

Tartalom:

Bevezető gondolatok
Rövid hírek, információk
Nyári emlék - Országos Találkozó
Könyvek és filmek
Nevető kislexikon
Márai Sándor gondolatai
Van kedvünk



Békés, szép karácsonyt és boldog újévet kívánunk mindenkinek!



és

Jó ügyeleteket!

Debrecen, 2008. december 12.

Rénes László

Bevezető gondolatok

Két hét karácsonyig...

Két hét sincs karácsonyig... Sóhajtok, öröm és teher miatt. Sok a tennivaló, sok az intézni való, sok a gond az ünnep előtt. Mit süssek, kit mivel lephetnék meg, kinek elég csak gyorsan néhány emailt, képeslapot küldenem.

Tökéletes és emlékezetes karácsonyt szeretnék. – teszem fel magamnak magasra a mérce szintjét. Tökéletest, mely inkább gondoskodásom tökéletességéből adódhat majd, a finom mézes sütemény illata a fán, a minden évben valamilyen újonnan készített színes fenyőfa dísz. Emlékezetes, a színesre csomagolt apró ajándék emléke a fa alatt, és a sugárzó arc a kibontás során, majd – mint többször előfordult fiam arcán a csalódás, vagy a „Ja! ezt már tudtuk!” élmény.

Minden évet másnak tervezek, másként képzelem mint az előzőt, de minden évben csak azt szeretném, ha az az elcsépelet megkoptatott és oly sokszor képeslapon sms-ben megkapott közhely költözne az otthonomba: Boldog békés karácsonyt kívánok! Aztán elszégyellem magam. Én magam is kicsinylem, ledegradálom az ünnepet, ha ezekről a szavakról, ha erről a kívánságról így gondolkodom. Feszít, hogy sürgetettség van bennem, mindent el kell intéznem, mindent meg kell tennem. Lesz-e elég időm, van-e elég pénzem, van-e az idén a fiamat „eltaláló” ötletem. Mintha valami karácsonyi megfelelni vágyás hajszolna. Múlik vajon valami ezen?

Tudom, hogy nehéz. Rafinált, cinikus, pénzhajhász reklámhadjáratok között a karácsonyra felkészülni. Annak igazi üzenetét megérteni valóságos művészet. De talán épp ezért legyünk ebben a néhány hétben mindannyian önmagunk. Érdemes kicsit lassítanunk. Elszalad mellettünk a „lényeg”, ha nem figyelünk, főként, ha gyerekek vannak a családjukban.

A karácsony hagyománya a kultúránk része, mindenki más ok miatt ünnepel. Hagyomány a világban, a családokban. A családom, az én karácsonyom hagyományai az a kulturális tőke amit a mamámtól, és édesanyámtól kaptam. És az a jó, itt ezekben a karácsony előtti hétköznapiakban, hogy a hagyomány gyakorlása boldogságot ad nekünk. Nincs más dolgunk, mint ápolni egy kicsit és ellent tartani annak, amit ránk zúdítanak a világból. A karácsonyi hagyományok izgatottságában az a csodálatos, hogy időről időre megismételjük a rituálét, időről időre újrateremtjük a csodát: mézest sütünk, diót törünk, gyertyákat gyújtunk, ajándékokat gyártunk. Talán így év végére, egy lélegzetvételnél időre csupán, de egy kis időre lelassulunk. Időt teremthetünk amit a családjunknak, a társunknak adhatunk. A hagyomány ismétlődés, az ismétlődés biztonságot ad. Harmóniát, békességet. Ezért ragaszkodjunk a hagyományokhoz, hogy maradjanak meg évszázadokon át.

Persze ettől a feladataim nem lesznek kevesebbek. Még ott a bejgli sütés, a játszóház, jön a barátom..... „Valld be, hogy süketelsz magadnak is!” Mondogatom a lelki füleimnek. No de hogy legyen?

Lássuk kicsit másképp a világot! Éppúgy, mint a művészek! Bátran, szabadon, merészen! Találjuk ki annak a bizonyos decemberi hétnek az ünnepváró világát. Távolodjunk a lelkünkben a hétköznapoktól. Teremtsük meg az ünnepünk a készülődés izgalmával, amiben nincs idegeskedés, nincs kapkodás, nincs veszekedés – harmónia, békesség, biztonság van. Karácsony.

Azt a bizonyos decemberi tündérországot mi teremtjük meg, bennünk lakozik. Nem tudjuk megvásárolni, ezt nem pénzért adják...

Csillogó, reményteli gyerek tekintetek, akik számára a világ legtermészetesebb dolga, hogy anya bemehet segíteni az angyaloknak, mert az angyalok szeretik az édesanyákat, nekik megengedik, hogy segítsenek a karácsonyfa díszítésében, a csomagok elrendezésében.

Talán könny szökött a szemedbe, talán eszedbe jutottak régi karácsonyok, nagyszülők, akik már rég elmentek, de egykor veled álltak ott a nagy fa körül, és együtt énekeltétek a Mennyből az angyalt, a Csendes éjt. Gyermekek vagy újra.

És íme a vers melyet gyermekfelnőtségetek nevében ajánlok a Téliapónak! -- hisz ahogy szokták mondani, gyerek nélkül nincs igazi karácsony.

Boldog Békés Karácsonyt, reményteli, izgatott, karácsonyi felkészülést, ünnepvárást kívánok minden kedves ügyelőtársamnak!

