2015. Szent Mihály-nap

WALDORF ÚJSÁG - GŐDÖLLŐ

Dióhéj

Tartalom

Forgács Erzsébet:
Beköszöntő

Évről évre cirkusztábor
Baji Boglárka

Egy szúnyog kalandja
Istoc Sári, Kecskés Maja

Sanyi Manó nyomában
Kardos Anikó

Négyországra szóló tábor volt...
Fülöp Hajni

A VIII. Termik tábor
Kerék Rebeka és Kiss Nóri

Gondolatok az évnyitóraés azon is túl
Kolinger Margó

Gólyatábor
Begala Bori

A tanévkezdés margójára
Mincsik István

Szent Mihály, a korszellem
Forgács Erzsébet

A Bothmer gimnasztikáról
Csepi Szilvia

Az égi mezőről az arénába
Kuntz Orsolya fordítása

A győzelmen túl
Teljes értékű gyermeksportok
Skarka Cecília fordítása

A kisgyermek mozgás- és játékfejlődése
Forgács Erzsébet

On-line-kór 3. rész
Kolinger Margó

Török Adél
interjú

Beszélgetés Tari Attilával
Kecskés Jutka interjúja

Római fogalmazások
6. osztály

Megújul a könyvtár
Tari Henriette

Bolondos sorok
Balogh Réka

Őszi konyha
Kuntz Orsolya összeállítása

Kézműves oldal
Monostori Judittól

Kotta
Szent Mihály táj

A Szűz a kalásszal és különös kísérője
„Égi búza-szál:
Hajnal csóva száll.
Segíts engem napsugár,
Útra kelni már.

Szép arany-edény:
Szétömlik a fény.
A nap arany reggelén
Szépen szóljak én.

Weöres Sándor

Nyári estéken, ha délen a csillagképes könyvet nézegetjük, színes társaságot látunk. Mélyen lent, ahol az ég a földet éri, ott találhatóak, egyik a másik után. Naplementével, alighogy az est homálya megjelenik, ragyogni kezd egy fényes csillag. Tudjátok-e, hogy ez egy kalász? Egy szép szűz tartja a kezében. Egyszer a földön élt, és királylány volt. Amikor tavasszal a szántókat művelni kell, a király minden nap kora reggel kiment a mezőre, és abban a szent pillanatban, amint az első napsugár fölragyogott, földbe eresztette az ekę vasát, és elkezdte feltörni az első barázdát. Előtte az egész birodalomban egyetlen paraszt sem kezdhetett el szántani.Ugyanígy volt a begyűjtéssel is: az első marok érett gabonát maga a király vágta le ünnepélyes kaszasuhintással. Amikor a gabona megnőtt, és a Nap érlelni kezdte, a király nap nap után kiküldte a lányát, hogy figyelje, sárgák-e már a kalászok, elég teltek-e, meg lehet-e kezdeni az aratást.Mikor a leány visszatért útjáról, a király már az ablakból leste az érkezését. Ha színes, mezei virágcsokrot hozott, akkor még nem jött el az idő. De ha a virágcsokor helyett egy szál érett kalász volt a kezében, akkor másnap reggel a király kivonult kíséretével együtt, és saját kezével aratta le az első nyaláb gabonát, amelyet a királylány összekötözött.A régi idők emlékére, amikor a királyok még maguk vezették a szántást, vetést, aratást, került a Szűz a kezében a kalásszal az égre.Ott leginkább májusban és júniusban látszik, azokban a hetekben, amikor a gabona a legjobban nő és érik. Ám, ahogy a nyár egyre forróbb lesz, és közeledik Szent Iván hava, amikor nyugaton lemegy a Nap, a csillagképes könyv nyári lapja tovább mozdul. Ez a kép már nem olyan lágy és kedves, mint a Szűz a kalásszal! Ott görbül, ott hajlik a déli égbolton a mérges skorpió. Fullánkos farkát elbújtatja a látóhatár alá. És hogy kérkedik a hat fényes csillagával! A szépséges Szűz után igyekszik, hogy a sarkába szúrjon. Ez látszik, de nem fog neki sikerülni, mert az Úr három fényes csillagot állított kettejük közé: ez a Mérleg.A tányérja sose inog, örök egyensúlyban van. Így választja el a szelídséget, a fényt a fullánkját emelgető, támadásra kész Skorpiótól.Hátul a Nyilas is megmozdul ezüst nyilával. Ő végképp nem akarja, hogy a Skorpió valami bajt okozzon az égen! Őt egy szökkenő, bátor alak követi, aki láthatóan egyáltalán nem fél a Nyilastól. Ő a Bak a világító szarvaival.Ez az a tánc, melynek örök körforgása tárul elénk az égi képeskönyv nézegetésekor a Szűztől a Mérlegen, a Skorpión és a Nyilason át a Bakig: a János-időszaktól a karácsonyi ünnepkör végéig, hogy a kozmikus rendet követve induljunk el mi is benső utunkon, ahogy fohászunk mondja:

Kenyér a magból, mag a fényből,
Fény Isten szeméből.
Földnek termése, Istennek fénye,
Küldj világosságot szívünk mélyére.

Forgács Erzsébet

VISSZATEKINTŐ

Évről évre cirkusztábor

Negyedik éve járok cirkusztáborba. Azóta rengeteget tanultam és rengeteg új barátom is lett.

Ez egy hat napos, "ott alvós" tábor, amiben a gyerekek kipróbálhatják magukat artistaként, és artistáktól tanulhatnak. Tíz tanár volt, és mind a tíz többféle dolgot is tanított. Az első három nap forgásszínpad-szerűen mentünk állomásról állomásra és így a különböző cirkuszi ágakban kipróbálhattuk magunkat. Utána minden táborozónak ki kellett választania hármat a neki legjobban tetsző eszközökből, amin majd a későbbiekben tanulni fog. Ez mindig mindenkinek nagy fejtörést okoz. Ezután már csak ezen a három eszközön gyakorolunk. Minden foglalkozáson összeállítottunk egy számot, ami később az előadás egy része lett.

Péntek délután lemonocikliztünk (aki nem tud vagy nincs neki, az gyalog megy) a Főtérre, ahol előadtuk a műsort. Itt mindig sokan megnéznek bennünket, és nagy tapsot kapunk. A végén két kalapban szoktunk adományt gyűjteni, amiből megszálljuk a főtéri Sissi fagyizót. Majd szombaton délelőtt tartunk egy második előadást is, aminek mindig nagy sikere van. Utána jön a pakolás, búcsúzkodás. És ettől fogva számolom a napokat a következő cirkusztáborig…

Minden évben új trükkök, mutatványok várnak ránk. Vannak, amiket négy év alatt sem tudtam teljesen megtanulni, persze van olyan is, aminek az elsajátításához elég csak egy óra. Sosem lehet megunni, mindig vannak újabbak és újabbak.

