



SZÖVEG –
NÉMETH ZSÓFIA, SZÓNYI LÍDIA pszichológusok

SOROZAT –
EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

A rovat támogatója a

DILEMMÁK 30 ALATT

Az instant bölcsességek és az önmegvalósítás korát éljük. Szép lassan belénk ivódik a hiedelem, miszerint létezik a dolgok alakulásának megfelelő időpontja, önmagunk megismerésének pedig egy végpontja, amikor hátradőlhetünk, és kijelenthetjük, hogy készen vagyunk. A valóság azonban más: nincs pontos recept arra, hogyan találjuk meg a helyünket a világban, és útközben gyakran érezhetjük úgy, hogy rosszul vagyunk összerakva.

◆ A TÖRTÉNET

A világ legrosszabb embere című norvég film méltán nyerte el a kritikusok és a nézők tetszését, ugyanis a húszas éveit végén járó Julie botladozásával és útkeresésével sokan tudunk azonosulni. Míg mások pikánsan megtalálják a hivatásukat, ő már az egyetemen csapongani kezd: az orvositól kezdve a pszichológián át a fotózásig mindenbe belekóstol, hogy végül egy könyvesboltban kössön ki eladóként.

Megismerkedik egy híres képregényíróval, Aksellel, akivel rövid ismeretség után össze is költözik, és a nagy korkülönbség ellenére igazán mély és tartalmas párkapcsolatot alakítanak ki. Intellektuális beszélgetések, partik, családi vacsorák tarkítják az életüket, és szép lassan megismerjük az egzisztenciális dilemmáikat is.

Aksel szinte már mindent elért a karrierjében, amit csak lehetett, ám Julie még mindig csak sodródik, nem tud átélni olyan elhivatottságot, mint a párja. Aksel barátai, rokonai már mind családos emberek, házuk gyerekzsivajtól hangos, esténként



A lehetőségek végtelen tárházának illúziója vagy az egyéni célok hajszolása önmagában nem vezet boldogsághoz.

pedig szívesebben ejtőznek a kanapén egy pohár borral, mint hogy a legújabb slágerekre önfeledten táncoljanak a konyha közepén. Julie számtalanszor kap furcsa, már-már ítélező pillantásokat tőlük, pedig egyszerűen csak arról van szó, hogy a kora miatt más életszakaszban van, mint ők. Aksellel is vita tárgyát képezi a családalapítás, a gyermekvállalás, amelyre Julie még egyáltalán nem készült fel. Ugyanakkor tények és racionális érvek helyett inkább csak a megérzéseire támaszkodik, amikor

kijelenti, hogy vár még valamire, ám azt ő sem tudja pontosan, hogy minek kellene bekövetkeznie ahhoz, hogy végre őt is elárásszák az anyai érzések, vagy éppen a kisgyermek utáni sóvárgás.

A származási családjában is vannak problémák: a női vonalon szinte kódolva van a szenvedés, bár az ő korában már egészen nagy családot vittek. Édesanyja egyedül nevelte fel őt, miután elvált az apjától, és azóta sem sikerült új párt találnia. Apja érzelmileg elhanyagoló és távolságtartó szülő, aki még azt a döntést is képtelen felvállalni, hogy nem kíváncsi a nagyobbik gyermekére. Ehelyett mindenféle kifogások és szomatikus tünetek mögé bújik, hogy a nemtörődömségét leplezze.

Julie úgy érzi, mellékszereplővé vált a saját életében, és az érzéseit is analizálnia, illetve magyaráznia kell, ahelyett, hogy csak érezne és megélné őket. A mélypontot ismételt harmónia, majd újabb dilemmák követik, miközben fokról fokra tanulja meg, hogy a válaszokat nem mások szemében és ítéletében, hanem önmagából kiindulva és önmagát teljes egészében felvállalva találhatja meg. ➤



A mai fiatal generáció kihívásait, életvitelét és döntéseit szemügyre véve be kell látnunk, hogy sem a serdülőkor, sem a fiatal felnőttkor fogalomkészletével nem írható le az, amit a többség megél.

MIKOR KELL FELNŐNI?

A lélektannal foglalkozó szakemberek egészen az ezredfordulóig úgy tartották, hogy a kamaszkort a fiatal felnőttkor követi. Mindkét szakasznak megvan a maga fejlődési feladata, amikor egy újabb mozaikdarabbal kiegészül a saját magunkról alkotott képünk, és újabb válaszokat adunk arra a kérdésre, hogy „Ki vagyok én a világban?”. A kamaszkori krízis sikeres megoldásának eredményeként a serdülő megküzd az önmeghatározás feladatával, és egy megszilárdult énonozottság-érzés birtokában elkötelezi magát valamilyen csoport, szimbolikus érték vagy eszme mellett, és bizakodással tekint a saját jövője elé.

Ez a kialakult énkép és hűség a feltétele annak, hogy a következő szakaszban, a fiatal felnőttkorban meghitt és szoros kapcsolatokat létesítsen, és megélje az intimitást az izolációval szemben. Az elmélet szerint a fiatal felnőtt életfeladata, hogy képes legyen a szeretett másikkal való teljes odaadásra és önátadásra, a kölcsönös szeretetre és ezzel együtt a családalapításra.

Manapság azonban, amikor a huszoneves korosztályra tekintünk, azt látjuk, hogy az elmélet és a valóság között súlyos szakadék tátong. A mai fiatal generáció kihívásait, életvitelét és döntéseit szemügyre véve be kell látnunk, hogy sem a serdülőkor, sem a fiatal felnőttkor fogalomkészletével nem írható le az, amit a többség megél. Jeffrey J. Arnett éppen ezért azt javasolja, hogy nevezzük ezt a 18–25, illetve egyes szakirodalmak szerint 18–30 év közötti időszakot a kibontakozó felnőttkor életszakaszának. Ugyanis ez az életszakasz elkülönül mind a kamaszkortól, mind pedig a fiatal felnőttkortól, ugyanakkor mindkettő nehézségei megjelennek benne, fokozva egymás hatását. Ilyenkor a fiataloknak szembe kell nézniük egy új krízissel, a kapunyitási pánikkal, ami kiszámíthatatlan lehetőségeket és bizonytalanságot rejt magában. Julie dilemmáin keresztül a film őszintén és kendőzetlenül beszél azokról a nehézségekről, amelyek a mai huszonevesek útkeresését kísérik, akár a párválasztás, a gyerekvállalás vagy a pályaválasztás tekintetében.

Ez a generáció ugyanis teljesen más szemléletmódban nőtt fel, mint az előtük járó nemzedékek. A siker, a teljesítmény, az önmegvalósítás és az egyéni boldogság azok a hívószavak, amelynek meg kellene felelniük, ami különösen nehéz a közösségi média világában, ahol úgy tűnik, a többség ezeket már elérte. A végtelennek tűnő utak tárháza, a döntési szabadság egyrészt felszabadító, másrészt viszont hatalmas szorongással tölti el a fiatalokat. Barry Schwartz pszichológus szerint a választási lehetőségek kirobbanó sokasága több fronton is megnehezíti a mindennapokat.

Mivel hatalmas kognitív és érzelmi kapacitást követel minden lehetőséget számba venni, ezért a fiatalok könnyen tehetetlenné válhatnak és megbénulhatnak.

