



MINDENKINEK MEGVAN A MAGA FOGYATÉKOSSÁGA

„Ma már szerencsésnek érzem magam, hogy végtaghiánnyal születtem.” A meglepő mondatot Boronkay Pétertől hallok, akivel egy készülőben lévő sportpszichológia tankönyv egyik fejezete kapcsán beszélgettünk. Aztán így folytatja: „Ehhez azonban kellett a sport, hogy teljesen el tudjam fogadni, sőt, az előnyökre fordítani.”

♦ – **Hogy találtad meg a triatlont?**

– A szüleim pontosan úgy neveltek, mint az ép testvéreimet, türelemmel vártak, míg magam jövök rá, hogyan tudok egy-egy helyzetet megoldani. Korán megtanultam, hogy ha A-ból B-be akarok jutni, akkor ahhoz bizony én kellek. Úszóként kezdtem, csak később ismerkedtem meg a triatlonnal. Először csak az épek között versenyeztem, a sportsikerek jöttek egymás után, így egyre magabiztosabbá váltam. Aztán a paratriatlon itthoni fejlődésével együtt nyitottam az elit versenyzés és a paralimpiai kvalifikáció felé.

– **Azt mondod, minden embernek megvan a saját fogyatékosága. Egyfajta életfilozófia ez?**

– Mindannyian cipelünk valamit, amitől könnyen kevésnek érezhetjük magunkat – és ezt látni rajtunk. Látni, ha valakiből hiányzik valami. Szerintem az önfogadás a kulcs: nem szabad elbújni; akik vagyunk, az tesz minket egyedivé. Persze sokkal nehezebb az elfogadás, ha úgy növünk fel, hogy megvan mindkét kezünk és lábunk, és baleset következtében veszítjük el egyik végtagunkat vagy válunk mozgáskorlátozottá. Ilyenkor a személyiség is sérül, mert valami elvész, ami addig megvolt.

– **És a veszteséget el kell tudni gyászolni.**

– Igen, és az egy nagyon más veszteség. Viszont a sport a legjobb rehabilitáció lehet ilyenkor is, azt látom, hogy aki fel tud állni lélekben, az a trauma után növekedhet is. Nekem azért volt könnyebb, mert végtaghiánnyal születtem, így nem is hiányzott. Ugyanúgy használom mindkét karomat, eleve így tanultam meg boldogulni.

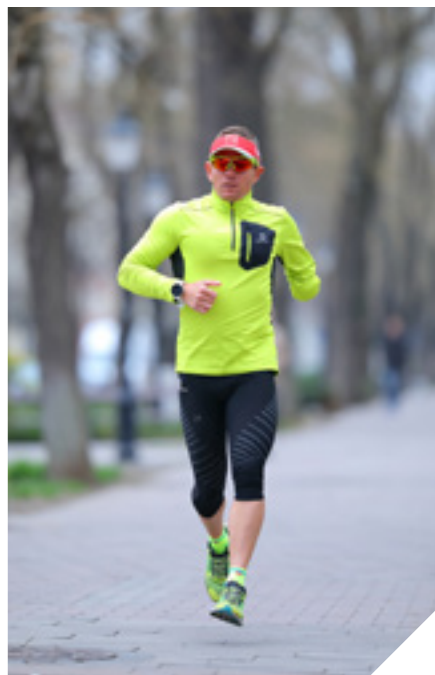


Boronkay Péter hazánk legismertebb és legeredményesebb elit paratriatlonistája, triatlon online edző, motivációs speaker, az egyik legnagyobb áruházlánc jászolgálati nagykövete. Sportpályafutását úszóként kezdte, 2004-ben még az Athéni Paralimpia volt az álma, 2007 óta azonban már triatlonban több Világ- és Európa bajnoki címet szerzett, ép sportolókkal együtt edz és sokszor száll velük versenybe az érmekért. Csak hogy néhányat említsünk győzelmei közül: 2008. Portugália EB, 2009. Ausztrália VB, 2009. Hollandia EB, 2010. Budapest VB, 2010. Írország EB, 2011. Paratriatlon Világkupa Egyesült Királyság, 2011. Spanyolország EB.

– Az elfogadás kizárólag belső munka?

– Ott kezdődik, igen, hogy aztán meg merjem mutatni magam. Ha magabiztos vagy, bízol abban, hogy valahol megvan a helyed, akkor oda fognak hívni. Én minden-hova mentem, ahova hívtak: sportolni, előadni, motivációs tréningeket tartani, mesélni az életemről. Szegeden szereztem szociális munkásként diplomát, kábítószer problémás fiatalokkal dolgoztam együtt egy drogambulancián, majd egy speciális iskolában foglalkoztam közép- és halmozottan súlyos értelmi fogyatékos gyerekekkel. Jó érzés volt, hogy nehéz sorsú diákokat tudtam a sporton keresztül támogatni saját fejlődésükben. Fontosnak tartom, hogy mindnyájan tudjunk segíteni. Egész más érzés, ha úgy élek, hogy én is tudok adni, hozzásegíteni másokat a saját életük kibontakoztatásához. Az előadásaimon is sokszor beszélek erről: „Segíts te is másokon!”





