

NŐK VILÁGA

AZ UNITÁRIUS NŐK ORSZÁGOS SZÖVETSÉGÉNEK LAPJA

KOLOZSVÁR
2020. NYÁR



Kiadja az



UNITÁRIUS NŐK ORSZÁGOS SZÖVETSÉGE

Levélcím:

Unitárius Nők Országos Szövetsége

400750 Kolozsvár / Cluj-Napoca OP 1, CP 24

E-posta: nokvilaga.unosz@gmail.com

Felelős szerkesztő: DIMÉNY CSILLA JÚLIA

Olvasószerkesztő: DÉNES GABRIELLA

Nyomdai előkészítés: IDEA PLUS

Borító- és lapterv: KÖNCZEY ELEMÉR

Technikai szerkesztés: NAGY ANDREA

Készült a kolozsvári IDEA Nyomdában.

Igazgató: NAGY PÉTER

ISSN 2247-1359

A lapban megjelent írások nem minden esetben tükrözik a szerkesztőség véleményét.

A Nők Világa következő száma 2020 őszén jelenik meg.

A cikkek, levelek, tudósítások beküldési határideje: 2020. szeptember 10.

tartalom

ISTEN FELÉ

Moldován-Szeredai Noémi: Nyári elmélkedés 4

OLVASNIVALÓ

Farkas Orsolya: Hörcsög vagy őz? 5

TESTI-LELKI EGÉSZSÉGÜNK

Andorkó Orsolya M.: Restségre nincs mentség –
avagy miként hat ránk a mozgás? 8

EZEK VAGYUNK MI

Chehadé-Boér Judit: Gondolatok Trianon kapcsán 11

Adorjáni Gyöngyvér: Színpadi sikerek 15

MÚLTIDÉZŐ

Megélt történelem. Közzétette: Asztalos Klára 17

Aciu Ilona: Júlia emlékére 26

ÜGYES KEZEK

Bíró Sára: Öltöztessük új ruhába virágcserepeinket! 29

VERSAJÁNDÉK

Ürmösi Károlyné Kántor Gizella: Könny 32

FŐZŐCSKE

Kedei Ibolya: Bibliai sütemény 33

Egyben sült nyúlgerinc 35



Moldován-Szeredai Noémi

Nyári elmélkedés

Kipattan a szemem, s körbenézek szobámban, meglátva a hajnal világosságát, megnézem telefonomon az időt, s látom, hogy negyed óram van még az ébresztő megszólalásáig. Kiugrok az ágyból, kinyitom az ablakot, hálóruhámra felveszem férjem egyik ingét, s kisietek az udvarra, oda, ahol a legszebb és legdúsabb a fű. Mezítláb kezdek járni körbe-körbe, nagy lélegzetvételekkel, s tudatosan fordítom érzéseimet és gondolataimat Isten és bensőm, lelkem felé. A lélegzetvétel tudatos lélek-zet-vétellé válik, ahogy a külső körülményektől lassan elszakadok. Érzem, lábamon a harmatos fű hidegét, tudom, hogy a korán kelő szomszéd megláthat, sőt, férjem kaján megjegyzését is hallani vélem, de ezek a gondolatok mind továtűnnek, ahogy átadom magam a jelen pillanatnak. Érzem, ahogy testem megtelik energiával, életerővel, frissességgel a kezdeti hidegérzet átalakul bizsergető melegséggé és erővé. Lelkem lerázza magáról a korán kelés nyűgét, s átadja magát a természet, az anyaföld, a föld és ég csodájának, a LÉTEZÉSNEK. Hálát adok a jelen percért, s boldog vagyok, mert élek, s ezt az életet élem, most, ezekkel az emberekkel körülvéve, ebben a történelmi időben. Hálát adok, hogy nő vagyok, s megélhetem a nőiség ajándékát, szépségeit egy olyan társadalomban, ahol ki tudok bontakozni, terveim, álmaim meg tudnak valósulni. Hálás vagyok az érzésért, hogy 49 évesen fiatalnak érzem magam, hogy életemben a munka, a dolog, a hobbi, a szenvedély egybeolvad és teljes egész. Hálás vagyok szeretteimért s mint ismétlődő mantrát mondom el, vigyázz, Istenem, szeretteimre, vonj köréjük szeretetburkot az ártó, gonosz gondolatok és szándékok ellen. A természet, az isteni lét, az engem körülvevő tapasztalati világ egybeolvad lelkem mélyén, s mosollyal ajkamon és szívemben megyek be a házba, hogy folytassam napom.

olvasnivaló

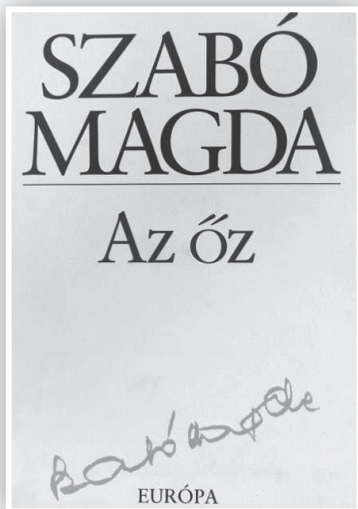
Farkas Orsolya

Hörcsög vagy őz?

Mielőtt bárki úgy gondolná, hogy valamiféle állatok közti összehasonlításra kerül sor az alábbiakban, talán illő, hogy eloszlassam az aggodalmat már csak azért is, mert az jóval egyszerűbb lenne, mint Szabó Magda alkotásáról, *Az őzről* írni. Amennyiben e sorok olvasója is elkövette azt végzetes hibát, hogy Szabó Magda nevét az *Abigél* elolvasása után rögtön elfelejtette és száműzte, ez a mostani könyvajánló pont neki szól, e sorok írója ugyanis hasonlóképpen beleesett ebbe a csapdába.

Talán már most, az elején tisztázzuk, hogy ennek a regénynek az elolvasása kockázatokkal jár, és egyáltalán nem veszélytelen, ugyanis nem hiszem, hogy lenne olyan ember, aki a regény befejezése után ugyanaz maradna, mint előtte. Egyfajta szembenézésre, önmagunk iránti kritikára késztet, és olyan kérdéseket fogalmaztat meg újra velünk, amikről azt hittük, már egyáltalán nem foglalkoztatnak bennünket. Nem az a fajta regény ez, amit könnyed mosollyal az arcán az ember visszarak a polcra, aztán megy, és vidáman dalolászva megsüt egy adag meggyes pitét, ez olyasfajta regény, amit az ember az utolsó oldal után ott tart a kezében még hosszú ideig, súlyát sokkal nehezebbnek érzi, és a semmibe bámulva főz magának egy kávé, s azon gondolkodik, vajon lehetséges az, hogy Szabó Magda ismerte őt, az olvasót, mielőtt még egyáltalán e világra jött volna?

Szabó Magdának irodalomtörténeti szempontból az egyik legjelentősebb műve *Az őz*, ami életművében egy korszak kezdetét jelentette. Ettől a pillanattól vált elismert és kedvelt íróvá, ugyanis a visszavont Baumgarten-díj után azt a „büntetést” kapta, hogy 1958-ig nem pub-



likálhatott, s e regény 1959-ben látott napvilágot, amelyet negyvenkét nyelvre fordítottak le, ezáltal széles körben ismertté téve őt.

Az őz egyetlen hatalmas belső monológ, vallomás. Cselekménye az ötvenes évek elején játszódik, igen rövid idő alatt. Az egyes szám első személyben elhangzó vallomás sodrásában szabadon árad a múlt, kibontakozik a főhős egész élete, szerelme és gyűlölködései. Encsy Eszter, a lecsúszott középosztálybeli család lánya ádázul gyűlöli és irigylí barátnőjét, Angélát, aki a család gazdag, úri ágából származik, s akivel élete szorosán összefonódik. Eszter a szegények világához tartozik, de konfliktusai az

úri középosztály világán belül zajlanak. Acsarkodásait, haragját a kisebbrendűségi érzés mozgatja, s ezen akkor sem tud felülkerekedni, mikor a háború után ünnepele, híres színésznő lesz, rögeszméje ugyanaz marad. Eszter nyíltan, köntörfalazás nélkül ad számot életéről, érzéseiről gondolatairól, néha annyira nyers közönségességgel, hogy még az olvasó számára is ellehetetleníti a hozzá való kötődést. A paradoxon azonban ebben van: hiszen egy olyan nő igaz vallomását olvashatjuk itt, akinek lételeme az elhallgatás és a hazugság. Ezért is bír nagy hatással a mű, mert azt sugallja, hogy eddig feltáratlan titkoknak lehetünk részesei.

