorság hoz. Megtalálni a helyünket egy közösségben, ahol válllvetve segíthetjük egymást, miközben a társkapcsolatainkon keresztül rengeteget fejlődünk, és bátorok lenni akkor, amikor önmagunkért, vagy éppen másokért kell kiállni. Életünk végén nem arra fogunk emlékezni, mennyi pénzt kerestünk, milyen sikereket értünk el, hanem hogy kik voltak mellettünk az úton, és mi megmaradtunk-e annak, akik vagyunk. ♦

hirdetés



ÖRÖMHÍR MINDENKINEK!

FIATALOKNAK
IDŐSEKNEK
CSALÁDOSOKNAK
EGYEDÜLÁLLÓKNAK





SZÖVEG –
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –
KÖZVILÁGÍTÁS

FARSANGI ÖTLETEK

Hét. Ennyi éves 2018 legsikeresebb youtubere. Tudják, a youtuberek azok a személyiségek, akik naponta vagy hetente néhányszor rövid filmeket tesznek ki egy-egy témában a világ legnagyobb videómegosztójára, azért, hogy... – a mondat befejezése nem olyan egyszerű.

◆ Mondhatnák azt, hogy azért, hogy szórakoztassák a nézőket. Vagy fontos üzeneteket közvetítsenek, lényeges kérdésekben. De nem lennének hűek az igazsághoz. Mert valójában azért tesznek ki videókat, mert ez a munkájuk. Ez a vállalkozásuk. Ebből élnek. Így a gyermekmunka új válfaja (is) épül: ezúttal nem gyárakban, embertelen körülmények között robotolnak a kicsik, nem is színistúdiókban farsasztják magukat minifelnőttekként, hanem otthon. Saját házuk, lakásuk falai közt, saját szüleik mellett, de dolgoznak.

RYAN, A HÉTÉVES YOUTUBER 2017 JÚNIUSÁTÓL 2018 NYARÁIG MINTEGY 22 MILLIÓ DOLLÁRNYI BÉRT KAPOTT. A MUNKÁJA, HOGY KERESKEDELMI FORGALOMBAN LÉVŐ JÁTÉKOKAT MUTAT BE A VIDEÓCSATORNÁJÁN.

Annyira sikeresek voltak a hétéves kisfiú és családja véleményvideói (egyenként hét-nyolc milliós nézettséggel), hogy nemcsak a hirdetőik fizettek akár félmillió dollárt is a felületén való megjelenéséért, hanem Ryan is kibocsátott egy saját játéksorozatot. Mint egy tündermese. Vagyis inkább a „család mint termék” sztorija. Vajon Ryan is eltűnik majd egyszer a süllyesztőben, mint a legtöbb világhírű gyermekszínész? Vajon, ha felnő, akkor már nem játékokat, hanem ipari gyártó-sorokat fog véleményezni? És mi lesz a szüleivel, ha egyszer nyugdíjazza magát a youtuberségből? Mondjuk tízévesen? Mindenesetre meggondolandó, hogy idén farsangkor érdemes a gyerekeket youtubernek öltöztetni. Jó befektetés lehet.

A „prank” angol kifejezés a csínyreklám megfelelője. Azé a hirdetésé, amelyik vastos tréfát űz valamiből vagy valakiből, általában azért, hogy terméket reklámozzon. Ezt a műfajt használta fel 2018 telén a Payless (Fizess kevesebbet) amerikai online cipőáruházlánc, amely 20–30 dollár (7 000–8 000 forint) vagy az alatti, trendi, olcsó cipőket árul. Miután csődközeli helyzetbe kerültek, szerették volna „újrapozicionálni” lábbelijeiket. Úgyhogy Santa Monicában, egy korábbi Gucci bolt helyén pár napra nyitottak egy szuperelegáns üzletet, Palessi néven (a Payless-t olaszosították). Mindent kitaláltak a mutatványhoz: angyal állt a csillivilli helyiség bejáratánál, amelyben a Payless olcsó, 20 dolláros cipői voltak kiállítva, ezúttal 200 és 700 dollár között áron. A proccos megnyitóra meghívták a legismertebb divat-youtubereket, akik mohón vetették rá magukat a műbőr darabokra, áradoztak azok stílusáról, anyagminőségéről, egyediségéről. Ömlengve mondták kamerába, hogy ezeket is adnának értük. És megvásárolták ezeket, igen, súlyos dollárszakért. Aztán kiderült az igazság.

A HOZZÁÉRTŐ, MILLIÓK ÁLTAL ÜNNEPELT YOUTUBE-VIDEÓTANÁCSADÓK SZEMBESÜLTEK AZZAL AZ ÖRÖKZÖLDDDEL, HOGY HA DRÁGA VALAMI, AZT IS ELHISZIK RÓLA, HOGY FANTASZTIKUS.

Persze, azért visszakapták a pénzüket és megtarthatták az olcsó, de, mint kiderült, szerintük briliáns darabokat. A Palessi márka két napig élt. De jó farsangi mulatságot csinált. Bebizonyította, hogy nem minden az, aminek látszik. ◆



JÓSZOLGÁLAT
díj | 2019

A CSELEKVÉS DÍJA



789 JELÖLÉS,
KÖSZÖNJÜK!

KÖVESS MINKET ÉS ISMERD MEG
FEBRUÁR 10. UTÁN AZ ÚJ ÉVAD
SZOCIÁLIS MUNKÁSAIT, SZERVEZETEIT,
ÖNKÉNTES ÉS CIVIL DÍJAZOTTJAIT!

WWW.JOSZOLGALATDIJ.HU
FACEBOOK.COM/JOSZOLGALATDIJ

Twickel Szőlőbirtok

MAGYARORSZÁG EGYIK
MEGHATÁROZÓ BORÁSZATA

TÖBB ÉVTIZEDES TAPASZTALAT

KÜLÖNLEGES BORCSALÁDOK

ÍZEK. MINŐSÉG –
MINDEN KORTYBAN!



TWICKEL



A JÓSZOLGÁLAT-DÍJ FÓTÁMOGATÓJA A TWICKEL SZŐLŐBIRTOK KFT.



SZÖVEG –
UNGVÁRY ZSOLT

SOROZAT –
CSALÁDI TÖRTÉNETEK

AZ ÉVEK SÚLYA

Fiatalembernek szólítottak a postán. Mondanám, hogy jólesett ötvenegy évesen ilyet hallani, de azért anakronisztikusnak is tartom. Jó, tudom, minden relatív, öregszik a társadalom, kitolódik az átlagéletkor, hiszen régebben ilyenkorra tisztességes ember már meg is halt.

◆ Az állatvilágban mintha nem lenne akkora szórás egy-egy fajon belül a várható élettartamban, mint az embernél. (Persze sokat számít, hogy valaki hol foglal helyet a tápláléklánban, de az embernek csúcsragadozóként emiatt nem kell aggódnia.) Hajlamosak vagyunk azt hinni, hogy életünknek van valamilyen kifutása, célja, amit a halál logikusan zár le. Ennek csak látszólag mondanak ellent az olyan gikszerek, mint Petőfi, Szent Imre herceg, Kaszap István vagy Bogner Mária Margit, hiszen – főképp az utóbbi kettőnél – a korai eltávozásnál hangsúlyosabb a gyors mennyei születésnap. Olyanok is akadnak, akik éppen halálukkal, annak módjával és idejével teljesítik be addigi életüket. Elég az aradi vértanúkra, esetleg Apor Vilmosra vagy Maximilian Kolbéra gondolni.

A hosszú földi életet egyfajta isteni adománynak tartók (akik hajlamosak elfelejteni, hogy a keresztény tanítás sosem ebben a világban ígérte az üdvösséget, Jézus is inkább üldöztetésekkel és keresztekkel „bízatta” követőit földi zarándokútjukon) gyakran szembe-sülnek azzal a kérdéssel: miért élnek meg matuzsálemi kort nyilvánvalóan gonosz és rossz emberek? Biszku Béla 95, a rettegett ÁVH-s vezér, Péter Gábor 87, de még Gerő Ernő is 82, Rákosi Mátyás pedig 79 évesen hunyt el. Hogy nekik mit és miképpen kellett levezekelniük, azt csak a Mindenható tudja.

MINDENESETRE AZ EMBERRÉ LETT ISTENNEK 33 ÉV IS ELEGENDŐ VOLT A VILÁG LEGFONTOSABB DOLGAINAK ELRENDEZÉSÉRE, ÉS AMINT EZZEL VÉGZETT, VISSZATÉRT A MENNYBE.

Ugyanakkor Görgey Artúr, miután túlelt életé legnagyobb, legfontosabb eseményén, megvívta a szabadságharcot, eljutott karrierje csúcsára, majd a világosí fejeletéssel mindezt lezárta, még 67 esztendőit élt, 98 évesen halt meg. Kossuth 92 évesen, 45 évvel kormányzósága után hunyt el Torinóban, anélkül, hogy 1849 után a lábát újra magyar földre tette volna. Placid atya, akit a szovjet megszállás után koncepció perben elítéltek, 10 évet töltött a Gulágon. A hatalmas birodalom, a Szovjetunió – és annak ördögi rendszere – mindent elkövetett, hogy elpusztítsa őt, végül mégis hazatért, és bő negyedszázaddal élte túl a kommunizmust. 2016 decemberében, századik születésnapján nagy szeretetben ünnepelték őt a hívek és a tisztelők; rá egy évre a bolsevik hatalomátvétel századik évfordulója szinte elsikkadt, hívek és tisztelők pedig jószerivel nem is akadtak.

A cikk írásakor viszont meggyőződhettem arról, hogy a legegészségesebb állás az elmúlt időszakban az amerikai elnököké volt; az 1974 és 1993 között hivatalt viselők közül Ford 93, Reagan 93, Bush 94 évesen halt meg, Carter pedig jelenleg 94 esztendő. ◆

Családoknak szeretettel

Maradjunk még! Megéri.

-20%

4 éj Éld át!

-15%

3 éj Fedezd fel!

-10%

2 éj Próbáld ki!

Az év
legalacsonyabb
áraiból adjuk
a kedvezményt!

03.14-ig!



Kolping Hotel**** Spa & Family Resort
8394 Alsópáhok, Fő u. 120. • Tel.: (+36) 83 344 143
sales@kolping.hotel.hu • kolping.hotel.hu/kepmas



SZÖVEG –
JOÓS ANDREA

SOROZAT –
TANÁROK TITKOS ÉLETE

VIDEÓFELELET

Kicsit furcsán, féloldalasan tartja a fejét. A hangsúlyozása szintén fura, nem értem, miért beszél így – az egyértelmű, hogy nem olvas. A videó szabályszerűen háromperces, a felelet összefüggő, jól szerkesztett, a diák ügyesen beszél a témáról. Mégis, valami nem stimmel az egész dologgal, keresgélem a probléma forrását, újranezemelem a videót. És akkor megtalálom!

◆ A videófelelet „intézménye” nem újdonság a Tanárok titkos élete rendszeres olvasóinak: a diákoknak lehetőségük van így is jegyet szerezni. Feladatuk, hogy három percig összefüggően beszéljenek egy adott témáról (pl. a bőr egészsége), a jegyzetükbe néha kipillanthatnak, és valamikor a videó során be kell mutatniuk egy általuk készített illusztrációt is (pl. a bőr rétegei). A módszer egyrészt alternatívája a klasszikus és szerintem roppant életidegen feleltetésnek, valamint kiváló eszköz a verbális, az információs és kommunikációs technológiákhoz kötődő készségek, valamint a kreativitás fejlesztésére – arról nem is beszélve, hogy a szaknyelvi kommunikáció és az önálló problémamegoldás is erősödik általa.

De persze az élelmes diákok itt is csálnak.

A felolvasást a híradón edzett generáció tagjaként könnyű kiszűrni, az ilyen videókat visszaküldöm.

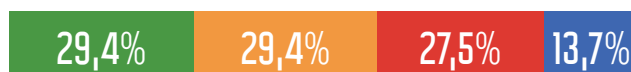
Ebben a szituációban a puskázás eleve kizárt – vagyis inkább elvárt, hiszen saját jegyzetükbe vagy a könyvükbe bármikor kinézhetnek a diákok, ezzel nincs is probléma. Mi a helyzet azonban a sűgással? A bevezetőben tárgyalt esetben pont ez történt: a diákot elárulta a zsebéből kilógó fülhallgatókábel. Elképesztő élelmességgel előre felmondta magának az anyagot a telefonjára, majd azt fél füllel hallgatva adta elő a videófeleletet. Mivel a szabályokat megszegte, a felelet értékelhetetlen, viszont az anyagot sokkal jobban megtanulta, mint azok a társai, akik „csak simán” elkészítették a videót, hiszen legalább kétszer annyi időt töltött a feladat elvégzésével.

ELKÉPESZTŐ ÉLELMESSÉGGEL ELŐRE FELMONDTA MAGÁNAK AZ ANYAGOT A TELEFONJÁRA, MAJD AZT FÉL FÜLLEL HALLGATVA ADTA ELŐ A VIDEÓFELELETET.

A diákok többsége láthatóan méltányolja ezt az értékelési típust, és azt érzi, végre olyan feladatot kap, aminek több köze van a való élethez, hiszen az élete során sosem fog olyan helyzetbe kerülni (az egyetemi vizsgákat leszámítva), ahol legalább egy jegyzetet ne használhatna beszéd közben. Mindazonáltal az év végi anonim visszajelzésekben világosan látszik, hogy önmagában ez a módszer sem elég az üdvösséghez: a diákok csupán 60 százaléka tartja jobbnak a klasszikus számonkérési formáknál:

A VIDEÓFELELET...

51 válasz



- Király, remekül tudok rá készülni és tükrözi a tudásomat.
- Jobb, mint a megszokott, tükrözi a tuásomat.
- Katasztrofális, semmi értelme, nem tükrözi a tudásomat.
- Rosszabb, mint a megszokott számonkérés, nem tükrözi a tudásomat.

A videófelelet ezért a tanév során kiegészült a csoportos dolgozattal, online tesztírással, fakultatív óra eleji röpdolgozattal, klasszikus témazáróval és kiselőadással, amelyek egymást kiegészítve a lehető legtöbb készséget

fejlesztik, miközben a lexikális tudás számonkérésének egyeduralmát megtörik. A célok között a túlterhelt, stresszel és komoly szorongási problémákkal küzdő diákok tehermentesítése is szerepel. És bár év elején nem készítettem felmérést a klasszikus értékelési módszerekhez fűződő tapasztalataikról, az év végi visszajelzések az élménybiológia-módszerek kapcsán önmagukért beszélnek:

AZ IDEI SZÁMONKÉRÉSI FORMÁK...

51 válasz



- Nagyon tetszettek, nem voltak stresszesek.
- Jók, kevésbé voltak stresszesek, mint a megszokott.
- Nem túl jók, ugyanolyan stresszesek voltak, mint a megszokott.
- Rosszak, rettenetesen stresszesek voltak.

