

AZ ÖNKÉNTES KÖZPONT ALAPÍTVÁNY IDŐSEK BARÁTAI PROGRAMJA KIADVÁNYA



IDŐSEK
BARÁTAI

KINCSEINK

Időseink és a tőlük tanult
életbölcsességek



Kiadó: Önkéntes Központ Alapítvány
Székhelye: 1137 Budapest, Katona József u. 39.
A kiadásért felelős: F. Tóth András
A szerkesztésért felelős: Hadrévny Borbála
Tipográfia: Burián Réka
2021.

Kincseink az időseink

Azok az élmények, a számtalan örömteli és szomorú pillanat, a kihívások, melyeket az idős emberek átéltek, mindannyiunknak támaszt, iránymutatást adhatnak.

Az időskorról általában a hanyatlás, panaszkodás, kiszolgáltatottság jut eszünkbe, és sokan vannak, akik teherként tekintenek az idős emberekre. Mi, az Idősek Barátai szeretnénk megcáfolni ezt az előítéletet. Mindennapi munkánk során olyan értékes történeteket és életre szóló tanácsokat kapunk tőlük, melyek sokszor segítenek másképp látni a saját életünket, nehézségeinket. Gyakran előfordul egy-egy nagyobb döntés meghozatalakor, hogy az ő életbölcsességükre támaszkodunk. Az a célunk, hogy másoknak is megmutassuk, milyen kincsek rejlenek egy-egy idős emberben, sorsában, személyiségében és mekkora érték, hogy ők ezeket megosztják velünk.

A mai kor gyorsan változó forgataga rendszeres kihívások elé állítja az embereket. Legutóbb a koronavírus járvány okozott egyfajta világsokkot. A változások kezelése, a biztonság és stabilitás elvesztése folyamatos feszültséget okoz az emberek életében. Emiatt tartottuk fontosnak összegyűjteni és megosztani azokat az értékes élettapasztalatokat, amikkel csak a hosszú életet megélt emberek rendelkeznek.

Az elmúlt időszak során az elszigetelten élő idős emberek nagyon nehéz helyzetbe kerültek. A járvány okozta karantén miatt, sokan még inkább elszigetelődtek, elmagányosodtak. Sokukat nagyon megrémisztette és elkeserítette a folyamatos fenyegetettségen túl a személyes kapcsolatok hiánya. Ugyanakkor az az érzés is felmerült bennük, hogy szeretnének valamivel hozzájárulni, valamit cserébe adni azért a támogatásért és segítségért, amit az

Idősek Barátaiktól kapnak. Így elindítottunk egy olyan kincseket gyűjtő kampányt, melynek kettős célja volt. Egyrészt, hogy az idősek figyelmét a bizonytalanságról és kiszolgáltatottságról a megélt, saját értékeikre tereljük. Emellett kiemelten fontosnak tartottuk, hogy teret adjunk az idős embereknek, segítsük őket hangjuk hallatásában.

Önkénteseink bevonásával, az idősekkel közösen kerestük meg azokat az értékes, egyedi történeteket, megoldásokat, amiket csak a nagy élettapasztalattal rendelkező emberek mondhatnak magukénak. A legidősebb generáció tagjai már számos olyan helyzetet éltek át, amiket a mai emberek elképzelni sem tudnak. Ebben a kiadványban azokat az időseket mutatjuk be, akik vállalták, hogy megosztják az életük élményeit, értékeit. Meggyőződésünk, hogy ezek feltárásával nemcsak a kincseiket megosztók gondolhatták át saját életútjukat, helyezhették más perspektívába, hanem azok is erőt merítenek belőle, kapaszkodókat kapnak majd ebben a bizonytalan helyzetben, akik megismerik ezeket.

A kiadvány létrejöttét hosszas előkészítő munka és alapos utánajárás előzte meg, melyben önkénteseink aktív szerepet vállaltak. Köszönjük mindannyiuknak, akik hozzájárultak a kiadvány létrejöttéhez! Külön köszönet Kádár Hannának az interjúk és fotók készítéséért, Lovass Katalinnak a szövegek szerkesztéséért és Burián Rékának a csodálatos grafikai kiadványszerkesztésért!

AZ ÖNKÉNTES KÖZPONT ALAPÍTVÁNY IDŐSEK BARÁTAI PROGRAMJA

Tartalom

Bevezető.....	3
Anna történetei	6
Danó Gizike: Kiszínezem vele az életem.....	12
Erzsike világa – a lélek ereje	16
Gere Judit	22
Jónás Miklós.....	23
Kárpáti László	24
Liza néni	25
Magdi: A könyvek gyógyítanak	31
Márton Ica: Én annak örülök, ha adhatok.....	41
Margit mesél – Örökbefogadott unoka.....	44
Vásári Barna, a költészet szerelmese	48

Anna történetei

1

A pöttyös kancsó

A háború alatt anyukámmal a nagyszüleimnél laktunk, amíg az apukám fogságban volt. Még kisgyerek voltam, és küszködtem a szobatisztasággal.

A nagyszülőknél volt egy cseléd, Rózi. Olyan húszas éveiben járt, nagyjából egyidős lehetett anyukámmal. Nem volt családja, legalábbis nem tudok róla. Valószínűleg árva volt, és cselédsorban élt. Nagyon-nagyon szeretett engem. Minden gyereket szeretett, de engem különösen, mert én voltam a legkisebb. Amikor nekem nem sikerült a szobatisztaság, anyukám elverte a fenekemet. (Ez akkor elfogadott nevelési módszer volt, ma már tudjuk, hogy hiba, ilyet nem szabad csinálni. Én nem vertem a gyerekeim fenekét.) Rózi rettenetesen sajnált, úgy-

hogy amikor hasonló „baleset” előfordult, rögtön fölkapott, elrohant velem, kimosta a ruhámat, lemosott, tisztába tett, és úgy engedett vissza. Így anyukám többet nem bántott – nem neki kellett utánam dolgoznia. Ez sokszor előfordult, de nem tartott sokáig. Amikor éreztem, hogy baj van, és nem tudom visszatartani, kiabáltam, hogy „gyere, Rózi, fussunk!”, ő meg jött azonnal, a hóna alá kapott, és rohantunk.

Ez a Rózi később se ment férjhez, egy idősebb élettársa volt. Sajnos nem alakult jól a magánélete, pedig nagyon jó anya lett volna. A lényeg az, hogy már 19 éves voltam, amikor újra találkoztam vele. Már nem volt a családnál, de még mindig el-eljárt a nagyszüleimhez segíteni.

Amikor Rózi meghallotta, hogy ott vagyok, odajött hozzám. Ahogy megláttam (elnézést, ha elsirom magam), megöleltem és megpusztiltam. Mi tegeződtünk vele, és nem tudtam, mit vált ki nála az ölelésem. Talán életében nem ölelte meg és nem pusztította meg senki. Elsírta magát, elkapta a kezeimet és kezét csókolt nekem. Egy középkorú nő egy 19 éves taknyosnak! Na, attól meg én jöttem zavarba, azt se tudtam, mit csináljak. Olyan öröm sugárzott róla, hogy az elmondhatatlan! Ám amikor elment, a nagymamám rám szólt: „Cselédet nem pusztítunk meg.” Ez engem mélységesen megdöbbenített: nem volt egyenrangú fél, még akkor sem, ha akkor már szocializmus volt. Rákérdeztem a dologra a keresztanyámnál, aki szociálisan érzékeny embernek tartotta magát. És mit mondott? „Így igaz. Cselédet nem pusztítunk meg.”

Rózi a történet akkor folytatódott, amikor egy évre rá férjhez mentem. Ő megtudta, hogy férjhez megyek, adni akart nekem valamit, valami kis nászajándékot. Rózi nagyon-nagyon szegény volt. Olyan helyen lakott, ahol nem volt vízvezeték és csatornázás, nem volt közművesítés, kútról kellett hordani a vizet. Ott az volt a szokás, hogy az asztalon mindig kellett egy kancsó víznek lennie, úgy illett. Vett nekem egy félliteres kicsi, olcsó fajansz kancsót, ami fehér volt és

piros pöttyös. Ezt elküldte nekem. Én meg küldtem neki egy esküvői fotót és a hátára ráírtam, hogy „Rózinak szeretettel”. Nem gondoltam bele, ösztönösen tettem.

És ez a szegény nő élete hátralévő részét úgy élte le, hogy az otthonában ki volt rakva ez a kép, mint egy szentkép. Nem volt családja, nem voltak más fotói. Nagyon súlyos betegségben, otthon szenvedett, rákban halt meg. Nagyon sokat szenvedett. Emberek évtizedeket éltek úgy, hogy senkitől semmi szeretetet nem kaphattak, mert rangban lejjebb voltak. Hiába tette ki a lelkét, engem is hiába szeretett, nem lehetett viszonzni, mert nem illett.

Ez az egyik megrázó élményem. Azért mondtam el, hogy ebből bárki, akit érdekel, levonhassa a tanulságot.



2 *Egy csík szalonna*

Kórházban feküdtem hosszabb távon, tíz hónapig, egy tízágyas kórteremben. Nem lehetett semmi panaszom, mert minden rendben volt. Mindenkinek ugyanolyan volt az öltöze- te, a köntöse, a törölközője – olyan „városia- san” volt mindenki: pizsamában.

Egyszer behoztak hozzánk egy kis bakonyi községből való, teljesen lerobbant, ötvenes éveiben járó nőt. Kis öreglány volt, aki gye- rekkorában faluhelyen megbetegedett és nyomorékká vált. Faluhelyen nincs becsü- lete a nyomorék embernek, mert ott fizikai munka van, ott a kútról kell vizet hordani, hogy itatni lehessen az állatokat meg leön- teni a kert végében felállított vécét. A kutya el nem vett egy ilyen lányt ott faluhelyen, aki nem tud háziasszonykodni. Megbélyegzett valaki volt. Utólag jöttem rá, ahogy beszél- gettem vele, hogy az öltözéke, a hajviselete, a megjelenése nem illett bele ott közénk a képbe. Nem volt olyan fehéreneműje, amit mi a városban hordtunk. Valamilyen bolyhos

anyagból házilag varrott hálóingfélét hor- dott. Nem volt egy rendes köntöse, se sem- mije. Vastag harisnya volt a lábán, a cipője pedig agyonhasznált magasszárú cipő. Na- gyon kilógott a sorból. Az én szobatársaim keresztülnéztek rajta, senki nem szólt hoz- zá, a sarokban feküdt egy ágyon, ami pont egy zugban volt. Még közvetlen ágyszom- szédja sem volt. Na, akkor én láttam, jön az ebéd, terítenek nekünk. Ő nem ismerte a kórházi szokásokat, azt sem tudta, kik va- gyunk. Annuskának hívták. Odamentem hozzá, és mondtam neki, hogy Annuska, itt az a szokás, hogy odamegyünk az asztal- hoz, és ott eszünk. Oda is ültettem közénk, de hiába, nem szólt hozzá senki. Na, ez megrázó volt, és akkor rájöttem, mi a dol- gom. Ebéd után odaültem Annuskához az ágya mellé, és nagyvonalakban elmondtam, hogy ki vagyok és kik a többiek. Azután róla kérdeztem, és a szerencsétlen életéről be- szélgettünk.