Empatikus olvasóként megrázó alkotás. Nem is csak a nélkülöző, szenvedéssel teli, szülői szeretettől mentes gyerekkor miatt vagy a tragédia folytán, mely kiszámítható módon a bekövetkezik végkifejletben. Olyan túláradó gyűlölet bújik meg a könyv lapjain, mely már-már sok lehet egy érzékeny olvasónak. Egyszerre elfogyasztva a könyvet, talán túlzónak is tűnhet a negatív érzelmek ilyen szintű megjelenítése. Viszont ezáltal tudja hitelesen visszaadni a mű, hogy milyen lehet ennyi utálattal együtt élni, mindent magunkba fojtani, minden rosszat egy bizonyos személlyel kapcsolatban, csak hozzá viszonyítva megélni. A lélek gyötrelmeinek bemutatását Szabó Magda nagy pontossággal ki-munkálta, bemutatva, hogy az effajta érzések hogyan válhatnak ki akár egy gombfelvarrásból is nagy következményeket...

Talán most már érzékelhető, hogy e könyvajánló címe kire vagy kire utal. Angéla az imádott, széltől is óvott gyermek, akinek minden szeszélye és óhaja teljesítve van, aki rendkívül népszerű az osztálytársai körében, s olyan ösztönösen ragaszkodott Eszterhez, milyen ösztönösen utálta az őt. Angéla tulajdonképpen az őz, akire a könyv címe is utal, a tiszta, ártatlan teremtmény, aki ugyanúgy nem fél Esztertől, mint a kárából kiengedett állat, akinek a halálát ugyancsak az irigységtől vezérelt lány okozta. Encsy Eszter pedig a hörcsög, aki annyira megszokta a nélkülözést, hogy amikor hirtelen pénze lesz, mind elraktározza, eldugja különböző helyekre. Irtózik a pazarlástól, a költekezéstől, pontosan olyan szenvedéllyel rejtegeti, mint az őszinteséget, a valódi érzelmeit vagy a valódi arcát. De, hogy ki nevezi Eszter hörcsögnek, hogy kinek vall a belső monológjában? Hogy Esztert és Angélát ki köti végül örökre össze? Ez az az információ, amit megtartok magamnak. Nem önzésből, hanem ösztönzésből.

Mindannyian kicsit Encsy Eszterek vagyunk, miközben bőszen bizonyítjuk, hogy Angélák vagyunk. Mindenki Angéla. Nem. Ez a regény nekem arról szól, hogy mindenki ott lappang Eszter, az önsorsrontó figura, a kiüresedésünk, a haragunk, a mindig másokra mutogatásunk. Pusztítunk és dühöngünk, pedig csak szeretni akarunk.

Főzzenek egy jó kávét, és engedjék, hogy Szabó Magda megváltoztassa az önmagukhoz és másokhoz való viszonyukat.

*Húsz év múlva sokkal jobban
fogod sajnálni azokat a dolgokat,
amiket nem csináltál meg,
mint azokat, amiket igen.*

Mark Twain



testi-lelki egészségünk

Andorkó Orsolya M.

Restsége nincs mentség – avagy miként hat ránk a mozgás?

A többé-kevésbé egészségtudatos életünkben kiemelt szerepe van a rendszeres testmozgásnak. A gyakorlatban azonban szinte mindig akad valami, hogy ebben megakadályozzon.

A testmozgás nem feltétlenül csak a versenysportot jelenti – hosszú távon a versenysport káros lehet, mert a centiméterek, századmásodpercek hajszolása a test egyértelmű fizikai fáradtsága és a pszichés stressz nem az egészség barátja. Az élsportolók visszavonulás után néhány évvel sajnos ugyanolyan szív-ér rendszeri és mozgásszervi megbetegedési aránnyal rendelkeznek, mint a nem sportolók. Ez hangsúlyosabb akkor, ha a (volt) sportoló ugyanannyit eszik, mint aktív korában, amitől menthetetlenül elhízik, illetve a dohányzás és az alkoholfogyasztás is rásegít erre.

Az egészségesnek tartott mozgás nem túl megerőltető (ahogy edzettebbek leszünk, többet fogunk elbírní), rendszeres, akár napi vagy heti három-négy alkalmat jelent. Lényeges szempont, hogy szeressük is a választott mozgásformát. Ez lehet hosszú séta, kocogás, túrázás, úszás, torna, jóga, futball, kerti munka, lovaglás, súlyozás, sízés, tehát gyakorlatilag bármi. A rendszeresség lényeges, ugyanis a több napon át tartó inaktivitás már „lenullázza” az állóképességünket.

Annak ellenére, hogy nem lehet receptre írni, a mozgás gyógyszer. Sajnos pénzzel sem lehet kiváltani. De mindenki számára hozzáférhető, csak akarat kérdése. Nyilván előnyben vannak azok, akiknek a



mozgás, a testi munka létszükséglet (pl. állatok gondozása és a kerti munkálatok).

Már a napi harminc perc tempósabb gyaloglás (ami kb. öt-hat km/óra sebességű) hosszú távon igen kifizetődő befektetés. Javítja a szervezet oxigénellátását, ezáltal energikusabbá tesz, segít a szellemi frissesség megőrzésében: séta alatt az agy oxigénellátása is növekszik. Még egy pluszok a rendszeres sétára: az oxigéndúsabb vér a bőrt és a kötőszöveteket is erősíti. Magyarán szólva: öregedésgátló hatású. Már fél óra séta után észrevevesszük, de lehet, a szomszéd is, hogy jobb színben vagyunk.

A tempós séta kiváló a visszerek megelőzésére, de a már meglévő állapotát is javíthatja. Az érszűkületes betegeknek is kötelező a napi séta, akár többször is. A séta élettani hatásait tekintve nem meglepő, hogy esetünkben a fájdalommentesen megtett járástávolság fokozatosan nő. Ennek az a magyarázata, hogy az izmoknak megnövekedik a „kereslete” a vérellátásra, ami elindítja az ún. kollaterális erek megjelenését. Tehát a séta nem „pucol ki” az ereket, mint azt sokan hiszik, hanem ezen kis új hajszálerek megjelenése javít a betegek állapotán. Emellett legtöbbször a gyógyszerek és a dohányzás elhagyása is szükséges.

A rendszeres testmozgás kedvezően befolyásolja az anyagcsere-paramétereinket: az izmok működése „elégeti” a fölösleges glükózt, de sokszor a zsírsavakat is felhasználja az izomszövet. Tudni kell azt, hogy az izmoknak is megvan a maguk kis cukorraktára, a glikogén. Ez vészhelyzet esetén jól jön. De ha túlkínálat van energetikai szempontból, akkor a fölösleges cukor

sajnos nem vész el, hanem zsírpárnákká alakul. Egyszerűbben: ha fölös kalóriát viszünk be pl. nassolással, édességek vagy zsíros ételek fogyasztásával, ez zsírrá fog alakulni. Ezért az optimális testsúly megőrzésének feltétele a mozgás. Lehetőleg minden nap. Ne kövessük el azt a hibát, hogy egy jó kiadós séta után kifosztjuk a kamrát, mert „úgyis ledolgoztam”. Példaként álljon egy konkrét számadat: egy tábla tejszokoládé (100 g) energiatartalma kb. 500 kilokalória, és ennek elégetéséért tíz kilométert kellene gyalogni vagy ötven percet futni, netalán negyven perc mellúszásra leugrani az uszodába, de három óra ablakpucolás is megteszi. Ezek ismeretében lehet, hogy mégsem jó ötlet bevágni egy tábla csokit, inkább együk meg egy hétre beosztva.