Itt már látszik, hogy bőven megvan a kétharmad, összességében csökkent a diákok stressz-szintje. A kapott szöveges visszajelzések egyértelműen a feladatok újszerűségével és az értékelés bizonytalanságával magyarázzák a stressz jelenlétét, avagy:

„Más, mint a megszokott, és bár a régi sokkal rosszabb volt, mint ezek az új számonkérések, mégis, azoknál már legalább tudtam, mire számíthatok és mennyi energia kell a kettes összehozásához. Idén minden bizonytalan volt.”

„Igyekeztek jó tanár lenni és fejlődni próbál, amit ez a kérdőív is mutat. Megszerintem kreatívan tanít, nagyrészt vidáman és lelkesen. Érdekes megoldásai vannak, amelyeket először nehéz volt elfogadnom, megszoknom, de aztán egyre közelebb kerültek hozzám.”

„Olyan képességeket is fejleszt, amit nem feltétlenül csak a biológiával kapcsolatban tudunk majd használni (pl. a videófelelet fejleszti az előadókészségünket), innovatív és mer hibázni előttünk.”

A számonkérési rendszer a videófelelettel együtt tehát marad, a feladatok finomítására és a konzekvens értékelésre viszont szükség van. ♦

VEDD ÁT INGYENES PROMOBX VÁRANDOSCSOMAGODAT -BAN!

AZ  **alma** gyógyszerárak



ÁTVEVŐKÓDODAT AZ ÉDES KISBABÁM MOBIL ALKALMAZÁSBÓL TÖLTHETED LE!



www.edeskisbabam.hu



Az első pillanattól...

www.promobox.hu
varandoscsoomag@promobox.hu



SZÖVEG –
VANYOVSZKI MÁRIA

A Salon
BUDAPEST

KÉP –
PÁCZAI TAMÁS
ILLE-OLLA

ALKOTNI ÉS SEGÍTENI

Hitvallás az Illéssy ikerpártól

Illéssy Katával pontban 12-kor egyszerre érkezünk a showroomba. Testvére, **Illéssy Lenke** később tud csatlakozni. Egy gimnáziumban tartottak vendégórát, a vállalkozói életnek olyan gyakorlati aspektusaira hívták fel a figyelmet, amelyeket immár tíz éve tapasztalnak. Ruházati márkájuk, az **ille-olla** elsősorban színes, praktikus, saját stílusjegyeivel minden más terméktől jól elkülöníthető kabátjairól ismert.

◆ „Úgy álmodtuk meg a márkát és a termékeit, hogy az élet minden területére kínáljunk darabokat – meséli Kata. – Így, mivel a legtöbb nő életéhez hozzátartozik a várandósság és a kismamalét, kabátjaikhoz babahordozó betéteket is készítünk.”

Lenke ösztöndíjjal tanult Finnországban, amikor kitalálta, hogy kismamának fog ruhákat tervezni, a márkanév is innen származik (finnül olla rascana = kismamának lenni). A paletta azóta változott, sokat bővült, de az észak-európai letisztult dizájnt továbbra is tartják, ami élénk színekkel és számtalan praktikummal társul. „Színesíteni akarjuk az embereket. Amikor rossz időben a város olyan szürke, mennyivel jobb lenne, ha mindenki a szivárvány színeiben pompázna.” A testvérpár számára fontos a funkcionalitás is: kabátjaikat vízálló, szélálló és légáteresztő, úgynevezett softshell anyagból készítik. Fontos még számukra, hogy kicsitől a nagy méretekig elérhetőek legyenek a termékeik. Darabjaik sokféleképpen variálhatók, és figyelnek az alkati sajátosságokra is:

„Hiszünk abban, hogy a nőknek nem szabványnak kell lenniük. Hogy mindenki úgy szép, ahogy van. Egy színnel vagy egy formával az egyéni szépséget lehet hangsúlyozni.”





HA HANGULATOS BUDAI SHOWROOM IGAZI VENDÉGFOGADÓ TÉR

„Vannak hazai és külföldi viszonteladónk, de itt, a showroomban is értékesítünk. Szeretem nagyon. Ha valaki idejön, beszélgetés nélkül nem hagyja el a terepet. A vágyam egy olyan közösség létrehozása, ahol a nők kihozhatják magukból és egymásból azt, ami bennük rejlik. Napjainkban a nőkben látom a lehetőséget, hogy valami mást hozzanak a világba, és az jobb felé vegyen irányt. Ehhez szükséges egy feltöltő közeg, ahol a nők ki tudják magukat beszélni, együtt tudnak alkotni, megosztják a tapasztalataikat, tágítják a látókörüket. A nők felelősségét látom abban, hogy a következő generáció merre veszi az irányt, hiszen ők vannak a legnagyobb hatással a gyerekekre már a fogantatás pillanatától kezdve.”

LELKÉSZNEK KÉSZÜLT, DIVATTERVÉZŐ LETT

Ebben a pillanatban érkezik meg Lenke másfél éves kislányával, Blankával.

„Íme Lenke, akivel majdnem egyformák vagyunk, de mégsem” – mutatja be Kata ikertestvérét.

Lenke a márka tervezője, aki a vállalkozást a MOME elvégzése után indította. Ehhez csatlakozott hat éve közgazdászként és stylistként Kata. Gyerekként sokkal inkább Kata volt a divatrajongó, Lenke lelkésznek készült, míg nem a dédmama a lábball hajtós Singer varrógépen megtanította varrni.

„Bejelentettem a szüleimnek, hogy varrónő szeretnék lenni. Polgári értelmiségi családról lévén szó, szüleim annyit fűztek hozzá, hogy jó, de keressünk hozzá valami magasabb szintű végzettséget. Így esett a választás a MOME textiltervező szakára. Volt idő, amikor nagy lelki tusám volt, hiszen a divat és a lelkészi hivatás eléggé messze esik egymástól. Ezért a tanári szakot is elvégeztem, illetve cserkészkedtem, mivel fontosnak tartottam a tanítást, hogy átadjuk a tapasztalatainkat a fiataloknak. A divattal közben arra jutottam, hogy a lényeg a mérték. Mértéket kell tartani, és akkor az sem bűnös dolog. Sőt, így is tudok olyat alkotni, ami Istennek kedves. Az, hogy elsőre fölvettek a MOME-ra, hogy több ösztöndíjat megkaptam, hogy folyamatosan díjakat nyertem, mind igazolták, hogy áldott tevékenység az, amit csinálok. Amikor dolgozni kezdtem, a vállalkozásomat is fölajánlottam Istennek. Összességében érzem a kegyelmet és a gondviselést. Ma sem a divatért rajongok. Az ember, a forma, az anyag és a technológia az, ami izgat. Én megtalálom az anyagban a formát, Kata pedig a formában a nőt. Nemcsak ruhát javasol, hanem összekapcsolja egy segítő tevékenységgel. Így a márkaépítésünk sem a szokásos üzleti fogásokkal alakul, hanem olyan egyéni programok révén, mint pl. az Around the World, a márkanagyköveteink és az „egy-más közt” programjaink.”

EGYMÁST ERŐSÍTIK

„Azt tapasztalom, hogy nagyon hasonló lelkiületű embereket vonz be a termékünk – meséli Kata. – Vásárlóinkat megkértem, hogy küldjenek magukról képeket ille-olla kabátban, hogy összekapcsoljuk őket. Így alakult az Around the World kampány a világ minden tájáról kapott fotókból. Nemcsak ruhát szeretnénk eladni, hanem közben értéket teremteni és közvetíteni, és ehhez közösséget építeni. Időről időre nagykövetnek is egy olyan személyt kérünk fel, aki vásárlónk, közel áll hozzánk, látjuk, hogy valami értéket teremt és képvisel. Készítünk vele egy interjút és egy képsorozatot, ami felkerül az oldalunkra. Az életmottóját megosztva egymást is erősítjük.”

„A közösségben gondolkodás mindkettőnknek erőssége – fűzi hozzá Lenke. – Ez valószínűleg az ikerségből is ered: gyerekként soha nem voltunk egyedül, mindig párban gondolkoztunk. 2008-ban egyedül indítottam a márkát, de amikor az első fiam megszületett, jött Kata, hogy átvegyen feladatokat. A váltás ugyanakkor nem volt zökkenőmentes. De ahogy egyre inkább anya lettem és hátrébb vonultam, Katának egyre nagyobb tere lett, és egyre több lehetőséget látott benne. Újra össze is kellett szoknunk, mivel fiatal felnőttkorunkra eltávolodtunk egymástól. Sokszor előfordult, hogy ha a mi kapcsolatunk nem volt jó, az meglátottam a számokon. Mostanra szépen összecsiszolódtunk, ami hozzájárul a növekedéshez.”

Kérdésemre, hogy hol látják magukat két év múlva, egymás szavába vágva mesélnék az NKA-pályázatról, amely lehetőséget ad, hogy Lenke különböző testalkatok számára kísérletezze ki az ideális formát; megalkossák az ehhez kapcsolódó nemzetközi hálózat tervét, amely az adott ország helyi szokásait és lakóinak testi sajátosságait figyelembe véve viszi majd tovább az ille-olla formákat; és persze a legnagyobb álmot, a női alkotóház megvalósítását.

„Már az elején az volt a célom, hogy a munkám által ne csak magamat tegyem boldoggá, hanem környezetemet, a munkatársaimat is. Hogy megbecsülést és megéltést adjak nekik. Tíz-húsz éven belül pedig, amikor a vállalkozás megengedheti magának, legyen egy olyan alkotóház, ahol lehetőséget teremtünk magunknak és másoknak adni, tanítani és tanulni” – vázolja fel a vágyott jövőt Lenke.

„A törekvést a folyamatos fejlődésre, a fejlesztést, keresést, megújulást mindig szem előtt tartjuk, és ez visz bennünket előre. Ha jön egy új gondolat, utánajárunk, a lehetőségeket megfontolva a megfelelőt kiválasztjuk, teszünk érte. Valljuk, hogy az utat végig kell járni annak érdekében, hogy kellően megerősödjünk és képesek legyünk arra, hogy még több embernek segíthessünk” – foglalja össze munkamódszerüket és hivatásukat Kata. ♦





SZÖVEG –
TOLNAI NÓRA sportszakpszichológus
SOROZAT –
BEMELEGÍTÉS

A HEGYRŐL LE IS KELL JÖNNI

Mi kezdődhet el a sportkarrier végével?

Az élsport teljes embert követel. Ha elköteleződünk mellette, az sok lemondással jár: anyagi áldozatot igényel, baráti és családi kapcsolatokat tesz próbára, háttérbe szoríthatja a párkeresést és a továbbtanulást is. De egyszer minden sportkarrier véget ér, és ez nagyon gyakran olyan érzés, mintha a sportoló elveszítené önmagát. Egykori versenyzőként egyszerre megszűnik identitásának legfőbb forrása. Persze tudja, mindig is tudta, hogy egyszer vége lesz, de tudni nem elég...

◆ NEM CSAK A CÉLVONAL ÉS A GYŐZELEM LEHET BOLDOGSÁG!

Az életben szükségünk van kihívásokra, de ez a versenysporton kívül másban is megtalálható, feltéve, hogy érmek és kupák nélkül is értékesnek tudjuk látni magunkat. A versenyzés óriási energiákat követel, nem lehet élethosszig csinálni. Ráadásul – abból kiindulva, hogy szükségünk van önmagunk meghaladására – egyre többet és többet kellene letennünk az asztalra, ami lássuk be, egy idő után nem megy. A sportkarrier csúcsára érve az út már nem felfelé vezet. Az előttünk álló hegyet megmáztuk, de le is kell róla jönni – s nem mindegy, ezt hogyan tesszük. Ha valaki ragaszkodik hozzá, hogy fent kell maradni, de már nem tud, akkor csalódott lesz, és saját értékességét fogja megkérdőjelezni. Le kell jönni tehát a hegyről, és másik hegyet találni. Másik ösvénnyel, ami minőségében is más, mert ha csupán a mennyiség dimenziójában hasonlítunk, ugyanazon elvárások mentén, akkor borítékolt a csalódás. Sokan ilyenkor hagynak fel teljesen a sporttal, mert ugyanazt már nem képesek teljesíteni, de az elvárás megmarad ugyanolyannak – így bizonytalanná és frusztrálttá válnak, elégtelennek érzik magukat. A versenyzés után minőségében is másfajta ösvény kell, erre rátalálni egyáltalán nem könnyű feladat.

Kép: Profimedia – Red Dot



ANNYIRA ERŐS AZ ÉLSPORTOLÓI IDENTITÁS, HOGY ANNAK ELVESZTÉSE EGY SPORTOLÓ ÖNÉRTÉKELÉSÉNEK EGÉSZÉT MEGINGATJA.

Választ kell találnunk arra, hogy:

– Mit szeretnénk? Miben lehetnénk még jók?

– Hogy tudunk örömet lelni az életben és a sportban a teljesítményelvárások megváltoztatásával?

– Mi a fontos most számunkra? Lehet, hogy a család-alapítás lép első helyre, és az aktív versenyzés hátrébb szorul. Hogy tudom ezt elfogadni úgy, hogy ne éljem meg kevésnek azt, amit a sportban nyújtok?

Kezdjük el elismerni, sikerként kezelni azokat a dolgokat, amelyeket más fronton teszünk, erősítsük, fejlesszük a többi szerepünket! Az eredmények helyett a teljesítés folyamatára fókuszálva megőrizhetjük testi-lelki egészségünket. Lehet, hogy volt egy álmunk,

vagy tehetségesnek bizonyultunk még valamiben a sport mellett. Mi volt az? Belevághatunk?

A civil karrier felépítése legalább akkora erőfeszítést kíván, mint a sportkarrieré. S ebben jól jönnek a sportban elsajátított skillek: az alázat, a fair play, a kitartás, az együttműködés, a célállítás, az elhivatottság, a célelés. Ezek olyan dolgok, képességek, amelyek az élet többi területén is kamatoztathatók. Ha ki tudtunk teljesedni a sportban, másban miért ne tudnánk? Ennek lényegi eleme, hogy a fókusz átkerüljön arra, ami a jelenben fontos. A tapasztalat az, hogy valami újnak, jónak az építgetése, kibontása képes betölteni az űrt. De idáig is el kell jutni, és ez nem megy egyik napról a másikra, hiszen

rengeteg félelmet, bizonytalanságot kell legyőzni. Ami vár ránk, az ismeretlen, és az ismeretlen ijesztő. Meg kell küzdeni hozzá saját félelmeinkkel, és megtanulni értékelni a lépéseket. Nem könnyű új célok mentén definiálni magunkat: lehet, hogy eddig elképesztő eredményeket értünk el, most pedig más a cél. Kezdjük el ahhoz mérni magunkat, ami most összeegyeztethető az életünkkel! Segíthet az is, ha vissza tudunk emlékezni, miért kezdtünk el sportolni gyerekként. Jó eséllyel nem másért, mint magáért a sport öröméért. Most éppen ezt akarjuk elvenni magunktól?

