

# Őrangyal

IV. évfolyam / 4-5. szám  
2023. ÁPRILIS-MÁJUS

É L E T M E N T Ő M A G A Z I N

Műbillentyűvel  
negyven éve? Igen!  
Láng Józseffel beszélgettünk

Ferenc pápa  
Magyarországon

80 éves lenne  
Demján Sándor



LEGELSŐSEGÉLY  
ALAPÍTVÁNY

# Tartalomjegyzék



**5.**  
Ferenc pápa  
Magyarországon



**10.**  
Láng Józseffel  
beszélgettünk



**14.**  
80 éves lenne  
Demján Sándor



**26.**  
Sólyom Vadmentő  
Egyesület



**36.**  
A Retrológus okoskodik



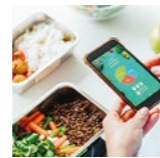
**46.**  
Csokolom, répatorta  
van?



**52.**  
Békét, szeretetet  
az utakon is



**54.**  
A környezeti  
fenntarthatóság



**60.**  
Gyakorlati segítség  
a fogyás elősegítéséhez



## A MAGAZINBAN HIRDETŐ CÉGEK EGYTŐL-EGYIG ÓRANGYALOK, MERT MEGTANULTAK SEGÍTENI!



**Kiadó: Legelősegély Alapítvány**  
(1063 Bp., Szinyei Merse Pál u. 10.)  
**Felelős kiadó: Haász Gábor**  
Megjelenik évi 12 alkalommal.  
Design: Istvánfy Gergő  
Korrektor: Szerdahelyi Sára

Cikkeket és észrevételeket az alábbi elérhetőségünkön várjuk.  
Az Órangyal Magazin hirdetési tarifáiról is itt érdeklődhet.

**E-mail: [info@legelosegely.hu](mailto:info@legelosegely.hu)**

A kiadványban megjelent anyagok az egyes szerzők szellemi tulajdonát képezik. Azok részben vagy egészben történő felhasználása, nyomtatott vagy digitális formában történő utánkölés kizárólag írásos beleegyezés esetén engedélyezett.

Támogatónk:



# Kedves Olvasó...

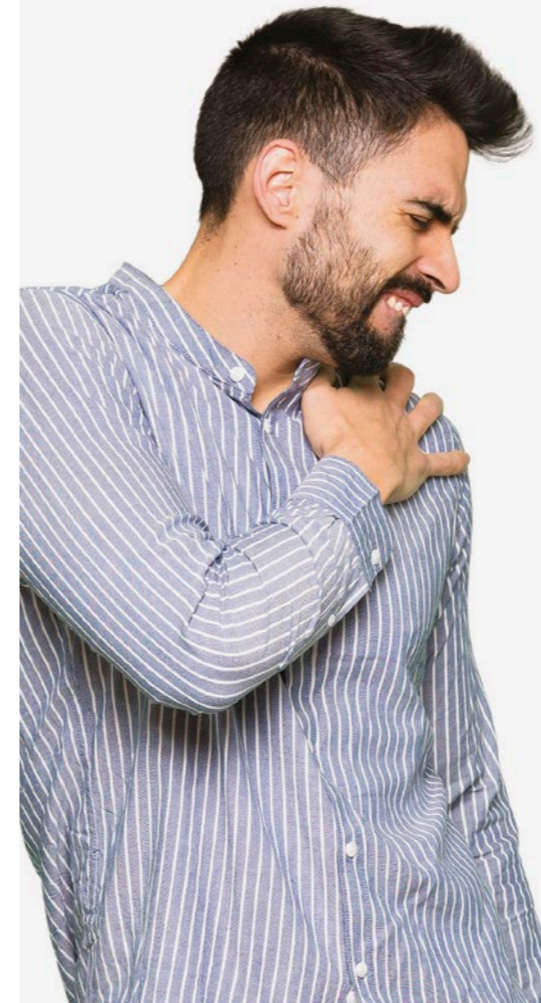
Haász Gábor • alapító

Fáj a jobb vállam. Hónapok óta. Talán izület, viszont a teniszt kizárhatjuk, és a hajlott koromat is. Fáj, és sugárzik minden irányba. Voltam vele orvosnál, megvizsgált, de igazán nem talált semmit.

Megkérdezte, mivel foglalkozom? Talán kemény fizikai munkára gondolt? Röviden elmeséltem neki, azt is, hogy anno milyen indíttatásból jött létre az alapítvány, honnan indult, és hol tart most. Milyen célok, milyen alapvető emberi aggodalmak mentén létezzünk és próbáljuk kinyitni mások szemét.

- Nagyon szép!

- Nagyon felemelő és tisztelendő, amit csináltok! Majd megveregette a vállam! Felszisszentem és jeleztem, pont ott fáj!... És pont ettől fáj! Mindenki gratulál, elismer, és megveregeti... és itt többnyire pont is van a mondat végén.



Kreatívnak hiszem magam, és eddig (!) úgy gondoltam, hogy meg tudom fogalmazni úgy a mondatokat, hogy az eljusson a célcsoporthoz és hasson is! Eddig úgy gondoltam, de valamiért nem úgy megy át, nem úgy hat. Aztán amikor már a legjobban lóg, akkor jön az üdítő kivétel és ismét látjuk az alagút végét, ismét megerősítve érezzük, hogy jó, amit csinálunk, és fontossága talán mégis átmegy!

Itt is szeretném megköszönni új, felelős támogatóinknak, hogy mellénk álltak és segítik munkánkat! Köszönjük Mindware Systems Kft., köszönjük Telcotrend Consulting Kft.!

Bár meg lettem keresztelve, és tisztelem a hívő embereket, legyen bármilyen vallású az irányultság, én magam a hétköznapiakban nem gyakorlom. Anyu 1989-ben ment el, akkor és azóta is abban hittem/hiszek, hogy ő terelget főntről... Neki akartam büszkén megmutatni a korábbi sikereimet is. Bár egyoldalúan, de sokat beszélgettem vele és hittem, hogy a kéréseim általa gyorsan teljesülnek. Ez is talán hívő léleknek számít, olyan autodidakta féle lehetek...

Furcsa az emberek működése. A saját veszélyeztetettségük nem igazán fontos, a családi érintettség szintén, szinte azonnal kizárva. Miért pont a környezetében lenne a napi hetven áldozat egyike? Lehet, hogy nem jó a kommunikációnk, nem sokkolunk eléggé a számokkal, a következményekkel? Lehet, hogy nem megy át a felvilágosító és veszélyt sugalló mondat, de tény, hogy ugyanezekkel az eszközökkel egy akciós verdát, vagy repjegyet azonnal el lehet adni. Olyan világban élünk, ahol az anyagi háttér,

a külsőség akkor is mindennél fontosabb, ha holnaptól nincs kivel együtt élvezni az egészet.

Meghallgatnak ugyan, majd jön egy mosoly, egy kérdés: És miből élsz? Közben gratulálnak, csettintenek és ütögetik a vállad.

Itt volt a pápa. Köré szerettem volna az áprilisi számot építeni. Április végén jött, tehát eleve nehéz volt a megjelenést tervezni és amire össze is állt, már nagyon közel volt a májusi Órangyal Magazin. Ezért született a döntés: összevont szám lett. Idén nem a megszokott július-augusztus készült egyszerre, hanem a mostani.

Tehát itt volt a pápa, és nekem, mint fent leírt módon nem hívőnek is bőven adott rengeteg emberit. Részben mondatokat, gesztusokat, szerénységet és egy elfeledett értékrendet. Ágoston atya írása pont ezt emeli ki a, szerintem, nyíltságában mindenkinek kellemes meglepetést okozó pápai vizitból.

Majd közvetlen a pápa után megérkeztünk az Angyalhoz, azaz Roger Moore szeretett magyar hangjához, Láng Józsefhez egy beszélgetés erejéig, ami természetes tisztaságával, humorával kellemes párhuzamot mutatott Ferenc pápáról leírtakkal. Ez a korosztály még nagyon tud valamit!

Remélem megérte a várakozást, jó szórakozást kívánok! ■

### A Legelsősegély Alapítvány kuratóriuma:



**Andó Ilona**  
a kuratórium  
elnöke



**Haász Gábor**  
alapító,  
a kuratórium  
tagja



**Dr. Kovács József**  
a kuratórium  
tagja



**Dr. Madari Tibor**  
a kuratórium  
tagja



**Pintér László**  
a kuratórium tagja



**Szerdahelyi Sára**  
a kuratórium tagja



**Zsedő Barnabás**  
a kuratórium tagja

### Akiknek köszönettel tartozunk:



**Jécsai György (1961-2016)**  
a kuratórium korábbi tagja



**Suri Imre**  
a kuratórium korábbi tagja



**Dr. Szeifert Jenő**  
a kuratórium korábbi tagja

**A HIRTELEN SZÍVHALÁL MAGYARORSZÁGI ÁLDOZATAI  
– HOSSZÚ ÉVEK STATISZTIKÁI ALAPJÁN – 2023-BAN A MAI NAPIG:**

**09808**

(TÖBBNYIRE NEM BETEG, ÉS NEM IDŐS EMBER!)

**EBBŐL CSAK A MAI NAPRA ESIK:**

**68**



Lelki-oldal  
**Ferenc pápa Magyarországon**

Barkó Gábor Ágoston • bencés szerzetes, pap, gimnáziumi tanár, a Tihanyi Bencés Apátsági Múzeum igazgatója



„Olyan Egyházra van szükségünk, amely folyékonyan beszél a tevékeny szeretet nyelvét, egy olyan egyetemes nyelvet, amelyet mindenki meghall és megért, még a legtávolabb állók is, még azok is, akik nem hisznek.”

(Ferenc pápa szavai a szegényekkel és menekültekkel tartott találkozóján a Budapesti VII. kerületi Árpád-házi Szent Erzsébet-templomban, 2023. április 29-én)

2023. áprilisának utolsó napjai egy középiskolában tanító hittantanár számára egyrészt a Szentatyánk, Ferenc pápa háromnapos magyarországi látogatására való készüléssel teltek (a diákok jelentkeztetése, összegyűjtése, informálása a pápalátogatás nekik szóló programjaival kapcsolatban), másrészt a középszintű katolikushittan-érettségire való felkészítés foglalkozásaival, hiszen május első hetében már elballagnak a fiatalok. A győri Czuczor Gergely Bencés Gimnáziumban általában a 120 fős évfolyam 40%-a választja a hittant, mint érettségi tantárgyat. Ez nem azt jelenti, hogy ezekből a lányokból és fiúkból teológusok, esetleg szerzetesek, a fiúkból papok lesznek, hanem a bölcsészettudományok és a természettudományok magas szintű oktatása során természetes a párbeszéd a hit szempontjaival, hiszen a tudományok becsületes kutatása ösztönzi a kérdést: Mi értelme a világmindenségnek? Miért van benne ilyen magasszintű tervezettség? Mi az emberi élet végső értelme? Az Egyház mindig élen járt a tudományokban. Büszkén mondhatom, nagyon örülök annak, hogy kvantumfizika-szakkör is van iskolánkban és a diákok hozzák a versenyeredményeket is.

Ferenc pápa látogatása, a látogatása során tapasztalt gesztusai, „gyengédsége”, a belőle sugárzó belső öröm és derű, a kiváló „praktikus”, „életségű” beszédei jól tükrözték Krisztus Urunk és az általa alapított közösség, az Egyház küldetésének lényegét, amelyet alkalmanként elfed a média, a politika, a részrehajló szövegkiemelés, a pártoskodó tudósítás, avagy az érdektelenség, a közöny. Ezért érdemes Ferenc pápa beszédeit teljes egészében és hiteles forrásból olvasni.

A kevésbé vallásos, sőt az intelligensen ateista, tehát a párbeszédre nagyon is képes, érdeklődő, nyitott emberek meg vannak-voltak lepődve Ferenc pápa és a katolikus egyház újból felszínre került nyitottságán, sok közösségben a valóban mindenki felé áradó gondoskodásán, szeretetén. Ugyanígy meg voltak lepődve azok a diákok is (!), akik a hittanórákon ülnek 12, 8 vagy 6, vagy 4 esztendeje. Ismét felmerült a kérdés: akkor a keresztények szerint, az Egyház tanítása szerint, mindenkit szeret az Isten? Tényleg mind a 8 milliárd embert? Tényleg mindenkit, aki valaha élt, élni fog ezen a földön? Bár

természetesen tanítjuk, prédikáljuk ezt és igyekszünk például egyházközségi, helyi közösség szinten – nyilván, akit így elérünk – azoknak segíteni anyagi vagy lelki szükségükben - vajon miért lepődnek meg az emberek most is, Ferenc pápa látogatásakor ezen az egyetemes, tehát mindenkinek szóló szereteten? Miért lepődnek meg a hittanosaim azon, amikor a tananyag ismétlésekor újra elmondom az Egyház ősi tanítását: senki sincs kizárva a lényegből, a „hosszabb” életünkől, az örök életből, az üdvösségből sem. Isten eme meghívása és akarata kivétel nélkül minden emberhez elér a csak általa ismert módon - bármely nemzethez, vagy kultúrához, vagy valláshoz is tartozzon a Földön. Akinek nem volt lehetősége (saját akaratán kívül) megismerkedni Jézussal, az ő tanításával, a Szentírással, a szentségekkel, az Ő egyházával, azoknál a végső mérce: a jó tettek, az irgalmasság cselekedetei, az erkölcsös élet, az IRGALOM, az igazság követése. Szüntelenül ezt mutatta meg Ferenc pápa és erről beszélt minden alkalommal Budapesten is.

Ferenc pápa „legerősebb” és szívből jövő gesztusát április 28-án, látogatásának első napján, a Szent István-bazilikában láthattuk. Miközben kerekesszékekben haladt az oltár felé, különleges találkozással ajándékozta meg a szegedi Kardos Mihály atyát, aki betegsége miatt mindkét lábát elveszítve maga is kerekesszékekben érkezett. Mihály atya rendkívül imádságos, derűs, szeretetteljes lelkipásztor, aki saját kérésére nem papi idősök otthonában él, hanem a Magyar Máltai Szeretetszolgálat Gondviselés Háza Szegedi Hajléktalanellátó Központjában, így kísérve, lelkileg szolgálva, atyailag erősítve a rászorulókat, elesetteket.

A találkozás után Mihály atya elmesélte: „Amikor jött közepem, előre a Bazilikában, én ott voltam a szélén. Megállította az őt toló segítőjét és először megfogta, majd megcsókolta a kezem. És megáldott. Odaajándékoztam neki az általa írt és kiolvasott Álmodjunk együtt – Út egy jobb jövő felé című könyvet. Azzal váltunk el, hogy azt mondta, imádkozzunk érte.” Arra a kérdésre, hogy Mihály atya hogyan élte meg a találkozást, csak ennyit mondott: „Potyogtak a könnyeim. Tudtam eddig is, hogy jó ember, de arra nem számítottam, hogy ennyire, hogy még engem, tolókokocsis testvérét is figyelemre méltat, odajön, és odahajol hozzám. Egy életre hálás vagyok.” (a magyarkurir.hu tudósítása alapján)

Török Csaba atya, Ferenc pápa látogatásának hivatalos televíziós kommentátora és szakértője írja: „A Szentatyá Szent Ignác-i küzdő szellem, az emberi gyöngeségeivel is útnak induló próféta szellem. Az, hogy ő is fárad, látszott olykor az arcán, a gesztusai hirtelen meglágyulásán. Nem azért volt mosolygós, mert bevett egy varázspirulát, hanem mert megküzdött azért, hogy ilyen lelkülettel legyen közöttünk. Nekem ez hatalmas példa volt. Feltettem magamnak a kérdést, hogy van-e jogom elkámpicsorodni a magam kis életének a maga kis nehézsé-



gein, vagy jobban tenném, ha megtanulnám a pápától: az a fontos, hogy a körülöttünk lévő embereknek mit adhatunk. És onnantól kezdve ne a magunk nyomorán sírjunk, hanem nevéssünk, és mosolyogva szedjük össze az erőnket, hogy odaadjuk azt az embereknek.” (www.magyarkurir.hu)

Ferenc pápa gyengesége, egyúttal belső ereje láttán eszembe jutott életem első közvetlen meghalási tapasztalata. 2007 szeptember 10-én kerültem Pannonhalmára a Tihanyi Apátság növendékeként, egy esztendő teológiai tanulmányi időre. Szeptember 13-án, csütörtökön kurzustársammal, Jeromos testvérrel (ma a Tihanyi Apátság vezetője) csak reggel tudtunk részt venni a napi kötelező szentmisén, mert aznap este lett volna a közösségi szentmise. Reggel az ún. „gyilokfolyosó” egyik oltáránál Dobra Modeszt atya (született: 1925) latin nyelvű ún. „magánmiséjét” tudtuk meghallgatni. Hárman voltunk: mi ketten, 21 éves szerzetesnövendékek és az idős atya. Nagyon sietősnek tűnt a szentmise, mintha valahová nagyon készülné az atya. Ünneplésén, hófehér miseruhában volt. Nekünk háttal állt, az oltár keresztje felé. Igazából csak ő és Jézus között zajlott a kommunikáció, mintha ott sem lettünk volna. A mise végén kezében az aranyozott kehellyel kivonult a sekrestyébe, letette szépen, szabályosan az előkészítő pultra azt, majd abban a pillanatban hátravágódott a hideg, kemény kőre és úgy maradt. Akkor még nem ismertük az újraélesztés módját, de nem is gondoltuk elsősre, hogy meghalt az atya. Nem láttunk még ilyet. Nem volt előjele (pl. rosszulletés, elesés). Míg Jeromos rohant a főpát úrért, vagy illetékes elöljáró atyáért,

addig én tanúja voltam annak, hogy egy nagy „sóhajtás” jött ki a száján és a színe kezdett elváltozni. Jöttek az elöljárók, jött orvos, elindult a sürgés-forgás. Micsoda kitarás, lelkerő volt a gyenge, beteg testben (ezért volt a sietség, a belülről való sietség, mint utóbb megtudtuk), hogy a napi legfontosabb imádságot szerzetesi, papi kötelességből még az utolsó földi napján is elvégezte, majd „kilehelte a lelkét”!

Ferenc pápa, belső erő, gyenge test, újraélesztés, az irgalom gyakorlása és felragyogtatása minél több ember számára, hogy szeretve érezzék magukat nemcsak tőlünk emberektől, hanem aki belül indít bennünket, az Alkotótól!

Most, amikor írom e sorokat, visszhangoznak bennem Ferenc pápa azon szavai is, amelyet 11.000 fiatal előtt mondott a Papp László Sportarénaiban: „Íme, ide vezet a hit: az adakozás szabadságához, a nagylelkűség lelkesedéséhez, a félelmek legyőzéséhez, az önmagunk kockára tételéhez! Barátaim, ti mind értékesek vagytok Jézus számára, és számomra is! Ne feledjétek, hogy senki sem veheti át helyeteket a világ történelmében, az Egyház történelmében: senki sem veheti át helyeteket! Senki sem képes arra, amire csak ti vagytok képesek. Segítsünk egymásnak elhinni, hogy szeretnek bennünket, és értékesek vagyunk, hogy nagy dolgokra vagyunk teremtve. Imádkozzunk ezért, és bátorítsuk egymást ebben! És ne feledkezzetek meg arról, hogy imádkoztatok értem is. Köszönöm!”

Ferenc pápa beszédeinek teljes, hivatalos változata: <https://www.vaticannews.va/hu/papa.html>



# Stratégiai partnerek lettünk!

Andó Ilona  
Legelsősegély alapítvány



A SIASTOK (Sürgősségi, Intenzív Terápiás, Aneszteziológiai Szakterületek és Társszakmák Országos Konferenciája) 2023. áprilisában került 14. alkalommal megrendezésre. A rendezvény alapítója és házigazdája évről-évre a Semmelweis Egyetem Aneszteziológiai és Intenzív Terápiás Klinika, **Prof. Dr. Gál János klinika igazgatóval az élén**. A konferencia négy napos program sorozatának a fókuszában az idén is a minőségi betegellátás és betegbiztonság fejlesztése áll.

Az idei évben Alapítványunk is meghívást kapott a konferenciára.

Színesítette a prezentációk által nyújtott szakmai újdonságok, kihívások palettáját, hogy pénteken a szálloda parkolójában felállítottak - a magyar honvédség ROLE 2 Field Hospital egységének segítségével - egy mobil kórházat. Így a résztvevők betekintést nyerhettek a NATO-doktrínának megfelelően kialakított mobil

kórház világába. Izgalmas színpont volt a szobati vesepótló kezelés gyakorlatának elsajátításában való részvételi lehetőség is.

Számunkra, az Alapítvány számára, azonban a legfontosabb az a pillanat volt, amikor a professzor úr bejelentette, hogy a **Semmelweis Egyetem** (szorosabban a Aneszteziológiai és Intenzív Terápiás Klinika Szimulációs és Képző Központja) **és a Legelsősegély Alapítvány stratégiai együttműködésre lép egymással**. Néhány mondatot idézünk a bejelentésből:

„Kellenek a segítségek! Kerestük azokat a partnereket, akikkel olyan kapcsolatot tudunk kiépíteni, amelyekben a civil lakosság is bekapcsolható az újraélesztés, elsősegélynyújtás folyamatába. Ez össztársadalmi érdek! A Legelsősegély Alapítvánnyal régire nyúlik vissza a kapcsolatunk. Több évvel ezelőtt már tartottunk számunkra egy VIP képzést,

amelynek anyaga kifejezetten a hirtelen szívhálal esetén szükséges segítségnyújtás volt. A közelmúltban ismét lezajlott egy oktatás, de most már egy magasabb fokú képzésen vettek részt a Szimulációs Központunkban. Módszertannal kiegészített Instruktor képzést tartottunk az Alapítvány által delegált munkatársak számára. Ezzel elindítottunk egy új szintű együttműködést. Hiszen az Alapítvány rendelkezik azzal a hálózattal, ahová tovább lehet adni a Képző Központunkban megszerzett tudást. Lényeges eleme a közös munkának a folyamatos mentorálás, a szakmai kontroll biztosítása. Így közösen már jelentős erőt képviselünk a társadalmi felelősségvállalás területén is, egy szakmai és egy civil szereplőként erősítve a szükséges tudás átadását”.

(Gál professzor úrral készült hosszabb interjúnk az előző számunkban olvasható). ■



# Műbillentyűvel negyven éve? Igen!

L. Dézsi Zoltán (Retrológus) írása

**Már tinédzser korában megmondták Láng Józsefnek, hogy ötvenévesen operálni kell majd a szívét. Így is lett. Túlélte, és készül a kilencvenedik születésnapjára. Mondhatnák azt is: naná, hogy túlélte. Hiszen az ő neve Bond, James Bond.**

Csendes kis utcácska Budán. A szomszédban óriási kuvasz. Nem túl barátságos velünk. Annál inkább az a ház gazdája, a kilencvenedik évéhez közeledő Láng József. Bevallom, kissé féltem attól, hogy élénk tud-e majd jönni. A hírek ugyanis arról szóltak, hogy minden idők egyik legszebb férfihangjának tulajdonosa nagyon nehezen jár. Jelentem a hírek ezúttal sem bizonyultak igaznak. Dodi bácsi (így hívja minden barátja) simán élénk jött. Sőt: el is dicsekedett velem, hogy van egy saját maga keverte csodabalsamja, ami annyira jó, hogy akár táncolni is tudna, ha akarna...

## Színész és gyűjtő

Végigsétálunk a kis kertben, és bemegyünk a házba, ahol annak úrnője, Zsuzsa asszony fogad bennünket. Sok évtizede hű társa a színművészeknek. Ő mutatja meg otthonukat. Férje sok dolgot gyűjt, de semmiből sincs több a kellaránál. Egy régi rádió, egy-két

régi szódásüveg, pár régi újságritkaság. És ami rögtön feltűnik: nincs telezsúfolva a lakás Láng József színészi ereklyéivel. Pedig abból lenne bőven. A Jászai-díjas színész száznál is több filmben szerepelt, színpadi alakításainak számát pedig ő maga sem tudja.



A kevés ereklye egyike.

Mégsem veszi magát körbe olyan tárgyakkal, amelyek a nagyságát igazolják. Minek? Ő mindent átél, minden a fejében van. És tényleg ott van. Bármiről esik szó, azonnal mondja az arról szóló történeteinek egyikét. Merthogy neki mindenről van története. Általában nem is egy. Nála nagyobb mesélővel talán még nem is találkoztam. Tesztelem. Rákérdezek, hogy melyik volt a legegyszerűbb pénzkeresete. Már mondja is.

-Az MTV épületében sétálgattam, amikor megállított egy gyártásvezető. Dodi, tudsz te énekelni? Mondom, nem sokat. Mire a gyártásvezető: annyit kellene elénekelned, hogy ég a kunyhó, ropog a nád. Menni fog? Na mondom, ennyit csak el tudok dalolni. Már löktek is a mikrofon elé, előadtam az iménti mondatot, a gyártásvezető meg azonnal küldött a pénztárba. Dodikám, dupla gázi. Egyik a szövegmondásért, másik az éneklésért. Olyan rövid idő alatt, olyan jó pénzt sosem kerestem.