Mindig nagyon élvezem az egész hetet, de legjobban azokat az órákat szeretem, amiken összeállítjuk az előadásra a számunkat. A hét elején, még mielőtt kiválasztjuk, hogy mire jelentkezünk, a tanárok tartanak nekünk egy bemutatót. Csütörtök este pedig tüzes bemutatóval kápráztatnak el bennünket. Nagyon szeretem a pénteki előadást is, mindig jó hangulatban telik. A szombat délelőtti előadás ennél színvonalasabb és tartalmasabb szokott lenni, de én a péntekit mégis jobban szeretem. A szombati a tábor zárása, és azt jelenti számomra, hogy itt a vége. Ezért ezt általában nem várom.

Minden tanár nagyon ügyes és kedves volt. Hogy kik és mire is tanítottak bennünket: Méhes Csaba pantomimre, Gönczi Róbert zsonglőrködni és egykerekűzni, Hornyák István és Bosznay Balázs zsonglőrködni, Kiss Gergely Geret akróra (akrobatikára) és szintén zsoglőrködésre, Kollányi Julcsi akrózni, poizni és hullahoppozni, Drávai

Zsófia tissue-ra, izo-karikára és poira, Lennart Paar akróra, zsonglőrre és kontaktlabdára, Tas Gergő akróra és tissue-ra, Erdélyi Attila pedig zenélni.

A tábor alatt mindig lesznek új barátaink, akikkel később is tartjuk a kapcsolatot. Az utolsó napon mindig mindenkivel elérhetőségeket cserélünk. E cikkből nem szabad kihagyni a világ legjobb konyhás csapatát: Ákos bácsit, Piroska nénit, Orsi nénit és Bea nénit.

Remélem, még sok-sok évig meg fogják rendezni a Waldorf Cirkusztábort és még sok diák élvezheti a cirkusztábor élményeit. Mindenkinek szeretettel ajánlom!

Baji Boglárka, 8. osztály

Egy szúnyog kalandja

Egy szép augusztusi napon kezdődött minden. Ásítozva keltem fel az utcán szétdobált gyrosos zacskók közül és lustán reppentem fel a vasúti jegypénztár mellett. Boldog társalgás ütötte meg a fülemet. Elindultam a ricsaj felé, mert már korgott a pocakom. Egy barna és egy szőke hajú lány felkeltették az érdeklődésemet. Közelebb repültem hozzájuk és meghallottam, mit beszélgetnek:
– Nagyon félek! – mondta a barna hajú lány.
– Én nem! – rántott vállat a barátnője.

Nagy sokára, mikor már untam a beszélgetést, kiderült, hogy egy táborba készülnek a Balaton-felvidékre.

Körülnéztem, és láttam, hogy már egy egész kis csapat verődött össze. A két lányhoz hamarosan egy harmadik is csatlakozott, majd egy negyedik is, aki tetőtől talpig feketébe volt öltözve. Nemsokára azt is megtudtam, hogy kit hogyan hívnak: A barna hajút Majának, a szőkét Sárinak, a harmadikat Katinkának és a talpig feketébe öltözöttet (aki a darkos volt) Melcsinek.

Lassan megtanultam a többi táborozó nevét is: Maja öccsét Kornélnak hívták, Sáriét Misinek, osztálytársukat Bercinek, Majáék unokatestvéreit Julinak és Matyinak, volt egy testvérpár: Melcsi és Levi, Sáriék osztálytársa Katinka. Voltak kisebb lányok: Hanna, Juli, Julcsi, Anna, Eszter, Blanka, Lili. A három felnőtt: Judit, Tünde és Orient Enikő, táboruk

tiszteletbeli nagymamája. Ott volt még Tünde fia, Tomi, és még egy fiú, Domonkos, akit – utólag meg is bántam – telecsipkedtem, mert nagyon ízletes volt.

Hamarosan elindultak a peron felé, és én úgy döntöttem, velük tartok; ugyanis kalandra szomjaztam, no meg egy kis reggelire. A vonatút hosszú volt, de izgalmas. Az ablakpárkányon ültem és figyeltem a tájat. Egy átszállásnál majdnem elkeveredtem tőlük, de végül mind szerencsésen megérkeztünk Óbudavárra. A Vilmos-házban szálltunk meg egy kedves házaspárnál. Míg a gyerekek fölcuccoltak a házba, én körülnéztem. Jól esett végre a friss levegő a gyros és a kocsibűz után. A ház szép volt és nagy. Két lányszobával, egy fiúszobával és egy felnőtt hálószobával az emeleten, volt hátul egy nagy kertje, ahol egy kisebb focipálya helyezkedett el.

Este kisorsolták a titkos barátokat, ami egy izgalmas és jó játék. Az a lényege, hogy a kalapból kihúzott nevű embert titkos ajándékokkal lepik meg a tábor ideje alatt. De hogy kit húztak, azt senkinek sem szabad elárulni, csak a tábor végén.

A nagylány-szobában húzódtam meg, ahol Maja, Sári, Juli, Katinka és Melcsi aludt. Én már nagyon fáradt voltam, de ők még beszélgettek egy csomót. Aztán szerencsére ők is elaludtak. Jól kezdődött ez a hét is. Éjszaka, mivel nagyon éhes voltam, kiszemeltem Katinkát és falatozni kezdtem. Finom volt, nagyon jól laktam.

Másnap reggel Katinka panaszkodására

ébredtem, amikor éppen engem szidott, amiért telecsipkedtem.

Ezen a nagy napon éppen fürdeni készültek a Balatonban. Nagy izgalom és vidámság költözött az egész csapatra a jó hír hallatán. Busszal mentünk Zánka-Köveskálig, majd jó hosszan gyalogoltak a szabadstrandra. Nekem meg alig bírta már a kis szárnyam, mikor megpillantottuk a fehéren ragyogó vizet, s megkönnyebbülve csobbantunk bele.

A gyerekek nagyon jól szórakoztak: Maja és Sári Kornélt és Bercit dobálták a vízbe, a többiek fogócskáztak, úsztak, labdáztak, kézen álltak, bukfenceztek… Néhány óra múlva elindultunk haza, de mire hazaértünk, ugyanúgy leizzadtunk, mint a fürdés előtt.

