



# KALITKA

2024/3



KOLESZOS INTERJÚK

KARÁCSONYI LIDÉRCNYOMÁS

FELNÖTTNEK LENNI VAGY NEM LENNI

# Tartalomjegyzék

## KARÁCSONYI LIDÉRCNYOMÁS

Vargha V.: Karácsonyi látogatás .....	4
Tóth. Cs.: New York-i karácsony .....	5
Rideg A.: Egy kaotikus karácsony .....	5
Sóti V.: Karácsonyi mackó .....	5

## ITT VAGYOK

Árvai A.: Hasznosság .....	9
Rideg A.: Olyan nagy kérés? .....	9

## ÉS A MIKROFONNÁL

Kovács Sz.: És ki van a maszk mögött? - Hézl József .....	13
Vargha V.: Befordultam a konyhára .....	15
Vargha V.: A mi szorgos méhünk, Turi József .....	16

## BEZZEG AZ ÉN IDMBEN

Zsoldos V.: Yakari az én nevem .....	21
Paár V.: Dugulás az óvodában .....	21

## ZENE AZ KELL

Ágics L.: Hazahívó hang .....	24
-------------------------------	----

## NAPFÉNYJÁRJA ÁT...

Tóth Cs.: Nyár .....	26
----------------------	----

## FELNŐTTNEK LENNI VAGY NEM LENNI

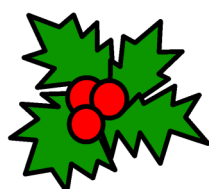
Kovács Sz.: Mikortól leszünk felnőttek? .....	40
---	----

## KÖLTŐ MADARAINK

Vargha V.: Önbuzdító, érthetetlen elmúlás (versek) .....	43
--	----

## EGY CSOKOR HÁLA

Ágostonné Ny.G.: Gyémántként ragyog .....	51
---	----





# ÍGY KARÁCSONY FELÉ

## *Karácsonyi látogatás*

Hetedik osztályos koromban teljesen karácsony fanatikus voltam. Ha tehettem volna, mindig mézeskalácsot sütöttem volna és karácsonyi pulcsiban álltam volna a fenyő előtt.

Volt nekem akkoriban egy legjobb fiú barátom, egyel járt felettem. Sokat beszélgettünk, elmentünk közös baráti társasággal ide-oda, elég jól ismertük egymást.

Abban az évben karácsonykor a gyülekezetbe, ahova járunk a fiatalokkal, elmentünk egy anyaothtonba. Ajándékot vittünk a gyerekeknek, énekeltünk nekik, utána beszélgettünk és játszottunk velük.

Eppen adtuk át az ajándékokat és egy másik szobából kijött pár velem egykorú srác. Kerestük az ő ajándékaikat is, hátrafordultam és mint a filmekben ott állt Balázs. Nem volt zavarban, tudta, hogy megyünk, mert emlékezett, melyik gyülekezetbe járok. Én teljesen lefagytam. Örültem neki, hogy látom, de sok kérdés felvetült bennem. Beszélgettünk Bazsival pár mondatot, a helyzetet kerülve, valahogy nem éreztem helyén valónak kérdezgetni, utána pedig elindultunk. Megkért, hogy ezt a suliban ne említsem, bár nem is állt szándékomban. Bazsi másnap felvetette, hogy mehetnénk együtt, mert úgymint egy irányba lakunk és nem akar egyedül menni, bár tudtam, hogy a történetekről akar beszélni. Alig, hogy felszálltunk a buszra, belekezdett. Elmesélte, hogy anyukájával és testvéreivel évek óta az otthonban laknak, mert nincs más választásuk. Rossz volt hallani, amin átment, de egyben lenyűgözött, hogy milyen erős. Mindig is vidám, mosolygós és vicces volt, Bazsi olyan ember, akinél a pohár mindig félig teli. Kérdeztem, szereti-e a karácsonyt. Azt válaszolta, hogy nem az ünnepet szereti, hanem, hogy karácsonykor segítenek a jó emberek, mint mi és hozzátette, hogy együtt van a családjuk, ennél nem kell több. Ledöbbsentem, hogy egy 15 éves fiú így vélekedik a világról. Bazsi tanév végén elballagott, de néha még visszajárt és nagyon jókat beszélgettünk.

Következő évben én is elballagtam és utána már nem találkoztunk. Pár évvel később összefutottunk véletlenül Bazsival és boldogan mesélte, hogy anyukájával és a tesóival azóta sikerült elköltözniük és mennyire szeretik az új házukat, majd megkérdezte, hogy emlékszem-e, amikor karácsonykor meglátogattuk őket az anyaothtonban? Válaszoltam, hogy igen emlékszem, erre ő mondta, hogy olyan jólesett akkor neki a látogatás, hogy amint nagykorú lett, felkeresett egy szervezetet és azóta nem csak karácsonykor, hanem egész évben segít az otthonban élő gyerekeken.

*Vargha Villő Virág*



# ÍGY KARÁCSONY FELÉ

## *New York-i Karácsony*

A karácsonyi készülődés szerves részét képezi az életünknek, hiszen – ha csak egy évben egyszer is- de van karácsonyunk. Van, aki nagyon extrém és durva szinten dolgozik, hogy a tökéletes filmbeli, idillikus légkört megteremtse és van a másik véglet, akiket egyáltalán nem vonz se a készülődés, sem talán az ünnep. Mondjuk érthető, a halloween még le sem ment, a boltok már tele vannak csokimikulásokkal és karácsonyi fűszeres keksszel. Még szerencse, hogy Kevint nem kezdik el reklámozni sulikezdekör, hogy december 24-én láthatjuk már végre. Akárkinék akármi is a véleménye Kevin egy igazi karácsonyi klasszikus, ahogy a Holiday c. film is. Mindenki ismeri Kevin, a rosszcsont chicagói gyerek történetét a '90-es évekből. Otthon lett hagyva, majd pedig a repülőtéri rohanás után Miami helyett New Yorkban kötött ki. Történetünk főhőse egy 13 éves kislány, aki igazi fanja a filmsorozatnak. Minden évben megnézi a TV-ben karácsonykor és évente többször is az online platformokon. Kisgyermekként a budapesti lány nagyon nagy lelkesedéssel nézte a New York-i részt, mert hiába egy budapesti karácsony is szép, de na... New York az New York. A szüleinek mindig azt szajkózta, hogy azt kéri, hadd menjen el a film helyszínére és hadd élje át, milyen lehet egy igazi karácsony a Nagy Almában. Azonban ezt szülei ellenezték ameddig a lányuk be nem tölti a 18. életévét. Telt az idő, majd egyszer elérkeztünk ahhoz a bizonyos, nagybetűs 18. születésnaphoz. Lilla egy igazi karácsonyi ajándék volt, mert születésnapja éppen december 26-ára esett. Ezen a napon az egész család egy grandiózus ajándékkal készült. Egy New York-i karácsonnyal. Lilla nem kezelte másképpen ezt a napot, nem számított nagy felhajtásra, azonban amikor a fa alatt két repjegyet talált, amire „Departure: JFK” felirat volt látható, el sem hitte. Szemeiben látszódott a leírhatatlan mennyiségű szeretet érzése. A család már kb. 10 éve készült erre a napra, leszervezett Lillának és a legjobb barátnőjének minden egyes apró részletet. A következő karácsonykor került sor az utazásra, ahol Lilláék a Plaza Hotelben szálltak meg, elmentek a híres Rockefeller Centernél felállított óriási karácsonyfához, elmentek Duncan játékbirodalmába, majd ezt a felejthetetlen élményt egy Central Parki sétával zárták, remélve, hogy találkoznak a galambos hölgygel...

*Tóth Csongor*



# ÍGY KARÁCSONY FELÉ

## *Egy kaotikus karácsony*

Egyet mondok, karácsony. Mire gondolsz? Talán a mézeskalácssütésre? Fadíszítésre? Családdal való együtt töltött időre? Ajándékozásra? Egy szó, mint száz nagyon sok dologra tud ilyenkor gondolni az ember. A karácsonyi időszak nagyon stresszes tud lenni, nem csak az, hogy megtaláld a megfelelő ajándékot, vagy, hogy éppenséggel időben kész legyen a karácsonyi menü, hanem a kellemetlen találkozások a rég nem látott rokonokkal, akik körülbelül hatéves korodban láttak utoljára, és még mindig azt feltételezik rólad, hogy félsz a Mikulástól. Minden családnak megvan a kis saját karácsonyi hagyománya. Valakiknél a jól bevált töltött káposzta a hagyomány, míg másoknál az egységes fenyőfadísz, valakik karácsony előtt mennek el minden évben díszíteni. Valakiknél nem a Jézuska hozza az ajándékokat, hanem a Mikulás. Tehát a karácsony tud sokszínű is lenni.

A pszichológusom mondta, hogy írjak egy naplóberegyszést a karácsonyomról. Szóval most itt vagyok, itt ülök a füzet fölött az íróasztalomnál és töprengök azon, hogy mégis, hogyan írjam körbe a szeretet ünnepét, hisz nekem a karácsony ugyanolyan, mint a többi nap. Egyszerűen eltűnt az a varázs, ami gyermekkoromban volt, néha hiányzik, de hát mit csináljak? Felnöttem, ennyi történt. Tehát kedves naplóm! Megint én írok, Alexandra Nosovo, tizenhétéves. A karácsonyom úgy kezdődött, mint a mindennapjaim. Reggel az életkedvem a padló szint alatt, és az egyik húgom sikongatását hallgathattam, tudniillik, az én családom nem egy átlagos család. Sokan vagyunk, ráadásul mozaikcsalád vagyunk, ez a hetedik közös karácsonyunk így. A szüleim kilenc éve váltak el, anyám hozzáment a gyerekkori ellenségéhez, igen jól hallottad, ellenségekből szerelmesek lettek, tiszta watterpad történet, majd így született egy fű- és két lánytestvérem, mintha hiányzott volna a többi három édestestvérem, és a két "új" mostohabátyám mellé. Tehát igen. Szóval vissza is térek az eredeti történethez. Miután magamhoz tértem, és felöltöztem, épp nyitnám ki a szoba ajtómat, mikor is, azt valaki előttem hamarabb nyitotta ki. A legidősebb bátyám volt az, Iván, vele nem felhőtlen a kapcsolatam.

-Kopogás?-kérdeztem tőle flegmán.

-Apa mondta, hogy nézek rád, hogy élsz-e még -mondta semleges hangszínen.

