

TERMÉSZETES GYÓGYMÓDOK EGYESÜLET –
SZABADEGYETEM ÉS KOLLÉGIUM

Életemben történt változások a népi gyógyász képzés hatására

KÉSZÍTETTE:

Fekete Mihályné

MAGYAR NÉPI GYÓGYÁSZ ÉS MAGYAR NÉPI MŰVELTSÉG

Budapest 2014

Tartalomjegyzék

| | |
|--|----|
| I.1. Bevezető..... | 1 |
| I.2. Témaválasztás | 4 |
| II. Hitek-mítoszok-gondolatok | 6 |
| II.1. Jó és rossz | 6 |
| II. 2. Munka- munka világa | 8 |
| II. 3. Pénz | 9 |
| II. 4. Külsőségek | 9 |
| II. 5. „Nekem ez nem jár” | 10 |
| II. 6. Politika..... | 10 |
| II. 7. Média | 11 |
| II. 8. Vallás | 12 |
| II. 9. Oktatás | 12 |
| II. 10. Egészségügy..... | 14 |
| III. Saját tapasztalatok, az életemben történt változások a gyakorlatban | 16 |
| III. 1. Munkahely | 16 |
| III. 2. Egészség-betegség, táplálkozás..... | 24 |
| III. 3. Tisztító- és tisztálkodó szerek | 25 |
| III. 4. Oktatás-tanulás | 26 |
| III. 5. Kertészkedés-állattartás | 27 |
| IV. Összegzés, tanulságok..... | 29 |
| Felhasznált „irodalom”..... | 31 |

I. 1. Bevezető

Több témának is nekiláttam / paraszti kultúra, lakóterünk változásai.../, de végül úgy döntöttem, hogy arról írok dolgozatot, hogy milyen változásokat hozott az életembe a magyar népi gyógyász tanfolyam. Ebben különösen nagy segítségemre volt az a néhány nap, amit Magfalván tölthettem testi-lelki felüdülés megerősödés céljából. Hiszen ez alatt a néhány hónap alatt sokat változtam én is és a körülményeim is nem kevés nehézséget, konfliktust okozva munkahelyi, családi, baráti kapcsolataimban. De ezek szépen, lassan de biztosan lecsengenek, letisztulnak és idővel minden a helyére kerül.

Fiatal /fiatalabb/ koromban, amikor kikerültem az iskolapadból, friss diplomával és egy egyéves gyerekkel, az volt a természetes, hogy elhelyezkedek, dolgozom, én is a férjem is, a kisfiunk pedig bölcsibe, oviba jár majd, a testvérei pedig nemkülönben. Így is tettünk, mert így tettek előttünk a szüleink is annak idején, és úgy éreztük ez a dolgunk, ez így helyes. Mindig dolgozni akartam, bizonyítani a munkahelyem, jó óvónő, tanító, tanár, nevelő akartam lenni, miközben a gyerekeinket mások nevelték a közoktatás keretein belül. Már jóval később, amikor a negyedik gyermekemmel otthon lehettem három éves koráig /életem talán legboldogabb időszak volt/, döböntem rá, amit már korábban is éreztem, hogy hibát követtem el.

Valahogy nem jó felé haladunk. A gyerekeinket nekünk kéne nevelnünk, tanítanunk, példát mutatni nekik, értelmes célokat adni nekik, hogy boldog felnőttként váljanak hasznos tagjaivá egy boldog közösségnek. Ehelyett a szülők dolgoznak, anya is apa is, idejük, energiájuk sem marad már otthonra, családra, gyerekekre. Csak kivételes esetekben.

Gyerekkoromtól fogva, amióta az eszemet tudom, mindig is valamifajta büszkeség, vagy inkább lelkesedés, de hála is fogott el és fog el most is, ha arra gondolok, hogy magyarnak szülehettem. És ebben édesapámnak köszönhetek sokat. Mindig érdekelt a magyar történelem, irodalom, a magyar hagyományok,

a magyar nyelvet csodálatosnak tartottam. Éreztem /csak még nem tudtam pontosan kifejezni, megfogalmazni, formába önteni/, hogy valami nincs rendben a történelemkönyvekben, a történelemtanárok fejében ezzel kapcsolatban. De nem nagyon kutakodtam a témában, elfogadtam így. Aztán később gyerekeimen keresztül, az ő érdeklődésüknek köszönhetően sok olyan új információhoz jutottam, ami még több kérdést vetett fel bennem.

Ilyen kérdések pl.:

- Hogy ez az, ahogy az embereknek élniük kell? Úgy gondolom, hogy az ember boldogságra született, de ehelyett igazán boldog embert nagyon nehezen találunk. Igaz, hogy a média és a közvélekedés azt sulykolja az emberekbe, hogy ha megveszed, megszerzed ezt vagy azt, akkor boldog lehetsz, de ezeknek a dolgoknak vajmi kevés közük van a boldogsághoz.

- Hogy magyarnak lenni annyit jelent, hogy „merjünk kicsik lenni”? Hogy mi egy jelentéktelen kis nép lennénk a nagyvilágban?

- Hogy úgysem tudunk megváltoztatni semmit, mert nem számítunk? Hogy nem tehetünk semmit? Valahol belül mindig éreztem, hogy ez nem igaz.

Gyerekkoromban is nagyon érdekelt, hogyan éltek, eleink. Nagyon szerettem a történelmet az iskolában, ez volt a kedvenc tantárgyam. Amikor a jurtáról volt szó például, szerettem volna ott lenni és abban élni, többet megtudni erről. De aztán elmaradt, nem jártam utána a dolognak. Végre néhány éve a MOGY-on volt szerencsém közelebbről is nemcsak képről, könyvből, tévéből megtapasztalni milyen is egy jurta. Különleges összetartó erő rejlik benne. Kezdve azzal, hogy közös munka elkészíteni, majd felállítani egy ilyen lakóhelyet. Aztán az élet benne...

Én a gyerekkorom első hat esztendejét lakótelepen /legótelepen/, kocka házban töltöttem. Túl sok szép emlékem nincs erről. Azt tudom, hogy az ablakból kihajolva majdnem kiestem a 4. emeletről, és hogy a játszótéren játszottunk, meg a házak mögött a kiserdőben csavarogtunk. Mert a dobozokban

kevés volt a hely. Akkor voltunk kertes házban, amikor évente a nagyszülőknél, dédszüelőknél nyaralhattunk falun.

Később a család falura költözött. Földünk /illetményföldünk/ is volt, ahová a napi munka és tanulás után a szüleimmel és a testvéremmel kijártunk kapálni, gazdálkodni. Bevallom nem szerettem, de most már látom, milyen szerencsés voltam.

Miután férjhez mentem, az első öt évben mi is lakótelepen és a 4. emeleten laktunk, és a gyerekeink is úgy kezdték gyerekkorukat, mint én /mi,- mert a férjem is dobozban nőtt fel/ annak idején. Legalábbis az első 2 gyerekünk. Majd családi házat vettünk a város szélén, de immár 15 éve falun élünk kertes házban, 4 gyermekünk nagy örömére.

Nem szeretnék városban, lakótelepen-lakóparkban élni. Elkeseredek, amikor azt látom, hogy értékes fiataljaink hagyják el szülőfalujukat, otthonukat, nem akarnak itt maradni, mert nincs munkahely. Inkább költöznek be a városba, dobozba, és örülnek, hogy van állásuk – szó szerint: **állásuk**. Így aztán a falvak elnéptelenednek, elöregszenek. Arra senki nem gondol, hogyha katasztrófa történik /mert ez meg fog történni!/, mi lesz a városokkal. A városokba szorult embereknek semmi esélyük nincs a túlélésre, ott garantált a pusztulás.

Néhány éve elkezdtem a magyarság, a minél természet-közeli életmód témájában előadásokat hallgatni, amiket a fiam mutatott meg nekem. Ő akkoriban ismerkedett meg a barátával, és sok hasznos információhoz jutott így, amiket megosztott a családdal. /Géczy Gábor, Szántai Lajos, Vukics Ferenc előadásai, hogy csak néhány nevet említsek/ Tudatosan elkezdünk olyan helyekre járni, ahol hasonló gondolkodású emberekkel találkozhatunk: MOGY, Komárom- Felvidéki kitelepítettek találkozója, Göncöl Park Egyesület- Harta.