Egyik nap elmentünk egy nagy túrára Nagyvázsonyba. 7 kilométert gyalogoltak a táborlakók. Én sokszor megpihentem valakinek a vállán, mert kis híján leszakadt a szárnyam. Megnéztünk egy kovácsműhelyt, ahol mindenki kovácsolt egy kis akasztót. Én is úgy kipróbáltam volna! Néhányan megnézték a várat, a többiek fagyiztak, pihentek.

Másik nap újra fürdeni mentünk, mint előzőleg. Sárinak és Majának belilult a karja a sok dobálástól, mivel már nemcsak Bercit és Kornélt, hanem Julit, Matyit és Misit is dobálták a vízbe.

Este felmentek egy közeli dombra, ugyanis hallották hírét, hogy csillaghullás lesz. Ezt én sem hagyhattam ki. Ráfeküdtünk a leterített pokrócokra és izgatottan vártunk. Egy ideig csendben bámultuk a csillagos eget, aztán…

– Hullócsillag!

Egyszerre kiáltottak fel. Én ilyen gyönyörűt még sosem láttam. Később még sok-sok fénycsóvát láttunk, majd fáradtan nyugovóra tértünk.

Az egyik nap otthon maradtunk. A fiúk fociztak, mások beszélgettek, rajzoltak és főleg kézműveskedtek: elkészítették a táboripólókat, fonalból karkötők készültek és Enikővel papírból hajtogattak teknőst, baglyot, fülbevalót.

A házigazdák mindennap nagyon finomakat főztek a táborozóknak, én persze este körbejártam a szobákat és mindenkiből szívtam egy kis vért.

Esténként Judit gitározott, Maja és Sári énekeltek, később a többiek is vidáman csatlakoztak hozzájuk. Én is belebelezümmögtem, mert nagyon tetszettek

A környéken voltak kecskék is, a lányok többször is elmentek megetetni őket és azt hiszem, később mások is.

Az utolsó nap volt a számháború, amit nagyon élvezett mindenki. Két csapat, számokkal a fejükön rohangált, egyesek sikoltozva, üvöltve, egyesek vetődve és lopakodva játszották. A szállásadónk meg is dicsérte őket, ugyanis ilyen sportszerű játékosokat már régen látott. Otthon a barátaimmal én is kipróbálom, mert nagyon izgalmas volt. A háborúskodás után békésen sütögettek és énekeltek a tűz körül.

Másnap az összecsomagolt bőröndökkel lementek a strandra, de egy fizetős közelebbihez, ahol elbúcsúztak Bercitől, mert érte jöttek a szülei, mivel éppen Balatonon nyaraltak. A többiek fürödtek még egyet, én is megmártóztam, aztán felszálltunk a vonatra és én felidéztem, milyen remek is volt ez a hét.

Bár életem első tábora volt, nagyon élveztem és megfogadtam, legközelebb is velük tartok szúnyogbarátaimmal. Pár óra múlva leszálltunk Gödöllőn és mindenki elindult a családjával hazafelé. Én is beröppentem a jegypénztár melletti kis kuckómba és egy jót aludtam. Álmomban újra Óbudaváron jártam a sok kedves és ízletes gyerekkel.

Ui: Mindenkinek ajánlom, mert fantasztikus volt!

Istók Sári – Kecskés Maja
7. osztály

Sanyi Manó Nyomában

Az iskolakezdéssel és a törvényszerűen hozzárendelt őszies idő beálltával hajlamosak vagyunk nosztalgiázni a forró nyári napokon és nyári élményeken. A Sanyi Manó tábor mindenképpen megér egy visszatekintést.

A 38 fok mindennapos volt, de ez se a táborozókat, se a táboroztatókat nem zavarta a nagy lelkesedésben. A Sanyi Manó tábor elnevezés – amelynek „ötletgazdája" Balla Vera festőművész, Waldorf-szülő, a Szigetkék Alkotóműhely megalapítója – kétségkívül nagyon kedvesen hangzik, de nem sokan tudják, hogy tudományos magyarázatra szorul.

Az 1901 és 1920 között Gödöllőn működött művésztelep műteremházainak egyikében, a Nagy Sándor-házban mintegy 20 évvel ezelőtt indított Balla Vera rajzszakkört gyerekeknek. Nagyobbacskáknak Nagy Sándor képzőművész kört, kisebbeknek Sanyi Manó kört. Aztán sok minden változott: a rajzszakkör elköltözött az Erdő utcai Nagy Sándor-házból a Présház utcába, ahol megalakult a Szigetkék Alkotóműhely, a Szigetkék Családi Napközi, de Sanyi Manó maradt. Év közben rajzszakkör, nyaranta táborok több turnusban. A tematika minden évben más, amelyet a tábor házigazdái: Balla Vera festőművész, Monostori Judit nemezművész, Jelenik Eszter néptáncművész, Dvorszky Anikó képzőművész jó előre megálmodnak.

Az idén a kelta kultúra volt terítéken. A tábor után a kislányom meg volt róla

győződve, hogy tud keltául, és egész nyáron egy rendkívül fülbemászó kelta dalocskát dúdolt, amelyet persze egy idő után mi is vele dúdoltunk, és nyár vége felé már megkönnyebbülés volt, hogy kiment a fejünkből. De a mai napig őrizgetjük a csodálatos kelta kötényt és ékszereket, amelyet maguknak készítettek, az agyagfigurákat, a gyönyörű nemez párnát. Elmondhatom, hogy mi most már elkötelezett Sanyi Manósok vagyunk. Most, hogy elkezdődött az iskola, elindult a rajzszakkör is. Épp most jött haza Juli az első alkalomról, és lelkesen rajzolja újra, amit ott „tanult". (Ezért volt nyugtom ezt leírni.)

A végére még ideírom, amit az interneten a Gödöllői Művésztelep alkotóiról találtam: „A Gödöllőn letelepedő művészek saját életvitelükben is igyekeztek megvalósítani a művészet, a munka és az élet harmonikus egységét. A külsőségek valódi reforméletmódot takartak. Egészséges életvitelükhöz hozzátartozott a vegetarianizmus éppúgy, mint a rendszeres sportolás. Önmaguk tökéletesítésére minden téren nagy gondot fordítottak: gyakran tartottak felolvasóesteket és zenedélutánokat. A kor neves írói, zenészei fordultak meg náluk vendégként. A művésztelepi alkotók mindegyike magáénak vallotta a művészet hasznosságának, ember- és társadalomformáló szerepének eszméjét. Ennek megfelelően különösen nagy gondot fordítottak a gyermeknevelésre, valamint a tanításra. Erről a maguk készítette gyermekjátékok és mesekönyvek is tanúskodnak."