-Láthatod, a saját szemekkel!-mondtam, és kikerülve őt lementem a földszintre a konyhába. A nappaliban állt már a karácsonyfa, teljesen csupaszon, mert nálunk az a hagyomány, hogy megvárunk mindenkit, amíg felkel, megreggelizik, magához tér, elszív pár szál cigit, és utána együtt díszítjük fel a fát. A konyhába érve a két hét éves tesóim, Nikola és Natasa már az étkezőasztalnál ültek, és reggeliztek, a legkisebb húgom, Sofie, az étetőszékéből nézte őket.



# ÍGY KARÁCSONY FELÉ

-Anya! Alexandra is végre felkelt! Mehetünk már fát díszíteni?-kérdezte izgatottan Natasa.

-Mindjárt, hagyjuk Alexandrát is reggelizni.

-Nem vagyok éhes, nyugodtan elkezdhetjük díszíteni a fát -mondtam, a nevelőanyám épp mosogatott, majd hirtelen rám nézett, és sóhajtott egyet.

-Azért egyél pár falatot, be kell vened az antidepresszánszt!-mondta, és befejezte a mosogatást.

-Ha most nem veszem be egy nap, nem lesz semmi baj!-mondtam szemrehányóan. A nevelőanyám, csak csóválta a fejét.

-Mi a helyzet?-jött be apám a konyhába.

-Szólj rá a lányodra, hogy vegye be a gyógyszerét!-mondta Erika, a nevelőanyám.

-Natasa!-nézett apám a húgomra, aki értetlenül nézett vissza rá.

-Nem rá, hanem a másokra.

-Alexandra!-szólt rám. Én csak komoly arccal néztem rá. Légy szíves, vedd be a gyógyszeredet, ne keljen ezt minden reggel eljátszani!

-Jó...-mondtam a földet nézve.

-Miután bevitted, utána meg mehetünk fát díszíteni-mondta egy kisebb mosollyal az arcán.

Tehát a reggelem így telt, fa díszítésben még kivettem a részemet, de abban már nem, hogy várjam a család többi tagját. Nem volt kedvem azt hallgatni, hogy hogy állok a sráccokkal, miért vagyok ilyen, búvalbélelt, stb. Apám családja jön át hozzánk látogatóba, meg Erika két testvére, és azoknak a gyerekei, telt ház lesz nálunk, aminek annyira örülök, mint mókus az erdőtűznek. Már most gyomorgörcsöm van.

Hiába nem vártam, de elérkezett az idő. Megérkeztek a vendégek, nekem meg úgy kellett viselkednem, mint aki nagyon örül nekik. Talán a nagyapámnak örültem a "legjobban".

-Hogy van az én kedvenc unokám?-kérdezte tőlem a nagyapám, miközben leült mellém a kanapéra. Aranyos tőle, hogy így hív, de mindenkinek ezt szokta mondani, még a mostohatestvéreimnek is.

-Jól-mondtam közömbösen.

-Nem úgy látom.-mondta.

-Hát, izé...-kezdtam volna bele, mikor megjelent a nagybátyám.

-Szia Alexandra! Jársz még a dilidokihoz?-erre nem válaszoltam semmit, csak kimenekültem a konyhába inni egy kis vizet. Legalább ott vacsoráig nyugtom lesz.

-Alexandra, miért nem vagy a többiekkel? -kérdezte apám.

-Nincs kedvem.

-De ők a családod, mi az, hogy nincs kedved?



# ÍGY KARÁCSONY FELÉ

-Ahhoz nincs kedvem, hogy azt hallgassam, hogyan viccelődnek a mentális egészségemről, hogy a szerelmi életemben kutassanak, amihez semmi közük!-tettem karba a kezemet. Apám csak összeráncolta a szemöldökét.

-Sajnálom, ez ezzel jár, mi vagyunk a családot!-mondta, mielőtt egy csípős megjegyzést tettem volna, valaki hívta a nappaliból, és kiment. Én úgy gondoltam, hogy elmegyek anyámhoz, hisz ő is a családom tagja, és ő legalább megért engem, nem úgy mint apám. Most már azt kellett kitalálnom, hogy hogyan szökök meg, de egyszerűbb volt mint a karikacsapás, egy olyan családban, ahol sokat dohányoznak, mindig kimegy valaki az udvarra, szóval nem tűnik fel senkinek sem, ha valaki nincs a társaság között.

Már éppen a kabátomat húztam fel, mikor a nagyapám megjelent mellettem.

-Mégis hová készülsz?-kérdezte kíváncsian.

-Csak kimegyek elszívok egy cigit.-válaszoltam egyszerűen.

-Hisz te nem is dohányzol!-nézett rám gyanakodva.

-Pedig de!-nyúltam bele a zsebembe, és kivettem belőle egy doboz cigarettát, hisz számítottam arra, hogy valaki elcsíp engem, így elcsórtam apámtól az egyik doboz cigijét. Nagyapám csalódottan nézett rám, hisz nem szokásom, a dohányzás. Nem szóltam semmit, csak kimentem az ajtón.

Odaértem anyám lakásához, a lépcsőházban álltam, az ajtaja előtt. Becsöngettem. A szívem a torkomban dobogott, mivel már nagyon rég nem láttam anyukámat. Egyszer csak a zár kattánását hallottam, és kinyílt előttem az ajtó, ott állt előttem.

-Alexandra?-kérdezte teljes megdöbbenéssel.

-Szia anya. Rég láttalak-mondtam neki egy kisebb mosollyal. Anyám értettkedve nézett rám, meg akart szólni de valaki közbe szólt.

-Szívem, ki áll ott az ajtóban?-kérdezte egy számomra ismeretlen férfi.

-Senki-vágta rá. Most nem alkalmas, Alexandra, majd később beszélünk-mondta és rám csukta az ajtót. Ott álltam teljes sokkban, nem erre számítottam, azt hittem, hogy örülni fog nekem, de hát nem ez lett.

A közeli parkban sétáltam a fagyos hidegben, teljes sötétség borította a parkot, csak pár villanyoszlop égett. Szemem könnybe lábadt, nem hittem volna sosem, hogy anyám letagad. Leültem egy padra. Elővettem a zsebemből a telefonomat, a lefagyott kezemmel próbáltam feloldani készüléket. Őt nem fogadott hívás apámtól, és még a testvéreim is hívtak. Vissza akartam hívni apámat, mire meghallottam a hangját, hogy a

neveket szólítja. Felnéztem, és épp akkor ért oda hozzám, a bátyám is vele volt.

-Apa, nagyon sajnálom!-tört el a mécses. Apám nem szólt semmit, és leült mellém a hideg padra.

-Ne haragudj, de egyszerűen nem bírtam tovább! Megfojt-



# ÍGY KARÁCSONY FELÉ

éreztem magamat, azt érzem,

hogy nem hallgatsz meg, azt hittem, hogy ha eljövök anyához, akkor minden jobb lesz...de megint új palija van, akinek megint elfelejtett szólni, hogy négy gyerekes anyuka...

-Nem haragszom, örülök, hogy megvagy, és nincs semmi bajod!-mondta és átölelt. Nekem csak folytak a könnyeim. De azért majd azzal számolunk, hogy elloptad a cigimet!-mondta nevetve.

Tehát igen, így telt kaotikusan a karácsony. Miután hazaértünk, meglepett az, hogy mindennel megvártak engem, így közösen tudtuk tölteni a maradék időt, ajándékoztunk és megvacsoráztunk.

*Rideg Adél*



# ÍGY KARÁCSONY FELÉ

## *Karácsonyi Mackó*

Hol is kezdhethném? Talán a legjobb résznel. Mindig is az voltam, ami szerettem volna lenni; karácsonyi ajándék.

Egy fekete, pihe-puha bundás, gombszemű plüssmackóként a gyerekek figyelmét hamar felkeltettem. Főleg azzal a fagyöngy piros masnival a nyakamon. Mennyire is hiányzik, de már egy jobb helyen van. Az első emlékem egy hatalmas játékbolt, aminek az egyik polcán üldögélek. November vége lehetett, mégis minden már a karácsonyi időszak közeledtét jelezte. Fénysorok és girlandok gondosan feltekerve, csillogó gömbök mindenfelé, lelkes gyerekek sorolták milyen jók voltak idén és mi mindent kérnek a közeledő ünnepre, míg a szülők idegesen számoltgatták, hogy mennyit kell spórolni, hogy mindenkinek jusson ajándék. Csak pillanatképek vannak meg ebből az időszakból, hisz nem szerettem senki úgy igazán, hogy öntudatom is legyen.

Nem tudom, hogyan kerültem a dobozba, vagy hogy hogyan jutottam ilyen messzire a játékboltból. Viszont mai napig emlékszem arra a ragyogó világoszöld szempárra, amivel először találkoztam. Azonnal megszeretett és én is őt, amolyan szerelem első látásra. Meg is kaptam az első nevem; Kormi. Hatalmas volt a forgatag. Mindenfelé csomagolópapírdarabok, fények színesen villogtak, játékok halmai egymáson, a szülők és rokonok arcán keserédes mosoly, ahogy figyelik a kisfiút. Tobby hihetetlenül örült, főleg nekem. Mindig közel tartott magához, egy pillanatra sem engedett el. Ragyogott ott minden, és úgy éreztem ez a karácsony; pompa, szikrázás, varázslatos giccs.

Késő este volt már, mikor felkerültünk Tobby szobájába. Ágyba bújtunk, jól be lettünk takarva, engem még szorosan át is öleltek.

-Jó éjt Kisfiam. – köszönt el az anyuka, mikor már úgy gondolta Tobby alszik, majd elhagyta a szobát.

Tobby megvárta, amíg az anyukája visszamegy az étkezőbe, majd elővett a takaró alól és leültetett magával szemben.

-Figyelj Kormi. Ahogy a felnőttek mondanák, én most bizalmat szavazok neked, szóval amit most mondok, azt nem mondhatod el senkinek. Anyának sem, akkor sem, ha kérdezi. Ez lesz a mi titkunk. Tudom, amit anyáék is tudnak. Tudom, hogy halálos beteg vagyok és csak pár hónapom van vissza, de shh. Oké? Nem mondhatod el, emlékszel? Tudom, hogy azért ilyen tökéletes minden, hogy szép emlékeim legyenek. És azok is! Anyáék kitesznek magukért, de olyan rossz látni, hogy mindig szomorúak. Szóval próbálok mindig mosolyogni. És... tudom, hogy a fiúknak nem szabad, de én szoktam sírni. Megijeszt a gondolat, hogy már csak pár hetem van... – görbült lefele a szája, ahogy kimondta.



# ÍGY KARÁCSONY FELÉ

Aztán ahogy magához szorított, elsírta a magát. Lassan elnyomta az álom.