Akkoriban a televízió még újdonságnak számított, de volt a kórházban egy tévészoba, ahová esténként, amikor adás volt, be lehetett ülni. A szobatársaim este elindultak a tévészobába, de a sarokban fekvő Annuska egyiküknek sem jutott az eszébe. Odamentem hozzá és mondtam: „Annuska, televízió van.” Szerintem még sose látott ilyet, hívtam, hogy akkor jöjjön velem. Együtt mentünk a tévészobába, és magam mellé ültettem, hogy közben el tudjam magyarázni neki, kiket lát a híradóban. Mindenkinek leesett az álla, se a betegtársak, se a személyzet nem értette, hogy én, a „menő” fiatal egyetemista lány, mit akarok ezzel a szerencsétlennel.

Attól kezdve én mindvégig együtt voltam Annuskával és beszélgettem vele. Aztán megismétlődött ugyanaz a történet, mint korábban Rózival, a cselédlánnyal. Annuska is, én is kikerültünk a kórházból, és megadtuk egymásnak az otthoni címünket. Én írtam neki először: hogy gondolkodok rá, és érdeklődtem, hogy s mint van. És egyszer csak jön egy csomag, a postás hoz egy pici kis dobozkát. Benne egy szerencsétlen, szegényes kinézésű szalonna, ami az ő saját ennivalója volt. Egy csík szalonnát küldött nekem és egy pár napraforgómagot vagy tökmagot. Amin ő élt, abból nekem küldött... Most is sírnom kell ettől.



3

Az utcaseprő

Apukám egy vidéki városban volt tanár. Abban az időben az orvosok, pedagógusok komoly tekintélynek örvendtek.

A mi utcánkat mindig ugyanaz az utcaseprő takarította. Nap mint nap ott sepregetett, mindenki látta. De utcaseprővel nem áll szóba senki. Úgy néztek át rajta a járókelők, mint ha levegő lett volna. Az én apukám azonban elkezdett neki köszönni, hogy jó napot kívánnak. Ő meg nagy boldogan köszönt vissza, hosszan, elnyújtva, hogy „Jóóóóó napot, Tanár Úr!” Apukám néha megérdeklődte, nem fázik-e, nincs-e túl meleg, vagy mit tudom én, ilyeneket. Ez rendszeressé vált.

Egyszer úgy érezte apukám, hogy ezt el kell magyaráznia nekem: „Tudod – mondta –, ezt az embert meg kell becsülni, mert ő tartja tisztán az utcánkat. Utánunk szedi fel a csikket, a koszt, mindent. Ezt az embert ezért nagyon meg kell becsülni.” Ez nekem olyan útmutatás volt, ami egy életre szólt. Attól kezdve én is köszöntem az utcaseprőnek.

Apukám meg se várta, hogy szóljon, ő köszönt neki előre. Nekem is mindig köszönt. Ezek az esetek, Rózival, Annuskával és az utcaseprővel, tanulságosak voltak. Az életben rengetegszer találkozunk olyan helyzetekkel, hogy valaki rangban alattunk van, mert az életben mindig van rangsor. Nem lenyomni kell, hanem föl kell emelni a magunk szintjére. Egyenrangú félként kell bánni vele, és akkor van a dolog rendben. Ez az igazság, ez a lényeg.



4

Válóper tisztelettel



Még egyet mondanék. Én jogász voltam, intéztem mindenféle peres ügyeket. Egy válóperben megkért engem egy szép, tiszta, rendes fiatal cigányasszony, hogy képviseljem őt. Mert a cigányoknál az a szokás, hogy a férfinember a nézeteltérést pofonokkal meg egybekkel intézi el. Az ő férje is mindent veréssel intézett el, és ő ezt már nehezen bírta. Volt egy gyerekük is. Megbeszéltük, hogy a válóper során ő annyit kér, hogy a gyermekelhelyezés és a láthatás mindenképpen meg legyen oldva. Én ezt tudomásul vettem, és behívtam a férjet, hogy megtárgyaljuk, mit fogad el ezekből a feltételekből. Ez a munkahelyemen volt. Megjelenik egy cigány fiatalember, akinek még vizes a haja, ahogy megmosta. Az inge ragyogó tiszta, vasalt, nadrágja tiszta, mindegyike. Úgy jelent meg, hogy nem dülöngélt, nem volt ittas, kulturáltan jött oda, megadta nekem a tiszteletet, megadta az egész ügynek a tiszteletet. Erre én kezet nyújtottam neki, bemutatkoztam, megköszöntem, hogy eljött,

és helyet kínáltam. Attól kezdve az a férfi, aki nem erre számított, mindent elfogadott, amit a felesége kért. Én meg azt kértem tőle, hogy azt tegye meg, hogy többet nem az öklét használja. Most már akármi történik, nem üt. Mindent aláírt, mindenbe beleegyezett, amit a felesége kért. Utána simán lezajlott a válóper közös megegyezéssel. A feleség boldog volt, hogy ennyire rendben mentek a dolgok, azt sem tudta, hogy köszönje meg nekem. Azt mondom, ha fölemelünk valakit, az illető csodákra lesz képes. Én ezzel a cigány férfival ugyanúgy bántam, mint a főorvossal egy másik peremben. Nem is okozott csalódást: a későbbiekben már nem emelt kezet a volt feleségére. Hasonló esetek az életemben többször előfordultak, és soha nem bántam meg őket. Ez a tanulság a dologban. Ez az üzenet az embereknek. Tudtam, hogyan kell viselkedni azzal, aki nem a mi szintünkön van.

Danó Gizike

Kiszínezem vele az életem

„Nagyon sok minden van, amivel szeretek foglalkozni, szeretek a társaimmal is foglalkozni és segíteni is őket, ahogy tőlem telik.”

Gizike most 63 éves, és két éve él az idősök otthonában, ahol rátalált egy új, számára

ra korábban ismeretlen hobbira, ami remek kikapcsolódást nyújt a számára, életkedvvel tölti el és nem mellesleg a lakótársainak is örömet szerez vele. Két éve szenvedélyesen színez.



„Amióta erre lehetőséget kaptam, azóta másfajta tevékenység nem is igen érdekel. A színezés megnyugtató, ellazít. És ez egy végtelenül egyszerű dolog, nem kell hozzá más, csak lapok és ceruzák. Boldog vagyok, hogy ezekhez hozzá tudok jutni” – kezd bele Gizike lelkesen.

„A színek egyébként mindig megmutatják, milyen napom volt. A hangulatom befolyásolja a színválasztásaimat. „Amilyen napom van, olyan színeket választok. Ha va-

laki ebbe belefog, és előveszi a saját színeit, az meglátja, milyen megnyugtató. Történt itt három haláleset, amikor szintén ez segített abban, hogy túljussak a meg-rázkódtatáson.”

Gizike egyre-másra mutatja a rajzait, majd egy nagy csokornyit átnyújt belőlük. „Ezeket azért szeretném odaadni, hogy ha mások, egy másik intézményben meglátják, esetleg kedvet kapjanak hozzá.”



„Itt ez a rajz. Nekikezdttem, és ahogy színeztem, egyszer csak megszólalt az Ellopták a piros biciklim című nóta. Színezés közben éppen ez szólalt meg, ezért lett piros ez a bicikli, pedig barnára terveztem. Szóval előfordulnak ilyen egybeesések.”

Évszakra jellemző motívumokat, ünnepekhez kapcsolódó rajzokat is színez. Most talált egy miniatúrt ezekből a mintából, ehhez fogott hozzá, és ez még jobban tetszik neki.



Ha elkezdli, nem tudja abbahagyni, ebédig 4-5 rajzot is készít, majd ebéd után egészen a vacsoráig folytatja a színezést. Körülbelül fél óra, amíg egy rajzot kiszínez.

„Igyekszem jelleget adni a rajzoknak. Az egyik kedvencem ez a sünis.”

A színpompás rajzok nem csak Gizikét vidítják fel. A betegek szobáit vagy az új lakók üres falait ezekkel a rajzokkal szokták díszíteni az intézményben.



Egyik társa születésnapjára egy cica képét színezte ki, mert tudta, mennyire kedveli a cicákat. A hölgy éppen a társaságunkban volt, így megkérdeztem tőle, megvan-e még a rajz. „Naná, hogy megvan! – vágta rá.

– Az órám alá tettem, ahányszor az időre nézek, látom a képet is! Nagy örömet szerzett nekem ezzel Gizike.”

Gizikét azóta többen is kérték, színezzen nekik. A sok kicsi öröm, amit a színes rajzokkal okoz, mind-mind összeadódik, és ez Gizikét fellelkesíti, élettel telíti.

A szobatársa, aki már nincsen közöttük, mindvégig az asztalán tartotta a Gizike színezte virágcsokrot. „Azt kérte, hogy amikor eltemetik,

tegyék a sírjára ezt a színes rajzot” – ezt már könnyekkel a szemében idézi fel Gizike.

Ha nincs elég színezhető rajz, akkor nem érzi jól magát.

„Ha nyugtalan vagyok, rögtön a világoszöldet keresem. A színek helyre tesznek, kiegészítenek. Olyasmivel, ami nem rám tartozik, nem tudok foglalkozni.”

Korábban, amikor még nem az idősoththonban lakott, himzéssel töltötte az időt, de amióta itt van, a színezés jobban leköti. Ez újdonság volt a számára.

Bár nehéz élete volt, megbékélt a sorsával, és most elégedett a helyzetével. Látszik is rajta az a derű, ami a belső békéből fakad.



Erzsike világa – a lélek ereje

Erzsikét az Idősek Barátai Program két segítő önkéntese látogatja: Erika és Réka. Megkértük őket, mutassák be nekünk Erzsikét úgy, ahogyan ők látják. Íme a két, mély tiszteletről és szeretetről árulkodó beszámoló.

Erika:

Erzsike a hetvenes éveinek közepén járó, látássérült idős hölgy. Pontosabban csökkentett, minimális látásfunkcióval rendelkezik ugyan, ami ismerős közegben, kisebb távokon lehetővé teszi számára az önálló,



szabad közlekedést, viszont az írást, olvasást nem.

Erzsikét 2018 tavaszán, önkénteskedésem legelején ismertem meg. Egy IB értekezlet során került szóba, hogy az önkéntestársunk, aki addig látogatta őt, nem tudja tovább vállalni, ekkor vállaltam át a látogatását. Annak idején, korlátozott ideje/időre, még a budakalászi idősek otthonában élt, ahonnan épp elköltözőben volt. Az elit kategóriás otthonban, annak ellenére, hogy egy kis apartmanban volt elhelyezve, nagyon nem érezte jól magát: az ottani légkör, az őt körülengő elesettség, betegség, a sűrű halálesetek nagyon nyomasztóan hatottak életigenlő személyiségére, ezért mindenáron el akart onnan jönni. Végül sikerült elérnie, hogy lánya gondoskodjon a megoldásról, így került – szintén átmeneti jelleggel – csepeli otthonába, ahol hozzávetőleg másfél évig lakott. Utána sikerült visszaköltöznie saját lakásába. Ettől kezdve sokkal felszabadultabbá



vált, hiszen az ismerős közegben már nem volt annyira kiszolgáltatott és mások segítségére kényszerülve.