Balla Veráék alkotóműhelye bár elköltözött a Nagy Sándor-házból, de a szellemiségéhez hű maradt. A Sanyi Manók a legjobb kezekben vannak.

Kardos Anikó, 2. osztályos szülő

Négyországra szóló tábor volt a Waldorf Iskolában

Örömmel számolunk be arról, hogy a gödöllői Waldorf-közösségből kinőtt Magonc Alapítvány idén nyáron másodszor szervezett és bonyolított le nemzetközi projektet két fiatal vezetésével, akik maguk is iskolánk volt tanulói: Dobos Balázs és Farkas Boglárka, akik 2010-ben érettségiztek itt, az akkori gimnáziumban.

A projekt emellett több szálon is kötődött a közösséghez, a szervezői-segítői gárdában és a magyar résztvevők között is szép számmal akadtak volt vagy jelenlegi diákjaink, a tizenkét napos tábornak pedig a Gödöllői Waldorf Iskola épülete adott otthont.

A projekt maga az Európai Unió Erasmus+ programjának támogatásával valósult meg, és az „Upcycle the World" címet viselte. A tábor fő témái a fenntartható fejlődés, a terek és anyagok értéknövelő újrahasznosítása (upcycling), valamint a környezeti, társadalmi és gazdasági kihívásokra adható közösségi megoldások voltak.

A tíznapos nemzetközi táborban négy ország – Magyarország, Olaszország, Spanyolország és Törökország – fiataljai vettek részt, összesen 36 fővel.

A szakmai programok gerincét egy háromnapos forgószínpad képezte, amelynek témái a „Biodiverzitás és fenntarthatóság megjelenése a vidéki életben", a „Víz mint minden élet alapja" Idén nyáron is megrendezésre került a Termik tábor, immáron 8. alkalommal.

Ebben az évben a Mecsekben, egy Hetvehely nevű település mellett elterülő réten vertünk sátrat. Ismét elkészültek a földből épült bronzkori tűzhelyek, a WC-k helyét kiásták, és megépült a patakban a szokásos „fürdőkád" is.

Amikor mi (táborozók) odaérkeztünk, már minden készen állt arra, hogy újból tíz vidám napot töltsünk együtt. Röviddel a megérkezésünk után elkészültek a családbeosztások, és a 7 család a családfőkkel elvonult nevet választani. Mi a „Kékvérű Dzsó"-k lettünk.

Másnap elkezdődtek a szakmai programok. Ezek azok a foglalkozások, amelyekben a táborban délelőttönként jobban elmerülünk: túlélés a természetben, konyha és táplálkozástan, élőhely, néprajz, geológia, cselekvő környezet-védelem és dráma. Minden család más-más szakmai programon vesz részt, és forgószínpadszerűen váltják egymást. Délutánonként izgalmas játékokat játszottunk, pl.: fenolftalein-háború, és a „ Fenntartható fejlődés és az ember kapcsolata", vagyis ökológiai lábnyom-számítás, a klímaváltozás és az emberiség kapcsolata, illetve annak következményei voltak. A problémák értelmezési keretét a résztvevők együtt alakították ki, játékos feladatok és gondolatébresztő kisfilmek segítségével.

Így összességében elmondható, hogy egy jó hangulatú 12 napot tölthettek el együtt a fiatalok, melyek során élményeken keresztül tanulhattak korunk környezeti kihívásairól, és – ami talán a legfontosabb – egyben jól is érezték magukat.

Tudj meg többet a Magonc Alapítvány tevékenységéről!
www.magonc.org

Fülöp Hajni

VIII. Termík Tábor

Idén nyáron is megrendezésre került a Termik tábor, immáron 8. alkalommal. Ebben az évben a Mecsekben, egy Hetvehely nevű település mellett elterülő réten vertünk sátrat. Ismét elkészültek a földből épült bronzkori tűzhelyek, a WC-k helyét kiásták, és megépült a patakban a szokásos „fürdőkád" is. Amikor mi (táborozók) odaérkeztünk, már minden készen állt arra, hogy újból 10 vidám napot töltsünk együtt. Röviddel a megérkezésünk után elkészültek a családbeosztások, és a 7 család a családfőkkel elvonult nevet választani. Mi a „Kékvérű Dzsó"-k lettünk. Másnap elkezdődtek a szakmai programok. Ezek azok a foglalkozások, amelyekben a táborban délelőttönként jobban elmerülünk: túlélés a természetben, konyha és táplálkozástan, élőhely, néprajz, geológia, cselekvő környezetvédelem és dráma. Minden család más-más szakmai programon vesz részt, és forgószínpadszerűen váltják egymást. Délutánonként izgalmas játékokat játszottunk, pl.: fenolftalein-háború, lánctalpas, ügyességi játékok, és érdekes előadásokat is hallgathattunk. Az utolsó előtti nap a hagyományoktól eltérően idén nem a szokásos kutatónap volt, hanem (választhatóan) hosszútúra-nap vagy T-factor (azaz Termik-factor).

A Termikből mindig csomó élménnyel telve térünk haza (no meg jó koszosan). Az idei Termikben is egyik jó élmény a másikat követte, pl. amikor elmentünk éjszakai túrára és két gyerek elbújt az erdőben, és míg mi mit sem sejtve sétáltunk, jól ránk ijesztettek. Vagy az is vicces volt, mikor vízi csatát vívtunk a patakban, és a végén elég sárosan másztunk ki belőle.

A szakmai programokon is történt velünk sok-sok jó és vicces dolog: pl. nagyon jó volt, mikor néprajzon buborékot fújtunk, meg becsöngettünk vasárnap a falu egyes házaiba, ahol nem mindig kaptunk szíves fogadtatást… Túlélésen pedig kunyhót kellett építenünk (ami elég szellősre sikerült) és az egész család belemászott (egymás hegyén-hátán), meg vizes fákból próbáltunk tüzet rakni, ami persze nem sikerült. A délutáni játékok keretében nagyon mókás volt, amikor a család indulót próbált írni magának, ami végül nem is lett olyan rossz… A zászlófestés után mindenki csupa festék volt. A tábor utolsó estéjén pedig mindenki, aki szerette volna, a szabadban tölthette el az éjszakát, de hajnalban sajnos vissza kellett mászni a sátrainkba, mert elkezdett esni az eső. Másnap pedig fáradtan összepakoltuk a saját és a tábori cuccokat, majd felültünk a vonatra és elindultunk haza. Ez a 10 nap nagyon gyorsan elrepült, és mégis sok élménnyel és (egy kicsit) több tudással tértünk vissza a vadonból. A Termikben mindig nagyon jól érezzük magunkat, idén sem volt ez másként, és jövőre is szívesen mennénk.