– **Hogy lehet érvényesülni parasporthóként?**

– Egy fogyatékkal élő ember lehetőségei korlátozottabbak – például ha csak az akadálymentesített munkahelyek számát nézzük. Nehéz körülmények között, anyagi gondokkal nehezebb az önfogadás is. Az önértékelés minden esetben belül, önmagunknál kezdődik, nem valaminek a függvénye. Egy parasporthóban még erősebben munkálkodik az elismerés iránti vágy, ép sporttársaihoz hasonlóan ő is példaképpé szeretne válni.

– **Véleményed szerint hogyan segíthetjük ezt a folyamatot?**

– Egyre több olyan rendezvény, esemény van az integráció jegyében, amely kiemelten foglalkozik a sérült emberek elfogadásával, de még mindig nem elég. Ezekkel az emberekkel éreztetni kell, hogy ők is értékesek, fontos, amit csinálnak, ők is a társadalom hasznos tagjai. Ezt már egészen kicsi gyermekkortól el lehet kezdeni szakemberek bevonásával, érzékenyítéssel.

– **Ez mit jelent szerinted egy sikeres parasporthó esetében?**

– Szerintem egy sportolót – legyen ép vagy parasporthó – abban lehet és kell segíteni, hogy tudjon a sikerrel „bánni”. Előfordult már, hogy azt tapasztaltam, nincsenek megfelelően felkészülve a hirtelen jött sikerre, így megküzdési

stratégiáik sincsenek. Fontos, hogy erre mentálisan fel legyenek készülve. Azt látom, hogy amin lehet alakítani, az az alázat. Azon kell dolgozni, hogy ne felejtsük el, honnan jöttünk, hol vannak a gyökereink, milyen utat tettünk meg. A szociális érzékenység és empátiás érzékenyítés nagyon fontos.

– **Azt hiszem, ezeket a tanácsokat mindenkinek érdemes megfogadni.**

– Igen, ezért én azt gondolom, hogy bár vannak jelentős különbségek épek és nem épek sportja között, mind emberek vagyunk, és mindnyájunknak meg kell küzdeni azért, hogy saját fogyatékoságainkat meghaladjuk. Azt látom, hogy még több integrációra lenne szükség a parasporthó és az épek sportja között. Nem kell minden téren, de például a sikerre való felkészítés és a már jelenleg is működő életpályamodellel olyan dolgok, amelyekkel többet kell foglalkozni.

Kell, hogy legyen B-terv; tudnunk kell, hogy a képességeink visznek el minket a célkorig – ha ezekkel tisztában vagyunk, az az élet más területén is segít helyt állni. Ez parasporthóként egy kicsit nehezebb, de a teherbírás és a sportolói kvalitások a munkaerőpiacon is értékek. A társadalmi integráció nagyon fontos, érdemes még több képzésbe bevonni a parasporthókat. ♦



SZÖVEG –
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –
KÖZVILÁGÍTÁS

KOCCANÁS

Nyári forróság. A városban ilyenkor még nehezebb. Minden az őszi „bemutatóra”, az iskolaév kezdetére készülődik, de a kulisszák mögött apokalipszis van: a sínek felszedve, az aszfalt felbontva, építőanyagok és lezárások mindenfelé. Ilyenkor ébredünk rá, hogy egy várost nem lehet egyben felújítani, mint a lakást vagy házat, ez soha nem fog véget érni.

◆ A villamosperonról nézem a jelenetet. A pirosnál álló, három sávós autósorból az egyik gépkocsi lassan, feledékenyen gurulni kezd hátrafelé. A sofőr valószínűleg azt gondolja, áll, de nem. Aligsebességgel halad a mögötte álló lökhárítója felé. Hozzá is ér. Koccan vagy még azt sem. Ezzel a tempóval inkább látszik, mint érződhet az ütközés. Még távolabbról is semmiségnek tűnik. Ugyanekkor kicsit előbbre léphet az egész kocsisor – pedig még nincs zöld – úgyhogy a hátrafelé haladó kocsi is kissé előbbre mászik. Nyilvánvaló, hogy nem vette észre, mi történt. A sértett, a mögötte álló, viszont nagyon is. A terepjáróból előbb kiáltás hallatszik, nagy karmozdulatok, majd kiszáll egy nő, aki előbb a 'vétkes' kocsinak kiabál, majd a sajátja orrát nézegeti. Látszik, hogy látja, nincs semmi nyom. Habozik, mit tegyen, de annyira felindult azon, hogy az előtte lévő még csak észre se vette az eseményeket, hogy inkább előre megy, feltépi az ajtót. És akkor meglátja az idős férfit. Kiabálni kezd: „Hát ez egy hülye öregember!!! Nem látod, hogy nekem jöttél, te vén hülye?!” A városi morajban is kivehető minden szó. A férfi döbbenten ránéz, de nincs ideje reagálni, mert a nő választ nem várva, sietve visszaül a terepjáróba. A férfi fűgén kiszáll, utána néz. Ebben a pillanatban zöldre vált a lámpa és a három tömött sáv elindul. A nő kikanyarodik a férfi

mögül és mutogatva elhajt. A mögötte lévőök dudálnak a forgalmat akadályozó, álló kocsira, a melléte leengedett karral álló férfira. Aki ocsúdik, visszasiet a kocsihoz, indít, de lefullasztja izgalmában a motort. Megjön a villamos, nem látom, mi zajlik ezután, csak túlkölést hallok még, aztán betemeti a képet a város feszült forgataga.