Ha csak az eredmény a jó, akkor mókuserékbe kerülünk. Elkezdünk függeni tőle: ha elérjük, örülünk, ha nincs eredmény, akkor kevésnek érezzük magunkat. Nem azt mondom ezzel, hogy nem kellene célok, s ne kellene tenni az elérésükért. Épp ellenkezőleg: nagyon fontos, hogy olyan célt állítsunk fel, ami elérhető, belátható és harmóniában van az életünkkel. Máskülönbent azt fogjuk érezni, hogy mindenhol csak elveszünk, és sehol nem vagyunk ott igazán, s így a végén mi magunk is elveszünk.

Amit keresünk az eredmények által, az a kiteljesedés és boldogság. Ugyanakkor minden egyes eredmény csak ideig-óráig képes elégedettséggel eltölteni minket. Mert az önbecsülés és önelfogadás nem kívülről érkezik, nem a külső ingerek – és az egyre nagyobb és nagyobb sikerek – adják. Ezért bátran kérdezzessük magunkat, hogy mire vágyunk, mit szeretnénk! Kezdjük el kicsomagolni saját belső valóságunkat, az érzéseinknek, vágyainknak teret adva. Így szép lassan eltűnhet a teljesítményhajsza az életünkéből, mert egész egyszerűen már nem lesz rá szükségünk.

ÖSSZENYOM A SZÜKSÉGLET VAGY VEZÉREL A VÁGY?

A versenyzés lényegéből fakadó ingerek és az általuk keltett érzések a mindennapi életben nincsenek jelen, s ez megviselheti az egykori sportolót. Talán még maga sem érti, mi a baja, csak azt érzi, semmi nem tölti fel eléggé, és nem tud igazán örülni semminek. Pedig teljesen természetes érzésről van szó: ha megszokjuk, hogy valami egy bizonyos ingererősséggel működik, akkor ahogy alábbhagy, keletkezik egy hiány, egy veszteség. Ezzel pedig valamit kezdeni kell. Az olimpiai vagy világbajnoki aranyhoz valóban kevés dolog hasonlítható. Át kell

kalibrálni a gondolatokat, mert ha mindent a bajnoki címhez mérünk, akkor semmi nem lesz elég. Segít, ha képesek vagyunk összeegyeztetni, hogy mik azok a dolgok, tevékenységek, amelyekben örömmel leljük, amelyeket élvezettel végzünk. Így rájöhetünk, hogy az identitásunkat nem csak a sportolói szerep határozza meg: annyi minden más van, amiben mi MI vagyunk. Ami rólunk szól. Azonban lehet, hogy ehhez terápiás segítségre lesz szükségünk.

Annyira erős az élsportolói identitás, hogy annak elvesztése egy sportoló önértékelésének egészét megintgatja. Nehéz ilyenkor egyedül kivirágoztatni más szerepeket és értékesnek látni azokat. Sok egykori sportoló érzi úgy, valami végleg elmúlt. Ezt tényleg fel kell dolgozni, és aztán meg kell újulni: felfedezni belső értékeit és kompetenciáit. Ha úgy látják, a versenysport nélkül nincs semmijük, az depresszióhoz, önértékelési problémákhoz, szorongáshoz vezet. És megtörténhet, hogy elfordulnak mindentől, ami örömet jelenthetne. Hobbiból sportolni nem kihívás – tartják. Pedig éppen a mozgás az, ami sokat segíthet. Aki mindig sportolt, önmagát a mozgásos cselekvések által fejezte ki, egész lényében nyilvánult meg, az úgy érezheti, mintha eltűnt volna egy érzékszerve, ha megfosztja magát a sporttól. A sporthoz tehát jó továbbra is kapcsolódni, és közben dolgozni az új szerepek kimunkálásán: karrieren, hobbisportolóvá váláson, mozogni csak a sport öröméért, esetleg ifjú sportolók mentorálásával foglalkozni, a saját tapasztalatok átadásával segíteni mentális és fizikai felkészülésüket, és új társas kapcsolatokat építeni.

A sportolói létből a civil létbe váltani még sikeres sportkarrier esetén is küzdelmes, de még nehezebb, ha a végét nem döntés, hanem – például sérülés következtében – a kényszer szüli, amikor még talán nem is állt pályája csúcán az illető. Ilyenkor a sportoló teljesen váratlanul szakad ki abból, ami addig egész életét meghatározta, és ezt a veszteséget meg kell gyászolni. A családi, szociális támasz nagyon fontos ebben a helyzetben, de egy szakember segítsége is sokat jelenthet az elfogadás terén: nehéz a veszteségből eljutni oda, hogy a történetk végül minden elemükkel együtt integrálhatók legyenek az énképbe és életútba. Ez a folyamat azonban szükséges ahhoz, hogy megtalálja önmagát, új értéket teremtsen, és életét jelentéstelnek élhesse meg. ♦



OLVASSA A KÉPMÁS DIGITÁLIS VÁLTOZATÁT!

Nem kell tárolni, virtuális könyvespolcán bármikor elérí



Ajándékba
is vásárolható



Kiadványát
több eszközön
is elérheti



Pár kattintással
azonnal olvasható,
előfizethető

WWW.DIGITALSTAND.HU/KEPMAS

Az Atlanta Falcons gigantikus stadionja előtt egy főként fémből és fából készült sólyom vigyázza a bejáratot.

A műremeket egy fiatal **magyar** képzőművész tervezi.



Miként lesz egy **pesti srác** nagymenő a világban?

GYŰJTŐ

Minden szerdán a Trend FM-en
15.30-tól



Hallgassa további
érdekességekért

a kultúra és befektetés világából

TREND  FM ^{94.2}
Gazdaság és Kultúra

www.trendfm.hu



SZÖVEG –
SZABÓ EMESE

SOROZAT –
UTÁNAJÁRTUNK

KIT ENGEDJÜNK BE A LAKÁSUNKBA?

Már a gyerekek is tudják, hogy idegeneket a lakásba beengedni nem szabad, idős emberek mégis gyakran válnak beengedett tolvajok áldozatává. Ráadásul demensnek sem kell lenni ahhoz, hogy nehéz legyen eldönteni, valóban rendőr vagy egy közműcég munkatársa nyomja-e a csengőt.

◆ Több olyan esetről is tud a rendőrség, ahol álrendőrök követtek el bűncselekményt. Tavaly nyáron volt például olyan ügy, amelynél a piacról követtek hazáig egy újbudai idős embert, majd magukat rendőrnek kiadva bementek a lakásába is. Olyan is előfordult, hogy egy fiatal férfi kopogtatott rendőrként egy asszony ajtaján, amikor pedig hamis jelvényt is lobogtatott, a hölgy beengedte. Arra hivatkozva, hogy sok a környéken a betörés, megkérdezte, nem loptak-e el valamit a lakásából, és érdeklődött az iránt is, hol tartják az értékeket. Később a hölgyet – miután egy másik férfi is megérkezett – arra kérték, öltözzön át, mert autóval elvinnék a kapitányságra, ahol jegyzőkönyvbe vennék az értékeit. Míg az asszony ruhát váltott, a férfiak az értékekkel távoztak a lakásából. Máskor az elkövetők police feliratú rendőrigazolvány-tok bemutatásával adták ki magukat rendőrnek, majd azt mondták, a társasházban betörés történt, ezért szükséges, hogy ellenőrizzék és lefotózzák a lakók értékeit. Miután a gyanútlan áldozat megmutatta, hol tárolja a pénzét, a tolvajok elterelték a figyelmét, majd megléptek a bankokkal. Arra is volt példa, hogy rendőregyenruhát viselő elkövetők jutottak be lakásokba azzal az indokkal, hogy távfelügyeletet szeretnek fel.

A GYANÚ ÁRNYÉKA

A rendőrség több ilyen ügyet is felderített, de a próbálkozások rendszeresek. Ráadásul ahhoz még idősnek sem kell lenni, hogy valaki elbizonytalanodjon az egyes szituációkban, később pedig emiatt a tényleges rendőrök munkáját akadályozza, és velük se akarjon szóba állni. Ismeretségi körünkben is volt arra példa, hogy a házba civil nyomozók csöngettek be, igazolványt mutattak, majd betörésekről, esetlegesen eltulajdonított tárgyakról érdeklődtek. Vélhetően érezték, hogy az érintettnek vannak fenntartásai személyazonosságukkal kapcsolatban, mert a beszélgetés végén egy cetlire felírták a nevüket, és megadták a telefonszámukat annak érdekében, ha előkerülnének új információk. Az alapján már más forrásból is lehetett ellenőrizni kilétüket.

AZT, HOGY MI ALAPJÁN, ILLETVE HOGYAN MEHET BE RENDŐR A LAKÁSBA, TÖRVÉNY HATÁROZZA MEG. AZ ÍRJA ELŐ, HOGY HA AZ OTT ÉLŐK NEM AKARJÁK BEENGEDNI, AKKOR HATÓSÁGI HATÁROZAT NÉLKÜL MÉG VALÓDI RENDŐR SEM LÉPHETI ÁT A KÜSZÖBÖT.





Ez alól csak az kivétel, ha az intézkedésre segélyhívás, öngyilkosság vagy bűncselekmény elkövetésének megakadályozása miatt van szükség. Ugyancsak kivétel, ha a rendőr büntetőeljárás terheltjét akarja előállítani. A kivételek közé még olyan érthető okok tartoznak, mint az életet vagy testi épséget fenyegető közvetlen veszély elhárítása, a rendkívüli vagy tisztázatlan okból bekövetkezett halálesettel kapcsolatos intézkedés, vagy éppen a végrehajtási eljárás lefolytatása. Az viszont nem lehet ok, hogy a rendőrnek nyomozás vagy környékbeli bűneset miatt kell a lakásban érdeklődnie. Azt sem szabad elfelejteni, hogy a becsöngető rendőrnek igazolnia kell magát: a szolgálati igazolványt és az azonosító jelvényt a polgári ruhában intézkedő rendőrök is mindig felmutatják. Az, aki szeretne megbizonyosodni arról, hogy az intézkedő személy valóban a rendőrség hivatásos állományú tagja, a 112 segélyhívó számot tárcsázhatja.

KÖTELEZŐ KÖZMŰVEK

A közműcégek munkatársainak beengedése szintén vehet fel kétségeket, pláne, hogy a nagy fluktuáció miatt egyáltalán nem biztos, hogy az óraleolvasást mindig ugyanaz a személy végzi, és így arca ismerős. Emiatt ilyenkor is fontos meggyőződni arról, hogy a becsengető tényleg az, akinek mondja magát. Erről több közműcég-nél is érdeklődtünk, és hasonló tájékoztatást kaptunk. A leolvasók mindenhol rendelkeznek igazolvánnyal, amelynek felmutatása kötelező, továbbá a ruházata is lehet céglogó. Akit ez nem győz meg, annak

az ügyfélszolgálati telefonszámokon tudnak segíteni az ügyintézők. Segítséget jelent az is, hogy egyáltalán várható-e leolvasó érkezése. Az E-ON például nem küld külön értesítést az éves leolvasásról, viszont a számlamellékletben fel van tüntetve annak időpontja. Ha az sikertelen, akkor a cég tértivevényes levélben is értesíti ügyfeleit a következő leolvasás időpontjáról. Ezen túlmenően nincs következménye annak, ha valaki nem biztos abban, hogy valóban a vállalat munkatársa akar bejutni a lakásba, és emiatt nem engedi be. Hasonló a helyzet a Nemzeti Közműveknél, amely a kötelező éves leolvasás időpontjáról az aktuális energiaszámlán ad előre tájékoztatást, elosztótársaságai pedig értesítőt is bedobnak vagy kiragasztanak az érintett házakra.

ÉRDEMES TUDNI AZT IS, HOGY A LEOLVASÓ MINDIG EGYEDÜL VÉGZI A MUNKÁJÁT, CSAK A MÉRŐT OLVASHATJA ÉS FOTÓZHATJA LE. SEMMILYEN MÁS FELADATA NINCS, KÉSZPÉNZT PEDIG PLÁNE NEM KÉRHET.

Bejelentés nélkül csak ellenőrzés vagy hibaelhárítás miatt érkezhetnek a cég munkatársai, de érvényes igazolvánnyal vagy megbízólevéllel ez esetben is rendelkezniük kell, a munkáról pedig aláírt dokumentumot is adniuk kell. Aki bizonytalan azzal kapcsolatban, hogy valódi ellenőrzésről van szó, szintén kérhet információt a telefonos ügyfélszolgálaton. ♦



SZÖVEG –
BOGOS ZSUZSANNA

SOROZAT –
VÉGY EGY RÉGI RECEPTEIT!

3×3 ÍNYENCFOGÁS EGY SZERZETESTŐL

Nagy dologra vállalkozott *Simai Kristóf*. Szakácskönyvet többnyire ügyes háziasszonyok vagy profi séfek írnak. Nos, erre cáfolt rá 223 évvel ezelőtt a piarista szerzetes. Jól tette, hiszen receptgyűjteménye egy hallatlanul izgalmas időszakot örökített meg: még éltek a reneszánsz ízek, de már felbukkant a kukorica, a krumpli, a paprika és a paradicsom is konyhánkban – ezekről ő írt először. De mire megyünk ezzel ma? Összeállíthatunk belőle egy háromfogásos ebédet? Gond nélkül!

◆ „Való ugyan, hogy nekem nem mesterségem a főzés, nem is illene hozzám, hogy én egyházi ember lévén, hivatalomhoz képest a rajzoló eszközök helyett a főzőkanalat forgassam. Tanultam mindazonáltal kénytelenségből is annyit, hogy a rendes főzést a kotyvasztástól meg tudom választani” – írta az előszóban Simai, és ezzel, végignézve a recepteken, nem lehet vitatkozni. Remek érzékkel válogatta ki korának legjobb ételeit. Olyannyira, hogy ma is használható menüsorokat állíthatunk össze belőlük.

A KIFINOMULT

Már az első fogással elkápráztathatunk mindenkit: ki tudna ellenállni a **csokoládélevesnek**? Ráadásul nagyon egyszerű elkészíteni: forralt tejbe csokoládét törünk, édesítjük egy kis nádcukorral (azért van szükség édesítésre, mert magas kakaótartalmú étcsokoládét használunk), ízesítjük vaníliarúddal. Habosra keverjük, majd tálaljuk. Simai pirított zsemlével ajánlotta, de érdemes kaláccsal is kipróbálni – és szórhatunk rá pisztáciát, diót, vagy ami éppen van otthon. **Mandulával töltött csirke** lehetne ezután a főfogás, **szilvával**. Ezzel az étellel sem kell sokat vesződnünk, egy-két jó ötlettől lesz különleges. Tejszínbe áztatunk zsemlet, majd összekeverjük darált mandulával, tojással, olvasztott vajjal és egy csipet nádcukorral.

Az így kapott masszával megtöltjük a csirkét, és sütőben aranszínűre sütjük. Közben aszalt szilvát annyi borban megfőzünk, amennyi éppen ellepi – citromhéjjal, szegfűszeggel, fahéjjal és cukorral ízesítjük. Jól illik a csirkéhez, akárcsak a szintén **mandulás desszert**. Ehhez 56 dkg darált mandulát kell egy lötytyintésnyi rózsavízzel elkevernünk, majd 42 dkg vajjal, két egész tojással és hat tojás fehérjével elkeverni, ízlés szerint cukrozni, és az így kapott masszát tortaformába téve megsütni. Tejszínhabbal, idénygyümölcssel tehetjük maivá.