A választásukkal lemondanak a lehetséges alternatívákról, így folyton kísértik őket az elmulasztott lehetőségek ábrándképei. Ráadásul azt érezhetik, hogy muszáj tökéletesen választaniuk, hiszen azt gondolhatják, hogy egyedül az ő hibájuk, ha nem találják meg a számtalan alternatíva közül a lehető legnagyobb boldogsággal járó opciót. Ez pedig irreális elvárásokkal társulhat önmagukkal szemben, ami gyakran szorongással és aggodalmaskodással tölti el a huszoneveseket az életfeladataikkal kapcsolatban.

Mindezek fényében egyre inkább látszik, hogy az önmagát megvalósító, és ezáltal megelégedett individuumban képe egy olyan mézesmadzag, amely valójában elérhetetlen, hiszen a lehetőségek végtelen tárházának illúziója vagy az egyéni célok hajszolása önmagában nem vezet boldogsághoz. De egyáltalán mi a boldogság titka? Hol van a határ az önállóság és az önzés között? Mikortól számít egoizmusnak, ha a saját kívánságainkat helyezzük előtérbe, és figyelmen kívül hagyjuk, hogy ezzel másokat megbántunk? A világ legrosszabb embere az, aki a saját vágyait és boldogságát akarja megvalósítani? Megélhető az intimitás anélkül, hogy elvesztenénk a saját identitásunkat? Mit kezdhetünk a saját képességeink, a döntéseink és a jövőnk felett érzett aggodalmakkal?

Leist Balogh Brigitta és Jámbori Szilvia kapunyitási pánikkal kapcsolatos kutatásukban többek között ez utóbbi kérdésre keresték a választ. Eredményeik szerint a proaktív megküzdés bizonyul hatékonynak, amikor az egyén a kihívásokra előre felkészül, tervet készít, és fenyegetés helyett fejlődési lehetőségként tekint a problémákra. Ehhez viszont szükséges, hogy tisztában legyünk a céljainkkal és a számunkra fontos személyes értékekkel, amiben segít, ha döntési helyzetben feltesszük magunknak a kérdést: Ki legyek? Milyen ember szeretnék lenni? Így tudunk értékközpontú, énaonos döntést hozni, ami erőt ad az előttünk tornyosuló akadályok leküzdéséhez is. Emellett a fenti kutatás tanulsága szerint sokat segíthet, ha elemezzük a problémát, képesek vagyunk támaszkodni a szeretteinkre, és segítséget kérni, amikor nehéz helyzetbe kerülünk. ♦



SZÖVEG –
JÁMBOR-MINISKA ZSEJKE

KÉP –
JÓNÁS JÁCINT

A KEMPING ÉLETEM MESTERKULCSA

„Legyünk hercegnők!” – mondogatták a kislányok az óvodában, és csak figyeltem a társaimat, ahogy fátylat borítanak a fejükre, és birtokba veszik képzeletbeli birodalmukat. Nem csatlakoztam hozzájuk, mert a hercegnőről azt gondoltam, hogy olyan lányok, akiknek könyvvél a fejükön kell egyensúlyozniuk, mindig „illendően” kell viselkedniük, és indokolatlanul sokféle evőeszközzel kell enniük. Nem rohangálnak mezítláb a fűben, nem ugrálnak bele a pocsolyákba, és nem visznek haza békákat. Én gilisztákat akartam gyűjtögetni, és a réten fekvé elképzelni, hogy értem, miről csivitelnek a madarak. Akkoriban még nem is gondoltam arra, hogy mindez egyszer majd nem játék lesz, hanem az otthonom.

- ◆ Aggódó tekintettel kémlelem az eget, miközben ezeket a sorokat írom. A felhők sötét habokként úsznak el a Börzsöny fölött, a napernyő nyikorogva járja a széltáncot, keresztbe-kasul csavarva a köteleket, amelyek nem engedik, hogy mint Kosztolányi aranyáskánya, a magasba szálljon. Az erdei gombák illata esőszaggal keveredik az orromban. Aki a természetben él, ilyenkor már tudja: hamarosan be kell húzódnia a vihar elől.

LAPZÁRTA UTÁN IRÁNY A BÖRZSÖNY

„Így fog kinézni a kempingünk” – dugta az orrom alá a férjem egy februári napon azt a papírfecnit, amelyen először láttam meg vállalkozásunkat. „A kicsodánk?” – kérdeztem vissza tágra nyílt szemekkel, aztán hallgattam, ahogy Attila azt ecseteli, hogyan talált egy gazos kis területet Nagymaroson, amelyet kibérelhetnénk, rendbe tehetnénk, vagyis mindenünket egy lapra téve életre kelthetnénk mindazt, amit tintapacaként láttam magam előtt.

Hiszem, hogy léteznek olyan helyek, amelyek afféle köldökzsinórral vannak hozzánk kötve, amelyek bármerre is járunk a világban, magukhoz húznak és táplálnak. Az én zsinogem túlfelén a Dunakanyar van, így hát engedelmességgel a hívásnak, fújtam egy nagyot, és azt mondtam: „Rendben, csináljuk!”

Idén júniusban nekifutottunk az első teljes szezonunknak, ami egyben azt is jelentette, hogy nagy sebességgel kilőttem magam a komfortzónámból. Férjemmel és az öt éves lányunkkal egy 15 négyzetméteres konténerházba költöztünk, ami elég aprócska, de napsütésben kárpótol az ötezer négyzetméteres Duna menti „kert”, ahol



írhatok, ha éppen nem a városban van rám szükség. Nem tartott sokáig, hogy rájöjjek: kempingezni és kempingben élni két külön dolog. A hely, amit alkottunk, kezdetől fogva leckéztet, hogy kiderüljön, megérdemlem-e igazán, hogy az otthonomként tekintsek rá.

ELSŐ LECKE: ALKALMAZKODÁS

Az első lecke, amit megtanultam, hogy a boldogságom kulcsa az alkalmazkodás. Nincs két egyforma nap, az időjárás napszakról napszakra változik, amihez folyamatosan idomulni kell. Amikor Budapesten beborul, és cseperegni kezd az eső, behozom a törölközőt az ablakból, aztán visszaülök a fotelbe. Itt, ha gyülekeznek a felhők, először tanakodni kezdünk, hogy vajon részeseülünk-e az égi áldásból, vagy „majd a Duna lehúzza”, ahogy a helyiek mondják. A dörgésnél még kint ücsörögünk, de amikor cseperegni kezd, mindenki behúzódik a kuckójába. Az otthonunkat úgy kell megszervezni, mintha egy lakóautóban élnénk: kicsi a hely, nem lehet sok holmink, és minden négyzetcentiméterrel okosan

kell gazdálkodni. A szekrény nem fért be az odúba, így bőröndökből öltözködünk, és ugyanolyan felfújható matracon alszunk, mint a vendégeink, akik sátrat bérelnek nálunk.

A rugalmasság, amire a kemping tanít, olyan, mint egy mesterkulcs: egész életemben hozzá fog segíteni ahhoz, hogy a problémákra megoldásokkal feleljek. Ha úgy érzem, hogy valamire nem vagyok képes, elakadok egy lelakatolt ajtó előtt, akkor ez a kulcs kinyitja majd a zárat, hogy továbbmehessek.