TTT. (Veszprémből)

Király Odett - Tina levele a Téliapóhoz

Kedves Téliapó! Először is bocsánat,
hogy tizenöt éve nem írtam semmit.
Tudod, dolgom volt, nem értem rá, mindegy.
A körülményeken ez úgysem enyhít.
Szóval most újra kérek (ahogy szoktam),
hisz ismersz, pofátlanul optimista
vagyok, ha hozzád fordulok, s – mint mindig –
a szabadkozás után itt a lista:

Szeretnék hízni úgy öt-hat kilót
s annyit enni, hogy ne maradjon télre.
Szeretnék pénzt, hogy tudjak fizetni
albérletet barátaim szívébe.
Szeretnék családot: apát, anyát,
testvért, nagymamát, inkább nagymamákat.
Szeretnék egy naplót, egy teleírtat,
elolvasnám, hogy mikor mit csináljak.
Kellene egy srác, egy olyan ékszer,

rám feküdne úgy hetente kétszer.
Kéne egy-két flört, mondjuk a boltban
(kis szem cseresznyék a krémtúróban).
Út kellene vagy út helyett sínek.
Kellene Isten, mint mindenkinek.
El kéne néha menekülni bátran,
egyedül a félelem mozdonyában
s mint húsz éves kislány, újra egy régi,
egy elfelejtett állomásra érni.
Pár jó hely kéne, páratlan helyek,
ahová befúrhatom fejemet:
kispárna, homok és egy latrina.

Előre is kösz! Majd írok! Tina

Segédlet: Hazay Tímea: Az angyalok szeretik az édesanyákat című cikke
(2007. december 10.)

Forrás: www.ringatok.hu



Rövid hírek, információk

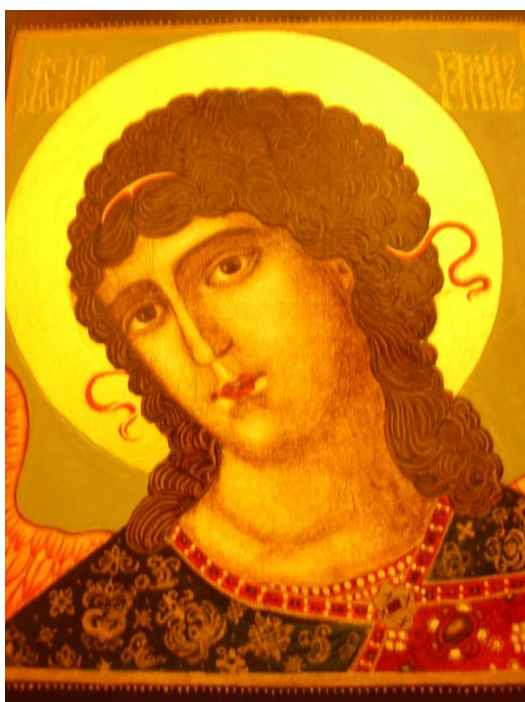
➤ Hajléktalanok orvosi ellátása

A ReFoMix Kht. december 1-től a Dobozi utcán új egészségügyi ellátást vezet be a hajléktalanoknak. Itt éjjel-nappal várják a betegeket. Korábban a hét néhány napján volt elérhető rendelés. A téli időszakban különösen nagy segítség a nonstop elérhetőség.

➤ Adománygyűjtés

Az előző alkalommal írtunk a „cipősdoboz” akcióról, amit a **Baptista Szeretetszolgálat** szervez, és leadhatók az ajándékok a **Híd Kulturális Központban**. (Miklós u. 18.).

A városban azonban nem ez az egyetlen adománygyűjtés. A katolikus **egyház Karitásza** szervezete gyerekjátékokat gyűjt rászorulóknak (itthoni és határon túliaknak), a **Szent Anna Plébánián** veszik át (Szent Anna u. 21.).



A **református egyház** is gyűjt adományokat, a Kálvin téri egyházi intézményekben adhatók le az adományok (ilyenkor inkább ajándékozásra alkalmas holmikat várnak és nem használt ruhát). A **Máltai Szeretetszolgálat** a hajléktalanoknak és fűteni nem tudó szegényeknek takarókat gyűjtenek az Erzsébet u. 24/A szám alatt. A **Tipp Magazin** is gyűjt gyerekjátékokat, mesekönyveket gyűjtenek a Hajdú-Bihar megyei Napló szerkesztőségében (Nádor u. 10.).

➤ Advent

Az advent heteiben számtalan ingyenes programot találhatunk közösségi házakban és egyházi szervezetekben.

A Debrecen hetilapban, ill. a Naplóban is sok ilyen programot ajánlanak. Legtöbbje karácsonyhoz fűződő játékok, előadások, koncertek, de vannak játszóházak és kézműveskedések is, ahol pl. karácsonyfa díszeket, és egyéb apróságokat lehet elkészíteni.

Nyári emlék – Országos Találkozó

A Csillagterem éneke

A Miskolc közvetlen szomszédságában található Miskolc-Tapolca üdülőhely, különleges mikroklímájával, védett parkjával, csónakázó tóval, s a gyógyhatású termálvíz vájtja természetes üregek feltárásaira megépült fürdővel. Az igazi kincs, a fürdővé kialakított barlang, melyet a víz évezredek át vájt ki a kemény mészkösziklákból. A találkozón vendéglátóink egy éjszakai barlangfürdőzéssel leptek meg bennünket. Az éjszakai utazás, a sötét városon át tovább növelte az addigra már sok szájból hallott várt fürdőélmény megtapasztalásának izgalmát.