## A WC, amely sorsdöntő lett

Láng Józsefet a legtöbben Roger Moore magyar hangjaként ismerik. Annyira összeforrtak, hogy más egyszerűen nem szinkronizálhatta az angol színészt. A kilencvenes évek elején, az egyik TV csatorna megpróbálkozott ezzel. Újra szinkronizálták a Minden lében című sorozatot, de nem Lánggal, és Sztankayval. Egy részt leadtak így, de a közfelháborodás nyomán a második már nem került adásba. A csatorna belátta, hogy vesztett és felkérte az eredeti magyar hangokat, hogy ugyan szinkronizálják már újra a sorozatot. Megtették, a nézők pedig megnyugodtak. De hogyan lett Láng József Roger Moore állandó magyar hangja? Mint oly sok dolog, ez is a véletlennek volt köszönhető. Adjuk át a szót a színésznek!



Fiatalon lett Roger Moore magyar hangja.  
forrás: Fortepan, fotó: Szalay Zoltán

- Igazából már én sem tudom, hogy miért, de valamiért bementem az MTV-be, ahol rám tört a szükség. Bementem hát a WC-be, ahol már ott volt a kiváló szinkronrendező, Gerhardt Pál. Pisilés közben kérdezte meg tőlem, hogy hozzá megyek-e hangpróbára. Mondtam, hogy nem. Azt sem tudom, hogy mit próbáltok. Mondta, hogy van egy új sorozat, Angyal a címe. Egy fiatal színésznek keresnek magyar hangot. Meggyőződt, hogy menjek be én is a castingra. Nem akárcik voltak ott. Találkoztam Kállai Ferivel és Kálmán Gyurival is. Nézegettem a hangpróbákat és az jutott eszembe, hogy nem úgy kellene beszélni magyarul, ahogyan Moore angolul. Mondtam is a rendezőnek, hogy Te: ezt olyan öblögetős hangon kellene előadni. Ő meg odaküldött a mikrofonhoz, hogy mutassam meg, mire gondolok. Hát megmutattam... A casting befejeződött, Pali mindenkit hazaküldött, én meg megkaptam Roger Mooret ötven évre...



Annyira összeforrtak, mint Bud Spencer Bujtor Istvánnal, vagy éppen Woody Allen Kern Andrásal. S mivel az egyes TV csatornáknak olcsóbb volt a filmeket szinkronizálni, mint megvenni a korábbiakat, nem egy filmet már kívülről tud Láng. A 007-es sorozat Polipka című részét például ötször szinkronizálta. De szinte minden héten megkéri valaki, hogy mondja el úgy, ahogyan csak ő tudja: a nevem Bond, James Bond...

## Ahogyan a kollégái látják

Tavaly a Heti Naplóban hosszú riportot forgattam Láng Józsefről, amelyben a kollégái is meséltek róla. Mivel a József Attila Színház örökös tagja, természetesen Nemcsák Károllyal kezdtem a beszélgetést. Azt kérdeztem tőle, hogy a teátrumnak mit jelent Láng József. A direktor meg röviden csak annyit válaszolt: mindent! Dodi bácsi egy élő lexikon. 1962 óta van itt. Nem sok ennyire hűségese színész ismerek.



Dodi a mindent jelenti.  
forrás: Heti Napló Sváby Andrásal

A játzó- és fiatalabb pályatárs, Fehér Anna arról mesélt, hogy Láng József az, aki mindent tud és mindenhez ért. Mondjuk nem tudta könnyen elmondani, hogy mihez, mert Dodi bácsi is ott volt az interjú helyszínén és azonnal kolléganője szavába vágott. Azt mondta, hogy sosem feleli el azt a napot, amikor meglátta Fehér Annát. „Jött, be a színházba Valló Péter, a rendező, és ott sétált mellette egy állati csinos kiscsaj. Mondtam is magamnak, hogy úristen, végre valami jó is van ebben a napban.” Azután csak szóhoz jutott a színésznő is: „nekem rengeteg receptem van, amit ő írt le. Az édesanyámon kívül gyakorlatilag tőle tanultam meg főzni. Ugye huszonéves színésznőként minden érdekelt, csak a főzés nem. És ma már azt gondolom, hogy a főzés olyan, mint a kutyák szeretete. Aki a kutyákat szereti, rossz ember nem lehet. És aki főz, az rossz ember nem lehet. Mert annak az érzékenysége, annak az élvezete, annak a művészete olyan természetesen áradt belőle mindig.”



Fehér Anna fügefát kapott Láng Józseftől.  
forrás: József Attila Színház honlapja

A színésznő azt is mondta, hogy azért is szeretik annyian Láng Józsefet, mert ő meg élni szeret nagyon, és tulajdonképpen mindenben jól érzi magát, amiben éppen van. Ráadásul a végén mindig kiderül, hogy igaza van. Így volt ez akkor is, amikor Dodi bácsi fügefát ajándékozott Annának, ami elsőre nem tűnt éppen fának... A színésznő ma már mosolyogva meséli a történetet: „kaptam egy ágacskát. Egy ilyen vesszőt. Hogy akkor ezt ültessem el. Mondom, Dodi, ez biztos? Ilyen kis vacak volt, amit az ember vagy kidob, vagy nem. Na most, akkora fügebokrunk van belőle, hogy nomég.”



Aki esküvői tanút faragott Láng Józsefből.  
forrás: József Attila Színház honlapja

Ujréti László is legalább hatvan éve ismeri Láng Józsefet. Nem egyszer, nem kétszer segítették ki egymást. A legvicsebb eset az volt, amikor Ujréti nősült, de nem volt tanúja. Az utolsó pillanatban jutott eszébe, hogy Láng mindenhez ért, biztosan azt is tudja, hogy mi a tanú dolga. Felhívta hát, és a probléma megoldódott. De akkor is kollégája segítségét kérte, amikor nem emlékezett arra, hogy édesanyja, hogyan csinálta a tökfőzeléket. Tárcsázott, és megkérdezte Láng Józsefet. Igen, Láng József mondta meg Ujréti Lászlónak, hogy Ujréti László anyukája hogyan készítette a tökfőzeléket.

## Nem is akart színész lenni

Mint szinte minden, a pályaválasztás is sorsszerű volt Láng József életében. Kazimir Károlyllyal, a kiváló rendezővel már középiskolásként együtt dolgozott színjátszóként. De csak hobbinak tekintette a színpadi létet, orvos akart lenni. Csak hogy nem vették fel az egyetemre, a behívója viszont bármelyik pillanatban megérkezhetett. Kazimir Károly győzte meg, hogy a Színművészeti Főiskola sokkal jobb buli a bakaéletnél. Így azután jelentkezett és azonnal fel is vették. Az első rostán az akkor nagyon fiatal Körmendi János vizsgáztatta. Láng úgy emlékszik, hogy az ifjú színész-tanár elképesztően elegáns volt.

A többi már ment magától, Láng József színész lett. Nem járt ilyen jól a csodás hangú Fülöp Zsigmond, aki osztálytársa volt. Őt ugyanis megbuktatták. No nem valamiféle művészeti tantárgyból, nem! Marxizusból... Így azután ő egy évvel később végzett, Bodrogi Gyulával és Töröcsik Marival. Láng pedig Péccsett kezdte a pályafutását. Itt esett meg vele az, amin azóta is nevet. Az egyik előadáson ugyanis végigszakadt a nadrágja az ülepénél, vagy tizenöt centi hosszban. Az előadásnak mennie kellett, de mégsem röhögthette ki magát a lerongyolódott ruhaneműben. Így azután szépen a színpad oldalsó része elé „játszotta magát”, és kidugta a fenekét a függönyön. Miközben mondta a monológját, odakint az öltöztető varrta a nadrágot. Ahogy mondja, a közönség nemigen vette észre a dolgot, az előadás közben lezajlott.

## Teljes élet a szívműtét után

Kevesen tudják, de Láng József már régen nem élne, ha annak idején, sok évvel ezelőtt meg nem műtik a szívét. Ma már mosolyogva meséli a majdnem végzetes történetet. Adjuk át neki újra a szót! Tizenéves voltam, amikor a tanárom kijelölt egy MHK versenyre. Tudod mi az az MHK? Honnan tudnád? Egy tömegsport mozgalom volt, amit annak idején a szovjetektől vettünk át. Teljes nevén: Munkára Harcra Kész Mozgalom. A verseny nagyon jól sikerült, atléta lettem. Futóként még az ifjúsági válogatottba is bekerültem. Napi kétszer jártam edzésre. Duzzadtam az erőtől, imádtam. Egészen addig, amíg a sportorvosom egyszer azt nem mondta: Te Dodi, neked szívnagyobbodásod van. Ráadásul szívizomgyulladásod is volt a közelmúltban. Maradt neked ezek után egy kéthegegyű billentyű elégtelenséged. Na mondom, ez most mit jelent? Azt jelenti, hogy nyugodtan versenyezhetsz, mert akkor fog normálisan működni a szíved, de sajnos ötvenéves korodban bajod lesz vele. Addigra bemeszesedik. Na most, szerinted ki a fene gondolkodott 17 évesen arról, hogy 50 éves korában mi lesz? Éltem az életem. 1954-től már szerződéses volt a Nemzeti Színházban, rendszeresen rádióztam, filmeztem, szinkronizáltam, hajtottam magam. És ez így ment évtizedekig. Egyszer csak azt kezdtem érezni, hogy egyre fáradékonyabb vagyok. Úgy ötvenéves korom körül már csak úgy tudtam a színpadra menni, hogy előtte bekaptam egy gyógyszert. Borzalmas volt. De ettől még nem mentem volna el orvoshoz. Ám egyszer egy metszés közben beestem a rózsabokrok közé. Na, akkor már megijedtem annyira, hogy megkértem egy doktort, hogy csináljon EKG-t. Pár perc múlva már közölte is a rossz hírt: van itt egy csúnyán elmeszesedett billentyű. Gyere át velem egy kardiológushoz! Az meg ultrahangot csinált. A két orvos ezután egymással kezdett beszélgetni, de én is hallottam. Azt mondta az egyik a másiknak: most mit csináljunk, megmondjuk neki? Ne örülj meg, muszáj megmondani. Ha nem műteti meg magát, meg fog halni. Én meg egy percre azt se tudtam, hogy fiú vagyok-e, vagy lány. De még akkor sem vállaltam a műtétet, inkább elmentem Csopakra nyaralni. Sokat mondjuk nem élveztem belőle, mert már alig kaptam levegőt.

És itt veszem vissza a szót a színésztől, hogy elmeséljem mindazt, ami a műtéttel kapcsolatban megmaradt. Először is az a heg, amit a hosszú vágás után megmaradt a mellkasán. Merthogy nyitott szívműtéttel kellett megmenteni az életét. Óriási dolog volt ez negyven évvel ezelőtt. Láng úgy emlékszik, hogy 14 tagú volt a műtési csoport. Azt mondja, hogy nem láthatta (hiszen aludt), de tudja, hogy kivették a szívét a testéből. Meg is kérdezte egy orvostól, hogy milyen volt. Az meg viccesen annyit mondott, hogy olyan, mint amikor a vízvezetékserelő kipucolja az eldugult csövet. Csak itt nem egy darab cső, hanem egy emberi szív volt Lónyai Tihamér professzor kezében. Azután beraktak egy kerámia műbillentyűt, és Láng József azóta is él. Ha nem műteti meg magát, akkor nagyjából negyven esztendeje halott lenne. Most viszont készül a következő születésnapjára, amely a kilencvenedik lesz. Egy tanácsa van mindenkinek, aki bármi bajt észlel: menjen orvoshoz! Nehéz időpontot kapni, persze. De lehet, hogy az életünk múlhat azon, hogy kellően kitartóak vagyunk, vagy sem...

Volt egy korábbi logója az alapítványnak. Klasszikus, valódi logó, ami megfelelt a profi logókra vonatkozó grafikai elvárásoknak. Én voltam az az elvetemült, aki az újraélesztés, a szív, az angyal, az őrangyal mellé szerettem volna egy beszédesebbet.

Nagyjából összeraktam, gyermekkorom kedvencének, az Angyal c. film, anno mindenki által ismert pálcika figurájának a felhasználásával. Nekem tetszett. Jogilag, az elmúlt hosszú évtizedek, a grafikai kiegészítés, a merőben más felhasználási irány miatt teljesen rendben volt. De hiányzott azért egy icipici átkötés: valami, ami az Angyal és az Őrangyal közötti közel hatvanéves ívet meghatározná, érdemben legalizálná.

Gyerekként Roger Moore a kedvencem volt, nyilván gyerekként sokan voltunk ezzel így, a kölykökénél csak a hölgyek hosszú sora volt egyértelműbb... Apukám szép férfi volt, izmos, sportos és a nagyon hasonló vonásai és hajviselete miatt többször mondták:

- Apukád tiszta angyal! Melyik gyerek nem lenne erre büszke ezerrel? Lubickoltam én is és talán valóban volt - némi - hasonlóság. Tehát, Angyal, gyerekkori majd későbbi kedvenc színész - és itt jött a logó.

Évekkel ezelőtt Adam Coblerrel beszélgettünk - ekkor jött a szikra - amikor megemlítette, hogy egy tervezett Janikovszky Éva regény készülő filmváltozatának Emil bácsija a tervek és a felkérés szerint éppen Roger Moore lesz. Izgatott ötletelés indult részemről. Angyal-Őrangyal párhuzam, esetleg egy kedves, az újraélesztés fontosságára a figyelmet felhívó reklámfilm - mennyire izgalmas lehetne vele - természetesen a pótolhatatlan, tökéletes és évtizedek óta szeretett hanggal: Láng Józseffel kiegészülve. Ádám egyeztetett, Sir Roger Moore - mint aki ilyen ügyekben köztudottan azonnal partner volt - kért egy kis időt, egészségi állapota javulását követően érkezik és beszéljünk a részletekről. A többi közismert, a rengeteg őt szerető ember reménye ellenére az egészségi állapot nem javult, majd egy teljes és minőségi életút végleg a végére ért.

(A történetnek, a közös filmnek, itt nincs még vége, Láng Józseffel, Adam Coblerrel, L. Dézsi Zolival készülünk egy meglepivel)

Haász Gábor ■



Adam Cobler és Roger Moore



## „Leginkább a lehetetlenre érdemes vállalkozni” – hangoztatta mindig Demján Sándor, aki ma (05.14.) lenne 80 éves

# Demján Sándor, a modernkori Széchenyi

Krisán László • KAVOSZ Zrt. - vezérigazgató/CEO



**A magyar történelem számos kimagasló teljesítmény felmutató személlyel rendelkezik, olyanokkal, akikre akár 1000 év elteltével is büszkék lehetünk. Ezekről a „Nagy Magyarokról” sokat olvashatunk, tőlük sokat tanul-**

**hatunk, de akár hogyan is nézzük, mégis az a legjobb, amikor mindezt személyesen tehetjük meg.**

Nekem évtizedekig sikerült ilyen kitüntetett helyzetben, a legkiválóbb „nagy magyar” mellett nőhettem fel és 18 éven keresztül kaptam mindazt, amitől az lettem, aki ma vagyok – bizonyára ezért sem vagyok mentes az elfogultságtól.

Jelen írásomban sokkal messzebbre megyek, mintsem egy egyszerű leírást adjak át Önöknek: bátorkodom arra, hogy erős párhuzamosságokat tárjak fel, számomra két igazán fontos „Nagy Magyar” között: **gróf. Széchenyi István és Demján Sándor között.**

**Jelen írás apropója, hogy Demján Sándor május 14-én ünnepelné 80. születésnapját.**

Széchenyi István az a személy, akit itthon és külföldön is megillet egy közös jelző, ez pedig nem más, mint a „legnagyobb magyar” cím, amivel messzemenőleg egyetértek. De nem lövök mellé, ha azt állítom, hogy Demján Sándor pedig a legnagyobb magyar üzletember volt. Sőt, messzebbre megyek és az üzleti életre és az ott elért eredményeikre fókuszálva azt is kijelentem, hogy Demján Sándor a modernkori Széchenyi. Ha a két életrajzot, pályafutást, tevékenységet alaposan görcső alá vesszük, akkor bizony belátható, hogy ezen állításom szilárd alapokon nyugszik.

Széchenyi az a személy volt, aki a Boszporusztól a Brit-szigetekig bejárta egész Európát és utazásai során látottak és tapasztaltak nyomán felismerte hazájának elmaradottságát és fejlődési lehetőségeit (pl. angliai utazása nyomán döntötte el, hogy megismerteti a löversenyt a magyar közönséggel, a francia körutazásán pedig a hazai folyamatok szabályozásának megvalósítására sarkallta). Az utazások és az ott látottak hazai meghonosítása Demján Sándor életének is része volt. Azért járta a külföldet, hogy a jó gyakorlatokat feltérképezze és haza is hozza azokat. De nem egyszerűen lemásolta, hanem adaptálta a magyar környezethez: a magyar gondolkodáshoz, a magyar vásárlókhoz, a magyar mentalitáshoz. A szívemhez legközelebb álló Széchenyi Kártya Program is egy ilyen

nemzetközi utazása során villant fel Sándorban – egészen pontosan egy kanadai Hangya Szövetkezet működéséből merített ötletet. Mára pedig ez az ötlet a magyar gazdaságstratégia és pénzügyi eszköztár egyik legmeghatározóbb eszközévé fejlődött. De azokat az épületeket, amelyek Demján nevéhez fűződnek – akár a több mint 50 ezer négyzetméter alapterületű Pólus Center, a Bank Center a Szabadság téren, vagy a Westend City Center –, azokat is mind amerikai, kanadai minták alapján hozta létre.

Ha már külföld, akkor nem mehetünk el a tatárföldi Nabereznije Cselniben működött Kamaz teherautógyár mellett, melynek vezetőivel hosszú éveken át tartó, baráti kapcsolatot tartott fent Sándor. Olyannyira jó volt a kapcsolat, hogy amikor a Dakar rallyn, az első 3 helyre a Kamazok értek be, akkor Demjánnak ajándékozták az egyik eredeti trófeát, annak elismeréseként, hogy Sándor munkássága nélkül mindez nem jöhetett volna létre; Sándor halála előtt megkapta Tatárszán legmagasabb állami kitüntetését is.

Úgy gondolom, hogy Demján a projektek igazi embere volt, hiszen általában abból indult ki, hogy ha van egy piaci rés, ahhoz jövedelmező, megtérülő fejlesztéseket húzzon fel. Nem volt ez másképpen Széchenyi esetében sem, aki valamennyi ötlete esetén a számoknak hitt és kimutatta a beruházás jövedelmezőségét és egyúttal azokat a nehézségeket, amelyek felmerülhetnek. Demján minden projektje vonatkozásában prototípusban gondolkodott és ha a mintadarab sikeres volt, akkor azt később elkezdte multiplikálni. Erre kiváló példa volt a Pólus Center és a Westend, amelyekből egyetlen egy darab volt Magyarországon, majd több országban is kezdtek megjelenni ezekre a hazai mintákra épülő „másolatok”, többek között Szlovákiában és Lengyelországban.

Visszatérve Széchenyi Istvánhoz: nem csak a legnagyobb magyar, hanem a haladás egyik legelkötelezettebb híve is volt egyben. Demján Sándor szintén minden ötletével, projektjével a hazát, a haza fejlődését kívánta szolgálni. Extrém módon nyitott volt az újdonságokra, az innovációkra. Alapvető gondolkodásában állandóan ott mozgott az a gondolat, hogy „ami még itthon nincsen, és a fejlődést szolgálja, hozzuk haza, és csináljuk jobban”. Hagy jegyezzem meg, hogy „a csináljuk jobban” elven túl ezekbe a projektekbe igyekezett beemelni a víz szimbólumát valamilyen formában (tó, felduzzasztott patak, vízesés, szökőkút). Egyértelműen a vizek szerelmese volt.

Valamennyi Széchenyi István életét taglaló írásos anyag nagy valószínűséggel megemlíti, hogy Széchenyi nem elégedett meg a pusztá szavakkal, tenni is kívánt a haza és a magyar

társadalom érdekében. A fentiek olvasva azt gondolom, hogy világos, hogy Demján Sándor is a tettek, az azonnali cselekedetek embere volt. Sohasem habozott, ötletét megvalósította, sosem volt olyan, hogy soha. Ő volt az a személy, aki bármilyen korban képes volt virágzást elindítani valamennyi olyan területen, ahol munkába kezdett.

Széchenyi István egyik legismertebb cselekedete az volt, amikor felajánlotta egyévi jövedelmét a Magyar Tudományos Akadémia megalapítására. Széchenyi oroszánrészt vállalt a magyar tudományosság és közélet intézményeinek létrehozásában. Demján sem gondolkodott másképp és gazdagságát, vagyonát hasznos célokra használta. Volt egy gyakran emlegetett mondása, ami úgy hangzott, hogy „Akinék tele a zsebe, annak legyen meleg a szíve is”. Véleményem szerint Ő volt a modern kor egyik legelső igazi mecénása. Sok gazdag ember volt 10-20-30 évvel ezelőtt is, de olyan, aki ennyit vissza is adott a közösségnek, abból viszont kevés. Demján mindig igyekezett visszaadni, a jót és a karitatív célokat szolgálni, támogatni, szponzorálni. Demján a szegény gyerekek támogatását a szívében viselte, pl. rengeteg karácsonyi csomagot készített minden évben. A Nyírségben óvodát és iskolát alapított, de többek között Katowicében az ottani Pólus Center alapkövének letételekor is nagyon sok kisgyermeknek vitt ajándékcsomagot és az ottani püspökkel közösen osztották szét ezeket a csomagokat. Határozottan felismerte az akkor még szinte nem is létező társadalmi felelősségvállalás szükségességét a jótékonyági tevékenységek terén, ezért is indította útjára a saját nevét viselő „Demján Sándor Alapítványt”. Ezzel tulajdonképpen gyermekkori álmát valósította meg, hiszen szegény családból származva mindig arról álmodott – mint írja –, hogy „egyszer én leszek az a magyar történelemben, aki a magánvagyonából a legtöbb olyan szegény gyereken segít, mint amilyen én voltam.” De legnagyobb és örökké hozzá fűződő vállalása a Prima Primissima díj (2003) megalapítása volt, amelynek célja, hogy évenként országosan, a VOSZ működtetésében a hazai megyékben, megyei Primaként, valamint a fiatalok körében a Junior Primán is megjutalmazzanak olyan művészeket, sportolókat, valamint a tudományos élet, a népművelés, az oktatás és a sajtó képviselőit, akik munkásságukkal kiérdemelték a legkiválóbbaknak járó elismerést, s teljesítményük, emberi tartásuk, értékrendjük követendő lehet mások számára.

Fentiekben már szóltam arról, hogy Széchenyi rengeteget tett a magyar tudomány, a magyar művészet ápolása érdekében. Ő volt az is, aki legtöbb gondolatát papírra vetette, az egészen rövid írástól kezdve eljutott a könyvírásig. Naplóját 46 éven át állhatatosan vezette. Leghíresebb és legnagyobb hatású





munkája az 1830-ban megjelent Hitel című könyv volt. A hasonlóságot ezen a területen is érdemes feltárni: Demján ugyan gazdasági, politikai, történelmi gondolatait nem vetette önálló kötetbe, de gondolatai megtalálhatóak minden médiában és a versírás volt az egyik önkifejezési eszköze. Ezt talán kevesen tudják róla, de már a hatvanas években is születtek versei. Nagyon szerette a művészetet is, kötődött a szép művekhez, de máshogyan, mint Széchenyi. Ő a művek környezetét is meg akarta teremteni. Az Ő nevéhez fűződik a Művészetek Palotája és a Nemzeti Színház felépítése. Itt emelném ki egyben – visszautalva az előző gondolatmenetre –, hogy a kultúráért, a rászoruló felkarolásának érdekében végzett munkája elismeréseként Emberi Méltóság kitüntetésben részesült.

Gróf Széchenyi István egyik központi gondolata az volt, hogy a magyar gazdasági életből hiányzik a befektetés, mert nincs hitel. Hitel hiányában pedig elmarad a gazdaság korszerűsítése. Aki ismerte Demján Sándort, vagy hallott róla, annak egy valami biztosan beugrik, az pedig az a gondolat, hogy „pénzből még több pénzt csinálni, és eközben értéket is teremteni”. Demján elkötelezett volt a hitel mellett és erre a legjobb példa valóban a Széchenyi Kártya Program, amit szoros szövetségben, közösen támogatott Parragh Lászlóval, a Magyar Kereskedelmi és Iparkamara elnökével. Demján Sándor 20 évvel ezelőtt azzal bízta ránk ezt az üzleti koncepciót, hogy „meglátjátok 100 ezer hitelnél is többet fognak igényelni”. Büszkék vagyunk arra, hogy a Sándor által vízionált 100 ezer helyett mostanra 600 ezer hitelígénylest fogadtunk be. A hitelek mögött pedig mindig kereste a vállalkozásokat, a jó üzleti modelleket, a fejlődőképes és piacképes lehetőségeket.