Utána már végig vele voltam. Ő mindent megosztott velem; hogy az oviban piszkálják, amiért gyenge fiú léte. Hogy van egy lány – Lara -, aki nagyon tetszik neki, de nem meri elmondani. Hogy lopott csokit az egyik gyerektől, de büntudata lett és inkább visszatette. Mindenről tudtam és úgy éreztem, hogy ez a kisfiú többet és jobban élt ez alatt a kevés ideje alatt, mint a legtöbb felnőtt. Viszont minden egyes nappal közelebb lettünk az utolsóig. Bár Toby nagyon erős volt és minden orvost meghazudtolt a következő adventi időszakot már a kórházban töltötte és folyamatosan mellette voltam, akkor is, mikor az utolsó levegőt vette. Mintha Toby utolsó lélegzetével a világból és a karácsonyból is eltűnt volna a pompa, hiába volt minden ugyanolyan díszes. Ekkor került le a nyakamból a piros szalag és kötötték Toby csuklójára, hogy egy darabkám bármerre is lesz, vele lehessen.

A szülők a kórház játékos kosarába tettek, hogy másnak is boldogságot okozhassak. Itt találtam rá a kislány, aki elvitt a következő gazdámhoz. Lara volt az, viszont nem Toby miatt volt bent, hanem a nagymamája miatt.

Lara nagymamája, Susan már a szobájában várta az unokáját, aki lelkesen rohant felé a kezeiben szorítva engem:

-Ma! Nézd, ezt neked hoztam, hogy ne maladj egyedül soha! Ezt kapod tőlem kalácsony! – adott át az idősebbnek, aki mosolyogva fogott a kezébe és vizsgálni kezdett.

-De szép és oh! Milyen puha. Igazán köszönöm, Kedveském.

-Igazán semmiség, Ma – huppant fel mellé az ágyra. -Apa azt mondta, hogy idén kalácsonykol nem tudok átmenni hozzád. De jövőre mehetek, igaz? Csinálhatnánk olyan nagyon finom teát, amelyet csak te tudsz és megint aludhatnánk együtt délután. Az nagyon jó volt, tetszett a könyv. És Ma, ugye majd megint sütünk együtt?

-Oh persze! Aztán megint minden olyan lisztes legyen?

-Olyan volt, mintha havazna! -nevetett fel a kislány a kellemes emlék hatására.

-Ideje indulni, Mazsola – nyitott be egy férfi.

-Ne menjünk még Apa! Kéllleek.

-Nem maradhatunk tovább – emelte fel a gyermeket az apuka. -Viszlát Susan.

-Viszlát Fred... szia Larácskám.

-Szia Ma! -integetett Lara, amíg el nem tűnnek az ajtó mögött.

Susan visszafeküdt az ágyra és a kezébe fogott. Finoman simogatta a fejem és szemüvegben is megnézett.

-Nagyon helyes fiatalúr vagy – mondta nekem keserédes mosollyal. – Vajon honnan szedett össze Lara? Ha már így alakult itt maradsz velem, Fiatal úr?

Itt kis szünetet tartott, mintha tudtam volna neki válaszolni.



# ÍGY KARÁCSONY FELÉ

-Igazán kedves tőled. Legalább lesz egy kis társaságom.

Ápolók jöttek be és elmagyarázták neki, hogy hogyan és mikor kell beszélnie a gyógyszereit és hazaengedtek minket. Susan házának mandarin illata volt, és minden takarításban kopott színekben a maga csodájában pompázott. Minden olyan volt, ahol az összes gyerek és felnőtt azt érezhette megérkeztem. Egy olyan hely volt, amit már hosszú ideje mondhattak otthonnak. Készített egy meleg teát.

-Te nem fázol? Kérsz egy teát vagy meleg sálát? – kérdezte kedvesen és újból várt a válaszomra.

-Ahogy gondolod, Kedveském – fordult vissza a bögréhez és bevette a gyógyszereit.

Úgy éreztem, hogy nagyon magányos és hiába van meg a hely, amit otthonnak lehet hívni, hogyha nincs a család, ami betöltse a szeretetével a teret. Az aprócska ház is hatalmasnak hatott kettőnknek. Volt rengeteg hely a karácsonyfának, amit együtt díszítettünk fel aznap délután – vagyis én csak figyelni tudtam, de ott voltam.

-Tudod, Fiatal úrfi - kezdett mesélni –, általában Lara szokott segíteni, de most nem lehet itt a gyógyszereim miatt. Mérgező lehet emberekre, főként olyan kicsi gyermekekre, mint Lara. De szerencsére te itt lehetsz velem. Na meg persze Maple a szomszédból. Ő egy vakvezető kutya, nagyon kedves és a gazdája átengedi néha hozzám, hogy jobb kedvem legyen. Sajnos nincs energiám már állatokról gondoskodni, de Maple egy igen kedves társaság. Mindig mosolyt csal az arcomra a virgonc természetével. Lara is nagyon szereti, ahogy a szomszéd vak nénit is, sokat szokott neki segíteni. Együtt mennek bevásárolni, sütnék-főznek, ehhez hasonló dolgok. Jaj, olyan jó szívű gyermek, akárcsak az anyja, drága Pollym volt. Ő volt a lányom, de pár éve sajnos az angyalok magukkal szólították. Nincs annál nagyobb fájdalom egy anyának, mint a saját lányát temetni. Azóta már az én egészségem sem a régi. De mindent megteszek, hogy jobban legyek az én kicsi Larámnak. Azért is vállaltam be ezt a kezelést, bármilyen kockázatos is.

Folyton csak mesélt, a lányáról, hogy milyen büszke volt rá és mennyire szerette, annak ellenére is, hogy nem orvos lett, hanem művész. Megmutatta a rajzait a falakon, igazán szépek voltak, látszott benne a szeretet, amivel készültek. Mesélt Laráról, hogy milyen imádnivaló kislány, hogy a helyén van a szíve, mennyire szívesen segít mindenkinek, annak is, aki nem szorul rá. Mesélt a férjéről, akit szintén magával szólítottak az angyalok, hogy mennyire szerelmesek voltak, mintha minden klisé róluk mintáztak volna: gyertyafényes vacsorák, tánc az esőben, borozgatós lelki-zések. Bár nem volt hibátlan a kapcsolatuk, mindent meg tudtak beszélni. Olyan szeretettel mesélt, úgy éreztem a karácsony a családról szól. Arról, hogy a szétszéledt rokonság újra egymásra találjon

és mosolyt hozzon a másik arcára.

Egy csengő zavarta meg a „beszélgetésünk”.

-Nyitva van, Csillagom! – indult meg az ajtó felé Susan.

-Szép napot! Tudna egy picit vigyázni



# ÍGY KARÁCSONY FELÉ

Maplere? Csak amíg kitakarítok. Igazán hálás lennék érte. – hallottam meg egy csilingelő női hangot.

-Persze. Gyere ide, drága kicsi Maple – simogatta meg a néni a csokoládébarna spánielt az idős hölgy, amint a gazdája elengedte. – Elnézést, behívnám egy teára, de ugye a gyógyszer.

-Ugyan. Az a legfontosabb, hogy jól legyen. Ha bármire szüksége van szóljon. A boltból is szívesen hozok bármit.

-Oh Csillagom! Nagyon hálás lennék érte. Ha legközelebb a boltban jár és hozna nekem egy pár tojást, akkor tudnék megint olyan finom süteményt sütni. Kifizetem majd.

-Rendben. Holnap úgy is kell mennem. Majd megbeszéljük.

-Viszlát, Csillagom.

-Szép napot, Susan. Egy óra múlva jövök.

Az ajtó becsukódott és egy nedves nózit éreztem meg magamon. Maple, ahogy körbenézett a lakásban észrevette az oda nem illő darabot. Az orrával gyorsan felfedezte, hogy eddig merre jártam és mi minden történt velem.

-Maple, drága Maple, ne bánts a vendégünk. Velem fogja tölteni a karácsonyt -simogatta meg a kutyus fejét – Nem vagy éhes? Megérdemelsz egy kis jutalmat a kemény munkádért.

A konyhába mentünk, ahol kutya kapott egy kis sonkát és jutalomfalatot, amiért cserébe különböző trükköket mutatott be. Aztán a fotelbe ültünk hárman. Susan elhelyezkedett, Maple az ölébe feküdt, majd az összegömbölyödött kutyuson ültem én, így olvastunk. Az egésznek egy meghitt hangulata lett, mégis érezhető volt az az üresség, amit a család zaja töltött volna ki. Elméláztam, hogy milyen is lehetne ez a ház, ha itt lett volna Fred és Polly, ahogy éppen forró csokit szürcsölgetve beszélgetnek a szőttessel leterített ka-

napén, Lara ahogy rohangál, hisz segíteni szeretne mindenhol, a konyhában egy olyan receptből mézeskalácsot sütni a nagymamájával, ami már generációk óta öröklődik, és a karácsonyfát díszíteni a nappaliban a nagypapájával.

Csendben telt el a karácsony, ahogy az egész év is. Susant Maple és a szomszéd néni látogatta, de ő



# ÍGY KARÁCSONY FELÉ

mégis magányos volt a családja nélkül. Ahogy egyre több időt töltött távol tőlük, mesélt egyre többet nekem róluk és rosszabbodott az állapota.

Újra közeledett a karácsony, és bár Susannak már nem kellett szednie a gyógyszereket a családja mintha megfeledezett volna róla. Lara nem jött át karácsonyfát díszíteni, sem összelisztezni a konyhát süti sütés közben. Egyik délután, mikor Maple nálunk volt Susan rosszul lett. A kutya azonnal ugatással jelzett a gazdájának, hogy baj van. Az aranyos szomszéd, akit, mint megtudtam Rosynak hívnak, azonnal átsietett. Hamar mentőt hívtak, addig a fiatal hölgy a tőle telhető legtöbbet megtett, hogy a gazdám életben maradjon.

-Maple... Hol vagy, drága Maple? – kérdezte rekedtesen Susan. – Oh! Itt vagy... -mondta, ahogy megérezte a nedves nózit. – Vigyázz rá, amíg visszajövök, Drága – nyújtott a kutya felé és a kutyus a lehető legóvatosabban vett át tőle.

Végül kórházba szállították és én Rosyékhöz kerültem. Rettentően aggódtam, hisz most egyedül maradt. Csalódtam az újabb „karácsony értelme” elméletemben. A családja hátrahagyta Susant, mikor úgy látták, már nincs esélye. Pedig lett volna, ha ott vannak vele és támogatják! Oh, hogy hányszor panaszkodott, hogy igazán telefonálhatnának neki.