Feldúltan gondolkodom, az eset olyan, mint egy megelevenedett allegória. Ekkor veszem észre, hogy két férfi melletttem felvette, s most visszanezi telefonján a jelenetet. „Nézd a hülye vén ...-t, azt se érti, mit csinált!” – Nevetnek.

Női valóm és a bennem élő idős közti harc eldőlni látszik. Körülnézek a villamoson, ahol arányaiban jóval több az idős, mint a huszonéves. Ahogy az egész társadalomban és Európában is. Ideje volna elégetni ezt az öregséget szorító sok jelzőt, akár a fűzőket a harcoss feministák a '60-as években. Ahhoz, hogy együtt tudjunk élni magunkkal a jólétben, nem vádolhatjuk tovább az idő múlását. Ősszel, a korosodás metaforikus időszakának kezdetén ez még aktuálisabb.

Végülis semmi nem történt. Egy rendszámtábla se nyomódott be. Csak az ős szűgött valamit. Füstöset, furcsát. Arról, hogy másként is vezethetnénk. Az úton és a szavakban egyaránt. ◆



SZÖVEG –
JOÓS ANDREA

SOROZAT –
TANÁROK TITKOS ÉLETE

FÜGGŐSÉGEINK

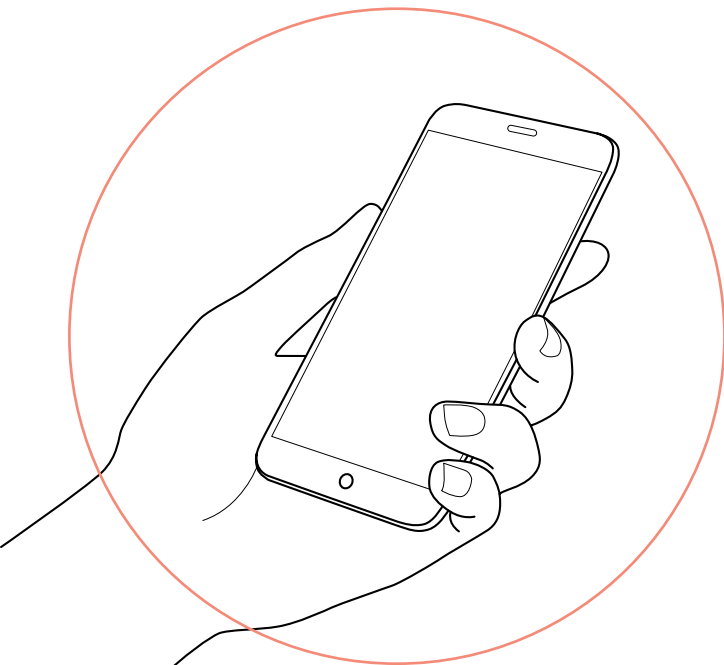
Nem tudom letenni a tabletet, pedig már éjfél is elmúlt. Épp nyeresre állok, a karakteremnek, Rex-xarnak még 20 életpontja van, az ellenfélnek már csak kettő. Leteszem a következő kártyát, felhasználok egy varázslatot és kész. Győztem. Máris enyém a 60 arany, és egy speciális varázskártya, amit a következő játékban felhasználhatok. Ej, ki kellene próbálni. Na jó, csak még egy meccset...

◆ 18 éves voltam, amikor az első mobiltelefonomat kaptam. A szalagavatós tánc próbáján a mobil kidomborodott a zsebemből, volt, akinek fel is tűnt: „Naaa, kinek lett bun-kofonja?” – az osztály nagy részének már volt, ugyanígy, a tizenhét évesekre kapták. A Nokia 3310-es iszonyú okos volt, kiírta, hogy ki hívott (a vonalas telefon korszakában ez fantasztikus volt), tudott SMS-t küldeni (a maximum 160 karakteres SMS szerelmes-versek műfaját magas szintre fejlesztettük), volt rajta ébresztő (erre a pittyeségre a szomszéd is felébredt), csengőhang-szerkesztő (Édesanyám telefonszámához Darth Vader dallamát illesztettem...) és természetesen játékok. A Snake sose jött be, de a Space Impact és a későbbi Bantumi mindent vitt (a mellékhelységekben eltöltött idő exponenciális növekedésével a WC sorok is láthatóan megnőttek).