Amíg Széchenyi aktív formálója volt a politikának, addig Demján igaz, hogy folyamatosan nyomon követte a politika alakulását (sőt a nemzetközi politikai események is gyakran beszédtema volt nála), de aktívan nem vett benne részt. Ha részt is vett, akkor is mindig vállalati megközelítésben tette azt. 1998-ban például azért állt ki a Fidesz programja mellett, mert azt sokkal inkább vállalkozóbarátnak vélte, mint a szocialisták óvatosságát. De ha kicsit korábbra visszatekintünk, maradva a politikai síkon, akkor érdemes megemlíteni, hogy Kádár János próbálta rábeszélni Demjánt, hogy vállalja el a belkereskedelmi tárca vezetését (akkoriban, amikor már kezdte sikerre vinni a Skála-projektet). Demján saját elmondása szerint ezt csupán egy feltétellel vállalta volna: ha két minisztert neveztek volna ki, azért, hogy kiderüljön, melyikük a jobb. Demján nem vállalta a felkérést. Ő már itt is a teljesítményt kergette, hiszen az volt az, ami őt előre vitte. Demján mindig is a maga feje után ment. Maradva a politikai vonalon, fontos még egy hasonlóság kiemelése: Amíg Széchenyi sokat vívott a Habsburg-Monarchia „erejével” és a magyarság érvényesítésével, addig Demjának a Kádár-korszak sajátosságaival kellett foglalkoznia és kivívni magának azt, hogy a korszak adjon elegendő teret és nyitottságot az üzleti tehetségnek. Valljuk be, azért mindkettőjüknek erős érdekvérvényesítő erővel kellett rendelkeznie.

A legtöbbször nemigen tágitott véleményétől, szerette érvényre juttatni, véghez vinni elgondolásait – újabb erős párhuzam Széchenyi Istvánnal, aki meggyőződéséhez hajthatatlanul, nézeteihez szívósan ragaszkodott. Mindenről megformálták sajátos véleményüket, és ez is egy olyan pont, ami naggyá tette mindkettőjüket. Saját felfogás, saját gondolkodás, saját logikai

következtetés. Ezért is tudunk ma „széchenyis” és „demjáni” gondolatmenetről is beszélni.

Maradva a pénzügyek világánál: Széchenyi részt vett a Kereskedelmi Bank alapításában, 1842. augusztus 31-én részvételeivel megalakult a Soproni Takarékpénztár, de az is érdekes, hogy elsőként Széchenyi jegyzett részvényt. Mondhatni kellő jártassággal rendelkezett a pénzügyek területén is. Demjának is kellő tapasztalata volt a bankári területen is, ami részben annak köszönhető, hogy a kétszintű bankrendszer megalakulását követően a Magyar Hitelbank élére őt nevezték ki, 1986 és 1990 között volt a bank elnöke.

Széchenyi életpályája során sürgette az ipar és kereskedelem fejlesztését, Demján pedig maga volt „A kereskedő”. A zsigereiben volt a kereskedelem. A Skála volt az első nagy dobása, amikor egyenesen nyugati színvonalú üzletet teremtett, hatalmas választékkal és már akkor önkiszolgálással (!). De a kereskedelmi ingatlanok is meghatározták életét, sikereit és meggazdagodását is. Kereskedelmi és üzleti tevékenysége egyaránt kiterjedt Nyugatra és Keletre. Kanadában, de Ázsiában is erősen üzletelt.

Persze, egy ilyen sikeres embernek is akadtak olyan pontok az életében, amelyeket nem tudott elérni. Gyakran emlegettett témája volt, hogy sajnálja, hogy nem tudott megtanulni jobban idegen nyelvet. Holott rengeteget tartózkodott külföldön, több száz nemzetközi tárgyaláson vett részt, de teljesen megtanulni nem tudta az angolt. Képzelnék csak el, hová jutott volna, ha folyékonyan beszélt volna az angol, német vagy orosz nyelveket.... Értett ugyan, de a beszéd nehezebben ment neki.

De itt emeljük be egy közös vonalat: Széchenyi mester volt a rábeszélés taktikájában, pont úgy, mint ahogyan Demján. Még ha az idegen nyelveket nem is tudhatta magáénak, a tárgyalásokon így is mindig lehengerelte tárgyaló feleit: taktikus-ság, ügyes cselek, érzelmi ráhatás. Ezek egyaránt jellemezték Demjánt.

Gróf Széchenyi István szülei a nyelvtanulására nagy gondot fordítottak, így megtanult többek között németül, franciául, angolul és olaszul. Visszatérve Demjánra: a Demján családban azonban igen erősen jelen volt a nemzetközi nyelvi környezet. Demján a budapesti Kereskedelmi és Vendéglátóipari Főiskolán (1965) szerzett diplomát, ahol megismerte a nyelveket már ekkor is határozottan magas szinten beszélő, később évtizedeken át turisztikai szakemberként is dolgozó feleségét, Lidikét, aki egész életében háttérre, támasza és kísérelője volt.

Itt szeretnék kiemelni egy következő közös metszetet: Széchenyi soha, de sohasem feledkezett meg családi kötelességeiről, mint ahogyan Demján sem. Mindketten a családjukért éltek, bár ezzel nem azt mondom, hogy nem volt olyan eset, hogy az üzlet megelőzte a családot. De mindketten igyekeztek az egészséges egyensúlyt megtalálni.

Széchenyi egész életében vallotta, hogy az egyesülésben és a partnerségben van az erő. Azt vallotta, hogy a társulás és az együttműködés a legfontosabb mozgatórugó. Kiválóan tudott bánni az emberekkel, gyorsan felfedezte, ki lehet a hazának hasznos és azokat igyekezett maga mellé csatolni. Demján mindig híve volt az együtt gondolkodásnak: mindig maga köré gyűjtötte a fiatal, lendületes, tehetségeket, akiket előszere-

tettel bízott meg kisebb, nagyobb projektekkel. Előszóval terhelte a fiatalokat (a kifejezés jó értelmében), köztük engem is, amit viszont imádtunk és sosem bántunk: sem a fejlődésünkben, de tudás gazdagodásunkban sem. És azt is fontos látni, hogy a közvetlenül vele dolgozó emberek mindegyike ugyanezen a véleményen van.

Rám szinte mindig innovatív, egyedi új projekteket bízott: akár az amerikai mintára készült Korda filmstúdió felépítése, vagy akár a Gránit digitális bank akvizíciója, de legfőképpen és mindenekelőtt, a mostanra már szellemi örökségünknek minősülő Széchenyi vállalkozói hitelkártya Program lehetnek ennek bizonyítékai, amit hálával köszönök neki és borzasztóan büszke vagyok, hogy üzleti és társadalmi projekteket szerepet tölthettem be mellette.

Mindig fontos egy hiteles és tisztelhető vezető, aki egyértelmű utat tud mutatni és olyan motivációt adni, ami minden akadályt legyőz. Nos nekünk ő ezt meg tudta adni, sőt emellett egyfajta apa-képet is adott többünk számára. Demján Sándornak küldetése volt a vállalkozások elismertetése és a vállalkozó szó hitelességének megteremtése – ezért kevesen tettek többet életükben. Ennek legfontosabb és legmaradandóbb példája a magyar vállalkozások összefogásának példaképe, az idén már 35 éves Vállalkozók és Munkáltatók Országos Szövetsége, amely Demján Sándor hosszú évtizedekig tartó elnöksége és útmutatása alatt alakította ki meghatározó érdekvédelmi vagy inkább mondhatom, hogy érdekérvényesítési szerepét.

A VOSZ neve mára összeforrott Demján Sándor nevével és örökös elnökként mindig követendő példaként áll a Szövetségben munkálkodók előtt.

Ahogy Széchenyinek is, úgy Demjának is élete volt a társulás, az együttműködés és a közös munka és különösen a barátság. Ahogy Wesselényi Miklós, Eszterházy Mihály, Károlyi György, mint Széchenyhez nagyon közel állók, úgy Demján Sándor is mély barátságokat kötött. Elég csak megemlíteni Csányi Sándor nevét, vagy a régi harcostárs Bartha Ferencet. Nem volt olyan Sándor nap, születésnap, karácsony vagy más ünnep, amikor ne ültek volna az asztalnál a régi gyerekkori etyeki barátok. Orbán Viktor pedig különösen közel állt Sándorhoz. Kiváló példája a partnerségben való együttműködés azok szerepe, akik nemcsak Magyarországon, de az európai kontinensen is, sőt a tengerentúlon is meghatározó szerepet töltek be és akikkel Sándor szinte egész életében társulást kötött. Így a magyar származású amerikai üzletemberrel, Sárlos Andrásval való kapcsolata, aki azért is volt fontos szereplő, mert ő volt az első személy, aki bizalmat szavazott és pénzt

adott az ifjú törekvő Demjának, amiből felépült az ország első AAA minőségű irodaháza, a BankCenter és kapcsolatuk hosszú időre hozta össze őket közös munkára. De a Kanadában élő, hatalmas üzleti karriert befutó Peter Munk volt talán leg-hosszabban Demján partnere: 30 éven keresztül, amiben, bár egy 10 éves kapcsolati megtorpanás is jelen volt, de életútjuk hosszú időn keresztül kötődött össze és életük végén Peter a teljes hazai tulajdonrészét végül eladta Sándornak, halála előtt fél évvel.

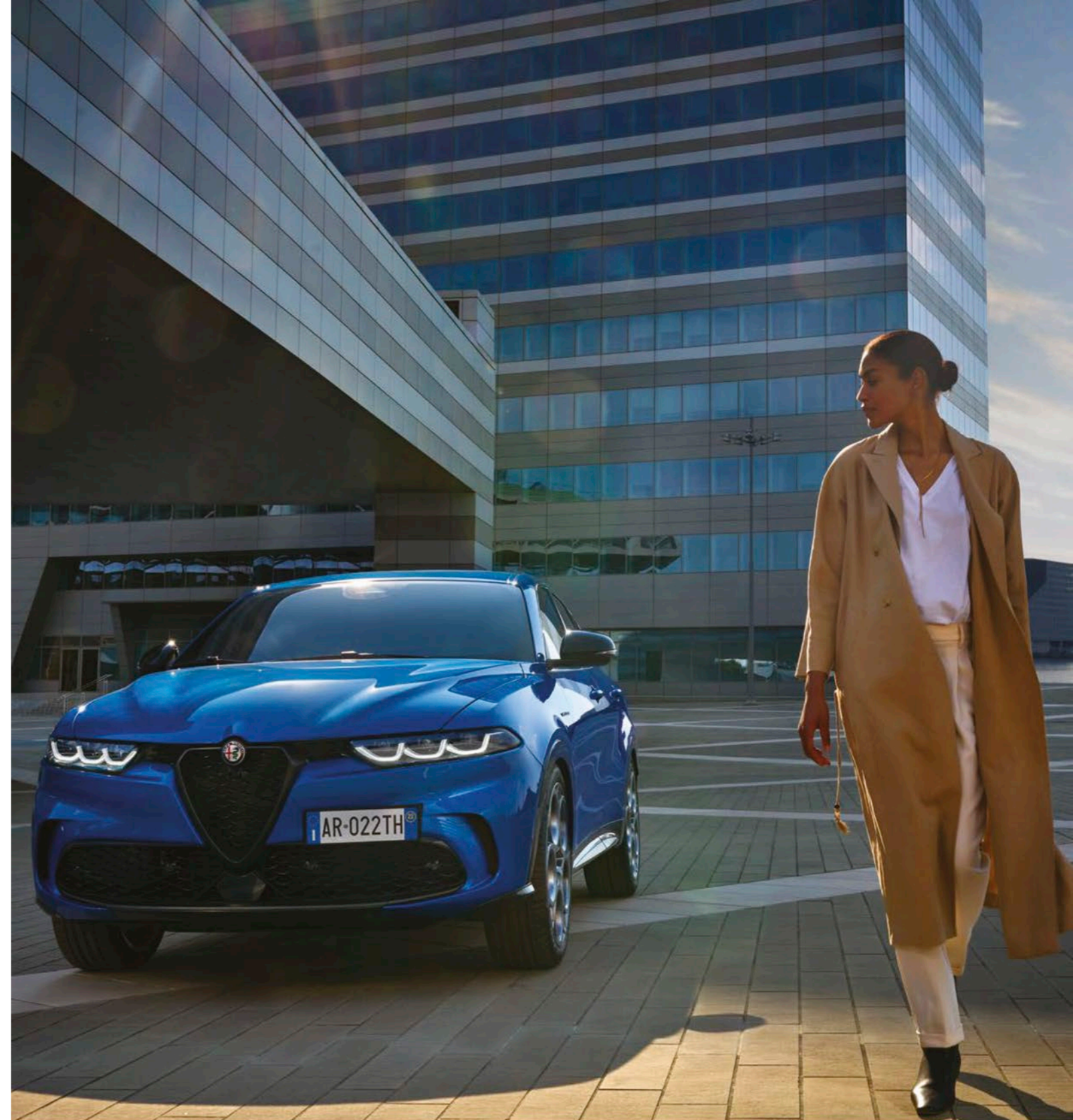
Gróf Széchenyi István egyértelműen a centralizáció híve volt. A nemzetnek sok baját annak tulajdonította, hogy ereje, értelme, akarata koncentrálni nem volt, hanem szaggatva, egyik balra, másik jobbra húzott. „Ha valamelyik testnek 52 lába volna s az egyik előre a másik hátra akarna menni, az bizonyára egy lépést sem tehetne előre”. Demján Sándor alaposan tanulmányozta Széchenyit és ezen gondolata mindig végig kísérte saját értéktárát is.

Széchenyi és Demján további közös vonása a mély gondolkodás és a tetterő folyamatos igénye, ami erősen kiegészült az ész és a tapasztalás faktoraival. Mindketten szinte azonnal kiváltak a tömegből, sőt az átlagból. Egyikőjük sem szeretett az átlagos kifejezést, mindig a legjobbra törekedtek. Szavuk gyökeret vert az emberekben, szinte kivétel nélkül mindig vezéralaknak, vezérgondolkodónak titulálták őket. Számos írás kiemeli, hogy Széchenyi kivételes egyéniség volt, melyre a rendes mérték nem alkalmazható – 25 év ismeretség után én is ezt állítom Sándorról.

Abban azonban erős eltérés van Széchenyi és Demján között, hogy míg Széchenyit sokszor a hidegség és a végletesség, addig Demjánt a meleg, baráti, nyugodt légkör jellemezte. Szinte kivétel nélkül mindenkiel tegező viszonyban volt és már az első köszönés alkalmával azt az érzést keltette az emberekben, hogy már „ezer éve ismerik egymást”.

A fentiek fényében látszik, hogy nem is mentem olyan messzire állítással miszerint erős hasonlóságok vannak gróf Széchenyi István és Demján Sándor életpályája között. Terjedelmi korlátok miatt csupán egyes motívumok felvillantására volt lehetőségem, de azt gondolom, hogy ezekkel is igazolható a két „Nagy Magyar” közötti párhuzam. Számomra biztos, némi elfogultsággal igaz, hogy a „Nagy Magyarok” között is előkelő helyen szerepel Sándor!

**Köszönjük, hogy mellette nőhattunk fel, köszönjük, hogy Tőle tanulhattunk, köszönjük neki a lehetőségeket és a magam nevében megígérem, hogy tovább visszük az általa ránk bízott szellemi örökségeinket és az értékeket. ■**



## ÚJ ALFA ROMEO TONALE HYBRID ÉLJEN SZÍVVEL!

TARTOZZON KÖZÉNK!



A képen szereplő modell vegyes átlagfogyasztása: 5,2–6,2 l/100 km; a CO<sub>2</sub>-kibocsátása pedig: 130–155 g/km. A kép illusztráció. A tájékoztatás nem teljes körű, a részletekről érdeklődjön a [www.alfaromeo.hu](http://www.alfaromeo.hu) oldalon vagy a márkakereskedésekben.

# A vers lételem

Lutter Imre itt közölt verseinek egy része a Triangulum című antológiában, másik része a Lételem című kötetben jelent meg. A Lételem, amelynek szerkesztője Turczy István, méltatói között ott van Zalán Tibor, Erős Antónia és Molnár Ferenc Caramel, 160 oldalon 82 verset tartalmaz, és három ciklust fog össze: a „Magába roskad az óceán” a természet és az emberi természet kapcsolatát keresi, „A dolgok változnak” ciklusa a világ folyamatait és az emberiség fejlődését, útkeresését, míg a „Kételyeim” című ciklus az egyén és a társadalom viszonyát írja le. Mindhárom ciklus alatt érezhető a szerelem, a lelki mélység, a természettel való szimbiózis és a világgal való folytonos meghasonulás, amik átívelik a verseket. A hit, a boldogságkeresés, a tisztaság vágya és a szenvedély szinte minden költeményből érezhető.

A kötet megvásárolható a Lira Könyvesboltokban és a kiadónál, a Magyar Versmondók Egyesülete versboltjában online ([www.vers.hu](http://www.vers.hu)).



Lutter Imre:

## Közel s távol

Szétgurultak az üveggolyók.  
Már mérni sem lehet a távolságot  
ég és föld között,  
test és lélek útját,  
a köztünk fekvő végtelent.  
Mindegy, számtan vagy mértan,  
egyik se segít, nincs megoldás.  
Forog a Föld, mi nem mozdulunk,  
mégis távolabb vagyunk  
régí vágyainktól.  
Halmazunk egyre üresebb,  
a kör sugara tágul,  
az én sugaram pedig halvány ahhoz,  
hogy megérintsen újra.  
Mondd, mikor hagytuk el a fényt?  
Hová lettek az évek?  
Hogyan lett a közelség távolság?  
Bátorból gyenge,  
lelkéből fáradt,  
újból régi, megunt, dobható,  
édesből véges,  
végtelenből végtetekig megpróbált,  
fellobbanó helyett ellobbanó láng?  
Elfüstölt a kötél alattunk.  
Az egyetlen utunk.  
A féknyomok hosszát a rendőrség  
vizsgálja a lelógó madzagon.  
Legalább annyira objektíven,  
amennyire nem vagyunk elfogultak  
egymás iránt.  
Ha kiderül, hogy belém szaladtál,  
újra,  
azért nem bánom.  
Édes karambol lenne,  
nem kérek végzést a távolságtartásra.  
Csak ezúttal ne törj össze.  
Vissza.  
Megyek.  
S közben egy-két bokor  
majd ismerősen integet.

Lutter Imre:

## Kenyértörés

Lelkem sajnó hieroglif,  
ezer éve átkozott már.  
Együtt érez velem a világ  
s keresztet vet rám a hit.

Piramisok tetejéről lelépünk  
együtt temetünk fáraót, királyt,  
mert hittünk, s nem láttuk, mi várt,  
s most gumibottal verik le lépünk.

Lutter Imre:

## Rímes szerkezet

A vers forrás,  
a vers lenyomat,  
élt életünk, vágyunk,  
hitünk és gyarlóságunk,  
a vers a tiszta gondolat,  
a tudat maga és minden más.

Lutter Imre:

## Veled az élet

Tünt idők halk szavai lüktetnek bennünk.  
Futnak az évek, s valami nem változik.  
Amíg vagyunk egymásnak, nyugodt a lelkünk.  
A szíven túl minden múlásra kárhozik.

Hagyd el a napok csörtéjét, bent magad vagy:  
komisz törvények nem határoznak téged,  
s mielőtt hinnéd, a világ sorsodra hagy,  
lásd, amit az élet bőkezűn eléd tett.

Itt vagyunk. S ha olykor ketté törné hited  
a hívatlan betüremkedő fájdalom,  
csalódás, döntés, a boldogság is tied.  
Az ölelés kísér, s elvész, ami csak lom.

Lutter Imre:

## Szemben a freskóval

Mint a gyermek, ahogy a valóságban tévelyeg  
és gyötrik a felnőtt világi képzetek,  
úgy áll a hit a szilárd talapzaton, nem mozdul,  
az idő mellette csak szótlanul gurul.

Gyászolva figyelem az embert, mert ereje nincs,  
nem elkapni, csupán meglátni, ami kincs.  
Kényszer sodorja útján, mikor egyet-kettőt lép,  
kényszerképzetek gyötrik zavart elméjét.

Köröskörül füstöl a tarló, nyár van, égetnek.  
Így égeti rám a tömeg a bélyeget.  
Ölelik a bokrok az öreg viskót a tanyán.  
Ha te nem vagy itt, ki véd meg engem, anyám?

S az idő csak megy tovább, gyorsul folyton, nem áll meg.  
Nem látja maga igazát, s ha tévedett.  
Láthatatlan szellemként jár precíz szerkezete,  
percenként kattán egyet fogaskereke.

A múltásban egyedül van minden lélek és test,  
öreg csont a porba hézagos jelet fest.  
Ahol nincs semmi, az a titok és a néma csönd,  
ott mindegy, hogy ki lennél, a kétely ledönt.

Kapard össze szépen az apró homokszemeket,  
építs várat a rozoga templom helyett!  
Hívj be minden kétkedőt, és ki gyűlölni is kész,  
lássuk, vak hit helyett győz-e a józan ész.

# Rólunk mondták...



KULTURÁLIS ÉS INNOVÁCIÓS  
MINISZTERIUM



**Dr. Vitályos Eszter**  
miniszterhelyettes

## Jót tenni jó érzés...

Önzetlenül segíteni másokon, mindig is természetes volt számomra. Olyan családban nevelkedhettem, ahol mindig azt mondták nekem és a testvéreimnek: ha őszintén adsz, akkor őszintén kapsz is. Szerencsés embernek érzem magam, hogy a Jóisten akarata szerint alakulhatott a sorsom, így bármit is csináltam életemben, mindig tudtam, hogy megvan annak a lehetősége, hogy erőmhöz mérten segítek, segíthessek másoknak.

Egyik kedvenc íróm, Antoine de Saint-Exupéry fogalmazza meg tökéletesen, hogy mit is jelent számomra az Őrangyal Magazin:

*„Embernek lenni pontosan annyit jelent, mint felelősnek lenni. (...)”*

Hálával tartozom az újság minden munkatársának, hogy írásaimmal felhívhatom a figyelmet mindenkire és mindenre, akiért, vagy amiért érdemes felelősséget vállalni.

Figyeljük, támogassuk, gondoskodjunk róluk együtt, közösen!



**Krisán László**  
vezérigazgató/CEO

Felelős cégvezetőként és magánemberként, elkötelezett apaként tudatában vagyok, hogy mennyire fontos a prevenció és a folyamatos ellenőrzés egészségünk megőrzése érdekében. Egyre inkább fókuszálnak a munkáltatók és munkavállalók is a tudatos egészségügyi nevelésre és hozzáállásra, hiszen az elmúlt időszak rámutatott, mennyire fontos az egészségünk védelme, hogy például egy Covid 19 kaliberű járvány olyan egészséges állapotban találjon minket, amiben az immunrendszerünk valóban a védelmünkre tud koncentrálni és nem még több, más irányú védekezés mellett küzd meg egy ilyen fertőzéssel. A zavartalan munka és az üzleti siker záloga tehát maga az egészséges ember, így hiába dolgozunk például mi a KAVOSZ Zrt-nél teljesen más területen, tudatosan a testi állapotunkra is oda kell figyelnünk.

Ezért szívesen támogatunk egy ilyen alapítványt és egy ilyen ismeretterjesztő platformot, ahol mindenki csak nyerhet az együttműködéssel. Az elsősegély egy olyan alap tudás, aminek mindenkihez, minél hamarabb el kell jutnia! Cégünk büszke rá, hogy a Legelsősegély Alapítvány, azon belül az Őrangyal Magazin támogatásával hozzájárul, hogy az életmentés képessége mindenkiben megjelenjen. Az emberiség sorsa a mi saját kezünkben van. Néha szó szerint.



**Prof. Dr. Gál János**  
igazgató  
**Semmelweis Egyetem**  
**Aneszteziológiai és**  
**Intenzív Terápiás Klinika**

A kórház falain kívül tevékenykedő hétköznapi emberek, az olyan civil szervezet segítségével, mint a Legelsősegély Alapítvány, lépjenek egy szinttel magasabbra a társadalmi felelősségvállalás terén.

Működjön a civil segítségnyújtás! Hiszen nekünk, orvosoknak, s főleg az intenzív osztályokon munkát végző orvosoknak nagyon fontos, hogy növekedjen azoknak az embereknek a száma, akik egy baleset, vagy hirtelen szívhalál esetén a mentők, vagy a szakszerű segítség megérkezé- séig fenntartják a testben a keringést. Vagyis kórházon kívül megtörténik az előkészítés, így megnövekszik az esélye annak, hogy szakszerű orvosi segítséggel akár teljes, egészséges életet folytathasson majd a segítségre szoruló érintett.