Maple rángatott ki az önsajnálatomból. Tisztogatni kezdett, miközben figyelte a gazdáját. Rosy ügyesen mozgott a konyhában, sütött. Mindennek megvolt a maga helye, tudta, hogy hol hagyta előzőleg a dolgokat. Néha azt hittem látja, hogy mit csinál. Rengeteg sütemény készült, majd mindegyiket egy kis kosárába rakta.

-Gyere, Maple. Indulunk -fogta meg a kosárákat, és megkezdtek útjukat a folyósón.

Minden ajtó előtt hagytak egy kosárákat a kutyus segítségével. Valaki épp akkor nyitott ajtót, mikor elhelyeztük ott a süteket:

-Rosy! Igazán nem kellett volna. De jó illatuk van. Te sütötted?

-Igen, én csináltam. Remélem ízleni fog.

-De hát miért nem eszed meg te magad?

-Közeledik a karácsony. Mindig jó érzést jót tenni, de ilyenkor különösen. Miért ne édesíthetném meg mindenkinek a napját egy kicsit?

És ez így ment minden nap egészen karácsonyig. Rosy a kórusban énekelt délelőtt és este, ahova Maple mindig elkísérte, és amikor csak ideje engedte egy kis csodát csempészett mások napjába. Boldoggá tette, hogy másoknak örömet okozott, és ez neki épp elég volt. Sose hallottam a családjáról vagy panaszkodni. Mindig mindenért hálás volt, főként a kutyusáért.

Ironikus, de pont karácsonykor szakadt el az utolsó varrásom is. De végre úgy éreztem megtaláltam a karácsony igazi értelmét: örömet okozni másoknak. Mert ha a környezeted boldog, rád is rád ragad a jókedv, és egy pár kedves tett vagy szó ebben a rohanó világban be tudja aranyozni az ember napjait.



Sóti Viki

14

# ITT VAGYOK

## Hasznosság

Sokan kérdezték már tőlem, hogy miért megyek mindig tovább.

Mi az, ami segít kilábalni egy depressziós időszakból, a rossz napokból, az élet nehézségeiből. Sosem tudtam válaszolni. Saját magamnak sem. Nagyon sokszor adtam már fel az életet, néha egész közel is voltam a véghez.

És mindig csak annyit válaszoltam, hogy én sem tudom, csak megyek.

De egyik nap, bevillant egy gondolat, ami azóta sem hagy nyugodni.

Nehéz napjaim voltak, annyit sírtam, hogy a szemeim kétszer akkorára dagadtak.

Megint nem volt kedvem élni, csak itt hagytam volna mindent, de nem tettem érte semmit.

Csak zokogtam az ágyon, csapkodtam magam körül mindent, földhöz vágtam, amit elértem, és tomboltam.

Ki kellett rohannom a hideg zuhany alá, hogy ne kapjak pánikrohamot.

Próbáltam elnyomni a hangokat a fejemben a minél hangosabb sírással.

És egyszer csak nyílt a bejárati ajtó, hazajöttek.

Hirtelen néma csendbe burkolóztam, nem akartam, hogy halljanak, hogy kérdezzenek, hogy bármit is tudjanak.

Némán viseltem tovább a kínzó fájdalmat.

Szépen lassan csitultak a hangok, amik azt mondták, hogy az élet kegyetlen, miért ezt érdelem, adjam fel, mert nincs értelme tovább mennem.

És akkor azt mondtam, elég!

Meg fogom mutatni, hogy képes vagyok élni, hogy érdemes vagyok az életre.

Akkor még magam sem tudtam, hogyan teszem ezt, de akkor is eldöntöttem, hogy nem adom fel.

Le akartam mondani a munkát és mindent egész hétre, és csak elbújni a szoba legsötétebb sarkába, sírni és zenét hallgatni.

De nem tettem. Tudtam, hogy azzal csak ártanék magamnak, és a gondolataim egy idő után felémésztenének és megölnének.

Összeszedtem minden erőm, és elmentem dolgozni. Ott is csak sírtam, zenével próbáltam tompítani a hangokat a fejemben, de legalább lefoglaltam a kezeim, megosztottam a figyelmem, és pénzt kerestem.

És ekkor jöttem rá, hogy mi az, ami miatt mindig tovább mentem.

Nem gondoltam volna én sem, hogy egy érzés ekkora erővel rendelkezhet. De mégis.



# ITT VAGYOK

Azért mentem mindig tovább, mert hasznosnak akartam érezni magam. Csinálni akartam valamit, amivel előrébb megyek, amivel hozzájárulhatok dolgokhoz.

Nem hajtott semmi más, csak az, hogy CSINÁLJAK VALAMIT.

Szinte mindegy volt, hogy mit, ami számított az az, hogy muszájból kelljen csinálnom, kényszernek érezsem, ne egy választható dolognak, mert akkor úgysem tettem volna meg.

De egy munkát azért nem mondunk le utolsó pillanatban.

Ez a gondolat nekem elég kényszer volt ahhoz, hogy összeszedjem magam, és elinduljak.

És ahogy teltek a napok, mindig mentem dolgozni, észrevettem, hogy egyre kevesebbet sírok.

Újra tudtam figyelni másokra, nem csak egész műszak alatt zenét hallgatni.

Mégis a monoton munka alatt volt időm visszaemlékezni a legnehezebb időszakaimra.

És mindegyiknél megtaláltam ugyanezt a hajtóerőt.

Minden rossz időszakot úgy vészeltem át, hogy elmentem iskolába, elmentem dolgozni, elvégeztem a muszáj dolgaim, és hasznosnak éreztem magam.

A szívemhez legközelebb álló személy tanácsolta azt nekem egyszer, hogy: Vannak napok, amiket túl kell élni.

Innen is köszönöm neki ezt a mondatot, mert mindennap ott van előttem, és segít továbbmenni.

Én még annyival egészíteném ki, hogy:

Attól még, hogy belül valami fáj, megtehetsz mindent, hogy kívülről virágozz.

A fájdalmat hagyd meg estére a 4 fal közé, és ragyogj úgy, mint a Napsütés.

Hidd el, ha napközben ragyogsz, estére mindig egyre kevésbé fog fájni, és egyszer csak észreveszed, hogy mosolyogva feküdtél le aludni.

*Árvai Alexandra*



# ITT VAGYOK

## Olyan nagy kérés?

A történetünk egy apa és fia megromló kapcsolatáról szól. Az apa Federick és a kamasz végzős fia Maxmiliam, röviden Max. A köztük lévő kapcsolat nem mindig volt ennyire viharos. Mikor Max még kisgyerek volt, akkor ugyanolyan jó viszonyt ápolt apjával, mint a többi testvére, de ahogy növekedett és cseperedett a fiú, ez megváltozott. Mivel ő volt a legidősebb testvér mind az öt gyerek közül, és az apja tőle várta el a legtöbbet, ami megfelelési kényszert okozott neki, majd később az anorexia is kialakult nála.

Történt egy nap, hogy Max elég paprikásan csukta be a hűtőnek az ajtaját, mivel a joghurtja szőrén- szálán eltűnt.

-Sose tudod becsukni rendesen annak a szerencsétlen hűtőnek az ajtaját?-kérdezte Federick az étkezőasztalnál ülve, miközben felnézett az olvasandó újságja felett. Max megforgatta a szemét.

-Nem, mert megint valaki megette az én kajámat!-mondta a fiú kicsit zabosan, így is stresszes volt a mai nap miatt, hisz ma este lesz a szalagavatója, és ideges azért, hogy minden sínen menjen.

-Az a valaki a kisöccsed Nathan volt, kérte én meg oda adtam neki, majd kapsz másikat!-mondta az apa, és lapozott egyet az újságban.

-Egyszer akarok önszántamból enni, de már az is baj neked -dünnyögte, majd a táskáját a vállára kapta, ami a lépcső alján volt kikészítve, és el is viharozott a táncpróbára.

A táncpróbán serényen próbálgatott a végzős évfolyam a keringőt, és azután az osztálytáncot. Épp Max osztálya próbálta a keringőt, hisz ez már a főpróba volt számukra, mindjárt megérkeznek a vendégek. Miután befejezték a keringőt, Max leült az egyik padra, mivel eléggé megszedült. Pár osztálytársától kapott is megjegyzéseket, a mentális betegségéről, de már csak lepergett róla.

-Minden rendben?-kérdezte barátjától Iván, aki odaült mellé a padra. A másik srác csak sóhajtott egyet.

-Megint veszekedtél apáddal?-kérdezte tőle a magas, orosz srác. Max csak bólogatott.

-Próbál úgy viselkedni, mintha nem történt volna semmi a nyáron, úgy viselkedik, akit egyre jobban nem érdeklek..

-Sajnálom...de tudod, hogy rám számíthatsz? -Max csak elmosolyodott.

Eljött a várva várt pillanat, mikor már az iskola tornaterme csordultig tele volt emberekkel. Minden szem rászzegeződött a terem közepén táncoló végzős osztályra. A keringő után volt egy kis szünet, ahol a diákok a



# ITT VAGYOK

szüleivel lehetnek, vagy a fotófalnál csinálhatnak képeket, vagy éppen esetleg elszívnanak egy kis dohány-féleséget az udvaron. Max is az utóbit tette, amint véget ért a keringő, kiment az udvarra, hogy ne kelljen beszélnie az apjával, hogy éppenséggel melyik lépést rontotta el ismét. Max leült egy padra, majd elővette a nikotint tartalmazó rúdját, meggyújtotta, majd elkezdett jó nagyokat beleszívni. Hirtelen megjelent mögötte az apja, és se szó, se beszéd, csak úgy leült mellé. Majd, ő is meggyújtotta a szivarhoz hasonló cigarettát. Beleszívott ő is, majd kifújta a levegőt, majd megszólalt.

-Anyád aggódik érted, rosszul esett neki, hogy nem jöttél oda hozzánk miután végeztél-mondta semleges hangon. Max, csak vállat vont.-Miért nem jöttél oda?

-Mert nem volt kedvem-felelte ridegen. Az apa csak összeráncolta a homlokát.

-Miért?-kérdezte. Csak ennyi jött ki a torkából, semmi más, érzem sem volt leolvasható az arcáról.

-Mert szimplán elegendő van abból, ahogyan rávilágítasz a hibáimra! Elegendő van abból, hogy mindenért én

vagyok a rossz, a testvéreim pedig egy angyalok. Főleg, ami a nyáron történt, ott se láttam tőled semmi érzelmet! Amióta kiderült, hogy anorexiám van, még jobban elhidegült a kapcsolatunk. Olyan nagy kérés lenne az, hogy legalább egy érzelmet kiváltsak belőled? Tehát, hogy nagy kérés az, hogy figyelj rám? Federick nem szólt semmit, csak mélyet szívott a cigibe. Bezzeg akkor figyeltél rám, mikor hatodikban nem kértem szorgalmi feladatot, aztán megbüntettél.