Egészen öt évvel ezelőttig (!) ragaszkodtam a régi típusú telefonhoz, nem tetszett az okoseszközök világa. Félttem tőle. Kiderült: joggal. A harmincadik (lám, fontos évforduló ez is) születésnapomra kapott tabletre az első játékokat a diákjaim tanácsára töltöttem le, hiszen ki tudná náluk jobban, mi a trend. Az Angry Birds ekkorra már nem volt divat, a Szókereső és a Candy Crush pedig nem mozgatott meg igazán. Nem úgy, mint a Warcraft világ készítőinek stratégiai kártyajátéka, a Hearthstone. Döbbenetesen jól kitalált és felépített játék, amelyben a stratégiai érzék, az intelligencia, a számolási tudás és persze a szerencse egyaránt fontos. Az ingyenes

alkalmazás egy nap alatt beszippantott, és utána egy évig nem is eresztett el. Döbbenetesen észre magamon az elvonási tüneteket, az ingerlékenységet, a türelmetlenséget és az éjszakába nyúló meccsek utáni kialvatlanságot. Megértettem, hogy mi történik a diákjaimmal, amikor percenként előveszik az okostelefont. Dopamin öntötte el az agyamat, akárhányszor elindítottam a programot vagy megnyertem egy meccset, és percekig tudtam megállás nélkül beszélgetni más játékosokkal (többnyire a diákjaimmal és az unokaöcsémekkel) egy olyan nyelven, amit a körülöttünk lévők nem is értettek. Hiszen mit tudtak volna a hozzá nem értők hozzátenni ahhoz, hogy egy négy tizenötös lap lecseréli a heromat, felhúzza az életemet és lekaszálja a pályáról az összes miniont, vagy ahhoz, hogy disenchantoltam egy olyan legendary lapot, amely a kör elején paklim összes minionjának plusz egyet ad, ha csak páratlan manás lapjaim vannak?!

Az intő jelek (nehézségek az elalvással, zaklatott álmok, fáradtan ébredés, fontos feladatok halogatása és ingerlékenység) megjelenése egyértelmű volt. Biológianárként észrevettem ugyan magamon, de csak nagysokára döntöttem úgy, hogy komolyan is veszem őket. Eleinte azzal próbálkoztam, hogy limitáltam magam számára a játékkal tölthető időt. Szép terv volt, hogy naponta csak 20 percet tableteztem, de az újabb és újabb meccsek miatt valójában ez az idő nem csökkent egy óra alá. (Minden tiszteletem azoké a gyerekeké,



akik szülői, esetleg saját döntés alapján képesek letenni a kezükből bármilyen okoseszközt egy meghatározott időtartam után. Nekem nem ment.) Így drasztikus megoldáshoz folyamodtam: letöröltem a játékot. Több mint egy hétig tartott, míg új, egészséges szokásokat építettem be az életembe (például olvasás), és teljesen el tudtam engedni a függőséget. Utána is nagyon szívesen beszélgettem a játékról, de kezdett végre enyhülni a szorongás. A feszültség oldódott, és nagyon meglepett, amit éreztem: eltűnt a folyamatos önostorozás és lelkifurdalás, hogy „annyi fontosabb dolog van ennél”.

Azóta egészen másképp nézek a diákokra, akiknek az ujjukhoz nőtt az okoseszköz. Ez egy valós függőség, a saját bőrömmön tapasztaltam. Harmincas fejjel és biológiai, élettani és pszichológiai tudással is egy évbe telt, míg megszabadultam tőle. Hogyan várhatnám el egy tízévestől, hogy magától letegye a játékot? Honnan tudná egy tizenkét éves, hogy az ingerlékenységének és a szorongásának mi a kiváltója? Hogyan is nyújthatnék segítő kezet, ha nem tapasztaltam volna a saját bőrömmön, min mennek keresztül? Hálás vagyok ezért a tapasztalatért, és mindent megteszek azért, hogy értő segítséget tudjak adni a gyerekeknek. Megértem, és elfogadom őket, hiszen én sem tudom kezelni ezt a világot. Sokat kell még tanulnom erről (is). ♦

NEKEM GONDTALAN UNOKÁZÁS. NEKI EGY ÉLETRE SZÓLÓ ÉLMÉNY.

kolping.hotel.hu



DERŰRE BORI

Gyűlöletcsoportja (I.)

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.

Kedves Olvasóim!

- ◆ Egyik szemem sír, a másik zokog.

Sír az egyik, mert látja a rengeteg olvasói levélből, hogy hatalmas a baj, napjainkban a boldogság úgy terjed, mint a vírus.

A másik szemem pedig zokog, hiszen igazán nem azért kezdtem bele ebbe a sorozatba, hogy sikeres legyen! Arra számítottam, hogy kudarcot vallok vele, de nem így történt: Önök „szeretik” a rovatomat (persze lehet, hogy csak azért tesznek úgy, hogy majd a siker csúcsairól ejtsenek, és még nagyobbat koppanjak), olyan sokan írnak, hogy nem is győzők válaszolni minden egyes levélre!