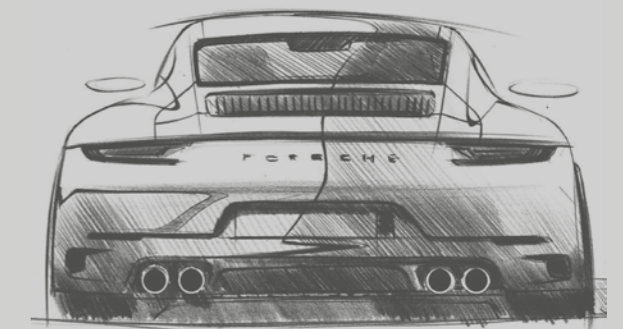
Mint vezető, aki számára nagyon fontos az alapszintű újraélesztés, kiemelten ajánlom az iskolák, cégek, intézmények, vállalatok, számára a Legelsősegély Alapítvánnyal történő együttműködést, egyúttal felhívom a figyelmüket az Alapítvány oktató munkájára.



**dr. Vérten Sándor**

A Porsche Hungaria 30 éves működése során mindig kötelességének tartotta társadalmilag fontos célok támogatását. Ezek között az egyik legfontosabb a defibrillátorok szakszerű használatával megvalósítható életmentés.

A Legelsősegély Alapítvány e terület egyik legkiemelkedőbb szakértője, így megtiszteltetésnek tartjuk, hogy a Skoda márka révén támogatathatjuk programjait, szakmai előadásait és rendezvényeit.



# Rólunk mondták...



**Rónai-Horst László**  
ügyvezető igazgató

A Mercariusnál hiszünk abban, hogy a változás kulcsa az edukáció. Örömmel álltunk egy olyan alapítvány mellé, amely amellett, hogy számukra fontos problémával foglalkozik, valóban a megoldására koncentrálnak és folyamatosan teszik a kitűzött cél eléréseért.

A Legelsősegély Alapítvány tagjai komoly szakértelemmel vezetik az Órangyal Magazint és szervezik oktatásaikat. Úgy gondolom, hogy az alapítvány munkája nagy mértékben hozzájárul az újraélesztési képesség folyamatos növekedéséhez hazánkban.



**Dr. Jambrik Zoltán PhD**  
kardiológus,  
egyetemi adjunktus  
**Invazív Kardiológiai  
Részleg**

A LEGELŐSEGÉLY ALAPÍTVÁNY neve mindent elárul. Szeretnék, ha a legelső segítség egy hatékony elsősegély lenne hirtelen szívhalál esetén, hogy azután a kikerülő profiknak legyen esélyük megfordítani az eseményeket.

Mindenkiben megvan az ösztön, hogy segítsen baj esetén, az Alapítvány törekszik arra, hogy megmutassa, megtanítsa mindenki számára, hogy miként tudunk hatékonyan beavatkozni, ha valaki összeesik előttünk. Hogy minél kevesebb emberben merüljön fel az azonnal megkezdett újraélesztés helyett a kétségek között őrlődés, hogy mit is kell tennie egy ilyen kiélezett helyzetben.

Ezek a megmentett Arany Percek, szó szerint az Életet jelenthetik egy-egy embertársunknak. Az Alapítvány tevékenysége így mindannyiunk számára kiemelt jelentőségű, kitartó, áldozatos munkájuk megsüvegelendő. És az, hogy minden hónapban kiadnak egy vagány újságot tele izgalmas témával, az már csak a hab a tortán! Köszönjük „legelsősegélyesek”, csak így tovább!



**Soós Tünde**  
intézményvezető-  
helyettes

Mellkasmasszázs, befúvás, félautomata defibrillátor...ilyen és hasonló kifejezésekkel ismertették meg a Városligeti Magyar-Angol Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola tanulóit a Legelsősegély Alapítvány tagjai. A tanulók a Városmajori Szívklinika gyakorló orvosainak vezetésével, valamint Ardó Ilona kuratóriumi elnök közreműködésével elsajátítják azokat az életmentéshez szükséges ismereteket, amelyek alkalmazása a hirtelen szívleállás esetén nyújthat segítséget. Az Alapítványnál kulcsfontosságúnak tartják, hogy a mai gyerekek már úgy nőjenek fel, hogy életüknek természetes és fontos részévé váljon a segítségnyújtás, az életmentés.

A gyerekek, a nekik összeállított tematika alapján sajátíthatják el az elsősegélynyújtás alapismereteit, szerezhetnek gyakorlati tapasztalatokat és megtanulják, hogyan tudnak életkoruknak megfelelő módon, ijedség nélkül, felelősségteljesen cselekedni. A tanulók élvezték és nagyon komolyan vették a foglalkozásokat. „Úgy éreztük magunkat, mintha egy igazi emberbe kellett volna életet lehelnünk.” - fogalmaztak. Lényegesnek tartjuk, hogy minden diákunk megismerkedhessen ezzel a képzéssel, illetve ne felejtse el a tanultakat, így az alapítvány munkatársai évente visszatérő vendégei iskoláinknak.



**Az oktatásainkon  
részvevő gyerekek  
mondták...**

„Nekem nagyon tetszett és baromi hasznosnak találtam az egészet. Érthetőek, kedvesek és türelmesek voltak velünk, ami szerintem becsülendő, az újraélesztés folyamatát is jól elmagyarázták, bennem megmaradt. Nagyon hasznosnak tartottam, hogy eljöttek, és hálás vagyok ezért.”

„Szerintem nagyon jó volt, jól éreztem magam, meg hasznos is. Szóval, hogy egy tényleg fontos dolgot tanultunk.”

„Én nagyon élveztem, hogy volt ilyen program is az iskolában. Örültem, hogy valami hasznosat tanulhattam meg amivel segíteni is tudok másoknak ha valami baj történik.”

„Nekem nagyon tetszett az előadás, örülök, hogy megtanulhattam, hogy hogyan kell ilyen helyzetekben tenni. Végre megtanultam azt is, hogy hol kell nyomkodni a mellkacsot, ha újra kell éleszteni az embert. De egy dolog van amit meg kellett volna kérdeznem, de nem tettem.”

„Nekem is nagyon tetszett, főleg az, hogy kipróbálhattuk és úgy magyarázták el, hogy még mindig emlékszek rá”



# Sólyom Vadmentő Egyesület

Dr. Vítalyos Eszter ajánlásával • A Kulturális és Innovációs Minisztérium miniszterhelyettese, parlamenti államtitkára, országgyűlési képviselő

Boszika, a holló



Bandika, az őzbak



**„Amikor látja az ember, hogy egy madár teljesen gyógyultan visszatér a természetbe, az mindent megér!”**

Ahányszor a Szentendrei-szigeten járok, mindig elbűvöl a természet közelsége, a táj nyugalmat árasztó hangulata, a Duna ölelése. Így hatalmas örömmel indultam útnak Surányba, ahol a Sólyom Vadmentő Egyesületet látogattam meg. Egy földúton haladva értem a zöld kerítéses kis házikóhoz. Korcsog Krisztián az egyesület elnöke szívélyesen fogadott és rögtön körbevezetett a kertben, ahol ápolja a sérült, elárvult, vadon élő állatokat.

**A munka nagy részét állami, vagy egyéb támogatás nélkül, önerőből és nagylelkű adományozók segítségével Krisztián és felesége végzi, néha segítenek nekik gyermekeik is.**

Elképesztő szeretettel beszélt Krisztián kis gondozottairól. Egyik kedvence Boszika, a holló, aki két hónapos korától él velük.

*„Imprinting madár, velem van párban. Rajtam kívül mindenkit meg akar ölni.”*

Az imprinting leginkább madárfajok jellemzője, azok közül is a fészekhagyóké. Ha az újszülött egyed az azonos fajú felnőtt egyed helyett valamilyen más fajhoz tartozó élőlényt pillant meg, akkor hozzá fog kötődni, úgy fog viselkedni később vele, mint saját fajtájával. A mentett holló öt évvel ezelőtt került Krisztiánhoz. Nem lehet visszaengedni a természetbe, mivel túlságosan hozzászokott az emberhez.

Mindenevő. Gyümölcsöt, tojást, nyers húst, egeret eszik. Emellett nagyon szereti a száraz kutyatápot és a csokit is.

*„Körülbelül egy négyéves kisgyermek intelligenciaszintjén van. Mindennap másfél órát kell játszani vele. Általában négykézláb mászok a röpdében, dobálom neki a labdákat, eldugja a kulcsot, amit meg kell keresnem.”*

**A Sólyom Vadmentő Egyesület vadmentéssel foglalkozik, háziállatokat csak nagyon kivételes esetben fogadnak. Elsősorban a Szentendrei-szigeten és környékén élő védett és vadászható vadállatok balesetben, vagy egyéb módon megsérült egyedeinek szakszerű mentése, rehabilitációja, szükség esetén orvosi ellátása a vállalt feladatuk. Megfelelő rehabilitáció után pedig az állatokat szabadon engedik.**

Korcsog Krisztián nyolcéves korától ment sérült madarakat. Vadász családból származik. Már kisgyermekkorában rendszeresen járta az erdőt nagypapjával és nagybátyjával.

*„Az a misztikum, ami a ragadozómadarakat körülöleli mindig is vonzott. Harmincöt éve mindennap köztük élek, mégis tudnak újat mutatni.”*

Fiatal férfiként már a Magyar Solymász Egyesület tagja volt. Véleménye szerint, könyvekből csak az alapokat lehet megtanulni. Úgy válhat valaki igazi solymásszá, ha eltölt minimum két évet egy számára kijelölt mester mellett, ezt követően pedig egy életen át képezi magát.

**Az elmúlt évben több, mint 400 állatot mentettek meg a pusztulástól, ebből 380-at - a teljes rehabilitáció után - visszaengedtek természetes közegükbe. Idén, március végéig már 47 vad fordult meg náluk.** Jelentős részük teljesen meggyógyult és már újra élnek életüket megszokott helyükön. Krisztián célja, hogy a mentett állatok a lehető legrövidebb idő alatt visszakerüljenek a természetbe. Alapos állatorvosi kezelés, esetleges műtét után megkezdődik a rehabilitáció, majd az orvosi engedély birtokában elengedik a gyógyult egyedeket. Arra törekszenek, hogy a mentett állatok semmiben se szenvedjenek hiányt az itt tartózkodásuk ideje alatt. Gondozottaik etetésére saját pincéjükben tenyésztettek egereket, patkányokat és több gazdasági fűrt is tartanak, hiszen a holló naponta két tojást is megeszik. Az egereket, patkányokat is speciális itallal táplálják, ami körülbelül ötvenféle vitamint tartalmaz, így biztosítva a kellő tápanyagokat a madaraknak. Az állatok etetése így is kétszáz ezer forintba kerül havonta. Ezért is jönne jól az Egyesületnek a támogatás. A röpdéket és az egyéb szükséges eszközöket Krisztián saját maga készíti el.

Jelenleg is teltház van az otthonban. Hét mentett madárról gondoskodnak, akik közül többen tartósan fogyatékosak, így ők már végleg itt maradnak. Ilyen Boszi a holló, akiről már írtam a cikk elején. A kert hátsó részében lévő egyik ketrecben egy erdei fülesbagoly kapott szállást, akit tavaly ősszel, nagy esőzések után Surányban ért áramütés, elvesztette az egyik szárnyát, ezért ő is már élete végéig marad az

Egyesület által biztosított nyugdíjas otthonban. A bagolyhoz közeli röpdében szintén egy áramütés miatt súlyos sérülést szenvedett vörös vércse van, aki az egyik lábát veszítette el és a szárnyából is hiányzik egy darab.

*„Róla már nagyon sokan lemondtak volna. Csoda, hogy túlélte, de sikerült életben tartani, megtanult a fogyatékoságával együtt élni. Nagyon kedves madár, mintha az első pillanatban érezte volna, hogy segíteni akarunk neki.”*

A pincében jelenleg két egerészölyv lábadozik a műtét után. Egyiküket autó ütötte el, eltört a szárnya és a csőre is. A szakszerű orvosi ellátásnak köszönhetően mindketten jól vannak. Néhány hónap múlva már szabadon repülhetnek. Őket követheti majd a gyógyuló félben lévő macskabagoly is, akinek légpuskával átlőtték a kulcscsontját. Komoly műtéten esett át.

A madarak mellett, csaknem egy éve Bandika, az őzbak is az otthon lakója, akit Szentendrén, egy víkendház emésztőgödöréből mentettek ki. Két hónapos volt akkor, állkapocstörése miatt csak szondán keresztül tudták táplálni.

Sajnos Bandika is áldozatul esett a néhány hete történt támadásnak, amikor beszkótt egy kutya a kerítés alatt a menhely területére és szétmancogolt egy fehér gólyát, egy vándorsólymot és egy vörös vércsét. Az őz nyakát is megrapta, de szerencsére időben érkezett Krisztián, így Bandika megmenekült.



„Húsz éve vagyunk együtt a feleséggel, de most látott sírni először. Feldolgozhatatlan, ami történt.”

A kutyatámadás ügyében jelenleg is nyomoz a rendőrség. Persze ez már az elhullt madarakat nem hozza vissza.

Bandika mellett korábban volt két őz suta is a menhelyen, őket minden gond nélkül vissza tudta engedni az erdőbe Krisztián, de mint elmondta, az őzök már háromszor is „hazajött”. Megszokta az ember közelségét, így nem bírta ki a természetben, ezért egy 30-40 hektáros magánkertbe kerül hamarosan, ahol jobban érezheti majd magát.

„A vadmadarak visszaszoktatása a természetbe egy hosszabb folyamat. Bármennyire is igyekszünk, hogy ne így legyen, megszokják az ember közelségét, hiszen mi adunk táplálékot nekik. Először a kettőnk között lévő kapcsolatot kell csökkenteni, majd megtanítani arra, hogy boldoguljon egyedül az erdőben. Általában 4-5 nap a leválás ideje. Ilyenkor reggel kiviszem a madarat a természetbe, egy jól megválasztott helyre és este érte megyek. Ezt úgy hívják szaknyelven, hogy félvad röpités. Több mentett madaram a mai napig is visszajár. Tesznek egy-két kört a házunk felett, majd elröpitnek.”

Krisztiánnak a mentett állatok mellett vannak tenyésztett madarai is. Nagyon megtetszettek neki a Közép-Amerikában őshonos Harris-ölyvek, ezért beszerzett három. Edét, a vándorsólymot kéthetes kora óta neveli.

„Megláttam és beleszerettem, nagyon aranyos és kedves madár. Magyarországon őshonos, de 1963-ban – feltételezhetően egy akkoriban használt rovarirtószertől – kihalt. Több ezer munkáorám van benne, hogy 1997-ben sikerült visszatelepíteni őket a Szentendréhez közeli Dömörkapu sziklás vidékére. Jelenleg körülbelül 40 pár él szabadon hazánkban.

Krisztián hozzátette, hogy Mátyás király ugyanígy szerszámozta a sólymát, mint ahogy manapság is teszik. Annyi talán a különbség, hogy már fonott zsinórral kötik le a madarat.

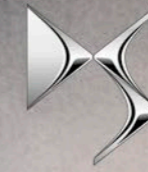
„A világon talán egyedüli állatidomítási módszer a vadmadarak betanítása. Őket nem lehet büntetni, csak jutalmazni. A tojók általában higgadtabbak nyugodtabbak, viszont egy picivel lassabban tanulnak. A hímek pörgősebbek, gyorsabban tanulnak. Fajtán belül is vannak különbségek. Mindegyik madár külön egyéniség. Én már nem vadászom a madarakkal, szembe menne az elveimmel. Rutinszerzés miatt röptetem őket, illetve iskolákban tartok bemutatókat. Szeretném, ha a felnövekvő generáció megismerné a természet- és állatvédelem fontosságát.”

Korcok Krisztián elmondta még, hogy az igazi mentési időszak most, a tavasz beköszöntével következik. Egy hétféle alatt több, fészekből kiesett fióka is érkezik hozzájuk. Nyáron nagyon sok egerészölyvet mentenek, akiket aratáskor elütnek a mezőgazdasági gépek. Ősszel pedig a sok eső miatt az áramütés tizedeli a madarakat.

Hihetetlen az az elszántság, tudás, önzetlenség ahogy Krisztián és felesége gondozza a bajba jutott vadállatokat. Rengeteg tervük van, jelenleg egy másik telken épít nagyobb röpdéket Krisztián, hogy legyen helye az újonnan érkezőknek.

Korcog Krisztián és felesége Korcsogné Maráczai Tímea tősgyökeres szentendreiek, tizenkét éve élnek Surányban három gyermekükkel. A férj - főállása mellett - 35 éve foglalkozik vadállatmentéssel.

Kérjük támogassa a Sólyom Vadmentő Egyesület működését! Bankszámlaszám: Takarékbank Zrt 50420977-10003626/HUF IBAN:HU58 5042 0977 1000 3626 0000 0000 ■



DS AUTOMOBILES  
Spirit of Avant-Garde\*

## ÚJ DS 7

A KIFINOMULTSÁG ÚTJÁN



**Keresd a DS STORE BUDAPEST-ben**

DSautomobiles.hu

\*DS a TOTAL választotta – Az új DS 7 vegyes fogyasztása 1,2-5,6 l/100 km, vegyes CO<sub>2</sub>-kibocsátása 27-147 g/km (WLTP ciklus szerinti adatok). A kép illusztráció. \*Avantgárd szellemiség.

# Létezés

Tóth Mária • pszichológus



Próbáljuk elképzelni a végtelenséget: amikor nem kezdődik valami, valahol és valamikor és nem is végződik semmikor és sehol. Nem könnyű, hiszen emberi létezésünkben mindennek van kezdete és vége. Elkezdünk egy napot, egy iskolát, írni egy cikket - és aztán befejezzük. A napot, az iskolát, a cikket. Kisebb vagy nagyobb történések, de van kezdetük és végük. A földi létünknek is van kezdete a születéssel és vége a halállal. Saját történetünk azonban csak egy része a mindenségnek.

Hogyan lett a világ a teljességből? Próbáljuk megérteni, hogy valaha csak a semmi létezett. Időtlen, osztatlan egység, az ősvilági, egy végtelen, határtalan energia, amely magába zárta az erőt, harmóniát. Aztán egy sóhajtás a semmiből, a pillanat egy villanásnyi része alatt a Teremtő úgy döntött, megteremti saját maga tükörképét, az anyagi világot. S benne a Földön létrejött emberi létformát. Mennyit gondolkodunk erről, létezésünk értelméről, hogy válaszokat találjunk, mivégre születtünk.

David Bohm fizikus állítja, hogy a valóság mélyén rejtőzik egy implicit rend. Jó lenni ebben az érzésben, elhinni azt, hogy az univerzum intelligenciával és szándékkal van megtöltve és hogy ennek mi is részei vagyunk és van értelme az életünknek. Egy magasabb szintű rendezőelv létezik, amelyben azt a hitünket megtaláljuk, hogy bármi is történjen, végül rendben lesz minden, hiszen az

univerzumban rend van. Amit a Teremtő létrehozott, arról gondoskodik.

Az ember amikor megszületik, a létezése tudatával belép ebbe a világba és részévé válik. Nem tehetetlen bábként, hanem aktív alakítójaként. A Szentírás mondja: „Isten saját képére és hasonlatosságára teremtette az embert.” Az Isten képmása az ember anyagtalan részére utal, a lélekre. A lelkünkől jön mindaz az érzés, vágy, kreativitás, ami emberivé tesz minket.

Mindenki ugyanolyan lelket kap, hiszen mindenki Isten képére és hasonlatosságára teremtett. Nincs kisebb vagy nagyobb, jobb vagy rosszabb, több vagy kevesebb lélek. Amikor a világra jövünk, mindenkiben ott van a lélek, ahogyan Jung írja, az a legbelsőbb önvalónk, ami egy saját küldetéssel érkezik, ami képessé tesz minket arra, hogy alakítsuk magunkat és a körülöttünk lévő világot. Amit létrehozunk abban természetesen van különbség, mert különböző körülmények között nevelkedünk fel, más és más hatások érnek, de a lélek értékét nem a létrehozott eredmények határozzák meg. Minden lélek ugyanannyit ér.

A lélek megszületve sérülékeny. Kell valami, ami megvédi a lelkünket ebben a világban. Ő lesz az egó. Az ő feladata, hogy megtanítsa a léleknek a földi létezés feladatait, hogyan kapcsolódjunk a fizikai környezettel, hogyan tartsuk életben magunkat és hogyan tudjunk együttműködni a többi emberrel.

A lélek ereje a szeretet. Szeretettől szeretne valamit létrehozni, szeretettől kapcsolódik valakihez. A legbelsőbb önvalónkból származó isteni szeretet vezérli. A létrehozott értékek, az eredmények az egóhoz tartoznak - az ő ereje az akarat. Az egónak is nagyon

fontos szerepe van, de ha valaki csak egóból működik az elveszíti a finom lelki tartalmakat és nem az a küldetés vezérli, amiért itt van ebben a világban, hanem a siker, a győzelem.

A léleknek és az egónak együtt kell végig táncolnia ezt a létezést bennünk, összekapaszkodva, hol erre, hol arra fordulva, de ugyanarra a ritmusra, összehangoltan. Mindig tudják, mikor ki vezet, mikor szükséges az erő és mikor a szeretet.

Az egó számára a kézzelfogható, megtapasztalható dolgok jelentik a valóságot. Abban kell jól reagálnia, cselekednie. Nem könnyű a feladata, mert hiszen maga a valóság sem objektív tőlünk független valami, hanem az ember szubjektív megélése valamilyen történésről. Az ember nem azt hiszi el, ami itt van, hanem azt, amiről azt hiszi, hogy itt van. Nem elektromágneses hullámokat lát, hanem fényt és színeket. Nem a légnyomásváltozást érzékeli a dobhártyáján, hanem hangokat hall. S ezeket, mint realitást érzékeli. Ha nincs légnyomásváltozás, akkor nem hall hangokat.

A léleknek minden valóságos, amit el tud képzelni. Imaginációban, transz-állapotban megkérdezem a csendes, terápiás szoba foteljében ülő klienst, hogy milyen hangokat hall a réten, amit most elképzelt és azt mondja „madárcsicsergést, a szél susogását”. Lelkünkben megjelenő képzeleti képeink hasonló folyamatokat váltanak ki az agyunkban, mint a reális tapasztalat. Megélhetjük ugyanazt az élményt, mintha a valóságban ott lennénk.

Ez a lelkünk szabadsága, ahol korlátozott tudatos létezésünk visszakapcsolódhat a teljességhez, a végtelenséghez, az isteni rendhez. ■



Az Informatikai, Távközlési és Elektronikai Vállalkozások Szövetsége (IVSZ) és a Women in Technology Hungary Egyesület (WITH) pályázatot hirdetett *40 év feletti női példaképek a digitális gazdaság területén* címmel. A díjra olyan nőket lehetett ajánlani, akik példaképként szolgálhatnak a fiatalabb generációk és a karrierváltó nők számára. Arra bátorítják a fiatal nőket és lányokat is, hogy a digitális gazdaság területén építsenek karriert.

A hattagú bíráló bizottság, a közel 50 beérkezett jelölés közül Tóth Máriát, a DXC Technology szoftverfejlesztési igazgatóját, a *Nők elismertségének növelése* kategóriában díjazta.

Gratulálunk!





# „Forr a világ bús tengere”

Krisán László • KAVOSZ Zrt. - vezérigazgató/CEO



**Az orosz-ukrán háború olyan háttér, amely előtt ritkán látható élességgel rajzolódna ki a világpolitika régi-új törésvonalai. A mostani cikkemben többek között erre is rá szeretnék világítani, mert a „farkasok”**

**épp megmutatják a foguk fehérlését – és persze vannak, akik egyre inkább annak tűnnek, amik: gyengének...**

## „A világ újrafelosztásáért folyó harc”

Idősebb olvasóim ezzel a fordulattal már „az imperializmus lenini ismérvei” egyikeként találkozhattak – soha nem állt le, napjainkban pedig új szintre lépett. A szereplők – hogy úgy mondjam – erősen „feszégetik” a határokat, a szó szoros és átvitt értelmében egyaránt. A nagy meccs a nagyhatalmak között folyik, de durván érintettek a mellékszereplők is, nemcsak gazdasági és társadalmi értelemben, de egyre inkább emberi életben is...

Úgy látszik, egyre inkább csak egy geostratégiai átrendezés iránti törekvés számít, ahol csak azt nem tudni, hogy emiatt robbant ki a háború vagy a háború kirobbanása

adott apropót egy ilyen újra rendezés véghezvitelére. Ezt a jövő úgy is megválaszolja majd. Mi azonban élünk a jelenben!

Az, hogy háború van, már valószínűleg mindenkinek a tudatába beleégett. De legyünk őszinték! Mást jelent a háború nekünk, magyaroknak, és mást például Új-Zéland, Marokkó vagy éppen Mexikó népének. De egészen mást jelent Oroszország, Ukrajna, vagy az USA számára is. Gondoljunk már bele, hogy érintett és érdekelt minket az régebben, hogy valaki a Közel-Keleten háborúzik, vagy Afrikában népi törzsek között kirobbant egy-egy helyi csetepaté? Közvetlen érintettség hiányában talán nem is vettük annyira komolyan ezeket. Na most ugyanez a helyzet, csak a másik oldalon állunk: most mások gondolják azt a világ túlfelén, hogy ez valami távoli országok helyi csetepatéja, ami rajtunk és az érintetteken kívül, messze levő országokat nem igazán érdekel.