„CSIKIMIKI ÚR NEM BÁNT”

A betondzsungelből kiszabadulva, a ropogó tűz körül táncolva, a fák között napról napra letaglóz a felismerés: nem az épített, hanem a teremtett világ része vagyok. Minden, ami körülvesz, él, lélegzik, fotoszintetizál. „Szuszog” a fű mezítelen talpam alatt, a fa, amire rákötöm a függőágyam, a gém, ami lomha szárnycsapásokkal a fejem fölött elrepül, és az „aprónépek”, amelyek idegdúcokkal gondolkodnak, és feromonokkal beszélgetnek.



”

A dézsában mosás, a 3,5 km-nyi sétát kitevő fűnyírás és az egyéb karbantartási feladatok igénybe veszik az embert.

Egyik reggel arra ébredtem, hogy egy kis réti farkaspók pihenget a karomon. Egymás szemébe néztünk, aztán úgy nekiiramodott, hogy apró lábacskáit, mint a tollpíhék kezdték csiklandozni az alkaromat. Miközben figyeltem ahogy eliszkol, eszembe jutott, hogy néhány nappal ezelőtt töltöttem fel képet hasonló állatkáról a határozós csoportba, aminek tagja vagyok. A fotóhoz valaki azt írta: „Ez egy réti farkaspók, de én csak Csikimiki úrnak hívom, mert amikor rohangál a karomon, úgy csikiz, nem bánt!”. Néhány évvel ezelőtt biztosan sikítózni és csapkodni kezdtem volna, de ma már úgy látom, hogy vendégségbe jöttem a világra, és megférünk egymás mellett a többi lénnel, ha nem bántanak.

A Dunakanyar gazdag faunája lélegzetelállító: őzikék ugráltak a szemünk előtt, a szomszéd telken lakik Frigyes, a fácán, akit nemrég egy vadmalaccal láttunk barátkozni. Sok szarvasbogárral is találkozom, a lepkefélék pedig kimondottan barátságosak. Maja, az egyikük rendszeresen visszajár a testemen megpihenni.

Egyszerre kiskosztümös és gumicsizmás életet élni nem könnyű: szellemi és testi energiára is szükség van a munkám elvégzéséhez és a „mindennapi túléléshez” a kempingben. A dézsában mosás, a 3,5 km-nyi sétát kitevő fűnyírás és az egyéb karbantartási feladatok igénybe veszik az embert.

Egy nap, amikor éppen betelt a pohár, egyszer csak rászállt Maja a mutatóujjamra. „Hagyj békén!” – förmedtem rá a pillangóra, de ő nem tágitott, pödörnyelvével egyre csak tapogatta a bőrömet, és akárhányszor elkergettem, visszajött, mintha meg akarna vigasztalni. Egy pillanat alatt elpárolgott a fáradtságom, és arra gondoltam, hogy a legjobb dolgokért az életben mindig meg kell küzdeni, és ilyen élményekben nem lenne részem, ha magamra zárnám a lakást.

A természetben persze nem minden állatka olyan bájos, mint Maja. A vöröshangyákkal képtelen vagyok megbarátkozni, mert agresszívek, és a csípésük is fájdalmas. Emellett csíkos, fullánkös zümmögő lények is röpködnek errefelé, akikkel érdemes tartani a távolságot.



JÓBAN ÉS ROSSZBAN, KEMPINGBEN ÉS ZUGLÓBAN

A családi vállalkozások megmutatják, elég jól működik-e a csapatjáték a tagok között. Mielőtt ígent mondtam a férjemnek, feltettem magamnak a kérdést: „Körbeutaznám vele hátizsákkal a világot?”. A kérdésre az esküvőnk lett a válasz. A kemping folyamatos csapatépítés, amelynek során megmentjük egymást, és tanulunk a hibáinkból. Az első éjszakák egyikén úgy ömlött az eső, mintha dézsából öntenék, és pillanatok alatt kiderült, hogy nem feszítetük ki megfelelően a napvitorlánkat, ami alá be akartunk húzódní. Az egyhelyen összegyűlő víz tönkretette volna az anyagot, így gyorsan kellett cselekedni: egyikünk hozta a csavarhúzót, hogy lyukat vágjon, másikunk rohant a vödörrel, hogy ne áraszuk el a területet. A vitorla végül nem szakadt le, mi pedig egymáshoz bújunk, és nevetni kezdtünk azon, hogy mibe vágtuk a fejszénket!

A családjunk és a barátaink nélkül viszont semmire se mennénk! A nagyszülők keményen részt vesznek a logisztikában, és ott van Lacika is, aki a zsákutca végén lakik a Duna-parton, és csak egy telefonhívásunkba kerül, hogy kihúzzon minket a csávából. Sok baráttra leltünk itt, akik amellett, hogy gyakran meglátogatnak minket, mindig hoznak valami apróságot. Volt, aki fonott székkel jött, más függőágyat ajándékozott nekünk, így a kemping nemcsak minket, hanem a kapcsolódásainkat is tükrözi.

A félnomád életvitellel együtt a kislányunknak ez a hely valóságos meseország. Van, amikor a lombok alatt



hintázva beszélgetünk Kalácsról, a mókusról, aki olykor felbukkan a fákon, vagy történeteket szövünk erdei tündérekről, akik táncukkal megrezegtetik a leveleket. Amikor egy forró nyári nap végén megfogjuk egymás kezét, és nagyot ugrunk a felfújható gyerekmedencébe, kissé „kusturicás” benyomást keltünk, amivel általában mosolyt csalunk a vendégeink arcára, akik azt mondják, hogy a lelkesedésünk miatt szerették meg leginkább ezt a helyet.

Ha valaki megkérdezné, hogy melyik a legerősebben élő emlékem a kempingről, nehéz lenne választani a sok pillanat közül, de a szezon első vendégei (kamasz gyerekek és az őket kísérő felnőttek) örökre megmaradnak az emlékezetemben. A tinédzserek a szalonnasütés után kivilágították és birtokba vették a strandröplabdapályát. Arra gondoltam, hogy a négyzet, amely korábban azon a rongyos papíron létezett, ma már emlékeket hordoz azok számára, akikkel hosszabb-rövidebb ideig együtt élünk.

Sokan mondják, hogy ők nem tudnának életvitelszerűen a kempingben lenni, én viszont egyre csak arra gondolok, hogy mennyire fog hiányozni, ha nem moroghatok az infláción a helyiekkel a kisboltban, és nem hallgathatom lefekvés előtt a barátunk történeteit arról, hogyan próbált kitessékelní az ismerőse házából egy beszabadult pelét, ami fél napig a fürdőszobában rumlizott. Egész télen azt fogom várni, hogy újra lerúghassam a cipőmet, és az erdei ösvényen futva, figyeljem az ébredező tját. ♦



SZÖVEG –
KIRÁLY ESZTER

KÉP –
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –
SZÍVE JAVA



**MÁR NEM
MEGMENTENI
AKARTAM
ŐKET,
HANEM
SZERETNI**



Az önkéntesség kapcsán gyakran használjuk – egyébként teljes joggal – a hétköznapi hős kifejezést. **Bódi Leventével**, a Máltai Szeretetszolgálat fiatal önkéntesével beszélgetve azonban a segítségnyújtás témájáról valahogy lehámlik a pátoz, eltűnik a mégoly nagyabecsülendő, de egyfajta távolságtartást is eredményező heroizmus. Valami nagyon magától értetődő, egyszerű bizonyosság marad a helyén.