Ezért úgy döntöttem, hogy élő csoportterápiát szervezek a hozzám fordulóknak, és inkább ötösével, hatosával oldom meg a problémákat. A csoportterápia nagy előnye, hogy a résztvevők így egymás szemével láthatják magukat borzalmasnak. Mert ahogy a költő mondja:

**„Hiába mocskolódsz önmagadban,
Csak másban szennyezheted be arcodat.”**

Már amikor az ajtón beléptek, tudtam, hogy csoportom tagjai tényleg nagy bajban vannak. A középkorú pár egymás kezét markolászva érkezett. A férfi, Attila fess volt és bajuszos, a nő kissé molett; parkettafonású, őszülő frizurája szépen kiemelte kék szeméit. Elmondták magukról, hogy hívő katolikusok, hat gyermek boldog szülei, de a Doktor Bori rovatot olvasva attól kezdtek félni, hogy talán nincs bennük elég alázat, és egy kis szerénységre vágnak.

Ötven körüli, acélosan jóképű férfi kocsikulcsot pörgetett az ujján. Kiderült, hogy ő Hans Klimmerhütberger, gazdag német üzletember, aki már annyira gazdag és annyira német, hogy nincsenek is vágyai, és ez lassan az üzlet rovására megy. A mellette ülő csinos harmincas nőt, akivel angolul csevegett, Szonjának hívják, és borász a Balaton-felvidéken. Ő is elégedett az életével, tudatos döntésből szingli, gyönyörű teste van és azért jött, hogy megtudja, van-e bármi hibája, mert ő eddig sajnos még nem talált magán.

Rajtuk kívül még az ismert rádiós műsorvezető-humorista foglalt helyet a körben. Anti a reggeli műsorok sztárja volt. „Túl nagy zsírkirály vagyok, az az én bajom!” – mondta mókásan hangsúlyozva. Később, váratlan vendégként érkezett a csoportba a közelben élő hajléktalan, Sanyi. Azt mondta, azért jött, mert remélte, hogy itt lehet egy jót aludni. Kérdeztem, boldog-e, mert ugye csak akkor csatlakozhat a csoporthoz. Azt mondta, igen, jól elvan, minden oké, így őt is befogadtuk.

Első körben a csoporttagok még nagy jóindulattal voltak egymás iránt. Megértően bólogattak, mosollyal nyugtázták egymás szavait. Ekkor kemény feladatot adtam:

– Most mindenki mutasson rá arra a személyre, aki a csoportból a legellenszenvesebb neki! És fejtse is ki, miért érzi így!

Megfagyott a levegő, senki sem akart elkezdni ellenségeskedni. Már attól féltem, kudarcot vallunk, amikor Hans Klimmerhütberger váratlanul megszólalt:

– Der Obdachlose stinkt – mondta, én meg sebtében fordítottam: – A hajléktalan bűzlik.

Sanyi ezen nem bántódott meg, mert éppen szunyókált, viszont Anti, a rádiós csípőből visszalőtt:

– Nekem meg az bűzlik, hogy maga mitől olyan kőgazdag, Hans Klimmerklüngenbungen? Csak nincs valami kis dajcse stikli a dologban?

Hans Klimmerhütberger hálásan elmosolyodott.

– Köszönöm szépen! – mondta. – Ez egy nagy-szerű új szempont, amin keresztül új fényben látom a személyiségeimet.

Ezután Ildikó, a hatgyerekes anyja is felbátorodott.

– Nekem Szonja nagyon ellenszenves, mert ahelyett, hogy gyereket szülne, konditerembe jár és a saját testét dédelgeti. Ez rettentő önző dolog, és nem szolgálja a hazát!

Szonja hálásan fogadta e szavakat, és rögtön viszonzta:

– Köszönöm, ez most baromi nagy segítség volt. Maga meg arra föl, hogy sok gyereke van, lomposan öltözik,

nem borotválja a lábát, sárga a foga, és amúgy is egy öntelt tehén!

Ildikó elpirult örömeiben, nem számított hirtelen ennyi segítségre. Istenem, milyen büszke voltam rájuk! Gyönyörűen megnyíltak, bátran kezdtek fröcsögni. Attila elárulta, hogy neheztel Hans Klimmerhütbergerre, mert a németek 1944-ben bevonultak Budapestre. Szonja közölte Antival, hogy egy szerencsétlen, humortalan pojácának tartja, és mindig kikapcsolja a rádiót, ha meghallja a hangját – mire Anti azzal vágott vissza, hogy nyilván csak azért beszél így, mert ő láthatóan nem akarja felszedni.

– Akkor se akarnám, hogy felszedj, ha egyedül kapá-lóznék az óceánban, te meg arra jönnél hajóval! – vágott vissza szellemesen Szonja. Ez a vicc Attilának nagyon tetszett, de nem mert nevetni, mert Ildikó szigorúan ránézett.

Csak Sanyi volt kicsit félszeg, ő senkit nem akart utálni. Megmondtam neki, hogy így nem leszünk jobban: ha nem hajlandó minimálisan gyűlölködni, akkor el kell küldenem. Erre azt mondta, hogy na jó, akkor engem utál, mert ezzel fenyegetem.