Viszont azért az ebből eredő (realizálható) gazdasági haszon már mindenkinek felkelti az érdeklődését. Érdekek, ellenérdekek, nyertesek és vesztesek, de valahol csak a szimpla érintettség vagy a távoli érdektelenség fűződik ehhez a háborúhoz.

## A „nevető” harmadik

Nem véletlenül említem a két háborús fél mellett harmadikként Amerikát. Az Egyesült Államok ugyanis lássuk be, enyhén szólva is addig legózott a háttérben, főleg a NATO határok kiterjesztésének lebegtetésével, ameddig jól be nem gurult a nagy orosz medve. Ez tulajdonképpen lehet, hogy egy katonai beugratás volt, aminek következménye lett az a háború, amely már több mint egy éve zajlik, iszonyú pusztítást okozva és emberéletek tízezreit követelve, társadalmi veszteségeket és értékvesztéseket generálva. Oroszország reakciója azonban kérdéses: egyszerűen csak mérgében felült ennek a „bajuszhozogatás”-nak, vagy kapóra jött neki saját védelmi igényei, területi elképzelései miatt, vagy akár csak simán jó alkalom lett a belsőkről külső problémákra áthangsúlyozni a figyelmet. Azért ezek valós dilemmák...

Mindenesetre ki kell mondani, hogy a háború egyik előző esetben sem tekinthető megfelelő megoldási eszköznek. Ezért jómagam is azzal érvelek, hogy a háborút a lehető leghamarabb le kell zárni, hiszen ez az egyetlen eszköze a további veszteségek megakadályozásának.

## „Több dolgok vannak földön és égen”

Az azonban mára bizonyosságot nyert, hogy sokkal többről van szó, mint két ország fegyveres konfliktusáról. A világpolitika hatalmi viszonyai a szemünk előtt alakulnak át. Ha azt nézzük, ki lehet a vesztes, kézenfekvő válasz lehet Ukrajna mellett Oroszország is, de egyre nagyobb a veszélye annak, hogy közvetett módon Európa is sokat fog veszíteni. Sőt, legyünk reálisak: már most sokat veszítet! A versenyképesség tekintetében már évek óta nő a lemaradásunk és ez a hátrány egyre több területre terjedt ki az elmúlt 14 hónapban. Miközben Európa a szankciókkal egyre nehezebbé teszi a saját helyzetét, az USA óriási gazdaságösztönző csomagot vezetett be – az „Inflation Reduction Act”, ami valójában egy 370 milliárd dolláros direkt támogatás – és amelynek hatására az európai cégek is megfontolják annak lehetőségét, hogy telephelyet, székhelyet váltva az USA-ba költözzenek. És mit is kell megfontolniuk?

## Nos a mérleg

1. egyik serpenyőjében (az amerikai ajánlatban) támogatások garmadáját látjuk, olcsó energiával és alacsonyabb inflációval, sőt az amerikai kormány autónkként 7200 \$ kedvezményt is ad a vevőknek, ha Amerikában összeszerelt elektromos autót vásárolnak, ami lássuk be elég komoly hátrány annak, aki nem ottani gyártót választ és

elég komoly előny annak, aki ott gyártat. A matek az pedig matek és az amerikai piac hatalmas - emiatt pedig ilyen lehetőséget európai autógyártók egészen biztosan nem hagynak ki...

2. a másikon (az EU oldalán) az energiaárak bizonytalan alakulása, az alig támogatások, miközben a versenyképességünk romlik és extrém durva migrációs nyomás fenyeget.

## Melyik a racionális döntés?

Az USA döntése mindenképpen. Megéri így beavatkozni, hiszen ez a giga méretű kiadás rendkívül rövid idő alatt megtud és meg is fog térülni. Washington jó ütemezéssel és módon lépett.

És minél jobb a tengerentúlon, annál rosszabb az öreg kontinensnek. Hiszen éppen a legjobb, a legnagyobb hozzáadott értéket előállító, globális szinten is versenyképes cégeket veszíthetjük el.

Fel kellene már végre ébredni és levenni a szemellenzöt, amit egyes EU-s vezetők magukra húztak. Ennek így nagyon nem lesz jó vége, mert amíg belsőleg egyeztetget, illetve vitatkozik az egységes uniós piac, addig Amerika állva hagyja és rommá alázza a mezőnyt.

Egyébként én Amerika helyében átgondolnám azért, hogy valóban jó-e neki egy gyenge Európa, mert bár rövidtávon a gazdasági válsághelyzet enyhítésére lehet, hogy előnyös egy – a helyzet eszkalálódásával kinyert – erőteljes piacnyeres, de már egy, középtávon is gyengébb Európa könnyű préda lehet Kína és Ázsia számára és a nap végén az USA számára a sokkal veszélyesebb Kína akár túlerősödve is kikerülhet a felek közötti átrendezésemből.

## Megmentő szerepben

Egyébként nem csak az imént említett „ész érvekről” van szó, a racionalitás mellett vastagon ott vannak a lélektani elemek is. Míg az USA távolról táplálja az EU közvetlen szomszédságában fellobbant tüzet, újabb és újabb szankciók kreálódnak Brüsszelben – amely ötletek eredete tekintetében azért lehetnek tippjeink – eközben ő éppenséggel „a béke szigetként” tünteti fel magát, amely tárt karokkal várja a háború eszkalálódásától tartó és elbizonytalanodott európai vállalatokat...

Azért ezen egy kissé átüt ez az egyféle pizsibe öltöztetett érdekhalmaz. És persze ne feledkezzünk meg a másik „front-

ról” sem! Mi lesz/lett az ukrán természeti erőforrásokkal, a termőföldekkel, a ritka- és nemesfémekkel, a stratégiai jelentőségű – többek között a chipgyártáshoz, az űripari technológiákhoz nélkülözhetetlen – alapanyagokkal? De ezek még valóban teljesen Ukrajna földjei és természeti kincsei? Komoly és elgondolkodtató kérdés ez. Főleg akkor, amikor egy szomszédos országban végbemenő helyzetről beszélünk, ahol gazdaságilag és társadalmilag is erősen sérül Ukrajna. Az pedig, hogy bizonyos szereplők nyerhetnek is ezen akár, azaz más kárán gazdasági előnyhöz juthatnak, az erős etikai kérdéseket is felvet.

### Nézzünk már mögé!

Ezek a gazdasági háttérkérdések egyelőre kevés embert foglalkoztatnak, a hírek fő sodra az, hogy Ukrajna nincs egyedül, a nyugati országok egyre több fegyverrel támogatják. De akkor felvetődik a kérdés: ez már valóban egy proxy háború, amely előbb-utóbb kiterjedhet egy Oroszország és a NATO közötti fegyveres konfliktussá? És az is kérdéses, hogy meddig lehet a háttérből fűteni ezt a háborút. Meddig lehet úgy tenni, mintha egyes országok nem vennének részt ebben – miközben ukrán férfiak, családapák, nagypapák ezrei menetelnek a halálba? Vajon a nyugati országok valóban segíteni, támogatni akarják Ukrainát? Vagy ez egy eszköz lehet arra, hogy Oroszország gyengüljön? Ukrajna mögött „bevetésre készen áll” a NATO – ezt egyértelműen jelzi, hogy valószínűleg sokmilliárd dollárnyi értékben szállíthattak már fegyvereket és egyéb hírszerzési, megfigyelési eszközöket az ukrán hadseregnek. Oroszország „mögött” azonban ott van a 140 milliós lakosság és persze a talán leghatalmasabb és legpusztítóbb fegyverezmény, ami azért lássuk be, így nagyon durva és nagyon veszélyes konstelláció.

Annyira akarom hinni azt, hogy az utolsó pillanatban észhez tér mindenki.

### De térjünk vissza a fegyver- és egyéb hadi szállítmányokra! Ezeket valahol elő kell állítani.

És ahol ezt előállítják ott ez termelést, foglalkoztatást, GDP-t jelent. Azaz a helyi gazdaságot erősíti. Ki, mivel, mit veszít, és mit nyer? Ugyanez a kérdés az Oroszország ellen az EU és az USA által bevezetett – az oroszok számára egyértelmű piacvesztést jelentő – szankciók esetében. A gazdasági cél nyilván Oroszország energiapiaci vezető szerepének megtörése, de itt sokkal többről is lehet szó, miközben a világ gazdasága is meginog. Azért ne feledkezzünk meg arról, hogy bár elég nagy a világ, de az olyan durván

van összeszálazva, hogy az egyik pontján megfeszítem a zsinórokat, az biztosan feszülni kezd az összes többi ponton is. És mit is látunk magunk körül? Amerikai, svájci bankpánikot, vagy éppen fokozódó protekcionizmust? És hadd nyissak még egy zárójelet ennél a pontnál:

A háború lezárásával kapcsolatban nehéz biztosat mondani, egyvalami azonban kétségtelen: Ukrainát újra kell építeni. De az is kérdés, hogy mindezt ki fogja finanszírozni és főként, hogy minek a rovására. Felkészül az USA és az EU, de utóbbi azért nem áll olyan fényesen, hogy mellényzsebből kirántson egy „2.0 Marshall segélyt” ...

Szinte egészen biztos, hogy hatalmas hiteleket kell belepumpálni a rendszerbe, ami viszont valahonnan hiányozni fog...

És azért eléggé úgy látom, hogy egy hosszútávú gigantikus hitelcsomag terheinek bevállalása biztos, hogy nem csak 1-2 uniós országnak nem fog tetszeni.

Az EU magáénak érzi ezt a háborút, ami a közelség és az érintettség miatt természetes és érthető. Így lehet az is, hogy Ukrajna extrém rövid idő alatt tagjelölt ország lett, ami bő egy évvel ezelőtt még elképzelhetetlen lett volna, viszont azzal is tisztában kell lenni, hogy erre igen jelentős pénzügyi forrásra lesz szükség és ezt valahonnan elő kell teremteni.

### Újabb békéltető, de az utolsó?

Rövid áttekintésben persze szólnom kell még egy nagyon fontos szereplőről: a globális szinten átrendeződő erőviszonyok pályája ugyanis nemcsak az USA felé lejt, a geopolitikai keretek újratervelésében Kína is egyre fontosabb szerepet játszik. Peking taktikusan próbál kimaradni a háborúból – volt elég baja korábban, gondoljunk csak a zéró covid policyre vagy a globális ellátási láncok zavaraira, amelyek gazdaságilag igencsak rosszul érintették –, de „békecsinálóként” már bejelentkezett.

Kína mindig nagy volt és az is marad! Ha pedig lehetőséget lát arra, hogy nagyságát kiterjessze, akkor meg is fogja ragadni.

És ne legyen kétségünk: fog lehetőséget látni.

**Nagyon képlékeny állapotban van a világ, ilyen időkben minden döntésnek sokszoros súlya van. Nem ártana, ha ezzel minél többen tisztában lennének. ■**

# JAPÁNBAN ALKOTTUK

## VADONATÚJ MAZDA CX-60 PLUG-IN HYBRID

Fedezze fel új CX-60-at, a valaha gyártott legerősebb, 327 lóerős Mazdát. A Mazda első plug-in hibrid SUV-jét, mely kiemelkedő teljesítménnyel és alacsonyabb károsanyag-kibocsátással szolgálja az autózás örömeit. Ha ennyire figyelünk a részletekre, képzelje el, milyen érzés lehet vezetni?



6<sup>></sup> MAZDA GARANCIA

Mazda CX-60 PHEV WLTP szerinti kombinált átlagfogyasztás: 1,5 l/100 km, károsanyag-kibocsátás: 33 g/km. Az ajánlat nem teljes körű, nem minősül ajánlattételnek. A részletekről érdeklődjön márkakereskedéseinkben!

**CARNET MIRAI KFT.**  
**WWW.MIRAI.HU**

1119 Budapest, Budafoki út 105., telefon: 464-7680  
1037 Budapest, Vörösvári út 123., telefon: 368-4929

DRIVE TOGETHER





# A Retrológus okoskodik

## A vágyott négykerekű, avagy tényleg jó volt a Lada?

L. Dézsi Zoltán • A Heti Napló riportere, retrológus



**Az összes nosztalgiazót el kell keserítem! A címben feltett kérdésre nem lehet azt válaszolni, hogy igen! Nem mondhatjuk ki, hogy jó volt a Lada. Legfeljebb azt, hogy az akkori idők, akkori „szocialista” autóihoz képest volt jó...**

Na most, hogy a Zsiga-hívók tömegeit haragítottam magamra, emlékezzünk vissza az autóra, amelyre annak idején tíz magyar férfiből kilenc vágyott! Amelyben büszkén feszített a TSZ elnök, a párttitkár, vagy éppen az NB I-es focista. Hogy született a típus és miért volt olyan nagy dolog Zsigulit (később Ladát) vezetni?

### Legenda születik

A hatvanas évek végén derült ki, hogy a szovjetek megveszik az olaszoktól a Fiat 124-es gyártási jogait és keleti népautót csinálnak belőle. A tervet tett követte és 1970 májusában megjelentek Moszkvában az első orosz fiatalok, azaz Zsigulik.



Safonov elvtárs 1970-ben elégedetten beszél a Zsiguliról

Vlagyiszlav Mihajlovics Safonov a szovjet TV Híradónak, akkor így nyilatkozott egy próbakör után: „Jó az autó, kényelmes az autó, jó a gyorsulása, nagyon rövid idő alatt van százon, egyenletesen megy, megéri az árát”. Safonov elvtársnak vélhetően igaza volt: a Fiat 124 ugyanis valóban nagyon sikeres típus volt. 1966 és 74 között gyártották is Olaszországban. Egy évvel a bemutatás után már el is nyerte az Év autója megtisztelő címet. Na ennek licenzét vették meg az oroszok. Magyarországon a Zsigulik érkezéséről az akkori szaklap, az Autó-motor 1970 februárjában számolt be.

A cikkben a többi között azt írták, hogy évi 6-800 ezer Zsigulit gyártanak majd, a direkt erre a célra, Togliattiban épített gyárban. Egyébként annak a gyárnak tényleg elképesztőek a méretei. Csak a futószalagrendszere 150 kilométer hosszú. Ha úgy tetszik elérne Budapesttől Egerig. A cikk úgy zárul, hogy a szovjetek továbbfejlesztették a Fiatot és ez így, idézem: „kétségtelenül ez a jövő perspektívája”.



csak a futószalag 150 kilométer hosszú volt a Zsiguli gyárban

Az biztos, hogy a következő húsz évben ez volt a szocialista sztárautó. Azon persze már lehet vitatkozni, hogy azért volt jó, mert az oroszok feljavították, vagy azért, mert ők sem tudták elrontani. Akár így, akár úgy, az 1200-as, vagyis az ezerkecske és az 1500-as, vagyis az ezeröcsi, a mindennapok részévé vált Berlintől Szófiáig mindenhol az orosz csatlósállamokban.

### A megszállott gyűjtő

Pár esztendővel ezelőtt, a heti Napló riportereként jutottam el Debrecenbe, Vaskovits Zsolthoz. Ő Magyarország egyik legnagyobb zsiguli-lada gyűjtője. Házának udvarában egy több mint 200 négyzetméteres csarnokot épített, hogy méltó módon tudja tárolni a kincseit.



jobbra a gyűjtő, balra a retrológus. És persze a Lada...

Az összes zsiga, és lada működik, ahogy mondani szokás pöcc-röfpre indulnak. S mivel a férfi a Veterán Zsiguli Egyesület elnökségi tagja is, tőle kérdeztem meg, hogy annak idején mit jelentettek Magyarországnak ezek a gépek. Azt mondta, hogy egy lyukat tömött be annak idején ez a típus. Merthogy addigra megjelentek azok, akik ki tudtak fizetni egy „rendes” autót is. Nyugati kocsikat nem vehettek, maradt a Zsiguli. Zsoltnak természetesen van Fiatja is és Zsigulija is. Megkértem, hogy hasonlítsa össze a kettőt.



Így tükröződik a Fiatban a Zsiguli...

Megtette: „A két autó teljesen más, tehát ég és föld szinte. Azt gondolom, hogy az oroszok annak idején a saját arcukra formálták, alakították át ezt az autót és ez látszik is rajta. Kicsit durvább, viszont sokkal jobban gypálható, verhető, üthető. A Fiat egy kicsit filigránabb, mégis passzosabb, szebb, olyan kecsesebb.” Szóval ránézésre egyformák, de mégsem...

## És legördült a futószalagról az „ezeröcsi” ...



Készül az ezeröcsi, a csúcs...

Bár a típus elképesztően sikeres volt, sosem tudtak belőle annyit gyártani, amennyi kellett volna, az ezerkettes egy idő után mégiscsak kezdett kiüregedni. Kellett a szovjet iparnak valami nagyot durrantani. Na ez lett a Lada 1500-as, az ezeröcsi. A típus csúcsmoellje. A Retrológus (vagyis e sorok írója) feltáró jellegű, részletes beismerő vallomást tesz most. Ő ment 160-at is ezzel a típussal. (A dolog rég elévült, innen a bátorság.) Akkoriban tényleg úgy éreztük, hogy szárnyalunk, és majdnem azt is tettük.



Együtt az agytrösztt, készülnek az 1500-as tervei

Merthogy az ezerötös bizonyos tempó felett már-már repült. Nem azért, mert ez volt a szándéka, hanem azért, mert nem volt igazán stabil. És nem igazán szerette a sáros terepet sem. Ez azért különös, mert ugye elvileg tajgára-tervezettek a Ladák. Szerintem a korosabbak még jól emlékeznek azokra a cementes zsákokra, amelyeket kimondottan azért tettünk a Lada csomagtartójába, hogy az ne akadjon el a kétcentis sárban.

## Csöpi és az ezeröcsi



egy legendás jelenet a Pogány Madonnából. Kardos doktor enni kér, Csöpi már menne...

A Pogány Madonna sorozatban végig ott vannak a Ladák. Hol rendőrautóként, hol Ötvös Csöpi privát kocsijaként. Bujtor István fia, Balázs azt mondja, hogy édesapja kimondottan szerette az orosz csodákat. A filmekben feltűnő egyik ezerötös volt a családi autójuk. Talán emlékeznek a Pogány Madonna azon jelenetére, amikor Ötvös Csöpi egy helikopterről a menekülő Lada fölé ereszkedve, a cipője talpával berúgja annak első szélvédőjét. A baj az volt, hogy az oroszok rendesen megcsinálták azt az ablakot, nem lehetett csak úgy betörni. Végül egy stábttag felfeküdt a kocsijetejére, kezében egy csizmával, amelyre patkót szereltek. Na azzal verte a szélvédőt percekig. Végül sikerült betörnie. De ne csak jót mondjuk a típusról, valljuk be azt is, hogy nem az öröklétnék gyártották az oroszok. Bujtorék például újonnan vették a kocsit, amelyet alig öt év múlva már el is kellett adniuk, merthogy mindenhol rozsdásodni kezdett.

## És a dicső jelen

A rendszerváltással az addig imádott Ladák gyorsan kikoptak a vágott autók közül. Jöttek az itthon gyártott Suzukik, Opel Astrák és persze az összes többi nyugati típus. Bár a Lada gyár egy darabig megpróbált ezekkel harcolni, hamar veszített. Még úgy is, hogy a kor egyik legnépszerűbb színészét, Garas Dezsőt kérték fel reklámarcra. Az idősebbeknek még nyilván megvan, amikor Garas csak annyit mond: „túlzások nélkül: Lada”. Az orosz csoda az utóbbi időben lett megint népszerű. A gyűjtők ma már sok millió forintot hajlandóak adni egy jobb darabért. Igen, azokért, amelyek mondjuk 15 évvel ezelőtt a kutyának nem kellett. Szóval aki úgy dönt, hogy vesz egy ezerötösöt, az alaposan nyúljon a zsebébe! Ja, és ne feledje el, hogy azt azért nem lesz olyan jó vezetni, mint egy mai típust! Fapad lesz a javából. De hát ugye: valamit valamiért... ■



# Hiperaktivitás, figyelemzavar - pszichiátriai betegségek-e valójában?

## „Hiperaktív” a gyermek? Nem tud odafigyelni az órán? Magatartásával bomlasztja az osztály rendjét?

Olyan kérdések ezek, melyekkel számos szülő riadtan szembesül, amikor kiderül, hogy gyermekével gond van az iskolában. Ilyenkor aztán a szülő válaszút elé kerül: vagy maga keres megoldást a problémára, vagy másik iskolába viszi a gyermeket, vagy a hivatalos szakemberekre bízta a dolgot. Az utóbbival kapcsolatban viszont számos kétely, ellenérzés fogalmazódott már meg, nem is véletlenül. Ha ugyanis a gyermek pszichiáterhez kerül, könnyen kaphat olyan diagnózist, amelyre gyógyszereszedést írnak elő. A szülőknek azonban két dologról rendszerint nincs tudomásuk:

– A „hiperaktivitás”, „figyelemzavar” és hasonló gyermek-pszichiátriai diagnózisok kizárólag a tünetek alapján címkézik fel a gyermeket és nem visznek közelebb az okok feltáráshoz – pedig ezeknek a tüneteknek számos kiváltó oka lehet. Olyan ez, mintha a lázat tekintenénk betegségnek és csupán azt próbálnánk kezelni anélkül, hogy a láz okát felkutatnánk.

– Az ilyen állapotokra felírt „gyógyszerek” valójában tudatmódosító szerek, olyan anyagok, amelyek sokkal közelebb állnak a drogokhoz, mint a gyógyszerekhez. E szerek csupán arra alkalmasak, hogy elfedjék a gyermek kellemetlen tüneteit. Számos szülő beszámolt róla, hogy a szer beadása után gyermeke „zombiként” viselkedik, kitégült pupillákkal néz maga elé, mintha ott sem lenne. Ezek a szerek alkalmasak arra, hogy a gyermek tüneteit elnyomják, de a megoldáshoz nem visznek közelebb, ráadásul számos nagyon kellemetlen, sőt veszélyes mellékhatással nehezíthetik a gyermek boldogulását.

Ebben a témában segít eligazodni a szülőknek, pedagógusoknak és más érdeklődőknek az az ingyenes kiadvány, amelyet az Állampolgári Bizottság az Emberi Jogokért Alapítvány jelentetett meg közszolgálati céllal. Az informatív anyagban nemcsak arról esik szó, pontosan milyen veszélyeket hordozhat a pszichiátriai diagnózis és a felírt gyógyszer, de megoldási javaslatokat is nyújt a szülőknek: merre keressék a valódi okot, a valódi megoldást gyermekük számára.

A kiadvány ingyenesen megrendelhető, illetve letölthető az alapítvány weboldaláról: [www.emberijogok.hu/adhd](http://www.emberijogok.hu/adhd)



# Milyen módon léteznek és hogyan hat a természetes szexualitás?

Dr. Tóth Emese • szexológus orvos, az Orvosi Gyakorlati Szexológia – alias Orgazmus Szervíz – szerzője



## Egyetemes rendezői elvek

Látható, hogy a világ rendezett és vannak benne valamiképpen mindent átható, nagyon összetett folyamatok. Ezek nem érthetők meg akárhogyan,

ahogy nem mindig rendezhetők el a naponta felmerülő problémák sem. Ehhez már hozzá vagyunk szokva. Amíg azonban létezik olyan nap, amikor nem tudunk megoldást találni, pedig mindvégig igyekeztünk, addig ez azt jelenti, hogy minden ilyen nap végén egy nehéz holnapra készülünk fel. Holnap azonban azért lesz új reményünk, mert a ma megszerzett tapasztalatokkal az újabb lehetőségeket is kiépíthettük. Ez segít egyre pontosabban megérteni, hogy mi zajlik a világban, bennünk és másokban.

Minden ember a saját élete szakértőjévé válhat, ha egyre többet ért belőle.

Ehhez nem elég a konkrét eseteket értelmezni, hanem az élet nagyobb rendszereit is tanulmányozni kell. Intelligens, átalakító, sőt alkotói képességek birtokába lehet kerülni ezzel, akár nagyon rövid idő alatt is. Önálló kísérleteket végezhet az saját kezűleg és láthatod, hogy mi sül ki belőlük. Ezzel lényegesen felgyorsíthatod az új információk gyűjtését és feldolgozását. Új, majd még újabb tudás alapján, a fejlődésben levő szemléleten keresztül bárki számára egyre tisztábban láthatóvá válhat, hogy például a szexualitás az egyik legalapvetőbb életképességünk.

Folyton működik valamilyen formában, eszerint mindig szükségünk van rá. Általánosságban lehetővé teszi és szabályozza az összekapcsolódást ember és ember, különböző világok között. Aprólékosabban nézve pedig összekapcsolja például az étvágyat az emésztéssel, a vérnyomást a látással, az álmodást az idegrendszerrel és a fantáziával, a szeretetet az illatokkal és az időérzéssel stb. Távoli összeköttetések hatalmas és bonyolult szövedéke fedezhető fel a szexualitáson keresztül. Sokszor nem is tudnak róla, hogy mi mindenben szerepel. Legtöbbször akkor fedezik fel, amikor valami eluralkodik rajtuk, aminek köze van a szeretethez vagy a hiányához. Tudatosan általában érdemtelenül keveset foglalkoznak vele és nagyon könnyű félreértelmezni.