◆ SEGÍTENI SZABAD

Bódi Levente nem bírta tovább a koronavírus-járvány miatti bezártságot, és elhatározta, hogy önkénteskedni kezd, hiszen a segítségnyújtás révén legalább a négy fal közül kiszabadul. Bódi Levente nem bírta tovább a bezártság miatti önsajnálatot, és elhatározta, hogy önkénteskedni kezd. A mások gondjaiba történő belépés egyben a saját mélabújából való kilábalást is jelentette.

A 19 éves budapesti fiú úgy emlékszik vissza 2020 tavaszára, hogy mikor belegondolt a vírusjárványt nála sokkal rosszabb körülmények között élő, igazán magányos emberek helyzetébe, nem tudott nem cselekedni. „Nem akartam végleg elsétálni a valódi problémák mellett” – mondja, de nem titkolja azt sem, egyfajta szabadságvágy is vezérelte. A lehetőségek közül a legszimpatikusabbnak a Máltai Szeretetszolgálatot tartotta, jelentkezett is. Rászoruló embereknek vitte házhoz az élelmiszercsomagokat, vagy pakolta és szállította az adománybútorokat a város – és a társadalom – egyik széléről a másikra.

Testhezálló feladat volt. Levente kortársaitól eltérően nem valami nagy gémer, küldetéseket teljesíteni viszont nagyon szeret – a 2022 tavaszi érettségi vizsgái után például csomagfutárként vállalt diákmunkát. Ez ugyanazt a jó érzést váltja ki belőle, mint az adományszállítás. „Ha valamit célbajuttatok, akkor tudom, hogy valakinek most valami konkrét dologgal lett kerekebb az élete.”

FONTOS SZEREP, DE CSAK HA SZEREPMENTES

Levente tehát munkavállalóként és önkéntesként egy ideje már „életeket kerekít” – mindeközben jelentősen átalakult a kép, ami a „rászoruló” szó kapcsán élt benne. „Korábban csak a nyomortelepeken, hajléktalanságban élőket soroltam ebbe a kategóriába, mert nem gondoltam volna, hogy tíz méterre a Parlamenttől, a Kossuth tér környéki lakásokban is

élnék kiszolgáltatott, magányos, nélkülöző emberek” – mondja, és hozzáteszi, hogy szűkölködéssel nem csak extrém körülmények között találkozni. Levente szerint minden egyes megismert élethelyzet az empátiát erősíti. „Amikor először kerülök olyan helyzetbe, hogy nekem kell sietnem és rohannom a mozgólépcsőn, onnantól fogom megérteni azt, hogy mások miért futnak, és attól kezdve nem nézek rájuk mogorván, ha véletlenül meglöknek. Amikor először élem meg, milyen az, amikor semmilyen örömd nem maradt a zenehallgatáson kívül, onnantól fogok tudni megértően fordulni ahhoz, aki üvölteti a rádióját az utcán.”

Szolgálatában Levente azt is megtapasztalta, hogy az „én vagyok, aki segít, te pedig a rászoruló” hozzáállás gyakran inkább árt, mint segít, és ellehetetleníti a nehézségekkel küzdők továbblépését. A fiú második éve vesz részt önkéntesként a Szeretetszolgálat monori nyári táborában, amelyet a Tabán-telepen élő szegény gyerekeknek szerveznek. A düledező falak kilátástalansága és a gyerekek rossz egészségi állapota megrendítette, de a döntő felismerése nem ez volt. „Mivel rossz alvó vagyok – illetve leginkább napközben szeretek aludni –, a tábor első éjjelén a telefonomon böngésztem, hogy a gyerekek milyen Facebook-csoportokban vannak benne. Azonnal láttam, hogy pontosan ugyanolyanok, mint mi: ugyanazok a dolgok érdeklik őket, ugyanúgy szeretnék barátot, barátnőt, készítenek szelfit, hallgatnak zenét, posztolnak klipet, csetelnek, játszanak online, drukkolnak csapatoknak. Csak ezekről teljesen másképp, sokkal egyszerűbben kommunikálnak. Onnantól kezdve nem megmennteni akartam őket, hanem szeretni.”

Amikor az összetartozás is annyira magától értetődő, mint amennyire kirívóak a különbözőségek – ott kezdődhet a közösség. Kapcsolódni, a másik mellett elidőzni az előre odaadott időben lehet leginkább. Levi és önkéntestársai év közben is havonta visszajárnak találkozni a monori gyerekekkel („Olyan jó, hogy nemcsak emlékeznek ránk, de hiányolnak is!”). Leventének erről az is eszébe jut, hogy amikor a Máltai Szeretetszolgálat egyik hajléktalanellátó központjában átfóliázták az intézmény ablakait, ahogy dolgoztak, egyre csak jöttek a hajléktalan emberek, és hosszan meséltek az életükről a létrán állva pucoló önkénteseknek. „Ha csak az utcán találkozunk, ezek a történetek biztosan nem hangzanak el – ez viszont valamelyest otthonos terep volt számukra, én pedig önkénteskedés közben soha nem érzem azt, hogy sietni kell. Csak mondták és mondták, a végére sem tudtak érni. Nagyon szeretnék egyszer visszamenni oda meghallgatni, megismerni őket. Ezzel a hatalmas mesélni akarással kezdeni szeretnék valamit.”



Amikor először élem meg, milyen az, amikor semmilyen örömed nincs a zenehallgatáson kívül, onnantól fogok tudni megértően fordulni ahhoz, aki üvölteti a rádióját az utcán.



„...ŐK IS VÁLLALNAK ÉRTEM”

A „számítanak rám” felemelő érzés, de a „számon tartanak” biztonsága nélkül könnyen fojtó teherré is válhat. Levi szerint abban, hogy mégis „beszippantotta” őt az önkéntesség világa, kulcsszerepe van a máltai közösségnek. „Amikor a Máltai Szeretetszolgálat önkénteskoordinátora felhív, nem az az első mondata, hogy hova kellene mennem, hanem megkérdezi, hogy hogy vagyok. Nemcsak várják, de tartják is a kapcsolatot, és könnyebb úgy felelősséget vállalnom, hogy ők is vállalnak értem. Így a feladatokat sem érzem feladatnak.” A fiúnak az is lendületet ad, hogy világos keretek között tevékenykedhet: „Tudjuk, kinek mi a feladata, mi meddig tart. Így az egész könnyebben beilleszthető az életünkbe, nem »száll el« a segítő szándék, és már nem akarózik azt mondani, hogy »nekem erre nincs időm«.” Bár másokért cselekedni nem csak egy nagy szervezet önkénteseként lehetséges – hiszen a segítségnyújtásra a saját környezetünk is számos alkalmat kínál –, a teendők megosztása, az idő beosztása és a felelősség eloszlása sokkal többet ki tud hozni az egyénből, miközben megóvjá őt a túlvállalástól is.