Lánya, veje és két unokája van, akik ha nem is rendszeresen, de tartják vele a kapcsolatot. Erzsike világot látott, sok tenni akarással és kitartással megáldott, szelíd, bölcs ember. Fiatalabb korában járt Kínában – ott alapozva meg a kínai és alternatív medicina vagy a csikung iránti érdeklődését és tudását. Tavaly pedig egy hónapot töltött el Indiában, egy ashramban. Sok ismerőse van, akik – bár rapszodikusán, mindenki a maga módján – be-be segítenek neki, megkönnyítve így az életét.

Szellemileg igen friss, nyitott. Erős életigenlő, ezoterikus beállítottsága nem hazudtolja meg önmagát: élete során e témakörben eddig egy tucatnál is több kiskönyve jelent meg, s ezek számát gyarapítani szeretné.

Jelen pillanatban a testről-lélekről-szellemről írogat egy kis kézikönyvet. Látássérültsége okán ezzel igen nehezen birkózik meg, mert számítógépén használja ugyan a látássérültek részére kidolgozott „Juice” programot, az általa leírtak hibákat, melléüteseket tartalmaznak, amiket javítani, szerkeszteni kell – ehhez pedig segítségre van szüksége. Tavaly nagyon boldog volt, amikor több önkéntes vállalta a diktafonon rögzített szöveg legépelését. A szerkesztésben én is segítettam neki, de a Covid-járvány miatt ezt most ideiglenesen szüneteltetnünk kell.

Látogatásaim során sokat olvastam föl neki, elkísértem orvoshoz, sétálni, vásárolni, jártunk együtt jógázni, programokra és a Buddhista Főiskolára Mireisz László ingyenes, az ájurvéda témakörében tartott előadássorozatára.

Erzsikének tervei, álmai vannak! Az amúgy többnyire zárkózott, visszafogott, nehezen





megnyíló személyisége nem akadálya annak, hogy lankadatlan életöröm áradjon belőle, annak dacára, hogy magányosan, egy relatíve rendezetlen életterben kell léteznie. Vallja az élethosszig tartó tanulás fontosságát, ezért szeretne jelentkezni A Tan Kapuja Főiskolára és elvégezni egy, a buddhizmussal kapcsolatos szakot. Nagy álma és vágya elmenni egy zarándokútra. Elfogadó, megértő, türelmes embernek ismertem meg őt, és a sok közös érdeklődési

kör, a beszélgetéseink, szerethető lénye, mindezek azt eredményezték, hogy a szívembe zártam. Nagyon várom, hogy a járvány után ismét látogathassam.

Réka:

Erzsike fő érdeklődési területe a természetgyógyászat, az ezotéria, az öngyógyítás. Energikus, lendületes, aktív, folyamatosan keresi a lehetőségét annak, miként tehetné közkinccsé tudását. Jelenleg is könyvet ír,

hogy tapasztalatait és ismereteit mások segítésére fordíthassa. A vele töltött idő alatt türelmet és elfogadást tanultam. A látása romlásával kénytelen volt maga is egyre türelmesebbé és elfogadóbbá válni. Igazodva ehhez a nehéz helyzethez, segítségünkkel igyekszik továbbra is megosztani értékes gondolatait azokkal, akik nyitottak rá. Nem engedi, hogy egészségügyi problémái megakadályozzák ebben, hanem erejét megsokszorozva, hittel és lelkesen továbbra is ad, miközben elszántan keresi a megoldást saját állapotának javítására is. Ereje és lelkesedése példaértékű.

Beszélgetés Erzsikével:

– *Nemrégiben elutaztál Indiába, most pedig jelentkezel egy képzésre A Tan Kapuja Buddhista Főiskolára. Miért? Mi hajt téged?*

– Eredendően olyan ember vagyok, aki szeret tanulni, szereti az ismereteket begyűjteni. Ennek következtében szívesen képzem magam. Remélem, sikerül, és felvesznek.

– *Van-e valami, amit üzennél a mai világnak, a generációknak, a fiataloknak? Bármit, amit úgy érzel, hasznos.*

– Legyenek türelmesek, szeressék egymást. Figyeljenek oda egymásra. Elrohannunk egymás mellett, senki nem figyel oda a másikra. Ismerjük meg egymást, tanuljunk

és műveljük magunkat. Akárhány éves az illető, 60, 70 vagy 80, álljon neki. Dolgoztassa meg az agyát. És a mozgás! Két dolog nagyon fontos: a tanulás és a mozgás. Ezeket be kell iktatnunk a mindennapjainkba.

– *Úgy tudom, most egy új könyvbe kezdtél bele. Mondanál pár szót arról, hogy miről szól?*

– A lélekről, a szellemről, a testről, a karmáról, a reinkarnációról – érintek minden témakört, ami az ezotériához tartozik, gyakorlatilag összefoglalom ezeket. Mert, ugye, az ezotéria is olyan terület, amihez boldog-boldogtalan ért, mint a magyar focihoz. De hát nincs minden pontosan definiálva, sem az, hogy mit jelent, sem az, hogy mi a feladata. Például a lélek fogalma. Ezt az utóbbi időben az emberek szépen kilökték a megfogalmazásaikból, pedig nagyon sok minden abból adódik, hogy milyen lelki sérülések érnek minket. Napi szinten kellene kitakarítani, tisztítani a lelket és a gondolatokat is, mert a mérgező gondolatok boldogtalansághoz vezetnek.

– *A könyvben bemutatod, hogyan lehet elérni, hogy tisztán tartsuk a lelkünket?*

– Persze. Én is a youtube-ról szedtem az információkat, de nagyon érdekes egyébként. Két ajánlás volt. Az egyik: minden reggel és este avval ébredj és avval fekédj le, hogy mondj hálát, mondj köszönetet Istennek,

konkrétan mondd ki, hogy „legyen meg az Ő akarata”.

Ha ezt teszed – mondta a youtube-on ez a valaki –, akkor a hátadról egy szürke akármilyen fog esni. Én két éve csinálom ezt rendszeresen (108-szor, mert a buddhizmusban ez az Isten száma) – és valóban, egy ocsmány fekete valami csimpaszkodott a hátamon, és az leesett. Tehát végbement egy óriási tisztulási folyamat, ezáltal a lelkem könnyebbé vált. Tehát reggel és este

köszönetet kell mondani. A másik tanítás: hogy minden nap el kell mondani a *ho’oponopono** imát. Mikor tanítottam, ezt is elmondtam, a *ho’oponopono* imát. Ha csak véletlenül is kimond vagy gondol az ember olyat, amit nem kellene, akkor elmondja el ezt az imát, és ez a másikkal szemben is elindít egy ilyen tisztítási folyamatot. Ezek olyan dolgok, amiket meg kellene tanulnia minden embernek, és csinálniuk kellene.

– *Ez hogy hangzik?*



– Mondok egy példát. Az egyik ismerősömnek meghalt az anyukája, és tudtam, hogy nem voltak jó viszonyban egymással. Én akkor meggyújtottam egy mécsest, és elmondtam egy imát: „Ha én, a családom, a rokonaim, az őseim megbántottak volna téged tetteiben, szóiban, cselekedetben, az idők kezdetétől mostanáig, akkor kérjük a megbocsátásodat, és hagyd, hogy megtisztítsam, kitisztítsam ezeket a régi emlékképeket, rezgéseket, energiákat.” És utána olyan boldogságérzés volt a szívemben, hogy azt elmondani nem lehet!

– *Ez csodálatos.*

– Igen, hát ezek mind ilyen gyönyörűségek. És ezt mindenki elérheti. Csak csinálni kell! Mert ahogy semmihez nem szabad mocskos kézzel hozzányúlni, úgy szellemi szinten, lélekben is tisztának kell lenni, hogy olyan energiák szabaduljanak fel, amelyekkel valóban lehet gyógyítani. Én gyakorlatilag a csikungnál jöttem rá, mi jelent az, hogy benne vagyok Isten országában, és Ő bennem van, hogy mit jelent ez az energia. Isten sem más, mint energia.

**A ho'oponopono egy ősi hawaii módszer, jelentése: jobbra tenni valamit, kijavítani egy hibát, tökéletesíteni magunkat. Ez a spirituális technika dr. Ihaleakala Hew Len által ismertté.*

A ho'oponopono mantra:

Sajnálom – ezt kimondva vállalod a felelősséget gondolataidért, szavaidért, tetteidért.

Kérlek, bocsáss meg – ezzel megtisztítod magad egy élmény, helyzet negatív programjától, érzésétől.

Köszönöm – ezzel kifejezed a hitedet, bizalmadat abban, hogy a dolgok mindenki számára a legjobb módon alakulnak.

Szeretlek – ezzel gyógyítod azt az érzelmet, sérelmet, amit a helyzet előidézett.



Gere Judit

Judit 64 éves, az idősök otthonában, ahol él, jól érzi magát. Leginkább kártyázni szeret, snapszeroznak általában az étkezések után. Könyvtárosként dolgozott nyugdíjazása előtt.

Az éneklés is nagyon leköti, szereti a nótakört.

Majd arra a kérdésre, hogy mi teszi őt a legboldogabbá és mi tölti fel leginkább közelebb hajolt hozzám és az mondta, hogy

csak halkan mondja el, mert ez még titok. Őt legboldogabbá az teszi, hogy Zoli, akivel együtt kártyáznak megkérte a kezét. Nagyon különleges mosoly jelent meg az arcán, amikor kimondta, hogy „Zoli a vőlegényem tesz legboldogabbá”. Egy közös születésnapozáson kérte meg a kezét. Szeretik egymást. Juditot az teszi nagyon boldoggá, hogy van egy társa, maga a kapcsolat.



Jónás Miklós

Miklós a 80. életévében van. Csöndesen figyel, majd nekem szegezi a kérdést: „Maguk ezzel mit akarnak?” Miután elmagyarázom, hogy mi a célja a beszélgetésnek, bólint, és mesélni kezd magáról. Elmondja, hogy amikor úgy érzi, kellemetlen, zavaró gondolatok merülnek fel benne, akkor kikapcsolja az agyát, törekszik arra, hogy elterelje a gondolatait. Jó figyelemelterelő eszköznek tartja ilyenkor a keresztretjvényfejtést – négyetötöt is kitölt naponta.

Nagyszerű kikapcsolódás számára a szájharmonikázás is. Még gyerek volt, amikor annyira megfogta, ahogy egy rokona ezen hangszeren játszott, hogy teljesen magától ő is megtanult szájharmonikázni.