Az aktív szexualitás - például a szerelem - serkentő hatású tűz elemként ismerhető fel, ami fényével megismerhető és megkülönböztethető, valamint energiájával összekapcsolhatóvá tesz másokkal. Az ilyenfajta összekapcsolódásokhoz azonban nem elegendők a testiséggel járó fizikai, mennyiségi változások, mert ezek önmagukban túlzottan korlátozottak és lassúak a szerelemhez. A testből ezért a nagyon kevés is elegendő, akár csak egy pillantás, egy érintés, vagy röpke ölelés. Másféle minőségekre sokkal nagyobb szükség van. Sokféle fizikai, vegyi és más kapcsolódások együttese hozza létre az ugrásszerűen bekövetkező változásokat, melyek a szerelmi folyamatok kifejlődéséhez vezetnek.

Szerelmi minőségben együttműködve világosabban mutatkoznak meg a világban rendet teremtő mindenható elvek is. Enélkül bizonyos történések fel sem fedezhetők az egyéni élet során, pedig igen fontosak valamennyiünk számára, mert az élet ezek alapján, például a kapcsolatok törvényei alapján rendeződik.

## Életképes kapcsolatok

Minden élőlény létezése összekapcsolódások révén születik és marad fenn, önműködőként, az egyetemes elvek szerint. Ez azonban nem azt jelenti, hogy ez mindenre elegendő és nincs több teendő a közös és a személyes élet fejlődéséhez. A kapcsolódást tudatosan is tanulni és gyakorolni kell, egyre jobban csökkentve a tudatlan ellenkezést, valamint az ellenkezéssel járó elhatárolódást és harcot. Az összekapcsolódás és az elhatárolódás aktív munkájával alakítjuk a rendszert. Hogyan? A kapcsolódás építi és egyre fejlettebbé teszi, az elhatárolódás lebontja és egyre egyszerűbbé és korlátozottabbá teszi a világot.

A legegyszerűbb, mindössze két tényezőtől álló kapcsolódó rendszerek és az ezeken jóval túlmutató, sokkal sokszorosan összekapcsolódó létezők még újabb életek létrejöttét segítik elő. Az a jellemzőjük, hogy elindításuk után képesek az önállóságra és a fejlődésre, valamint erre aktívan - tudatosan és akaratlanul is - törekszenek.

- Gyerekkorban automatikusnak látjuk ezeket a működéseket, mert a különböző fejlődési szakaszok rendre bekövetkeznek, de a mozgatójuk, a kapcsolatok minősége - a szeretet - sosem lehet teljesen automatikus, csakis ellenkezésmentes. A gyerekek mindenkit viszont szeretnek. Képesek még olyanokat is megszeretni, akik már saját magukban sem érzékelik ezt az érzést. Emiatt küzdelmes már a gyerekek élete is, mindenhol, ahol erősen ingadoznak, vagy folyamatosan elégtelenek a kapcsolódási feltételek a környezet (a felnőttek és a gyerektársak) részéről.

- Felnőttként a fejlődés szinte teljesen leállna - de még előtte, a gyerekkor vége felé jóval erőteljesebbé válnak a szexuális működések, melyek nem

engedik meg a teljes leállást. Sőt az élet során létrehozhatnak néhány nagy hullámot, melyek évekig biztosítják a tűz elem vegyítőt, átalakító munkáját. Még akkor is, ha nem teljesülnek be a vágyak, mert szinte minden vágy átalakítható együttérzéssé, alkotói állapotá, tudatos fejlődéssé, a világ szeretetével.

Két élő kapcsolata maga is élőlény, megszületéssel és fejlődési szakaszokkal. A kapcsolat, mint élőlény fejlődik, azonban kizárólag a kapcsolódók életének és fejlődésének a függvényeként. Ez azonban felnőtt korban túlzottan korlátozottá válhat. A beszűkülőben lévő emberi életek veszteségesen küzdelmesek és ez veszélyes. A megoldás az együttműködések fejlesztése, amivel megszüntethető az értelmetlen harc és az elégedetlenség, ezzel a kapcsolat megmenthető a széthullástól. Még jóval azelőtt jelentős javulást kell azonban elérni a személyes állapotokban, mielőtt a bajok tényleges megoldásához fogynának hozzá. Képesé tette emberekkel lehet társulást alapítani. Ez jó megoldásokat eredményez.

A lehető legegyszerűbb módon a saját kapcsolataidban tanulmányozhatod önmagadat és a kapcsolódási jelenségeket. Gondoskodj a szeretteidről és közelítsd meg a többieket is! Tedd kényes és harcmentessé az életedet, hogy hagyni tudd szabadon alakulni magadat és a kapcsolataidat! Fontos, hogy jobban megérthesd az életed feltételeit. A szeretni tudás aktív képessége tehet boldoggá.

**OrgasmService Do by Dr. Emese Toth - <https://www.drtothemese.hu/>**

**Szöveg: Tóth Emese/drtothemese.hu**

Az itt és máshol megjelent írásaimban közölt információk mindegyike a saját kutatásaimra, munkáimra épülnek és kizárólag a saját véleményemet tükrözik. Szerzői jogvédelem alatt áll valamennyi itteni, vagy bárhol máshol, a nevem alatt megjelent tartalom is. Használd nyugodtan, hivatkozva a szerzőre, rám, vagy egyszerűen add meg a forráshivatkozást! ■

# A nagy átverés IX. A C-705/21 számú ítélet elemzése

Dr. Madari Tibor • Legelsőségély Alapítvány, a kuratórium tagja



2023. április 27-e jelentős fordulatot hozott a deviza elszámolású kölcsön-szerződések területén, mert ekkor hirdette ki az ítéletét az Európai Unió Bírósága (EUB).

A Győri Ítéletábrá tette fel a kérdéseket az EUB részére az AxFina Zrt. (lánykori nevén Lombard Lízing Zrt.) által a tisztességtelen árfolyamkockázati tájékoztatás jogkövetkezményeinek a levonására irányuló eljárás során. Mint az közismert, a Lombard valamennyi, döntően járművek megvásárlását finanszírozó kölcsönszerződése érvénytelen, két okból is: egyrészt nem tartalmazza a kamat mértékét, mely hiba a Hpt. 213.§. (1) bekezdés c) pontja szerint eredményez semmisséget, másrészt a rPtk. 209.§. (1) bekezdése és a 209/A. §. (2) bekezdése alapján, mert a fogyasztót egyáltalán nem tájékoztatta a Lombard az árfolyamkockázatról, annak fogyasztó helyzetére gyakorolt hatásáról.

A jogterületre vonatkozó 93/13 Irányelv szerint a tisztességtelen rendelkezés a szerződésből kiesik, nem írottak tekintendő. A magyar bíróság úgy vélte, hogy a tisztességtelen rendelkezés kiesése esetén a szerződés nem teljesíthető. A magyar ítélkezési gyakorlat a Kúria úgynevezett Konzultációs Testületének 2019. június 19-i állásfoglalásában foglaltakat követi, amely ugyan formálisan nem kötelező és amelynek lényege az, hogy ez egyik megoldási javaslat szerint megosztja az árfolyamkockázatot a fogyasztó és a szolgáltató

között (tipikusan 20% kockázatot visel a fogyasztó, 80%-ot a szolgáltató), vagy a BUBOR+ a szerződéskötés-kor a szolgáltató által alkalmazott kamatfelár, mint kamat alkalmazását javasolja, azaz új szerződést hoz létre a felek között. Az érvénytelenségi ok megszüntetése tehát a fogyasztót a tisztességtelen kikötésből fakadóan érintő árfolyamkockázat egésze (a bíróság általi forintkölcsönre alakítás), vagy egy része (az árfolyamkockázat bíróság általi maximalizálása) kiküszöbölésének módszerével, ténylegesen a szerződés tartalmának módosításával történik. Ezen állásfoglalás szerint a tisztességtelen kikötés egyetlen jogkövetkezménye az érvénytelen szerződés érvényessé nyilvánítása.

Az EUB-hez intézett kérdések tartalmilag a következők voltak:

1-2. a 93/13 irányelv 6. cikkének (1) bekezdését és 7. cikkének (1) bekezdése rendelkezéseivel ellentétes-e, ha az árfolyamkockázatot a fogyasztóra terhelő kikötés tisztességtelensége miatt a szerződést érvényessé nyilvánítják és a fogyasztó kötelezettségeinek tartalmát a szerződés pénznemének és az abban rögzített kamatlábnak a módosítása, vagy a deviza maximált árfolyama révén kiigazítják.

**Az első és második,** összevontan tárgyalt kérdés esetében az EUB kifejtette, hogy a kikötés tisztességtelen jellegének bíróság általi megállapítása azon jogi és ténybeli helyzet helyreállítását kell, hogy eredményezze, amelyben a fogyasztó e kikötés hiányában lett volna, azaz, hogy a fogyasztó számára biztosítja a szolgáltató jogalap nélküli gazdagodásának visszatéríttetéséhez való jogot. Ezt a Kúria és a magyar joggyakorlat a 2014. évi XL. tv. (DH2 tv.) 37.§. (1) bekezdése alapján, mint reparációs lehetőséget eddig

kategorikusan kizárta, a C-472/20 EUB ítélet rendelkezései ellenére. Az EUB most sokadszorra fejtette ki, hogy ha a nemzeti bíróság jogosult lenne arra, hogy a szolgáltató és a fogyasztó között létrejött szerződésben foglalt tisztességtelen feltételek tartalmát módosítsa, e lehetőség sérthetné az Irányelv által elért kívánt hosszú távú célt, a tisztességtelen feltételek alkalmazásának megszüntetését, mivel a lehetőség hozzájárulna annak a visszatartó erőnek a megszüntetéséhez, amely a szolgáltatók tekintetében jelentkezik az ilyen tisztességtelen feltételek fogyasztók vonatkozásában való alkalmazhatatlansága következtében, mivel a szolgáltatók továbbra is alkalmazni próbálnák a tisztességtelen feltételeket annak tudatában, hogy még ha azok érvénytelenségét meg is állapítanák, a szerződést a nemzeti bíróság a szükséges mértékben továbbra is kiegészíthetné oly módon, hogy a szolgáltatók érdekei biztosítottak legyenek, ahogyan azt a DH2 tv. és a Kúria joggyakorlata eddig biztosította, azaz: nem, hogy büntetné a tisztességtelen feltételt alkalmazó szolgáltatót az ítélet, de még magasabb megtérülést is biztosít neki, mint, amit az eredeti szerződés lehetővé tett volna.

Az EUB ezért leszögezte, hogy a nemzeti bíróság nem orvosolhatja a szerződés érvénytelenségét oly módon, hogy e szerződést érvényesnek nyilvánítja és egyidejűleg módosítja annak pénznemét és a szerződésben rögzített kamatlábat, vagy maximálja a deviza árfolyamát. Ha a kölcsönszerződést a tisztességtelen feltétel miatt meg kell semmisíteni, az ilyen feltétel kivételesen törölhető és helyettesíthető a nemzeti jog valamely rendelkezésével, de csak akkor, ha a szerződés teljes semmisségének megállapítása a fogyasztót különösen hátrányos következményeknek tenné ki (ezáltal

még a fogyasztó járna rosszabbul). Ha a fogyasztó nem kívánja a tisztességtelen feltétel fennmaradását és a szerződés semmissé nyilvánítása különösen hátrányos következményeknek tennie ki a fogyasztót, a nemzeti bíróság a szerződő felek kölcsönös jogai és kötelezettségei közötti tényleges egyensúly helyreállítása céljából, belső jogának egészére figyelemmel, köteles megtenni mindent annak érdekében, hogy a fogyasztót meg lehessen védeni a kölcsönszerződés semmissé nyilvánítása hátrányos következményeitől (különösen attól, hogy a szolgáltató azonnali teljesítést követelhessen).

Az EUB ezért javasolja, hogy a nemzeti bíróság hívja fel a feleket tárgyalások folytatására, rögzítve e tárgyalások keretét és azt, hogy a tárgyalások arra irányuljanak, hogy a szerződő felek jogai és kötelezettségei között olyan egyensúly jöjjön létre, amely az Irányelv fogyasztóvédelmi célkitűzését veszi figyelembe. Ha a nemzeti bíróság úgy ítéli meg, hogy nem lehet helyreállítani azt az állapotot, amelyben akkor lettek volna, ha e szerződést nem kötötték volna meg, a bíróság feladata gondoskodni arról, hogy a fogyasztó abba a helyzetbe kerüljön, amelyben akkor lett volna, ha a tisztességtelennek ítélt feltétel soha nem létezett volna, így pl. visszatéríteti neki azokat az összegeket, amelyeket a hitelező a tisztességtelennek ítélt feltétel alapján szedett be, azzal, hogy e visszatérítés a jogalap nélküli gazdagodás jogcímén történik.

Mindezek alapján az első és a második kérdésre azt a választ adta az EUB, hogy nem jogszerű az, ha az érvénytelen szerződést érvényessé nyilvánítják és a fogyasztó említett kikötésből eredő kötelezettségeinek tartalmát a szerződés pénznemének és az abban rögzített kamatlábnak a módosítása,

vagy a deviza maximált árfolyama révén kiigazítják.

**Ez azt jelenti, hogy a Kúria által szorgalmazott megoldás tarthatatlan, mert ellentétes az Irányelvvvel. Ez azt is jelenti, hogy a DH2 tv. 37. §-a is ellentétes az uniós joggal, ezért az kötelező a bíróságok ítélkezési gyakorlatában figyelmen kívül hagyni.**

A harmadik kérdés arra irányult, hogy az Irányelvvvel ellentétes-e, ha a kölcsönszerződést tisztességtelensége esetén a megkötésétől a forintosítás időpontjáig terjedő időszakban fenntartják hatályában és a tisztességtelen kikötést a kölcsön törlesztésének pénznemére, a kamatok szerződéses viszonyokban történő megfizetésére és a kamatláb meghatározására vonatkozó nemzeti jogi rendelkezésekkel helyettesítik.

Itt ismét elvi síkon hangsúlyozza az EUB, hogy a nemzeti bíróság lehetősége, hogy a nemzeti jog valamely diszpozitív rendelkezésével helyettesítse a kölcsönszerződés tisztességtelen feltételét, csak olyan kivételes esetekre korlátozódik, amikor a tisztességtelen feltétel érvénytelenségének kimondása miatt a bíróságnak a teljes szerződés semmisségét kellene megállapítania és ezzel a fogyasztót különösen hátrányos következményeknek tennie ki és ily módon a fogyasztót büntetné.

Külön kiemelendő, hogy az ítélet hivatkozik a C-260/18 számú ítéletre a tisztességtelen feltétel nemzeti jog rendelkezéseivel, vagy a szerződő felek egyetértésén alapuló helyettesíthetősége tekintetében, mivel a Kúria eddig ezt az ítéletet nem volt hajlandó irányadónak tekinteni, mondván (szakmailag értelmezhetetlen módon), hogy az „lengyel ítélet”.

A harmadik kérdésre ezért azt a választ adta az EUB, hogy az árfolyamkockázatot a fogyasztóra terhelő kikötés tisztességtelensége miatt semmis kölcsönszerződésben a tisztességtelen kikötés nem helyettesíthető a nemzeti jog általános jellegű rendelkezéseivel, ha az a tisztességtelen kikötés tartalmi módosítását eredményezné a bíróság részéről.

Az ítélet nagy jelentőségű, mert egyrészt jogszabálmódosítást tesz szükségessé (hisz a DH2 tv. 37. §-a jogellenes), másrészt keresztbe veri a Kúria elképzeléseit, amelyekkel eddig biztosította a tisztességtelen árfolyamkockázati feltárás ellenére a pénzügyi szolgáltatók érdekeinek érvényesülését és amelyek alapján az uniós joggal össze nem egyeztethető ítéletek számai születtek eddig.

A Kúria és az általa irányított magyar bírói gyakorlat sajnos semmibe veszi az uniós jogot és az EUB jogértelmezését, ami a jövőben a bíróságok elleni kártérítési perek sokaságát fogja eredményezni, ami azért problematikus, mert nem a tisztességtelen szerződési feltételeket alkalmazó pénzügyi szolgáltatók, hanem az adókon keresztül a teljes magyar társadalom lesz kénytelen ennek a súlyos hibának a következményeit megfizetni. A Kúria azonban továbbra is elkötelezett a pénzügyi szektor érdekvédelmében, ezért úgy hírlík, a bíróságokra nézve kötelező, az anyagi jogot átértelmező jogegységi döntések készülnek az elévülés értelmezése és a közjegyzők felelő(tlen)sége területén, mivel az utóbbi időkben ezeken a területeken szenvedtek a pénzügyi szolgáltatók, követeléskezelők veszteségeket. ■



COFFEE ART Zia – Rainbow coffee

Festő: Polgár Zita  
Varga's robusta kávéval és aquarelrel festve





a vékony szeletekre hasogatott báránypofát rétegezzük. Kicsi a rakás-szerűen erre kerül a, reméljük nem szédülős, sárgarépa és ceruzabab és tejföllel, friss kaporral emeljük művészi színvonalra az ételkölteményt. Elegáns leveskiöntőből, enyhén meg-megremegő kézzel szervírozzuk a zupét, hogy Hyppolit is büszke lenne ránk.



A parasztonkában sült báránygerincet zöldségekkel és fekete fokhagymával a haladó kuktáknak ajánlom, akik nem tévedésből, vagy egy-egy bögre kávéért szédülnek néhanap a konyhába, hanem relatív járatosan mozognak arratájt, de legalábbis betéve tudják, hogy melyik fiók mit takar. Akik találmásra húzogatnak és nyitogatnak, azok szerintem csupán konyhai turisták.



A báránygerincet makulátlanra hártátlanítjuk, majd mindkét oldalán pedánsan sózzuk, frissen őrölt fekete borsozzuk. Fólia segítségével felgöngyölítjük, akár sikeresebb nyomozók a szálakat, úgy, hogy a fóliát bekenjük olívaolajjal, majd a vékonyra szeletelt, füstölt szívsonkát egymás mellé helyezgetjük. Ezen megágyazva heveredik le a báránygerinc, ami addigra szorosabb viszonyt kezdett ápolni a tetejére helyezett friss bazsalikkal. Intim közelségüket csak fokozza, hogy szorosan feltekerjük pedáns kis hengerré hajtogatva és 30 percet adunk nekik a hűtőben, hogy barátságuk szárba szökkenjen. Mi természetesen ezalatt sem heverünk parlagon, hanem szorgos kis kezekkel spenótkrémot készítünk. Főzünk némi burgonyát és burgonyót, a spenótleveleket pedig leforrázzuk, majd hógutából a vacogásba kényszerítjük őket jeges vízben hűtve. Ha ez nem lett volna elég megrázkódtatás szegénykének, hát még jól ki is facsarjuk őket, vagy legalábbis belőlük a vizet és hozzáadjuk a főtt burgonyát, krumplit, pityókát vagy kolompért és fokhagymával, sós citromhéjjal összeturmixoljuk. A húst kicsomagoljuk, és először serpenyőben óvatosan körbe-körbe sütjük, majd a sütőre bizzuk, hogy bevégezze ezt a tevékenységet. Ezalatt mi serényen köretet eszkábálunk bébirépből, cucci mini cukkiniből, piros koktéltretekből, egzotikus hangzású shimeji gombából, zsenge zöldborsószem királykisasszonyból, burgonyából. Ezeket egységesen feldaraboljuk, és serpenyőben hagyjuk, hogy irul-piruljanak attól a sok szédítéstől, amit a híresen széptevő kakukkfű és só a fülükbe suttog a buja tavaszi levegőben. A megsült bárányt gerincre vágjuk a tányér közepére rakva. Körbe bástyázzuk a zöldségekkel, a spenótkrémmel és a mutatósan vékonyra szeletelt fekete fokhagymával, végül, utolsó simítás-ként húsvétra jól meglocsoljuk pecsenyelével. Annyira durván finom, hogy azonnal meg kell gyónni.



Mind tudjuk, hogy a kiegyensúlyozott diéta lényege az, hogy mindkét kezünkben legyen egy-egy édesség. Jelen esetben egy-egy palacsinta csintalankodjon a tányérunkon! E mennyei fincsiség alapreceptje relatív egységesnek tűnik, de azért majd mindenkinek megvannak a maga kis furmányos kulisszatitkai, amire Bibliára tett kézzel, égre emelt tekintettel esküszik. Mi nyilván tojással, tejjel, szigorúan csomómentesre kevert liszttel készítjük, amit további tejjel és ásványvízzel hígítunk, sőt, tesszünk a tésztahoz egy kicsi olajat is. Forró serpenyőben kisütjük, majd elkészítjük a mindenki álma málna gélt: a málnapürét, kristálycukrot és az agar agart összekeverjük és felforraljuk. Ez utóbbi nem egy atlétatermetű, széleseben futó kutya fajta ezúttal, hanem egy tengeri vörösmozzamból nyert sűrítő, gélképző anyag.

Csak mondom. Hűtőbe helyezzük, majd leturmixoljuk. A töltelék pedig mi lehetne más, mint a könnyed, bársonyos, megtévesztően ártatlan színű, csábítóan krémes túró, amit tejföl, porcukor, vanília, némi citromlé, valamint reszelt lime- és citromhéja, na meg persze túró segítségével prezentálunk a hálás nagyjéreműnek. Hengergessünk belőle szemünk-szánk tátva marad meseszép palacsintákat, szórjuk meg frissen hullott hó porcukorral, amit konyhai fáklyával vagy a tüzes tekintetünkkel karamellizáljunk rá! Porciózunk mellé málna gélt, állandóan szökni vágyó, jobbra-balra guruló friss málnát, málna meringue-t és lime-fagyit, ami ezt az édes, mint a bűn édességet kicsit fanyarabbá teszi. Vagy csak tegyünk úgy, miként én és faljuk fel mindenféle tálalás nélkül mohón, kézzel, cseppet sem szégyenkezve! ■

## Floating Table – Hajó, ha nem jó...

Ugyan melyikünknek ne fordult volna meg a fejében, vonzó célpontként egy lakatlan sziget? Elegendő másfél óra a dühödten dudáló délutáni, kilátástalan csúcsforgalomban, egy zoom meeting, vagy egy stresszes munkahely feszültségének oldása, hogy Defoe szigete Robinson Crusoe-val roppant vonzó célpontnak tűnjön. Nem csupán péntekenként.

A városligeti Robinson étterem eddig is a nyugalom és a harmónia szigete volt állócsillagként a magyar gasztronómia

egén, de egy ideje emelték a tétet és megalkottak egy olyan élményt a városban, mely a hely egyedüli fekvése miatt is megismételhetetlen.

A „Floating Table-t”, az az egy úszó asztalt. A Városligeti tó szélcsendes felszíne adta az ötletet, hogy egy nyolc fő számára komfortos, megkapóan romantikus, csillár alatt úszó katamaránt építsenek, mely fogásonként tesz egy-egy kört. A kapitánnyá előléptetett felszolgáló folyamatosan lesi a vendégek

minden kívánságát. A siker szinte garantált a fedélzetén. Legyen szó bátortalan elsőrándis ismerkedésről, vagy egy baráti társaság jókedvű vacsora estjéről, de lehet a külföldi partner szerződés előtti elkápráztatása is. Semmi nem szab háttart, így csakis a Vendég képzelő erején múlik, hogy egy rumkóstolás, szivarozós estet mivel lehetne még teljesebbé tenni.

Kétség sem férhet hozzá, hogy ez lesz nyáron a legtrendibb „uszály”.

Muszáj lesz kipróbálni! ■





## Léghajó az étterem

László Árpád • Robinson Étterem



Egyszer azt olvastam, hogy Budapestet leginkább egy hatvanas dívához lehetne hasonlítani, egy olyan nőhöz, aki egyszer ünnepelt szépség volt, de erős fényben már jól látszanak a ráncai. Éjjel azonban újra felveszi csillogó ruháit és a kandeláber fényében ismét tündököl. A Városliget a XIX. század végén élte rántalan fénykorát, mikor szökőkutak és csinos kis pavilonok között, élére rendezett fűszálakkal bólogató parkokban, katonazenekarok ritmusára lehetett korzózni. Országos Kiállítást szerveztek ide, pikniktakarókra heveredtek le gardedámos szerelmesek és kisgyerekes családok, vagy léghajóval emelkedhettünk a város fölé. Ezt a boldog békeidőt igyekeznek

sokan és sokféleképpen leporolni, hogy visszacsalogassák ugyanezt a puhán komfortos hangulatot és ismét régi pompájában csillogtassák a Városligetet.