A HATÁROZOTT

Ezt a menüsört egy karakteres **zellerlevessel** indítjuk: a zöldséget megfőzzük, pépesítjük, majd tejfölös habarással tovább sűrítjük. Ami különlegessé teszi az ételt, az a régies fűszerezés, bors és sáfrány kerül ugyanis ebbe a változatba, amelyet pirított zsemlekokkával ajánl Simai – mi kiegészíthetjük pirított tökmaggal. Második fogásnak ezután jöhet a **mustáros sertéskaraj**, **parmezános polentával**. A név alapján bármelyik mai étlapról származhatna az ötlet, mégis, ez egy két évszázados recept. Először is, vajon hagymát pirítunk, aztán lisztet szórunk rá, és felöntjük alaplével. Néhány kanál mustárt adunk hozzá és egyszer beforraljuk. Az így kapott





szószba kerülnek aztán az előzőleg már kisütött, zsemlemorzzával megszórt karajszeletek. A köret egy picit időigényesebb, ám a végeredmény mindenért kárpótol. Jó sűrű kukoricakását főzünk tejben, s ha kihűlt, kis szeleteket vágunk belőle. Simai a klasszikus módon, „mint a szappant szokták metélni”, dróttal ajánlja, de pohárral is szaggathatjuk. Az így kapott puliszkaszeleteket aztán borsozzuk, és reszelt parmezánba forgatjuk, hogy mindkét oldal sajtos legyen. Ezután sütőben addig sütjük, míg szép színt nem kap. A téli menüsört **körtekompót** zárhatja. Megszokott, mégis ismeretlen íz lesz ez Simai útmutatása szerint. A hámozott, kimagozott körtét „görözdökre” vágjuk, vajon megpirítjuk, majd felöntjük egy kevés borral, megszórjuk cukorral. (Ha finomítanánk az ízén, vizet is adhatunk hozzá.) Most jön a trükkös rész, a fűszerezés: bors, gyömbér és szegfűszeg kerül a gyümölcs mellé, amelyet addig főzünk, amíg a lé be nem sűrűsödik, de a körte még nem fő szét. Melegén tálaljuk.

A KÖNNYED

A **cikória** remek tápanyagforrás a téli időszakban: A-vitamint, ásványi sókat, foszfort, jódot tartalmaz,

segíti az emésztést, mert a benne található inulin kedvezően hat a belekre. A kesernyés ízű zöldséget Simai útmutatása szerint előbb hideg vízbe kell áztatni, majd összekeverni csillag vagy más formára vágott savanyú céklával (hogy „a szemnek is tessen”). Leöntjük olívaolaj (igen, már régen is használták hazánkban), ecet, só és cukor keverékéből készült dresszingsel. A recept szerint, ha van, turbolyával is megszórhatjuk. Jól illik mellé Simai **spenótos tojáslepénye**. Spenótot (használhatunk fagyasztott pürét ilyenkor) kell vajon, apróra vágott vöröshagymával megfonnyasztani, majd felengedni egy kevés alaplével, sózni, borsozni. Ez lesz a töltelék. A lepényhez személyenként két tojást, tejszínt, vajat és egy csipet cukrot keverünk össze, majd mintha palacsinta vagy omlott lenne, megsütjük. Megtöltjük a spenóttal, a tetejét meglocsoljuk tejföllel és sütőben adunk egy kis színt neki. Az egészséges menüsört az **aludt citrom** nevű deszerttel zárhatjuk. Két citrom reszelt héját, nyolc citrom levét, 4,2 dl fehér bort, öt tojásfehérjét és cukrot (sajnos mértékegység nincs) keverünk össze zselatinnal. (Simai korában még vizahólyaggal.) Kihűtve tálaljuk – kandírozott gyümölcsökkel kínálhatjuk. ♦



SZÖVEG –
BOGNÁR MÁRIA

SOROZAT –
ZÖLD MOZAIK

ZÖLD MOZAIK

1

MŰANYAGÁRADAT KÁRPÁLTALJÁRÓL

Megvizsgálták a Tisza Ukrajnával határos szakaszának mikroműanyag-tartalmát, és igen magas értéket mértek: a Duna Bécsnél mért értékének tizenötszörösét. A műanyagáradat látványos növekedése a 2000-es évek elején indult meg. Ezek a kárpátaljai illegális hulladéklerakókból vagy közvetlenül a háztartásokból kerülnek a folyóba. A jelenség kiküszöbölésére megfelelő hulladékkezelési program beindítására lenne szükség, ma az ukrajnai hulladéklerakók 90 százaléka ugyanis elmarad a környezetvédelmi követelményektől.



A sok műanyaghulladék keletkezésének egyik fő oka a biztonságos ivóvízellátás hiánya, amiért a lakosság előnyben részesíti a palackozott ásványvizet. A folyó szerves szennyezésének oka pedig a túlzott fakitermelésből származó egymillió köbméter hulladék, valamint a lecsupaszított hegyoldalokról lemosott termőtalaj. A fahulladék nagy részét lehetne ugyan újrahasznosítani, ezt azonban a nehézkes bürokrácia akadályozza.

Magyarország most kártérítési igény benyújtását fontolgatja, amellyel, hogy kész a felső-tiszai kommunális hulladékok eltávolítására szolgáló beruházások támogatására is.

2

A LEGÚJABB FAJTA AKKUMULÁTOROK

Valamikor a lítium akkumulátorok áttörést hoztak az elektromos energia tárolásában, ma már úgy tűnik, a jövő az ún. szilárdtest-akkumulátoroké lesz. Egy kis kínai cég, a Qing Tao Energy Development Co. már gyártja is ezeket, miközben olyan világcégek, mint a BMW, a Volkswagen, a Toyota vagy a Dyson is dolgozik a kifejlesztésükön. Közülük azonban az elektromos autókra is nagymértékben specializálódott Toyota is csak 2020-ra jelezte a sikeres eredményt. A kínai cég elébük vágott, és az új akkumulátort egy nem is soknak tűnő, 144 millió dolláros ráfordítással fejlesztették ki.



3**SZEMÉT AZ ŪRZEN**

Jelenleg mintegy 7500 tonna, kb. 100 millió darabból álló ūrszemét kering az ūrben (ha csak a nagyobb darabokat számítják). Ezek kiszorgalt és szétesett műholdak maradványai. A papírforma szerint ezek túlnyomó része az ūrkutatasban éllovas két nagy hatalom, az USA és Oroszország (illetve az egykori Szovjetunió) számlájára írható, a harmadik helyezett e téren Kína, a negyedik pedig Franciaország.



A szanaszét keringő szilárd tárgyak veszélyeztetik a felloni szándékozott ūrhajokat és az asztronautákat is, ezért most különféle módszereket alkalmaznak e zavaró tárgyak eltávolítására. Japan hosszú, mágneses zsinórral gyujtene osze e keringő objektumokat, míg az oroszok egy Földről írányított ágyúval gondolnák megsemmisıteni azokat. Egy tovabbi módszer egyfajta ūrbeli hálót alkalmazna.

Probléma, hogy az adatok valosınuleg nem is valósak, alábecsültek, ugyanis az érintett országok titkolóznak ez ūgyben.

4**VÍZI VILLAMOSOK**

Koppenhágában a hagyományos vizibuszokat egy lengyel vállalat által gyártott vízi villamosok váltják le 2019 végétől. A 23 méter hosszú, 6 méter széles és 80 személy befogadóképességű, Gdanskban tervezett, kompszeru

járművek teljesen elektromos meghajtásúak lesznek. A súly-csökkentés érdekében kompozit anyagokat is felhasználtak megepıtesukhoz. Alkalmasak lesznek a Dániában oly közkedvelt kerékpárok szállítására is. Egyedüli hátrányuk, hogy akkumulatoraik feltöltéséhez többször meg kell állniuk.

**5****EGYRE NŐ AZ ENERGIAIGÉNY**

A Föld elsődleges energiafelhasználása az utolsó tíz év átlagában 1,7 százalékkal nőtt, ami tulajdonképpen nem csoda, hiszen a népesség is növekszik. 2017 átlag feletti, 2,2 százalékos kedvezőtlen adatot produkált, igaz, ez előző év csupán 1,2 százaléka után.

Az energiaforrások közül 2017-ben a legnagyobb mértékben a földgáz felhasználása nőtt, 3 százalékkal, az olaje 1,8, a szene pedig 1 százalékkal.

A kolaj-kitermelés legnagyobb mértékben az USA-ban nőtt, napi 690 ezer hordóval, a második Líbia, 440 ezerrel. Szaúd-Arábia termelése viszont napi 450 ezer, Venezuele pedig napi 280 ezer hordóval csökkent. A földgáztermelés éllovasa Oroszország, amely a teljes növekedés csaknem felét adta.

Közben a szén részaránya egyre csökken, 2017-ben az olajenak már csak 27,6 százaléka.

A növekedést tekintve a legimponalobb a megújuló energiaforrások térhódítása, ami 17 százalék volt. Ennek fele a szélenergia, harmada pedig a napenergia. A vízenergia-termelés viszont alig (csupán 0,9 százalékkal) növekszik, sőt, Európában még csökkent is. Világviszonylatban az atomenergia is őrzi pozíciót a 2017-es 1,1 százalékos bővüléssel.

Figyelemre méltó a megújuló energiaforrások térhódítása Kínában, ahol azonban még mindig nagymértékben a szénre építenek.



6

A SZÉNFELHASZNÁLÁS CSÖKKENTÉSE

Az egekbe emelt olajárak által elindított energiaforradalom a szénre is kiterjed, mégpedig környezetvédelmi megfontolásból, azért, hogy a légkörbe kerülő és az üvegházhatásért felelős szén-dioxid mennyisége csökkenjen. A helyükbe megújuló, tiszta energiaforrások lépnének majd, mint a vízienergia, a szél- és a napenergia.

A váltást szorgalmazó Greenpeace Energy sajátos módon igyekszik a folyamatot előre vinni: egy hétmilliárd eurós projekt keretében vásárolják össze az RWE Észak-Rajna-Vesztfáliában lévő lignitbányáit és szénerőműveit, hogy aztán felszámolják azokat. 2020-ra az összes ilyen, a német tartományban levő létesítményt felvásárolná, és 2025-re már le is állítanák azokat. A helyükbe egy 8,2 gigawatt összteljesítményű óriási szél- és napenergiaparkot létesítenének, amelyeket energetikai szövetkezetek működtetnének.

Először a legrégebbi és legkevésbé hatékony objektumokkal kezdenék, így a Hambach-bányával és hat régi szél-erőműblokkal. Ezzel a környék értékes őserdőállományát is védnék.

Németország már figyelemreméltóan előrehaladt a megújuló energiaforrások kihasználásában, 2017-ben ez már 112,5 gigawattal meghaladta a fosszilis üzemanyagok kapacitását, a 105,1 gigawattot. A zöldenergia részaránya a vilamosenergia-fogyasztásban 2018-ban pedig már elérhette a 39 százalékot.

2018 novemberéig 11 európai ország jelentett be határidőt a szénnek mint erőművi energiaforrásnak a kivezetésére. Ezek: Ausztria, Dánia, Finnország, Belgium, Írország, Franciaország, Olaszország, Hollandia, Portugália, Svédország, Nagy-Britannia. Közülük legkorábban, vagyis 2021-re és 2022-re Franciaország és Svédország ígéri a szénenergia kiküszöbölését, a legkésőbbi, 2030-as határidőt pedig Dánia és Portugália célozza meg. Utóbbi időpontra akár Magyarország is csatlakozhat ezekhez az országokhoz.

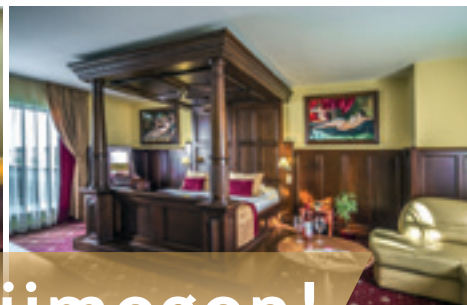
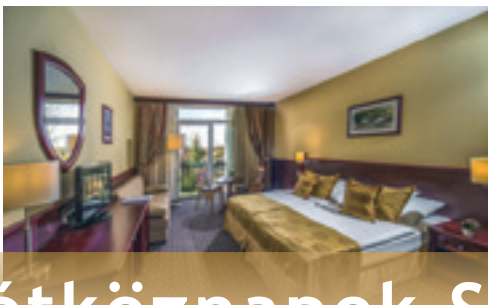


7

TÁVOL-KELETRŐL JÖN A SZÉN-DIOXID

Az amerikai elnök, *Donald Trump* már többször is kinyilvánította, hogy nem hisz a klímaváltozásban. Nyilván ez vezérelte, amikor felmondta az USA részéről a nemzetközi klímaegyezményt. Országának dicséretére válik, hogy a szén-dioxid-kibocsátás csökkentésében mégis az első. Ez ugyan 2017-ben csak 0,5 százalék volt, de immár ez volt a harmadik, csökkenést eredményező, egymást követő év.

Az USA CO₂-kibocsátása 2005 óta 758 millió tonnával csökkent, minden más országnál jobban, és csaknem akkora, mint a jóval nagyobb népességű Európai Unió 770 millió tonnás csökkentése. A második helyezett az országok sorrendjében Nagy-Britannia, 170 millió tonnával. Kína és India ezzel szemben 2005 és 2017 között 3, illetve 1 milliárd(!) tonnával növelte a CO₂ kibocsátást. Gazdaságuk rohamos fejlődése és a nem éppen korszerű technológiák uralkodó szerepe folytán „érték el” e kedvezőtlen eredményeket. ♦



Akciós hétköznapiok Sümegen!

Családi wellness pihenés lovagi torna bemutatóval, félpanzióval a sümegi Vár lábánál a Hotel Kapitány****Wellness-ben!

➤ **Egész évben foglalható már 13 900 Ft/fő/éj-től!**



Hotel Kapitány**superior Wellness**

8330 Sümeg, Tóth Tivadar u. 19. • Tel./Fax: +36 87 550 166 • +36 87 550 167
E-mail: sales@hotelkapitany.hu • foglalas@hotelkapitany.hu • www.hotelkapitany.hu



A GLECCSERLÁNY ÉS A SZUPERÜRGE

Egy balul sikerült háborús küldetés után nyolc harci repülőgép ötven évet töltött egy grönlandi gleccser mélyén. Az egyik akkori pilóta jelen volt, amikor megtalálták a repülőket.

◆ 2007 nyarán az amerikai New Jerseyben egy nyolcvan- kilenc éves építési vállalkozó, *Bradley McManus*, kissé nehézkesen beszállt egy Mustang típusú, felújított, második világháborús repülőgépbe. Százhatvan kilométeren át repült utasként: a világ egyik legnevezetesebb repülőgépét követte azon az útvonalon, amit hatvanöt évvel korábban pilótaként egyszer már megtett. Igaz, az 1942-es repülés életveszélyes volt, és hajszál híján tragédiával végződött. Ezúttal viszont kilenc gyereke, tizenhat unokája és hat dédunokája figyelte izgatottan.