Páratlan élmény volt az egyedülálló adottságú barlang- és gyógyfürdőben a természet alakította fedett uszodában a hegy mélyéről fakadó kellemes hőmérsékletű termálvízben úszni, fürödni, élvezni a tiszta, minden szennyeződéstől mentes levegőt. Gyógyhatása, - hallottuk az ismertetőben érkezésünkkor - elsősorban a kellemes, gyógyító barlangi klímájának, a gyógyvíz minőségének, valamint a meleg karsztvizének köszönhető. Termál-forrás vízhőmérséklete 29,4°C. A barlangjáratokban is örök tavasz van (30 fokos a levegő hőmérséklete), legyen a külszínen rekkenő hőség, vagy csikorgó fagy.



A fürdés és úszkálás mellett kipróbáltuk a pompás vízesést (dögönyözőt) és a többi vízi attrakciót: az Ó járat vízaramával szemben - vagy éppen annak segítségével - érhattünk el legrégebben feltárt, legszebb barlangi szakasz fürdőmedencéibe.

A "csillag terem" varázslata sokunkat magával ragadott. A barlang kupolája szabályos félgömb alakzat, melyre az égbolt csillagképeit festették. A terem akusztikája a legkisebb suttogást is felerősítette, érdekes és kaotikus hangokat hallottam, szófoszlányokat. Először nem hittem a fülemnek, úgy éreztem minden a teremben velem fürdő szinte mellettem, beszélget. Szükségem volt a vizualitás kontrolljára, hogy biztos legyek abban, amit előtte – beúszva a barlangba – megtapasztaltam. A terem közepén elhelyezkedő sziget körül és a kör alakú pihenő peremen üldögéltek ügyelőtársaim. Akaratlanul is — és telefonos kihegyezett füllel — figyeltem a szódarabokra, hangsúlyokra, melyek egyidőben, és minden irányból érkeztek felém. Figyeltem, a társaimra, ahhoz hasonló „mindent megtapasztalni” kívánó figyelemmel, ahogy a telefon mellett az ismeretlen hívóra. Elsőként szavak, majd félmondatok érkeztek felém. Később sikerült különválasztani hangokat, és beszélgetéseket, mégis valami különös erő folytán a suttogás hangja volt a legerősebb a teremben számomra.

A megértett szavak, melyek elértek különböző érzéseket keltettek bennem. Nem volt szándékos, és csak később értettem meg, hogy azonosultam az elkapott érzésekkel. Ültem a vízben, abban a közegben amelyben

azon társaim is tartózkodtak, akik ezeket az üzeneteket küldték. A víz, a hang, az érzés, a látvány átjárt.

Minden örök mozgásban van, és folyamatosan rezeg. Az ember is rezeg, és mindenkinek a rezgésszáma egyedi. Akit mély bánat gyötör, a bánat rezgését árasztja magából, aki vidám és teljes életet él, annak megfelelő rezgést bocsát ki. Aki szeretetteljes, a szeretet rezgését küldi magából. Minden rezeg, méghozzá a saját frekvenciáján, így a csillagterem, és a csillagterem mindannyiunkat átölelő ásványokban gazdag, földerőt hordozó vize is.

Az ember átlagos sűrűsége 1,02-1,04 kg/m³, ami mindössze 2-4%-kal több a víz sűrűségénél. Az átlagos felnőtt ember 60-70%-a víz. Egy 70 kg-os egészséges ember testében kb. 46 liter víz van. Ha a konyhasó mól-számával szeretnénk kifejezni az ember átlagos koncentrációját, akkor az egy liter vízben kb. 5-10g konyhasó feloldásával keletkezik ugyanez a kémiai sűrűségű oldat. Kémiai szempontból az ember mint vizes oldat ekvivalens egy csipet konyhasóval egy liter vízben!

Az, hogy minden rezeg, azt jelenti, hogy minden hangot kelt. Persze nem minden hangot hallhatunk. Ismereteink szerint az emberi fül általában a 15 és 20000 Hz közötti rezgéstartományban képes érzékelni a hangot. A zene és a kimondott szó - rezgés, amelyet gyakorlatilag mindenki könnyen megért, és értelmezni tud. Mi emberek a környezettől tanultuk a szavakat.

Később elcsendesedett a terem. Aztán ültünk csendben... csak csendben a vízben. Többen. Mind akik egy tevékenységet végzünk, akik valamiért - mindegy milyen indítatásból - segítők vagyunk. És egy férfihang mély zöngébe fogott! És mellé állt egy másik egy hanggal mélyebben...

Kedves zengő férfiak, és daloló asszonyok! Kedves Miskolciak! Így történt! Köszönöm!

TTT. (Veszprém)

Segédlet: Dr. Szász: A víz, mint biológiai memória

Dr. Lénárt László: A Miskolc-Tapolcai Barlangfürdő (A Tavas-barlang és fürdési célú létesítményei kézirata)



Zsongott a terem, és átölelt a kupola, mint egy búra. Egy női hang a Csitári hegyek alatt című dalt indította a zöngés fölé, sorban, csatlakozóban szálltak a női túlsúly könnyed lágy akkordjai. És szállt volna a szív, és a dal, de a barlang rabja volt. A barlangé és a miénk. És amiképpen hang keletkezik, úgy létezik egy mesteri hallgató is, amely érzékeli a hangot: a víz. Az emberi hang, gyógyító frekvenciát képes gerjeszteni. A víz rezgése átvette az együttlétiünk örömét, a sokféleségünk, de talán hasonló gondolataink rezgését testünkéből, és átvette a dalaink fájdalmát, és megkönnyebbülését a szavak, és a zene rezgésén át.