Azóta is örömmel veszi a kezébe a hangszert. Egyedül is szokott játszani, de szívesen zenél együtt a többiekkel, például Lászlóval, aki szintén szájharmonikázik.

Ajánlja még a sakkot is azoknak, akik szeretnék lekötni a figyelmüket és elűzni a nehéz gondolatokat.



Kárpáti László



Mikor megkérdezem, hogy hány éves tetszik lenni, az alábbi választ adta László: „77. Még csecsemő, csak két hetes.”

László 12 évesen tanult meg szájharmonikázni. Az apja keresztfia harmonikázott, amikor ő még nagyon kicsi volt és az egyik nővérének a férje is játszott szájharmonikán. Őt kérte meg, hogy tanítsa meg szájharmonikázni. Erre a sógor annyit mondott, hogy az egyik helyen fújni, a másikon szívni kell. „Én

megpróbáltam és ment. Amikor kedvem volt akkor játszottam rajta és így tanultam meg.” László nagyon szeret színházba menni és ha hallja az operettet vagy bármilyen dalt egy előadáson, akkor otthon el is játssza szájharmonikán. Ahogy ő fogalmaz: „Nem kell tanulni a számot, csak ismerni kell és akkor már el tudom játszani.”

Elmondása szerint nincs hobbi. Ő csak szerencsebúvár: „Kutatom a szerencsét. A számokkal jó foglalkozni. A számok soha nem hazudnak, az mindig ugyanannyi.

A betűkkel nem lehet kibékülni annyira, mert azokkal lehet mellébeszélni.”

Minden héten rendszeresen ad fel szerencsejáték szelvényeket, hiszen nincs olyan, hogy mindig ugyan az a szám jön ki. A Skandináv lottót szereti a legjobban, mert ott kétszer sorsolnak és csak 35 szám van. „Ma esete húzzák, holnap már megyek a nyereményért! A nyereményt el kell osztani. Egy része a családnak, másik pedig megy az otthonnak.” Sok szerencsét László!

Liza néni

Liza nénivel egy évvel ezelőtt ismerkedtem meg, azóta hetente találkozunk személyesen, és folyamatosan tartjuk a kapcsolatot telefonon is. A sok évtizedes korkülönbség ellenére nagyon hamar sikerült megtalálnunk a közös hangot, és elmondhatom, egy értékes, kétoldalú kapcsolat részeseivé váltunk. Fizikai korlátait figyelembe véve számos közös tevékenységünk akadt: gyakran beszélgetünk a mindennapi élet alakulásáról, együtt főzünk, sétálunk.

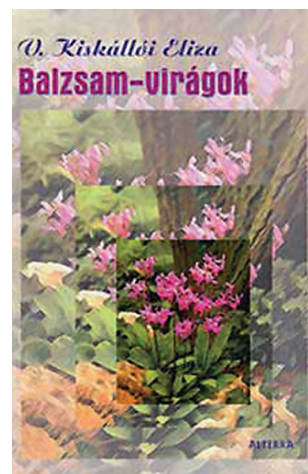
A – minden bizonnyal mindkettőnk számára – legkellemesebb meglepetés mégis az volt, amikor (igen hamar) fény derült egy közös szenvedélyünkre: a szépirodalom szeretetére.

Az irodalom, a vers- és novellaírás régóta szerves részét képezik Liza néni életének, ugyanakkor az élete úgy alakult, hogy a legtöbb verse éppen idősebb korában, 70 éves kora után került nyilvánosság elé. Műveit több antológiában publikálták, sőt, önálló kötetei is megjelentek.

Liza néni élete nem volt könnyű. Hogy a versei megkönnyebbülést vagy éppen a nehézségek igazi megértését hozták, hozzák-e számára, csak ő tudhatja igazán.

Témái a szerelemtől, a természet és a gyermekek szeretetétől, a társadalmi és magánéleti viszonytagságokon át a transzcendensig terjednek.

Műveiből érzékenység, ember- és istenszeretet sugárzik, ugyanakkor nem tagadja le mindazokat a küzdelmeket sem, melyeket



élete során átélni kényszerült. Ihletett pillanataiban a mai napig szívesen alkot; a legszébb ajándékaim tőle a személyesen nekem készült versek.

– Eszter, önkéntes

A Dunán a fények

*A Dunában az Égi Napsugár fények
Az egekből a folyó tükrében fürödnek.
A Duna ablakom alatt tündökölve
Viszi az élet vizét lefelé a tengerekbe.
A hidak és a ragyogó fényívek
Átívelnek a folyón, így megy az élet!
A tegnapot összekötik az éjek,
és a ma a tegnaptól ki nem léphet.
Van ma, és ha megéled a napot:*



*mindennap jönnek a holnapok,
és az évszázadot egy percnyi pillanat,
az éj – felét átölelő sötét – vagy fényáradat
viszi tovább: hömpölyögve évezredekbe.
És a Duna ablakom alatt fényzőnbe
Folyik lefelé, tegnap is, ma is tengerébe.
Én a tegnapban elgondolkozva élek és
a fénytől könnyezve szememben,
a holnapba nézek!*

(V. Kiskállói Eliza: Balzsam-virágok. Budapest, 2007, Alterra Svájci-Magyar Kiadó Kft.)

A szeretet

*A szeretet olyan, mint a Jézus szív;
mint a kézben tartott kedves – meleg kéz!
Ha napsugár felé tartod tenyered,
érezd: átjár az isteni szeretet.
A szeretet, mint egy piros rózsaszál,
körülötte kis aura: illattár!
A rózsát leveleire szedheted,
minden levél szerető szót mond neked.
Óh, de vigyázz! Mert a rózsa szára szúr:
a szeretet is nehéz, ha rád súlyosul.
A szeretet nem csak balzsamillat-ár,
a szeretet csupa önfeláldozás!
Ha Te kéred, ha Te tartod magadnak...
rád nehezül, mint az ólom tapadva.
Ezért nyisd ki szíved – lelked, elmédet,
áraszd széjjel szereteted, békédet!*



*A szeretet csoda! Önfeláldozás
Csak ad – csak ad, nem kér érte semmi mást.
Szeretetért szeretettel viszonzást
Jézus; szeretetből halt érettünk kínhalált!
(V. Kiskállói Eliza: Balzsam-virágok. Budapest,
2007, Alterra Svájci-Magyar Kiadó Kft.)*

Eszter: Na, akkor nézzük azt a káposztás
cvekedlit!
Liza néni: Mondhatom?

Na, akkor káposztás cvekedli, vagy régiesen
káposztás kocka: Elővesszük a káposztát,



ha nagy, kettévágjuk, alaposan megmosuk, esetleg egy kicsit áztatjuk a vízben, ha netalán vegyszermaradékok vannak rajta, akkor az kiázik. Utána ráfordítjuk a vágott oldalával egy tiszta konyharuhára vagy más tiszta anyagra, ami leszívja a vizet. A káposztát úgy reszeljük meg ezen a nagy lyukú reszelőn, hogy mindig a levéltorzsa iránya felől reszeljük, hogy ne váljanak le róla a levelek. És fogjuk a kezünkkel úgy, hogy a kezünkből ne csússzon ki, és vigyázzunk, hogy a kezünk ne sérüljön. Mikor meg van reszelve a káposzta, akkor egy nagyon szép tiszta lábast előveszünk, és teszünk bele kettő vagy három evőkanál zsírt, attól függően, hogy mennyi a káposzta. Ha fél kiló, akkor elég két kanál zsír vagy olaj. Felforrósítjuk a lábasban az olajat vagy a zsírt, de úgy, hogy ne égjen meg, csak elég forró legyen. Abba beletesszünk kettő jó gyermekkanál kristálycukrot, és abban a jó forró zsírban kavargatjuk a fakanállal, hogy karamell színe legyen, vagyis világos kávé színű. De folytonos keverés mellett, hogy le ne égjen! És mikor ez megvan, akkor lekapjuk egy kicsit a tűzről, és beletesszük a káposztát. Azért kapjuk le, hogy nehogy véletlenül sisteregjen, és a zsír a szemünkbe csapjon. Mikor benne van a megreszelt káposzta, akkor fakanállal kavargatjuk, kavargatjuk, addig, amíg a karamellizált cu-

kor felolvad és a káposzta is benne, mert az hirtelen a káposztától lefagy az edény aljára. A továbbiakban nagyon kicsi lángra tesszük a káposztát, és egy kis borsot teszünk bele, és aki szereti, az tehet bele egy kis paprikát, ilyen rendes tévépaprikát egész apróra vágva, egyet vagy egy felet, mert az ad neki egy ilyen, különleges, pikáns ízt. Píritjük a káposztát, ugye, a főzés csoda dolog – vigyázzunk, hogy a káposzta le ne égjen. Egy kis sót is teszünk rá, attól függ, ki milyen sósan szereti, körülbelül egy jó lapos gyermekkanál sót. Borsot már mondtam, abból van az az egész kicsi kávéskanál, vagy egy jó kis késhegynyi borsot. Aki nagyon borsosan akarja, az többet is tehet rá. De még egész feketeborsot is lehet beletenni, két szemet. Keverni, keverni, addig pírítani, amíg gyönyörű világos narancsszínű lesz a káposztás tésztára való megpirított káposzta. Ha úgy érezzük, hogy nem elég zsíros a káposzta, vagy nem elég olajos, és nem félünk annyira attól, hogy elhízunk, akkor nyugodtan lehet még rátenni egy vagy másfél kanál zsírt vagy olajat. Én kacsazsírral vagy libazsírral főzök, azt szoktam tenni rá. Mikor ez a káposzta így elkészült, megpirult, akkor azt levesszük szépen, és közben kockára vágott tésztát – vagy van ez a finom Marton tészta – összetörjük, lehetőleg ilyen nem túl nagy levelekre, ilyen

négyszög alakúra lehetőleg, vagy a zacskóban ahogy benne van, összeropogtatjuk. Feltesszünk egy másik edényben vizet, és mikor forr a víz, abba a vízbe is teszünk egy fél kanál zsírt meg egy kevéske sót. Amikor forr, lobog, akkor beletesszük a tésztát – mondjuk, háromnegyed liter vízbe egy negyed kiló Marton tésztát. Lehet beletenni hosszú metéltet is, vagy lehet ezt a lebbencsnek nevezett Marton tésztát, vagy lehet beletenni ezt a kis kockára vágott levestésztát, mindegy, csak ne legyenek olyan nagyon nagy levelek benne. Mikor föl, nagyon kis lángon főzöm, olyan szépen megfől a tészta, hogy nem kell leszűrni. Közben persze meg kell a tésztát sokszor kavarni, odafigyelni, hogy le ne égjen. Ha netalán még nem elég puha a tészta, akkor nyugodtan lehet – úgy oldalról – egy kis kevéske, úgy fél deci vizet hozzáönteni, de vigyázni kell, hogy a tészta le ne égjen. A tésztát megkóstoljuk, hogy eléggé puha-e, de nem szabad túlfőzni, nehogy lötytyedt legyen. Akkor lefedjük a fedővel, és hagyjuk állni egy kicsit a tésztát, és akkor úgy megduzzad, magába szívja az összes vizet, hogy egy csöppet se kell leszűrni. Ez gyakorlat kérdése, mert ha túl sok vízben főzzük ki, akkor a tészta túl puha lesz, ha meg kevésben, akkor olyan roppanós, ropogós, nem lesz eléggé főtt. Na most, mikor a tészta is meg-

főtt, állt egy kicsit, akkor beleöntjük a megpirított káposztába, és egy fakanállal, van ilyen lapos is, azzal jól elkeverjük minden irányban, és állni hagyjuk egy kicsit, lefedjük, hogy a káposzta meg a tészta vegye át egymás ízét. Esetleg utanasózzuk, aki szereti nagyon borsosan, utánaborsozza, netalán aki cukrosan szereti, az magának kised egy tányérra és tesz rá egy kis finom porcukrot. Mert attól, hogy borsos egy kicsit a káposzta, nem lesz semmi különleges változás, csak éppen kap egy egészen pikáns kis cukros ízt. Nekiálunk egy hatalmas villával – egy hatalmas adagot addig eszünk, amíg degeszre nem esszük magunkat!