Egy kiadós, zsírdús étkezés után meredeken megemelkedik a trigliceridszint, valamint a vérben a gyulladásos faktorok szintje is, ami érelmeszesedést okoz. Ezt kutatások támasztják alá, hogy az étkezés utáni séta jelentős mértékben csökkenti a trigliceridszintet. Lehet, a kiadós ebéd után sziesztázni volna kedvünk, de jobban járunk, ha sétálunk, vagy a kertben dolgozunk. A felnőttkori, ún. 2-es típusú cukorbetegségben a rendszeres testmozgás gyógyszer: csökkenti az inzulinrezisztenciát, így javulnak a vércukorértékek, csökken a trigliceridszint, és ami a legfontosabb, a testsúlycsökkenést is elősegíti.

A nem alkoholos eredetű zsírmáj is szoros összefüggést mutat az inzulinrezisztenciával, magas vérnyomással meg mozgásszegény életmóddal. A zsírmáj már fiatal korban kialakulhat, és nem mindig társul elhízással. Lévén, hogy a testmozgás elősegíti a vérzsírok csökkenését (a trigliceridszint gyakorlatilag az elfogyasztott táplálék zsírtartalmával arányos), a zsírmáj kezelésében a testmozgás is alapvető, sokszor egyetlen módja. Természetesen az alkoholos zsírmáj esetén másak a kezelési elvek.

A rendszeres testmozgás erősíti a csontokat is, ezért amennyiben lehet, a napi sétánkat napos időre ütemezzük, természetesen ügyelve, hogy ne a déli órákban. Sokan nem is tudják, de a téli napsütés is kedvez a D-vitamin-szint fenntartásnak, nem csak a bikiniszezon! A bőrtípusunknak megfelelő fényvédelmet alkalmazzuk minden évszakban.

A magas vérnyomásban szenvedők is részesülnek a testmozgás kedvező hatásaiból: mivel munkavégzéskor az izmokba áramlik a vér, csökken a nagy erekben a nyomás. Számolhatunk 7-10 Hgmm-es csökkenéssel az első érték esetén (szisztolés vérnyomás). Kisebb mértékben, de a második érték is csökken (a „per”). A napi rendszeres séta akár azt is lehetővé teszi, hogy a gyógyszerek adagját csökkentjük, esetleg el is hagyjuk. Ezt mindenképpen a kezelőorvos döntheti el.

Mindezek ismeretében már nyilvánvaló, hogy az egészségünk megőrzéséhez mi is aktívan hozzájárulhatunk.

ezek vagyunk mi

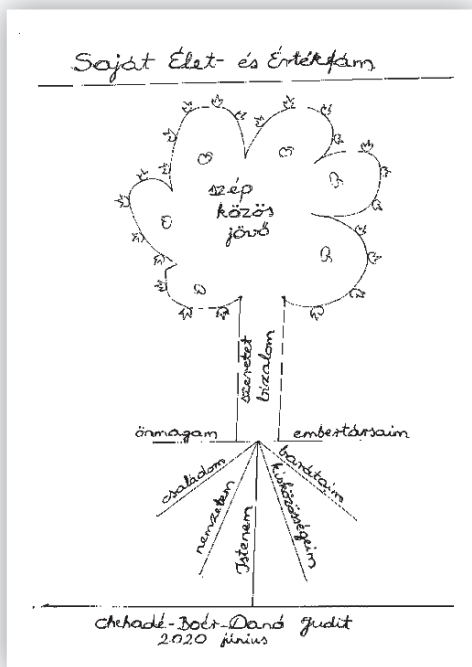
Chehadé-Boér Judit

Gondolatok Trianon kapcsán

Kedves Önképzőkörösök és Barátaink!

Mai témánkat a Trianonban száz évvel ezelőtt aláírt, a legtöbb magyar ember által igazságtalannak, sőt jogtalanul tartott békeszerződés (-diktátum?) inspirálta. A magyar történelem nem szűkölködik tragikus fejezetekben, de egyik sem váltott ki olyan heves és mai napig tartó reakciókat mint ez az esemény. Talán azért is, mert sokáig nem lehetett róla nyíltan és őszintén beszélni. Hamu alá rejtett parázként izzott, és ha nem hallgatták el, akkor mindenféle mendemondát terjesztettek róla. Mióta viszont megszűnt tabutéma lenni, annyi egymással homlok-egyenest ellenkező véleményt hallani, hogy ember legyen a talpán, aki kiigazodik közöttük. Ebben a centenáriumi évben különösen megsza-
porodtak az ellentmondást nem tűrő, gyakran minden alapot nélkülöző „szakértői” nyilatkozatok. Nem feladatunk eldönteni, kinek van igaza, elég, ha mi is kibeszéljük magunkból, ami Trianon kapcsán a szívünket nyomja. Utána könnyebb lesz elfogadni azt, amit megváltoztatni ugyan nem tudunk, de feldolgozni és erőforrássá nemesíteni igen. Bizonyára mindnyájunknak vannak kapcsolódó családi, iskolai, helytörténeti emlékei, olvasmányélményei, amelyeket most felidézhetünk és megoszthatunk egymással.

Ami engem illet, először a történelem érettségi vizsgán tette fel nekem váratlanul a kérdést a bizottság elnöke: mit gondol az első világháborút lezáró trianoni szerződésről? Amire én kapásból azt válaszoltam: igazságtalan volt. Ő pedig meglepődötten bólintott. Történt ez 1965-ben, a Kádár-rendszer kellős közepén, amikor a hivatalos álláspont ennek pontosan az ellenkezője volt. Ez gyújtotta a fejemben az első fényt a tekintetben, hogy



magyarázatok helyett inkább a tényekre figyeljek. Azóta meglátogattam Trianont, sokat olvastam, elmélkedtem róla, és fokozatosan kialakult bennem egy tényeken és felismeréseken alapuló kép vele kapcsolatosan. Tudom és megértem, hogy mások esetleg az enyémtől eltérő képet őriznek magukban erről. Ha ezt esetleg el is mondanák, több oldalról vizsgálhatnánk ugyanazt a dolgot, ami csak javunkra válna.

Amiről szintén hasznos lenne eszmét cserélnünk, az a trianoni veszteséghez kötött nemzetfogalom. Önképző-körünk tagjai 2016-ban már megosztották egymással, amit erről tudtak és gondoltak. Ennek eredményét tartalmazza a 2017-ben megjelent nőegyleti

kiadványunk, a *Flóra-füzetek* értékeinknek szentelt 3. száma. Abban a nemzetet lakóhelyhez (szülőhely, otthon, haza) kötődő, nem feltétlenül „egy vérből való” egyedek, értékközösségeként határoztuk meg. Szó volt még hazaszeretetről, nemzeti jogokról és kötelezettségekről, Bálint Benczédi Ferenc püspökünk ünnepi beszédének felidézésével. Szerintem a nemzet közösségi és egyéni identitásunk egyik fontos, de nem egyetlen gyökere. A saját megtartó gyökereim sematikus ábrázolása megvilágítja számomra, milyen kötődéseimet szükséges folyamatos táplálással életben tartanom ahhoz, hogy a fájdalmas múltra emlékezve, a tanulságokat levonva, a szeretet és a bizalom érhálójátán keresztül szép, virágos, gyümölcsöző közös jövőt építhessek egyénként, de másokkal is együttműködve. Ha kedvet kaptatok hasonló, saját gyökereiteket bemutató ábra elkészítéséhez, csináljátok meg, és küldjétek el nekem/nekünk.