Kerék Rebeka (AKG)
Kiss Nóri 7. osztály

Gondolatok az évnyítóra és azon ís túl, a jövőre

Ízelítő a 2015-ös WISS-ről (Waldorf International Summer School), Vácról Már egyszer évekkel ezelőtt értesítettelek Benneteket erről a kezdeményezésről, mely a Norvég Alap támogatásával jött létre. Norvégia segíti ezt a Waldorftanár-továbbképzést, mely közép-kelet európai Waldorf-tanárok számára idén 14. alkalommal került megrendezésre. Vác harmadik éve biztosítja a helyszínt. Hétnyolc éve a mi iskolánk is otthont adott ennek a nemes kezdeményezésnek. Az egyik örmény résztvevő az idei visszatekintésében még mindig pozitívan emlegette a mi iskolánkat is. Idén 11 nemzet képviseltette magát a váci Waldorf-iskola falai között: cseh, szlovák, szlovén, horvát, ukrán, litván, észt, örmény, német, norvég és magyar.

A reggeli előadásokat Markus Osterrieder tartotta, aki már jelen volt Gödöllőn is a tavalyi Nyári Akadémián, azt megelőzően pedig az I. világháború évfordulójára rendezett nemzetközi konferencián. Ő több vaskos, történelemmel kapcsolatos könyv szerzője, mivel történész, kutató. Idei nyári előadásait mindig beszélgetés követte, ahol a hallgatók megvitathatták felmerülő kérdéseiket. A nap folyamán azután különböző munkacsoportokban lehetett tevékenykedni: dráma, meditációs munka, gyermekmegfigyelés, növényi festés, fekete-fehér rajzolás témakörökben.

Az első reggeli előadásból szeretnék nektek idézni az új tanév kezdetén. Markus egy freskórészletet vetített ki nekünk, melyen három alak szerepelt, aki megszemélyesítette a hitet, a reményt és a szeretetet. Ezután Mária Magdaléna példáját említette, aki akkor is képes volt valamennyire érzékelni Jézust, amikor a tanítványoknak nem sikerült. A János evangéliumban ő ismeri fel először a feltámadott Krisztust kora reggel, napfelkelte idején. Élt benne a remény az átalakult test lehetőségéről. Mária Magdaléna együtt volt a tanítványokkal, a férfiakkal. Péter elégedetlenkedett is a jelenléte miatt. Jézus akkor megvédte: „Ő tud kérdezni". Csak a kérdésekkel lehet tanulni.

Mi a testünk központja?

A fizikai test határai által egy egységérzést élhetünk át magunkban. Ez segít megtanulni, meddig tartok én. Néha átélhető, hogy „csak" burok pl. betegség, műtét után. Az érzékek segítik a világot befogadni, megérinteni, megérteni. Időnként azután a lelkünkben összenyomottság érzése lehet. De a lelkünkben megtalálható az előadás elején említett három dolog: a hit, a remény és a szeretet. Hogy vannak jelen? Ezek energiák. Mikor el szeretnénk dönteni a jövőnket, ezeket a jelenségeket használjuk. Ez a három erő különböző rétegeinkhez kapcsolódik:

- a hit az érzelmi világunkhoz, asztralitásunkhoz,
- a szeretet az étertesthez,
- a remény a fizikai testhez.

Idézet Goethe Faustjából: „Ha nincs remény, öreggé válik az ember." A reménytelenség gyengíti a fizikai testet, a folyamatos reménytelenség elgyengíti a csontjainkat.

A remény a saját szívünkben kezdődik, nem kint a világban.

A fenti három erő kapcsán is kerülhetünk tévútra: a szeretet is félrevihet, a remény is illúziókhoz vezethet. Mi lehet a vezérfonal, amely segíthet eligazodni? Az igazság megértése. A remény, az egész emberiség szempontját szem előtt tartva lehet előrevivő.

MIT TEREMTÜNK A JÖVŐ SZÁMÁRA? HA VISSZATÉRÜNK? MIT TALÁLHATUNK? MIT FOG A JÖVŐ HOZNI?

Magunkban kell elültetni, ami majd a jövőben terem. Tanárként, szülőként, amit a nevelés során megosztunk a gyermekekkel, a későbbi életében válik benne termővé. A remény konkrét erő.

Aztán egy kis „történelmi" kitérő:

Mit jelent ma a forradalom? Azt jelenti, hogy saját magamon kell dolgoznom, saját magamon kell változtatnom. Minden bennünk kezdődik. Fontos a fiatalok számára a jövő kilátásaiban bízni. Szembe kell nézni jelen korunk tényeivel (még ha néha fájdalmas is), de ennek ellenére látni kell a jövőt! Ily módon értelmetlen dolog akármilyen kilátástalanság miatt elveszíteni a saját reményünket. Mária Magdaléna példája legyen a szemünk előtt!

A francia forradalom jelszavai tovább élnek: testvériség a gazdasági életben, szabadság a kultúrában, egyenlőség a jogban. Mindhárom terület él bennünk, magunkban kell elrendezni őket először. Az emberi méltóság figyelembe vétele minden területen fontos. Számít, hogy ezzel kapcsolatban mit gondolunk, mert ez fog megjelenni a társadalomban, a jövőben.

A hit-eles beszámolót készítette és remény-teli szép tanévet kíván sok szeretettel:

Kolinger Margó

Gólyatábor

Hétfő délelőtt a Regis évnyitó után elindult a csapat Pusztamarót felé busszal. Mikor megérkeztünk, még el kellett túrázni a táborhelyig. A túra közben máris egymásra találtak a barátok, így az első pillanattól kezdve kialakult egy jó hangulat a csapatban.

Így kicsit elfáradva, de lankadatlan jókedvvel megérkezett a társaság a szállásra, ahol a tanárok és a segítő idősebb diákok kihirdették, hogy ki, melyik házban kap helyet az elkövetkezendő öt napra.

Tizenkét házra osztottak fel minket: külön a lányok, külön a fiúk, külön a tanárok és külön a segítő diákok. Én Horváth Ancsi házába lettem beosztva, az ő szárnyai alá kerültem.

Jó volt a hangulat a házban is, igaz, csak egy gödöllői pajtásommal laktam együtt, de ez nem okozott számomra gondot.

Miután otthonossá tettük a helyeinket, összegyűltünk egy közös éneklésre, amelyet természetesen Thurnay Balázs vezényelt. Megtanultunk egy csodálatos fekete kánont, amelyhez később táncot is tanítottak az „idős madarak", s ezt elő is adtuk a tanároknak és a diákoknak. Csakúgy, mint a kis színdarabokat, amelyeket szinte majdnem egyedül csinált minden csoport.