És ekkor jött a felismerés: ezt akarom, nekem ez kell. Ez az a tudás, amire szükségem van ahhoz, hogy kérdéseimre választ kapjak. Mert útkeresésben vagyok, mint nagyon sokan közülünk, és azt vártam, hogy itt most válaszokat, útmutatásokat kapok. Ehelyett mi történt? Rájöttem, hogy mennyi mindent nem

tudok még. Minden oktatási hétvége után zsong a fejem, tele vagyok kérdésekkel.

Már az első napokban megkaptuk a figyelmeztetést, hogy nagyon készüljünk fel, mert bizony meg fog változni az életünk. És nem kicsit. Ez így is történt velem. Az életem gyökeresen megváltozott, a munkahelyemet, a családomat, a baráti kapcsolataimat illetően. Én ugyan vártam ezt, de környezetem néha nem tudja hova tenni a dolgokat, értetlenül állnak a történések fölött. / „Tudtuk hogy hülye vagy, de hogy ennyire, azt nem sejtettük.”/

Számos kérdés, hit tévhit fogalmazódott meg bennem, amik korábban is foglalkoztattak, de most váltak világossá számomra. Örömmel tölt el, hogy itt csupa olyan emberrel találkozhatok, akik ugyanúgy gondolkodnak, mint én, és nem tartanak csodabogárnak azért, mert esetleg nem a megszokott módon fogom fel az életet. Megható, egyben nagyon megtisztelő volt számomra, hogy egyik csoporttársunk gyászában bennünket keresett fel



Magfalván, hogy segítsünk neki feldolgozni édesapja elvesztését. Gyertyát gyújtottunk, énekeltünk, beszélgettünk vele.

I.2. Témaválasztás

Dolgozatom célja, hogy saját tapasztalataim, élményeim alapján rávilágítsak arra, hogy élni másképp is lehet, dolgozni hasznossá tenni magunkat. Hogy ne legyünk rabszolgák. Ne legyünk kiszolgálói és fenntartói ennek az egyre embertelenebb, pénzközpontú, rideg-hideg, az embert csupán egyszer használatos fogyasztóként kezelő rendszernek. Sőt tartozunk annyival a

Földnek és a következő generációnak, megtesszük. Együtt, közösségekben. Mi /akik elkezdtek ezt a tanfolyamot, és a gyógyítást/ megtettük az első lépéseket ebbe az irányba. Az út rögös, de együtt, egymást támogatva hiszem, tudom, hogy sikerülni fog.

Csokorba szedtem néhány mindennapi életünket befolyásoló tévhitet, melyek gúzsba kötnek, rácsok közé kényszerítenek bennünket, amelyek eltérítenek bennünket attól, hogy boldogan élhessük életünket. Dolgozatom első részében ezeket fejtem ki.

Majd lépésről lépésre megvizsgálom az életemben bekövetkezett változásokat, elemzem, hogyan hatottak életvitemre, felfogásomra, gondolkodásomra, a nehézségekhez való viszonyulásomra a tanfolyamon tanultak.

II. Hitek-mítoszok-gondolatok

A mi /én 45 éves vagyok/ generációnk, legalábbis, akikkel nekem kapcsolatom van, már nem engedelmeskedik feltétel nélkül a rendszernek, mint ahogy azt a szüleink tették. A gyerekeink pedig már /szerintem – és remélem/ nem fogják hagyni magukat tévhitek, mítoszok által befolyásolni. Ők már repülni akarnak! Ne nyesegezzük a szárnyaikat! Adjunk nekik erőt, bátorságot, igaz hitet álmaik megvalósításához. Mert mi nem vagyunk sólymok. Majd akkor leszünk azok, ha a fészkeinkből sólymok fognak kirepülni.

II.1. Jó és rossz

Életünk során gyakran találjuk magunkat olyan helyzetben, amikor emberek, helyzetek, jelenségek, történések fölött ítélezünk. Attól függően, hogy számunkra kellemes vagy kellemetlen az a helyzet, amit emberek, jelenségek, történések okoztak, kíméletlenül kimondjuk az ítéletet felettük, hogy: jó vagy rossz.

De ha komolyan átgondoljuk mi alapján ítélezünk, mi alapján döntünk, ráébredünk, hogy tulajdonképpen nincsen jó és rossz. Minden a Teremtő alkotása, az emberek, a jelenségek, a történések. Ezek vállalt sorsfeladatok, melyeket meg kell élnünk, meg kell tapasztalnunk a földi világban.

Emberek, rokonok, barátok, munkatársak okozhatnak nekünk rossz érzést, de ha igazán belegondolunk, rá kell jöjjünk, hogy ezek az érzések bennünk keletkeznek, a mieink, a másiknak nincs köze hozzájuk. Ezért nincs értelme a haragnak sem. Azzal csak saját magunknak ártunk. Haragudni olyan, mint mérget inni, és várni, hogy a másik haljon meg – tartja egy keleti bölcsesség.

Eldönteni emberekről, hogy közülük ki a jó és ki a rossz megint csak értelmetlen, azon kívül erkölcstelen is: az ítélezés jogát az ember ugyanis nem kapta meg. Döntéseket mindannyian hozunk: ezek adott pillanatban jónak vagy rossznak tűnhetnek, és azt előre nem lehet tudni, hogy a döntésünk a jövőben

mit és milyen helyzetet idéz elő akár saját magunk, akár másik embertársunk számára. Előfordulhat és valljuk be, számtalanszor előfordult már mindenkivel, hogy egy bosszantó vagy kellemetlen helyzet, történés vagy döntés a későbbiekben jó eseményeket hozott.

Másik ember fejével nem gondolkodhatunk. Mégis hajlamosak vagyunk kimondani: én az ő helyében nem így tettem volna. Igen: ÉN. De én nem Ő vagyok. Az ő /a másik/ érzéseivel, előéletével, hátterével ugyanazt tennénk, mint a másik. Sohasem tudjuk, hogy valójában mi zajlik a másik emberben.

Vizsgáljuk meg újra a kérdést: van-e rossz, gonosz ember? Senki nem úgy jön a világra, hogy jónak vagy rossznak van beállítva. Mindenkinek vállalt sorsfeladata van. Az emberek nem jók vagy rosszak, az emberek olyanok, amilyenek. Gonosz ember nincs, de tudatlan annál inkább. A tudatlanság haragot szül. A harag pedig gyűlöletet. Ez egy folyamat. Ahhoz, hogy ne keletkezzen bennünk harag, nézzük mindig a jelenségek hátterét. Borzasztó nehéz, de nem lehetetlen. Már említettem: a rosszat, a rossz, kellemetlen érzést mi teremtyük saját magunkban, nem a másik ember, még kevésbé Isten. Isten minden emberben ott van, és ha meglátjuk Őt a másikban, meg tudunk bocsátani. Ha elfogadjuk azt, hogy a másik ember /azzal, hogy vállalja a „gonosz” ember szerepét/ tükröt tart nekünk azért, hogy meglássuk saját hibáinkat, gyengeségeinket, meg tudunk bocsátani. Így nem alakunk ki bennünk a különböző betegségek sem.

Senki se véletlenül teszi, amit tesz. Ha mindenkiben meg tudjuk látni az áldozatot, akkor meg tudunk bocsátani. Fogadjuk el, hogy az embereknek tulajdonképpen semmi bajuk nincs egymással csak valami félreértés /de én inkább félrevezetésnek nevezném: politika, média/ folytán vitatkoznak egymással állandóan.

Mi lehet a megoldás? Először is ne haragudjunk, de legalábbis ne ragadjunk bele. Értelmetlen. Lehet vitatkozni, de a parttalan vitából ne legyen gyűlölködés.