-Még mindig ezen rágódsz?-kérdezte ingerülten a férfi.

-Igen! Mindig csak én, én, és én vagyok azért a hibás, fogalmam sem volt arról, hogy ha megcsinálom azt a kicsesztett feladatlapot, akkor ötöst kapok érte. Tényleg olyan nagy kérés az, hogy végre figyelj rám is!-mondta, s eldobta a cigi-csikket, rátaposott, majd lendületesen visszament a tornacsarnokba.

*Rideg Adél*



# ÉS A MIKROFONNÁL...

## Ki van a maszk mögött?

Nemrégiben volt szerencsém elnézni életem első olyan csoportos foglalkozására, ahol csoportterápiaszerűen beszélgettem több emberrel a párkapcsolatok és általában a kapcsolatok témáról. Ezt a foglalkozást történetesen Hézl József és Horváth Petra tartotta nekünk a kollégium előadótermében.

Ez egy 5 alkalmas csoportfoglalkozás, amelyen először magammal együtt 7-en vettünk részt. Kicsit eleinte megszeppenve, de idővel már kissé ellazultabban tudtuk teljesíteni az ismerkedést megkezdő feladatokat. Miután pedig ez véget ért, esélyt kaptam arra, hogy interjút készítsék Hézl Józseffel, a kollégium mentálhigiénés szakemberével, a Kalitka számára. Előljáróban annyit, hogy engem alapvetően is nagyon érdekel a pszichológia, így már nagyon vártam ezt a beszélgetést, illetve Hézl József egy kiváló és érdekes interjúalannak bizonyult számomra.

József a karrierjét eleinte magyar szakos és hittan szakos tanárként kezdte, 12 évig dolgozott szakképzésben a Váciban és a Vörösmartyban és 4 hónapot a Waldorfbán. Mindezzel párhuzamosan pedig a Prohászka Ottokár templomban tanított hittant is. Viszont már ekkor is, mint most is, leginkább az önismeret érdekelte és próbálta átadni tudását diákjainak. Mivel úgy érezte, hogy jobban szeret beszélgetni és kapcsolódni a tanítványaihoz, és erre az iskola 12 év után nem adott elég teret, így egy nap úgy döntött, hogy elmegy a Semelweis Egyetemre mentálhigiénés szakképzésre. Elmondása szerint a mentálhigiéné leginkább azt takarja, hogy hogyan tudjuk megőrizni a lelki egészségünket. Jómaga pedig 10 éve dolgozik a mentális egészsége fenntartásán, mára pedig már kommunikációs és problémamegoldó tréningeket és workshopokat is tart.

Arról is kérdeztem, hogy mivel ő hívő ember, volt-e olyan eset, ahol gondot jelentett a teológia és a pszichológia összeegyeztetése. Erre teljes természetességgel azt válaszolta, hogy még sosem okozott számára ez gondot. Mi több, mikor a Prohászkaiban hittant tanított, maga a plébános is mentálhigiénés szakember volt, akinek köszönhetően lépett ő is erre pályára. Azért nem is volt probléma ebből, mivel József olyan nyugalommal szól az emberhez egy beszélgetésben, akárcsak amikor Istenhez intéz egy imát.

József egyébként nagyon szoros kapcsolatot ápol a klienseivel. Az iskolákból, ahol tanított, rendszeresen felkeresi őt a diákjai, vagy ha netán összefutnak, szívesen váltanak vele pár szót. Nyilvánvalóan ilyen kapcsolatok a kollégium lakóival is kötődtek. Mivel jól ismeri párunkat, így bátran kijelenthette, hogy szerinte a legnagyobb problémát okozó jelenség a generációnkban az, hogy nem tudjuk hogyan kapcsolódjunk egymáshoz. Mivel többnyire kamaszok vagyunk, így kevés eszközünk van arra, hogy hogyan ismerjük meg a másikat. Így maszkok mögé bújunk és szerepeket játszunk, hogy a többi ember szimpatikusabbnak tartson minket. Kinek nem inge, ne vegye magára, de leginkább ez az életmód a valamilyen módon bántalmazott gyerekkorra vagy múltra eredeztethető, amiből az egyén ki akar törni és egy új közegben, új emberként akar viselkedni. De számára mindig is fontos volt, hogy belásson ezen maszkok mögé. A csoportos foglalkozásokkal szemben azt gondolja, hogy vannak témák, amiket érdemesebb egyéni foglalkozásban megbeszélni, de vannak olyanok, amelyek teret kaphatnak a csoportban is. A csoportfoglalkozásokon meg lehet osztani



# ÉS A MIKROFONNÁL...

egyéni történeteket másokkal, kérdéseket feltenni, vagy akár az ott hallottak által fejlődni a témában. Ugyanakkor ezek az alkalmak sosem fognak olyan mélyre menni, mint az egyéni terápia, de nem is ez a feladatuk. A legfontosabb mindkét helyen a biztonság és a szimpátia, ahhoz hogy kissé meg tudjunk nyílni. Összességében mindkét terápia fejleszt és előre visz valamilyen formában.

A mostani foglalkozásban, amelyen én is részt veszek, a „Párkapcsolatok” témában szoktunk beszélni. Így az ehhez kapcsolódó kérdéseimre is választ kaptam. Az egyik ilyen az volt, hogy mit tehet két ember, ha egy mérgező párkapcsolatban élnek, de szeretik egymást és szeretnének ezen változtatni. Ezekben a kapcsolatokban a legtöbb gondot a kötődési problémák, a másiktól való leválás, vagy a másik határának folyamatos átlépése okozza. Javítani ezen csak úgy lehet, ha a két fél elhatározza magát emellett, képes változtatni és határokat fenntartani a másikkal szemben. Ezt leginkább pszichoterápiával és önképzéssel tudja elérni.

De a legfontosabb mind közül, hogy az embernek legyen annyi önreflexiója, hogy fel tudja mérni, hogy nem egészségesen kapcsolódik a párjával és az, hogy ezt helyre akarja hozni. Borzasztó fontos kérdés még az is, hogy az az ember, aki elvesztette a bizalmát a kapcsolatok és párkapcsolatokkal szemben, hogyan tudja visszanyerni azt? A válasz egyszerű, mégis nehéz. Ha az ember erre rájön és tényleg segíteni akar magán, akkor csak önismereti munkával tudja elérni. Az nem elég, ha könyveket olvas. El kell mennie mentálhigiénés szakemberhez, vagy ha kell, klinikai pszichológushoz. Ha sérült a kötődésével, valószínűleg már nem tud magától ezen javítani. Azt is megválaszolta, hogy ő akkor szokta tovább küldeni a pácienseit egy másik pszichológushoz, vagy komolyabb szakemberhez, ha úgy érzi, hogy azok megrekedtek egy szinten. Végül pedig rákérdeztem, hogy József személy szerint mit tart egészséges párkapcsolatnak. Szerinte a legfontosabb az egyenrangúság, hogy a két fél kölcsönösen tisztelje a másikat és elfogadja a másik szerepét mint nő, vagy férfi. Illetve, hogy miután elszáll a rózsaszín köd, el tudja fogadni a másik hiányosságait vagy épp hibáit abban a kapcsolatban és együtt tudjon vele élni.

Végzónak pedig itt a fejlődésről egy gyönyörű megfogalmazás, amely az egyik kedvencem a Hézl Józseffel folytatott beszélgetésből:

„Az érzés, a gondolat és a cselekvés – ezek egymásra hatnak. Ha az egyik megváltozik, az hat a többire is. Erre buzdítok mindenkit, hogy legyen tudatos ebben. Ha valami hirtelen megváltozik, az a többire hogyan hat. Ezt regisztrálja magában és pozitív irányba tolja.”



*Kovács Szilvia*



# ÉS A MIKROFONNÁL...

## Befordultam a konyhába

ZÓLYOMINÉ HETESI ANDREÁVAL BESZÉLGETTEM, AKI ÜZLETVEZETŐKÉNT DOLGOZIK A MENZÁNKON. A BEÖLTÖZÉS UTÁN KÖRBEVEZETETT ÉS KÖZBEN VÁLASZOLT A KÉRDÉSEIMRE.

*Ön milyen szerepet tölt be itt a menza életében?*

-2024. február óta dolgozom itt. A feladatomban az egység és az ahhoz tartozó tálalókonyhák felügyelete. Ehhez tartoznak az emberek, a munkafolyamatok lezajlása. A kollégium mellett van 9 tálaló konyha, az oda való kiszállításért is én felelek, emellett a személyekért, kollégákért és a szabályok betartásáért.

*Hogyan zajlik a más helyekre való főzés?*

-Jelenleg 9 tálaló konyha tartozik hozzánk, körülbelül 2300 adagnyi ebédet főzünk, illetve készítünk tízórait, uzsonnát meg a kollégiumoknak reggelit és vacsorát. Tartoznak még hozzánk óvodák, általános és középiskolák, illetve a fiú- és a lánykollégium. Itt megfőzzük az ételt, és kiküldjük a tálalókonyhára, ahol az ottani személyzet kiadja a gyerekeknek.

*Hogy zajlanak az ételkészítési folyamatok?*

-Mindent aznap készítenek el frissen. Korán elkezdik a munkálatokat, ételfüggő, van, hogy már reggel nekiállnak az ebédnek. Fél 10-re legkésőbb kész van az ebéd, hogy időben kiszállítsák a különböző helyekre.

*Kik főznek? Van beosztás?*

-A konyhai kisegítők (konyhás nénik) be vannak osztva, hogy ki foglalkozik a mosogatással, ki vesz részt az előkészületekben. Ahogy a folyamatok megkívánják a feladatot, úgy osztja be a séf a feladatot az asszonyoknak.

*Ki dönti el a menüt?*

-Központilag van egy megtervezett menü, amit mindig meg lehet nézni előre.

*A pontos receptek megvannak határozva?*

-Pontos receptúrával dolgozunk, van egy rendszerünk, ami mindent pontosan kiír, főzési utasítást és pontos receptet adunk ki azon keresztül.

*Hogyan zajlik az árurendelés?*

-Pályázatok útján vannak adott cégek, akiktől mi rendelhetünk. A nyersanyagok rendelése is hasonló felületen, egy élelmezési programon keresztül történik, ugyanúgy, mint a mennyiségek kiszámítása. A rendelési program tartalmazza a termékeket, amit megrendelhetünk, a beszállítókat. A programon keresztül tudunk mindent kiválasztani.