A csoportokat úgy osztották be, ahogyan ültünk, ki lett osztva mindenkire, hogy „egyes-kettes-…"és így tovább: így lett nyolc csoport.

Minden csoport húzott egy kezdőmondatot (pl.: Vigyázz, kész, rajt!) és egy zárómondatot (pl.: Nem, nem, nem, nem, nem!). Ezekkel a mondatokkal és pár kellékkel kellett színdarabot csinálni. A darab gyakorlására mindig volt egyórányi lehetőség.

Egy „átlagos" nap amúgy úgy ment, hogy reggel 7-kor ébresztő (aki terítős, annak korábban), aztán közös reggeli torna, ahol igazából a táncot gyakoroltuk. Utána reggeli, majd pihenő és ez után elkezdődtek csoportbontásban a programok. Négy csoport sportolt, négy pedig kézműveskedett, aztán ez fordítva. Délután zenéltünk, drámáztunk és ismerkedős órán vettünk részt. Este, vacsora után összegyűltünk a tábortűz körül, beszélgettünk és szóláncoztunk.

Egyik délután megmásztuk a Gerecsét is. Egy kisebb csoport szerencsésen el is tévedt, de aztán szerencsére mindenki megkerült. Én személy szerint nagyon jól éreztem magam, sok új barátságot kötöttem és feleleventettem a régieket is. A tanárok is végtelenül rendesek, megtaláltuk a közös hangot; a segítő diákok is nagyon türelmesek voltak és kedvesek, szóval jó volt a hangulat. Szívesen megismételném még párszor!

Begala Bori
9. osztály

Bolondos sorok

Az én nevem Kormos,
Nem vagyok én orvos,
De a szőröm bolyhos,
A gatyád meg foltos,
A járásod trottyos,
Itt lakik a boltos,
Aki egy bélpoklos,
Felesége bajszos,
Szája széle sajtos,
A nézése pajkos,
Pillantása lapos,
Fülzúgása hangos,
A kutyája mankós,
A farka meg lompos,
A szoknyája fodros,
A macskája taknyos,
Az órája pontos,
Pénztárcája bugyros,
Almafája lombos,
Főzeléke kapros,
Tortája meg borsos,
Nevetése hangos,
Kabátkája csatos,
Bocs, tévedtem, gombos!
A szomszédja gondos,
Egy kicsit bolondos,
Néha meg habókos,
Felesége szorgos,
De szobája poros,
A foga meg koszos,
Fogkeféje borzos,
Szeme alatt szottyos,
Az almája hernyós,
Az íze meg rothadós.
Ha a versem kapós,
Add vissza te lopós!

Balogh Réka Anna,
4. osztály

PEDAGÓGIA ÉS MŰVÉSZET

A tanévkezdés margójára

Kedves Barátom!

Még augusztus közepe volt, amikor utoljára beszélgettünk, és akkor azt kérdezted, milyen érzés az évkezdés, s hogy mi, tanárok miként éljük meg, hogy a „nagy szabadság" után vissza kell rázódnunk újra a tanév ritmusába, feladataiba.
Nos, augusztus 31-én, hétfőn kora délután, amikor kikászálódtam az autómból és a ragyogó napsütésben bandukoltam az iskola még csendes épülete felé, fokozódó erővel ébredő érzéseim okát csak ekképpen tudom érzékeltetni: olyan otthonosan jó „szaga" volt a levegőnek… Ugyan még nyár volt, harminc fok melegben tikkasztó hőség - az árnyékos helyek sokat érnek majd délután –, mégis valamiféle jóleső várakozás hatott át.
Belépve az épületbe már vidám hangokat hallottam a napközis terem felől: kezdik a gyümölcstálak készítését a kollégáim. Tudod, kedves Barátom, minden évnyitónak hasonló a menete, látszólag semmi különös, érkeznek a családok, találkoznak a gyerekek, a szülők beszélgetnek, a tanárok kihordják a tálakat, majd az osztályok összegyűlnek és kezdődik. Van egy kis beszéd, köszöntés, ének stb. A hangulat könnyed, barátságos, semmi feszélyezettség, de mégis egyre inkább ünnepi. Történnek a dolgok, majd elérkezik az a pillanat, amelyben az új diákokat köszöntjük és közülük is kiemelkedik az első osztály.
Ilyenkor kicsit mindig elszorul a torkom…
Nézem, ahogy nevüket hallva kijönnek, szinte átröppennek a közbülső üres téren és ragyogó, bizalommal teli szemüket az őket hívó osztálytanítóra szegezik.
Miután ott állnak együtt a tanítójukkal - most már az Osztály! -, elindulnak a tanáraik és szüleik keze által formázott alagúton egy felvirágozott kapu felé, amelyen át belépnek az Iskolába. Nézem őket, ahogy elsuhannak a kezeink alatt, és elképzelem, hogy nyolc év múlva ugyanezen a kapun keresztül kilépnek majd az akkori fiatalok.
Barátom, ez a kép – a jövő képe! –, melyet már oly sokszor láthattam, mégis a tanévkezdést mindig az év legtöbb erőt adó, leglelkesítőbb napjává teszi!
Nos, ilyen hangulat van nálunk. Ebbe könnyű belerázódni…

Üdvözlettel: István

U.i. Egy apuka az ünnepség végén odajött hozzám és azt mondta: Hihetetlen, azt láttam, hogy sok gyerek a tanárához szalad és megölelik egymást…

Szent Mihály, a korszellem

Mottó:
Most önmagamé lehetek
És belső fényt terjeszthetek
Világítva tér s idő sötétjében.
A természet lénye aludni készül.
Lelkem mélységei virrasztanak,
Hogy éberen vigyék a Nap tüzét
A hideg téli áradatba.
(Léleknaptár)

Ahogyan a nagy kozmikus történések a csillagképek változásával mély hatást gyakorolnak ránk, úgy változik lelkünk tükrében a minket körülvevő világ.

Kevesen gondolunk arra, hogy az ádvent nemcsak a karácsonyt megelőző négy vasárnapból áll, hanem már jóval hamarabb elkezdődik. Tulajdonképpen már Mihály-nappal kezdetét veszi ez az ünnepkör, és a karácsonyig tartó időszak a belső megpróbáltatások ideje. Jánosnaptól egyre inkább észlelhető a nappalok rövidülése, és a fogyatkozó külső fény hatására hajlamosak leszünk arra, hogy mi is sötétebben lássuk a világot.