Végül szeretnék figyelemetekbe ajánlani néhány elolvasni, meghallgatni, megnézni valót, amelyek az ideai nemzeti összetartozás évének alkalmából születtek:

1. *Hazám, hazám.* Népdalfeldolgozás a Csík Zenekar és barátai előadásában

(<https://www.facebook.com/nemzetiunnepek/videos/602942800344661>)

2. *Hitek és tévhitek között.* Murádin János Kristóf erdélyi történész, egyetemi oktató higgadt háttérelmzése

(<https://www.facebook.com/notes/magyar-unit%C3%A1rius-egy%C3%A1l-z/hitek-%C3%A9s-t%C3%A9vhitek-k%C3%B6z%C3%B6tt-t%C3%ADz-t%C3%A9ny-trianonr%C3%B3l/3848046975237391/>)

3. Az unitárius öntudatról írt 1943-ban vitéz dr. Nyiredi Gézáné, aki többek között méltatja Perczelné Kozma Flóra Trianon utáni tevékenységét

(http://epa.oszk.hu/02100/02175/00589/pdf/Unitarius_Kozlony_1943_08.pdf)

4. Léta Sándor lelkészünk írása a *Napút* folyóiratban: „mindenkit megtartani, vagy visszahozni magyarnak, és öntudatosítani unitáriusnak”. Gondolatmenete kapcsolódik Perczelné Kozma Flóra kijelentéséhez, miszerint a többi felekezetre is nyitott, befogadó, szabadon gondolkodó unitarizmusnak volt egy „ősi magyar” (székely?) előképe. A *Napútnak* ez a száma (2020/1) egyébként igen sok érdekes cikket, verset, tanulmányt tartalmaz a magyarság önazonosságára vonatkozóan. (<http://www.naputonline.hu/2020/04/15/leta-sandor-a-hit-utja-istentol-a-magyarsagaban-kitarto-emberig/>)

5. Emlék-istentiszteletek június 4-én:
Budapesten

(<https://mediaklikk.hu/video/trianon-100-emlekezo-istentisztelet-a-budapesti-nagy-ignac-utcai-unitarius-templombol/?fbclid=IwAR3hUPsK3NntgFr2hMc-XRbT9MMETo5k4aKOipWVqIPWlqIp7-UvA3sZCZHg>)

Kolozsvárt

(<https://www.facebook.com/magyarunitariusegyhaz/videos/573465270214811>)

6. Trianon Múzeum Várpalota:
(<https://www.youtube.com/watch?v=TFg2yZQG3J0>)

7. Vujity Tvrtko összeállítása
(https://www.youtube.com/watch?v=LIeD-iE_QJk)

A saját érzéseimet pedig leginkább az alábbi versben tudtam kifejezni:

Trianon, dobogó mágnes

Csak azt veszítjük el végleg,
hitet, hazát, emberséget,
amit földadott a lélek.
Márai, Hamvas, ha érted.

Az otthon, mondja Tamási,
több mint földdarab, Kazinczy
nyelvet művel, így nemzeti,
Zrínyi úgy, hogy a hont menti.

Megérdemeltük? Jogos? Igazságtalan?
Háborgás, önostorozás mind hasztalan.
Bűnbakkeresés, mutogatás egymásra
megannyi izzó, fortyogó lávakatlan.

De míg él magyar, s áll Buda még,
Muhi, Mohács, Segesvár, Majtény
után, Trianon is elkísér.
Összetart dobogó mágnesként
távoli szegleteket,
vitázó nézeteket,
széthúzó egyedeket:
Vigalomban, gyászban egy egész,
jövőhitű nemzetet.

Budapest, 2020. június 10.

(A szerző, aki a budapesti Bartók Béla Egyházközség önképzőköri programfelelőse, szeretettel várja az Olvasók visszajelzéseit a chehade@t-online.hu címen.)

Adorjáni Gyöngyvér

Színpadi sikerek

Lehet, a kedves Olvasó kissé meglepődik a címet olvasva. Igen, hisz ebben az időszakban hogy is lehet színpadi sikerekről beszélni? Most, amikor mindenütt a csend és félelem uralkodik, akkor színpadi sikerekről írok?! Igen, éppen azért adtam ezt a címet, hogy ezt a különös csendet ezzel a témával megtörjem.

„...valahol mintha valami nyílna virága csönd álom a szirma” – írja Kányádi Sándor soraiban a csendről. De ezt a csendet hadd törjük meg egy pillanatra az emlékezéssel, egy pillanatra menjünk vissza, amikor még együtt, közösen készültünk színpadi előadásra. Először, mikor a szentkirályi asszonyok megkértek, segítsék egy három évvel ezelőtt előadott kis darab, vígjáték felelevenítésére. Lehetetlennek véltem. Az idő túl rövid volt ahhoz, hogy újra ismételgessük, színpadra vihessük. Bocsánat, ha kissé hosszásra nyújtánám gondolataimat, mert elhatároztam nem írok beszámolót. Különben is január végi esemény mit keres itt, a nyári számban? Nem tévesztettem el, mert most ebben a járványidőszakban, amikor mindenütt csend és félelem van, szükség van visszapörgetni az emlékfüzetet. Az emberek legnagyobb ellenségnek a félelmet tekintik. Félelem rejlik a kudarc, halál, betegség mögött. Pont most, ebben a járványidőszakban is így vagyunk. Tisztes távolságtartás, rettegés: vajon mit hoz a holnap, vajon mikor lesz vége az elzárkózásnak?

Akkor hadd meséljem tovább, hogy is jutottak a szentkirályi asszonyok színpadi sikerekhez. Felvállalták, hogy téli időszakban egy pár próbával színpadra állnak *Azok a szép napok* című humoros kis darabbal. Február végén sikerült színpadra vinni a jelenetet. Ami nagyon fontos: az illyefalvi kultúrotthonba adták elő, vagyis a szomszédos faluban. Igyekeztem minden segítséget megadni, hogy most már az én falumba jönnék, legyen siker. Azért nevezem az én falumnak Illyefalvát, mert három éve már, hogy itt vettünk házat, itt éljük a nyugdíjas éveinket. Bevallom, drukoltam, féltem, vajon eljönnek-e az előadásra, vajon lesznek-e egy páran legalább. És öröömre a kultúrotthon tele volt. Siker volt, taps volt. Boldog voltam. Megköszöntem az asszonyoknak, és most újra köszönöm, hogy annyi idő után elővették, ismételték azt, amit va-

lamikor együtt, közösen tanultunk, azt, aminek a szerzője jómagam voltam.

Milyen jó most, járvány alatt megtörni a csendet, a félelmet elkergetni, hadd emlékezzünk együtt, közösen reménykedve, hogy ősszel, vagy mondjuk úgy, inkább a járvány elvonulásával, újra tanulunk valamit, valamit, ami újabb sikert fog hozni.

„Félsz? Fogd kézen a félelmedet, és vele együtt haladj tovább. Csak az a fontos, hogy ne állj meg. Egy idő után észreveszed, hogy a félelem, amely eddig kísért, már nincs ott, a kezed szabaddá vált, és így lehetsz önmagad.” Ezekkel az ismeretlen szerző által megfogalmazott gondolatokkal zárom soraimat abban a reményben, hogy még lesznek színvonalas sikerek, ha elmúlik a járvány.

*Tisztelni kell minden emberben
az embert, mégha nem is azt, aki,
hanem azt, akinek lennie kellene.*

Henri Frederic Amiel



múltidéző

Megélt történelem

Az 1867. évi kiegyezés után mintegy ötven éven át az első világháborúig terjedő időszakban Magyarország mint az Osztrák–Magyar Monarchia tagja nagy fejlődésnek indult. Fejlődött az ipar, a tudományok, az oktatás, a kultúra, épültek, szépültek a városok. Mindez kihatott a középosztálybeli polgári családok életére is. A trianoni centenárium évében a magyarországi és a trianoni határok által elcsatolt területek magyarajkú lakói mindenütt megemlékeztek a nemzeti tragédiáról és annak következményeiről.

Nagyananyám, Mikó Lőrincné szül. Zsakó Aranka sokat mesélt nekünk azokról a szép békeidőkről. Hogy milyen volt akkor egy magyar polgári család élete, azt megtudhatjuk az alább olvasható beszámoló-ból, amelyet Budapesten élő unokatestvérem, dr. Csorba Zoltánné szül. Váry Katalin jegyzett le közös dédanyánkról, Zsakó Istvánné szül. Székely Terézről. (Közzéteszi Asztalos Klára)

Dédanyám, Zsakó Istvánné Székely Teréz (1851–1920)

Éppen száz év előtti, 1920 augusztusából való a gyászjelentő, amely hírül adta, hogy Zsakó Istvánné Székely Teréz életének 69., boldog házasságának 44. évében elhunyt. „Az önzetlenségnek, a fáradhatatlan szorgalomnak és meleg szeretetnek egyik legjellemzőbb képviselője távozott el vele az élők sorából. Halhatatlan lelke közöttünk marad, kik követjük és áldjuk emlékét.” A gyászoló család: férje, hét gyermeke, hat unokája, négy menyee és veje, testvére és unokatestvére a szív legmé-

lyebb fájdalomával tudatták, hogy elveszítették a forrón szeretett hitvest, a jó édesanyát, nagyanyát, anyóst, testvért és rokont.