A túlvállalástól, amire egy báty egyébként is hajlamos. Főleg, ha elváltak a szülei. Hát még, ha különleges figyelmet igénylő kisebb testvére van, mint Leventének. A fivérek édesanyja és édesapja már nem él együtt, ám az alapján, ahogy Levi mesél róluk, ők elsősorban szeretők,

és csak másodsorban elvált szülők. Ritka élmény egy több éve kettéágazott család közös örömeinek életvidám nyomait felfedezni egy nagykamasz szobájában a kézilabdakapusként szerzett érme, a gitár és az Arsenal-plakát mellett. Családilag kiállított és aláírt, egymásnak szóló elismerő oklevelek, dicséző üzenetek szorgalomért, jószívűségért, becsületességért, egy szócicceket virágozó családfa bekeretezve, megannyi társasjáték, no és a közlekedésszükség-rajongó Levente számára megvásárolt BKV-busz járatinformációs táblája... Egy humorral és szeretettel tapétázott otthon.

Azért mégis puhatolni kezdem, hogy is van ez a dolog a felelősséggel meg a túlvállalással. Levi elmeséli, hogy még a dunakeszi Radnóti Miklós Gimnázium tanulójaként egy társával heti rendszerességgel vitaesteket szerveztek, és az egyiknek épp a felelősség volt a témája. Amikor valaki feltette a kérdést, hogy ki milyen emberek, dolgok iránt érez felelősséget, a fiút magát is meglepte, mennyi személyt és ügyet felsorolt válaszképpen. Akkor nemcsak a tanárai jelezték vissza neki, de ő maga is rájött, hogy hajlamos olyasmit is saját felelősségének tartani, ami nem az, vagy nem kell hogy az legyen – és ez gyakran szorongóvá is teszi őt. Ugyanakkor motiválja is az a belső vágy, hogy olyan tevékenységet végezzen, leendő szociológusként is, ami közösségek életét teszi fenntarthatóan jobbá. ♦



SZÖVEG –
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –
KÖZVILÁGÍTÁS

MIT ILLIK, MIT ÉRDEMES ÉS MIT FONTOS?

Ne szépítsük, na. Az oktatásban érintettek számára tíz gyorsan múló, sok munkával teli hónap következik mostantól. Hamarosan százezrek állnak ülnek valamely megnyitó rendezvényen. A kérdés az, mit illik, mit érdemes és mit fontos egy ilyen ünnepség szónoklataiban elmondani. Annál is inkább, mert a nyár közepét igencsak felrázta egy egyetemi diplomaosztó felkért rétor azzal, hogy nyíltan és egyoldalúan politizált.

◆ Aki tartott már ilyen ünnepi beszédet, tudja, hogy a feladat finoman szólva sem egyszerű. Az alkalmi beszéd kommunikációs környezetszennyezésünk egyik legfőbb forrása, a kiürlt közterek életben tartója, az unalom szakácsa. Ezekben hallunk az „élet kapujáról”, az „új kalandokról és sok tudásról”, arról, hogy „lesz öröm és bánat is”, és hogy „amit tanulunk, egy életre szól”. A helyzet az, hogy az életnek nincs kapuja; van tanulás, ami nem szól egy életre, és csak az kaland, amit annak gondolunk. Vagyis a közterek egyik nagy hibája, hogy legtöbbször nemcsak kongóan üresek, hanem decensen hazudnak is. Eközben pedig senkihez nem szólnak. Szokásos az évnyitókön, évzárókön azt is hosszan ecsetelni, mi minden fordult meg a beszélő fejében, mire eldöntötte, mi lesz a fő témája. Ez szintén végtelenül ígéretes, nem? Micsoda izgalom megtudni, miről nem hallhatunk... Egy általános iskolai évnyitón hallottam egyszer olyan bevezetőt, amelyben az igazgató elmondta, hogy megfogadta, idén rövidebben beszél, hogy ne untassa annyira a hallgatóságát, de aztán rájött, hogy túl sok mindent kell elmondania; így hát ez a terve sajnos nem teljesülhet. Nagy hatást gyakorolt reménykedő közönségére. És emellett szokásos úgy beszélni, mintha mindegy lenne, melyik évben, kiknek, milyen helyzetben zajlana az ünnepség – csak a feladaton kell túlesni, a szöveg már tíz éve készen van a fiókban. Mindezek ismeretében tehetjük fel a kérdést, hogy mit illik, mit érdemes és mit fontos elmondani ilyenkor.

Nézzük hát. Nem illik kihasználni az alkalmat saját nézeteink hangoztatására. A szónoklás alázatos műfaj, nem a beszélőről, hanem a hallgatóról szól. Nem illik

kihasználni a lehetőséget arra, hogy többet beszéljünk, mint az időkeret, amelyet kiszabtak. És nem illik nem tudni, kikhez fogunk beszélni. Illik viszont nagyon kíváncsinak lenni. Illik figyelni a körülményekre, hangulatra, váltani, ha kell. És illik hálásnak lenni, hogy meghallgattatunk.

Nem érdemes vitatott témákban egy, már ismert véleményesodrathoz kapcsolódva, százezredszerre hangoztatni meglévő álláspontokat, például a politikai témákat. Aki ilyet akar, beléphet a saját Facebook-veleménybuborékjába, vagy elszundikálhat azokon a hírportálokon, amelyeket öngazolásként úgyis olvas. Nem érdemes túl sok információval szolgálni. Aki okosodni akar, az vegye elő az otthoni lexikont (vagy kattintson valamelyikre). És nem érdemes köztereket használni, csak az időt pocskékolják. Az pedig nem kis bűn, pláne, ha kötött az időkeret. Érdemes viszont a hallgatóság élményeiből kiindulni, konkrét példákat hozni, nem elvont általánosításokkal élni. Érdemes kérdezni, új nézőpontot adni, humorosnak, kicsit néha provokatívnak is lenni, elérni, hogy ne csak tartama, hanem tartalma is legyen az együttlétnek.

És mit fontos? Nem az igazunkat, hanem az igazságot mondani. Nem túllenni a feladaton, hanem a közönségben bízva, áldozatosan szolgálni. Megemelni a pillanatot, hogy az ne csupán esemény, hanem igazi történet legyen. Elvégre befejezni vagy elkezdni egy új iskolaévet az élet része. Amelyre, ha jelentéssel telik meg, sokáig emlékezhetünk. Talán idén... Kívánok minden iskolakezdőnek illő, érdemes és fontos tanévnyitó ünnepséget! ◆



SZÖVEG –
SZÉKELY-BALOGH SZILVIA

A ZENE SZÍNE ÉS ILLATA

Kiss Bea, az elismert zenepedagógus és fuvolaművész különleges sorozattal lep meg minket. A *Hangok mindenhol laknak* nemrég megjelent első kötete, amely az öt-nyolc éves gyermekek első lépteit igazgatja a zene birodalmában, meseszerűségével ragadja meg az olvasót. Az ajánló szavaival élve: „*Kotta, mely könyv is. Könyv, mely kotta is! Tele képekkel, sztorikkal, állatokkal, gyerekekkel, párbeszédre hívogató szóbuborékokkal! [...] Rajta, nyomás, a zene igenis tenger, szabad benne lubickolni!*”