De éppen ezek a megpróbáltatások, ez az "elsötétülés" vezethet szükségszerűen oda, hogy kifejlesszünk magunkban olyan erkölcsi tulajdonságokat, melyek képessé tesznek a változásra, a fejlődésre. Fekete István azt mondja, hogy "az életben a fény ide-oda dobálja az embert, és árnyék lesz belőle." Az ember örökös próbatétele két végletes ellenerő közötti szüntelen ingázás és egyensúlykeresés. E két szélsőséget testesíti meg Lucifer és Ahrimán.

Lucifer jellemzője, hogy felpörgeti az embert, tüzes vágyakat és szenvedélyeket szít. Ezzel szemben Ahrimán a teljes józanságot és hideg észszerűséget ösztönzi. Az arany középút mindig a két szélsőség között van, például a luciferi vakhit és az ahrimáni hitetlenség közötti középút az értelmes hit. A luciferi gyávaság és az ahrimáni vakmerőség közötti pedig a bátorság.

Az ellenerők létjogosultsága valójában csak akkor érthető meg, ha tudjuk, hogy az emberiség célja a szabadság és a szeretet legmagasabb fokú kibontakoztatása.

Amikor az ellenerők beléptek az emberiség életébe, akkor jelent meg a rossznak a lehetősége. Odáig az ember automatikusan követte az isteni rendet, teljes szimbiózisban ezzel az egységgel. Ahhoz, hogy megszerezze a szabadságot, a választás lehetőségét is el kellett nyernie. Mert csak ezzel a feltétellel születhet meg a szabad akaratból fakadó szeretet!

Csakis Lucifer és Ahrimán valódi megértése által válik lehetségessé Krisztus megértése, vagyis, hogy hogyan viszonyul a Krisztus-impulzus az ahrimáni és a luciferi impulzusokhoz.

Tehát a Gonosz megismeréséről és legyőzéséről van szó, ez jelenti ugyanis a jelenlegi kultúrkorszak központi feladatát. Az egyes ember és a közösség számára is kulcsfontosságú, hogy az ahrimáni és a luciferi erők szorításában megtalálja a Krisztusi Közép útját, a két szélsőség közti egyensúlyt, mégpedig a saját lelkében és a külső élet területén is.

Rudolf Steiner ebben a küzdelemben – melynek tétje maga az ember individualitásával, sorsával, jövőjével – elszántságra és bátorságra hív. Peter Selg írja, hogy Steiner ilyenkor sosem harciasságra gondolt, hanem bátor lélekjelenlétre. Krisztus nem azért nyújtja ki karjait,

hogy ártson Lucifernek és Ahrimánnak. Ereje és "impulzusa" inkább lényének kisugárzó tisztaságában van, többek között "a világgal való őszinte együtt-érzésében". Krisztus ezzel az "együtt-érzéssel" sőt e "végtelen részvéttel és könyörülettel" fordul Luciferhez és Ahrimánhoz is, akik kiszakadtak az isteni princípium fejlődésének fő irányából, s – így önmagukra hagyatva – arra vannak kárhoztatva, hogy a maguk elszigeteltségében és egyoldalúságában tevékenykedjenek tovább. Ám a Krisztusból kisugárzó tiszta, személy fölötti szeretet és szellemiség elviselhetetlen Lucifer és Ahrimán számára: olyan önértékelési és önismereti folyamatokat indítanak el bennük, amelyek Lucifernek végül szárnyát szegik, Ahrimánt pedig megbilincselik. Krisztus nem az ereje által hat rájuk, hanem puszta jelenlétével, fényével és melegségével – gondolkodásának és szívének szeretetével, moralitásával és ítélőképességével.

Éppen korunk kihívásaira való tekintettel mondta Rudolf Steiner: "Egyetlen olyan erő van, amelytől Lucifer meghátrál: ez pedig a moralitás. Ez olyasvalami, ami Lucifert a legperzselőbb tűzként égeti. És Ahrimánnal szemben sincs más ellenszer, mint a szellemtudományosan iskolázott ítélőerő és megkülönböztető-képesség."

A mai bonyolult társadalmi és politikai helyzetben éppen ezeknek az erőknek a próbáját éljük mélyen megrázó formában! Hogyan viszonyulunk a menekülteket, migránsokat – és ezen keresztül országunkat, Európát – érintő égető problémákhoz? Birtokában vagyunk-e annak a "szellemtudomá-nyosan iskolázott" ítélőerőnek és megkülönböztető-képességnek, melyről Steiner beszél?Morális felelősségünk ébredezni látszik a Waldorf-berkeken belül, ezt bizonyítják a Szövetség eddigi intézkedései is. Szabó Zoltán ügyvezető tájékoztatójából és a Keresztény Közösség felhívásából is informálódhatunk a segítés módjairól, az aktuális helyzetről.

Mert a Rudolf Steiner-i szellemi közösségeknek Mihályt kell szolgálniuk, ahogyan az a "Beavatás kapuja" című misztériumdrámában, Benedictus "meditáció-jában" szól:

"A fény éltető lénye ragyog fel
Emberről emberre.
Hogy igazsággal töltse be a világokat.
A szeretet áldása melegséggel tölti el
Az egyik lelket a másik iránt,
Hogy hatása üdvöz legyen az egész világra.
S a szellem küldöttjei egyesítik
Az emberek áldásos tetteit
A nagy világcélokkal;
És ha az ember is képes egyesíteni a kettőt,
Midőn másik emberben talál önmagára,
Akkor a lélek melegén át felragyog a szellem fénye."

Hisz a sötétség lehetőség is. Lehetőség a mélységünkben szunnyadó erők felszabadításához, hogy a Mihály-idővel kezdődő lelki megpróbáltatásokkal megbirkózva igaz valójában élhessük meg a karácsonyt, azt a legnagyobb misztériumot, amikor a fény újra elfoglalja helyét az ő birodalmában.

Forgács Erzsébet

A Bothmer gímnasztikáról

20 éves a Magyarországi Bothmer-képzés

Fritz Graf von Bothmer a stuttgarti, első Waldorf-iskola tornatanára volt. Rudolf Steiner kérésére és vele együttműködve azon dolgozott, hogyan lehet olyan mozgásformákat, gyakorlatokat, játékokat találni, amelyek az egyes életkoroknak a legmegfelelőbbek, és hogy ezeken keresztül a gyermek teljes lénye harmonikusan fejlődhessen.

A Bothmer gróf által lefektetett alapokon mára létrejött és folyamatosan fejlődik egy olyan testnevelési program, amelyet felnőttképzésben, mozgás-terápiában, sérültekkel való munkában és a Waldorf-iskolákban is alkalmazunk.