*Mennyire tudják jól kiszámolni az adagokat?*

-A rendszer mindent pontosan kiszámol. Beírjuk az összes intézményt és az igényeket. A létszám alapján megkapjuk a nyersanyag összesítést, ennek megfelelően rendeljük be az árut és készítjük el az ételt.



Vargha Villő Virág



# ÉS KI VAN A MASZK MÖGÖTT?

## A mi szorgos méhünk, Turi József

*Miért lett karbantartó és miért itt?*

-Ez jött össze és itt hirdettek karbantartói állást. A lány kollégium szimpatikus volt, feltételeztem, hogy nincsenek akkora rongálások, meg viszonylag normálisabbak, ami aztán beigazolódott.

*Minek készült, mit tanult?*

-Nem karbantartónak, de nem volt konkrét. Gimiben végeztem Pápán.

*Milyen helyzetekkel találta eddig szemben magát?*

-A dugulás a legáltalánosabb a mosogatás miatt, meg a szép hosszú haj az nagyon jó, csak nem a csapban. Régebben a lámpákat megcsináltuk mi, most már nem igazán van hozzá anyag. Voltak vicces helyzetek is például a lelegején, mikor egy elsős beírta, hogy valamelyik szobában "valami bök az ágyon". Felmentünk, megnéztük, végigtapogattuk, semmi. Megvártuk a lányt a portán és a végén kiderült, hogy rosszul írta be a szobaszámot, még az emelet sem stimmelt.

*Ezekén kívül mi még a feladata?*

-Amit mindenki tud, a napi leszemetelés és utána a füzetben, amiket beírtok, meg a rutinn munkák: fű- és sövénynyírás, kertrendezés.

*Hogy néz ki egy napja a koliban?*

-Reggel bejövök, összekészülődök, megkérdezem a portán, hogy van e valami sürgős, de van, hogy már csörgetnek, mikor jövök, ha gond van. Reggel van egy söprés, 8-kor megindulok a kukázással, utána meg a hiba-bejelentő-füzetben ami van. Ha nem olyan sok, akkor lehet csinálni az egyéb dolgokat: műhelyben, kisebb javítás, vagy ha szezon van, akkor a kinti munkák. A zárrakkal szokott lenni még reggel probléma, hogy szólnak, ha a szekrényt nem tudjátok kinyitni és iskolába kell menni, akkor felmegyek és próbálom megoldani.

*A liftekkel kapcsolatos dolgok Önt érintik?*

- A lift nem a mi rezortunk, de ha valaki bentragad, a mentésben mi is segítünk, nem várjuk meg, hogy kiérjenek a liftesek, hanem szintre tekerjük és kiengedjük. Volt egy gyors oktatás a karbantartóknak és a portásoknak, hogy ki tudjuk venni biztonságosan, aki bentmaradt.

*Mások e a diákok, mint az ő korában?*

-Biztosan mások egy kicsit, de lényegében minden gyerek ugyanolyan. Valamennyit biztos, hogy változtak, meg mi sokkal jobbak voltunk annak idején, persze... De majd ti is ugyanezt mondjátok a következő gene-



# ÉS A MIKROFONNÁL...

rációnak.

*Van hobbija?*

-A méhészkedés, pár családdal méhészkedem otthon, ez eléggé kitölti az időmet, főleg tavasztól nyár elejéig.

*Mi a szerepe ebben?*

-Úgy kell elképzelni van nálam pár méh család kaptárokbán, azokat rendezni, kezelni kell tavasztól elkezdve.

*Ez csak hobbi, vagy valahol tanulta?*

-Ez csak hobbi, unokatesóm méhészkedett és tőle lestem el az alapokat.

*Mióta csinálja?*

-Tizenpár éve.

*Ezen kívül van valami más érdeklődési köre?*

-Otthon kertészkedem, emellett kirándulni is szeretek.

*Lenne kérése a kollégisták felé?*

-Ha beírják a portán a füzetbe a hibát, a szobaszámot mindenképp írják oda, mert hosszas nyomozások szoktak lenni. A mosogatásnál az előző napi maradékot ne a csapba próbálják meg leküldeni, mert úgysem fog sikerülni.

*Vargha Villő Virág*

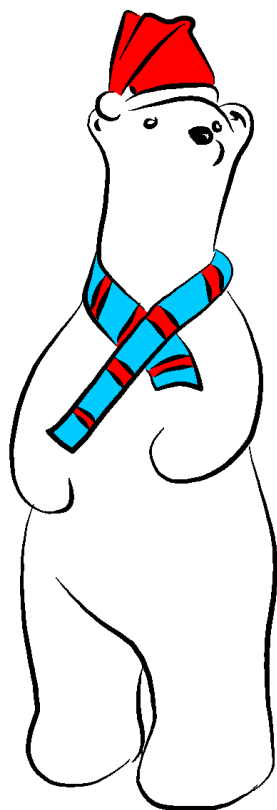


# BEZZEG AZ ÉN IDŐMBEN...

## Yakari az én nevem

Amikor kisgyerek voltam, és megkérdezték, mi szeretnék lenni, ha nagy leszek, sosem átlagos választ adtam. Büszkén feleltem, hogy indián leszek. Sátorban fogok élni, és az állatok nyelvén fogok beszélni. Ezt mindig magabiztosan hangoztattam, és ezt a rajongásomat a Yakari című rajzfilmsorozat ihlette. A Yakari minden nap ment a Minimaxon, és sosem hagytam ki egy részt sem. A történet egy kis indián fiúról szólt, akinek Kismennydörgés nevű lova és Nagysas nevű totemálata volt. Yakari különleges képessége az állatok nyelvének megértése volt, és ez engem is teljesen elbűvölt. Én is szerettem volna beszélni az állatokkal, de sajnos nem sikerült. Még Bendzsi kutyámat is megettem betűlevessel, hátha tőle megered a nyelve, mint Locsi-fecsi Márta című rajzfilmsorozatban Mártának, a beszélő kutyának, de hiába. Bendzsi csak hallgatott, miután jól teleette magát. Akkoriban arra vágytam, hogy legyen olyan okos, hogy megírja a házi feladatomat, de ez az álmom sajnos sosem vált valóra. Yakari hatására karácsonyra indiánruhát kértem a Jézuskától, és egy lovat, pont olyat, mint Kismennydörgés. A ruha meg is érkezett, de igazi ló helyett egy plüss lovat kaptam. Bár kissé csalódott voltam, hamar megszerettem, mert a plüss majdnem úgy

nézett ki, mint Kismennydörgés. Állandóan magammal hordtam, és azt kívántam, bárcsak életre kelne – de persze ez sem történt meg. Otthon folyton indiánruhában rohangáltam, és mindenáron abban akartam menni óvodába és később iskolába is, de anya nem engedte. A farsang viszont más volt! Indiánnak öltözhettem, és édesanyám még egy kis verset is írt nekem: "Yakari az én nevem, indiánnak születtem, állatok nyelvén beszélek." Bár a verset lámpaláz miatt nem mondtam el, anya és én tudtuk, milyen jó volt. A következő évben sasnak öltöztem farsangra – szintén Yakari világának hatására –, és anyukám olyan csodás jelmezt varrt, hogy tortát nyertem vele. Otthon sátrakat építettem takarókból és székekből, és néha még az udvaron is aludtam sátorban. Csak egy gond volt: féltem egyedül, így anya is velem aludt kint. Ez az indiánkorszakom harmadik osztály körül ért véget, de még sokáig szerettem erdőkben sétálni, remélve, hogy találkozom egy szarvassal vagy rókával, akivel beszélgethetek. Mindig vártam, hogy megjelenjen Nagysas, és tanácsot adjon, mint Yakarinak. Ez az időszak varázslatos volt – tele álmokkal és csillogással, amit csak a gyermeki képzelet tud nyújtani. Akkor még minden lehetségesnek tűnt. Bárcsak ma is képes lennék ugyanígy elmerülni az álmvilágomban!



Zsoldos Virág



# BEZZEG AZ ÉN IDŐMBEN...

## Dugulás az óvodában

Szereted az óvodát? Hát én nem. Kifejezetten nem. A pontot már csak az tette fel az Í-re, amikor az alábbi eset történt velem ott. Rémesen éreztem magam utána...

Szóval, az egész otthon, az ágyamban kezdődött, amikor is anyu váratlanul benyitott a szobámba, magával sodorva a tavaszi reggel hűvös illatát. Na meg a nyugtalanság szagát, mert rendkívül nyugtalanított, hogy még csak kedd volt, hogy aznap oviba kell menni, hogy ott is kell maradni, hogy egyáltalán fél kellett kelnem, otthagya a végre izgalmas álmomat... Kiborultam. Azonban anyukámnak volt egy meglepetése, ami kicsit feldobta a napomat: a kezembe nyomott egy rózsaszín, csíkokkal tarkított, fodrozott törölközőt.

-Na, mit szólsz? - kérdezte - ezt neked vettem az oviba.

Nagyon megörültem neki, és elhatároztam, hogy mint egy kisállatot, magammal hurcolom minden-hová. Igen, minden-hová! Kajálni, aludni, haza, oviba, utcára, wc-re, és még zuhanyozni is velem jön! Nos, ez mind szép és jó, csakhogy összvissz fél napig éltem így a törölközőmmel, mert a sors elvette tőlem. Biztos így nézett rám, hogy: -Nézd má', az a kölyök amottan egy törölközővel barát-kozik! Hát Isten bizony, ilyet sem láttam még! Elveszem tőle, hadd szórakozzak a kiadásának folyamatán! Hahahahaaa!

Szóval bizonyára akkor éppen ezt gondolhatta a sorsom. Pedig még magamra is kötöttem szegény törölközőt, az én rózsaszínű, rózsaszín fodros törölközőmet! Valahogyan mégis eltűnt. Aznap, kedden délelőtt még megvolt, beszélgettem vele, körbevezettem, megittam szappannal, elvertem vele az Ákost, szép idők voltak. Délután azonban tragédia történt. Éppen sétáltam fogat mosni az ovi fürdőszobájába. Fogat is mostam, majd a derekamhoz kaptam, hogy a rákötött törölközőmet használatba vegyem. Abban a pillanatban rögtön ledermedtem.

Az akkori egyetlen normális barátom, a kisállatkám, az élettársam, a gyönyörű RÓZSASZÍN FODROS TÖRÖLKÖZŐM elveszett!! A frász kapott el, azon nyomban elkezdtem keresni. Benéztem minden szekrénybe, a szőnyegek alá, a csoporttársaim személyes holmijait is áttúrtam, de nem találtam sehol. Azt hittem, hogy belehalok a tehetetlenségbe. Aznap kaptam és máris elvesztettem. Szörnyű volt! Már semmi sem érdekelt, még a Krisztina dühös monológja sem, amit szerintem azért kaphattam, mert átrendeztem a tornaszákját a törölközőmet kutatva. Ami nem lett meg. Végül egy helyben állva morfondíroztam és küzdöttem a sírógörcsrel. Nem jutottam semmire.

