



SZÁM KATI • BEKÖSZÖNTŐ

Térdelni a nagylabdán, fej fölött forgatva egy ötkilós tárcsát – a kedvenc gyakorlatom. Miközben érzed, hogy minden izmod dolgozik, tart és egyensúlyoz, valójában mégsem az izmokon és a gyakorlásra múlik, főn tudsz-e maradni az ingatag gömb tetején. Csupán egyetlen részleten áll vagy bukik a mutatvány, veled együtt: tudod-e tartani a fókuszot azon a ponton, amit kiszemeltél az elején, és elhiszed-e, hogy megtart.

Ahogy forgás közben a táncos tekintete is egyetlen pontba kapaszkodik két fejkapás között, hogy meg ne szédüljön, ahogy a kötél-táncos is egy pontra függeszti az életét, úgy minden fontos ügyünknek van megtartó fókuszpontja, valaki, akiért elhiszük, hogy képesek vagyunk leküzdeni a gravitációt, a légellenállást, a fáradtságot, a fájdalmat, a félelmet. Megtesszük a veszélyesnek látszó első lépést, kimondjuk a beláthatatlan következményű igent, világra hozunk a gyermekeinket, befogadunk egy kóbor macskát vagy megveszünk egy cserepes virágot. Hétköznapi kihívások, de belebukunk, ha a félelmetesen magas konyhaküszöbre sandítunk, ha a környezetünkben tönkrement házasságokat fürkesszük, ha a hálátlan utódok panaszkodó szüleit hallgatjuk, ha a szabadságunkat féltjük, mert valakiről mostantól gondoskodnunk kell.

És néha olyasmibe is belevágunk, ami lehetetlen küldetésnek tűnik, sőt, – fontosabb feladataink mellett – talán öncélúnak is, pedig épp azokhoz ad erőt. Egyik kollégánknak férjével elindult a Mária Úton Budapestről Csíksomlyóra, hetekre hátrahagyva életük legfontosabb projektjeit, önállósodó gyerekeiket, végeláthatatlan munkáikat. A hátuk mögött hagyott út fotóit nézegetve sokszor gondoltunk rájuk, ahogy harminc fokban zárandokolnak a forró aszfalton vagy gázolnak az eső áztatta erdei utak sarában.

Az egyik nap a szokásos útifotók helyett *Korzenszky Richárd* elméledését találtuk az oldalukon *Péter*ről, aki elindul Jézus felé a vízen. „*Péter merülni kezd, amikor megijed: amikor nem Jézusra, hanem magára figyel. De Jézus kinyújtja kezét: nem engedi, hogy elmerüljön. S csak ennyit mond neki: »Te kicsinyhitű, miért kételkedtél?«*”