- Vita során ne sértegezzük a másikat, ne gázoljunk bele a másik önérzetébe, hanem a saját igényeinkről beszéljünk.
- Ne győzködjük a másikat a saját igazunkról, mindenkinek megvan a saját „igazságképe”.
- Lássuk meg a másik emberben az Embert, de leginkább: Istent.
- Ne veszítsük Istenbe vetett hitünket, mert akkor az emberbe vetett hitünket is elveszítjük.

II. 2. Munka- munka világa

Elhitették velünk, hogy csak akkor tudunk pénzt keresni, megélni, ha elhelyezkedünk egy munkahelyen, és dolgozunk napi 4-8-10-12 órát. Természetesen, ha ez értelmes munka, gondolok itt családjáért, közösségért, hazáért végzett termelő munkára, gyógyításra tudás átadására, az nem baj, az jó.

De gondoljuk át! Napi 8 órát ülni egy irodában egy papírhalmoz fölött a számítógép előtt! Mert kell a biztos munkahely. Miért? Hát a pénz miatt. Mindenki a munkahelyét félti, és képes lemondani a gyerekeivel töltött időről is, ha a munkahelye azt kívánja. Miért? A pénz miatt. Ne gondoljuk azt, hogy csak a pénzből lehet megélni, és mindenképpen egy munkahelyen kell tölteni a napunk nagy részét. Sőt továbbmegyek: ha valakit elbocsátanak a munkahelyéről az ne legyen elkeseredve, hanem inkább egy új lehetőségnek fogja fel az egészet.

Hiszem /most már/, hogy semmi nem lehet véletlen. Az ember a sorsát nem kerülheti el, nem írhatja felül. Sokan depressziósak lesznek, még akár öngyilkosok is, ha ott kell hagyniuk az állásukat. Pedig csak át kellene gondolni eddigi életünket, mi az amin változtatni kell.

II. 3. Pénz

A pénz kell a boldogsághoz. Én úgy gondolom, a pénz nem a boldogsághoz kell, hanem a gazdagsághoz. És aki gazdag az boldog? Lehet...

Van a világon néhány népcsoport, akik nem ismerik/-ték a pénzt. Ilyenek a busmanok. Ők kb. napi 1,5-2 órát dolgoznak azért, hogy életfeltételeiket megteremtsék. A fennmaradó időben: ÉLNEK. Azaz játszanak, énekelnek, táncolnak, viccelődnek. Mindezt összhangban a természettel. És sajnos már csak múlt időben. Néhány civilizált ember ugyanis kitalálta, hogy nem lehet őket kizárni a fejlődésből, és egyszerűen barakkokba telepítették őket, amibe jó néhányan bele is haltak közülük. A szülőföldjükre gyémántbányákat telepítettek. Nyilvánvalóan azért, hogy néhány ember gazdagságát- boldogságát biztosítsák ez által.

De ott van Bután, ahol az uralkodó nem GDP-ben méri a társadalmi jólétet, hanem boldogságban. Vagy a hunzák, akik 140-160 évig élnek boldogságban, egészségben sok-sok sárgabaracknak köszönhetően, és nem a pénznek. Lehet, sőt biztos, hogy nincs luxusautójuk, és nem járnak évente tengerpartra nyaralni... stb. De valószínűleg azért, mert jól érzik magukat a bőrükben ott ahol vannak, ahová születtek.

II. 4. Külsőségek

„Akkor vagy valaki, ha papírod van a tudásodról, ha luxuskörülmények között élsz, jó kocsid van, stb.” Ezek valójában csak külsőségek, és ezt mindenki tudja, érzi. De sajnos a TV, az újságok, közösségek ezt sugallják. Éppen ezért nagyon oda kell figyelniük, mit nézünk, hallgatunk és a gyerekeinknek mit adunk tovább.

II. 5. „Nekem ez nem jár”

Olyan nehezen fogadjuk el a jó szót, dicséretet, segítséget. Figyeljük csak meg magunkat, hogyan reagálunk arra, ha valaki pl. megdicsér, azt mondja, „de jól nézel ki”. Mi erre az első szavunk? „Éééén? Ugyan már, nézz csak rám, ...” És rögtön elkezdjük sorolni, mennyire csúnyák, kövérek, ráncosak, öregek, stb. vagyunk. Miért nem hisszük el, hogy a másik tényleg olyannak lát, amilyenek vagyunk? Szépnek. Vagy ha valaki segítséget (mindegy, hogy anyagi vagy fizikai értelemben) ajánl fel, olyan nehezen fogadjuk el. Miért? Mert nem hisszük el, hogy nekünk ez jár. Jár nekünk az EGÉSZS-ÉG, a BŐS-ÉG, a SEGÍTS-ÉG. A világegyetemben bőség van mindenből! De csak annyit kaphatunk meg, amennyit megengedünk magunknak. Hányszor halljuk katasztrófák túlélőitől, hogy „bárcsak inkább én haltam volna meg”, „miért csak én maradtam életben?”. Hát valószínűleg azért, mert még dolga van itt. (Bár én nem voltam még ilyen helyzetben.) De visszatérve az alap problémához: hogyan érhetjük el, hogy elfogadjuk azt, amit az Univerzum kínál nekünk, EGÉSZSÉG, BŐSÉG, SEGÍTSÉG formájában. Egyetlen magatartásforma elég ehhez, nevezetesen, hogy „szeretem magam”, méltó vagyok rá, elhiszem, hogy megérdemlem ezeket a csodálatos adományokat, melyek segítenek abban, hogy boldoguljak ezen a földön.

Járjuk nyitott szívvel és vegyük észre az apró jeleket. Isten figyel ránk és megadja, amire szükségünk van. És itt nem anyagi javakra gondolok.

II. 6. Politika

Sokan úgy gondolják, hogy szükség van a politikára, a politikusokra ahhoz, hogy az ország boldoguljon. (Zárójelben jegyzem meg: ami most van, ahol most van az ország élén a politikusokkal, az a boldogság, jólét...?) A politika véleményem szerint csupán arra jó, hogy megosszon bennünket. Megossza az ország lakosságát (jobboldali- baloldali, sőt! szélsőjobbos,

szélsőbalos!)), ellentéteket szítson családon belül, baráti társaságban, egy közösségen belül. Elszomorító, hogy értékes, jó szándékú emberek, azért nem dolgoznak együtt, egy cél, egy közösség érdekében, mert az egyik jobboldali, a másik baloldali.

Mondjuk meg őszintén, nem mindegy nekünk, hogy a miniszterelnököt vagy az éppen aktuális kormányzópártot hogy hívják? Csak a nevük más, de a céljuk mindegyiknek ugyanaz: nem az ország, a haza érdeke, hanem a saját hatalma. Ezért van az, hogy pl. parlamenti képviselőből már csak helyi képviselő lesz valaki, de még mindig görcsösen kapaszkodik a húsosfazékba. Bennünket félrevezetnek, mert a választási ígéreteket még nem sikerült betartaniuk, de a hatalomról, a hatalom mámoráról nem tudnak lemondani. Tisztelet a kivételnek.

II. 7. Média

Azt gondoljuk, amit a médiában látunk, hallunk, az igaz, illetve, hogy fontos tudnunk róla. Ezzel azt a hibát követjük el, hogy életterünkbe, amit normális esetben kitölt a család, barátok, szomszédok, bevonzunk olyan személyeket, akikhez semmi közünk, és nekik sincs hozzánk. Nem ismerjük őket, és ők se minket. Viszont elkezdünk az ő problémáikkal foglalkozni, ahelyett, hogy a gyerekeinkkel, barátainkkal beszélgetnénk vagy valami jó ügyért fáradoznánk. Kérdezem: van valakinek valami köze Paris Hiltonhoz? Miért kell tudnunk az éppen aktuális botrányairól? Merre befolyásolja ez az én életem minőségét? Hát biztos nem pozitív irányba. A híradó ugyanez. Megvannak a saját környezetünknek, közösségünknek a saját problémái, csak időt, energiát pazarolunk így a másokéra, amit ráadásul megoldani nem fogunk tudni.