- ◆ – Amikor először találkoztunk, éppen tizenkettő voltam, és abba akartam hagyni a fuvolázást. Aztán a te inspirációdra zenész lettem. Amikor a most megjelent mesekottád, a *Hangok mindenhol laknak* a kezembe került, rögtön azt éreztem, hogy ez a kiadvány tökéletesen mutatja meg azt a varázslatos világot, ahova a gyerekek imádnak veled betérni. Szerinted mi a titka a pedagógiádnak?
- Talán az lehet, hogy hagyom, hogy a gyerekek a művészettel elemi, gyermeki megközelítéssel találkozzanak. A kreativitás sémákba rendezése helyett a gyermeki lélek szabadságára helyezem a hangsúlyt. Meghagyom az önmagáért való örömet, a felfedezés örömét, és nem akarom rögtön valaminek a szolgálatába állítani a kreativitásukat. A mai iskolarendszer nagyon kemény belső kontroll kialakítását követeli meg, és nem nagyon kíváncsi a gyerek saját hangjára. Amikor tanítok, gyakran merítek a saját gyerekkorom élményeiből, nagyon szerettem például mindenben megtalálni a zenét – a falevelek susogásában, az esőcseppek kopogásában. Számomra természetes volt a hangszerrel az állandó bíbelődés: festményalbumokat lapozgatva zenét költöttem a képekhez, vagy épp

az összes névhez, amit a naptárban találtam. Ezekkel az élményekkel olvad össze az a hatalmas inspiráció, amit a gyerekektől kapok. Átézés és átérzés nélkül nincsen zene. Ebben a mesekottában is azt feszegetem, hogy hogyan lehet a gyerekeknel elérni a bevonódottság állapotát.

– Mi indított el a fuvolázás, a fuvolatanítás felé?

– Érdekes, amit kérdezel, mert ez is egy zenés mesekönyvhöz kapcsolódik. Kislány koromban apukámtól megkaptam a *H. Lányi Piroska Szól a fuvola* című művét. Ebben a gyönyörű történetben a norvég faluba érkezik egy zenész, akit a főszereplő kisfiú titkos vonzódással követ mindenhová, hogy hallgathassa játékát. A falusi táncmulatság után meglesi őt a tengeri csónakon is, ahogy magában muzsikál. A fuvolista pártfogásába veszi a kisfiút, és a természet játékoságát megfigyelve és utánozva tanítja meg játszani a hangszeren, és arra, hogy a lelkéből szóljon a muzsika.

A *Hangok mindenhol laknak* a szó szoros értelmében nem nevezhető mesének. Tankönyvet vagy kottagyűjteményt pedig semmiképpen nem szerettem volna írni. Nem is tudtam pontosan meghatározni, milyen műfaji keretek



közé helyezem el ezt a könyvet, végül a mesekotta megnevezés mellett döntöttünk. Vannak kis manók, akik összegyűjtik a természet hangjait, hogy kottává varázsolják műhelyükben. Az egyikük pedig hozza a violinkulcsát, amivel a gyerekek előtt kinyitja egy titkos világ ajtaját. Innentől ezek a manók vezetik az olvasót, de olvasás helyett inkább egy beszélgetésbe, közös játékba viszik magukkal a résztvevőket.

– Amikor a kicsi gyerekeimmel együtt felkerekedünk, és alapvetően a megérkezés célja lebeg a szemem előtt, az rettentően hosszú tud lenni, hiszen ők minden csigánál, bogyonál, falevélnél megtorpannak. Azonban amint részt vesznek a vizsgálódásukban, perspektívát váltok, hirtelen varázslatos utunk lesz. A kötetben az egyik uralkodó alapelv a gyerekszem érvényesülése. Számos feladatot ők találtak ki. Az együtt csináláson, az eszmecserén van a hangsúly. Hogyan képzeljük el ezt az összmunkát?

– Számomra mindig megújító találkozni azzal a szabadsággal, ahogy a gyermek szemléli a világot. Hihetetlenül élvezem, ahogy a fantáziájukat és a világot

összekapcsolják, nagyon szeretem ezt az öt-nyolc éves kort. Az egyik kedvenc idézetem Kokas Klárától származik: „Felfedező lettem gyerekkorszámban.” Amikor a tapasztalásunkat, akár a csigavizsgálást, nem teljesen hétköznapiak tartjuk, hanem beleszövődik valamiféle költészet, az katartikus tud lenni.

– Gyakran találkozunk a gyakorlatban azzal a jelenséggel, hogy a gyerekek kreatív megnyilvánulásait egyformára nyessük. A magyar intézményrendszer különösen erőteljesen uniformizál. Ha valaki eltér a szokott sémáktól, az gyakran megrovásban részesül. Például ha a gyerekek kutyát rajzolnak, legyen kutyá alakja, és színezzék barnára vagy feketére. De miért is ne rajzolhatna valaki amorf, piros kutyát?

– Magyarországon most jelennek meg a Silent bookok: olyan könyvek, amelyek nem tartalmaznak szöveget, a gyerek fantáziájára van bízva a történet. Maros Krisztina *Milyen színű a boldogság?* című könyve például azért is nagyon szerethető, mert kategorikus megnevezések, didaktikus rámutatások helyett az egyéni benyomások felé tereli az olvasót. Volt, akinek a boldogság



tudom, hogy nem lehet csak úgy benne hagyni a gyerekeket a szövegvilágban, hiszen érzelmileg teljesen beleélik magukat. Végülis tényleg azt énekeltek, hogy leszakadt a pajta, benn maradt a macska. A gyerekeknek a zene mellett ez hús-vér valóság, csupa metafora, fogalom, dráma, az adott szituációban megélt valóság.

A mesekotta épít egy alapvető gyermekdal-, népi mondóka- és dalrepertoárra, és emellett rengeteg vers is szerepel benne, elsősorban Weöres Sándortól és Lackfi Jánostól.

A költészet tartalmilag fogalmi,

formailag auditív művészet, a kötetben zenei jelenségként szerepel. Weöres Sándor szavaival élve a költészet „minden porcikája élményszármazék”. Ez az élmény pedig nagyban hozzájárul a kívánt komplexitás kifejezéséhez.

színe a fekete volt. Ez felnőtt szemmel akár ijesztő is lehet, pedig csak arról van szó, hogy ennek a gyerekek nem a társadalmi konvenciók jutottak először eszébe, hanem egy fekete cica, aki a titokzatos éjszakában kalandozni indul. A fekete izgalmai. Nekem is volt tanítványom, akivel egy gyönyörű lassú tételről beszélgettünk, kíváncsi voltam, hogy mi jut róla eszébe, és ő a sötétséget emelte ki. Ez elsőre szintén meglepő volt, de aztán kiderült, hogy nála a sötéthez a bizalom kapcsolódott, hiszen nem látunk jól, és mégis biztonság ölel minket körbe. Örölnünk kellene, ha észrevesszük a fantáziának a sémáktól elrugaszzkodó gyönyörű megnyilvánulásait. Miért kellene folyton a hétköznapi sémák felé indulnunk? Szóval nagy becsben kell tartani az amorf, piros kutyákat.

– Ez a kiadvány tulajdonképpen hangszeres előkészítő furulyára, fifére és fuvolára, ugyanakkor azt érzem, hogy bátran használhatják mások is.

– Igen, daloskönyvként ugyanúgy megállja a helyét. Én hiszek abban, hogy nemcsak a zenéről szól ez a kis könyv, hanem egy látásmódról és arról, hogy hogyan csodálkozunk rá a világra és az összefüggéseire. Bevezető a zene világába.