És én csak ültem, ültem... Nem tudtam énekelni, fojtogatott... Sírni könnyebb lett volna, de nem akartam, nem mertem... Csak hagytam... Hagytam, hadd járjon át, ... és éreztem, ahogy mindez a csontjaimig hatol. És megértettem. Átélttem a testemben, amit a lelkemben már egy ideje talán tudok:

Itt otthon vagyok, ide tartozom, itt jó helyen vagyok.

Aha jellegű közösségi csoport élményem volt abban a pillanatban. Csak egy voltam a sok ember közül, csak egy egész „embernyi” része, egy kis anyag mennyiség, egy kis víz, egy kis rezgés, egy kis Tünde, de alkotója a barlangnak, az életnek, a csoportnak. Ott, és akkor, és úgy éreztem eltéphetetlenül. Ezt vittem haza magammal.

Könyvismertető

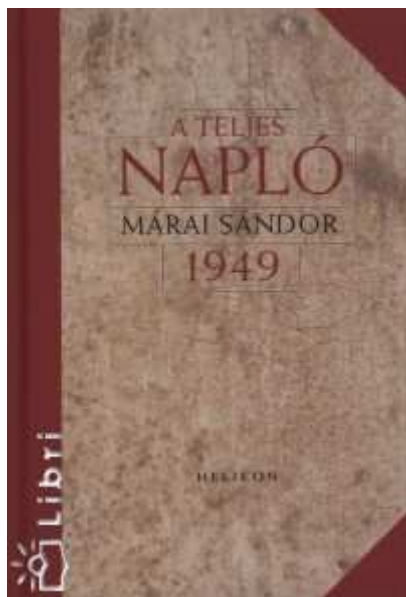
A TELJES NAPLÓ 1949.

[Márai Sándor](#)

Megjelent a(z) [HELIKON KIADÓ KFT.](#) gondozásában. 2008.

Oldalak száma: 472

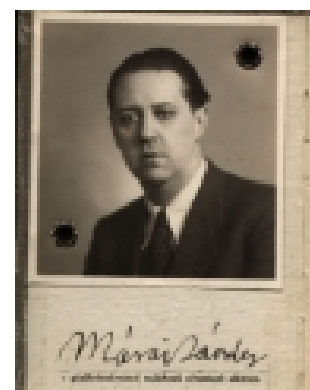
ISBN: 9789632271712



Márai Sándor naplójának eddigi magyar kiadása korántsem teljes - a köteteket vagy maga az író, vagy a kiadó állította össze, esetenként kihagyva a személyesebb, illetve politikailag "kínosabb" feljegyzéseket.

A helyzet orvoslására született az 'Ami a naplóból kimaradt' sorozat, mely szintén válogatás. Teljes naplókiadás tehát nincsen. A Helikon Kiadó ezt a hiányosságot kívánja megszüntetni, amikor új sorozatban közreadja a jegyzetekkel, hely-, név- és tárgymutatóval kiegészített teljes naplót, amely tartalmaz minden eddig megjelent, valamint számos, nyomtatásban még

soha nem közölt, a hagyatékából frissen előkerült feljegyzést. A nagyszabású vállalkozás kétségtelenül hozzájárul majd Márai Sándor, az író és az ember minél teljesebb megértéséhez.



8

Márai Sándor:

Füves könyv - Hangoskönyv - 4 CD

Parlando Hangoskönyvkiadó, 2005. (ISBN: 9638692103)

"Olyasféle ez a könyv, mint a régi füves könyvek, amelyek egyszerű példákkal akartak felelni a kérdésekre, mit is kell tenni, ha valakinek a szíve fáj, vagy elhagyta az Isten. Szeretné elmondani egy ember, hogyan kell lakni, enni, inni, aludni, betegnek lenni és egészségesnek maradni, szeretni és unatkozni, készülni a halálra és megbékélni az élettel." Márai Sándor népszerű gyógyító gondolatait nyolc nagyszerű színész hiteles előadásában hallgathatjuk meg. Előadják: Avar István, Töröcsik Mari, Garas Dezső, Raksányi Gellért, Psota Irén, Sinkó László, Blaskó Péter, Molnár Piroska. Teljes játékidő: 305 perc



„Az egyszerű, szerény, hétköznapi bölcsesség soha nem nélkülözte az idő múlásának nyomkövetését, s a testi-lelki egészség megőrzésének igényét sem. Így nem csoda, ha szinte minden család könyvespolcán ott lapult a kalendárium mellett egy Füves könyv is. Az évszázadok során kikristályosodott tapasztalás az apáról fiúra szálló és ezenközben esszenciává sűrűsödő "gyógykenet" az élet mindennapjaiban igazította el a tévelygőt, miközben a szív, a lélek és test bajaira is gyógyírül szolgált.

Márai az ókori sztoikusok bölcseletén nevelkedett elme, így gyakorlati példákra lefordított igazságainak alapjául az a meggyőződése szolgált, miszerint az életben minden jó a helyes megismerésen alapszik, és a belső szabadsághoz vezető út akkor válik járhatóvá, ha belátjuk, hogy bizonyos dolgok fölött nincs hatalmunk. Az élet hívságai, a gazdagság, hatalom, irigység és gonoszság, az indulatok

gátlástalan agressziója csakis megvetésük által győzhető le. Márai nem valami merev keretek közé szorított általános szabálygyűjteményt kíván közreadni; az élet mindennapi élményeiből leszűrt tapasztalás, a naiv kíváncsiságtól hajtott megismerés, majd a felfedezés örömeivel átítatott, s megélt igazság összegzését kínálja olvasóinak. Hatásának titka főleg stílusművészetében rejlik. Az ógörög sírversek mintájára, tömören a szavak felidéző hatalmú mágiájával hatol olvasói érzés- és gondolatvilágába. Ily módon a bonyolult belső élményekről szóló számadás újszerűen képes megfogalmazni közhelynek hitt igazságokat. Másik olvasatban afféle szellemi napló, mert benne az író meditációkba rejtve vall önmagáról, koráról és az őt körülvevő világról. A személyiség belső kínjain megedzett tapasztalat igazsága az őszinteség erejével hat olvasójára. „[Legeza Ilona könyvismertetője](#).”