A bazári bódésor rendezett pavilonokra cserélődött, a tisztaság és a biztonság minden hónapban csillagos ötöst visz haza a bizonyítványában, vadkacsák (jó, tudom, tőkés récék) bolondoznak a csónakázásra is hajlamos tavon, vattacukor és lufi talál gazdára az andalgó szerelmespárok kezében. A Szinyei ihlette hőlégballon is újra feltűnt az égen csíkos pocakjával, a Városligeti-tó szigetén pompázó Robinson étterem pedig elégedetten szemléli rendre megújuló tükörképét a kristálytisza tó vizében. A budapesti gasztronómia palettáján 1989 óta állócsillag étterem és tulajdonosa, László Árpád sikerrel tartja rajta az erre szakosodott érzékeny kis ujját a változások ütőerén, hogy újra és újra felfrissülve tudja életben tartani a vendégei töretlen érdeklődését fincsi étek, trendi enteriőr, romantikában

térdig járó hangulat és az egyedülálló panoráma segítségével. Hatalmas ablakaikon naponta rájuk kacsint a felemelkedő hőlégballon, márpedig ezt a nyílt flórtöt nem lehetett szó nélkül hagyni, ezért ők is beszerezték a felhők közt kirándulató szerkezet kistestvéreit és azzal dekorálták az étterem felső szintjét. Egy egész hőlégballon-erdő lebeg színesen vidám, gondtalanul könnyed hangulatot adva az egyébként is pazar étterembelsőnek, ahol jó lenni, ahol jó enni, visszatérni, első randis, vagy évtizedek óta lángoló szerelmesnek lenni, tárgyalásos munkaebédek végén a megállapodásra rákoccintani, vagy egyszerűen csak beleszippantani a balzsamos tavaszi levegőbe és konstataálni, hogy valóban, love is in the air.

Aki nem hiszi, járjon utána! Én mondjuk hiszem, mégis rendre visszatérek, mert parádés érzés látni a tūpontos ízlés, a vallásos fanatizmussal végzett munka és a rögeszmés optimizmus diadalát léghajók és felhők közötti bódultságban. ■

## Az új emlékek felfedezésre várnak.



## A megújult Škoda Karoq. Indulhatunk?

A nevezett értékek nem egyes járművekre vonatkoznak, nem részei a tájékoztatónak, hanem a különböző járműtípusok összehasonlítására szolgálnak a 715/2007/EK rendelet jelenleg érvényes előírásainak megfelelően. Ezen értékeket egyes többletfelszereltségek, tartozékok, valamint a vezetői szokások és egyéb, nem technikai jellegű tényezők (pl. környezeti feltételek) is befolyásolják. Az új személygépkocsi fajlagos üzemanyag-fogyasztási és CO<sub>2</sub>-kibocsátási adatai megtalálhatóak az üzemanyag-gazdaságossági ismertetőben, amely ingyenesen hozzáférhető minden eladási helyen és a fogyasztóvédelmi hatóságnál. A kép csak illusztráció.





# Békét, szeretetet az utakon is

Erdélyi Péter • a Magyar Gépjárműimportőrök Egyesületének korábbi elnöke



**2023. áprilisában Magyarországra látogat Ferenc pápa, akit a lelki és valóságos béke megtestesítőjeként tisztelünk. Ebből az alkalomból, kicsit vissza is tekintve a korábbi írásaimra, amelyek a közlekedésben is a toleranciát, egymás**

**elfogadását helyezték előtérbe, kicsit konkrétan és a pápa látogatás megtisztelő légkörében írok erről.**

A helyi politika, jelentős média-támogatással, igyekszik bizonyos különbségeket hangsúlyozni - azzal a nem jól titkolt szándékkal, hogy az egymásra uszított csoportokat lekösse az ellentét - és így az önkormányzati hatalom folyamatosan a regnálók ölébe hull.

Szeretném ezeket a köröket elkészeríteni. Ahogy erről már többször írtam, Magyarországon egyetlen nép van, a magyar. Mindenki az, aki annak vallja magát, aki e szerint él és működik. Nincsenek külön kerékpáros, autós, rolleres, villamosos, buszos, metró, motoros, segway-es, hoverboard-os, gyalogos és ki tudja még milyen csoportok. Akkor sem, ha bizonyos részérdek mellett civil szervezetekbe tömörülnek. Persze vannak autót vezető kerékpárosok, gyalogló rolleresek, kerékpározó motorosok, és minden egyéb kombináció. A dolgunk az, hogy elfogadjuk a közlekedésben is a sokszínűséget, toleráljuk

a különbözőséget, vegyük figyelembe a gyengébbek és kiszolgáltatottak hátrányosabb helyzetét, illetve ők maguk is fogják ezt fel és vigyázzanak magukra.

Egy balesethez minimum két olyan fél kell, amikor egyikük sem tesz meg mindent a baleset megelőzéséért. Bármit is ítélt majd a bíróság, a felelősségben osztozunk. A zebrán átkelő gyalogos annak biztos tudatában is, hogy elsőbbsége van, nézzen körül, hogy megkapta-e! A jobbról jövő, vagy védett útvonalon haladó autó, vagy más jármű vezetője győződjön meg róla, hogy az elsőbbség adására kötelezett fél az elsőbbséget valóban megadja-e, vagy meg tudja-e adni! Erős kifejezés, de állítom, hogy nem mond igazat, aki azt állítja, hogy soha nem bambult el, soha nem piszkálta a telefonját, soha nem vitték el a napi problémái a koncentráció képességét, vagyis soha nem fordult elő vele, hogy a szerencse, vagy a másik fél körültekintése akadályozta meg, hogy nem történt baleset.

Az 1970-es években a preventív vezetés oktatás az Autóközlekedési Tanintézet (ATI) által került Magyarországra Angliából. Ennek alap tézise, hogy mindig legyünk résen, mindig figyeljünk és ha kell, cselekedjünk a baleset elkerülése érdekében függetlenül attól, hogy kinek van elsőbbsége. Fel kell fognunk, hogy sem mi, sem a többi közlekedő nem csodagyerek, aki sosem hibázik! Felelősségünk, mégpedig közös felelősségünk, hogy a hibából ne legyen baleset. Jól jegyezzük meg: Elsőbbségünk akkor van, ha megadták!

Nyilván vannak olyan helyzetek, amikor egy sikeresen elkerült, vagy éppen megtörtént baleset furcsa kommunikációval, inkább trágár veszekedéssel, esetenként verekedéssel végződik. Ez méltatlan az egymás mellett éléshez, a közlekedés lényegéhez és az emberi magatartáshoz. Igen, van, amikor az adrenalin magasra szökik és zakatol. Viszont emberek vagyunk, van önfegyelmünk, akaratunk, beleérző és átérző képességünk, tudunk gondolkodni. Van erkölcsünk és van etikánk. Oké, kinek milyen, de egy minimumban egyezünk meg: (1) Senki nem akar balesetet okozni, azaz a vétkes is véletlen bizonyos (nem jogi) szempontból; (2) Mindenki meg van ijedve egy ilyen baleseti helyzetben, ami idegbe hoz bennünket; (3) Szeretünk másokra haragudni és áttolni a felelősséget; (4) Csak későn gondolunk arra, hogy „megtettem mindent, hogy elkerüljem a helyzetet?”

Magyarországon évente 600-700 ember nem ér haza soha, sok ezren pedig a kórházból telefonálnak, hogy nincs nagy baj. Ez nagyon sok. Egy is sok. Tragédiák, tartós sérülések, testiek, lelkiek - mind elkerülhetők lennének, ha az utakon az élni és élni hagyni elvet jobban betartanánk. Igen, van, aki siet és nyomja ezerrel, sok oka lehet. Nem sorolom, a felelőtlenségtől a fontos személyes indokig minden lehet. Nem a mi dolgunk, hogy megítéljük, siethet-e. Elvileg a saját felelősségére siet, de biztosan veszélyes másokra is, főleg, ha elkezdünk vele arcoskodni, harcolni, megmutatni neki. Aki menni akar, hagyjuk menni! Nem kell oktatni, nem kell feltartani, minden félnek jó, ha az ilyenek minél gyorsabban, minél messzebb kerülnek tőlünk. A közlekedés arra való, hogy mindenki biztonságosan eljusson oda, ahova elindult, anélkül, hogy mindenkire egy külön rendőr vigyázzon.

Persze az is egy helyzet, amikor bármilyen okból valaki a közlekedés ritmusától sokkal lassabban megy. Ha nehéz megelőzni, már idegesek vagyunk és ha sikerült, elkezdjük „behozni” az elvesztett időt, vagyis gyorsajunk. A probléma visszacsatolható az előző bekezdéshez.

A kiszolgáltatottabbak fokozottan vigyázzanak magukra! Jogosan várják el a biztonságosabb, erősebb közlekedőtől, hogy figyeljenek rájuk, hagyjanak helyet, de az utóbbiak is jogosan várják el, hogy saját magukra is vigyázzanak. Az autós, motoros lassan közelítsen a zebrához, de a gyalogos is nézzen körül, ne egy kapucnis pulóverben, fülében valami jó zenével, „süketen és vakon” menjen át! Mindkettő érdeke, hogy a gyalogos épségben átérjen.

A robogósok, motorosok lehetőleg ne előzzenek akkor két kocsisor között, vagy mellett, amikor azok haladnak! Az autósok pedig hagyjanak helyet a két sor között, hogy a kétkerekűek az álló sorok között biztonságosan előre tudjanak menni!

A nagy önbizalommal és erős lobbierővel bíró kerékpárosok is figyeljenek, lehetőleg ne előzzenek jobbról jobbra indexelő más járművet, szintén ne tekerjenek mozgó kocsisorok között és bár sajnos nem kötelező, hordjanak bukósisakot és láthatósági mellényt a saját érdekükben! Tudom, hogy egyik sem szép és nem

dívtos, de hasznos. A szépség és a divat akkor fontos, amikor épségben leszálltak a cangáról. Az erős lobbí kiharcolhat előnyöket, önálló sávokat, de nem véd meg a baleset következményeitől.

Mivel a közlekedésben egyre több és többféle jármű vesz részt, nagyon fontos az egyértelmű információ. Minden autón és motoron van irányjelző kapcsoló, használjuk kérem! Minden bicajosnak van keze, jelezze, ha irányt akar váltani!

Vannak persze nehezen betartható szabályok, pl., ha egy apuka a 12 évnél fiatalabb gyerekével bicajozik. Ilyenkor gyerek a járdán, apuka az úttesten kell, hogy haladjon egymás mellett. Ez nem túl életszerű, így jobb, ha elfogadjuk apukát is a járdán, mint a picúr az úttesten. Nem szép illet írom, mert a szabály nem ez, de nem árt, ha az élethez igazítjuk az életet - ha a szabályhoz nem lehet.

A közlekedés, vagy mobilitás az utóbbi időben sokat változott és kialakult pár tévhit is. Természetes joga mindenkinek, hogy eljusson A-ból B-be. Az azonban nem jog, hogy bármi áron. Van ugyanis az egészséghez és az élethez való erősebb jog, így az országba még mindig jelentős darabszámban beérkező, import, öreg és füstölő használt autóhoz nem gondolom, hogy jogok fűződnek, inkább csak az álságos „árak szabad áramlása” EU alaptörvény. Persze, mindenki tudja, hogy ezek, a már korszerűtlen járművek keleti irányba haladnak és nem fordítva, az EU erősebb tagállamai ezért hunynak szemet. A keleti végállomásokon működő hatóságoknak ezért itt bőven lenne feladatuk, de nem tudjuk, hogy miért „nincs kedvük” lépni, pedig, ahogy a dohányzást ki lehetett tiltani mindenhol, talán ezt a füstöt sem kellene hagyni. Nem fogja helyettünk más megoldani a problémát. Magad uram...

Ez a cikk semmi másról nem szól, mint a toleranciáról, egymás elfogadásáról, legyen az ember, vagy járművön ember, a türelemről és egy kicsit a szeretetről is. Tudom, tök ismeretlen embereket általában nem szeretünk, az ismerteket olykor még kevésbé, de induljunk ki abból, hogy a közlekedésben - ami egy igen veszélyes és bonyolult terület, ahol a „halálbüntetést” még nem sikerült megszüntetni, sőt sokszor az ártatlanokra szabja ki a sorsuk - tekintsünk úgy egymásra, mint számunkra fontos emberek közösségére, akiknek egyetemes és állandó érdekük, hogy mindenki épségben odaérjen, ahova indult, hogy mindenki teste és lelke egészséges maradjon legalább a közlekedésben.

Tegyük sikeressé és boldoggá az Őrangyalunkat, tartsuk magunkat ahhoz a szabályhoz, hogy: „Sose hajts gyorsabban, mint ahogy az Őrangyalod repülni tud”, de ha mégis, engedjük el és drukkoljunk, hogy az Őrangyala érje utol!

A hitet pedig tekintsük olyanakként, ami összeköt és nem elválaszt. Ferenc pápa látogatása számomra ezt az üzenetet hordozza! ■

# A környezeti fenntarthatóság A Bánáti + Hartvid Építész Iroda új épülete

Feuertag Ottó • Europa Design, ügyvezető

Az ESG, a környezeti fenntarthatóság és a zöld épületminősítések legfontosabb mai aktualitásai, folyamatai az energiakriszisa, az EU-s szabályozás, a globális környezeti problémák, a zöld épületminősítések és a dekarbonizáció, a klímaadaptáció és a biodiverzitás napjaink kiemelkedő témái, amelyre az Europa Design is figyelmet szentel és támogat.

*„A klímaváltozás 34-37%-áért az épített környezet a felelős és az sem elhanyagolható tény, hogy a Földön már több az ember által készített mesterséges anyag – tömeg alapján számolva – mint a természetes élővilág alkotta biológiai anyag. A klímaváltozás kapcsán az utolsó figyelmeztetésnél tartunk, ez áll az ENSZ tudományos tanácsadó testületének, az IPCC-nek legfrissebben, néhány napja megjelent jelentésében is, de ha most változtatunk, teszünk e téren globálisan, még korrigálhatók a folyamatok. A klímaváltozás ugyanis nem elkerülhető, már történik és mindannyiunk életére hatással lesz a jövőben, viszont az nagyon nem mindegy, mekkora lesz ez a hatás.”*  
– hangsúlyozta Szarvas Gábor, az AmCham Hungary szakértője.

Az ESG környezeti mutatóinak szempontjából fontos, új megközelítés az épületek, ingatlanok teljes életciklusának vizsgálata; azaz figyelembe kell venni már az építőanyagok gyártásakor jelentkező környezeti hatásokat, a szállítás és a kivitelezés, majd az üzemeltetés és az elbontás során keletkező környezetterhelést is. Az épületek, ingatlanok üzemeltetése esetében kulcsfontosságú az energiahatékonyság: gondos tervezéssel meg kell teremteni, hogy hatékonyan üzemeltetethető legyen egy épület, majd biztosítani kell a működés során felhasznált, immár optimalizált mennyiségű energia klímasemleges forrásból való származását. E körköröségen alapuló építészeti sajátosságai nyújt betekintést a Bánáti + Hartvig Építész Iroda saját iroda-épülete, az Europa Design egyik referenciája.

„Amit lehet, használj fel újra, ne burkolj, ne fess semmit csak azért, hogy szép legyen!”

A Bánáti + Hartvig Építész Iroda az elmúlt évek során folyamatosan bővült, Vaskapu utcai irodáját kinötte, új irodaépületre lett szükség. Az iroda építészeti számára alapvető fontosságú volt, hogy nem kívánják terhelni a környezetet új épülettel, egy már meglévő, régi épületet akartak újrahasznosítani. Hosszas keresés és épületlátogatás után találtak rá új otthonukra, az 1960-as években épült, egykori Alba Regia étterem épületére. Az épület használaton kívül állt és jelentős felújításra szorult, a renovációval azonban a környék épített környezetének nívója is emelkedett.

Annak érdekében, hogy olyan munkahely jöhessen létre, amely a munkavállalók igényeit figyelembe véve készül, az iroda vezetése úgy döntött, a tervezési folyamatba az iroda munkatársait is bevonja. Így tervezői pályázatot hirdetett számukra, melyre hét pályamű érkezett, amelyek közül Lőcsei Vera készítette a nyertes tervet. Kihívás volt ez, önmaguk megbízójaként lehetőségük nyílt olyan épületet létrehozni, amelyen megmutatják a magukénak érzett építészeti szemléletmódot. Az új iroda ennek megfelelően, a lehetőségekhez mérten, a legkisebb környezeti terhelés mellett készült. A számítások szerint azzal, hogy az építészek a felújítás mellett döntöttek, közel 400 fa egy évszázadig tartó CO<sub>2</sub> elnyeléséhez szükséges munkáját is megspórolták.

A körforgásos építészeti irányelvei egyebek mellett abban nyilvánultak meg, hogy több, bontásra került építőelemet, akár eltérő funkció szerint, visszaépítettek az épületbe. Amíg a külső nyílászárók cseréjére szorultak, mivel nem feleltek meg az energiahatékony szigetelés elvárásainak, addig az acélszerkeze-

tű üvegportálok jó állapotban voltak - az alagsori tárgyalótermek válaszfalaiként születtek újjá. Hasonló történt az üvegtáglákkal is, amelyek bár az emeleti falakból kibontásra kerültek, szintén a tárgyalók elválasztásában kaptak szerepet. Hosszasabb szakmai eszmecsere eredményeként néhány régi radiátort is sikerült megmenteni, a hideg hónapokban azok is ismét működésbe léphetnek. Egyes esetekben e döntések nem esztétikai szempontok mentén születtek: például a tárgyalótermek acélszerkezetű válaszfalainak osztása több ponton is „megbicsaklik” és megmentett és az új radiátorok együttese sem mutat egységes képet, azonban hosszú távon ezt a szemléletet tartják kifutódőnek a tervezők. A környezetbarát építészeti elveit követve egy olyan – ma még talán szokatlan – döntést is hoztak a tervezők, miszerint csupán az esztétikum kedvéért semmit nem burkolnak és nem festenek le. Ezért a bontás során feltárt felületek bontott állapotukban maradtak: a nyers téglafalakra nem került festék, a betongerendák nem kaptak borítást. Ez a szemlélet emellett, hogy kíméli a környezetet, az épület történetébe is betekintést nyújt, látni engedi az elmúlt hatvan év során zajlott átalakítások nyomait, a gondos és gondatlan kezek munkáját is. Az újonnan beépített elemek eredeti formájukat mutatják, a mennyezeti hangszigetelő táblák, vagy a gépészet szintén nem kapott burkolatot. Egyedül az építészeti elengedhetetlen felületeket fedték be, például az alagsorban vízszigetelés került a falakra. A precízen beépített új építőanyagok és a nyers öszinteséget sugalló eredeti elemek együttese újfajta, mégis koherens esztétikát eredményez.

Elsődleges szempont volt, hogy a kollégák sajátjuknak érezzék az épületet, inspiratív környezetet biztosítva számukra. Rendszeresen végeznek elégedettségi felmérést munkatársaik körében, a kérdőív a munkakörülményekre is kitér és felméri, hogy mely

területek igényelnek fejlesztést a kollégák megítélése szerint. Az előző évekhez hasonlóan idén is megelégedettségüknek adtak hangot az alkalmazottak a munkakörülményekről. Ehhez az elégedettséghez járult hozzá az Europa Design két termékével; az Actiu Efit és a Profim Lightup forgószékekkel. Az Actiu Efit a fiatalok munkavilágának sokoldalúságából inspirálódott; azoknak, akik egyszerűen keresnek design, kényelmet és ergonómiát. Az Efit szék tökéletes megoldást kínál, akár bárshék magasságú tárgyalásokhoz, miközben a háttámla innovatív kialakítása alkalmazkodik a felhasználó mozgásához, amelyet annak automatikus állítása segít elő, magas szintű kényelmet biztosítva. Az ITO Design által tervezett Profim Lightup forgószék sokoldalú, egyszerű és kompakt, alacsony háttámlájával ideális otthoni és irodai helyiségekbe egyaránt. Az olyan tulajdonságok, mint a tartósság, a funkcionalitás és a jó ár-érték arány a LightUp-ot az egyik legnépszerűbb modellé teszik. A közös ötletelés eredménye többek között az irodai „relax szoba” kialakítása, így a munkatársak saját igényeiknek megfelelő körülmények között tölthetnek fel a munkaidő alatt. A kikapcsolódást ugyancsak segíti az iroda alsó szintjén kialakított nagyméretű konyha és közösségi tér.

A Bánáti + Hartvig Építész Iroda irodaépülete remek példája annak, miszerint új élet adható egy használaton kívüli épületnek a kollégák bevonásával, a körforgásos építészeti eszközökkel használva és mindezzel követendő utat mutatva az építészeti fenntarthatóvá tételében. ■



# Luxus dieselkivitelben, vagy álom luxus kivitelben?

Erdélyi Péter • a Magyar Gépjárműimportőrök Egyesületének korábbi elnöke



**Vannak, akik az árral úsznak, vannak, akik szemben - legálábbis egy adott pillanatban úgy látjuk. Úgy indult a dolog, hogy az EU 2035-től betiltani tervezett minden belsőégésű motorral (is) hajtott gépkocsit. Aztán úgy folytatódott, hogy ha**

**szintetikus üzemanyaggal mennek ezek az autók, akkor maradhatnak. Mit is jelent mindez?**

Ha az első variáció marad, akkor fokozatosan, a céldátumhoz közeledve, egyre ellehetetlenül a belső égésű motoros autók forgalomba helyezése és a használtautó piacon is összezuhanna az értékük, miközben további fejlesztésükre egyetlen autógyár egyetlen fillért sem fordítana. Amennyiben azonban szintetikus üzemanyaggal ezek az autók tovább mehetnek - és ez most így van - akkor egy értelmes és jól használható járműpark maradhat és fejlődhet. A Mazda, amelyik az egyik leginnovatívabb autógyártó, valahogy ráértett erre a lehetőségre és 2022-ben piacra dobta a CX-60 igazán luxus kialakítású utcai terepjáróját egy soros, 6 hengeres, 3,3 literes Dieselmotorral. Nem tévedés: Dieselmotorral.

Ezt az autót volt alkalmam közel egy héten át kipróbálni. Erről írok pár sort az alábbiakban, előre annyit bocsátok, hogy nagy élmény volt. Sok autót vezettem, próbáltam autós szakmai életem 27 éve alatt, de kevés okozott ennyire kellemes meglepetést, élményt. Akkor is így van, ha én soha nem néztem ferde szemmel a dieselre és soha nem gondoltam, hogy az akkumulátoros elektromos autó a megoldás mindenre. Erről ezen a fórumon is sokat írtam korábban.

A szokásos tesztekkel ellentétben azt szeretném leírni, hogy egy közel 180 cm magas, 90 kilós, enyhén pocakos, átlagos testalkatú férfiként, hogyan éreztem magam benne, mit szóltak hozzá az ismerőseim, barátaim - egy szó, mint száz nem annyira szakmai, mint szubjektív cikk lesz.

Egy közel 200 lóerős hátsókerék-hajtású (az összkerék hajtású 254 lóerős) változatot próbáltam ki. Elsőre ezt nem tudtam, nekem a terepjáró mindig összkerék hajtást jelent és ez az autó pontosan úgy viselkedett, mintha összkerék-hajtású lenne. Semmilyen útfekvés, úttartás, kényelmi hátrányát nem éreztem, a fogyasztásra pedig jótékony hatással volt, ahogy a 8 fokozatú automata váltó is, amely szinte észrevétlenül kapcsol fel és le. Képzelnék el egy ekkora dieselmotorral szerelt 2 tonnás járművet, ami országúton 4 és 5 liter között, autópályán 5 liter körül,

városban 4 liter körül tartható kevés sebesség kompromisszummal. Mondjuk a KRESZ által előírt sebességhatárok betartásával. Kicsit játszottam is vele Balatonkenesén és környékén, gyér forgalom mellett, sikerült 3,6 literes fogyasztást kicsiholni belőle, ezt tudatos takarékos vezetéssel, ahogy egyébként soha nem vezetek. Az autó nagyon nyomatékos (450 Nm), hatalmas méretéhez képest jól gyorsul (8,3 mp 100 km/h-ra) és e közben, köszönhetően a hat hengernek, igen csendes és kiegyenlített járású. Az utastérben csend van, kivéve gyorsításkor, amikor az autó kellemesen dörmög. Az út és gumizaj minimális, az egyenetlenségeket jól kompenzálja, kanyarokban kiválóan tartja az utat.

Nem fogom itt részletezni (megtették már mások), hogy mennyi biztonsági, kényelmi berendezéssel szerelt az autó, amelyek zömükben a háttérben teszik a dolgukat, mi pedig élvezzük a vezetést. A mai technikai, biztonsági és kényelmi funkciók, valamennyi 3, 4 és 5 betűs rövidítés, mind megtalálhatók benne, amit az autó indításakor látható jelzőlámpa tömeg mutat pár pillanatra. A teljesség igénye nélkül és nem ijesztésként: E-Call, TAP, BSM, LWDS, LKA, SBS, FCTA, RCTA, SCBS-R, SCBS-F, i-ACC, MRCC, TPMS, HLA, DSC, G-VECTORING... leírni is sok volt.