– Nagy hangsúly van a szövegeken is.

– Amikor óvodásokkal kezdtem el foglalkozni, akkor jöttem rá, hogy mennyire fontos a szöveg. Volt egy alkalom, hogy elénekeltek közösen a *Bújj, bújj zöld ág* kezdetű dalt. Már rég teljesen máshol tartottunk, amikor az egyik kislány egyszer csak felkiáltott: „De mi lett a cicával?” Azóta

– Az érzékelés, észlelés szintén fontos szerephez jut. A szinesztézia az egyik kulcsszó, amit a könyvvel kapcsolatban kiemelnék.

– Szávai Géza nyelvészprofesszor fogalmazta meg számomra a legtalálóbban *Lánc, lánc, Eszterlánc* című művében saját kislányával, Eszterrel kapcsolatban azt a világleképezést, amit a gyermekünk születése után átélünk, azt, ahogy közösen újraalkotjuk a nyelvet, átéljük az őstörténetet. Ahogyan itt is. Ebben a kötetben a hangoknak színe van és illata, mindent látunk, hallunk, tapintunk, és az egész világ zene, a zene egész világ. Mindent mindennel össze lehet kapcsolni, és ez a teljesség nagyon termékenyen tesz.

– Gyönyörűek Molnár Jacqueline illusztrációi.

– Jacqueline-nal ez a közös munka egy csodálatos egy-másra találás volt. Fontosnak éreztem, hogy maga az illusztráció is nyitogató legyen, az ő képei pedig egyenesen magukba szippantanak. Új műfajokat is alkottunk, például vannak képes kották, ezek a képek valódi zenei információkat tartalmaznak, amiknek a segítségével például egy vadnyugati világot teremtünk meg a hangszeren a gyerekekkel. Jacqueline nagyon zeneien fest. Olyan rejtett dolgok vannak a képeiben, hogy még most is találok meglepetést, ha lapozgatom, pedig egy évig formálódott, alakult a kötet a kezünk alatt. Vannak oldalak, amelyek

egy-egy nagyobb fogalom köré épülnek, mint például a páros-páratlan átvitt értelemben és zenei értelemben használt fogalma, a váltakozás ritmusa – mint az évszakok és például a csend. Amikor Jacqueline megfestette, egyébként gyönyörűen a csend-oldalt, úgy éreztem, hogy az valahogy mégsem az én csendem. Nekem szívügyem volt, hogy egy kottáskönyvben legyen szó a csendről. Jacqueline azt kérte, írjam körül, akár asszociációkkal, milyen az én csendem, és végül meglepett egy olyan rajzzal, ami teljesen magával ragadott: éjszaka van, egy öreg fa előtt róka figyel, és közben halak úsznak át a sötétben, egybeolvad az éjszaka és a tengeremély csendje.

– Amikor egy intézményben dolgoztunk, rettentően izgalmas volt bekopogni és benyitni a termedbe. Sose tudtam, mi fogad: sötétség, vagy földön fekvő fuvolás, nagyon széles pedagógiai eszköztárral dolgozol.

– Mindenki születetten képes átérezni a zenét. Mindenkinek kapcsolódnak zenei jelenségekhez asszociációi. Egy hangulat, egy karakter, egy mintázat, amely képekhez, mozgáshoz kapcsolódik. De akár egész történetek is megelevenedhetnek előttünk zenét hallva vagy játszva. Átézés és átélés nélkül csak technikai elemek gyakorlása van, zenei tartalom, katarzis nélkül. Minden gyereknél más az út, másképp történnek a dolgok, emiatt a spontaneitás és a rugalmas figyelem nagyon fontos a tanár részéről. A drámapedagógia eszközeihez mindig visszanyúlok. A képzeletvilágunk és megélt élményeink tárháza mindig gazdag táptalajként szolgálnak zenei mondanivalónk kifejezésekor. Az improvizáció különösen fontos. A karakterek megformálása és az ösztönösség vegyülése hihetetlen élményt nyújt. Egészen elképesztő, hogy már igen csekély hangszeres tudás birtokában is szinte jazzelnek, amikor például az esőt, az elefántot vagy éppen a bálnát próbálják a fuvola eszköztárával megjeleníteni.

– Sokszor azt sem tudtuk, hogy mire megy ki a játék, csak élveztük, hogy játék van. Én egy didaktikus rendszerből léptem ki, amikor hozzád kezdtem járni, és eleinte alig akartam elhinni, hogy a tehénbógés utánzása is részét képezheti a fuvolaórának. Aztán észrevettük, hogy elkezdett működni valami, ami addig problémát okozott.

– Igen, a játék, a meglepő dolgok és a humor átsegítenek a bennünk lévő gátakon, legyenek azok technikaiak vagy elméleti jellegűek. Persze az egész alapvető bizalomra épül tanár és gyerek között. Az a játékos nyelv, amit a gyermek a sajátjának érez, az az én nyelvem is. ♦



OLVASSA A KÉPMÁS DIGITÁLIS VÁLTOZATÁT!

Nem kell tárolni, virtuális könyvespolcán bármikor elérni



Ajándékba is vásárolható



Kiadványát több eszközön is elérheti



Pár kattintással azonnal olvasható, előfizethető

WWW.DIGITALSTAND.HU/KEPMAS



SZÖVEG –
SZÁM KATI

KÉP –
ÉDER VERA

SZERENCSEJÁTÉK ZRT.

Tarts Velünk!
EGY
AKADÁLYMENTES
JÖVŐÉRT
WWW.TARTSVELUNK.HU

” *A különbség én vagyok*

Néhány éve egy interjút kaptam, amelyben egyik szerzőnk Dancsival beszélgetett – első levelezésünkkor **Ivanova Danielaként** írta alá az e-mailt. Ebből a cikkből és a hozzá érkezett fotókról ismertem meg a *Lena világa* blog szerzőjét, a fiatal, mosolygós, huncut szemű, kerekesszékes lányt, aki bejárta fél Európát, akkor épp Alicantéből érkezett haza és ukulelézni tanult, hogy azzal kísérhesse az éneklését. Azóta foglalkozása immár újságíró, és munkáival például a Média a Csaláért-díjnak is többszörös jelöltje. Egy mozgalmas nap délelőttjén kísértük el a család.hu szerkesztőségébe, ahol aznap nemcsak a szerkesztőségi ülés, hanem a jelöltséghez tartozó interjú, fotózás és egy podcastfelvétel is várta.



- ◆ Mielőtt nekivágunk a tömegközlekedésnek, Dancsi némi muníciót vesz a hosszúnak ígérkező napra péksüti formájában. Ehhez először is szükség van arra, hogy az üzlet biztonsági őrre kinyissa a forgótárcsás bevásárlókaput, és a kerekesszéke begurulhasson. Délelőtt tízkor viszonylag kevesen vannak, így nem okozunk nagy fennakadást, de azért nem tudunk észrevétlenek maradni. Az jut eszembe, hogy ha nincs ez az attrakció, akkor Dancsi mosolyára vagy piros körömcipőjére kapnák föl a fejüket a vásárlók, hiszen egy szépen sminkelt helyes fiatal lány halad a sorok között. És az is, amit a blogján írt az akadálymentesítés mekkájáról, a spanyol Alicantéről: „A kerekesszék nem téma, nem probléma, nem akadály, mindenki úgy kezel, mint a társaság bármely más tagját.”