Márai Sándor (1900-1989) Sem életében, sem halála óta senki se vitatta, hogy a mi évszázadunk magyar irodalmának egyik legjelentékenyebb alakja. Akik nem kedvelték, azok is elismerték művészi értékét, gondolatgazdagságát, műveinek hatását az olvasók sokaságára. Amikor a harmincas évek elején máris sikeres regényíróként foglalja el helyét az irodalmi életben és az újságírásban, a különböző árnyalatú jobboldaliak felettébb idegenkednek egyértelmű liberalizmusa, demokratizmusa miatt. Idegenkednek, olykor háborognak is, de olvassák, gyönyörködnek benne (szándékuk ellenére), vitatkoznak is vele, főleg publicisztikájával. Mert mindig érdekes, amit ír, mert stílusa elegánsan magas színvonalú írásművészet. Mert felizgatja azokat is, akik egyetértenek vele, azokat is, akik politikailag egyenest ellenségüknek tartják.



Amikor pedig 1948-ban tudomásul veszi a politikai és főleg a kultúrpolitikai fordulatot, önkéntes száműzetésbe megy. Külföldön kelt és megjelent könyveit illegálisan hozzák haza az odakint járók, terjednek az olvasók között, az irodalom értői magánkörökben beszélnek róluk. Később hazahívják, de ő csökönyösen ellenáll. Nem harcias szellem ő, de nem is békülékeny, hanem konok, aki törhetetlenül hűséges eszményeihez. Így él, egyre magányosabb lélekkel a messze idegenben, egyre magányosabban a múltó évek terhével. Már elérkezett a 89-ik életévhez, közeledik a 90. Elege van mindenből, nincs további tartalma számára a létnek. Annak idején elment, mert nem volt már itthon, amiért érdemes élni. Most már sehol a világban nem észlelt olyasmit, ami miatt érdemes élni. Ilyenkor okosabb önként menni. Egy biztos kézzel tartott pisztoly egyetlen lövésével be lehet fejezni. Ezzel a fölényes gesztussal lépett át a nyilvánvaló, a megjósolható halhatatlanságba. Azóta itthon megint a legolvasottabb íróink közé tartozik.



Csernus Imre, Dr.:
Ki nevel a végén?

Dr. Csernus Imre, a népszerű pszichiáter korábbi munkái (Drogma, Bevállalja?, Bevállalom!) után ezúttal kifejezetten a szülőknek írt könyvet. Leendő és már gyakorló anyáknak és apáknak. A szülői minta fontosságáról, az erőszakról, a szexualitásról, a drogról, a barátságról, bűnről és büntetésről. Mivel kell ma szembenéznie annak, aki gyereket vállal és nevel? Dr. Csernus Imre szerint elsősorban önmagával. Hiszen csak ezután birkózhat meg a világ démonaival, kábítószerrel, erőszakkal, szexualitással, bűnnel és bűnhődéssel.

"...Jó ideje látom, hogy mi felnőttek, hazug, álszent mintát mutatunk a gyerekeknek. És úgy gyilkoljuk a gyerekek lelkét, hogy észre sem vesszük. Majd a felelősséget hárítjuk hol erre, hol arra, hol amarra. Ez a könyv a mai világunk kórképe "szülőkről" és gyerekekről, kölcsönös mentális gyilkosságokról..." A könyvben Dr. Csernus mellett egy anya, egy tanító és egy kamasz is leírja a témákról való véleményét.

A gyereknevelés kapcsán a szerző ezúttal is olyan kérdésekkel szembesíti olvasóit, amelyeket a legtöbben nem tudnak vagy nem mernek feltenni maguknak. Pedig a jövőnk forog kockán.

"Hosszú évek óta foglalkozom mind a szülőkkel, mind a gyerekekkel. Gyógyszer-, alkohol-, játékszenvedély-, drogfüggőséggel és más nyomorokkal, amelyekben a gyerekek vannak és lesznek érintve. Azt hiszem, rég eljött az ideje, hogy kinyissuk a szemünket."

"Ki nevel a végén? Neveljük egymást a sok tudatlanságunkkal, félelmeinkkel, erényeinkkel és hibáinkkal: a gyerekek a felnőtteket, mi őket, a világ mindannyiunkat. A változás nagy fájdalommal jár, egyesek nem is fogják ezt bevállalni, ezzel sincsen gond. Mivel tőlük is sokat tanulhatunk."