POPOVA ALESZJA A CÍMLAPFOTÓZÁSON



Kép: Páczai Tamás



OKTÓBERI
CÍMLAPUNKON
BARABÁSI
ALBERT-LÁSZLÓ





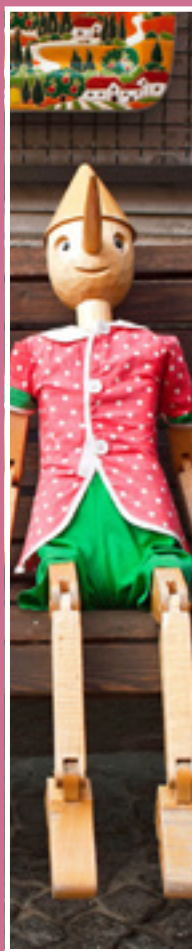
JELENLÉT

20



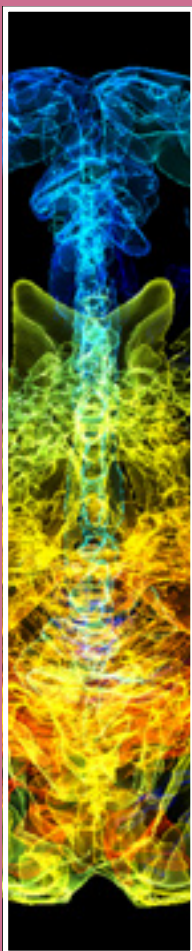
TANDEM

38



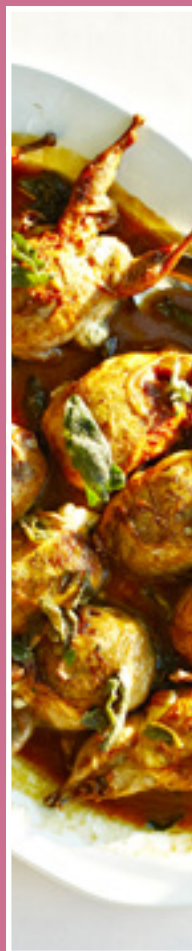
TÜKÖR

60



HÁZITREND

64



KIMENŐ

92



IMPRESSZUM

Képmás magazin • Kiadja a Képmás 2002 Kft. • 1012 Budapest, Logodi u. 44./D • Tel./fax: 06-1 365-1414, 06-1 365-1415 • Felelős kiadó: Molnár-Bánffy Kata • E-mail: szerkesztoseg@kepmas.hu • www.kepmas.hu • Bankszámlaszám: 10700347-26317904-51100005
Főszerkesztő: Szám Kati, szam.katalin@kepmas.hu • Képszerkesztő: Páczai Tamás, paczai.tamas@kepmas.hu • Olvasószerkesztő: Gergely-Baka Ildikó • Korrektúra: Trans-Kem Bt. • Címlapfotó: Emmer László • Hátsó borítókép: Páczai Tamás • Arculat, layout, nyomdai előkészítés: Salt Communications Kft. | Nagy István | Balassa Nikolett | Légár Béla

Hirdetésértékesítés: Péterfy Hajnal | peterfy.hajnal@kepmas.hu • Előfizethető: www.kepmas.hu/elofizetes | elofizetes@kepmas.hu, valamint a Magyar Posta hálózatában, és digitális formában: www.digitalstand.hu • Terjesztés: Urbán András | urban.andras@kepmas.hu
Terjeszti: a Lapker Zrt., a Magyar Posta Zrt. és alternatív terjesztők • Nyomda: Ipress Center Central Europe Zrt. 2600 Vác, Nadas utca 8. | Felelős vezető: Borbás Gábor • ISSN 1586-4235 • Lapunkat rendszeresen szemlézi Magyarország legnagyobb médiafigyelője, az OBSERVER MÉDIAFIGYELŐ KFT. A hirdetések tartalmáért nem vállalunk felelősséget. • A szerkesztőségi anyagok vírusellenőrzését az **CS&E** biztonsági programokkal végezzük, amelyet a szoftver magyarországi forgalmazója, a Sicontact Kft. biztosít számunkra. • **Következő számunk 2020. szeptember 29-én jelenik meg.**
Szerkesztőségi titkár: Demecs Tímea | demecs.timea@kepmas.hu • Képmás nagykövet program koordinátor: Tóth-Fazekas Andrea | tothfazekas.andi@kepmas.hu • Képmás-estek: Fodor Krisztina | fodor.krisztina@kepmas.hu



KÉPMÁS

„Ha mélyre visznek,
még magasabban szárnyalok”
Interjú Popova Aleszjával 6

MAGYAR PÉLDAKÉPTÁR

A szegedi szent ember, Bálint Sándor 12

RIPORT

„Ha boldog akarsz lenni,
engedj el valamit!” 16

VILÁG-KÉP

A zöldségtermesztés jövőjéről 20

VÍZEN JÁRNI TILOS!

Életünk lépőkövei 22

KETTŐ AZ EGYBEN

Egymás világát építjük
Interjú Juhász Annával és
Csáky Attilával 24

KETTŐ AZ EGYBEN

Ketten hármasban – hét gyerekkel 28

APASZEMMEL

A legmenőbb homár 32

APA, KEZDŐDIK!

Apaszív 34

KÖZVILÁGÍTÁS

Erős vagyok 36

Miért hazudsz? 38

Értékek teremtése: gyermeknevelés
a családban és az iskolában 40

EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

A lélek fájdalmait
nem lehet méricskélteni 44

Pszichológus a tükörben 48

A szeretet türelmes – mit kell tennem,
hogy én is az legyek? 52

A SZALON

A visszatérő New Look 56

Többet ésszel, mint erővel? 60

VÉGY EGY RÉGI RECEPTET!

Őszi szárnyasok 64

ZÖLD MOZAIK 66

LEZSER

Egy könnyű ebéd 70

Miből lehet megélni? 72

Beszéljünk a pénzről! 74

Járványhelyzetben megedződve 78

Hogy állunk az anyagiakkal? 80

ODA-VISSZA 84

A 003 és feles és a 007-es végzete
A Flemingek tragikus története 86

BIBLIA ÉS IRODALOM
Mámor és malaszt 90

A megfesthetetlen egy pillanata 92

SZEPTEMBERI KIMENŐ 94

ÁLLATOK KÖZELRŐL
A nagy veszély lapul 96

Tíz tökéletes panoráma
Őszi kalandozások
megújuló várainkban 100

Szótlan gyerekek, útkereső felnőttek 104

Fedezzük fel az országjáró vizslával
házánk csodáit! 106