„Ott nincs megkülönböztetés, sem pozitív, sem negatív értelemben – mondja már a megállóban, ahol keressük a burkolaton a babakocsijelel –, ott például mindenféle járműre fel tudok szállni, még hajóra is, de nem is kapok kedvezményt az utazásra, hiszen nem kell várnom az alacsonypadlós járatra fél órát, ha egyáltalán van. Bevallom, amikor itthon bemondja a sofőr, hogy kérjük, biztosítsák a helyet, mert mozgásában korlátozott utas száll föl, és még a busz végéből is odanéznek, úgy érzem magam, mint egy marslakó. Pedig én is csak utazni szeretnék, esetleg feltűnés nélkül, mint bárki más.”
Hasít velünk a villamos, cseverésünk az élet kisebb-nagyobb igazságairól, divatról, Covidról, a percek örömeiről. Dancsi arca az ablakban velünk futó napsütötte, felhőjátékos ég előtt nyugodt és derűs. Eszembe jut egy bejegyzésének címe: „Ha az egyik nap gyönyörű a világ, a másik nap barátságatlan, a különbség én vagyok”.

Tudom, hogy Dancsi számára a kerekesszék nem korlátokat, hanem szárnyakat jelentett, hiszen gyerekkorában a köznyelvben üvegcsontúsnak nevezett betegsége miatt sokáig csak babakocsiban tudott közlekedni. Amikor megkapta az első kerekesszékét, szabadnak és önállóan érezte magát. Azt viszont, hogy milyen virtuóz módon használja – ahogy ő nevezi a lábát –, csak mellette gyalogolva tudom meg. Persze nem csoda, 10 évig táncolt is vele. Miközben a munkahelyére vezető gyaloglás nekem is jelentősen megdobja a napi lépésszámomat, megkérdezem, nyilván kissé sután, hogy nem fáradt-e el, szívesen segíték. Csak nevet: edzésben van, ne aggódjak.





Egy fotózásra marasztaló, platánfákkal árnyékkolt kerten át, ahol emiatt kissé el is időzünk, megérkezünk a szerkesztőségbe, ahol Dancsit már várják a kollégái. A folyosó falán is találkozunk a munkájával, meséli, hogy a hírlevelet is ő szerkeszti. Szereti a munkáját, mert gyerekkorában az olvasás és az írás egy új világot nyitott meg számára. Nagyon érdeklí mások élete, főként a hétköznapi hősök történetei, ezért nemcsak ismert emberekkel, hanem például a saját kollégáival is szívesen készít interjút. „Extrovertált emberként nagyon szeretem, hogy ilyenkor figyelek és hallgatom. A tabutémák inspirálnak a legjobban” – mondja a délután felvett, most induló Mégis podcastunkban, amelyben Keresztes Ilonával beszélget. De ezt már hallgassuk meg ott! ♦

 kepmas.hu/megispodcast





SZÖVEG –
SZÁM KATI

SZEMBEFORDÍTOTT TÜKRÖK

FOKHAGYMASZAG

♦ **1.** Az ügyfél szája lassan mozog, hallja is a furcsa rekedt hangot, de bugyogva, mintha víz alatt lennének. Próbálja megérteni, de mióta megcsapta az a szag, nem tud rá összpontosítani. Fokhagyma. Nem az, amelyik illatosan föl száll a serpenyőből, hanem a testből kipárolgó, ami olyan taszító, még akkor is, ha ismerős test árasztja. Igyekszik észrevétlenül hátrébb húzódní, jó lenne visszatenni a Covid alatti plexit. A szag nem múlik, nem lehet megszokni, figyelmen kívül hagyni, szúrósan felkúszik a homlokba, aztán émelyítón a tarkóig. „Ez csak egy fűszernövény” – mantrázza magában, próbálja elképzelni a spenótot, a brassóit, a fasírtot, amiből az ügyfél nemrég jóízűen belakmározhatott, ő is szereti, csak ritkán eszik, mert magán is érzi utána az elviselhetetlen szagot. Pedig azt mondják, ez kizárt, az ember magán sosem érzi az illetet. Mert megszokja. Mert védekezik az agy a kellemetlen ingerek ellen. Végigfut rajta valami gyengeség, ami reggel már a buszon is. Talán mert ott is érezte... de az rosszabb volt, mert abban volt annyi más is, alighol a gyomorból és borostaszag az arcról. És talán az ázott kutya szaga is.

Hirtelen eszébe jut, hogy talán okkal érzékeny ma a szagokra, számolni kezd, igen, a 28. nap körül van éppen. Menekülni kellene innen, szűkös ez a hely itt, nincs elég levegő, de az ügyfél még mindig beszél, nem szakíthatja félbe, hogy rosszul van, még a férje sem érti meg, miért ne ehetné nyersen a fokhagymát a vacsorához. Ezt nem lehet elmondani. Az ügyfél abbahagyja, és kérdőn néz rá, ő pedig végre megszólal:

„Megtenné, hogy átfárad a másik ablakhoz?”

Amikor gyerekként először láttam meg a gardrób szekrény egymásnak fordított tükrörajtóit, azt hittem, egyszerűen ismétlődnek a folyosóvá mélyülő képek. Pedig hogy is lehetne ugyanaz? Hisz minden újabb tükröződésben ott az összes előző kép.

2. „Jani bácsi, ne tessék!” – hajtogatja udvariasan, mert így nevelték, a nagymamáját sem tegezte soha, aki most nyilván alszik a másik szobában a borosüveg mellett, különben biztosan segítene, hogy kiszaladhasson az udvarra ebből a pici szobából, ahová beszorították, ki az öccséhez, aki a kutyával játszik, ha innen kijut, megmondja majd neki, hogy sose hagyja őt egyedül, holnap se, amíg nem jönnek értük. Többet nem mondhat el neki, hisz két évvel fiatalabb nála, hétéves. Anyának igaza volt, nem kellett volna itt maradniuk a hétvégére, de kiscicák születtek, ezért kikönyörögték. Ha anyu ezt tudná... szörnyű elképzelni is. Az öregember kezei érdekesek, és ismétlődő mozdulatokat tesznek újra meg újra, még mindig... „Jó?” kérdegeti, a hangja olyan, mint Hókuszpóknak a Hupikék törpikékben. Lehet érezni, hogy pálinkát ivott reggel, kettőt is, egyet éhgyomorral, ahogy szokta, a másikat a disznósajt mellé, ami olyan volt a rugószerű alkatrészeivel, mint egy kettévágott óraszerkezet, meg kellett kóstolnia neki is, az íze, mint a fagyott fokhagymás zsír. „Nem, ne tessék, nem, nem” – mondja, de még mindig nem elég hangosan. Csak innen jusson ki, soha többet nem jön ide, majd azt mondja, beteg. Kintről kutyaugatás hallatszik, a férfi szorítása enged, hátranéz, és ő tudja, hogy most futni kell, messzire. ♦



Hello
Veszprém
Balaton

JÁRJUK BE EGYÜTT!

Történetek Veszprémről, a Bakonyról és a Balatonról



Veszprém-Balaton 2023
Európa Kulturális Fővárosa



EURÓPA KULTURÁLIS
FŐVÁROSA

helloveb.hu