Eszter (vihogva): Annyira gusztán mondta, hogy ezt muszáj volt felvenni!

Magdi: „A könyvek gyógyítanak”

Magdi nénivel két-három éve barátkoztam össze. Kint üldögélt a folyosón, olvasott, és a könyvéről kezdtünk beszélgetni. 90 éves, tanítónő volt. Sok éve jött át Erdélyből, de lélekben még mindig ott jár. Nagyon művelt, minden érdekli, a politikában is naprakész. Főz magának, csinosan tartja az otthonát és saját magát. Kissé visszahúzódó, de azért velem és egy házbéli önkéntessel, valamint egy szintén önkéntes barátnőmmel jó barátságban van. Tartja a kapcsolatot öreg barátaival, és persze a fivérével. Gyakran borúlátó, de hagyja magát kirángatni ebből az állapotból. És kitűnő beszélgetőpartner, remek mesélő – írói vénával megáldva.

Jutka, önkéntes

Magdi:

Nagyobb kincs nincs annál, mint amikor az ember úgy érzi, hogy amiről tudomást szerez vagy amit elolvas, az őt lelkileg megnyugtatja, kiemeli a hétköznapi szomorúságából, kellemetlenségeiből. Elvisz egy másik világba. Elszáll a rosszkedved, ha olyan olvasmá-



nyod van, amelyik humoros, szellemes, jópofa. És nem csak könyveket lehet olvasni, van sok más lehetőség is. Például a magazinok. Még ha át is lapozzuk őket, mert nem érdekel bennünket a művészek-művésznők magánügye, találunk bennük, mondjuk, érdekes életrajzokat. Ezt az ember elolvassa, és így több irányban is szerez ismereteket, ezzel gyűjti a „kincseket”. Én az olvasást valóban kincsnek érzem, már kisgyerekkorom óta. Akkor még a szülőknek az volt álláspontjuk,



hogy ágyban nem szabad olvasni, mert ahogy az ágyban fogod a könyvet, az a tartás árt a gerincnek. De mi kicseleztük a szülőket. Volt egy kicsi lámpánk, egy kis kézi lámpa, azzal bebújtunk a paplan alá, és ottan szépen megvilágítottuk a szöveget, úgy olvastunk. Tehát adva volt a könyv, és adva volt egy olyan lehetőség, hogy zavartalanul olvashatok. Könyv a kezemben, itt egy papír, mellettem meg egy toll. Olvasok, olvasok... „Hú, de klassz ez a gondolat”, vagy „Juj, de szépen fejezte ki magát!” Hányadik oldal? Ott a papír, ráírtam, hogy x oldal, és a könyvben egy kicsit megjelöltem ceruzával a sor végét.

Na, végigolvasom a könyvet, és akkor szépen elkezdem egy füzetbe kiírni ezeket a gondolatokat. Meg is telt mára már négy füzet ilyen bölcs gondolatokkal és gondolat-

ébresztő megnyilvánulásokkal. A góbéságon át (mert, ugye, én székelő vagyok, nekem ezt gyűjteni kell!) a Sztálin-szoborig. Tehát elég nagyívű és sokoldalú, amit én kincsként összegyűjtöttem.

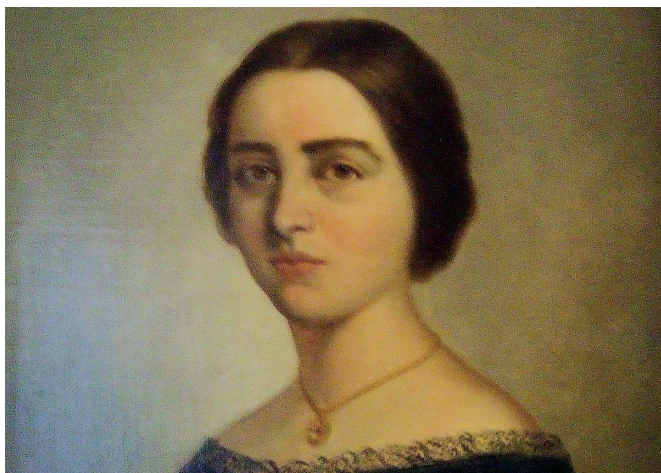
Na, és mit ad a sorsunk? Jött a karantén, és ez a füzet nagyon hasznosnak bizonyult. Ugyanis van egy társaság, akikkel rendszeresen összeülünk irodalomról beszélgetni. Jutka és Emília itt laknak a házban, Andrea pedig Jutka réges-régi barátnőjeként csatlakozott hozzánk. Ő is nagy olvasó. Előzetesen mindig megállapodunk abban, hogy kiről lesz majd szó – és ilyenkor én ebből a füzetből felolvasok ezt-azt, hogy ne legyen olyan egysíkú a dolog, és ezzel is színesebbé tudjuk tenni az összejöveteleket.



Ha például Petőfiről beszélgetünk, akkor nem hagyjuk ki a feleségét, Szendrey Júliát sem. Róla nemigen hallottunk az iskolai tanulmányaink során, úgyhogy hozzáolvasunk a témához. És rájövünk, hogy bizony intelligens nő volt, nem egy olyan kis falusi kis libácska, akinek az volt minden érdeme, hogy Petőfi elvette. Milyen leveket tudott írni! És hogy fordított!

Hát így bővítgetjük az ismereteinket. És persze idézünk a versekből, sőt még énekelhetünk is, mert, ugye, több Petőfi-vers meg van zenésítve. Vagy Ady... Hát Adynál szintén nem szabad kihagyni a szerelmeit. Így lesz kerek minden.

Az a lényeg, hogy ne azt ismételgessük, ami az iskolai tankönyvünkben szerepelt, hanem próbáljuk az emberi oldalukról megközelíteni



berként. Milyen volt mint férj? Milyen volt mint szerető? Milyen volt mint barát? Vagy mint tanár, ha éppenséggel még oktatott is. Ezeket mind hozzá kellett tenni ahhoz, hogy egy kerek egész alakuljon ki. És a végén mindig olyan jó érzéssel töltött el minket, hogy na, most sokkal többet megtudtunk Petőfiről, mint amit annak idején tanultunk róla. De, mondom, mindeniknél törekedtünk arra, és vigyáztunk, hogy ne ragadjunk bele egy költőbe „nyakig”, hanem tegyünk hozzá minél több érdekességet. Ehhez nagyon hasznosak az én füzeteim.

De ha a kincskeresés tartunk, hozzáfűzném, hogy tulajdonképpen sem az én korosztályom, sem fiatalabb korosztály nem veszi komolyan azt, hogy ennek a magyar népnek micsoda kincsestára van. Hogy milyen

hőstetteket hajtottak végre a történelmünk során. Valahogy nincsen róla szó.

A képzőművészet is valahogy a háttérben van. Vajon járnak a fiatalok tárlatokra? Mi még el-elmentünk, amikor olyan helyen laktunk és volt rá lehetőségünk. És fontos megismerni a hagyományokat is, tudod, a régi, a falusi életet. Azoknak az embereknek az életét, akik a földből adják nekünk az élelmet. És a Nobel-díjasainkat. Sokakat elsodort az élet Amerikába, Németországba, ide-oda, és ott érvényesültek. De azért ők magyar tudós vagy történészek, tehát sok magyar érték csúcsosodott ki abban, hogy Nobel-díjat kaptak. Ezekről is többet kellene beszélni, hogy az ifjúság halljon róla. Ezt én mind-mind kincsként könyvelem el. De kincsként kezelem azt a sok apróságot is, amiről nem is gondoljuk, hogy milyen ha-



tással vannak ránk. Mert hatással vannak ránk, csak észre kell őket venni. Rengeteg szépség vesz körül bennünket, van, hogy szinte tolakodva követelik, hogy „Nézz rám! Figyelj rám, mert én gyönyörű vagyok!” A virágoskertekben is megszólíthat egy rózsza – és érdemes is felfigyelni rá.

Egyszer volt egy érdekes élményem. Kis-lányként a mezőn járkáltam, és ott, tudod, a margaréták meg a harangvirágok magasabbra nőnek... Megyek-megyek, és meglátom a kis gyermekláncfüvet, tudod, aminek az a kis sárga virágja van.

Ezt a székelyek pipének hívják, ami abból ered, hogy a kisliba, amikor megszületik, éppen ilyen sárga színű, és a falusi gyerekek ezért mondták rá, hogy „pipe, pipe”. Leszakítottam ezt a pipevirágot ott a mezőn, és megnéztem. Kicsit szét is hajtottam, jó mélyen belenéztem, sokáig – és elámultam. Te, azt a gyönyörűséget, ami ott annak a pipevirágnak a virágjában van! Hát azt nem lehet elmondani. Csak egyszer figyeld meg, ha van lehetőséged rá! Csodaszép! Sárga, csillogó, fénylő, és olyan, mintha mindig harmat lenne rajta. Valami fantasztikus szépség! És akkor jöttem rá, hogy hát ez nemcsak a virágokra érvényes, hanem a körülöttem élő emberek között is, a körülöttem lévő világra is, hogy észrevegyük...

Almabingyó

Apró életképek a Homoród mentén egy nyáron át

*A történet-füzér összeállítója 2020. Vízöntő havában:
Lőrincz Magdolna ny. pedagógus*

A hűvös fűben ültünk Ilonccal, és papsajtot eszegettünk. Május volt, ragyogott az egész világ.

– Ha ősszel iskolába megyünk, plajbászt meg irkát kell venni – szolt Ilonc.

– Igen biza, a palatáblát a hijuba tehetjük, de addig még sok üdő telik el – feleltem.