Nem érzéketlenségre akarok buzdítani senkit, de a híradó nézésével, a sajnálkozással még nem tettünk semmit. Tenni, cselekedni pedig szükséges,

mégpedig családunkért, közösségünkért, hazánkért elsősorban. Mi a megoldás? Távirányító piros gombja.

II. 8. Vallás

A vallás területén találkozhatunk olyan eloszlásra váró tévhitekkel, mint az eredendő bűn, vagy hogy egyáltalán van-e szükség az intézményesített vallásokra, melyek megosztják az embereket, a közösségeket aszerint hogy valaki keresztény, mohamedán, buddhista stb. Vallásra természetesen szükség van, a vallás egyben vállalás is. De ha mindannyian az isteni elrendelés szerint élnénk, akkor a mindennapjainkba beépülnének azok a szokások, amiket ma már csak a templomban tesznek.

Gyönyörű anyanyelvünk olyan egyszerűen és mégis csodálatosan fejezi ki az ember Istenhez való viszonyát. Isten=Jóisten. Akit így neveznek, hogy Jóisten, akarhat-e vajon rosszat nekünk? Ítélik-e felettünk? Jézus ezt mondja: „Én és az Atya egyek vagyunk”. Valamint azt is mondja, hogy az ítékezés jogát nem kapta meg. Ebből következik, hogy Isten sem ítélik. Egyetlen dologgal kell majd elszámolnunk „odaát”, egyetlen kérdést tesz majd fel nekünk: KI VAGY TE? Erre a kérdésre kell ebben az életben megtalálnunk a választ.

A vallások a félelemre építenek. Istenfélő emberek vagyunk – mondjuk. De nem félni kell az Istent, még csak nem is hinni benne, hanem TUDNI, hogy van.

II. 9. Oktatás

A világban nagy erkölcsi zavar és válság mutatkozik az élet minden területén. Amikor fiatalok vagyunk, nem figyelünk oda a figyelmeztetésekre, amit a szüleinktől, idősebbektől kapunk. Csak évtizedek múltán kerül elő újra. A probléma az, hogy a nemzedékek a bölcsességüket nem tudják a következő nemzedéknek átadni, mert közéjük éket vágtak. És erről nem a gyerekek

tehetnek. Sajnos hajlamosak vagyunk rá, hogy a fiatalokat okoljuk azért, amiért olyanok amilyenek. Az a baj, hogy mi tehetünk róla. Meg persze a társadalom, a rendszer. De legfőképpen mi, mert hagytuk és nem tettünk meg minden tőlünk telhetőt, vagy többet azért, hogy a gyerekeink többek legyenek nálunk. Van még idő változtatni. Innen szép felállni.

Ma a szülő a gyerektől általában olyan távol van, mintha egészen más világban élnének. Egy átlag fiatal /aki 18 éves korára hivatalosan nagykorú/ az oktatási rendszernek köszönhetően élete végéig megmarad ebben az idióta világban. Egy testileg érett fiatal lelkileg hihetetlenül gyenge, szellemileg pedig üres. És ebben nem ő a hibás. Olyan mintha egy késleltető leépítő rendszer lenne beépítve mindannyiunkba.

Egy jól működő szerves társadalomban ez egészen másképpen működött. A régi világban még pontosan tudták, hogy a testi érettséggel párhuzamosan jelenik meg a lelki, szellemi érettség, ez akkoriban 16 éves korban történt. Bár úgy magyarázzák különböző területen gondolkodó tudósok, hogy mivel korábban is haltak meg az emberek régen, szükségszerű volt, hogy korábban is érjenek. De ha csak a korabeli uralkodókat, neves embereket nézzük, találunk jó néhányat, akik igen tisztességes kort éltek meg.

Egy olyan világban élünk, ahol az oktatási rendszerbe bekerült lélek se szellemileg, se személyiségében fejlődni nem tud. És ez nem jó világ. A tananyag manapság valódi ismeretet nem nyújt, csupán a „jobb tudás arcátlan gögjét,, kapjuk meg és ezt visszük magunkkal. Ezen javítanunk kell, mindenkinek a saját területén.

A tanítás valójában információátadás embertől emberig, ami akkor a legerősebb, ha megvan a belső motiváció a gyerekekben. A gyerekekre hat az iskola, a szülő, a társadalom, tehát számos hatásnak van kitéve. Így minden ott van körülöttünk, bennünk. A gyerekeknek azt kell átadni, amire szüksége van, és ezt érzések útján, mert a gyerek a maga módján gondolkodik, előbb érez, átél, és a gondolkodás csak később jön. Amikor ez kettő összekapcsolódik az a tudás.

Igazából nem is kell a gyereket oktatni. Hiszen nem arra van szüksége, hogy ismereteket szerezzen az életről, hanem, hogy élje azt.

A szülőknek át kell vállalni a gyermeknevelés felelősségét az iskolától, vagyis vissza kell szereznünk azt a jogot, hogy a gyerekeinket valóban mi nevelhessük, így egy szebb világot teremthetünk nekik. Hiszen mindenki ott van az igény egy teljesebb életre, a boldogságra, amit igazán csak a természetben élhetünk meg.

Szerintem nem az iskolapadban dől el, kiből mi lesz, és nem kell feltétlenül jól tanulni ahhoz, hogy valamire vigyük az életben. Nem kell mindenkinek főiskolára, egyetemre járni, de még az érettségire sincs feltétlenül szükség. Ezzel szemben már kisgyerekkorban a tanulmányi, sport és egyéb versenyekkel versenyszellemet akarunk kialakítani a gyerekekben, és itt nem az egymás segítése, az egymásért küzdés, az ingyen kegyelem a cél. Itt végre találkozhattam olyan társasjátékkal, amelyik pont erről szól.

II. 10. Egészségügy

Ezen a területen is vannak még megoldásra váró problémák. Például, hogy azt gondoljuk, ha betegek vagyunk, mindjárt az a legjobb megoldás, ha elmegyünk az orvoshoz, aztán a gyógyszertárba, és teletömjük magunkat mindenféle orvosságokkal, csak azért, hogy minél hamarabb vissza tudjunk térni a munka világába, a gyerekek meg az iskolába.

Gyógyítani nem csak gyógyszerekkel lehet, és bizony van, amikor szerintem az esetek nagy többségében, nincs is rájuk szükség. A szervezet ugyanis jelez, mikor van szüksége egy kis pihenőre. Ilyenkor meg kellene állnunk kicsit, és odafigyelni magunkra, változtatni eddigi életünkön. Ha ezt nem tesszük meg, csak a tünetet nyomjuk el, nem meggyógyulunk, csak tünetmentesek leszünk. Aki nem képes változtatni életvitelén, gondolkodásmódján, az nem is fog meggyógyulni.

Vagy az öröklött betegségek. Ha az ember 25-30 éven keresztül azt hallja, hogy „az apád is cukorbeteg volt, te is az leszel”, persze, hogy az lesz. Gyógyíthatatlan betegségek nincsenek, csak gyógyíthatatlan betegek, vagy idő nincs már a gyógyulásra. Gyógyítani, gyógyulni a jelenben tudunk, vagyis MOST. Folyamatosan a jövő felé haladunk. A múlt feltárása azért fontos és elengedhetetlen, mert segít megtalálni a legjobb irányt a gyógyulás felé. Fontos tisztáznunk azt is, hogy meggyógyítani nem mi fogjuk a beteget, hanem segíthetünk neki, ha ő is akarja.

Lehetne még folytatni a felsorolást. Hiszen sok még az eloszlásra váró hit, tévhit a világban. Fontosnak tartom, hogy ezekre felhívjuk az emberek figyelmét, felnyissuk a szemüket. Akinek van füle a halláshoz, szeme a látáshoz, és szíve az érzéshez, elgondolkodik rajta, és együtt jön velünk az úton.