Az 1941 decemberében végrehajtott japán támadás után az amerikaiak meglehetősen felpaprikázva léptek be a második világháborúba. A nagyszabású és szerteágazó hadmozdulatok egyike volt a Bolero hadművelet. Ennek során igyekeztek minél több amerikai repülőgépet eljuttatni távoli, eldugott, észak-európai légibázisokra.

Így indult el 1942 júliusában két B 17-es bombázó Izlandra, a reykjavíki repülőtérré. A biztonság kedvéért hat Lockheed P 38-a vadászgép kísérte őket. Csakhogy a sarkvidék környékén röpködni nem egyszerű dolog, és ez a nyolc gép is a legalapvetőbb problémával találta magát szembe: a hideggel. Akármilyen profik és bátrak is voltak a pilóták, arra nem számítottak, hogy a pilótafülkékben jócskán mínusz száz fok alá hűl a hőmérséklet.

Grönland fölött már elfagyott vértagokkal, akadozó motorral, vakon haladtak a ködös, havas hóviharban ameddig tudtak, de rövidesen elfogyott az üzemanyag.

Az összes repülőnek kényszerleszállást kellett végrehajtania valahol a jeges gleccserek tetején. A huszonöt éves *Bradley McManus* volt az első: megpróbált annak rendje és módja szerint, kieresztett futóművel leszállni, de a kerék belesüllyedt a kásás nyári hóba, és kiszakadt

a helyéből. A repülő feje állt, de a pilótának szerencséje volt: egyetlen jelentéktelen vágással megúszta. A többi gép már sértetlenül, a hasán landolt. A huszonöt férfi végül megtalálta egymást, majd összegyűlt a jégen. Felhalmozták az összes enni- és innivalójukat, és magukra borítottak mindent, ami meleget adhatott. Jobb híján a fölöslegessé vált repülőgép motorokból fabrikáltak maguknak olajradiátorokat. Ezek után megpróbáltak kapcsolatba lépni a külvilággal.

Három teljes napba telt, mire a recsegős rádión keresztül végre sikerült Morse-jelkkel hírt adniuk a tartózkodási helyükről, és a szövetséges repülőgépek ejtőernyővel ételt, italt dobtak le nekik. Innentől további egy hétig tartott, mire a bajtársaik nagy nehezen – kutyaszánok segítségével – kimenekítették őket Grönlandról.

A háború hevében szó sem lehetett arról, hogy a repülőgépeket is megmentésük, így aztán ott maradtak a jégen, és lassan, de biztosan elkezdte elnyelni őket a gleccser. Mind a két típus gyorsan elavult, ki is vonták a forgalomból, így ezeknek a daraboknak legfőlőbb eszmei értéke maradt. Ennek ellenére sok lelkes rajongó és történész továbbra is nosztalgiával gondolt rájuk. A hetvenes években fellángolt az érdeklődés, és az elkövetkező két évtizedben tizenkét próbálkozás történt a repülőek előkerítésére. Hiába.

Aztán 1988-ban, kitartó keresés után egy radar megtalálta őket. Mélyen a jég belsejében voltak; globális felmelegedés ide, üvegházhatás oda, negyvenhat év alatt több mint nyolcvan méter vastag hótakaró rakódott rájuk, miközben a gleccser öt kilométert haladt a tenger irányába. Az egykori pilóta, a hetvenes éveiben járó *Brad McManus* lelkesen csatlakozott a kutatókhoz, és a tapasztalataival a helyszínen segítette őket. Kénytelenek voltak



A Gleccserlány feltárása 80 méteres mélységben. Grönland, Tunu, Angamassalik, 1992. június 12.

feltalálni egy új szerkezetet, hogy egyáltalán a repülőgépek közelébe juthassanak. 1990-re megépítettek egy majdnem ember nagyságú, kúp alakú eszközt, amelyben rézcsövekben forró vizet cirkuláltattak. Ez a Szuperürge nevű fúró kínos lassúsággal, óránként fél méterrel mélyebbre ette magát a gleccser belsejébe, mialatt egy vízpumpa folyamatosan a felszínre nyomta az olvadékot.

Végül az ürge koppanva érte el az egyik B 17-es bombázó szárnyát. Ekkor egy ember leereszkedett a nyolcvan méter mély, nedves jégaknába, és egy slag segítségével, forró vízzel locsolva lassan kiszabadította a bombázót a jég fogságából. Sajnos azonban kiderült, hogy a repülő teljesen tönkrement, és nem is érdemes a megmentésével próbálkozni. A keresők – a továbbra is lelkesen segítő McManusszal együtt – nem adták föl a harcot. Két évvel később visszatértek, és ezúttal az egyik P 38-ast vették célba. Miután a Szuperürge elvégezte a dolgát, egy egész csapat mászott a mélybe, és munkához látott. A küldetés nehéz és veszélyes volt: a mélységben kialakított jégbarlangban folyamatosan csöpögött a jeges víz, időről időre pedig hangos reccsenéssel rianások futottak végig a „mennyezetén”. Végül egy egész hónapnyi megfeszített munkával szétszedték a repülőt, majd a darabokat egyenként felhúzták a felszínre. A meghatódot Brad McManus

ekkor láthatta viszont az ötven évvel korábbi járművét. A csapat elnevezte Gleccserlánynak.

A Gleccserlányt vissza is szállították az Egyesült Államokba, és teljesen felújították. Amit lehetett, megmentettek belőle, amit pedig nem, azt utángyártott alkatrészekkel pótolták. Közadakozással és szponzorok segítségével tökéletes formába hozták, majd 2002-ben – húszezer fős tömeg előtt – újra a levegőbe emelkedett.

Csakhogy a lelkes rajongóknak ez sem volt elég. Elhatározták, hogy tiszteletből végrehajtják vele az eredeti küldetés útvonalát. Ez volt az a repülés, amelynek az első szakaszához a nyolcvankilenc éves McManus is csatlakozott. New Jersey-ből ismét megindultak Izland és Anglia felé, de sajnos ezúttal sem volt szerencsájük. A hidegben megint bajba kerültek. A gép meghibásodott, így Labradorban le kellett szállnia. Ott megjavították, aztán kiállították egy múzeumban. Azóta nem repült, és valószínűleg már nem is fog. Ami nem megy, azt nem erőltetik.

Az egykori pilóta, Bradley McManus azóta elhunyt, de a családtagjai gyakran felidéznek egy anekdotát az 1942-es kényszerleszállásról. Miután mindannyian sértetlenül túléltek a vészhelyzetet, egy hanyag mozdulattal a pilótafülkébe hajították a repülő kulcsait, és becsukták a fedelet. – Ki tudja – mondták –, hátha szükség lesz még rájuk valamikor. ♦

UGHY SZABINA:

VAGY

- ◆ A pirosat vagy a kéket vegyem fel?
- Menjek vagy maradjak?
- Elveteti vagy megtartja?
- Likeoljam vagy sem?
- Apával vagy anyával maradsz?
- Adjak neki aprót vagy menjek tovább?
- Kivágjunk még 700 fát vagy kerüljük el a botrányt?
- Átengedjem vagy meghúzzam?
- Csináljak úgy, mintha nem venném észre, vagy állítsam meg az egész családot a szétvágott kerítés mögött?
- Kemo vagy sugár?
- Előbb menjek a postára és aztán az oviba vagy fordítva?
- Elmondjam nekik vagy hallgassak?
- Agyonüssem vagy lelőjem?
- Bali vagy Tahiti?
- Gumival vagy gumi nélkül?
- A villanyt vagy a gázt fizessük be?
- Pétisó vagy komposztláda?
- Lemész üszni vagy töltsék le egy filmet?
- Németország vagy Szíria?
- HÉV-vel mentek vagy inkább biciklivel?
- Főlhívjam én apámat, vagy üzenjek neki anyámon keresztül?
- Most akkor a fiúkat vagy a lányokat szereti?
- Laci bácsi, tetszik pelenkát kérni estére, vagy tudja tartani?
- Megállsz a kocsival vagy inkább ott hagyod az út szélén?
- Mondjam, hogy sajnálom, vagy majd csak akkor, ha ő kér először bocsánatot?
- Aláírja vagy sem?
- Választod, vagy.
- Csinálsz.
- Vagy.



Kép: Unsplash / Priscilla Du Preez





Lackfi János

HA AKKOR

Ha akkor nem jön a válság, Jenci még mindig sikeres vállalkozó, nem hagyja el az a bombanő csaja, nem kell eladnia az autót, a házat, a céget, a lakást, még a Doxa-órát is, amely pedig úgy hozzátartozott, el se tudtam volna képzelni nélküle.

Ha Jenci nem olyan nekem gyerekkorom óta, mint a jobbik énem, ha nem osztottam volna meg vele minden uzsonnámat, minden fagyit, amit vettem, minden gondolatot, fájdalmat és örömet, ha nem ő lett volna az esküvői tanúm, a nagyobbik lányom keresztapja, a leggyakoribb vacsoravendégünk, ha nem vele egyérintőzöm minden csütörtökön egy üres tornateremben, aligha jut eszembe felajánlani, hogy lakjon nálunk.

Ha Jenci egy kicsit kevésbé sármos és én egy kicsit kevésbé vagyok vak, ha észreveszem, hogy ez az örök buligép megkomolyodott, beszáll a házimunkába, esténként sörözés helyett a konyhaasztalnál teázik, kikérdezi a kölköktől a leckét, elmegy bevásárolni, tisztítóba, kulcsmásolóba, postára, akkor talán meg lehet állítani a szakadék felé száguldó szerelvényt.

Ha nem gondolom, hogy azért pedálozik, mert szeretné valahogy viszonzni a befogadást, az otthon melegét, a mindennapi betevő falatot, a szállást, ha felfogom szeme csillogásának valódi értelmét, és az asszony szeme csillogásának valódi értelmét is, akkor megpróbálom helyettesíteni magamat, és véletlenül sem utazom el kísérotánarként Erdélybe a diákokkal.

Ha nem megyek el Erdélybe, akkor nem fogad hazatérve az a rettentő fura hangulat, a lányaim nem menekülnek előlem, nem kapják félre a szemüket, a feleségem nem szontyolódik el vagy nevet fel hirtelen, minden összefüggés nélkül, és Jenci sem tölti házon kívül az estét, nem jön haza ittasan a kocsmából, hogy aztán öklével a konyhaasztalra csapjon, na, ebből elég, meg kell beszélni.

Ha sosem hangzanak el azok a szavak, hogy figyelj, ne haragudj, ezt nem akartam, ezt nem akartuk, egyikünk sem így akarta, biztos hálátlanságnak érzed, de szó sincs róla,

egyszerűen nem lehetett bírni tovább, erősebb volt nálunk, maga alá gyűrt és letepert, küzdöttem ellene, ő is küzdött, elbuktunk, tudjuk, hogy rettentő rosszul esik neked, de nem ellened irányul, olyan, mint egy hurrikán, egy természeti erő, és valljuk meg, a ti kapcsolatokat azért már eléggé megkopott... Ha mindezt nem hallom, akkor nem robban szét a fejemben miszlikeire az egész világ, nem heverek odahaza egy egész hétig, nem kell kimentenem magam a suliban, sem igazolásért kuncsorogni a dokinál, aki nem talál semmi különös szervi elváltozást.

Ha bírtam volna nézni, ahogy ott turbékolnak az orrom előtt, maradjak itt nyugodtan, hisz a saját lakásom, az én otthonom is, ők viszont szerelmesek, puzsi megérkezéskor, csók távozáskor, szenvedélyes ölekezés lépten-nyomon, és mindennap virágok, kicsi ajándékok, ékszerek, de honnan, kérdem én, ha Jenci egyszer tönkrement, hiszen azért jött hozzánk lakni, kezd neki megint egyre jobban beindulni az üzlet, az látom, hallom is, egész éjjel nyikorog az ágy, az én ágyam, a mi ágyunk, legalábbis nemrég még az volt... Ha bírtam volna nézni, nem jövök el otthonról, nem éjszakázom most aluljárókban, nem szólítom le a szupermarketből kijövőket, hogy egy kis aprót.

Ha nem keresztben vágom fel ötször is az eremet, mint a lüzerek, ha nem fordítom el az utolsó pillanatban azt a szikét kétségbeesetten, hátha valaki megtalál, ha tényleg kimegyek a városon kívülre, ahol több órányi járóföldre nincs senki, ha ott vérzek el, és befejezem ezt a nyomort egyszer s mindenkorra, ha nem akarom, hogy a lányaim kérleljenek, hogy apa, legalább várd meg az unokáidat, a te gyerekeid vagyunk, nem eshetsz össze, nem hagyhatod el magadat...

Akkor már régen túl vagyok ezen az egész cécón, és nem kérdezgetem, hogy mit vétettem, miért ver engem a Jóisten, miért csak a jókat bántja, amazok meg becsaptak, elvették mindenemet, és élnek boldogan, mint a mesében, nem mintha a halálukat kívánnám, de hogy az enyém nem élet már többé, azt holtbiztosan tudom. ♦



SZÖVEG –
OSZTOVITS ÁGNES

PÁLYAKEZDÉS EGYKOR ÉS MA

A mostani két kötetet nem volt nehéz a könyvrengetegben le vadászni. *Szabó Magda* először publikált prózai munkája rég tapasztalt nyilvánosságot kapott, irodalmi szenzációként üdvözölte a sajtó. Az eredmény nem maradt el: vitték, mint a cukrot. A nagyobb üzletek karácsony előtt újabb és újabb példányokat rendeltek, s a találékony eladók egy idő után a jóval drágább, friss Szabó Magda-képeskönyvet, azaz fotógyűjteményt is az érdeklődők kezébe nyomták, mondván, a két kötet kiegészíti egymást. A felfokozott várakozás legtöbbször csalódást okoz.



SZABÓ MAGDA CSIGAHÁZ

című, százötven igen-csak szellős oldalra szedett, vastag iskolai füzetben fennmaradt, lezáratlan kisregénye a *Freskó* vagy *Az ajtó* lelkes rajongóinak azt üzeni, hogy nem kell újraértékelniük száz éve született írójuk életművét. Szabó Magda nem véletlenül nem adta ki életében első regénykísér-

letét, tisztában volt vele, hogy 1944-ben, huszonhat éves korában még nem érett meg nagyobb formátumú prózai mű megalkotására. Túl sokat akart markolni, így nem volt ideje és módja a szálak összefogására, a konfliktusok elmélyítésére, a szereplők jellemének árnyalására. Az 1945 utáni három rövid, reményekkel teli, tevékeny esztendőben verseket írt, azután mint polgári csökevény nem publikálhatott 1957-ig. A szilencium

idején végre volt ideje és módja, bármily szomorú, hogy finomra csiszolja az őt foglalkoztató történeteket, hogy emlékezetes figurákat alkosson. Egyszerűen túllépett a *Csigaházon*. Nem véletlen, hogy hiába könyörögtek a kiadók új kötetekért, ezt a korai kísérletet nem vette elő. Valószínű, azért is őrizgette a füzetet, mert bizonyos itt megjelenő motívumokat fel akart használni, leginkább a *Für Elise* tervbe vett folytatásában, amely bécsi élményeit dolgozta volna fel.