Mindenkivel nagyon elégedett voltam! Mondtam is nekik az ülés végén, hogy gratulálok, mert a mai napon öles lépést tettek egy rosszabb élet felé.

Kedves Olvasók, Önöket is arra biztatom, ha nem tudják magukat önerőből eléggé utálni, kérjenek segítséget, frusztrálják egymást bátran! Használják a Közösség erejét!

A terápia ősszel folytatódik.

Addig is kellemetlenül forró nyarat és sok sikertelenséget kíván:

Doktor Bori

Kedves Olvasó!

Kérem, írjon ímélt nekem! Panaszolja el, ha túl jó az élete! Ha boldog, ha rendben van minden! Segítsen rosszabb helyé tenni a világot! Előre is csalódottan várja leveleit a doktorbori@kepmas.hu címre:

Doktor Bori



SZÖVEG –
VANYOVSZKI MÁRIA

A Salon
BUDAPEST

AZ ÖLTÖZKÖDÉS BÁTORSÁGA

„Hány éves vagy?” „62–63? Nem tudom, nem nagyon számolom. 56-os vagyok.” „Az anyukám is 56-os!” „Nem mondd! Mindig meglepődök, amikor valakinek az anyukája lehetnék.” Süle Kati az érett korosztály hazai stílusikonja, divatiskolák és képzések oktatója, az internetes felületek lehetőségeit kihasználva pedig az utóbbi pár évben ismert influencerré is vált. Az általa képviselt öltözködési filozófiában fontos a környezettudatosság, a régi, minőségi darabok újragondolása. A magyar divatszakma ikonikus alakjával beszélgettünk pályája alakulásáról, női szerepekről, önismeretről, az öltözködés és a személyiség harmóniájától.

- ◆ „Olyan öt-hat évesen már nagy előszeretettel turkáltam az anyukám szekrényében, és hát teljesen el voltam ájulva a szép cipőktől és az anyagoktól. Amikor a szülők nem voltak otthon, a húgommal fel is próbáltunk sok mindent” – meséli Kati. „Nagymamám és anyukám is varrt. Tíz-tizenkét évesen én is odaültem a varrógéphez.” Közgazdász szülők gyermekeként ugyanakkor nem volt olyan egyértelmű a pályaválasztás, hiszen a művészeti képzések nem kecsegtettek jól fizető szakmával. A család ekkor Dániában élt, Kati ott kezdte meg tanulmányait művészettörténet és angol szakon, amit aztán itthon folytatott, és művészettörténészként diplomázott. „A kézművesség, a vágy, hogy valamit alkossak, ami én vagyok, 50 éves korom körül teljesedett ki igazán. Addig is készítettem magamnak ruhákat, akár szabásminta alapján, akár átalakítással. Mindig másképp néztem ki, mint az összes többi nő. Az esküvői ruhámat is én terveztem, varrónővel varrattam meg, de azt is átvartáltam, és az utolsó simításokat én csináltam, kézzel. Az egyéniség megmutatása a ruhán keresztül mindig fixa ideám volt. Mert a ruha az egyfajta művészet; beolvadás helyett meg kell mutatni a karakterünket a megjelenésünkön keresztül. De azt is megértem, hogy ez nem mindenkinek fontos. A beolvadás elleni harc nálam is akkor tetőződött, amikor eljutottam abba a korba, hogy már túl voltam az olyan női szerepeken, mint a gyerekeknvelés. Amikor a férfiak és a nők megváltoznak, és ezzel együtt alakulnak egymáshoz való viszonyaik. Ennek a pszichológiája is elkezdett érdekelni, hogy miért van így. Akkor jött az ötlet, hogy segíteni szeretnék más nőknek is.”



Kati nemcsak fiatalokat tanít, személyes tanácsadásra bárki jelentkezhethet nála, illetve egy komplex online tanfolyamot dolgozott ki arra, hogyan tárjuk fel a legbensőbb énünket, és közben azt az egyedi öltözködési karaktert, ami csak ránk jellemző. „A személyi stylist vonal akkor kezdődött, amikor Sopronba költöztem, és mivel nem volt munkám, az ottani közösségnek kezdtem az átalakított ruháimból kisebb divatbemutatókat szervezni.

Ez inspirációt adott a nőknek, hogy nézzem át a gardróbjukat, szelektáljunk, alakítsuk át, amit lehet, és varrónő segítségével elkezdtem a ruháikat újraéleszteni.

Akkor jöttem rá, hogy én ehhez értek, szeretem csinálni, és láttam, hogy a nőknek milyen jó érzés az, hogy nem kell mindent kidobni, hogy a jó minőségű ruhákat érdemes megőrizni és átalakítani.”