III. Saját tapasztalatok, az életemben történt változások a gyakorlatban

Itt következnek azok a változások, melyeket azóta éltem meg, mióta ebbe a közösségbe tartozom. Azt is leírom, elemzem, hogyan hatott életemre, gondolkodásomra, felfogásomra, életvitemre a tanfolyam, az itt tanultakat hogyan építettem be a gyakorlatba.

III. 1. Munkahely

Mielőtt kifejteném a munkahelyem történt változásokat, fontos, hogy megemlítssem, én a büntetés-végrehajtásban dolgoztam majdnem 15 évig /"civilben a büntetés-végrehajtás főhadnagya voltam"/. Ebből közel 7 évig voltam nevelő, 3 évig személyügyi főelőadó és 4 évig voltam GYES-en a 4. gyermekünkkel.

Nevelőként a rabokkal foglalkoztam. Az ő ügyes-bajos dolgaikat intézi a nevelő a börtönben. Kezdve onnan, hogy a befogadásakor minden körülményt figyelembe véve munkahelyet, közösséget, elhelyezési körletet jelöl ki számára a nevelő javaslatára egy bizottság. majd a börtönbéli életét egyengeti, jutalmazza, ha kell fenýíti a fogvatartottat, munkahelyet változtat, véleményez a bíróság felé... meghallgatja a problémát, és ha lehet /minden szabályt betartva/ akkor megoldja azokat. És még folytathatnám a sort. Ez nem egy olyan munkahely, ahol a nap végén elégedetten hátradőlhetek, hogy mindent, amit terveztem, azt el is végeztem. Otthon is, akár éjjel is bármikor csöröghet a telefon, hogy odabent baj van. Ennek ellenére, én ezt nagyon szerettem. Örültem, ha valakit az én javaslatomra fel-, vagy kiemeltek a közösségből, ha pl. jutalomból hazamehetett egy kis időre, ha az igazságtalanságot egy-egy fegyelmi ügy kapcsán ki tudtam deríteni, ha feltételesen /kedvezményel/ szabadságra bocsátották. Az is előfordult néhányszor, hogy egy-egy fogvatartott érdekében, mert az emberség és az igazságérzetem úgy kívánta, szembementem

a szabályokkal, a hierarchiával. Így néhány év távlatából is úgy érzem, hogy nem bántam meg. Én soha nem bűnözőként, hanem emberként tekintettem ezekre az emberekre. Azt gondolom, ha a bíróság hozott egy ítéletet, kaptak egy büntetést, akkor nekem már nincs jogom ítélni. Ezt így gondoltam 13 évvel ezelőtt, és ez azóta csak erősödött bennem.

Akkor történt ugyanis, hogy a nevelési csoportomba került egy 23 éves fiatalember, egy rab. Egy bűnöző. Csendes, egyszerű ember, alig lehetett a hangját hallani. Olyan problémával keresett meg, hogy őt a bíró valószínűleg nem fogja feltételesen szabadságra bocsátani /és akkor még jó néhány hónapot itt kell töltenie/, mert az előző nevelője nemleges javaslattal továbbította a véleményt a bíróságnak. Ezt persze olyan indokkal, hogy a fogvatartott elkövetett néhány fegyelmi vétséget. Kiderült, nem követett el semmit valójában, csak magára vállalta mások helyett, mert a társai megfenyegették. én hittem is neki, és megbeszéltük, hogy amennyiben nem lesz több fenyítése, és szerez néhány jutalmat, újabb véleményt fogok továbbítani a bíróságra. Így is történt. A kollégáim ugyan mindent megtettek, hogy a bíró ne kapja meg idejében az újabb kérelmet. Elérkezett a tárgyalás napja. Aznap reggel sikerült elintéznem, hogy a bíró elé kerüljön az újabb javaslat. Még felhívtam rá a figyelmét, hogy gondolja át újra az ügyet. A tárgyalásra és is beültem. A fogvatartott természetesen megkapta a kedvezményt. Utána a bíró megköszönte és ennyit mondott: „Magának volt igaza, ez az ember megérdemli a kedvezményt. Jól csinálta.” Azt gondolom, és akkor is úgy gondoltam, hogy akiben van emberség és igazságérzet, az meglátja a rabban is az embert. Ez a bíró meglátta. A kollégáim nem így gondolták /egy kivétellel/, mert másnap olyan dörgelemes kioktatásban volt részem a parancsnokunk által, hogy azután egész nap sírtam. Akkor sem bántam meg. Ez a fiú azóta sem volt börtönben. Én pedig az utána következő egy éven belül két alkalommal vehettem át jutalmat. Azóta soha többet.

Munkámat továbbra is ebben a szellemben végeztem, mégis úgy éreztem, valami hiányzik. Jobban akartam csinálni, így azt gondoltam, egy egyetemi végzettség /akkor 2 főiskolai diplomám volt/megoldás lehet. Így kerültem át a személyügyi osztályra, ahol nem a fogvatartottak, hanem a dolgozók ügyeit kellett intéznom. Azonban ez sem vált be, nem találtam a helyem. Ekkor született negyedik gyermekünk, így négy csodálatos esztendő tölthettem vele otthon. Egyetlen pillanatig sem hiányzott a börtön. Az utolsó hónapokban már nagyon rosszul éreztem magam, hogy újra munkába kell állnom. Kisfiam többször kérdezte, hogy miért kell neki oviba menni, nekem meg dolgozni, miért, miért, miért. Egyszer azt mondta, hogy csináljunk úgy mintha betegek lennénk, hogy otthon maradassunk. És másnapra beteg is lett.

Hamarosan újra nevelőként dolgoztam. Ahogy most visszagondolok erre az időszakra, látom, hogy mindig úgy alakult az életem, a sorsom, mindig olyan emberekkel vettem magam körbe, akik/amik a bekövetkezett eseményeket előidéztek. Folyamatosan efelé haladtam. „Ahun vagyok, oda gyűttem” – mondja Besenyő nagypapa. És ez egy nagy igazság. Én teremtettem elő ezt a helyzetet, senkit nem hibáztathatok érte, hogy így alakult.

2013. szeptemberében kezdődött a magyar népi gyógyász képzés. Tudtam, mert mondták, és vártam is, hogy hogyan fog az életem megváltozni. Amikor a munkatársaimmal beszéltem erről, kicsit csodabogárnak néztek, nem vettek komolyan. Pedig már erősen érlelődött bennem, hogy otthagynom a munkahelyem, csak vártam azt a pillanatot, amikor lesz elég bátorságom, hogy döntsek. Bevallom, a tanfolyamtól vártam ezt a pillanatot. Azt hogy majd egyik hétfőn egyszerűen nem megyek be többet dolgozni.

A főnökeim sokat támadtak, úgy éreztem, mindenbe belekötnek, amit csak csinálok. Mindig az empátia, emberség, igazságosság vezetett, soha nem a bosszúvágy, vagy hogy „majd én megmutatom ezeknek...” Szerveztem a fogvatartottak részére rovásírás szakkört, melyre nagy lelkesedéssel jártak románok, svábok, magyarok, és még egy zsidó fiú is. A szakkört méltóképpen úgy

zárták, hogy rovó botokra elkészítették a Magyar Himnuszt, a Cigány Himnuszt, és a Szózatot, ami a körlet folyosóját díszítette. /Nem tudom, vajon ott van-e még./ Többször mondták nekem, hogy azért szeretnek bejönni hozzám, beszélgetni velem, mert megértem őket, az embert, az emberi sorsot látom bennük. Ez így is volt. De sajnos míg ők lelkileg kissé megerősödve, megnyugodva mentek ki az irodámból, én egyre fáradtabb lettem, úgy éreztem, fogy az energiám. Cipeltem a problémájukat. Most már tudom, hogy így volt. Amikor hazamentem, már csak bámultam ki a fejemből, semmi értelmeset nem tudtam csinálni. A rabok szerint ugyan egy angyal voltam, /kaptam is tőlük egyik karácsonyra egy rajzot, ami engem ábrázol angyalként/, de egyre több volt a támadás. Már egyre rosszabb kedvvel indultam munkába. Amikor felébredtem gyomoridegem volt, a szemem vibrált, rángatózott, elkezdtem fogyni. Egyre több lett a munka /új számítógépes programot vezettek be/, egyre rosszabbak a munkafeltételek, egyre nagyobb a követelmény, a felelősség. És még mindig vártam azt a pillanatot.