Mellettünk, a gidres-gödrös hegyi úton, nyekeregve, óvatosan erögelt lefelé egy magosra rakott szénásszekér. Pali bácsi nem ült rajta. A szekér rúdját erősen szorítva azon volt, hogy a hepehupás úton hirtelen ne lóduljon meg a nehéz teher. De ott kuporgott a széna tetejibe Palkó. Ahogy münköt meglátott, rögvést lecsúszott hátul, és odajött hezzánk:

– Kértek-e? – s felénk nyújtott valamit. – A kertünkbe’ szedtem, almabingyó. – Szeretitek-e?

Persze, hogy szerettük! Pedig éretlen, kemény, rágós és savanyú vót. De főleg azért szerettük, mert a felnőttek tiltották.

– Máskor is hozok – ígérte Palkó, és a szekér után futott.



Mi es futtunk hazafelé, mert a nap már magosan járt. Szerettünk futni, pedig tegnap is megbotlottam, s nagy gusa lett a térgyemre. Borogatni kellett ecetes, vizes ruhával. Nagyapó sokszor reám szolt:

– Ne siess örökkéig, te leánka! Nem késel el semmiről. Menj szépen lassan leptibe.

De én nem fogadtam szót. Futtam ezután is.



Én a falu elején, a főúton laktam. Ilonc bent a falu között, a Homoród pataka mellett.

– Eljössz-e hónap hezzám? Főzök neked puliszkát.

– Az jó lesz! Szeretem a túrós puliszkát.

Ilonc szülei gazdagok vótak, az elsők a faluba. Ha valaki azt mondta, menyek a nagygazdához, mindenki tudta, kihez megy. És mindenki becsülte őket. Emeletes, magos

házba laktak. Az ablakokon virágos firhangok. A konyha leghátul. Onnan garádicson mentünk felfelé, a szobák felé. De nem vót szabad mezitláb menni. Fuszeklit húztunk a lábunkra. A szobákban félhomály. Majdnem setéség. Titokzatosság. Bújkált bennem a félelem. Pedig Ilonc jött mögöttem. A ház mellett virágos udvar. Hátrébb majorság udvar. Leghátul a Nagy Mező. Így hitták. Itt éltek a lúdak és a récék. Őket külön kellett ellátni. Vastag kesztyűvel csihánt szedtünk. Azt Ilonc apróra darabolta, töröbuzaliszttal esszekavarta, s kevés vízzel elkeverte. Ezt vittük hátra nagy vájdlingba a ludakhoz és récékhez.

Egyik alkalommal, ahogy hajladozva osztotam a vályukba a kevertet, egy lúd jól belecsípett a fenekembe (biztosan azt hitte, hogy osztogatás helyett fosztogatom az ő ételét). Sírtam. Ilonc elkergette a lúdat, most már csipegethette a rét fűvét.



Etetés után bémentünk puliszkát főzni. Ilonc nagyon ügyes vót. Kétféle túrós puliszkát tudott csinálni: hengereset, amikor a lelápogatott puliszkára rászórta a juhtúrót, és feltekerte. Ezt cérnával vágtuk, és úgy ettük. De csinálta úgy es, mint a tortát: érclábasba,

rétegezve: egy sor puliszka, egy sor túró. Ez a rakott puliszka. Vót, hogy téfölt is tett rea. Majd a leerbe átforrósította. Cukros salátával ettük. Pukkadásig teltünk véle.

– Hónap eljössz-e megint? – kérdi Ilonc.

– Nem, mert mosás lesz, s én szeretek mosni. De te gyere oda a patakhöz, s ha végeztünk a mosással, jót dagasztunk a potyorba.



Mostunk. Eleinte csak éds'anyám mosott tekenyőbe. Én pedig a mosdótálba. Ezt nem szerettem. De egyszer nagyapó segített.

– Szerezni kéne a leánkának is egy kicsi tekenyőt. Adok fát, s Gazsi cigány ügyesen megcsinálja. A purdé pedig esszeszedi, s hazaviszi a forgácsot.

Így kaptam egy fáin tekenyőt, s még egy apró sulykot is. A ruhát szappannal jó ki-mostuk, kicsavartuk, s kosárba rakva, levittük a Homoródra kitisztálni, megsulykolni. A kényesebb fehér holmit (ingek, réklik) kékitős vízbe megáztattuk. Osztán, ha végeztünk, következett a helytelenkedés Ilonccal. Mezitláb hancúroztunk, a potyorba – ahogy mondtuk – dagasztottunk. (Ahogy a bivalyok dagonyáznak az iszapban, forró nyári napokon, hogy hűsöljenek.) Nagyokat kacagtunk, és vidáman indultunk haza.



Estefelé elküttek zöd fuszujkát szedni. Palkó is előkerült segíteni. Suttyomban odadugott két-két almabingyót, s útközben hazafelé azt rágcsáltuk. Otthon megpucoltuk a fuszujkát, hártóját lehúztuk, s kettétörtük. (Vicc volt megkérdezni: Ettél-e tört fuszujkát? Jól kicacagták, ha azt felelte valaki, hogy nem, hiszen pucoláskor mindig kettétörték a fuszujkát.) Másnap reggel a sütőbe, ami a nyárikonyha volt, fel lehetett tenni főni. A sütőbe kemence is vót. Belsejébe sült a kenyér, szájaiba pirult a csöves töröbuz. De szívesen ettük a főtt, tejes töröbúzát is.



Másnap feredni indultunk Ilonccal. Nem volt fürdőruhánk. Másnak se. Nagyapó meg is jegyezte:

– Csak nem csórén akarsz bémenni a vízbe, világ csúfjára?

– Nem, nagyapó. Van egy rövid, bő rokokó lyám, az lesz rajtam.

Ott nem lehetett feredni, ahol a mosott ruhát sulykoltuk. Ott sebesen folyt a patak, s alig érte a bokámat es. A falun kívül, a rét szélén, fűzfák árnyékában csendesen, lassan ballagott a patak átlátszó, tiszta vize. Ott lubickol-

tunk Ilonccal, rokokolyánkkal csapkodva a fürdők vizét, hogy jó habos legyen. Annyira jó játék volt, annyira tetszett, hogy csak akkor jöttünk ki a partra melegedni, amikor egymásra nézve láttuk, hogy lilás-kék a szánk. De nagyot kergetőztünk, kimelegedtünk, s csaknem száraz rokokolyával ültünk le a fűbe.



Máshol es akadtunk vízre a faluban. Ez volt a Sós-patak. Egy vékony erecske (aki sohasem fog eljutni az óceánig), aki szerénykedve egy árokban csörgedezett. Szárazság idején olyan kevés vót benne a víz, hogy a mai napig senki sem nyuvadt meg benne. Ha viszont néhány álló napig zuhogott az eső, életre kelt, megdegett. Napokig tele vót az árok.

– Ejsze, kimehetnénk béka-ugrató versenyt rendezni! – ajánlotta Palkó egy eső utáni napon. – Ilyenkor sok békát is foghatunk.

– Igaz, igaz! – egyeztünk bele gyorsan, s már egykettőre a pataknál dógoztunk.

Először is az árok szélén agyagból dobantót kellett csinálni, jó keményet, erőset, nehogy béduvaggyon. Osztán zöldlevelű békát gyűtöttünk. Egy tarisnyába nyüzsgöttek a békák, s alig várták, hogy ismét a vízbe legyenek. Sorba-sorba a dobogóra ültettük őket, majd

egymás után ugrasztottuk. A békák boldogan ugrottak bele a patakba, és úsztak el. Akinek a békája a leghosszabbat ugrott a csobbanásig, az lett a békavezér. Így szórakoztunk, így telt a délután. Mi soha nem estünk a Sós-patakba.



Szombaton estefelé nagy izgalommal vártuk a flekkensütést. Éds'apa hívott meg münköt, s ő is sütte berbécs húsból.

Állt az udvaron egy szép fa. Ágai körbe-körbe lefelé hajoltak, mint egy nagy essőernyő. Alatta asztal, székekkel. Az asztal közepin lapító, mellette villák. Éds'apa, ahogy megsütött egy szelet húst, rea tette a lapítóra, s apró darabokra vagdosta. Mi pedig villára szurkálva falatoztuk.

Éds'anya déltájba megsütötte a kemencében a kenyeret, s nekünk friss vakarut hozott a flekkenhez. Nagyokat haraptunk belőle.

Egyszer csak odasündörgött a szomszéd macskája. Megérezte a sült szagát, s egyre csak ott koslatott körülöttünk. Éds'apa, féltve a kipattanó szikráktól, időnként rea szólott: – Kacc, kacc, kacc innen!

De a cica kóstolóra várva nem vót szófogadó. Jól tette. Ő is kapott a flekkenből, s a végén mindenki jóllakott.



Egyik nap Rebi néni a szomszéd uccából szólt, hogy ha akarjuk, megnézhecssük a három hónapos kicsi bubáját.

– Most tettem tisztába, a kicsi seggit is megmostam.

Boldogan készülődünk. Fel kellett szépen, vasárnapiasan ötözni, mert ahogy az asszonyok monták, nem lehetünk tongyók, ha látogatóba menyünk kicsi bubás házba. – De mit vigyünk ajándékba? – tanakodtunk, osztán úgy határoztunk, legjobb lesz egy rongybuba. Nekünk es vót, amikor kicsik vótunk. Csinálni es tudunk. A buba mellett még mit vigyünk? Gondoltunk a papsajtra, meg az al-mabingyóra, de éds'anya gyorsan lebeszélt róla. Így osztán a rongybabát vittük.

A kicsi bubát Márinkónak hitták. Böcsőbe feküdt, kunkorodó hajába piros szalagot köttek, hogy szépsége miatt meg ne ígézzék. Mi ringattuk, ő mosolyogva hadonászott a rongybubával.

– Ilonc odasúgta neköm: a rongybubát meg se köszönte.

Viszont megköszönte az éds'anyja, Rebi néni. Béjött a szobába, és meghívott ebédre:

– Tötelékes káposztám van, s most sütöm a pánkót. Szalaggyatok, szójatok odahaza, s jöjjetek vissza. Addig kész lesz a pánkó es.

– Köszönjük, köszönjük!
Máris indultunk, megmondani, hogy Rebi
néninél fogunk ebédelni.



Útközbe találkoztunk Palkóval. El volt kámpicso-
rodva. Mi baja lehet? Savanyú képpel panaszo-
lta, apja megtiltotta, hogy eztán szedjen almabin-
gyót a fájukról. Nagy baj! De azér' van neki egy
jó ötlete. El es mondta: a felső falu végétől nem
messze van egy bekerített gyümölcsös. A gaz-
dája nem ott lakik, csak hébe-hóba jár ki oda.
Ott osztán szedhetünk, amennyit csak akarunk.
Így is lett. Rebi néninél megettük a tötélékes
káposztát, a finom pánkóból es kettőt-kettőt.
Nagyon megköszöntük, s kértünk egyet Pal-
kónak es, aki már várt reánk.