Dr. Csernus Imre



Filmajánló

Csereüvegek

(Vratné lahve, 2007)

Színes, feliratos cseh filmdráma, 100 perc (12) Rendező: Jan Svěrák Szereplők: Zdeněk Svěrák, Daniela Kolářová, Tatiana Vilhelmová, Jirí Macháček . Forgalmazza a Budapest Film



A 65 éves irodalomtanár, Josef Tkaloun nehezen találja már a hangot a tinédzserek új generációjával. Egy szemtelen tanítványa kihozza a sodrából, s a konfliktusa után visszavonul a tanítástól, viszont ahhoz még fiatalnak tartja magát, hogy ne dolgozzon. A felesége nehezen éli meg, hogy a férje jobban érzi magát házon kívül, úgy érzi, hogy a házasságuk zátonyra fut. Tkaloun először biciklis futárként próbál elhelyezkedni, de nem tudja tartani a tempót, így végül egy élelmiszerbolt üvegviszaváltó pultjánál vállal munkát. A férfi kivirágzik, élvezve a folyamatos kommunikációt a vásárlókkal és a kollegáival, és azon van, hogy az őt körülvevő sorsokat jobb irányba terelje. Egyedül a saját otthonában és érzéseiben megy nehezen a rendteremtés. A lánya házassága is válságba került, felesége sem érti meg, hogyan tovább.

11

Kaméleon

(2008)

Rendezte: Goda Krisztina

Farkas Gábor foglalkozását tekintve szélhámos. Magányos, csúnyácska nőket hálóz be, szerelmet ígér, majd megcsapolja a bankszámlájukat. De egy nap, elege lesz a piti ügyekből, igazi kihívásra vágyik. Így találkozik Hannával, a gazdag és szép balerinával, aki egy sérülés után próbál visszatérni a színpadra. Gábornak minden trükköt be kell vetnie, hogy a lány komolyan vegye, szerez magának luxuslakást, sportautót, orvosi diplomát, sőt egy egész kórházat is, ha kell. De a hazugságok bonyolult hálójába ő maga is belegabalyodik, és végül már azt sem tudja biztosan, valóban csak a pénz-e a cél.



Az áldozatkaszkadőr

(Izobrazhaya zhertvu, 2006)

Valja friss diplomájával a rendőrségnél helyezkedik el, ahol a vádlottak jelenlétében zajló rekonstrukciók során az áldozatot kell eljátszania. Nincs könnyű helyzetben. Van, amikor feleség, akit kidobtak az ablakon, máskor fiatal lány, akit szerelme vízbe fojtott.

Juhani Nagy János Nevető kislexikona

S

SÁPKÓR	valakit megillető részesedés mindenáron való beszédére irányuló beteges hajlam (APEH-végrehajtók is szenvednek tőle)
SÁTORTÁBOR	cukrászok és szesztermelők nagyobb csapata a kempingben
SEBAJ	harctéri sérülés semmibe vétele
SEBES-KÖRÖS	Erdélyben eredő folyó, mely a '48-as szabadságharc után tele volt sérült emberi testrészekkel
SEBESÜLT	1. égési sérülést szenvedett 2. a testi károsodást szenvedett harcos az előbb még a széken tartózkodott
SEREGÉLY	munkánélküli énekesmadaraknak alanyi jogon járó állami juttatás
SEREGHAJTÓ	nagy létszámú, gyenge képességű versenyzőkből álló csoport számára a romlott vacsora elfogyasztása után felírt gyógyszer
SERTEPERTE	nagy mennyiségű folyékony kenyér fogyasztásától letaglózott és most csak botorkáló kocsmavendég
SERVICE	a serfözde vezetőjének helyettese, az ő tiszte felszolgálni a kóstolót
SIKOLT	beszari tűzoltó fejhangon rikoltozva küzd a tűz ellen
SIKOMLÓS	a néhai államvédő humorista (János) szaftos szerelmi történeteinek jelzője
SINOLÓGIA	vasútpályákkal foglalkozó tudományág
SINTÉR	pályaudvar
SÍRÁSÓ	nagyon szomorú temetői alkalmazott, aki foglalkozási ártalomtól szenved, és gyakran elpityeredik
SÍKOS	lecsúszós téli sportot űző páros ujjú patás háziállat
SKATULYA	Madness-rajongó örökzöld
SODRÓFA	veszélyes, kikerülendő folyami uszadék
SONKATEKERCS	a hidegtál nevű bonyolult hentestechnikai berendezés egyik, nyálevlasztást indukáló alkotóeleme
SOROZATGYÁRTÁS	mexikói filmgyárban folyó nagyüzemi tevékenység
SORVAD	pártvezetők elé vadászatkor felállított vadak. Ha egy főelvtársnak sikerült leterítenie egyet, a slepp nagy hangon gratulált hozzá

SORVÉG	a nagy többségtől erősen lemaradó, rossz gazdasági helyzetben levő skandináv
SOVÉNY	karcsúsító gyógyszer orvosi kiutalása
SÓDÉR	kavicsokon hajnalban lecsapódó pára
SÓGUN	NaCl-ból készült kézfegyver, a középkori Japán teljhatalmú urai ezzel szerelték fel szamurájaikat
SÓHAJ	frizura, tengeri fürdőzés után
SÓHER	rendkívül olcsó, kavicsmentes beton-alapanyag
SÓSZÓRÓ	kereskedelmi tévécsatorna
SÖRNYITÓ	ősi, kb. 0,5 literes állóvíz, lepárlásával korsóhoz lehet jutni
SÖTÉTSZÓKE	világos hajú, irtózatosan egyszerű leányzó
SPANYOLFAL	éhes madridi mohón táplálkozik
SPEKULÁCIÓ	penzügyi manőver a szalonnakereskedelemben
SPONTÁN ÉGÉS	nyámnnyila fickók kedvenc társaságbeli tevékenysége, amikor a pusztá jelenlétük is neveltség tárgyává teszi őket
STATISZTIKAI SZÓRÁS	a téli környezetvédelem új módja, melynek lényege, hogy csak egy jól megközelíthető helyre borítanak nagyobb mennyiségű sót, ám az átlagos sózási érték így is megfelelő lehet
STÍLUS	a Parnasszosz hegységben eredő folyó
STÍRIAI METÉLT	Grazban élő, a keleti hagyományaihoz ragaszkodó ember
SUBLER	sublótok gyártásánál használt asztalos-célszerszám
SUGÁRZÓ TEKINTET	csernobili szerelmespárok egymásra vetett pillantása
SUMÁK	hamisított tésztaízesítő
SÚLYFÜRDŐ	konyhai mérleg súlyaival teli medencében úszva eltöltött idő
SÜLLŐ	zsírban piruló hal tüzet nyit
SÜLYSÁP	vízi mentők kikövetelte sarc a balatoni argóban