Amikor anyukám este megjelent a terem ajtajában, én meg végre kiszabadultam a szobából, ahova egész nap tehetetlenül be voltam zárva, zokogva anyu nyakába borultam.

-Mi az, Vikikém? - kérdezte rémülten anyu, de mivel nem válaszoltam az óvónőt is megkérdezte, mire az elgondolkozva ennyit mondott:

Ú-Úgy látom, egyáltalán nincs a többi gyerek társaságában, talán a magány lehet az oka. Szerintem tartasuk itt jövőre is, hátha jobban sikerül szocializálnia.

Ha valami, ez aztán rendesen feltolta bennem a pumpát.



# BEZZEG AZ ÉN IDŐMBEN...

Lélegzet-visszafojtva álltam arrébb és rezzenéstelen arccal, meghökkenve néztem az óvónőre, aki sajnos nem vette az adást, így ráhagytam. Mindegy, honnan is tudhatná, mi az én problémám... Bezzeg azt nem említi meg, hogy tudom mennyi 10.000 x 10.000! Vagy, hogy tudok nyomtatott betűkkel írni! Csak arról cseveg anyukámmal, hogy mennyire elcsesztett a baráti társaságom. Klassz!

Amúgy meg! A többi gyerek mind olyan volt, mint akik nem is oviba, inkább elmeógyógyintézetbe járnak! Persze, hogy nem barátkoztam velük!

Szóval hazamentem. Végre! Anyunak persze utólag elmondtam, mi a valódi oka a szomorúságomnak. Félttem, hogy mérges lesz, amiért elvesztettem a törölközőmet, de hamar elfogadta, azt mondván, hogy holnap biztos meglesz. Erre megkönnyebbültem.

Másnap nyugősen keltem fel, mint mindig, de a lelki szemem előtt ott lebegett, hogy mégiscsak van okom bemenni az óvodába, mert meg kell találnom a rózsaszín fodros törölközőmet. Amikor beértünk anyuval az épületbe, eszembe jutott, hogy a fürdőszobában lévő zuhanyfüggőnytartó szekrényben még meg sem néztem. Hipersebességgel viharoztam hát a fürdő felé, de volt egy kis bökkenő. Nem lehetett oda bemenni. Furcsa, egyenruhás, dühös bácsik ólálkodtak bent és a bejárat el volt torlaszolva.

-Kik ezek? – böktek oda, csak úgy a semmibe kérdező. Valaki válaszolt is:

-Dugulásbeállítók. Az óvónéni mondta.

-Óóó. – világosodtam meg – Nem inkább duguláselhárítók? – kérdeztem vissza.

-Nem! Nem! Nekem van igazam! – üvöltött rám az ismeretlen gyerek, majd elszaladt.

Hát most már legalább értitek, miért utálok oviba járni.

Tehát kiderült, hogy a wc rejtélyes módon eldugult, így a folyosó túloldalán lévő terem mosdóját kellett használnunk.

-Valószínűleg már megint az Oszkár használt el egy egész tekercs wc-papírt, mert ügyetlen és nem tudja megoldani magának azt, amit akkor csinálunk, amikor felkelünk a wc-ről. Ez egyébként pont nem izgat, azonban amíg a bácsik ott ténferegnek, nem tudok bemenni a törölközőmért – gondoltam. Egész nap türelmetlenül vártam, de csak nem sikerült megoldaniuk a dugulást. Megint sírva mentem haza. Elbuktam. Az élettársam, az egyetlen, akire bármilyen titkot rá mernék bízni talán ott szenved a függönyös szekrényben. Hogy hagyhattam el?

Harmadnap, vagyis csütörtökön a reggelem ugyanolyan volt, mint az eddigiek. Már kezdtem feladni a keresést, mert szerdán még a talált tárgyakat is megnéztem, de a törölközőm nem volt ott.

Azonban a remény hal meg utoljára, szóval csütörtök reggel az oviban már nem kerestem, inkább csak ültem a szőnyegen egymagamban és vártam a csodára. Ülhettem ott kb. 4 órát, mert közben eléggé elbambultam és elkezdtem filozofálni, meg talán meditálni is, így arra sem kaptam fel a fejem, amikor az óvónő hívott a terem másik sarkába, hogy olvassam le a dobókockáról, hogy hányast dobott az egyik csoporttársam. Így hát odahúzott a csoportfoglalkozáshoz, amelynek az volt a lényege, hogy dobsz egy papírból készült, fél köbméteres dobókockával, majd megmondod mennyit dobtál. Kész agyrem! A többi gyerek hol tarthatott fejlettség szempontjából? Vagy talán



# BEZZEG AZ ÉN IDŐMBEN...

az ő véleményük is hasonló volt az enyémhez?

Ezután még ráadásul az óvónők azt mondták, hogy aki először kidobja a 6-ost, az kap egy cukorkát. A többi gyerek egymást fellökve ömlött oda, a dobókockát pedig természetesen teljesen összegyűrték. Az óvónők erre elkezdtek invitálni, hogy csatlakozzak, mert az ajánlat egy cukor, egy cukor! Mintha nem érteném. 10 percen keresztül próbálták ezt megértetni velem, én meg csak ültem és majdnem felrobbantam a dühtől. Végül meguntam és kiböktem, hogy nem szeretem a cukrot. Erre mondták, hogy van mazsola is, mert azt imádtam. Na ne már! Hülye lettem volna berohanni a tömegnyomorba, kockáztatva a testi épségemet. Egy gyerek zakózott is egyet, mire elsírta magát. Délután már nagyon kivoltam, fájt a fejem, minden bajom volt, már teljesen feladtam a törölközős téma reményét, ugyanis az egyik óvónő szavait hallva tudtam meg, hogy a fürdőszobában lévő szekrényt kiürítették valamiért. Úgy éreztem, semmi esélyem a sírógörcs ellen, de kitartottam, amíg csak bírtam. Hirtelen felkiáltott az egyik duguláselhárító:

-Megvan!

-Megvan, megvan..! Bezzeg az én rózsaszín fodros törölközőm nincs! – dühöngtem magamban.

Ekkor a csoport elkezdett röhögni, szinte szakadt belőlük a kacagás, így felnéztem a mi mosdónkkal szemben lévő padról. Abban a pillanatban úgy éreztem, ott helyben elpárologok.

Az egyik bácsi a kezében tartotta azt, ami eldugította a wc-t. Egy rózsaszín, fodros törölközőt. Elvörösödtem. Elvileg annyira, hogy az egyik gyerek azt hitte ördög vagyok és megijedt tőlem.

-KI MERTE EZT TENNI AZ ÉN RÓZSASZÍN, FODROS TÖRÖLKÖZŐMMEL?! KI?! KI A BÁNAT MER SZEMBESZÁLLNI VELEM?! -sajnos ezt nem csak gondoltam. Ordítottam. Az utána a helyre borult síri csöndből tűnt ez fel. Hát, csodálatos gondolatokat szül, ha az ember keres valamit, majd megtalálja a wc-ben. Azóta sem derült ki, ki a tettes, de én soha többé nem vittem magammal törölközőt. Mindig másét használtam. Ez az eset hatalmas lyukat égetett a lelkembe.

*Paár Viktória*



# ZENE AZ KELL

## Hazahívó hang

Egy gyereket nagyon sok minden formál, ameddig fel nem nő. De legfőképpen az, amit a környezetéből átvesz.

Az apukámnak úgymond hobiból van egy horvát folklór zenekara, ami bár már nem nagyon tevékenykedik, amikor kicsi voltam, a fénykorát "élte".

A szüleim elváltak amikor még kicsi voltam, és apukám ebben az időben sokszor vitt engem és a bátyámat a zenekari fellépéseikre és próbáikra.

A zenekar apukámból és sok jó barátjából állt, akik mind szerették a hagyományőrző zenéket. Amíg apáék zenéltek, addig egy ugyanilyen horvát folklór táncársulat táncolt, néha énekeltek is a zenékre.

Sok-sok különböző helyre meghívták őket zenélni, ami azzal járt, hogy sokat kellett próbálniuk a fellépésekre. Ilyenkor én is ott voltam.

Sokszor esténként, a lemenő napnál, ebédkor, kora reggel gyakoroltak apáék. Sok emlékem megmaradt a dalokról és az emberekről.

Soha nem szerettem mások előtt akár szavalni, felolvasni, vagy énekelni, ezért bár titokban és tisztos távolból, de megtanultam a dalokat elénekelni, amiket később ők adtak elő.

Emlékszem, hogy sokszor jártunk 5-8 éves koromban apával Magyarország, Horvátország, és Szerbia különböző helyein, ahol vagy mások hagyományőrző zenéit hallgattuk meg, vagy apáékat. Akárhogyan is, én mindig izgatottan vártam minden előadást.

Bár életem kis részében szereztem ezeket az élményeket, mégis ezek a legjobbak és a legboldogabbak.

Sokáig nem értettem, hogy miért mondják, hogy még fiatal korban van a legjobb dolgunk, és azt kell kiélni, bár még mindig nem vagyok olyan idős, már visszavágyok ezekbe az évekre.

Hiányzik apáék zenélése, az esti táncpróbák, a gyönyörű népviseletek, az új emberek, akiket útközben megismertem, a késő lefekvések, arra kelni, hogy kintről már hallani Horvátországban a zenét.

Ezt nagyon jó volt megélni, soha nem tudnék róla eleget beszélni. De persze aki nem élte meg, az nem is tud belelátni a helyzetbe. Valakinek lehet, hogy ez csak unalmas, régi zene, de nekem nagyon sokszor támaszt nyújtott, nyugalmat hozott vagy felvidített.

Az én életemet mai napig formálják ezek a zenék, új emlékeket hoznak elő és egyszerre emlékeztetnek is a régi időkre, amikor még mindent szépnek láttam.