Indultunk. Tarisnyát is vittünk magunkkal.
Elég messze vót a kert, de rengeteg almafa
vót benne. Máris hezza kezdtünk a szedés-
hez. Már sok bingyó lehetett a tarisnyámba,
mert eléggé húzta a karomat. Egyszer csak
valaki elkiáltotta magát:

– Tolvajok, gazemberek, csirkefogók! Ájjaatok
meg! Majd adok én nektek bingyót! Ájjaatok
csak meg!

Nem más közeledett egy bottal a kezében,
fenyegetően hadonászva, mint a kert öreg
gazdája. Mi sokaig nem gondolkoztunk, fu-
tásnak eredtünk, de a gazda nem hagyta
abba.

– Ájjaatok meg, ájjaatok csak meg!
A huncut Palkónak, úgy láccik, elege lett a gaz-
da kiabálásából, mert futás közbe hátra kiáltott:
– Ájjon meg maga, magát nem kergeti senki!
Hogy mikor hagyta abba az üldözést a gaz-
da, nem tudom, mert mü tovább is úgy fut-
tunk, hogy a lábunk se érte a földet. Több
mint egy kilométert futtunk egy szuszra.



Ezzel a kirándulással, kalanddal véget is ért
almabingyós korszakunk. Engedtük, hogy
ezután a bingyóból kifejlődjön a szép, egész-
séges piros alma.



Még vót néhány nap a nyárból, amikor Dé-
nes bácsi befogta a lovakot a cifra szekér
elé, s indultunk Homoródfürdőre. (Ott szü-
lettem.) Ugráltunk örömkbe!

Mindenféle ennivalót, üvegeket, korsót pa-
koltak a szekérbe. Palkó már a bakon ült Dé-
nes bácsi mellett, s az ostorral pattogatott.

Mi Ilonccal a saroglyában kuporogtunk, s végig az úton énekeltünk torkunk szakadtából. Irma néni nem jött. El volt foglalta. Osztován szőtte a törölközőket. Útközben megálltunk a keményfalvi nagymamánál, aki lépesmézet adott. Osztán haladtunk felfelé a fenyvesek közi. A szekér eléggé dőcögött a köves országúton, de ez nem zavart münköt: továbbra is énekeltünk.

Ahogy megérkeztünk, rögtön megálltunk az első borvíz kútnál. Éhomra teleittuk magunkot a szikrázóan hideg, csodálatos borvízzel. Rajtunk kívül, még sokan vártak arra, hogy ihassanak, vagy korsójukat megtölthessék. Ezután mű letelepedtünk egy alkalmas helyen. ozsonnáztunk. És ittuk a borvizet. Majd szaladgáltunk az ösvényeken a fenyvesben, had' legyen tele a tüdők a fenyőillatú, kristálytisza erdei levegővel.

A felnőttek megtöltötték az üvegeket, korsókat, és indultunk haza. Menetközbe beadunk nagymamának es egy üveg borvizet – szomorkásak vótunk. Nem is énekeltünk. Nem vót kedvünk hezza.



Néhány nap múlva elmentünk Ilonccal irkát és plajbászt venni.

A bótól kijőve megszólított Márton bácsi, aki a házuk előtt, a padon ült és pipázott. Megkérdezte, békáztunk-e mű es a nyáron? Mű becsületesen feleltük, hogy igen.

– No akkor én es elmondom, hogy egyszer hogy jártunk Jóskával békaugratáskor. Az történt, hogy én az egyik békát nem fogtam elég ügyesön, s kicsúszott a kezemből. Én utánakaptam, de a dobbantón megcsúsztam, s előrebukva a béka helyett én csobbantam a vízbe. Nyakig belemerültem. Jóska segíteni akart, próbált kihúzni, de ő es megcsúszott, és belebukott a patakba. Nagy nehezen négykézláb másztunk ki a partra. Vége vót a békázásnak. Ahogy siettünk hazafelé, lucskosan, sároson, mindenki kacagott rajtunk.

Mű es jót neveltünk Márton bácsi kalandján, s dicsértük magunkat, hogy ügyesebbek vótunk. Hazaérve lajtorján mentünk fel a hijuba, a palatáblát, palavesszőt a reá kötött szivaccsal egy faláába tettük.



Szeptember eleje vót. Elmúlt a nyár, az ősz kopogott az ablakon. Emlékké vált az alma-bingyós kalandozás es.

Márton Ica

„Én annak örülök, ha adhatok”

Icának nem volt könnyű gyerekkora egy bántalmazó nevelőapa mellett. Ő másfajta családi modellt mutatott a gyermekeinek. Őt gyereket nevelt fel és taníttatott, van köztük orvos és szakápoló is. Egy lány, négy fiú.

„Engem mindig-mindig az lendített át a nehézségeken – meséli –, hogy jól tanultak a gyerekek, mindent élveztek. Az egyik fiam például focizott, Ildikó lányom meg imádott szerepelni, táncolni. Ők ösztönöztek, a gyerekek. Én munka után soha nem haza siettem, hanem a bölcsődébe, az óvodába, vagy vittem őket a Városmajorba. Abban az időben volt ott egy cukrászda is, a színpad előtt. A Mozi presszó. Mindig oda akartak menni, mert sokféle süteményt árultak. A pici fiam, a Pistikém a Városligetbe szeretett járni, mert imádta a dodzsemet.

A nyaraink is szépek voltak. Nagyon szerettem a nyarakat. Arra nem volt pénzünk,

hogy elutazzunk, mert azért ennyi gyerekkel... de az egész nyarat mindig a strandokon töltöttük. Legtöbbször a Dagályban. Azt úgy hívták valamikor, hogy Népfürdő. Sokat jártunk Püskösdfürdőre, a Rómaira, Csillebércre is. Akkor még nem ezrekbe került egy belépő, meg tudtuk fizetni. Szerencsére a férjem jól keresett, kőműves burkoló volt,



és anyukámék is sokat segítettek. Én meg abból csináltam pénzt, hogy elmentem az IKV-ba dolgozni, tömbházakban takarítottam. Egy tömbben volt hét-nyolc ház, azokat minden héten le kellett mosni, télen a havat letakarítani. Bizony-bizony előfordult, hogy munka után még éjfélkor havat lapátoltam. Azt akartam, hogy szebb és jobb életük legyen, mint nekem volt. Itt szép nagy a kert, rengeteget fociztak és pingpongoztak a gyerekek. Anyukáméktól kapták a pingpongasztalt. Ha nem is voltunk gazdagok, nekik azért mindenük megvolt.”



Ica már egy ideje jobbra a négy fal közé szorulva él. Nem a karantén az oka, hanem egy évekkorábbi gerincműtét és egy hónappal ezelőtti combnyaktörés. Gyógytornász jár hozzá, segíti, hogy újra tudjon járni. Ez már nagyjából sikerült, de alacsonyabb ülőalkalmatosságról nem tud felállni.

Mégis mosolyog, nem hagyja el magát, van célja az életének.

„Én annak örülök, ha adhatok. Persze annak is, ha kapok – például annak a virágnak, amit ma kaptam Judittól. Ő tudja, mennyire szeretem a napraforgót, hozott is egyszer a születésnapomra. De az élő volt, nem maradt meg, ez pedig művirág. Lehet, hogy giccses, ahogy a gyerekek mondják, de én szeretem. Ha már igazit nem tudok venni, legalább ennek örülök.”

„Két unokám van, az egyik már nagy fiú, a másik egy tizennégy éves kislány. Őt még én tanítottam meg úszni, és nagyon-nagyon sokszor volt itt velem, sokat meséltem, olvastam neki, vittem moziba, voltunk színházban is. Az éltet, hogy meglássam, mi lesz belőle. Azt mindenképpen szeretném megérni.”

„Egyébként amit szeretek, az a kötés és a horgolás. Sok mindenkinek készítek ajándékba pulóvert, sálát, családtagoknak, barátoknak. Most még nem olyan közeli ismerősöknek is,

mert tavaly karácsonyra sok-sok szép fonalat kaptam a fiamtól.”

„Olvasni is nagyon-nagyon szeretek, nézd, itt ez a sok könyv, még mennyit nem olvastam ki közülük! Csak kellene egy új szemüveg, ezt még el kell intézni.

Aztán jó időtöltés a televízió is. Vannak kedvenc sorozataim, mint az Elif, a Barátok közt vagy az Éjjel-nappal, de nézem a Híradót és

a Fókuszt is, na meg a főzőműsorokat. Azokból sokat lehet tanulni, még akkor is, ha sokszor olyan alapanyagokkal dolgoznak – például libamájjal –, ami nem éppen egy nyugdíjas pénztárcájára van szabva. De azért – teszi hozzá mosolyogva –, ha valamire nagyon fáj a fogam, valamelyik gyerekem biztosan megveszi nekem.”



Margit mesél

Örökbefogadott unoka

A lányom a főiskola elvégzése után kiment Angliába dolgozni. Sikerült is munkát találnia, jó helye volt. Ott ment férjhez, de később elvált a férjétől – normális körülmények között –, és hazajött. Szeretett volna örökbe fogadni egy gyereket, de annak az volt a fel-



tétele, hogy ha együtt laknak, legyen a gyerekeknek egy külön szobája.

Hogy segítsünk neki, felvettünk svájci frankos kölcsönt, ez 2007-ben volt, akkor még élt a férjem. Pedagógusok voltunk. (A lányom is pedagógus, mindenki pedagógus a családban, még a fiam is az lett). Na tehát, felvettünk neki kölcsönt, 5 milliót, és ezzel a segítséggel talált is egy kis házat a Duna mellett egy kis faluban, közel Szigetszentmiklóshoz. A férjem kijárt hozzá, segített a házban rendet rakni. Egy ideig minden jól alakult, de aztán jött a betegség, amivel a lányom 7 évig kínlódott. Rákos lett. Hordtuk a kórházba, megoperálták, és reménykedtünk. Közben, amíg tartott az ereje, dolgozott, több helyen is tanított. Eredetileg tanítóképzőt végzett, de utána elvégezte az óvónőképzőt. Óvodában is dolgozott, attól függően, hogy alakult a gyerek élete.

Másfél éves volt a kicsi, amikor hozzá került, de többet volt a gyerek velünk, mint az anyjával, aki szegény egyik kórházból ki, a másikba be, a haja kihullott a kezelésekk miatt. Kétszer is megoperálták, hatalmas vágás lett a hasán. És közben a férjem infarktust kapott, meghalt.

Akkor úgy döntöttünk, eladja a lakást, és ide költözött, ahol én laktam, a szomszédba, és neveltük a gyereket. Minden pénzem az orvosokra ment, tönkrementünk, és végül megmondta az orvos, hogy már nem tudnak mit tenni, mindene rákos lett. És elment a lányom, meghalt.

Ádám harmadikos volt akkor. Én hordtam az iskolába, én neveltem. Közben a fiam is megnősült, három kisgyerekük van. Ő az egyetemen tanít, egyetemistákat tanított Piliscsabán. Nem tudtam neki segíteni, mert Ádámot kellett óvodába, aztán iskolába hordanom, és amikor az anyja meghalt, én lettem a gondozója a gyerekeknek.