Márai Sándor: Füves könyv (részletek)

Az élet értékéről

Az életnek értéket csak a szolgálat adhat, amellyel az emberek ügye felé fordulunk. Ez kissé szigorúan és általánosan hangzik, de ez az egyetlen igazság, melyet minden következménnyel megismertem. Senki nem ülhet a virágos réten, mint Ferdinánd, a bika, s nem szagolhatja büntetlenül a szép virágokat. Ember vagy, tehát ember módra és az emberek között kell élned.

Ember módra élsz, ha igazságosan élsz. Ha minden cselekedeted és szavad alján a szándék van: nem ártani az embereknek. Ha megkísérelöd - feltűnés és hiú szerep nélkül - segíteni az embereknek. Néha csak azzal, hogy nem hallgatod el az egyszerű igazságokat. Néha csak azzal, hogy nem mondasz tovább, amit mások hazudnak. Néha csak azzal, hogy nem mondasz igent, mikor mindenki kiabál: "Igen, igen!" Egy életen át, következetesen, nem beleegyezni abba, ami az emberek hazugsága, nagyobb hősiesség, mint alkalmilag hangosan és mellveregetve tiltakozni ellene.

A halálos ágyon csak akkor pihensz nyugodtan, ha mindennap, minden öntudatoddal, az igazságot szolgálod. Néha nagyon egyszerű és kicsinyes az igazság. De te ne válogass. Ennyi az élet értéke.

Arról, hogy minden nap tovább kell menned

S mert vándor vagy, minden nap tovább kell menned az úton, mely egyetlen célod, tehát lelked és a lelkedben elrejtett isteni tartalom megismerése felé vezet. Nem könnyű ez. Gondold csak meg, milyen sokfajta csábítás hívogat útközben, hogy megpihenj, félbeszakítsd utadat, mással törődjél! Szép nő áll az út mentén és bájos mosollyal int feléd. Tested és érzékeid felelnek e hívásra, szeretnél elvegyülni e szép testtel és átadni magad a kéj édes bódulatának. De tudnod kell, hogy a hiú és kéjes pillanatokat a teljes kietlenség és tanácstalanság követi. Mert lelked mást akar, s mikor tested megéteded egy másik test fülledt fűszerével, a lélek éhes és szomjas marad. Pénz, érdemrendek, címek, rangok akadnak utadba: de mit kezdesz mindezzel, ha a figyelem, fáradtság, idő, mely a világi elismerés ára, elvonja lelked legjobb erőit az isteni megismerésért? Cimborák kurjongatnak az út mentén, s hívnak magukkal, kaján vállalkozásra biztatnak: mit nyerhetsz minden üzleten és szórakozáson, ha a játékasztal vagy a kocsmaasztal mellett vesztegelsz, s közben lelked kínzó sürgetéssel kérdi: "Miért lopod itt az időt? Mindez gyermekes és aljas. Tovább kell menned, hiszen dolgoz van." Körülbelül így szól hozzád az élet, minden nap, minden pillanatban - megpihenni hív, kéjelegni, szórakozni, kielégülni a hiúságban és hatalomban. De mikor nem ez a dolgod! Vándor vagy és minden nap tovább kell menned. Nem tudhatod, meddig élsz, s egyáltalán lesz-e időd, eljutni utad végcéljához, lelked és az isteni megismeréséhez? Ezért menj minden nap tovább, sebes lábakkal és szegényen is. Mert vándor vagy.

Arról, hogy semmitől nem kell félni

Ha jó ügyet védesz, mitől is félhetsz? Mi is történhetik veled? Letepernek, megrágalmaznak, kirabolnak, meggyaláznak? Vádakkal fordulnak ellened, hamisan ítélnék? Mindez nem változtat azon, hogy az ügy, melyet védtél, jó volt, s ezért jó volt az is, amit csináltál, mikor a jó ügy védelmére szegődtél. Ilyenkor ne törődj senkivel és semmivel, csak az ügy igazával, melyet meg kell védened. Végül is tehetetlenek az igazsággal szemben. Letiporhatnak, de meg nem győzhetnek, vádolhatnak, de meg nem hazudtolhatnak, elvehetik életed, de nem vehetik el igazságod. Csak akkor nem vagy magányos az életben, ha jó ügyet védesz. Nincs fizetség és jutalom az ilyen perben. De nincs alku sem. Ezért soha ne félj kimondani azt, amiről egész lelkeddel tudod, hogy igaz.

Arról, hogy részt kell venned az emberek dolgában

Akárhová menekülsz, munkába, szerepbe vagy magatartásba, az emberek nem engednek el, utánad nyúlnak, megkövetelik, hogy részt vegyél mozgalmaikban, megosszad gondjaikat, terveiket és reménységeiket, kabátod szárnyát rángatják, s megtámadnak és kitagadnak, ha elvonulsz a közös feladatok elől. Bele kell nyugodnod - s ha művész vagy, gondolkozó, szemlélődő ember, nem

könnyű ez! -, hogy az emberekkel kell tartanod. Velük kell sírnod és nevetned, s boldog és elégedett is úgy lehetsz csak, ha ők megengedik.