Kati a ruhatervezést ugyan nem tanulta, de másfél évet dolgozott a Katti Zoób Divatháznál, ahol belelátott a couture, a méretes szabóság és a varroda működésébe. „Az ott töltött időszak felbátorított, bár a Katti Zoób nekem nagyon klasszikus és konzervatív. Művészettörténészként sokkal jobban érdekelnek a kreatívabb, alternatívabb dizájnok, folyamatosan követem a nemzetközi trendeket, alkotásokat. Itthon, a divatiskolák munkáiban is még mindig azt látom, hogy bátortalanok vagyunk. A hétköznapiakra meg különösen igaz ez. A szocializmus nálunk annyira lebutította és szégyellnivaló dologgá tette az öltözködést, hogy ebből nagyon nehezen tudunk kikecmeregni. Majd jött egy új éra, a fast fashion. Mindenki egyformán öltözködik, a gyártás nagyon környezetszennyező, újabb és újabb termékekkel árasztanak el, folyamatos fogyasztásra ösztönözve, és a stílusról, a saját kreatív igényedről sehol egy szó sem esik.” Kati számára a személyi styling szolgáltatás ebben a légkörben egy olyan misszió, ahol nem új ruhák vásárlására ösztönöznek bennünket.

„Olyan kreatív workshopokat tervezek, ahova mindenki elhozhatja magával azokat a ruháit, amiket nem szeret hordani és azt gondoljuk majd együtt újra. A minőségi anyagokat érdemes megtartani, és bármit teljesen át tudunk formálni az adott karakternek, a stílusnak megfelelően.”

Kati jelmondatai, hogy legyünk bátrak, vállaljuk fel önmagunkat, ami ugyanakkor egy életen át tartó folyamat is lehet. „Például az is egy stresszhelyzet tud lenni a gyerekeidnek, ha nagyon más vagy. Nehéz megtalálni az egyensúlyt a társadalomban, hogy csak pont annyira legyél más, hogy még felnezzenek rád, és ne az legyen, hogy »hú, de gáz az anyám.«”

Katinak két lánya és egy unokája van. „Határozott ízlése van mindkettőnek. A nagyobbik lányomat sokáig lehetett öltöztetni, de a kicsit már az óvodában sem. Odament a polchoz és levette magának, amit akart. Számomra ez egy felismerés és megerősítés volt, hogy ennyire különbözőek vagyunk. Engem az anyám diktatórikusan próbált öltöztetni. 18 éves koromban volt egy ütközési pont, amikor azt mondta, hogy most már fodrászhoz kell menni és frizurát kell csináltatni: daueroltatni kell a hajam. Én? Daueroltatni? Amikor ilyen egyenes? Akkor éreztem meg igazán, hogy ki kell állnom magamért, nem akarok átlag daeurolt hajjal szaladgálni az utcán, csak mert az a divat. Engem a divat addig érdekel, amíg azt le tudom magamra fordítani. De a korlátaimat nekem is át kellett lépnem. Egy komoly önismereti folyamat eredményeképpen jutottam el odáig, hogy ki merjek állni emberek elé beszélni, és így segíteni nekik.”

Kati 2008-ban indított először blogot, de az igazi nagy lökést két évvel később Simonovics Ildikó Street Fashion Budapest projektje adta. Ennek a közösségi portáljára töltött fel szetteket Kati is, amiből verseny lett, a verseny tíz legjobbjából – köztük Kati szettjeiből – pedig egy kiállítás és egy katalógus. „Ez indított el engem igazából azon az úton, hogy az érett korosztály stílusát dokumentáljuk. Bekerültem az öltözködéskultúrának egy olyan szintjére, ahol már jegyeztek, cikkeztek rólam. A legnagyobb öröm számomra az, hogy át tudom adni a szakma szeretetét. Ma már egyre több tanítványom akár a főállását is maga mögött hagyva járja az országot, és segít a nőknek.” ♦

A gyártás nagyon környezetszennyező, újabb és újabb termékekkel árasztanak el, folyamatos fogyasztásra ösztönözve, és a stílusról, a saját kreatív igényedről sehol egy szó sem esik.





SZÖVEG –
LACKFI JÁNOS

ILLUSZTRÁCIÓ –
BALASSA NIKOLETTA

SOROZAT –
VÍZEN JÁRNI TILOS

MÁSFÉL MÁZSÁS, SZŐRÖS ÚJSZÜLÖTT

Fiatal voltam, kellett a pénz, így mentegetőzhetnék.
Csakhogy ez a fajta motiváció messzemenően hiányzott a kalandból.
Viszont igen szimpatikusnak és esztelennek tűnt az egész.

◆ Adott egy francia falu, ahol százan laknak, s amelyet még száz nyaralni érkező népesít be szünidőben. A település neve Villon, a neves költő gyámja itt szolgált papként. A jó (néha kevésbé jó) François is járt itt alighanem. Egy ott élő főiskolai tanár fejébe vette, hogy nemzetközi költőfesztivált rendez. Megkeresett párizsi kultúrintézeteket, és leakasztott egy venezuelai meg egy belga költőt, plusz engem. Honor nyema, de hoznak-visznek, etetnek-itatnak, szállásolnak, és lesz jó néhány fellépés. Plusz vonzerő, hogy Villon épp Champagne és Bourgogne határán terül el, vagyis folyékony inspiráció tekintetében bőségesen el van látva. A szervezők önkéntes fiatalok voltak, a szállásadók helybeliek.