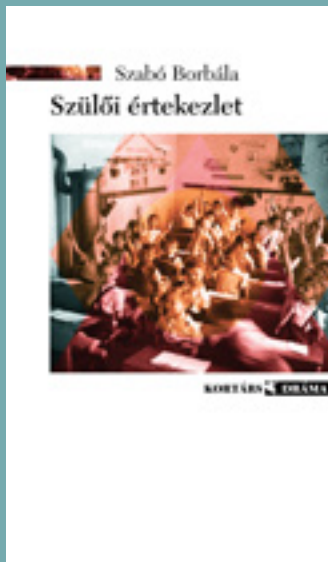
A *Csigaház* egy bécsi panzió neve, ahol a legkülönbözőbb emberek húzzák meg magukat hosszabb-rövidebb időre. Júlia azért menekül ide, mert mostohaanyját, imádott apja második feleségét és a család barátját, az ő képzelt udvarlóját szerelmi aktus közben rajtakapta. Ezt a rettenetes élményt kellene elfelejtenie. E panzióban fogadja a proletársorból felkapaszkodott ismert kurtizán egy előkelő család szépreményű fiát. De vannak itt titkos politikai tervek szövő németellenes hazafiak is, akik naponta néznek szembe a lebukás veszélyével. Van szerelmes szobalány és szerelmes sofőr. És mindenekelőtt egy nagylelkű és bölcs tulajdonos asszony. Az olvasó a szereplőkkel az Anschluss utáni Bécsset járja, de időnként bepillant Júlia orvosprofesszor apjának budapesti klinikájára és otthonába.



A három szerelmi szál nehezen illeszthető össze, de hogy három is van, azt jelzi, hogy Szabó Magda még véletlenül sem akart unalmas prózát írni. Néha Márai Sándor divatos regényeiből ismert fordulatokkal élt, másutt nagyszabású tablót kívánt festeni, amelyben kellő nyomatékot kap a szociális érzékenység és a náciellenes indulat.

Bár a kötetbe szőtt irkalapok arról árulkodnak, hogy a fiatal író nő javíthatott a szövegen, bizony maradtak benne nyelvi megoldatlanságok, paródiába illő közhelyek. És persze vannak nagyszerű felvillanások.

A Szabó Magda-kutatóknak csemege a Csigaház, a laikus rajongóknak csalódás. Kár.
(Jaffa Kiadó, 2018., 3315 Ft)



SZABÓ BORBÁLA SZÜLŐI ÉRTEKEZLET

című, első felnőtteknek szánt könyve drámakötet, ami azért is meglepő, mert a kiadók nem szeretik ezt a műfajt. És persze a kortárs dráma világszerte válságban van. A magyar színházak műsorán alig-alig találunk fajsúlyos kortárs darabot. Szabó Borbála ebben a szellemi légkörben jelentkezik, és már nem csak alternatív társulatok figyelnek

rá. Egyébként nem lehet nem figyelni erre a jelenségre. Pengeéles nyilatkozatai, üde őszintesége, szándékosan provokatív tárcanovellái azokat is megszólítják, akik egészen mást gondolnak a világról, mint ő. A különböző lapok és internetes fórumok kézzel a ve-

készült interjúkat faldják az olvasók, neki még azt is elhiszik, hogy érdemes kortárs irodalmat olvasni, mert a jó művek sosem unalmasak. (A Képmás olvasói azt is tudják, hogy Szabó Borbála férje és alkotótársa, *Nényei Pál* *Az irodalom visszavág* című sikeres tankönyvsorozat szerzője, a drámakötet ajánlójának írója hasonlóan vélekedik a klasszikus irodalomról.)

Szabó Borbála bátorságát dicséri, hogy rögtön öt darabban jelentkezik. Láthatóan nem érdekli, hogy a kritika szereti állandó jelzőkkel illetni a szerzőket és műveket. Mintha azt kívánná bizonyítani, hogy a monodrámától az improvizációval sűrűn élő, közösségi komédiáig, a lélektani kamaradarabtól a vérbő vígjátékig mindent meg tud írni. Ötlettára kimeríthetetlen, figurái elevenek és nagyon természetesen beszélnek. Persze a saját közegükben. Szabó Borbála a mai nagyvárosban mozog otthonosan, szereplői olyan közönségesen társalognak és kiabálnak egymással, ahogy ez már a budapesti értelmiségi körökben is sajnálatosan divik.

A kötet két legerősebb darabja érdekes módon két monodráma, a *Telefondoktor* és a *Valaki*. Az első kabarétréfának induló szatíra, a záródarab pedig a középkori misztériumdráma modern átgondolása: az ember (történetesen a nő) útja a születéstől a halálig. A témája miatt – a kamaszkor megpróbáltatásai – nagyon fontos *Nincsenapám, seanyám* színpadra állítását az indokolja, hogy a családon belüli erőszakról őszintén szól, így oldja a kamaszmagányt. A színpadi mű talán többekhez eljut, mint a szerző azonos című regénye.

A címadó darab, a *Szülői értekezlet* ötletparádéja egy idő után fásaszt, ahogy *A teljes tizedik évadban* a jogos kérdésfelvetés – az ostoba sorozatfüggés személyiségromboló hatása – után a végkimenetel hamar kiszámíthatóvá válik.

A *Szülői értekezlet* című kötet nem a finnyás irodalmároknak szól, hanem a széles közönségnek, amely hálás, hogy az irodalom végre nem szövegtenger, hanem olyan tükör, amiben önmagát, a saját korát, gondjait láthatja.

(Kortárs Kiadó, 2018., 2750 Ft) ◆



SZÖVEG –
SZABÓ BORBÁLA

KÉP –
PÁCZAI TAMÁS

REJTETT KÉPEK

Interjú Orosz István
grafikusművésszel



*„Vannak dolgok, amiket el tudok képzelni és le tudok rajzolni.
Vannak, amiket el tudok képzelni, de nem tudok lerajzolni.
Vajon le tudok-e rajzolni valami olyat, amit nem tudok elképzelni?
Ez az, ami igazán érdekel.”*

- ◆ – **A te művészeted komoly és játékos egyszerre. Az ember felvillanyozódik a képeidtől – még akkor is, ha néha beletörik az agyveleje a megfejtésükbe. Te is szeretsz játszani?**
– Igen, szeretek. Gyerekkoromban legjobban gombfocizni szerettem, később sakkoztam is.
- **De nemcsak gombfocizni szeretsz, hanem saját lábbal is játszol. Nekem az a tapasztalatom, hogy a csapatjátékok nagyon sokat elárulnak az ember valódi jelleméről. Te milyen poszton játszol a legszívesebben?**
– Tudom, hogy ez egy elég rossz pont, de az a helyzet, hogy én csatárt szeretek játszani. Nyilván, aki csatár akar lenni, az valamennyire önző alak, az gólt akar rúgni. Olykor azért vállalom, hogy beállok a kapuba, mert úgy akarok tűnni, mint aki tesz a közösségért valamit. De általában csak olyankor, ha már egy kicsit elfáradtam...
- **Ezt nem gondoltam volna rólad! Szerény embernek tűnsz.**
– Az is vagyok, természetesen.
- **Igen, miközben egy kicsit provokatív is. A legtöbb képed rejtvény: anamorfózisok, optikai csalások, lehetetlen geometriai alakzatok vannak elrejtve bennük. Ismerd be, hogy van egy kis piszkálódás ezekben a művekben!**
– Beismerem, bár azért a kegyed kérdéseiben is van egy kis piszkálódás! Nyilván az izgat ebben is meg a játékban is, hogy ezekből a furcsa, rejtett képekből talán kiderül egy picit a világ bonyolultsága. Én kedvelem, ha valami nem egyértelmű, nem azonnal átlátható. Azt szeretném, hogy ha bemész a múzeumba, akkor nemcsak három másodpercig állnál a kép előtt, hanem talán egy kicsit tovább.



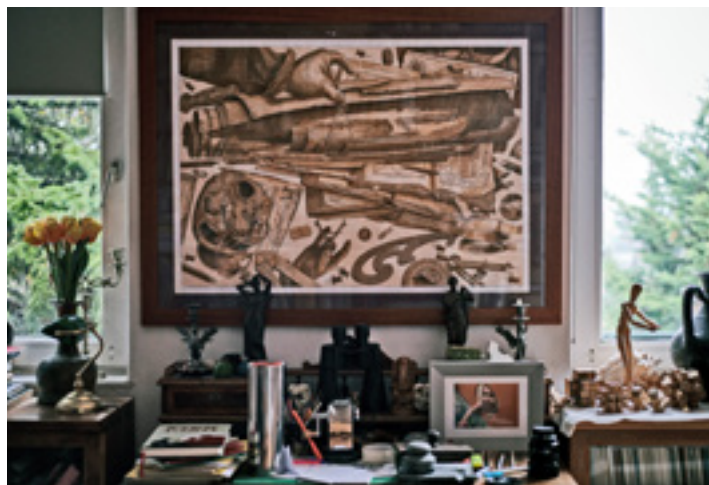
– Amikor beléptem ide, megláttam azt a képet a falon. Sejtettem, hogy egy anamorfózis van benne elrejtve, és kerestem a megfelelő helyet, ahonnan nézve összeáll az elrejtett kép. Abban a pillanatban, amikor megtaláltam, éles szúrást éreztem a bal fülemben. Egy kaktusz állt pont azon a helyen, az ablakpárkányon, ahonnan látni lehet. Azt akartad, hogy fájjon az igazság pillanata?

– Bevallom, erre nem gondoltam eredetileg, de tetszik az ötlet! Te nagyon önálló voltál, de azért én azt vettem észre, hogy néha nem árt egy kis segítség a nézőnek, hogy megfejtse ezeket a rejtvényeket. És ilyen segítségeket olykor meg is szoktam adni. Például a 2004-es kiállításomon, az Ernst Múzeumban, ahol két teremben is ilyen bonyolultabb képek, anamorfózisok voltak kitéve, azt találtuk ki Keserű Kati művészettörténésszel, aki a kurátor volt, hogy pöttyöket teszünk a padlóra és a pöttyökből nyilatkat húzunk. Így jelezzük a nézőknek, hova kell állni, hogy meglássák, amit akartam. De egyébként annak mindig nagyon örülök, ha egy néző valami olyasmit gondol a képemről, ami nekem még nem jutott eszembe.

OROSZ ISTVÁN

Kossuth-díjas grafikusművész, animációsfilm-rendező, író. Grafikáin szívesen kísérletezik a térbeli illúziókeltés eszközeivel, valamint az anamorfózis technikájának megújításával, amelynek során úgy torzít el képeket, hogy csak bizonyos nézőpontokból, illetve tükröződő felületek közbeiktatása révén kapjon értelmet a kép. Autonóm művészeti tevékenysége mellett alkalmazott grafikával pályája kezdete óta foglalkozik. Munkáival rendszeresen részt vesz nemzetközi képzőművészeti tárlatokon, grafikai biennálékon, filmfesztiválokon és elméleti szimpóziumokon.

Szépirodalommal is foglalkozik, több verses, novella és esszé mellett „A követ és a fáraó” című kultúrtörténeti „krimije”, illetve nemrég a „Sakkparti a szigeten” címmel egy regénye is megjelent.



– **Kissé bosszantó, de az a helyzet, hogy még írni is tudsz. Több könyved is van, az én kedvencem A követ és a fáraó, ami tulajdonképpen egy kultúrtörténeti krimi. Miért vágta új fába a fejszéd, miért kezdted írni?**

– Nagyon régóta rajzolok. Még azt is mondhatnám, hogy ebben profi vagyok. Ennek viszont megvan az a hátulütője, hogy ha elkezdek egy rajzot, akkor körülbelül tudom, hogy mi lesz belőle. De ha valamit elkezdek írni, akkor fogalmam sincs, hogy mi lesz a végeredmény! Úgyhogy ez számomra sokkal érdekesebb terep. Egyébként elég régóta írogatok én, csak nem rendszeresen, és nem tanultam a mesterséget.

– **Most is írsz valamit?**

– Nevetni fogsz: történelmi regényt! Már megvan belőle kétszáz oldal.

– **Szóval érdekel a történelem. És a politika?**

– A „Sakkparti a szigeten” című könyvem a politikáról szól, nyilván ezért teszed fel ezt a kérdést. Én valamikor, úgy a rendszerváltás táján, kicsit megmártóztam a politikában. Plakáttervező voltam, az pedig ugye a legpolitikusabb műfaj, így keveredtem bele. De ma már nemigen foglalkozom vele.

– **Ez azért furcsa, hogy te plakátokat is rajzoltál (te készítetted a kultikus „Tavarisi, konyec” plakátot is 1989-ben), mert elvileg ez nem egy sokrétegű műfaj. Azt gondolnánk, egy plakát akkor működik, ha első ránézésre átjön az üzenete.**

– Jó, most akkor vegyük ki a Tavarisit, mert az tényleg egy ilyen mellbevágó vagy szemkiszűrő plakát volt. De amúgy a plakát nézésének a mechanizmusa az, hogy te meglátsz valahol egyet – nyilván jó messze látod meg, ugye, mert a plakátok az utcán vannak –, és ha érdekel, amit látsz, akkor közelebb mész.

– **Ez az idézet szerepel az egyik albumod elején: „Vannak dolgok, amiket el tudok képzelni és le tudok rajzolni. / Vannak, amiket el tudok képzelni, de nem tudok lerajzolni. / Vajon le tudok-e rajzolni valami olyat, amit nem tudok elképzelni? Ez az, ami igazán érdekel.” Ezt ki írta?**

– Én írtam, és nagyon büszke is vagyok rá!

– **Szóval ezért szereted annyira Dürer rinocéroszát? Mert ő is úgy rajzolta le, hogy nem látta soha?**

– Igen, lehet, hogy összefügg a két dolog. Azt hiszem, Goethe írja le, hogy milyen hülye volt ez a Dürer: a gyönyörű metszeteit meg rajzait pávatollakra, kókuszdíókra meg ilyesmikre cserélte! Imádtá ezeket az Újvilágból érkező dolgokat! És tényleg odaadott egy Melankóliát mondjuk egy kagylóért. A rinocérosz létezéséről egy Valentim Fernandes nevű pasas leveléből értesült, ő írta meg neki, hogy látott egy ilyen furcsa állatot. Ez alapján készítette rajzát Dürer, és ez lett az alapja az összes bestiáriumnak – mivel ugye újabb rinocérosz évszázadokig nem jött Európába. Az ő rajzaiból tudhatjuk, hogy a rinocérosznak a hátán nagy szarv található, ami egyébként egyetlen igazi rinocérosznak sem volt soha. Dürer azért rajzolta oda azt a szarvacskát,



mert amikor ez a Valentim látta az állatot, akkor I. Emánuel portugál király éppen össze akarta veszejteni egy elefánttal. Azt olvasta ugyanis Pliniusnál, hogy a rinocéroszok és az elefántok óriási látványos harcot szoktak egymással vívni. Azt írta a történetíró, hogy a rinocérosz erősebb és mindig győz, de azért Emánuel a biztonság kedvéért – hátha az elefánt nem olvasta Pliniust – felpáncélozta a maga rinocéroszát, innen a harci szarv a hátán. Ezt persze Dürer nem tudhatta, azt hitte, ez az állat anatómiai része.