Emlékszem egy volt kollégám, aki akkor már nem dolgozott a börtönnél, mondta nekem néhány éve: „Te se sokáig fogsz ott maradni, hiszen téged is sokan bíráltak, kinéztek onnan a többiek, mert más vagy!” Még majdnem meg is haragudtam rá, hogy miért mond nekem ilyeneket, én szeretek itt dolgozni. Pedig milyen igaza volt...

Aztán idén januárban megtörtént, aminek meg kellett történnie. Akkor amikor nem is számítottam rá, eszembe sem jutott, hogy ez lesz az az esemény, ami megváltoztatja az életemet. Véletlenek szerencsétlen egybeesése – mondanám, ha nem tudnám nagyon jól, hogy véletlenek nincsenek, mindezt a Gondviselés az ÉN érdekemben alakította így persze vele. És szerencsétlenek sem mondhatom, hiszen ennek következtében kezdek most már rátalálni önmagamra.

Szóval az történt, hogy az egyik kolléganőm-barátnőm megkért, hogy legyek segítségére abban, hogy az egyik nevelési csoportjába tartozó rabhoz

eljöjjön a fia meglátogatni őt. A történethez hozzátartozik, hogy a fogvatartott már hat éve nem látta a fiát, mert az haragudott rá. Ahhoz, hogy a látogatás létrejöjjön, a kolléganőm telefonon felvette a kapcsolatot a fiúval, és hogy ne keltsünk hiú reményeket az apában, neki nem szóltunk, mit tervezünk. Nem volt ugyanis teljesen biztos, hogy a fiú el tud jönni, így egy sor kellemetlenségtől kíméltük meg a fogvatartottat. A látogatás az apa nagy örömeére létrejött, mi azonban „lebuktunk”.

Az akkor ügyeletes biztonsági tisztnek ugyanis feltűnt, hogy a rab neve a látogatási listáról le van húzva, mégis eljöttek hozzá, és pont az ő fia stoppolt útközben a börtön felé, és pont arra járt a kolléganőm kocsival és elhozta. Az esetet jelentette, így mindkettőnk ellen fegyelmi és büntető eljárás indult hivatali visszaélés büntette miatt. Ugyanis több esetben nem tartottuk be a szabályokat: nem engedi meg a rendelkezés, hogy a nevelő a fogvatartott tudta, kérése, beleegyezése nélkül felvegye a kapcsolatot a hozzátartozójával, és hogy szintén a beleegyezése, kérése nélkül látogatási értesítőt küldjön ki számára. Ezen kívül én több esetben megsértettem a látogatás lebonyolítására vonatkozó intézetparancsnoki intézkedéseket. Civil, hétköznapi, normális ember számára ez teljesen érthetetlen, hiszen nem történt szökés, baleset, haláleset, senki sem sérült meg, mi azonban főbenjáró bünt követtünk el.

Otthon elmondtam a nagyfiamnak /akivel együtt járunk a képzésre/ a történeteket, a fiam ennyit kérdezett: „Anyu, most mondd meg, meddig akarsz még ott dolgozni! Nem gondolod, hogy itt az ideje, eljönni onnan, mi tart még ott?” Akkor döntöttem, mérlegeltünk a férjemmel – rám van szükség, vagy a havi 200E Ft-ra. Megbeszéltük, hogy másnap felmondok, pontosabban lemondok /ha azonnal akarok eljönni, akkor le kell mondanom a rendfokozatomról, hivatásos szolgálati időmről - ezt most nem részletezem./

Így is tettem. Érdekes volt, hogy most senki nem akart visszatartani, pedig előző nap még nagyon le akartak beszélni, de most nem kérdezték, hogy MIÉRT. A főnöknőm még búcsúzáskor annyit megjegyzett, hogy mennyire

csodál engem, mert a sok bántás ellenére, amit pl. tőle is kaptam, minden harag, sértettség nélkül tudok távozni, és felül tudok emelkedni ezeken a dolgokon. Ez valóban így volt. Ha ez néhány évvel ezelőtt történik meg velem, egyrésztől nem biztos, hogy így döntök, másrészt valószínű kétségbeesetten kerestem volna a hibásokat, felelősöket, akik miatt ebbe a helyzetbe kerültem. A biztonsági tisztre sem haragszom, amiért tette, amit tennie kellett. Sőt, ha lesz lehetőségem, megköszönöm neki, mert nélküle valószínűleg még most is ott ülnék az irodámban a papírhalmaz fölött, és azon lennék, hogy mindenkinek megfeleljek.

Azt sem hagyhatom ki, hogy a rabok hogyan fogadták a távozásom. Amikor dobozoltam, csomagoltam a dolgaimat, többször bejöttek az irodámba érdeklődni. Volt aki könnyes szemekkel, volt aki felháborodva kérdezte, mit tehet annak érdekében, hogy mégis maradjak, meg hogy kit verjenek meg ezért. Egy fiatal „srác” aki egyébként nagyon ritkán keresett meg a problémáival, ennyit mondott: „Látja nevelő, a jó emberekre nincs szüksége ennek a rendszernek.” Amikor pedig délután bezártam az irodámat, azt láttam, hogy a „neveltjeim” kint állnak a folyosón. Csak csendben néztek, a felügyelő hiába próbálta őket a zárkájukba beparancsolni, aztán feladta. Ők pedig csak álltak ott és néztek szomorúan. A szemükre emlékszem. Nem tudtam mit mondani nekik, Heltai Jenő: Szabadság című versének fénymásolatát kitűztem még a falújságukra, minden jót kívántam nekik és eljöttem. /Kicsit hasonlított ez a jelenet a Holt költők társasága film utolsó jelenetére/ Olyan érzésem volt, mintha cserbenhagytam volna őket. Hiszen valamiképp az én teremtményeim lettek, így felelős vagyok értük.

Ugyanezen a napon a kolléganőmet felfüggesztették az állásából, így ő is csomagolt. Őt a körlet udvarán búcsúztatták a rabok. Megható, szívszorító jelenet volt az is. De itt még nem ért véget a kálváriánk, hiszen mint már említettem, büntetőügy lett belőle.

Amikor az ügyész meghallgatott bennünket, szépen sorról sorra, lépésről lépésre elmondtuk, hogy pontosan mi történt, mit miért tettünk. Ő így reagált:

„A cél nemes, az út rögsös”. Azt gondolom, ő megértette, miről van szó, mint ahogyan a bíró és az ügyvédek is. Hogy pontosan miért is mondtam fel/le? Azért, mert úgy érzem, hogy abban a rendszerben, ahol bűncselekmény emberségesen cselekedni, nekem nincs helyem.

Mivel büntető eljárás volt ellenünk folyamatban, vádlottak voltunk, ezért bűnügyi nyilvántartásba vettek bennünket. Mindenki nagyon megértő, kedves volt velünk, mégis nagyon megrázott ez az élmény. Hogy ezt miért kellett megélnem, miért kaptam ezt a Gondviseléstől, Sorstól, azt még nem tudtam megfejtetni. Biztos, hiszem, hogy valamiért megérdemeltem, valamit elkövettem azért, hogy ez így legyen, hogy OK-a vagy OK a történeteknek. „Aki dudás akar lenni, pokolra kell annak menni”.

A tárgyalás a 45. születésnapom előtti napon volt. Még a börtönben, amikor onnan eljöttem, az egyik rabtól /aki a rovasírás szakkört vezette/ kaptam egy mantra fűzért: „Erre még szüksége lesz, használja, nevelőnő.” Használtam, és a magyar népi gyógyászat négy alaptörvényét is:

- Higgyél Istenben és bízzál Önmagadban!
- Mindenki másképpen hülye!
- Légy laza, mint a rigalánc!
- Ne aggódjál raktárra!