Gyermekek Verespatakon

Dédnagyanyám, Zsakó Istvánné Székely Teréz 1851-ben született Verespatakon, aranyosrákosi és ótordai Székely Jakab és telekesi Ebergényi Júlia lánya volt.

Lánya, Zsakó Aranka írja: „Gyermekkora a szabadságharc utáni elnyomás idejére esett. Mint legelső emlékét említette, hogy édesanyja ölében ült, többen összegyűltek náluk, és nótáztak, amikor egy nagydarab német katona berontott, és megtiltotta a magyar éneklést. Ebből ered németgyűlölete. Mikor szülei egy német vidéken lakó rokon gyermeket hoztak oda játszótársnak, anyám addig püfölte, amíg haza nem küldték nagyszülőim.

Ugyancsak akkoriban járt a házukhoz Avram Iancu, ki az 1848-as események után megzavarodva bolyongott a havasok között. Éjjeli szállást kért, de nem fogadott el vetett ágyat, csak a konyhapadkán nyugodott le, de nem mulasztotta el megkérdezni: »Ugye nem voltam olyan rossz 1848-ban?« Reggelre azután rendesen búcsú nélkül eltűnt.

Anyám ilyen rendkívüli időkben nőtt fel.”

Mélyen vallásos nevelést kapott. Unitáriusnak keresztelték az apja után, anyja református volt. Nagyapja, apja és unokatestvérei voltak az unitárius templom építői, nevüket a templom falán emléktábla őrzi.

Körülbelül tizenöt éves lehetett, amikor szülei Kolozsvárra küldték magániskolába. Mikor hazakerült, más verespataki leányokat, akik nem jutottak el Kolozsvárra, megtanított egy s másra, aminek a háztartás körében hasznát vehették, főként varrásra, horgolásra, kötésre.

Nagyon dolgos, szorgalmas volt, ez sokaknak feltűnt. Emlegették, hogy hajnalban, amikor a férfiak vadászni mentek, ő már ott ült az ablaknál kis kézimunka-asztalkájára hajolva. Nagyon szeretett olvasni, és mivel sokat olvasott, sokat is kötött, mert olvasás közben kötött, olyan gyakorlata volt ebben.

Szerette a társaságot, a vakációra hazatérő diákokkal műkedvelő előadásokat tartottak, a csürről elcsent deszkákból színpadot készítettek. Az előadott darabokra sokáig emlékeztek, Verespatak „aranyifjúságával” együtt később is hosszabb részleteket tudtak idézni olyan darabokból, mint *Marcipán hercegnő és Jégcukor királyfi* vagy Vörösmarty Mihály *Marót bánja*.

Esküvő és az első családi otthon Gyulafehérváron

1877. április 26-án ment férjhez, ez fél évvel azután történt, hogy rajongásig szeretett édesapja meghalt. Esküvője csendben folyt le. Torockóról eljöttek Verespatakra az esküvőre a férje szülei, Zsakó István és Lengyel Sára, mindketten szép ősi torockói viseletben vettek részt az esküvőn.

Az esküvő után Gyulafehérvárra mentek, ahol a családfő törvényszéki bíró volt. Édesanyja mindvégig a családdal maradt, jóval fiatalabb testvéröccse is, amíg kijárta iskoláit, velük lakott.

Kilenc gyermeke született, közülük kettő torokgyíkban meghalt hat-, illetve négyéves korában. A kilenc gyermek: Andor, Ilonka, István, Jenő, Sarolta, Lenke, Aranka, Gyula és Zoltán.

Zsakó Aranka írja: „Én anyámnak hetedik gyermeke voltam, még gyermekágyban feküdt, mikor a mayerlingi tragédia (Rudolf Habsburg trónörökös 1889-es öngyilkossága – szerk. megj.) történt, s a látogatói úgy felizgatták a hírekkel, hogy az orvos eltiltotta a látogatásokat...

Számos gyermeke mellett még társadalmi kötelezettségeinek, mint törvényszéki elnök felesége is eleget tett Gyulafehérváron, ebben a nagy katolikus központban, Lónhart püspök idejében unitárius volta ellenére is őt választották meg a Vöröskereszt Egylet elnökének.”

A sok gyermek mellett mindig volt a háznál egy-két rokon gyermek is, akikkel együtt nőttek fel, és a házitanítók is családtagként voltak velük.

A gyermekeket több nyelvre tanították. Alkalmazottaikat is eszerint tartották: székely lány, román lány, szász leány és a süketnéma lány. Ezt a szülők azért tették, hogy mint mondták: „itt háromféle nép él, azok kell egymás nyelvét beszéljék”.

„Munkabírása óriási volt. A nagy személyzet ellenére részt vett minden munkában, már reggel ötkor felkelt, és este tíz-tizenegyig folyton munkálkodott. Télen – mintha még most is hallanám – felkelt éjjel, és szép csendesen végigjárta a szobákat, megrakta a kemencéket fával, később meg lezárta azokat, hogy reggel, amikor gyermekei felébrednek, ne fázzanak. Este azonban az ebédlőasztal mellett ült, és egy nagy mosdótál meleg vízben a fáradt lábait áztatta, miközben olvasta az *Új Időket*, a *Háztartást*, a *Divat Szalont* vagy az *Unitárius Közlönyt*. Ezek a lapok mind jártak neki. Máskor meg a kopott fekete kötésű imakönyvéből olvasva imádkozott. [...]



Ebéd után szokás volt az asztalnál maradni és diskurálni. Ilyenkor az volt a boldog, aki foghatta a kis székét, és anyám mellé ülhetett. Kétfelől ültünk melléje, s a karjába kapaszkodtunk... Ilyenkor szeretett beszélgetni sok mindenről, régi dolgokról, elmúlt emberekről, olvasmányairól.”

Kolozsvár

1892-ben költöztek Gyulafehérvárról Kolozsvárra, mert a családfőt kinevezték a kolozsvári királyi ítélőtáblához. Zsakó Istvánné a hét gyermeke nevelésén kívül itt is részt vett a jótékony egyletek munkájában, különösen az unitárius Dávid Ferenc Egyletben volt buzgó tag.

A szülők gondoskodtak arról is, hogy a gyermekek olvasmányai menél inkább szolgálják lelki épülésüket. Az iskolák könyvtáraiból időnként kivett és a családi könyvtárban meglévő könyveken kívül minden családtagnak megvolt a maga állandó külön olvasnivalója, újságja. Zsnére is taníttatták a gyerekeket. A leányok mind zongoráztak, a fiúk hegedülni tanultak.

A társaságban forgolódáshoz szoktatás egyik formája volt a színházba járás is. Hosszú éveken keresztül béreltek páholyt a Farkas utcai régi, majd a Hunyadi téri új színházban.

Lánya, Zsakó Aranka így ír erről az időszakról: „anyám gondoskodott a nekünk való társaságról. Nem sajnálta a fáradságot, hogy évente egy nagy házi bált rendezzen. Az egybegyűlt társaság a jó vacsora után egészen a korhelylevesig mulatott, és a fiatalság bizony reggelig táncolt. Ezen kívül több kisebb összejövetelt és szilveszter estét rendezett. Velünk együtt élvezte az éjféli harangszót és az ólomöntést.

Vasárnap reggel már nagyon korán jött Szabóné a szekerekkel, és anyám kiment hozzá kiválasztani a pipéket, rucákat a vasárnapi vacsorához. Aztán templomba mentünk. Akkor volt boldog, ha 2-3 pár gyermekével együtt mehetett templomba. Vasárnap délután a felterített kávézóasztal mellett mindig ült néhány bentlakó diák, a vidéki rokonok és ismerősök gyermekei. Este pedig egy-két fiatalember töltötte itt idejét az anyám vendégszerető asztala mellett.

A színházban bérletünk volt, teniszezni jártunk, és hányszor fagyoskodott szegény anyám a jégpálya mellett esténként, ha zenés »villanyeste« volt.”