– Erősen kapcsolódsz a hagyományokhoz, számodra fontos alkotókhöz, amilyen Dürer vagy Escher. Gyakran jelennek meg a képeiden rejtett formában írók arcmásái is. Katona József, Babits Mihályé, olykor az enyém...

– Bizony, ilyen hatalmas alkotók arcmásait szoktam én rajzolni! Babits Mihály, Szabó Borbála... Vagy lehet, hogy rosszul van a sorrend: te vagy elől, csak aztán Babits.

– Nyilván, csak én is próbáltam szerény lenni. Különböző életem egyik nagy sikereként könyvelem el, hogy rávettelek téged: rajzold meg a regényem borítóját! Megtiszteltetés volt.

– Fel szoktak ismerni a borító alapján?

– Persze, direkt úgy állok a könyvesboltban a pénztárnál, hogy az arcom mellett tartom a könyvet, hátha! De nemcsak engem, saját magadat is gyakran elrejtetted a képeken.

– Igen, ez olyankor szokott megtörténni, amikor több-jelentésű a kép, és az egyik jelentés valahogyan rám, az alkotóra vonatkozik. Ez kicsit olyasmi, mint nálatok, írónál, a posztmodern. Persze ez már a reneszánszban, a barokkban és a manierizmusban is szokás volt. Ez a jelentés valahol az Utisz-lényemhez tartozik, amit álnévként használlok.

– Ezt a nevet az Odüsszeiából vetted, és azt jelenti: „senki”. Nem nagyképűség ez részedről?

– Lehet, hogy megint a futballcsatár-lényem megnyilvánulása? Mindenesetre van benne egy kis felelősségvárás is. Barátaim szokták mondani egyébként, hogy illik hozzám ez a név, jellemző rám ez a „senkiség”, valami kívülállás.

– Nemcsak engem és magadat, hanem halálfejeket is szívesen rejtet el a képeiden. Egyszer még a könyvespolcodon is kiraktál fehér könyvekből egy hatalmas a koponyát.

– Igen, vagy fél évig úgy volt, aztán visszarendeztem. Nem találtam meg a könyveket.

– Te a halállal is játszol? Vagy félsz tőle?

– Nézd, kétféleképpen lehet a halálhoz viszonyulni. Az ember vagy számontartja, gondol rá, foglalkozik vele, lerajzolja, mint ahogy az ősember lerajzolta a bölényt, akit le akart győzni – vagy pedig nem vesz róla tudomást és a homokba dugja a fejét. Lehet, hogy ez a második kényelmesebb. De én, azt hiszem, mégis inkább az első úton járok. ♦



SZÖVEG –
DÉR KATALIN klasszika-filológus

SOROZAT –
BIBLIA ÉS IRODALOM

MINDEN EMBER SÁFÁR

Rónay György
HA ELJÖN

Ha eljön majd éveid számadása,
és véletlen, betegség, háború
kiszóli e hol szép, hol iszonyú
vendégségből maradandóbb hazába,

melyre gondolni sem kívánsz, hiába
költözött annyi veled egykorú
társad előtted át, hogy szomorú
példájuk intsen a megjobbulásra:

mi lesz akkor, ha hirtelen megáll
benned a vér, a lelkedet a halál
oszlásra érett burkából kirántja?

Tünődteél rajta már: ha menni kell,
Gazdád silány sáfára, mit viszel
mentségedül az elszámoltatásra?

- ◆ A költemény szonett. Ez a versforma nagyon erős érzelmek és főként ambivalens, ellentmondásos tartalmak kifejezésére alkalmas. Rónay György költeményének témája valóban ilyen: a halál és az ember halál utáni sorsa. Első három szakasza, az első tizenegy sor egyetlen nagy körmondat. Mellékmondatral kezdődik, méghozzá feltételessel, olyan mondatral, amely után okvetlenül főmondatot, valami bizonyosat, valamiféle kijelentést várunk. Az olvasói várakozás azonban nem teljesül, a folytatásban két kérdést szegez nekünk a költő. Ember, mi lesz veled a halál után? Egyáltalán tünődteél-e már ezen? Az ember *gondolatban* megbékélhet a halállal, akár várhatja is, ha nagyon idős vagy beteg, elvben tudhatja, hogy rövid és átmeneti földi élete nem más, mint „hol szép, hol iszonyú vendégség”, állomás egy „maradandóbb hazába” vívó úton. A *valóságban* a halál mégis mindig váratlanul érkezik, okozza bár „véletlen, betegség, háború” vagy bármi más. Ma azonban a legtöbben „gondolni sem kívánnak” erre, és mások halálának példája, a legközelebb állóké sem „int a megjobbulásra”. Abban pedig, amiről elsősorban szól a vers, hogy halálunk után ítéletben lesz részünk, még a magukat vallásosnak mondók, sőt a templomjárók is bizonytalanok, kételkednek. Mint ahogy korunkban arra a legalapvetőbb egyszerű tényre is a feledés homálya borul, hogy minden ember „sáfár”: hatalmas vagyon, nagy kincs kezelője. Ez a vagyon, ez a kincs: ő maga a képességeivel, tehetségeivel, tulajdonságaival, erősségeivel, talentumaival együtt, és mindezzel elszámolni tartozik Isten színe előtt. Elszámolni már földi élete során folyamatosan, de főképpen halála után, a végső megmérettetéskor. Sáfára az ember kincseinek, nem pedig gazdája, nem tulajdonosa. Mert mindene, ami benne jó és értékes: ajándék, adomány Istentől. (A rossz, az nem ilyen, azt az ember maga növeszti, vagy engedi növekedni magában.) „Mid van, amit nem kaptál?” – teszi fel a költői kérdést Pál apostol a korintusiakhoz írott első levelében (4,7). Hát, semmid. És Isten, akit a versben a költő „gazdának” nevez, kizárólag azt kéri számon az ítéletben, amit ő adott az embernek, meg azt, ahogy tőle kapott kincsét mások javára kamatoztatta. ◆



Banksy „Lány lufival” (Girl with Balloon, 2018) alkotása a Sotheby's londoni aukcióján, amikor a keretbe rejtett daráló automatikusan ledarálta a képet, közvetlenül annak árverezése után. Az alkotást azóta átnevezték „Szerelem a kukában” (Love Is In The Bin) címre.



SZÖVEG –
NAGY VILLŐ

„S MOST PANNONIA IS...”

A Corvina könyvtár budai műhelye az Országos Széchényi Könyvtárban

Habár tanulmányaink előrehaladtával csalódnunk kell az igazságos királyban, aki nemhogy álrúhasan nem járt a nép közt, de teljes királyi díszben se tett bizonyoságot szociális érzékenységről, még nem akadt kutató, aki kétségbe vonta volna Mátyásnak a tudományok és művészetek hazai felvirágoztatásában játszott szerepét. Igaz, e tevékenységének is a fő célja a hatalmi reprezentáció lehetett, de üsse kő!

- ◆ Visegrádi és budai építkezéseiből csak töredékek maradtak ránk, híres könyvtárának darabjai nagyrészt szétszóródtak. A mintegy 200 kódex megmenekülését valószínűleg ennek a szétszóródásnak köszönheti. Jelenleg az Országos Széchényi Könyvtár kiállításán láthatók a corvinák legszebb példányai; a hazai anyag mellett érkeztek kötetek Párizsból, Lipcséből, valamint a tengerentúlról is.

Egy magára valamit adó kiállítás rangjához az új kutatási eredmények is hozzátartoznak, ezek jelen esetben a budai könyvkészítő műhely markáns jelenlétére vonatkoznak. Az új kutatások szerint a korábbi vélekedéshez képest több corvina készült kifejezetten a budai műhelyben, s csak sejtéseink lehetnek arról, hova juthatott volna a magyarországi vagy akár a közép-európai könyvművészet, ha Mátyás halála vagy a török hódítás még néhány évtizeddel később következik be...

De maradjunk egyelőre legkiemelkedőbb reneszánsz udvarunknál. Mátyás hatalomra kerülése után közel másfél évtizedig legitimitációja megerősítésével, a külső és belső ellenség elhárításával volt elfoglalva, a budai műhely felállítása csak uralkodásának utolsó évtizedéhez köthető. Kimagasló szerepet játszott a reneszánsz kultúra

Kép: Országos Széchényi Könyvtár



magyarországi felvirágzásában Mátyás házassága. A nápolyi királylány, *Aragóniai Beatrix* ókori írók munkáin nőtt fel, természetes, hogy könyvtárával együtt érkezett Budára. Mátyás Itáliából hívott mestereket, akiknek nemcsak munkáját, de bátorságát is busásan meg kellett fizetnie. (Itáliából nézve az Alpoktól északra eső „barbár” területek teleinek hagyományosan rossz híre volt az ókortól kezdve...) E firenzei és lombard mesterek közül néhányat név szerint is sikerült azonosítani, illetve a stílus alapján fel lehet ismerni a minőségileg erős másodvonalat képviselő követőket is.

A kiállítás törekszik arra, hogy több szinten adja át az ismereteket. A kísérő magyarázatok nem csupán a díszítésre, hanem a kódex tartalmának irodalmi, művelődéstörténeti jelentőségére is kitérnek.

A bársonykötésnek vagy a perzsa(!) típusú bőrkötésnek szintén külön érdekessége, jelentősége van a kutatók számára. Felelevenedik a Mátyást körülvevő (aztán többnyire kegyvesztetté váló) főpapi csoport (Vitéz János, Janus Pannonius, Kálmáncsehi Domokos), hisz a budai műhelyben számukra is készült missale, breviárium vagy más, világi mű is.

A kiállításon a kisebbek is találnak maguknak nyomdázni- és tapintánivalót, a nagyobbak, illetve a felnőttek kipróbálhatják, felismerik-e az azonos alkotói kezét két külön kódex esetében, egy kisfilmen pedig végigkövethetjük a kódexdíszítés hagyományos lépéseit.

A *Corvina könyvtár budai műhelye* című kiállítás 2018. november 6-án nyílt, és még 2019. február 9-ig látható az Országos Széchényi Könyvtárban. ♦

FEBRUÁRI KIMENŐ

JÓZSEF ÉS TESTVÉREI

Az ifjú Józsefet, Jákob legszeretettebb fiát testvérei egy száraz kútba vetik. Három napig időzik a mélyben, mintha meghalt volna, amikor egy öreg izmaelita megtalálja, megvásárolja és magával viszi Egyiptomba. József szép és értelmes, kiválóságának köszönhetően hamar érvényesül az idegen országban, de egy asszony miatt másodjára is mély verembe kerül, a fáraó börtönébe – hogy immár férfivá érve szabaduljon fogságából, és beteljesítse sorsát. Thomas Mann regénye a 20. század legnagyobb szellemi vállalkozásainak egyike, az ókori Kelet mítoszainak és vallásainak értelmező újramesélése. Népek és törzsek, istenek és emberek, nők és férfiak történetei fonódnak össze benne, és vezetnek vissza az emberi kultúra kialakulásának mélyen eredő gyökereiig.

Budapest, Örkény Színház, 2019. február 8. és 15.



Fotó: Horváth Judit

CZIFFRA FESZTIVÁL

Az idei fesztiválon is kiemelkedő művészek várják a közönséget José Cura sztárvendéggel az élen.

A klasszikus zenei koncertek mellett könnyűzenei estek, tudományos előadások, mesterkurzus és kiállítások is színesítik a programot, fellép többek között Miklósa Erika, Várdai István, Rúzsza Magdolna, Lajkó Félix és a fesztiválapító Balázs János is.

Több budapesti helyszínen, 2019. február 18. és 25. között



Balázs János

RAKOVSKZY ZSUZSA-EST

A háttérbe húzódó, nyilvános szereplést csak ritkán vállaló Rakovszky Zsuzsa fellépése intenzív, felkavaró, mégis meghitt estét ígér régi és leendő olvasóinak egyaránt. Az 1981-ben megjelent „Jóslatok és határidők” című verseskötéssel kezdődő pályája töretlenül ível a „Célia” című regényig (2017), s ez az ív verseket és regényeket váltakoztat – köztük olyan emlékezetes kötetekkel, mint a „Fehérfekete”, a „Hangok”, az „Egyirányú utca” vagy „A kígyó árnyéka”, „A hullócsillag éve”, a „VS” és a „Forteplan”.

A legutóbbi regény, a „Célia” a szerkesztői fülszöveg pontos meghatározása szerint „különleges családregény, a családok hiányairól, a negatív töltésekről. Az egymás mellett élő emberek boldogságkereséséről és társas magányáról. Az egymás melletti elbeszélésekről. Vonzásokról és taszításokról. Lázadásról és szabadságról...” Minden bizonnyal ebből a könyvből is elhangzanak majd részletek az esten.

Budapest, MÜPA, 2019. február 18.



ROSSZ VERSEK

A „Van valami furcsa és megmagyarázhatatlan” rendezője, Reisz Gábor ismét személyes hangvételű filmet forgatott: a „Rossz versek”, bár önéletrajzi ihletésű, de fiktív történetet mesél el. A 30-as évei elején járó rendező, Merthner Tamás magánélete váratlanul darabokra hullik, amikor párizsi ösztöndíját töltő barátja, Anna szakít vele. Tamás összetörve tér vissza Budapestre, és mivel a jelenben nem talál vigaszt, a múltjába merülve igyekszik választ kapni arra, hogy hol vesztette el önmagát abban a valóságban, ami az elmúlt harminc évben körbevette Magyarországon. Országszerte a mozikban
A Képmás YouTube-csatornáján videóinterjút nézhetnek a film rendezőjével.



KÉPMÁS-EST

HELYSZÍN: **VÁRKERT BAZÁR**, RENDEZVÉNYTEREM



OLDÁS ÉS KÖTÉS

Mit enged meg és hogyan tart meg a családi kötelék?
Közelít vagy távolít az érdeklődés, az értékrend,
a fizikai távolság, a másfajta életciklus?
Együtt és külön – Képmás-est a Gryllus családdal.

Vendégek: **Gryllus Vilmos** és fia, **Gryllus Ábris**,
Gryllus Dániel és felesége, **Kövérny Katalin**

Időpont:

2019.
02.11.
HÉTFŐ

19 ÓRA

A RENDEZVÉNYEN VALÓ RÉSZVÉTEL ELŐZETES VAGY
HELYSZÍNI REGISZTRÁCIÓHOZ KÖTÖTT. BELÉPŐ EGY KÉPMÁS
MAGAZIN, AMELY A HELYSZÍNIEN IS MEGVÁSÁROLHATÓ.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ +36/1/3651414
SZERKESZTOSEG@KEPMAS.HU

RENDEZŐ:



KÖZREMŰKÖDŐ:



TÁMOGATÓ:



FEBRUÁRI KIMENŐ

TOMPOS KÁTYA-KONCERT

„Holdjárat” címmel jelent meg a színésznő második szólóalbuma 2017-ben. A dalszövegeket szinte kivétel nélkül ő maga írta. A koncerten az új dalok mellett felcsendülnek a régi kedvencek is, Hrutka Róbert gitárral, Kalmus Felicián csellóval működik közre.