De az emberek - mondod te - csak egyenként felelősségteljes, érzős és résztvevő emberek; tömegben olyanok, mint a csorda; a legolcsóbb jelszavak tüzelik őket, a legaljasabb vágyak feszítik a tömeg mellkasát. Hogyan vehetek részt dolgaikban, ha nem akarom, hogy lelkeim kárát vallja?

Csak azt felelhetem: őrizd meg lelked szabadságát úgy, hogy igazságos maradsz. Mikor olyasmit kíván tőled a tömeg, amit lelkiismereted megtagad, tagadd meg te is kívánságukat. Mindegy, mi az ára és következménye e magatartásnak. Szolidaritásodnak határa az igazságosság. Neked is van törvényed és hatalmad, nemcsak nekik. Ez a törvény és hatalom az igazság: fejed betörhetik, de ezt a hatalmat el nem vehetik tőled.

Az ünnepekről

Ha az ünnep elérkezik életedben, akkor ünnepelj egészen. Öltés fekete ruhát. Keféld meg hajad vizes kefével. Tisztálkodjál belülről és kívülről. Felejts el mindent, ami a köznapok szertartása és feladata. Az ünnepet nemcsak a naptárban írák piros betűvel. Nézd a régieket, milyen áhítatosan, milyen feltétlenül, milyen körülményesen, mennyi vad örömmel ünnepeltek! Az ünnep a különbözőség. Az ünnep a mély és varázsos rendhagyás. Az ünnep legyen ünnepies. Legyen benne tánc, virág, fiatal nők, válogatott étek, vérpezsdítő és feledkezést nyújtó italok. S mindenekelőtt legyen benne valami a régi rendtartásból, a hetedik napból, a megszakításból, a teljes kikapcsolásból, legyen benne áhítat és föltétlenség. Az ünnep az élet rangja, felsőbb értelme. Készülj föl reá, testben és lélekben.

S nemcsak a naptárnak van piros betűs napja. Az élet elhoz másféle, láthatatlan ünnepeket is. Ilyenkor felejts el mindent, figyelj az ünnepre.

Arról, hogy az értelem kevés a megértéshez

Az értelem nem elég ahhoz, hogy megértsük önmagunkat vagy a világ tüneményeit: a lényeges, a csálhatatlan megértéséhez és érzékeléséhez valami más is kell, több, mint az értelem. Kell hozzá kegyelem is, alázat is, testünknek és ösztöneinknek valamilyen különösen szerencsés működése, vizsgálatunk tárgyának egyfajta előnyös elhelyezése, s talán a csillagképek megfelelő alakulása is szükséges hozzá, hogy megértsünk e földön valamit. Gondolj erre, mikor büszke vagy, mert azt hiszed, érted ezt vagy azt.

A boldogságról

Boldogság természetesen nincsen, abban a lepárolható, csomagolható, címkézhető értelemben, mint ahogy a legtöbb ember elképzei. Mintha csak be kellene menni egy gyógyszerárba, ahol adnak, három hatvanért, egy gyógyszert, s aztán nem fáj többé semmi. Mintha élne valahol egy nő számára egy férfi, vagy egy férfi számára egy nő, s ha egyszer találkoznak, nincs többé félreértés, sem önzés, sem harag, csak örök derű, állandó elégtelenség, jókedv és egészség. Mintha a boldogság más is lenne, mint vágy az elérhetetlen után!

Legtöbb ember egy életet tölt el azzal, hogy módszeresen, izzadva, szorgalmasan és ernyedetlenül készül a boldogságra. Terveket dolgoznak ki, hogy boldogok legyenek, utaznak és munkálkodnak e célból, gyűjtik a boldogság kellékeit, a hangya szorgalmával és a tigris ragadozó mohóságával. S mikor eltelt az élet, megtudják, hogy nem elég megszerezni a boldogság összes kellékeit. Boldognak is kell lenni, közben. S erről megfeledkeztek.

A szeretetről

Szeretetet lehet adni és lehet kapni. Csak egyet nem lehet: szeretetet zsarolni. S ezt legtöbbször nem tudják azok a szegények és szerencsétlenek, akik szeretetre éhesek.

Nyilvánvaló, hogy vagy szeret az ember, vagy szeretik: ezt a váltóáramot a természet kérlelhetetlen következetességgel szervezte meg. Az összhang legtökéletesebb és legszerencsésebb formája, mikor az egyik különösebb lázadás nélkül túri, hogy a másik szeresse. A természet végül is kegyes: igaz, soha nem adja meg, hogy az szeressen, akitől ezt reméljük, de módot ad arra, hogy korlátlanul szeressük azt is, aki bennünket nem szeret. Csak egyre nem ad módot: hogy könnyöggel, váddal, támadással vagy esdekléssel mástól szeretetet zsaroljunk. Még gyöngédséget és szenvedélyt is lehet zsarolni; de a szeretet szuverén.

Van kedvünk



Szerepzavar

16



B o l d o g ú j é v e t !

infó X. évfolyam, december havi információs kiadvány - különszám

No. 112.

Lezárva: 2008. december 10-én, Debrecen.

"Segítőkéz" Lelkiségegy Telefonszolgálat

e-mail: debrecen27@sos505.hu

www.debreceni-lstsz.hu

Rénes László ©

Támogató: NCA Északalföldi Regionális Kollégiuma