A LED fényszórók országúti automata fényszabályozással segítik a látást éjszaka a szembejövők elvakítása nélkül. A tolatást, a ki- és beparkolás biztonságát 360 fokos kamera, első és hátsó kamera, valamint keresztirányú forgalom jelző biztosítja.

Az autó kívülről hatalmas „vas” (közel 4,8 méter hosszú), szépen, harmonikusan tervezett, noha ebben a méretben ez nem olyan könnyű, ahogy a kisebb SUV-oknál.

Amikor beülünk az autóba, egy letisztult, igényes anyagokból összerakott kellemes atmoszférájú, tágas térben találjuk magunkat. A Mazda más modelljeiben is ügyeltek az átláthatóan, logikusan és kényelmesen elérhető és kezelhető funkció kapcsolókra, itt még annál is jobban.

Kiváló hangzású Bose audio rendszer, egyszerűen kezelhető navigáció, vezeték nélküli telefontöltő és telefon tükrözés segíti a vezetést. Valamennyi fontos funkció a középkonzolon és a széles, színes kijelző érintő képernyőjéről kezelhető, míg a kikapcsolható biztonsági funkciók a kormány bal oldalánál a műszerfal alsó részén vannak. Az ülések kényelmesek, jól állíthatók, fűtés és szellőztetés van bennük. Mégis, nekem kedvencem a Head Up Display, ami azt jelenti, hogy a fontos információkat a szélvédőre vetíti a projektor, azaz a sebességet, a tempomat infókat, a közlekedési táblákat és a navigációt. Ezt a kijelzőt vezetés közben a látótérben lehet folyamatosan látni, egy pillanatra sem kell levennie a szemem az útról. A telefon kihangosító rendszer már nem számít extrának.

A belső színvilágban kapható a világos szín, ami nekem nagyon fontos, egy fekete belsőjű autóban nem érzem magam komfort-

tosan. A műszerfal teteje sötét, így nem tükröződik a szélvédőre. Az ablaktörlők, ami igen fontos biztonsági berendezés, csendben dolgoznak és alaposan.

A diesel motor EURO 6 D besorolású, és Ad Blue adalékkal segíti a károsanyag kibocsátás csökkenését. Széndioxid kibocsátása WLTP szerinti mérésben 128-130 g, ami az 5 liter/100 km átlagfogyasztásnak, vagyis egy kis és nagyon korszerű hibrid autó fogyasztásának felel meg. A gázolaj tartály 58 literes, amellyel szabályos közlekedés mellett mintegy 1000 km-t autózhatunk két teli tankolás között.

A csomagtartója hatalmas, 570 literes, ha öt személy ül benne és 1148 literesre bővíthető a hátsó ülések lehajtásával. Ami ebben nem fér el, azt nem is érdemes vinni.

Összefoglalva egy dinamikus, biztonságos, takarékos és kényelmes autót ismertem meg a Mazda CX-60 Diesel-ben.

De vajon mennyibe kerül? Ha magát az összeget nézzük, akkor sokba, 16 és 23 millió forint között van az ára négy felszereltségi csomagban: Prime-Line, Exclusive-Line, Homura és Takumi. Ehhez még lehet extra csomagokat rendelni pár százertől egy-két millió forintig. Az ár a hátsókerék hajtástól az összkerék hajtásig (ez kb. 3 millió forintot jelent) terjed.

Azonban, ha tudomásul vesszük, hogy ilyen autókat ma már ezen, vagy magasabb és sokkal magasabb áron lehet kapni és megnézzük a hasonló teljesítményű, méretű, felszereltségű, tudású autókat, akkor a CX-60 jó - sok millió forinttal kedvezőbb - vételnek számít. A másik az, hogy új fejlesztésű diesel motorral immár nem igazán van ajánlat a piacon, különösen hat hengerrel nem, ami azonban kapható, sokkal drágább és kevésbé takarékos. Csak egy kis becslés: ha az 5 liter gázolajhoz képest egy benzines SUV 9 litert fogyaszt (ami óvatos becslés) akkor évente 12 ezer kilométer futás mellett és 550 forintos átlagos üzemanyag ár mellett évente 260 ezer forint a megtakarítás. Ez azért nem rossz.

A Mazda ezzel a diesel autóval bátor lépést tett a (szerintem) helyes irányba. Aki ilyen kategóriájú és árú autót keres ne mulassza el kipróbálni! Érdemes. ■



# Isten házai Kővágóörsön, a Káli-medencében

Baloghtomi • hidrogeológus, túravezető, a kalandkönyvek írója és kiadója



**Lassan húsz éve birtoklok egy nádfedeles parasztházat a Káli-medence fővárosában, Kővágóörsön. Ahogy ez itt gyakori szokás: a kertet magas kőfalak védik és teszik hangulatossá. A kő nem a „kögyárból” érkezik, hanem a környéken pár millió éve keletkezett homokköveket faragják a mesterek és illesztik egymáshoz, ahogy a házam falai is így álltak össze egységgé, legalább két arasz szélességben.**

Sok éve, az első faluséták közben ismerkedtem a településsel és gyűjtöttem az élményeket. Illően beköszöntem a szomszédokhoz, elsősre is a sarok telekre, ahol egy nagyszakállú bácsi terelt be és kínált helyi borral, dióval és maga sütötte kenyérral.

Szembe is csöngettem, de ott már nem volt szükség a bemutatkozásra, hisz Piroskát jól ismertem (tőle vettem a házamat) és a következő években sokat neveltünk, boroztunk nála, miközben szólt a zongora, csörgedezett a környékbeli bor a poharakba és sercegett az oldalas a sütőben - mi pedig a medencében pancsoltunk.

Aztán mentem tovább, belebotlottam a tűzoltó egyesület épületébe, ahol épp rovacns volt: tekerték a tömlőket, tisztogatták a fejeket, pucolták a piros járgányt. Alatta az iskola állt, ahogy ma is, de azóta Önkormányzat lett belőle.

Végül ott álltam a domb tövében és kerestem a kis ösvényt, ami a templomokhoz vitt föl. Keletnek a mai evangélikus, tőle pár méterre a katolikus épület.



Bejutni már akkor is csak a szertartások idején lehetett, de aztán pár hónappal később megismerkedtem a környékbeli falvakat is látogató lelkésszel, akitől megkaptam a templomtorony kulcsát és így lett módom fotókat készíteni fentről, hogy aztán egyet ezek közül berakjak a készülő Káli-medence Kalandkönyvembe.

Ezekben az években Kővágóörs sokkal pezsgőbb életet élt, mint manapság. Legalább 3-4 kocsmában lehetett beszélgetni, mert okos helyeken a kocsmák nem az ivás helye, sokkal inkább egyfajta közösségi tér, ahol meg lehet vitatni a település ügyeit. A központi T elágazás éttermében is gyakorta ülték körül számosan a hosszú asztalt, köztük ismert művészek. Így történetesen, hogy egy asztalnál ültem a cseppet sem halk Cseh Tamással és másokkal. Mára már ez a világ is letűnt, odalett a beszéd, a vita, az értelmes érvek...

De az nagyszerű dolog, hogy Cseh Tamásról - egyedül a földgolyón - utcát neveztek el Kővágóörsön, ráadásul alig 50 méterre az én kis házikómtól. Az ok az, hogy ennek az utcának az egyik sarkán áll ma is a Cseh család háza.

A Cseh Tamás utcában találjuk meg a falu harmadik templomát, ahogy temetőből is három találtatik a településen. A zsinagóga kevésbé tűnik ki a környező házakból, mint a magas tornyú társai, de azért a formája és a mérete utal rá. Ha a kisboltból baktatok fölfelé, jobbról jócskán vet árnyat a fala. A zsinagóga évtizedek óta magányosan öregszik. Ez érvényes a külső és a belső állapotára és értékeire, mint a fönti karzatra és a falakra festett motívumokra is.

Jó és fontos hír, hogy az utóbbi 1-2 évben csodálatos koncertek hangja tölti be a Zsinagóga kertjét, vagyis úgy tűnik lett és lesz gazdája. A fotón egy 2022 augusztusában megtartott koncert egyik pillanata látszik a lemenő nap fényeiben.



Építése a 19. század elején történt, akkoriban itt volt a környék izraelita hitközsége, nem beszélve a törvényeket vigyázó frigyládáról, hozzá tartozott még Tapolca kisvárosa is.

A dombon álló két templom története: sokan nem értik, miért is hívják evangélikusnak az idősebb templomot. Amikor a Szent László tiszteletére - a 13. század közepén - épült templomot fölavatták, szó sem volt még reformációról, vagyis ez volt a falu egyetlen temploma, amely a török korban alaposan megrongálódott és a törökök távozását követően kicsik és nagyok: katoliku-

sok és reformátorok együtt újjátották meg a 18. század végén.

A templom belsejében van egy falrész, a déli oldalon, ahol három, jól elkülönülő rétegben látszanak az eredeti, illetve a későbbi idők maradványai. A reformáció hamar elérte ezt a térséget és a lakosság javarésze átvette Luther tanait. A vallási háború úgy folytatódott a faluban, hogy az evangélikusok, megkapták az öreg templomot, a katolikusok pedig - az egri Esterházy Károly érsek anyagi támogatásával építettek újat, ami 1802-ben került fölavatásra.

Az építés során kerültek elő kisebb viták: az új templomot túl közel kezdték építeni, ezért Mária Teréziának kellett határozatot hozni a székérfordulónyi távolság megtartása ügyében. Azóta is használatban van a Dac-templom kifejezés a faluban.

Kővágóörs gazdag kereskedő falu volt egészen a 20. század harmadáig, hozzátartozott Révfülöp és annak kikötője is. Rengeteg portéka cserélt itt gazdát: gabona, állat, bor, vermelt jég...

A három épületet bejárni elég 10-15 perc, oly közel állnak egymáshoz. Érdekes a sétát kibővíteni a falu keleti végén kerítés nélkül álló öreg temetővel és a nyugati végeken egymáshoz támaszkodó hagyományos és a zsidó temető bejárásával. Így már akár egy óra is eltelhet.

A környék falvaiban sem ritka a többféle torony és van olyan falu: Monoszló, ahol egyedül a reformátusok háza áll, ráadásul elég régóta, a szakemberek szerint, immár bő 800 éve.



A Káli-medencében látszólag szanaszét szórva apró templom/kápolna romokkal találkozhatunk, amelyek körülöttük létezett pirinyó falvakról tanúskodnak. Ezeket a területeket érdemben - tudomásom szerint - még nem kutatták szakemberek. Manapság legelőök övezik őket.

Kővágóörsnek és a környékének sok kis titka van. 6-700 éves kis templomromok a szántóföldek, legelőök és szőlők mentén, csordogáló források... ha kedved van megismerni őket, írd nekem: [kalimedence@gmail.com](mailto:kalimedence@gmail.com)

Baloghtomi - [Kalandkonyvek.hu](http://Kalandkonyvek.hu)

# Gyakorlati segítség a fogyás elősegítéséhez

Polgár Zita • fitness edző



Lassan itt a nyár, lekerülnek a mindent eltakaró ruhák. Remélhetőleg már nekiálltak hónapokkal ezelőtt edzeni és odafigyeltek az étkezésre is. A környezetemben ez így működik, de a hozzám érkező kérdések miatt elgondolkodtam itt magamban a leggyakoribb

kajálós-elméletekről és arról, amit hozzá tudok tenni minden induló életmódváltónak a tudáscsomagjához. Minden sikeres diéta egy egyszerű elven, mégpedig a termodinamika elvén alapszik (vagyis a testünkben is érvényesül az energiamegmaradás törvénye).

Röviden fogalmazva:

1. Ahhoz, hogy veszítsünk a testsúlyunkból, kalóriahiányt kell előidézni.
2. Ha a bevitt és az elfogyasztott kalória mennyisége egyenlő, akkor a testünk tömegét fenntartjuk.
3. Amennyiben a kalóriabevitel meghaladja az elégetett kalóriák mértékét, úgy hízni fogunk.

Hogyan tudhatjuk, hogy mire van szüksége a szervezetünknek?

Első lépés: Számítsuk ki a (nyugalmi állapotban fennálló) alapanyagcsere-értékünket! Kalória nélkül nincs semmi. Kalória nélkül nem működik a testünk. Több módszer is rendelkezésre áll ahhoz, hogy kiszámolhassuk a szükséges kalória mennyiségét, jelen esetben Rodler tápanyag táblázatát fogjuk segítségül hívni:

## A kalóriaigényem kiszámítása

A kalóriaigény nem és kor alapján változik. A napi alap kalóriaigény nőknél kb. 1500-1600 kcal, férfiaknál kb. 1800-1900 kcal. Ez a mennyiségű energia szükséges az alapvető életműködésekhez, úgymint légzés, emésztés, vérkeringés.

A sportolók általában napi 2500-4000 kalória energiát használnak el.

### Napi alapanyagcsere számítása (kcal / nap):

Életkor (év)	Férfiak esetében	Nők esetében
10-17	17,5 x tskg + 651	12,2 x tskg + 746
18-29	15,3 x tskg + 679	14,7 x tskg + 496
30-59	11,6 x tskg + 879	8,7 x tskg + 829
60+	13,5 x tskg + 487	10,5 x tskg + 596

tskg = testsúly kilogramm

A napi energiafelhasználás az aktivitásod mértékétől függ.

A napi alapanyagcsere mennyiséget kell megszoroznod a megfelelő számmal:

- ülő foglalkozás esetén: 1,4-gyel,
- közepes aktivitás esetén: 1,7-del,
- nagyon aktív tevékenység esetén: 2-vel.

A tápanyagokat az alábbi arányban kell beosztanod, ha követjük a szakirodalom ajánlását:

- 60 százalék szénhidrát
- 15 százalék fehérje
- 25 százalék zsír

A vízfogyasztás ajánlott mennyisége 1 liter 1000 kcal ételhez.

Ha valaki nem szeret számolgatni, különböző honlapok is rendelkezésre állnak, ahol ki lehet számítani a szükséges értékeket. Egyszerűen csak be kell írni a megfelelő helyre a kért adatot, hogy megkapjuk az ajánlott napi kalóriabevitel értékét. Azért cseppet sem árt, ha tudjuk, hogy miből áll össze ez az adat. Felhívjuk azonban a figyelmet arra, hogy ez a számítás nem tökéletes, inkább tekintsük egyfajta útmutatónak, hiszen mindenkinek másképpen működik a szervezete és figyelembe kell venni az olyan egyéni tényezőket is, mint pl. az anyagcsere sebessége. Pontosan ezért kell mindig kísérletezni, és figyelni a testünk reakcióját.

A megkapott kalóriamennyiséget 5 étkezésre osszuk el! Na már hallom, „Úristen, hogy lehet ennyit enni? Erre nekem időm sincs.”

Tisztázzunk valamit: ez nem azt jelenti, hogy napi 5 főétkezés! Egy kefir, vagy egy alma is egy étkezés és 1 perc alatt el tudod fogyasztani. A napi ötszöri (ami lehet 4 vagy 6 is naphossztól függően) étkezés azért lett kitalálva, hogy a vércukorszint és egyáltalán a tested energia-ellátottsága folyamatos, kiegyensúlyozott és egyenletes legyen. Hogy jól működjön az anyagcsere. Hogy ne legyenek eléhezések és sokkoló beza-bálások, mert átlagosan 2-3 óránként beviszel valamit. Hogy ne remegjen a kezed a szempillafestésnél. Hogy ne legyél idegbeteg a pároddal, mert öt órája volt az utolsó natúr zöldsá-láta-adagod. Hogy bírd az edzést, sőt, hogy értelme is legyen. Hogy éjjel, alvás közben ne az izmod épüljön le a lefekvéskor korgó gyomrod miatt. Persze vannak specifikus étrendek (pl. a harcosok étrendje és más időszakos böjtök), amik a rendszeres étkezéssel tökéletes ellentétben épülnek fel, de nekem inkább ez vált be és erről tudok beszámolni. Szóval kijelenthetem, hogy jó sokan vagyunk, akiknek szükséglet és működő dolog az étkezésbeli rendszeresség. Ehhez viszont tervezni, tudatosan főzni és pakolgatni, odafigyelni kell. Elsősorban Magadra, mert mindenki egy picikét máshogy van összerakva.

A napi ötszöri étkezésben gyakorlatilag minden benne van: főétkezés, gyümölcs, egyéb nass, fehérjeturmix az edzés után, kávé... hajlamosak vagyunk például a folyadékokat nem étkezések közé sorolni, ami tévedés, hacsak nem vízről vagy natúr teáról van szó. Mert ami kalóriát, energiát, tápanyagokat tartalmaz, az kaja. Mindegy, hogy leves, vagy cappuccino. Törődj a testeddel, szeresd és tisztelettel add meg neki azt a minőségi és folyamatos üzemanyag-ellátást, amit megérdemel! Kérj és fogadj el tanácsokat, olvasd és tanulmányozz módszereket,

de ha megtaláltad a Neked tetszőt, csiszolgasd picit a saját, egyéni igényeidhez és napirendedhez.

### És most következzen az edzés.

Az egyik dolog, ami mindig lenyűgöz az edzéssel kapcsolatban, az a pusztán sokféleség, amelyet az edzésrendszerek, gyakorlatok és edzésfilozófiák tekintetében tapasztalhatunk. Ami működik az egyik sportoló számára, az értelmetlennek bizonyulhat a másik számára. Bármilyen jó is a program, gyakran egyénre kell szabni, sőt, gyakran tapasztaljuk, hogy a legsikeresebb testépítők saját maguk számára előnyös edzésprogramokat dolgoztak ki vagy alkalmaztak, amik nem biztos, hogy neked megfelelőek.

### PHA tréning

Amit most nektek megmutatok, egy alternatív edzésstílus. Tökéletes választás a fogyás, szájkás izmok, és jobb fittségi szint eléréséhez. Ez pedig a PERIFÉRIÁS SZÍVMUNKA MÓD-SZER a PHA. Ha a maximális izomtömeg elérése a cél, a Peripheral Heart Action (PHA) edzés nem neked való. Vannak sokkal jobb programok, amelyek segítenek javítani ezeket a fizikai tulajdonságokat. Mint sok más trend, amely jön és megy, gyakran évtizedekkel a múltban kezdődnek, hogy visszatérjenek és ismét népszerűvé váljanak. A PHA-t az a tény tette fel a térképre, hogy a tudósok egészen a közelmúltig nem igazán tanulmányozták a PHA-tréning hatásait, amikor is számos szakértő úgy döntött, hogy megvizsgálja azt az elképzelést, hogy a PHA-tréning megfelelően helyettesítheti a nagy intenzitású intervallum edzést. A PHA egy bevált edzésrendszer, amelyet a fitnesspopuláció újra használ a szív- és érrendszeri kondicionálás javítására, az izmok állóképességének növelésére, valamint a testszír csökkentésére, javítja a tejsavtűrő képességet és nem utolsósorban nem egy unalmas edzés módszer.

A „Peripheral Heart Action” vagy PHA-tréning elnevezésű edzésforma Bob Gajdához, az 1966-os Mr. Amerika győzteshez kötődik, aki a teljesítményedzés úttörője volt és egészségügyi klinikát hozott létre Illinoisban, Chicagóban. Nos, miközben Gajda segített népszerűsíteni a PHA-képzést és valóban igen termékeny volt az 1966-os Mr. Amerikában aratott győzelme után, nem ő találta ki. A dicséret Arthur H. Steinhaust, a George Williams College amerikai fiziológiaprofesszorát illeti meg.

A PHA edzés egy intenzív, teljes testre kiterjedő köredzést jelent, kevés pihenéssel a gyakorlatok vagy körök között. Ez az edzés módszer serkentő és szinte tonizáló hatású. Hogy ez miért van? Dr. Arthur Steinhaus elmagyarázta, hogy a PHS rendszerének alapja a keringési rendszer alapos stimulálása. A PHA edzés nemcsak a sovány izomtömeg fenntartásához, hanem a zsírégetéshez is nagyszerű. Az edzés ezen formája mögött meghúzódó fő koncepció az, hogy a vér fel-le áramlását kényszerítsék a testben az összes fő izomcsoport megmunkálásával, miközben megemelkedett pulusszámot tartanak fenn. Ezt a hatást a felső és alsó test gyakorlatainak váltakozásával

érjük el – ezáltal a felsőtest izmait megdolgoztatva az alsótest izmait átmenetileg pihentetjük.

A professzor saját testsúlyos gyakorlatokat alkalmazott. Bob Gajda miután meghallgatta Dr. Steinhaust, aki elmagyarázta a PHA elméletét, felerősödött benne az érdeklődés és kezdte felismerni annak széles körű lehetőségeit. Gajda kísérletezni kezdett és rövid időn belül valóságos és kézzelfogható módon elhozta a PHA edzést konditermi gyakorlatokra. Ez egy 4-5 állomásos edzés, melynek a lényege, hogy távolos és antagonist (ellentétes) izmokat edzünk meg egymás után pihenőidő nélkül. 2-3 kört állítunk össze. Na kapaszkodj a lovaiddba, cowboy! Nézzünk egy példát rá:

#### „A” kör (saját testsúlyos)

guggolás 20-50 ismétlés  
fekvőtámasz amennyit bírsz  
kitörés lábanként 15 ismétlés  
felhomerítés 15 ismétlés

#### „B” kör (4 fő gyakorlat konditermi gépeken)

lábtolás gépen 15-20 ismétlés  
lehúzás szélesen vagy evezés gépen 15-20 ismétlés  
Román felhúzás 15-20 ismétlés  
vállból nyomás gépen vagy kézi súlyzóval 15-20 ismétlés

#### „C” kör (kiegészítő blokk)

karhajlítás rúddal vagy egykezes súlyzóval 15-20 ismétlés  
hasprés 20-30 ismétlés  
tricepsz nyújtás fej fölött, vagy tricepsz lenyomás kábellel 15-20 ismétlés  
lábemelés 15-20 ismétlés

A gyakorlatok között nincs pihenő, a körök között 1-2 perc a pihenőidő. Ha még kezdő vagy, egyszer csináld végig! Viszont, ha már edzettél eddig is, minden kört 3x végezz el! Tehát megcsinálsz az „A” kört 3x (csak a 4 gyakorlat után pihensz 1-2 perccel), majd térsz át a következő „B” körre, tégy ugyanígy, 3x végezz el, majd következik szintén 3x a „C” kör! Gajda azt javasolja, hogy figyelj a pulzusod az edzés alatt, és tartsd azt a maximum 80 százalékán (a maximum: 220-életkor)!

2015-ben egy kutatási tanulmányt tettek közzé arról, hogy a PHA edzés hogyan viszonyul a nagy intenzitású intervallum-edzés (HIIT) programhoz. 12 hét után a PHA program több területen is jobbnak bizonyult a HIIT-nél, beleértve a szisztolés vérnyomást és a felső és alsó testerőt. A HIIT edzés jobbnak bizonyult a maximális aerob kapacitás (VO2 Max) növelésében, 18,7 százalékkal a PHA edzéshez képest. Ez a fajta edzés nagyszerű módja a fogyásnak és az elhízás elleni küzdelemnek olyan embereknél, akik nem tudnak vagy nem akarnak nagy intenzitású intervallum edzést végezni. Természetesen mindenkinek ajánlom, hogy keressen fel egy személyi edzőt, ha nem tudja, hogyan kell helyesen végezni a gyakorlatokat. Ha jól csinálsz, ez a módszer varázslat a testnek. Hajrá, húzzatok bele! ■

# KEDVES ELSŐSEGÉLY- NYÚJTÓ!

Kritikus helyzetben szeretnél olyan termékekre támaszkodni, melyek megbízhatóak, nem hagynak cserben a helyszínen és innovációik révén segítenek abban, hogy te is minél hatékonyabban tudj segíteni másokon?

Szeretnéd tudni, hogy a cég, akitől vásárolsz megbízhatóan és korrektül fog támogatni szer vízzel és fogyóanyagokkal?

Pontos, gyors és megbízható információt szeretnél? Azt is szeretnéd tudni, ha valami jó, de azt is, ha valami nem megfelelő arra a célra, amire gondoltad?

## Amikor a munkánkat végezzük, azt tartjuk szem előtt, hogy mi járhat a Te fejedben.



Mi így dolgozunk már 1991 óta és ennek köszönhetően stabil, és egyik vezető partnere vagyunk a teljes magyar sürgősségi ellátásnak.

Legyen szó klinikai eszközökről vagy oktatási termékekről, ránk és az általunk képviselt élvonalbeli gyártókra hosszú távon számíthatsz.

Keress minket bátran az alábbi elérhetőségeken. Ha egyedi megoldásokra vagy termékekre lenne szükséged, melyeket nem találsz honlapunkon, mi felkutatjuk és beszerezzük neked.

 speeding

Telefon: (06) 1 214 8858  
e-mail: info@speeding.hu  
www.speeding.hu





# Benis Optika

[www.benisoptika.hu](http://www.benisoptika.hu)

3D Látásvizsgálat  
Szemüveg készítés  
Szemvizsgálat  
Kontaktlencse vizsgálat

2141 Csömör  
Gorkij fasor 2.  
Tel.: +36-28-446-649  
Mobil: +36-70-661-96-08