Utazások

A család megengedhette magának, hogy nagyobb utazásokat tegyen. 1896-ban Budapestre utaztak, a millenniumi kiállítást nézték meg a szülők és a nagyobb gyermekek. Megőrizte a családi legendárium, hogy a kisebbek is szerettek volna jönni, és testvéreik azzal vigasztalták őket, hogy a legközelebbi ezredévi kiállításra már őket is biztosan magukkal viszik.

A három lányát egy bécsi intézetbe adta tanulni. Zsakó Aranka írta: „Előzőleg anyám Karlsbadban kúráltatta magát, apám a Magas-Tátrában töltött pár hetet, aztán Bécsben találkoztak, ahol az intézetet megtekintették, melybe lányaikat adni akarták. Akkor ott vakáció volt, de a nővérek megmutatták az egész intézetet, a kápolnából gyönyörű ének hallatszott, ami anyámat nagyon megragadta, azt mondotta, hogy ez az ének és az óriási konyha tiszasága döntő volt elhatározásukra, és nyugodtan vitték lányaikat oda.

Mindig édesanyám vitt fel minket Bécsbe, nagyon jól kiismerte magát mindenhol, rossz német tudása ellenére. [...] Pár napig maradt, és megmutogatott mindent, amit csak lehetett, így a múzeumokat megnéztük együtt, és elvitt az operába is, ahol persze páholyban ültünk. Délutánonként egy kis Mariahilfer strassei cukrászdába vitt, ahol ő is élvezte a kitűnő bécsi jegeskávét és süteményeket. Az elválási fájdalom enyhítésére egy jó csomó cukrászsüteményt összecsomagoltatott számomra, és egy nagy dobozzal az otthon hagyott többi gyermekei részére. Minden évben februárban meglátogatott, és akkor elvitt Bécs többi látnivalóit megtekinteni. Hogy örült, amikor a Naturhistorische múzeumban egy nagy darab verespataki terméсарany másolatát látta kiállítva.

Mikor nyári vakációra hazahozott, Pesten megszakítottuk utunkat, az Angol Királynőben szálltunk, és Pesten is megmutatta, amit rövidesen megmutathatott, felvitt a Halászbástyára, fogadott egy fiákert, és végigvitt a város különböző helyein. Azt akarta, hogy lássunk, tapasztaljunk, tanuljunk mindenből és mindenhol. Minden vagyonát reánk, gyermekeire költötte.”

Házasságába kb. 8-9000 forint értékű vagyont vitt, közte egy szép emeletes verespataki házat. Ezt a házat, amelyet számára szülei a leg-

jobban felszerelve berendeztek, ugyan nehéz szívvel, de eladta, és vett egy emeletes házat Gyulafehérváron. Később azt is eladta, ebből fizette lányai iskoláit és hozományát.

Családi nyaralások, Bokaj

Eleinte Torockón nyaraltak a nagyszülőknél, de a legemlékezetesebb nyári családi élmények Bokajhoz kötődtek. Megvettek egy elhanyagolt birtokot, amit felvirágoztattak. Később a szülők az évnek a nagyobb részét Bokajban töltötték, kihasználva a nyugállományú családfő idejét. A család tagjait, s azok közelebbi hozzátartozóit – a körülmények nehezéde után is – ellátták mindenféle gyümölcssel, segítettek, amennyire lehetett az éléskamrák megtöltésében.

Fiuk, Zsakó Gyula írja a gazdaságról: „Gondja volt édesapámnak arra is, hogy kertjeiben mennél több gyümölcsfát ültessen, s a vételkor már ott talált fákat megfelelően kezeltesse. Volt idő, amikor csak a Maroson tutajon leúsztató székelyeknek három vagon gyümölcsöt adtak el.

A bokaji gyümölcsnek messze földön híre volt.

Szülőink régi jó szokása volt, hogy ősszel, amidőn a gyümölcs s a szőlő mustja beérkezett, kolozsvári rokonainknak, jó ismerőseinknek egy-egy nagy tálcával almát, szilvát, diót küldöttek. A jó mustból sem hiányzott egy-egy kancsóval. Negyven-ötven ilyen küldemény ment szét a városban.

A hátramaradt levelek tanúsítják, hogy még az első világháború alatt is kértek közben Budapestre került ismerőseink a jó bokaji batulból, pónyikból.

A Budapesten tartott gyümölcsészeti kiállításon kitüntető oklevelet nyert édesapám almával. Az oklevélen kívül ezüstérmét is nyert, mely sokáig megvolt.

Nagyban termesztette édesapám a legfinomabb szilvákat is. A Paulóje nevű erdőből tizenhét holdon csak szilvát termesztettek. Onnan természetesen hordó- és szekérszámra hordták le a házuk udvarán álló hatalmas hordókba pálinkává főzés vagy szilvaízkészítés végett a szép termést.

Szerettünk a szőlőbe járni, mert onnan szép kilátás nyílt a Maros völgyére, a Kenyérmezőre, az Alkenyértől Szászvárosig nyílegyenesen húzódó vasútvonalra, azon túl az országútra, majd a Déli-Kárpátok hegyvonulatára. Én különösen sokat jártam a szőlőbe. Ott tudtam legjobban élvezni a természetet. Szép tiszta időben abban a nagy csendben, jó levegőn igazán lehetett pihenni.”

Zsakó Aranka írta édesanyjáról szóló megemlékezésében:

„Bokajban a gazdaság vezetése is rá hárult, tökéletesen beszélt románul, és így a parasztokkal jól tudott értekezni. [...] Nagyon szeretett velünk az erdőben kirándulni. Jól felpakolt egy ökörszekérre mindent, és az erdő mellett tüzet rakatott, sült a gomba, rotyogott a paprikás csirke, előkerült a sok jó tészta, Lichwitz-féle jó vaníliás likőr stb. Gyakran vendégekkel együtt tizenketten, tizennégyen is voltunk. Az erdőpásztorok gondoskodtak gombáról, gyümölcsről. A jó forrás jéghideg vize üdített fel.

A bokaji nyaralások legszebb emlékeink, a ragyogó tisztaság, jó levegő a tágas házban, a sok vendég, fiatalság mindig felderítették anyámat, ki nagyon szeretett köztünk lenni. [...] Kis fürdőházat csináltatott a malom mellé, abban fürödtünk, míg kicsik voltunk. Később a Maros partjára lombsátort rakatott az erdőpásztorokkal, hogy ott vetkezzünk és öltözzünk. Egy csónakot hozatott a szarakazói révtől, és abból másztunk mindig a vízbe, szeretett velünk fürdeni és csónakázni.”

Háború, veszteségek

Fiukat, Gyulát 1914. június 27-én a kolozsvári Ferencz József Tudományegyetem a jogtudományok doktorává avatták. Másnap Szarajevóban Ferencz Ferdinánd trónörökös és a felesége merénylet áldozata lett.

Négy hét múlva bekövetkezett az a nagy csapás, aminél nagyobb a családot nem érhetette. A háború kitört. Mind a négy fiúnak be kellett vonulnia. Még abban az évben fogságba esett a legidősebb fiuk és vejük, akik hét év múlva tudtak hazajönni. Ezt Zsakó Istvánné már nem érte meg.

Zsakó Gyula írta: „Amikor csak kaptunk szabadságot, mindig meglátogattuk Bokajban időző szülőinket.

A háború alatti nehéz gazdálkodási viszonyok között is mindent elkövettek jó szülőink, hogy a család ne nélkülözzön. Mindenüvé mentek az élelmiszercsomagok. [...] Jött rövidesen a romániai földbirtokreformnak már előbb beindított munkája véglegesítése.

A földbirtokreform édesapámnak száz hold erdőt és harminc hold szántót hagyott meg a kerteken és belsőségekben kívül. Az újabb, s még nagyobb veszteség lelki megrázkódtatással járt. Szülőink mégis előrehaladott korukat meghazudtoló erővel dolgoztak.

Nagy hatással volt rájuk, hogy a falusiak 1918 késő őszén az ő házukat sem kímélték, feltörték, s egy szoba kivételével – amire a román

gondnok erélyes fellépése kivitte, hogy meghagyják, mondván, hogy azt a tulajdonosok neki adták – mindent tönkre tettek. Azok a falusiak, akikkel egész életükön át annyi jót tettek, követték el ezt.”