Aztán az iskola, ahol tanítottam, megszűnt. Ez az Egry József utcai iskola híres iskola volt, mert nagyon korán kezdtük el tanítani az angolt, és nagyon igényes szülők járatták oda a gyerekeiket. De a gyereklétszám folyamatosan csökkent, ezért megszüntették az iskolát, átadták a műszaki egyetemnek. Akkor én sem tanítottam tovább, elmentem nyugdíjba. Közben a gyerek nőtt. Én lettem az anyuka,



az apuka, meg a nagymama, meg minden. Fizettük a havi törlesztést, de az egyre több és több lett. Pénzt semmit nem kaptam, csak a gyerek kapta az anyja után esedékes családi pótlékot, 13 ezer forintot. Sose felejttem el azt a 13 200 forintot...

A vége mégiscsak az lett, hogy nem tudtam kifizetni a kölcsönt, mert az már hatvanezer forintra emelkedett. Nekem kevesebb mint kétszázezer forint volt a nyugdíjam, meg amit a férjem után kaptunk, de ez édeskevésnek bizonyult. A gyerek már negyedikes-ötödikes volt, sok mindenre volt szüksége. Elmentem a gyámhatóságra, hogy most mit csináljak. Ők elintézték, hogy kevesebbet kelljen Ádám után fizetni az iskolában, de nem a teljes összeget engedték el, csak egy részét.

Akkor jöttek a szomszédok, meg a fiamék, hogy adjam be a gyereket intézetbe. Hát, mondom, nem adom be, mert az anyjának az volt a kérése, hogy én a gyereket ne hagyjam el. Nem volt valami hű de jó tanuló, de érdemes volt érte harcolni. Meg hát meg is szerettem. És akkor az egyik kollégám, akivel együtt tanítottam, azt mondta, hogy ő elvállja a nevelőszülői dolgot az Ádámmal kapcsolatban. Mindig gyerekekkel foglalkozott, családja is volt, saját gyereke is volt, a lánya úgyis épp férjhez ment. Akkor volt ötödikes a fiú. Odakerült hozzájuk.

Közben én nem tudtam fizetni tovább a törlesztést, eladtam a lakást, és bejöttem ide az időszotthonba. Nem találtam jobb megoldást. De Ádám nagyon jó helyen van ennél a családnál, nagyon szeret ott lenni. A tanulással szigorúan fogják, az örökbe fogadója még mindig tanít. Úgyhogy én lettem a nagymama. Idejár a gyerek minden héten kétszer-háromszor. Sajnos itt aludni nem lehet, de itt van nálunk, van számítógépe is. Úgyhogy én vagyok a nagymama, és én kényeztetem. Most 15 éves, felvették egy szakközépbe, valami szakmát fog majd tanulni, nem tudjuk még, hogy mit. Nem lehet rá mondani, hogy zseni, viszont ott, ahol van, komolyan veszik a tanulást. Szóval az Ádám élete így van megoldva. Én gondoskodtam

róla, az anyja után járandósága van. Apai nincsen, de én, amikor eladtam a lakást, átutaltam neki pénzt, hogy ha eléri a 18. évét, akkor legyen mihez hozzányúlania. Éppen ma telefonálok neki, hogy jöjjön. Szombaton jön, este megy, amíg lehet... Nem mindig lehetett bejönni ide sem, de Ádám szépen alkalmazkodik ehhez.

A gyereknek eddig, hogy el ne kopogjam, megoldott a helyzete. Az enyém is, a lelki ismeretem, mert érzem, hogy jót teszek valakivel. Nem került be semmiféle intézetbe. Lehet, hogy ott is jó lenne neki, de ebben a családban biztosan jobb. Vallásosak, betartják a vallást, mindent. Van egy nagyobb gyerek, akit előbb fogadtak örökbe. Most érettségizett ő is.

Ádámról az örökbefogadáskor annyit tudtunk, hogy otthagyták a kórházban annak idején. Állítólag jó módú családból származott az anyuka, aki 16 éves volt, amikor megszülte a gyereket. Úgy hallottuk – de nem tudjuk, igaz-e vagy sem –, hogy az apuka arab volt, aki aztán hazament... Ádámnak mondtam, ha 18 éves leszel, majd jogod lesz megtudni, mi történt pontosan. Az első pillanattól kezdve tudja, hogy honnan jött; majd meglátjuk, hogy alakul a jövőben. A nővére, aki Angliában él, tartja Ádámmal a kapcsolatot. Akartunk is kiutazni hozzájuk, már a

repülőjegyek is megvoltak, de nem jött össze, mert én a kórházban kötöttem ki, így Ádám nem jutott el a nővéréhez.

Mindenesetre megnyugvás számomra, hogy így elrendeződtek a dolgok. Sajnos a lányom elment, de hát így alakult az élet. Én itt is jól érzem magam, eladtam a lakást, a pénz egy részét a fiaméknak adtam, a másik része még megvan. Ha meghalok, akkor Ádám is, a fiam is kap majd belőle.



Hát ennyi az életünk. Én itt jól érzem magam, jó helyen vagyok, nem szorulok senkire. Vallásos vagyok, nem az a templomba szaladgálós fajta, de hiszek, és erre neveltem a gyereket is. Néha találkozom a régi tanítványokkal, idejönnek, és mesélek nekik. Sokat tanítottam, meg táncoltam is, népitáncos voltam. Ádám is tanulta, ő is népitáncolt.

Most a napjaim úgy telnek, hogy olvasok, rejtvényt fejték, tévét nézek. Meg részt veszek az itteni dolgokban. Sokszor felolvasok, vagy valamit besegítek, amiben tudok. Sokat olvasunk itt, van egy irodalmi részleg is. Délelőttönként vannak ilyen felolvasások népszokásokról, az nem nagyon izgat, de az irodalmi rész, az igen. Meg hát én rengeteg könyvvel rendelkezem ma is. Annyi könyvem van, hogy abban a házban, ahol laktam, a lakók az én könyveimből meg egy másik lakó könyveiből egy kis könyvtárat rendeztek be a pincében, oda járnak a házbeliek, és viszik a könyveket olvasni.

81 éves vagyok, ameddig bírom, addig csinálom, ha meg már nem megy, akkor abahagyom. De én jól érzem magam itt, magában a házban is. Itt mindenkivel elég jól kijövök. Olyan nagyon nem járunk össze, de minden találkozásnál mondják, hogy Margit, gyere, aztán csinálom, amit tudok...

Vásári Barna, a költészet szerelmese

Barna nyolcvanéves, és húsz éve él itt, az otthonban. Amióta itt lakik, számos izgalmas dolog történt vele. Többek között kétszer megnősült – és mindkétszer ugyanazt a hölgyet vette feleségül...

Barna a költészet szerelmese, aki kívülről tud mintegy 150 000 verset! Ha egyszer elolvas egyet, már meg is jegyzi, már tudja is.

Gyerekkorában birkákat, tehenet legeltetett, az iskolába 15-20 kilométert kellett gyalogolnia. Papnak akarták nevelni a szülei, de végül pék, szakács és cukrász lett belőle.

Az iskolában nemcsak a verseket, de a versmondást is megszerette. Nemegyszer szavalt iskolai ünnepeken; még arra is visszaemlékszik, hogy az egyik szereplése után jutalmul megkapta a Jelky András kalandjai című könyvet.

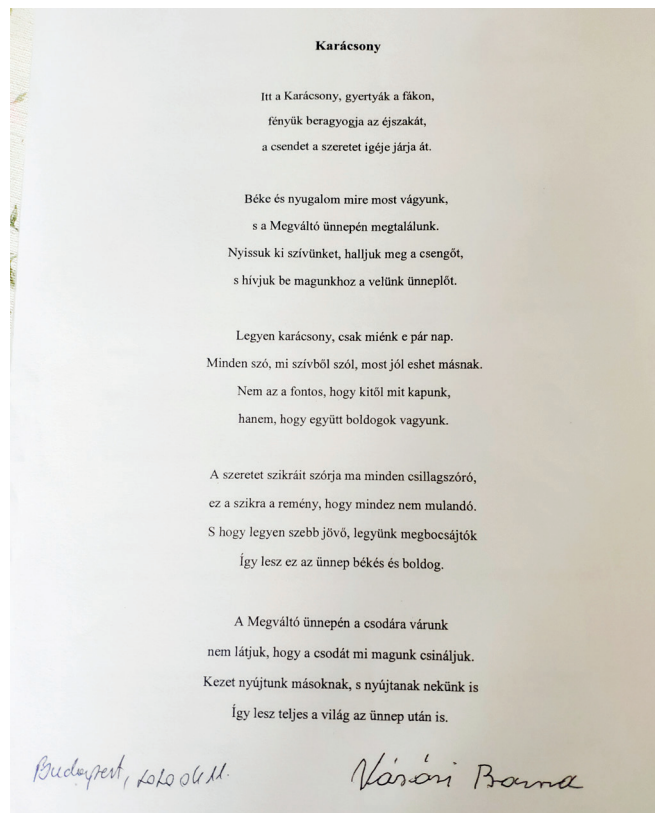
Szokott szavalni az otthonban is, és ha rendeznek ilyet, részt vesz Ki mit tud? versenyeken. Még manapság is előfordul, hogy megtanul egy-egy újabb verset.



Hogy mi tetszik neki a költeményekben? Azt mondja: a sok igazság. Úgy véli, nincs szükség hosszú regényekre ahhoz, hogy az ember kifejezze, ami a bensejében van, elég ahhoz egy vers. A versek megnyugtатnak, tanítanak és visszaadják az élet örömét. És hogy mennyi örömet adott Barnának a

költészet, arra beszédes példa, hogy vele még az is megtörtént, hogy közös borozgatás közben együtt verselt Latinovits Zoltánnal...

Engem is verssel búcsúztat: kedvenc verséből idéz egy részletet, és a vers kinyomtatott példányát a kezembe adja.



Rólunk

Az Idősek Barátai Program küldetése az időskori magány és elszigeteltség leküzdése Magyarországon. Egy országos non-profit szervezetté szeretnénk válni, mely önkéntesek segítségével éri el céljait.

Programunk keretében az önkéntesek intézményekben vagy saját otthonaikban elszigetelten élő idős embereket látogatnak rendszeresen. Látogatásaik során beszélgetnek az idősekkel, sétálni kísérik őket, esetenként kisebb segítséget nyújtanak (pl. gyógyszer kiváltása), társasjátékoznak, felolvasnak és más olyan, szabadidős jellegű tevékenységeket végeznek velük, melyekkel növekszik az idősek aktivitása és a világra való nyitottsága.

Önkéntes Központ Alapítvány Idősek Barátai Program

1125 Budapest, Szilágyi Erzsébet fasor 24.

Telefon: 06-1-225-0710

Email: idossekbaratai@onkentes.hu

Honlap: www.idosekbaratai.hu

Adószámunk: 18108251-1-41