Budapest, Óbudai Kulturális Központ, 2019. február 23.



Fotó: Kleb Attila

A CSÁSZÁRFIÚ ÁLMA

A kisiskolásoknak szóló zenés darab Jókai Mór „A leaotungi emberkék” című kínai témájú története nyomán készült. Csia Csingi császár tizenöt esztendő, amikor apja halálával a nagy kínai birodalom trónjára lép. A koronával együtt mindjárt feleséget is kell vennie. Csia Csingi álmában többször megjelenik a messzi Leaotung tartomány hercegnője, és Liu-Liu is álmodik az ifjú császárral. Szívükben szerelem ébred. Sok nehézség után egymásra találnak, ám ekkor kiderül, hogy más az álom, és más a valóság. Pedig léteznek csodák, kérdezzétek csak meg az Aranymenyétet!

Budapest, Kolibri Színház, 2019. február 1., 2., március 10., 11.



ERKEL

SZÍNHÁZ
THEATRE

Amilcare Ponchielli

Gioconda *La Gioconda*

Opera négy felvonásban, olasz nyelven, magyar és angol felirattal

Szövegíró ▶ **Arrigo Boito**

Rendező ▶ **Almási-Tóth András**

Dramaturg ▶ **Kenesei Judit**

Koreográfus ▶ **Barta Dóra**

Művészeti konzultáns ▶ **Marton Éva**

Karmester ▶ **Kesselyák Gergely**

Díszlettervező ▶ **Szendrényi Éva**

Jelmeztervező ▶ **Tóth Bori**

Világítástervező ▶ **Bányai Tamás**

Karigazgató ▶ **Csiki Gábor**

Bemutató ▶ 2019. február 22., Erkel Színház

További előadások ▶ 2019. február 24., 28., március 3., 6., 10., Erkel Színház

OPERA

MAGYAR ÁLLAMI OPERAHÁZ
HUNGARIAN STATE OPERA

opera.hu | facebook.com/Operahaz



SZÖVEG –
MIRTSE ÁRON zoológus

SOROZAT –
VADÁLLATOK KÖZELRŐL

TIGRISLÓ ÉS TEVEPÁRDU

Similis simili gaudet – hasonló a hasonlónak örül, tartja a latin közmondás. A természetben az élőlények a saját fajukból választanak párt maguknak, másfajta jószágokkal nem is tudnának mit kezdeni. Vagy mégis? Hiszen hallani azért hibridekről, amelyek két eltérő szülőtől származnak. Hogy is van ez akkor?

- ◆ A „faj” hagyományos meghatározása a zoológiában az volt, hogy egymás közt termékeny utódokat létrehozni képes élőlények közössége. Ennek a megállapításnak az alapja az lehetett, hogy a ló és a szamár keresztezéséből származó utód, az öszvér életképes ugyan, ám továbbszaporodni nem tud, terméketlen. Ma már tudjuk azonban, hogy ez nem ilyen egyszerű, mert ami az öszvérre érvényes, az nem biztos, hogy megállja a helyét más élőlények esetében is. Léteznek olyan állatfajok (és persze növények is), amelyeknek a hibridjei is képesek utódokat nemzeni vagy világra hozni, és ez bizony olykor nagy gondot okoz a természetvédelemnek is. Ráadásul hibridek nem csak fajok között jöhetnek létre: sokkal gyakoribban az alfaji hibridek, és persze vannak fajta-hibridek is.

FAJ, ALFAJ, FAJTA

Tisztázzuk hát először is a fogalmakat! Mi a faj, mi az *alfaj*, és mi a *fajta*? Amint a fentiekből kiderül, az egy *faj*hoz tartozó élőlények genetikailag olyan közel állnak egymáshoz, hogy utódokat tudnak létrehozni, és ezt természetes körülmények között meg is teszik. Az utóbbi azért lényeges, mert léteznek olyan fajok, amelyeknek elterjedése fedi egymást, tehát a vadonban kereszteződhetnének, de ezt mégsem teszik meg, hacsak a körülmények drasztikus megváltozása nem kényszeríti őket erre. Ezzel szemben az *alfajok* egyazon faj különböző állományai, amelyek minden további nélkül kereszteződhetnek, erre csak azért nem kerül sor, mert elterjedési területük egymástól elszigetelt, nem találkoznak. Végül a *fajták* házasított állatfajok közösségei, amelyeknek szaporodását az ember irányítja, és keresztezi vagy egymástól elkülönítve tenyészti őket.



Szamár-zebra hibrid

FARKAS, SAKÁL, KUTYA

Lássuk ezt a gyakorlatban! A farkas mint faj, szinte az egész északi félgömbön elterjedt. Az eltérő környezet és az elszigeteltség hatására számos alfaja alakult ki, amelyek egymástól külsőleg jelentősen különböznek (a sarki farkas pl. hatalmas és fehér, az arab sivatagokban élő alfaj pedig feleakkora, és sárga), de ha találkoznának, minden további nélkül kereszteződhetnének, alfajhibridet létrehozva. Az említett sivatagi farkas közös élőhelyen él egy vele rokon fajjal, az arany-sakállal, mégsem kereszteződik vele a természetben, holott képes lenne rá, és mesterséges körülmények közt, együtt felnevelve meg is teszi: ebből lesz a fajhibrid. A farkas háziasított változata a kutya, amelynek kb. 500, egymástól látványosan különböző fajtája van, amelyek egymással korlátlanul keresztezhetők (az eltérő fajtájú, de fajtatiszta szülők utódai tekinthetők fajtahibridnek), de egyben közös őssükkel, a farkassal is tudnak utódokat létrehozni.

ZEBROID ÉS TIGROSZLÁN

Az embert sosem hagyta nyugodni, hogy az egymástól különböző állatoknak lehetnek-e közös utódai. Viszonylag hamar rájött arra, hogy az egymáshoz hasonló, egymással rokon fajok keresztezhetők egymással, míg az egymástól távol állók nem, vagyis a ló és a szamár párosításából születik öszvér, de a zsiráf nem a teve és a párdúc nászából született, és a zebra sem a ló és a tigris közös gyereke, ahogy régies elnevezésük, a tevepárduc és a tigrisló sejteti. A tigris és az oroszlán viszont összeházasítható, és a kettő keresztezéséből származó utódokat angol nyelvű mozaikszavakkal ligernek vagy tigonnak hívják (a lion és tiger szavak összevonásából), mindig az apaállat adja az előtagot, az anya az utótagot. Ezek az egyedek általában mindkét felmenőjükénél nagyobbak, és küllemük félúton van a két szülőé között (pl. csíkjaik vannak ugyan, de elmosódottabbak). Hasonló a helyzet a zebra és ló vagy szamár keresztezéséből született zebroidoknál is, amelyeknek a bőre csak részben csíkozott.



Szürke farkas (*Canis Lupus*) és fekete hibridje, a timberfarkas

MÁSFÉLPÚPÚ TEVE?

Az, hogy a hibridek általában nagyobbra nőnek, és számos egyéb tulajdonságukban is felülmúlhatják mindkét szülőjüket, megmagyarázza, hogy miért alkalmazzák a mezőgazdaságban is széles körben a keresztezést a teljesítmény javítása érdekében. Az így létrehozott utódok persze általában fajtahibridek (mint pl. a félvér lovak vagy a különböző baromfifajtákból előállított hús- és tojóhibridek), de van számos fajhibrid is, mint amilyen a már említett öszvér, de történtek kísérletek juh és kecske keresztezésére is. Mongóliában gyakran lehet találkozni jak és szarvasmarha hibridjével, Törökországban, Iránban vagy Kazahsztánban pedig gyakran keresztezik az egypúpú tevét a kétpúpúval: az utódnak nem másfél púpja lesz, csak egy, de az jó nagy, és az állat nagyobb, erősebb mindkét ősnél. Az ilyen hibridek továbbtenyészthetők, akár egy-, akár kétpúpú tevével párosítva.

A FEKETE FARKAS

A hibridek tehát távolról sem mindig terméketlenek. Amerikában él a farkasnak egy különös, igen ritka változata, amelyet sokáig önálló fajként tartottak számon. A vörös farkasról azonban a modern genetikai kutatások kiderítették, hogy valójában a szürke farkas és a prérifarkasnak is nevezett kojot kereszteződéséből jött létre. Amikor ugyanis a szürke farkas a túlzott vadászat és üldöztetés miatt erősen megritkult, ugyanakkor a kultúrákövető, hulladékon is megélő kojot viszont elszaporodott, azok a farkasok, amelyek nem találtak maguknak partnert a saját fajukból, kojotokkal álltak párba. Észak-Amerika farkasaira egyébként a házi kutyával való kereszteződés is hatással volt: a timberfarkas koromfekete színváltozatáról ma már tudjuk, hogy színét az őslakos indiánok kutyáitól örökölte, akik szívesen pároztatták ebeiket vadon élő farkasokkal.



Európai nyérc (*Mustela lutreola*)

AZ EGYFORMA SEM UGYANAZ

Az, hogy a vadonban ezek a keveredések viszonylag ritkák, annak tudható be, hogy még a rokon fajok viselkedésformái is gyakran annyira eltérőek, hogy egyszerűen nem értik meg egymást. Amíg egy állatfaj állománya stabil, addig általában a saját fajtársait részesíti előnyben, a hibridizáció tehát, mint a fenti példában is, főként az erősen csökkent létszámú, vagyis eleve veszélyeztetett állatfajokat érinti érzékenyen. Ez a helyzet például az európai nyérccel, amelynek fajtisztaságát veszélyezteti a prémesállat-farmokról megszökött kanadai nyércekkel való kereszteződés. A dél-amerikai éji avagy bagolymajmognál ugyanakkor fordított jelenség volt tapasztalható: az állatkertekben még látszólag összeillő példányokat sem mindig tudtak párba állítani, ugyanis bár ránézésre egyformák, mégis több különböző fajt képviselnek, és genetikailag olyan távol állnak, hogy az a keresztezésük lehetőségét már kizárja. ♦



Bagolymajom (*Aotus trivirgatus*)

A leopárd és a jaguár két egymáshoz igen hasonló nagymacska, amelyek keresztezhetők is egymással; a vadonban csak azért nem történik ez meg, mert egy óceán választja el őket egymástól.

A keresztezés az öröklött viselkedésformákra is hatással van. A törpepapagájok egyik faja a fészekanyagot a csőrében szállítja, egy másik faj viszont a tollai közé dugdossa, és úgy repül vele az odúhoz. A kettő hibridje nem tud fészket rakni, mert a felhasználni szánt fűszálakat a tollai közé dugja, de nem engedi el a csőrével, és így nem tud velük elrepülni.

A kígyók közt olykor még egymástól távol álló fajok is keresztezhetők. A gabonaskló és a királysikló például csak távoli rokonok, ám hibridjeik terráriumban gyakoriak.

Egy korábbi számunkban a klímaváltozás kapcsán már esett szó a grolarmedvékről: ezek a grizzly és a jegesmedve természetes hibridjei, amelyek azért jönnek létre, mert a két faj elterjedési területe a felmelegedés miatt lassan egymásba olvad.



SZÖVEG –
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –
TERMÉSZETKÖZELBEN

TAVASSZAL PACSMAGOL ÉS FÜLPAMATJA VAN

A mély hóban sem süpped el, mintha hótalpa lenne. Fülén négycentis fekete bojt van (ez a fülpamat). Rossz távfutó. Néha borz- vagy hódvárakban húzza meg magát nappal. *Petőfi Sándort* is megihlette, sokan ismerik, a természetben mégis nagyon kevesen látták. Mi lehet ez?

- ◆ A 2019-es Év Emlőse, az eurázsiai hiúz, latin nevén Lynx Lynx. A 60–75 centiméter marmagasságú nagymacska egykor gyakori volt hazánkban is, azonban a kíméletlen vadászat miatt a múlt század elejére teljesen kipusztult. A vadászat korlátozásának köszönhetően Szlovákia felől kezdett visszatelepülni hozzánk az 1980-as évek végétől kezdve, de illegális elejtésére sajnos még ma is akad példa. Jelenleg 10–12 egyedre becsülik létszámukat, főleg a Zemplénben és az Aggteleki-karszton élnek, itt található egyedül olyan erdőgazdálkodástól mentes, nagy területű erdők, amelyek alkalmasak számára. Visszahúzó, fantoméletmódot folytató ragadozó, az is kisebb szenzációnak számít, hogy tavaly november közepén *Szabó Ádám*, az Aggteleki Nemzeti Park kutatója rejtett kamerás felvételeket készített a nálunk élő hiúzokról.

Az Év Emlőse rendezvénysorozatot először 2014-ben hirdette meg a Vadonleső program. Ez része a Nemzeti Biodiverzitás-monitorozó Rendszernek, amely hazánk természeti állapotát figyeli több mint tíz éve.

Érdeemes böngészni a program honlapját (www.vadonleso.hu), ugyanis interaktív felületen nézhetjük meg a fajonkénti észleléseket – nemcsak emlősökről, hanem egyéb védett növényekről, rovarokról és hüllőkről is –, ugyanitt saját megfigyeléseinket is megoszthatjuk, a térképre kattintva pedig láthatjuk az egyes észlelések pontos helyszínét, idejét és még sok érdekes adatot. Az Év Emlőse rendezvények programját is a honlapon találjuk, érdemes időnként ránézni, mert fotó-, rajz- és mesepályázat is lesz. ◆



Itt az első Képmáska-könyv!

Pifkó Célia: Szörnyek a szobádban

Kádár Annamária pszichológus ajánlásával

Orosz Annabella illusztrációival



Rendelje meg most

20% kedvezménnyel

a kepmas.hu/mesekonyv oldalon!

2990 Ft helyett 2390 Ft*

*Postai küldésnél csomagolási és postaköltséget számolunk fel.
Érdeklődni az előfizetes@kepmas.hu email címen lehet.



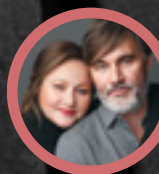
TOVÁBB NŐ A GAZDASÁG.

Erős országot csak erős gazdaságra építhetünk.
Ezért is fontos eredmény, hogy a magyar
gazdaság 2018-ban közel 5 százalékkal nőtt.
Ezzel a növekedéssel az élmezőnyben
vagyunk az uniós országok között.



ZAMGÉNY

stílusos, bátor, elkötelezett



SZÚCS NELLI és TRILL ZSOLT

„FARKAS ATTILA ATYA
KÖZEL A KILENCVENHEZ
IS HIRDETI AZ ÖRÖMHÍRT,
HITET, REMÉNYT, ERŐT
ADVA A KÖZÖSSÉGNEK,
RÁÉBRESZTVE MINKET,
HOGY ÉLETÜNK
NEHÉZSÉGEIBEN MINDIG
ISTENNÉL TALÁLJUK
A MEGOLDÁST.”