Zsakó Aranka írta: „Nagy bánata volt a háború kitörése 1914-ben. A drága négy fia bevonult, és ő már csak aggódni és imádkozni tudott értük. Aztán már nagyon hatott kedélyére a sok-sok rossz, ami történt, de rendületlenül végezte nehéz feladatát többnyire Bokajban. Az ünnepekre bejött Kolozsvárra, de se színház, se egyéb már nem érdekelte, egy-két családdal tartotta még az összeköttetést.”

A sok gond és aggodalom aláásta a szülők egészségét. Zsakó Istvánnénak már korábban is voltak vakbélfájdalmai, és 1920 legelején, Bokajban léte alatt, ismét fellépett a betegsége. Mikor nyáron megint rosszul lett, és a marosújvári kórházba vitték, már késő volt, az átfúródás megtörtént, nem lehetett rajta segíteni, Nagyon nagy fájdalmai voltak, de egy jajsza nem volt, oly türelemmel viselte, nem panaszkodt. Halála előtti napon mondta: „Ilyen fájdalomtól egy napig ha élhetek, itt temessetek el, nehéz lenne Kolozsvárra vinni. Szeressétek egymást, vigyázzatok tatára. Egyik testvértől se kívánjátok, hogy Bokajjal azt tegye, amit mi, szülők.”

Marosújváron temették el. Édesapjuk 1926-ban bekövetkezett halála után a hamvakat gyermekei Kolozsvárra hozatták, és a Házsongárdi temetőben közös sírba helyezték.

Zárszó

Fia, Zsakó István írta szüleiről: „Anyámnak, ki szépen énekelt, és ki nek igen jó zenei hallása volt, a *Cserebogár*, *sárga cserebogár* volt a kedvenc dala. Amíg anyánk közlékeny, beszédes, minden szépért, erkölcsösért lelkesedő egyéniség volt, apánk kevés beszédű, olykor szófukar, csak a pozitív, a ténylegest elismerő, a tényekre alapító véleményű volt. Ilyen lelkiakatok mellett mégis anyánk vette észre a gyakorlati életben szükséges célravezető fellépés és magatartás időszerűségét meg alkalmosszerűségét. Jobban kiismerte az embereket, és sokszor helyesebben ítélte meg a tennivalókat.

Előttünk megnemesedve áll édesapánk alakja, kit tiszteltünk és szeretettel ragaszkodtunk hozzá, aki nekünk az életet adta anyánkkal együtt. Aki felnevelt, gyámolított, támogatott, előkészített életpályánkra. Anyánk fennkölt gondolkodása, szeretete, áldozatokat hozni mindig fennálló készsége szintén felejthetetlen maradt. Az a jószág, amit mi,

gyermekek szüleinktől nyertünk, több és nagyobb volt, mint amit mi adhattunk gyermekeinknek.”

Lánya, Zsakó Aranka írja: „Egy világ omlott akkor össze bennünk, az ő halála a legsúlyosabb csapás volt, mert a legfőbb támasz dűlt ki mellőlünk. Be volt fejezve, vége volt egy áldozatos, hasznos életnek, utána nagy, nagy üresség maradt. [...] Ők elmentek, de emlékük, cselekedeteik, gondos, önfeláldozó szeretetük ma is körülvesz minket, és köt össze azokkal, akiket ők szerettek. Nyugodjanak békében az idők végezetéig.”

*Semmi nem változtatja meg jobban
az életünket, mint az önmagunknak
feltett kérdések.*

Greg Leroy



Aciu Ilona

Júlia emlékére

Egy kirándulás alkalmával egymás mellett ültünk Sigmond Júliával az autóbuszban. A beszélgetés közben arra kért, hogy tegezzem. Ez volt Júlia első ajándéka számomra. Nagyon megörvendtem, és megtisztelve éreztem magam, mert én mindig nagyon csodáltam őt.

Júlia ötlete volt az, hogy a *Nők Világa* legyen előfizetéses folyóirat.

Miután férjhez ment Olaszországba, én vettem át tőle és folytattam a borítékok és a címkék előkészítését.

Az 1989-es romániai változások után együtt jártunk angolórára, amit a kolozsvári teológiai intézet vendégtanára tartott az unitáriusoknak. A Donáth negyedben laktunk mind a ketten, így együtt utaztunk, és mindig jól megbeszéltük a leckét és a házi feladatot.

Megjelent könyveiből megajándékozott egy-egy példánnyal. 2017-ben a Kolozsvári Magyar Napokon a Herepei-ház árnyékos udvarán volt a *Doloro* könyv bemutatója. Nagynénémmel, aki Júlia iskolatársa volt, a fiammal és férjemmel vettünk részt. A férjem román volt, de jól beszélt magyarul. De a figyelmes Júlia egy román nyelvű ismertetőt nyújtott át neki. Ő nagyra értékelte és megtiszteltetésnek vette.

2017 őszén kaptam egy e-mailt Júliától, amiben felkért, hogy ha tudnék, segítsék neki *A Libzár és a föld* pár fejezete románra fordításában. Nagy volt a kihívás, ha Júlia bízott bennem, akkor azt jelenti, hogy meg tudom csinálni. Így hát elvállaltam. Nem volt könnyű, de a férjem segítségével 2018 elején be is fejeztem. Júlia nagyon örvendett, de azt hiszem, hogy én még jobban, és főleg annak, hogy én is tudtam valamit segíteni neki.

Az utolsó kolozsvári látogatása alkalmával otthonába hívott. A szép délutáni nap besütött a szobába, és mi sokat beszélgettünk. Annyi beszélgetés volt...

Megkért, hogy az *Unitárius Közlöny* minden számát küldjem el Veanóba.

Előfizetője volt a *Nők Világának*, habár belőle tiszteletpéldányt is kapott, mert majdnem minden számban jelentek meg írásai.

Csodálatra méltó volt az életkedvével, a pozitív gondolkodásával, az önzetlen szeretetével.



Filippót, Júlia férjét is volt szerencsém megismerni a kolozsvári reptéren; ők mentek haza, én meg a férjem egy olaszországi kirándulásra repültünk.

Édesanyámmal, Szilágyi Istváni Ilonával is bensőséges viszonyban voltak. Most rendezve az albumokat, megkaptam Júlia és Filippo esküvői képét 2009. szeptember 9-éről, amit boldogan ajándékozott neki.

Nagyon szerette az embereket, és tartotta velük a kapcsolatot. Júlia volt az érettségi találkozónak a lelkes szervezője Kolozsváron, majd Olaszországban is. Az idő múlásával mint mindig, megnyilvánult a régi barátok és osztálytársak szeretete: javasolta a lelki találkozást, hogy ugyanabban az időben gondoljanak egymásra, ha már a fizikai találkozás, korukra való tekintettel megvalósíthatatlanná vált.

Júlia nagyon aktív egyéniség volt. A választmányi gyűlések alkalmával mindig csinált valamit, vagy fonalat bontot, horgolt, kötött, de ez nem azt jelentette, hogy nem figyelte a gyűlés menetét, hanem aktívan hozzá is szólt, nagyon jó ötletekkel. A nőszövetségi összejöveteleknek ő volt a lelke. Ő rendezte a tombolát és szavalt is, nagyon vidám és meghitt hangulatot teremtett.

A kézimunkakör nagyon jól és komolyan működött, sokan írásos kézimunkákat varrtak, mások szöttek, szabtak. Két szövőszék volt felállítva, Júlia ebből a tevékenységből is aktívan vette ki a részét.

A legtöbb néni besegített a rongy vágásába, amit aztán a szövésnél használtak fel. Júlia minden kézimunkakör után elvitte ebédelni az idős, egyedül élő néniket, felhasználva az adományt, amit ő szerzett erre a célra. Nagyon boldogok voltak az idős nénik, és nagyon szerették Júliát.

Júlia, sokkal gazdagabb az életem, hogy téged megismertelek, és barátnők voltunk.

Köszönöm a sorsnak, hogy léteztél az én életemben.

Csendes pihenést, nyugodj békében.

Soha nem foglak elfelejteni!

Kolozsvár, 2020. március 28.

*A bölcsességet nem úgy kapjuk,
magunknak kell azt felfedezni,
oly út után, amelyet senki se tehet meg
helyettünk, senki se tud tőle megkímélni*

Marcel Proust



ügyes kezek

Bíró Sára

Öltöztessük új ruhába virágcserepeinket!