Megnyertem magamnak WALTERt, a német szár-mazású, nyugalmazott kamionsofórt. Vagy ő nyert meg engem. Walter másfél mázsa volt, csupa szakáll, ujjatlan pólót és bermudagyutót viselt, füléből diszkrét kereszt lógott. Kicsi házuk az ezermester Walter és könyvelésben megőszült, kerekded felesége keze nyomát viselte. Minden ragyogott a tisztaságtól, az antik konyhacsempétől a falon díszelgő régi, vörösréz edényekig. Walter rusztikusra flexelt gerendákból rózta össze a konyhapultot. A végében diszkrét muzsika

fogadta a belépőt, amely egy ódon rádió hangszórójából szivárgott. A furfangos Walter kicsi, modern lejátszót rejtett el a szépen rendbe hozott, muzeális készülék belsejében. Nem tudtam, miért mosogató-szer-ízű a steak, amivel kínáltak, amíg nem láttam, milyen csillogó hab marad az elmosott tányérok: attól ragyogtak úgy.

Rettentő szívélyesen fogadtak. Walter a feleségemet és gyermekeimet ábrázoló fotó kapcsán érdes humorral megjegyezte, ha nem az én asszonyom lenne, már rá is mászott volna ezerrel. Nevetgélve ütöttem el a jellegzetes garathangon odavetett bókot. Walter úgy beszélt, ahogy más krádog, Louis Armstronghoz méltó orgánumát szívrall és rummal köszörülte. Amikor elvitte misére, kamionsofőr haverom is felkereste a maga szentélyét, és úrvacsorát ivott egy közeli kocsmában.

A nyitófelolvasáson a templomot hetven ember töltötte meg, ami alaphangon durvább, mintha Budapesten egymillió ember menne el irodalmat hallgatni. És aztán körbe roadshow-ztuk a környék közösségi házait, könyvtárait, és mindenhol összegyűlt ötven-hatvan ember a tiszteletünkre. Walter fuvarozott és kíséretett, nagyon büszke volt rá, hogy



saját költője van. Mondogatta nekem, hogy a többi fellépő a nyomomba sem érhet; és hiába magyaráztam, hogy ez azért igazából nem versenyfutás, mindenki más-hogy ír, így kerek a világ.

Eljött a következő nyár, és a szervezők újra írtak, nem volna-e kedvem megint kiutazni. Megtisztelő visszatapsolás, s amikor megérkeztem, kiderült, szállásom ugyanott lesz, mint előző évben. Keverni akarták a kártyát, hogy másik családot is megismerhessek, ám Walter ökölrel az asztalra csapott:

– Nem, János az ÉN költőm.

Az eltelt idő alatt váratlan események következtek be. Waltert egy szép napon hiába szólongatta felesége, hogy jöjjön ebédelni, márpedig ez nem vallott a fickóra. Az asszony belépett a műhely ajtaján, és kérdőre vonta férjét, aki dühös mozdulattal zavarta ki őt. Mint kiderült, épp bőszen barkácsolt, amikor pillangó telepedett a munkapadjára, ami annyira megindította szívét, hogy tollat, papírt ragadott, és rímekbe szedte, honnan jön, hová megy az a törékeny rovar, és mit keres a robusztus szerszámok között. Alkotói láz uralkodott el a kamionsofőrön, szinte üldözte az ihlet. Megverselte a községháza előtti talicskát, amelybe muskáltit ültettek, az ódon kapukat és a zöld mezőket,

bármit, ami meggondolatlanul a vadonatúj költő útjába került. A templomban én olvastam fel Walter egy-két szövegét, mondván, Villonban költő született, igen helyes baba. A művész úr sosem kereste a szavakat, ha valakit el kellett küldeni a búsba, de most egy oszlop mögött irult-pirult busa szakállával és másfél mázsájával: a világért meg nem szólalt volna.

A búcsúestén Walterék kertipartit rendeztek, nyílt tűzön hatalmas adag csirkecombot sütöttek az egyik szomszédnál. Utána felolvasás következett, majd beszélgetésbe keveredtem egy kedves finn hölgygel, aki atlétikus iramot diktált a poharazásban. Egy ratafia nevű becsapós italt, voltaképp szesszel felütött gyümölcslet kortyolgattunk. Későn értünk haza, kötömbként zuhantam ágyba. Pár óra alvás után indulunk, hogy a reggeli repülőt elérjem.

Mit nem adtam volna hajnalban a garázsban álló hűtőben alufóliába tekerve pihenő ropogós combokért, amelyeket a háziak a kutyáknak szántak! Ám francia módi szerint lekvárt kaptam, édes kalácsot, és a kedvemért még a vaját is kinn hagyták langyosodni. Az autó három és fél órán át suhant velem, gyomromban fel-alá forgott az édeskés reggeli, átkoztam a belém nevelt illedelmességet, és röpdős csirkecombokkal álmodtam. ♦