*Ágics Luca*



# NAPFÉNY JÁRJA ÁT

## Nyár

Az idei nyaram igazán izgalmas volt. Sok koncertet, bulihelyet, illetve még egy fesztivált is meglátogattam. A nyárkezdő koncert egy Dzsúdoló koncert volt Dunaújvárosban, amire akkor éppen a sulí végi nyomás miatt terápiai jelleggel szükségem volt. Nagyon jó helyet szereztünk, a 2. sorban álltunk. Ezután alig egy hónappal az EFOTT fesztiválra voltunk hivatalosak. Eleinte ismerősökkel mentem, aztán megismerkedtem egy internetes barátal élőben is, onnantól kezdve vele és az ő sokrétű társaságával nyomtuk tovább a bulit. Elmondhatatlanul sok pénzt elköltöttünk, és szintén legalább ugyanennyi „mani” csúszott le a torkainkon. A csapat nagyon sokszínű volt, zalaiak, pestiek és baranyaiak is alkották a csapatot. Ezen a fesztiválon is a Dzsúdoló koncertet vártam legjobban. Itt nem volt olyan jó helyünk, viszont a terápiai jelleg sokkal jobban érződött. A koncertje alatt legalább ötször elsírtam magam -jó, lehet egyéb hatások miatt gyengédebb ideg-

rendszerrel léteztem-. Aztán jött egy kis pihi, munka, hogy azért tudjuk finanszírozni az esetlegesen adódó bulikat meg, és hát nem titkolom voltak még bőven. Egy egész bulihetet tartottam. Ez egy siófoki buliból átmenő pesti éjszakába torkollott, majd jött a tűzijáték és utána nyilván a megszőkott Lánchíd melletti iszonyat drága, de nagyon jó zenével bíró helyre mentünk. Utána csak úgy felmentem szintén Budapestre az efottos haverjaimmal találkozni, ott is beültünk és buliztunk is, bár hajnali 4kor féltem kicsit a Blahán sétálni, majd ott mekizni, de itt vagyok még és ezek az emlékek felejthetetlenek számomra. A nyarat egy szülinapi házibulival zártuk, ami szinten jól sikerült, medencéztünk sokat és egyebek...



*Tóth Csongor*



# FELNŐTTNEK LENNI, VAGY NEM LENNI?

## Mikor leszünk felnőttek?

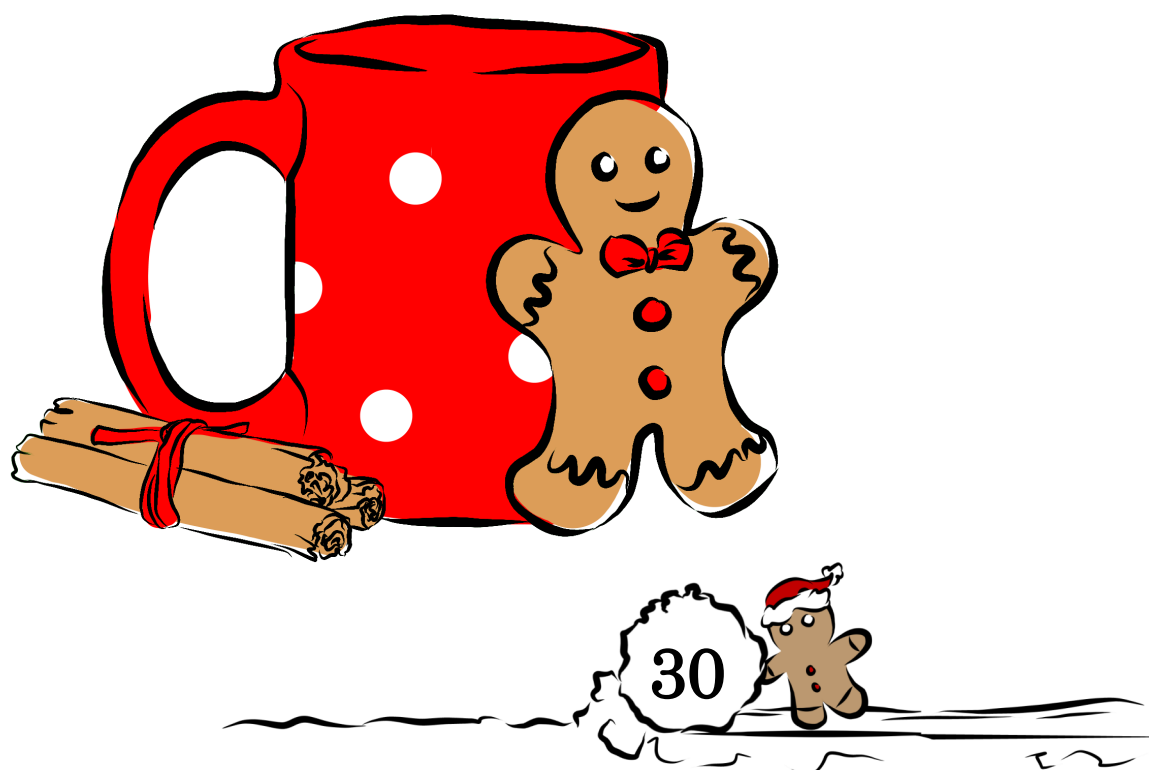
Te gondolkoztál már azon, hogy vajon egy átlagos ember mikortól mondható felnőttnek? Te korhoz kötnéd vagy mentalitáshoz? Talán mindkettő? Vannak-e olyanok, akik hamarabb felnőnek, mint ahogy a mondás is tartja, vagy épp létezik-e olyan felnőtt ember aki nem elég „felnöttes”? A felnőtt létünket azok a dolgok határozzák meg, amiken keresztülmentünk életünk során? Vagy épp a felelősségvállalásunk a bizonyítéka annak, hogy mi bizony már felnőtünk? Ezek és ehhez hasonló kérdéseket vitattunk meg 2024.10.01.-jén a Kalitka újság vitaestjén. Szerintem bátran kijelenthetjük, hogy ez egy olyan téma, amiben mindenkinek megvan a saját véleménye és tapasztalatai. Szóba kerültek mind a saját magunkra vonatkozó felnőtttség kérdése, mind pedig a körzetünkben leginkább felnőttenek tartott emberek viselkedése. Az alkalmon hol nyugodt egyetértésben bólogattunk egymásra, hol pedig szélsőséges véleményeket hallgattunk végig és próbáltuk megérteni egymás álláspontját a témával kapcsolatosan. De a végére mindenkinek sikerült kiegészíteni a filozófiai életképét ezen témában. Csakúgy, mint azt általában átélhetjük a Kalitka vitaestjein.

„Mert hiába mondják a felnőttek, hogy addig örülj, amíg gyerek vagy, minden gyerek tudja, még a legkisebb is, hogy felnőttenek lenni sokkal jobb”

(Janikovszky Éva: Ha én felnőtt volnék)

Remélem legközelebb te is csatlakozol hozzánk! ^^

*Kovács Szilvia*



# KÖLTŐ MADARAINK

## Önbuzdító

Bárki is mondjon mást, nem baj, hogy élsz,  
Igen, ez neked szól, aki állandóan bocsánatot kér,  
A puszta jelenléted nem ér elnézést.  
Akkor se, ha folyton azt éreztetik, hogy veled van a hiba,  
Ne folyamodj rossz döntéshez a negatív emberek miatt,  
Építs a bánat tengere fölött járható hidat.  
Ne várd, hogy mindenki szeressen a sok utáló között,  
Mert sosem fog összejönni és ezzel szíved gyötrőd,  
Szeresd magad, ez az egy számít mindenek fölött.

## Érthetetlen elmúlás

Az élet része a halál, azt mondják,  
És tudom is, de ez nem oldja az ember gondját.  
Próbálok másnak látni a nyilvánvalót,  
De az igazság fájón szívembe hatol.  
Azzal nyugtatom magam, hogy a néni, aki mindig árulta a virágot,  
Már azért nem áll ott, mert épp most lát világot.  
Csak remélni tudom, hogy a facen lévő fekete képek,  
Valaminek a kezdete és nem a vége.  
Áltatom magam, hogy csak tréfa a halál, nem valódi,  
Aki közel van hozzá, vajon sokat aggódik?  
Érezzük azt, ha majd egyszer csak nem leszünk,  
Ha itt vége, utána máshol vajon lesz helyünk?  
Tudok-e majd egy életnek annyira örülni,  
Mint egy vég miatt búsulni, könnyemet törölni?

*Vargha Villő Virág*



# EGY CSOKOR HÁLA

## Gyémántként ragyog Kiss Gyuláné, kollégiumunk volt igazgatóhelyettesének diplomája

A mai napig mindkettőnk emlékeiben megmaradt az első találkozásunk, amikor 41 éve pályakezdőként Ő fogadott. Jolika már az első pillanatban mély benyomást tett rám.

Igazgatóhelyettesként minden gyereket név szerint ismert, ismerte tehetségüket, problémájukat.

Szobájának ajtaja mindig nyitva állt előttünk, tanácsért bármikor fordulhattunk hozzá.

Személyisége, szakmai igényessége, tartása, humora, meghatározták a pedagógusi pályafutásomat, erősítették hivatástudatomat.



*Kiss Gyuláné, Ágostonné Nyeste Gabriella, Virág Andrea tanárnők*

Hagyományt teremtett azzal, amikor januárban „Nemes Nagy Ágnes Hét” keretén belül különböző programokkal emlékezünk meg névadónkról, kinek nevét az Ő javaslatára vette fel a kollégium 1996-ban. Örök emlékeimhez tartozik színvonalas, mindenre odafigyelő, mértéket megtartó jubileumi műsorai. Ezáltal megismerhettem Nemes Nagy Ágnes műveit a „nehezen mondhatót a mondhatatlant.”

Szerencsésnek tartom magam, hogy Jolikával közvetlen kollégaként is dolgozhattam. Példaértékű, nagy hatású pedagógus. Nekem Ő sokkal több volt, mint kolléga, egyszerre volt lelki társam és a racionális, megfontolt érvek és jó tanácsok forrása.

Ezek az évek pályafutásom legszebb évei voltak. KÖSZÖNÖM!

*Ágostonné Nyeste Gabriella  
nyugalmazott nevelőtanár*



# IMPRESSZUM

## Szerzők:

Ágostonné Nyeste Gabriella

Ágics Luca

Árvai Alexandra

Kovács Szilvia

Paár Viktória

Rideg Adél

Sóti Viki

Szabó Zsuzsa

Tóth Csongor

Vargha Villó Virág

## Számítógépes szerkesztés:

Bancsó Blanka

## Segítő tanárok:

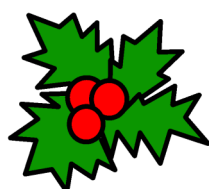
Szabó Zsuzsa

Varga Lilla Anikó

## Illusztráció:

KIKO

a szerkesztőség címe: Székesfehérvári JAKK Nemes Nagy Ágnes Kollégiuma,  
8000 Székesfehérvár, Gyümölcs utca 13.



# ZÁRSZÓ

# Xmass