Biztos sokunknak van otthon több olyan kerámiacserepe, ami már régi, vagy olyan is, ami már egy kicsit csorba vagy megkopott, vagy esetleg csak meguntuk a külalakját. Ezeket ne dobjuk el, hanem egy csipetnyi kreativitással varázsoljunk új külsőt nekik.

Az alkotótevékenység már önmagában is remek kikapcsolódás minden korosztálynak, főleg, ha a munkafolyamatba bevonjuk szeretteinket, kicsiket és nagyokat egyaránt. A kiválasztott cserepeket festhetjük (akrilfestékkel, dekorfestékkel, táblafestékkel, ezekkel mind tartós eredményt érünk el), dolgozhatunk rájuk szalvétatechnikával, díszíthetjük spárgával, raffiával, kagylóhéjjal és egyéb természetes alapanyagokkal, csillámporral, flitterekkel, mozaikkal, bármivel, ami közel áll a szívünkhöz. A megújított cserépben minden virágunk szebben fog majd díszlegni.

A lepattant virágcserepeket többféleképpen is megjavíthatjuk. Ha megvan a hiányzó darabka, azt ragasszuk vissza valamilyen gyorsan száradó és vízálló ragasztóval. Ha már nincs meg a letört rész, akkor kitöltő masszával pótolhatjuk a hiányos részt. Ehhez leggyakrabban epoxigyantát használnak, de lehet helyettesíteni például levegőn száradó agyaggal is.

Ha nem kívánjuk betömni a lyukat, akkor könnyedén el is rejthetjük a hibát egy praktikus és szép kenderzsineggel, amelyet szorosan rátekerünk részletekben vagy teljes egészében a cserépre. Használhatunk egyszerűen akár több különböző méretű és vastagságú fonalat, száradás



után akár be is festhetjük vízálló festékkel. Érdemes valamilyen folyékonyabb hobbyragasztóval vagy dekupázragasztó lekezelni a felületet a körbetekerés előtt. Figyeljünk arra, hogy ne maradjon rés a zsinórrétegek között, jól el kell dolgozni, legyen szemnek is tetszetős. Ha szeretnénk, akkor a megszáradt kenderzsinóros technikát száradás után tovább díszíthetjük apró kavicsokkal, masnival, gyöngyökkel, amivel kedvünk tartja. Ehhez érdemes gyorsan száradó ragasztót vagy szilikon ragasztópisztolyt használni. Amennyiben nincs cserepünk, de kipróbálnánk a kenderzsinóros technikát, megtisztított konzervdobozokat is bevonhatunk vele, amelybe utólag kis növéssű növényeket is lehet ültetni. Ha így járunk el, akkor ne felejtünk az aljára lyukakat vágni, és az éles részeket alaposan befedni a zsinórral.

A kiválasztott cserepeket szalvétatechnika segítségével is megújíthatjuk. A cserepet kedvünkre lealapozhatjuk valamilyen színes festékkel – nem kötelező –, majd vágjuk vagy tépkedjük ki a szalvétából a mintákat, amiket rá szeretnénk tenni a cserépre. Ezután válasszuk szét a szalvéta három réteget, mivel csak annak a festett, legfelső rétegét használjuk. Méretezzük rá a cserépre a darabokakat. Dekupázragasztót kenjünk puha ecsettel oda, ahová a mintát ragasztani szeretnénk. Helyezzük rá a szalvétát, majd lehetőleg belülről kifelé haladva óvatosan kenjük át

még egy réteg ragasztóval. Hagyjuk megszáradni, majd, ha szeretnénk bekenhetjük egy réteg dekupázslakkal. Régi vagy megunt anyagdarabokat is használhatunk, ekkor figyeljünk arra, hogy elegendő ragasztót használjunk.

Ugyancsak régi anyagokból vagy csipkékből, terítőkből új külsőt adhatunk a megunt tárgynak. A csipkét áztathatjuk cukros vízbe vagy speciális ragasztót használva bevonhatjuk vele a cserepet. Száradás után az anyag átveszi a cserép formáját. Ne felejtjük el, hogy a cukrozott változat nem vízálló. Levágott pulcsiujjal pedig bevonhatjuk a cserepet, de bármilyen más otthon lévő anyagot is felhasználhatunk a burkoláshoz.



versajándék

Ürmösi Károlyné Kántor Gizella

Könny

Ha úgy néha szememből könny pereg,
Ne faggassatok, ne kérdezzetek,
Elmondani azt szóval nem lehet,
Hogy mi fakaszt ily drága gyöngyszemet!

Talán egy édes, fájó álmodás,
Mit meg sem érthet rajtam kívül más?
Ott él a lelkem titkos rejtekén,
Édes gyönyörrel féltve őrzöm én.

Talán egy dal, amelynek szava nincs,
És nékem mégis, mégis drága kincs;
Mert ott ringatja fájó lelkemet,
Ott ..., ott..., az édes tűnt idők felett.

Vagy tán a szépnek kristálycsöppje ez,
Mely szent forrásból alápermetez,
S lelkem sugára – amint áttöri –
Szívem fölé a szivárványt szövi?

(1917)



főzőcske

Kedei Ibolya

Bibliai sütemény

A felvételeken látható finomság hozzávalóit a Biblia segítségével kell kideríteni. Akár a fáraó főcukrásza is süthette volna (Teremtés 40,16-17).

A hozzávalókat és az elkészítést illetően tanulmányozzuk a Szent István Társulat fordításában megjelent online Bibliát:

<https://www.arcanum.hu/hu/online-kiadvanyok/BibliaSzentibiblia-szent-istvan-tarsulat-forditasa-l/>



Hozzávalók

- 4 és fél csésze 1Kir 5,2
- 1 és fél csésze Zsolt 55,22
- 2 csésze Bír 14,18
- 2 csésze 1 Sám 30,12 (a 2. gyümölcs)
- 2 csésze Náh 3,12
- 1 csésze Szám 17,23 (4 Móz)
- Kevés 1 Kor. 3,2
- 6 db Jób 39,14
- 1 csipet Mk 9,50
- 1 csomag sütőpor (a fáraó cukrásza ezt nem ismerte)

Ha mindez megvan, szívleljük meg a következő tanácsokat:

Bánjunk a Róm 11,16-tal (tészta) úgy, ahogy Salamon király javasolja a gyermekneveléssel kapcsolatban (Péld 23,14).

Az 1Sám 30,12 legyen kimagozva, a Náh 3,12 aprítva, a Szám 17,23 hámozva, darálva.

Végül a Róm 11,16-t 1Kir 5,2-vel szórjuk meg, Os (Hós) 7,4-be tegyük, és Mt 20,12 hosszát süssük.

Jó étvágyat kívánok!



Egyben sült nyúlgerinc

Hozzávalók:

- egy nyúl gerince
- 10 dkg szalonna
- 1-2 szál tárkony
- 1-2 szál petrezselyem
- 3 babérlevél
- tejföl, só ízlés szerint

A nyúlgerincet megtűzdeljük szalonnával, megsózzuk, tepsibe tesszük. Ráakjuk a tárkonyt, petrezselyemszalakat, babért. 2 óra múlva a fűszereket leszedjük, a húst leforrázzuk zsírral, kevés tejfölet öntünk rá. Sütőben pirosra sütjük, közben gyakran locsolgatva a saját zsírjával. Amikor elkészült, a megmaradt zsírban tejfölet forralunk, és a felszeletelt hútra öntjük. Pityókával, piros áfonyával tálaljuk.

(A recept Gergely Éva Erdélyi ízek c. szakácskönyvéből származik.)

*Csak akkor lehetsz kiváló bármiben
ezen a világon,
ha az életedet is helyesen éled.*

David Starr Jordan



A *Nők Világa* megjelenését támogatta
a Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt. és a Magyar Unitárius Egyház.

KÉSZÜLT A MAGYAR KORMÁNY
TÁMOGATÁSÁVAL



MINISZTERELNÖKSÉG
EGYHÁZI ÉS NEMZETISÉGI KAPCSOLATOKÉRT
FELELŐS ÁLLAMTITKÁRSÁG



BETHLEN GÁBOR
Alapkezelő Zrt.



MAGYAR
UNITÁRIUS
EGYHÁZ