Ezekkel a gondolatokkal ültem/álltam végig a bírósági tárgyalást. Megszületett az ítélet: a kolléganőm, mint I. rendű vádlott pénzbüntetést kapott, engem, mint a II. rendű vádlottat pedig két évre próbára bocsátottak, mert mindketten „hogy jogtalan előnyt szerezzünk, hivatali kötelességünket megszegettük”. Ez nem egyenlő a felfüggesztett büntetéssel, ez még csak nem is ítélet, hanem bírósági intézkedés, ezt nem tartják nyilván sehol, nem kell figyelembe venni sehol. Mindketten a legenyhébb ítéletben részesültünk. A bíró, az ügyész, az ügyvédek és a bírósági alkalmazottak megértéssel fordultak felénk, tehát amikor kellett, jóindulatú embereket küldött a Gondviselés. A tettünket, a tetteink

következményét vállaltuk, ha ezért ez jár, hát jó, beletörődünk. Viseljük méltósággal.

Az én történetem itt véget is ért, a kolléganőm azonban nem úszta meg ennyivel. Ugyanis annak ellenére, hogy ítéletet nem kapott, és a nevelői munkában nyújtott teljesítménye a teljesítményértékelés alapján 89%-os volt, nem vették vissza nevelőnek, hanem a fegyelmi eljárás folytatódott ellene. Ennek eredményeképp elbocsátották, azaz kirúgták, mert „cselekménye alkalmas volt az intézet törvényes működésébe vetett közbizalom veszélyeztetésére.”

Időközben a férjemet egy mondvacsinált ügy miatt felmentették ugyanennél az intézetnél osztályvezetői beosztásából, és egy alacsonyabb beosztást ajánlottak fel neki. Ezt nem fogadta el, így jelenleg 8 havi felmentési idejét tölti, és novemberben 8 havi fizetésnek megfelelő összegű végkielégítéssel távozik a börtöntől. Így végre neki sem kell nap, mint nap megküzdeni olyan dolgokkal, amik nem teszik boldoggá, ami nem teremtő munka. Most östermelők vagyunk.

Úgy érzem, ennek így kell lenni. A rendszer kidobott minket, mert nem vagyunk oda valók. A napokban hallottam egy ismerősömtől, aki szintén hasonló helyzetbe került, hogy „az a rendszer, amelyiknek a mi fajtánk nem kell, az halálra van ítélve”. És ez nem nagyképűség, ez tény. Én nem haragszom senkire, nem akarok bosszút állni senkin. Van, aki ezt megteszi, aki ezt bevállalta. Ugyanúgy hogy valamikor valahol azt is bevállalták, hogy a sorsom az ő közreműködésükkel így alakuljon. Tulajdonképpen még hálás is lehetek nekik, hiszen ha akkor ők nem úgy döntenek, ahogy döntöttek, én még mindig ott ülnék a kis irodámban és a nap végén hurcolnám haza a rabok rám rakott terheit. Ezt is csak mostanában ismertem fel. Hogy miért voltam mindig olyan fáradt, egykedvű a nap végére, hogy már csak a TV nyújtotta további szellemi leépülést szolgáló szórakoztatóipari remekművek bámulására maradt energiám. Egyszóval én örülök neki, hogy így történt.

Azzal, ami velünk történt, elindult egy folyamat. Többektől kaptunk pozitív visszajelzést, és megerősítést abban, hogy jól döntöttünk. Velünk még nem zárult be a kör. Egyre több embernek nyílik ki a szeme, és egyre többen lesznek, akik változtatni akarnak és tudnak is.

A helyzetünk ugyan nem könnyű, nem vagyok elkeseredve, kétségbeesve, mert tudom, ha hiszek Istenben, bízom magamban, laza vagyok és nem aggódok raktárra, minden megoldódik. És azt is tudom, hogy a Teremtő nem rak nagyobb terhet az emberre, mint amekkorát az el tud viselni.

III. 2. Egészség-betegség, táplálkozás

„Szerencsére” nem vagyunk betegesek, se a gyerekeink, se én. Én pl. még a házi orvosunkat sem ismerem. Manapság pedig csak azért megyek az orvoshoz a gyerekekkel, ha igazolás kell. Az antibiotikum- receptet ki se váltom és ha az orvos kérdezi, a többi gyógyszerről pedig azt mondom, hogy van otthon ne írjon receptet. Legutóbb kisfiam lázát előbb öleléssel, frászkarikával, ülőfürdővel, dobbal csillapítottam. A torokfájást, köhögést parajdi sóval, disznózsírral, hagymateával, mézzel, tormával KEZeltem. És a macska is jó hatással volt a gyógyulására.

Készítettem méhviaszból és sárgabarackmag olajból kenőcsöt, amely kiválóan alkalmas masszázskrémnek is, de a napégést is enyhíti, valamint bőrszárazságra kiváló. Most már nem az az első reakciónk, hogy a gyógyszereszekrénybe nyúlunk, hanem előbb a gyógyteák, gyógynövények között keressük, ha már nagyon kell. Használok az arc- és a has-masszázst, ha feje vagy hasa fáj valakinek a családban. De nagyon jól bevált az esti lábáztatás, kisfiam már kifejezetten igényli.

Minden nap főzök, így friss étel kerül az asztalra. A hozzávalókat saját kertből, de mindenképpen helyi termelőktől igyekszem beszerezni. Készételeket, ízesítőket, felvágottakat nem vásárolunk. A húst, tojást, tejet, sajtot, túrót, bort, pálinkát már régóta nem a boltban vesszük. De már van saját

baromfiállományunk, kertünk is. Hasznosítom itt is az iskolában tanultakat, készítettem pl. alma-ecetet, vajat, túrót, és kipróbáltuk a sumér kávét is. Sajnos az egész napos oktatás miatt még nem tudtam megoldani, hogy a gyerekek ebédre is az otthonit egyék, de talán jövőre lesz rá lehetőség, hogy ebédelni hazajöhessen az általános iskolás gyerekem. Néha megdöbbenek, hogy szegényeknek miket kell megenni uzsonnára ebédre: margarinos-macifelvágottas zsemle, rántott parizer, krumplipüré porból...hogy csak a leggyakoribbakat említsem. Itthon igyekszem ezeket jobbra, sajátára felváltani. Először a mikrótól szabadultunk meg, majd következett az elektromos főzőlap, a vízforraló, főzésre, sütésre a tűz energiáját használom. Csapvizet, ásványvizet sem iszunk már, helyette a kútból húzzuk a vizet.

III. 3. Tisztító- és tisztálkodó szerek

Már korábban is gondolkodtam azon, mivel lehetne kiváltani a háztartásban a vegyszereket, tusfürdőt, mosó-, és mosogatószeret, léghfrissítőket, stb. Utánanéztam, és megtudtam, hogy ezek a szerek számos veszélyes mérget, idegmérget tartalmaznak. Elkezdtem a mosószer helyett mosószódát, mosódiót használni, de most már gesztenyével, lúgszappannal mosok, öblítőszer helyett almaecetet teszek a gépbe. A mosogatószeret is kiváltotta a mosószóda, a saját készítésű súrolókrém és az ecet. Ablaktisztításra, felmosására szintén az ecet vált be, léghfrissítő helyett a WC-ben gyertya és gyufa van.

Tisztálkodásra szintén házi szereket vezettem be: saját készítésű fogkrém, háziszappan /és akkor nem kell testápolót használni, mert az nem szárítja ki a bőrt/, dezodor helyett szódabikarbóna, hajmosásra diólevél, alma- ecet.

Mindenből olyat veszek és készítek, ami a legkevésbé károsítja a Földet, mert egy indián bölcsesség szerint csak addig maradhatunk életben, ameddig a Földet életben tartjuk.

III. 4. Oktatás-tanulás

Szerintem ma az országban túl sok a túlképzett ember. Mindenki főiskolára, egyetemre jár, diplomát akar szerezni, aztán abból jól megélni, úgy hogy minél kevesebbet kelljen dolgozni. Teremtő munkát pedig egyre kevesebben /bár én tapasztalom, a környezetemben egyre többen/ akarnak végezni.

Ma egy első osztályos /7 éves/ gyerek reggel fél nyolckor már az iskolában van, és van úgy, hogy csak délután 5-6 órakor érkezik haza. Mert focira, zeneiskolába is jár. A pedagógusok meg csodálkoznak, hogy a gyerekekkel van, hogy nem lehet bírni. Az én gyerekeimmel különösebb probléma nem volt/nincs az iskolában. Korábban még én is azt akartam, hogy a gyerekem szorgalmas jó tanuló diák legyen, mert majd ezen múlik, mire viszi az életben. Ma már csak annyit szeretnék, hogy jól érezze magát. Kisfiam így is tesz, és ezt hármassal szokták jutalmazni magatartásból. De legalább jót játszott, mondta is hogy magatartásból hármast jó kapni, de egyest biztos még jobb lehet.

A matematika nem az erőssége /meg is jegyezte, hogy azt és a magatartást még gyakorolnia kell/, így kitalálta hogyan kell a két kezével az ujjain 10-es átlépéssel 20-as számkörben összeadni-kivonni. Őszintén bevallom én csodáltam érte, de az iskolában csak a pad alatt használhatja, hogy a tanárnéni ne vegye észre.

Engem már nem is nagyon érdekel, hogy a gyereimnek milyen számok vannak az ellenőrzőjében, hiszen én tudom nagyon jól, milyen érték van bennük. Lehet, hogy a kicsi nem tud egy anyák napi műsort vagy egy tanévzárót a többiekkel bohóckodás nélkül végigállni/szerepelni, de amikor azt kell megmutatni, hogy Ő mit tud, csodákra képes. Így volt ez, amikor felkérték, hogy a Solti Majálison tartson ostorbemutatót. A faluban is híre van, és kéri a gyerekek, felnőttek egyaránt, hogy mutassa meg tudományát. De nagyon szépen zongorázik, ebben is kiváló. És még csak 7 éves.



Én úgy vagyok a gyerekeimmel, hogy mindegyiket a legjobban szeretem, és mindegyiket másképpen, és másért. A nagyokat azért mert már látom, mikké/kikké neveltük őket, és büszke vagyok rájuk, a kicsiket pedig azért, mert még benne vagyunk a nevelés folyamatában. És ezt most már merem lazán csinálni, nem akarok ebben is a különféle elvárásoknak megfelelni.

III. 5. Kertészkedés-állattartás

Most, hogy nincs állásom, volt időm arra, hogy megtervezek egy kis biokertet, természetesen a családom segítségével. Minden van benne, amire szükségünk lehet. Mi nem permetezünk, legfeljebb csalán- vagy dohánylevel. Nem is kapálunk, hanem mulcsozzuk a kertet. Kaptunk is érte a szomszédoktól. Ők már reggel hatkor kapálnak, aztán locsolnak, mert kiszáradt a föld, aztán megint kapálnak, mert gazos lett a kert. Próbáljuk megértetni velük, hogy mi miért nem így teszünk, de nagyon nehéz. Majd ha látják az eredményt, lehet, hogy áttérnek erre ők is. Most még csak csóválják a fejüket.

Állatokat is tartunk néhány hete. Magfalváról megkaptuk Józsi kakast és két kendermagos tyúkot. Van még 16 tojó tyúkunk és 9 kiskacsánk. Rengeteg a tojás, így beindult a cserekereskedelem. Palántáért, meggyért ezért azért cseréljük a felesleges tojást. Kisfiamnak óriási élmény, ha összeszedheti a tojásokat, elláthatja az állatokat. Most kecskét is szeretne. Nem sokára az is lesz.



A WC lehúzása mindig is zavart, hogy miért használunk el olyan sok vizet erre. Itt kell megemlítenem, hogy elkészült

az alomszék is, egyelőre kintre. A salakanyagot komposztként felhasználjuk. Így ami a természeté, az visszakerül a természetbe, és megspórolunk nem kevés vizet.

Azon vagyunk, hogy minél egészségesebben éljünk, összhangban a természettel. Amit csak tudunk, megteszünk ennek érdekében, de van még mit tenni. Lakóhelyünkön alakul egy közösség hasonló gondolkodású emberekből, és egyre többen vannak és lesznek, akiknek az életmódján hozzáállásán példamutatással változtatni tudunk.

IV. Összegzés, tanulságok

Így igyekszem az itt tanultakat, hallottakat beépíteni a mindennapi életünkbe. Már sokkal kevesebbet nézünk tv-t, és kevesebbet vásárolunk az áruházakban és gyógyszertárakban. Hétfégenként kertészkedünk, gombászunk, családot látogatunk. Esténként és ha mindenki itthon van, együtt üljük körbe a családi asztalt az étkezőben. Nem járunk étterembe, Wellness-be, Tv helyett társasozunk, játszunk a gyerekekkel.

Az utóbbi néhány hónap olyan élményekkel ajándékozott meg, amiért csak hálás lehetek. Két olyan közösségnek is tagja lehetek, amelyek sok új dologra nyitották fel a szememet. Megtapasztaltam azt, hogy nem az a fontos, ki milyen házában lakik, mi az iskolai végzettsége, mennyi a fizetése, milyen kocsija van. Ez nem számít, bár nekem eddig se számított. Ami fontos az, hogy mennyire értékes valaki. Együtt vagyunk, tanulunk, énekelünk, nevetünk, viccelődünk, és segítünk, ha valaki bajban van. Én ilyen sok SZÉP embert, mint ebben a közösségben még nem nagyon láttam. Ez a közösség egy csoda. Örülök, hogy a része lehetek.



A Magfalván töltött estékért, éjszakákért, hajnalokért szintén hálás lehetek. Itt nincs mikro, rádió, tv, számítógép, de még fürdőszoba és WC sem. Fával fűtünk, kemencében sült kenyeret eszünk padlizsánkrémmel, vagy helyben szedett gombából, vagy itt frissen

levágott birkából készült birkapörköltet. Szalmaházban alszunk, este tábortűznél melegszünk és pottyantós budit használunk. Abban a néhány napban, amit május elején ott töltöttem, olyan élményekkel gazdagodtam, amit talán leírni, megfogalmazni sem igazán lehet. Olyan emberi értékekkel találkoztam, amit

papírral, diplomával nehéz lenne kifejezni – gondolok itt ingyen kegyelemre, az önzetlen segítségre, szeretetre.

Én még nem fejeztem be a képzést. Azt hiszem soha nem is fogom. Ez egy életforma, és nem lehet csak úgy befejezni, abbahagyni. Még „nem vagyok készen”. Sokat kell még tanulnom, de már más szemmel, szívvel, lélekkel nézem, figyelem a világot. A saját életemért felelősséget tudok vállalni, hiszem, hogy mindennek, ami bekövetkezik az életemben, annak ÉN VAGYOK az OK-a. Tudom, hogy a saját boldogságom nem másokon múlik. Tudom, hogy a dolgok az életemben nem ellenem, hanem az érdekemben történnek, és soha nem véletlenül. Tudom, hogy meg kell bocsátanom, elsősorban saját magamnak, és ehhez szeretnem kell magam, ami nem könnyű. Meg kell bocsátanom azoknak az embereknek is, akik „ártottak”, ártanak nekem, vagy ellenem tettek. Megértem, elfogadom és elengedem őket.

Tudom, hogy az igazi értéket külső, negatív hatás nem törheti szét, csak az illúzó az, ami összetörik.

Felhasznált „irodalom”

- Bilibók Ildikó
- Bokrossy Zoltán
- Deák Tamás
- Dr. Csordás Zoltán
- Dr. Greskó Marianna
- Dr. Molnár Albina
- Dr. Országh József
- Géczy Gábor
- Hintalan László János
- Kiss Gergely Szabolcs
- Kondra József
- Novák Lajos
- Pap Gábor
- Saman Kothalavala
- Somlósi Lajos
- Szántai Lajos
- Tóth Ferenc
- Váradi Tamás
- Vígvári János
- Vukics Ferenc

előadása.