Bothmer-tanárként a gyerekeket mozgás közben figyelve sok lehetőségem van arra, hogy segítsem őket. Játék közben a gyerekeknek alkalmuk van más, új módon megismerni egymást.

Elrendeződhetnek viták, ellentétek és persze kialakulhatnak is, de van ideje, helye a megoldásnak, megtanulhatnak igazságosabban dönteni, segíteni egymást.

Több olyan játék van, amelyben az erős, néha hangos, erőszakoskodó gyerek dolga, hogy megvédje a gyengébbet. Más játékokban a periférián lévő, esetleg kirekesztett gyerekek is megmutathatják, hogy milyen ügyesek, jók valamiben, elismerést kaphatnak a társaktól.

Egy-egy új játékot mindig valamilyen mesén, történeten keresztül hozok a gyerekek elé. Az udvar, a tornasátor átalakul tengerré, ahol békés hajósokra kalózok vadásznak, cápák kapnak el halacskákat, vagy elvarázsolt erdővé, ahol óriások és lovagok csatáznak, vagy haramiák kincses barlangjává, ahonnan ügyesen, az őrök figyelmét elkerülve meg kell szerezni a kincseket és a fogságba esett társakat ki kell szabadítani.

Ezek a képek segítenek a gyerekeknek, hogy beleélve magukat egy-egy szerepbe kifejezhessék rejtett félelmeiket vagy vágyaikat, gyógyíthassák a lelküket. Ösztönözheti őket, hogy maguk is kitaláljanak új játékokat, saját szabályokat alakítsanak ki közösen, önmaguk döntsenek helyzetekben.

12 éves kor előtt, tehát a pubertás előtt a gyerekeknek ilyen fajta játékokra van szüksége.

A Bothmer-órákon ezt az önfeledt, szabad, kreatív játékra való képességet szeretném segíteni.Szülőként és tanárként is gondolkodnunk kell arról, hogy mikor kerüljön be egy sport, egy csapatjáték a gyerekek életébe. Ehhez segítséget adhatnak a Bothmertanárképzés egyik régi tanárának, Kim John Payne-nek könyvei: a Gyermekeink játékai és az Egyszerűbb gyermekkor. Folytatása következik...

Schiszlerné Csepi Szilvia

Az égi mezőről az arénába

A football ígézete

Fabrizio Venturini - 2014 Erziehungskunst

A futball a világ egyik legismertebb és legkedveltebb sportja. Tömegeket ejt rabul és fanatizál – főként egy-egy világbajnokság előtt. Az érdeklődés különösen a gyerekek és a fiatalok körében óriási. Vajon mi rejlik a foci-jelenség hátterében? Milyen álláspontot képviseljünk az iskolában a futball-lal kapcsolatban?

Már az ókori egyiptomiak is rúgták a labdát

Elterjedt az a nézet, miszerint a futball a XIX. században, Angliában keletkezett. Azonban ekkor csupán a még ma is érvényben lévő szabályokat fektették le. Maga a játék sokkal régebbi. Aki figyelmesen sétál Firenzében, az a Santa Croce előtti téren egy 1689-ből származó kőlapra lel, amely a már a XV. században kedvelt „calcio"-t: a városrészek közötti futball játékot ábrázolja. A IX. századig visszanyúló bizonyítékok igazolják, hogy már a normannok is futballoztak. Utalásokat találunk arra vonatkozólag, hogy e játék már az ókorban ismert volt, példa erre egy sírkő, melyen egy lábával labdázó isteni ifjú látható. Egyiptomi sírokon is felfedezhetünk hasonló képeket. Közép-Amerikában számos ábrázolást találtak, melyek bizonyítják, hogy a futball először kizárólag az istenek számára fenntartott játék volt. Ám a futball története még ennél is régebbre tekint vissza.

A kozmosz utánzása és katonai edzés

A futball legősibb kínai kezdeteire nincs bizonyíték. Azonban a különböző ábrázolások egybevetése a következőket mutatja: a játékot első formájában körben álló artisták mutatták be a császári udvar „égi rétjén", akik a puha labdát művészi mozdulatokkal, lábbal és más testrészeikkel – a kéz és kar kivételével – szép íveket leírva a magasba röpítették anélkül, hogy a labda a földhöz ért volna. Ezzel egyidejűleg mindkét kezükkel hosszú szalagokat lengettek. Ez utóbbi megmagyarázza, hogy miért nem szabad használni a kezet. E játék feltehetőleg kozmikus mozgásfolyamatokat jelképezett és a labda a Nap szimbóluma volt. A mozdulatok finomak és harmonikusak voltak; a labda röpténél a változatosságon és a szépségen volt a hangsúly, a labdának körbe kellett járnia a lengő szalagokat, anélkül hogy megzavarta volna azok mozgását. Nem voltak még

versenyek, csapatok és gólok, csak a játék végén juttatták a labdát a hálóba. A játék inkább valaminek a szemléltetéséről szólt, mint küzdelemről (Theo Stemmler); a császári beavatottak egy szűk körének mutatták be, akik így értették meg az égi mozgások szimbolikáját. Az erről szóló első adatok a Kr. előtti III. évezredig nyúlnak vissza.

Egy második változat csak kevéssel később terjedt el. A katonai beavatás alsó fokozatain a legendás uralkodó, Huangti Kr. előtt 2697-ben vezette be a „ts'uh küh"-t (szó szerinti jelentése: „labda játék", amit lábbal játszanak), mely hamarosan igen kedvelt lett. Ez egy csapat- és küzdőjáték volt, és elsősorban a katonák harci edzését szolgálta. E játéknál a labdát minél laposabban, messzire kellett rúgni, és az ellenfél térfelére juttatni – ezt nevezték később az angolok „kick and rush"-nak. A játékteret cölöpök jelölték és háló nélküli kapuk. A védekezésnél mindenki védő és kapus volt, a támadásnál pedig mindenki csatár.

Szigorú fegyelem uralkodott a káosz elkerülése érdekében. A játék mindkét formája hosszú ideig létezett Ázsiában egymással párhuzamosan. E játékok leszármazottai máig fennmaradtak, tovább élnek pl. a japán meditatív labdazsonglőr játékban, a „kemari"-ban (jelentése: naplabda), és egy röplabdaszerű kínai változatban, ahol az ellenőrzött egymás elleni játékban a kapu a pálya közepén, a háló fölé van erősítve, és ezen kell keresztülrúgni a labdát. A labdajáték kozmikus vonatkozásait a 11 fős csapatlétszám és számos méretezés még ma is sejteti.

Az egyéniség előre lép

Csupán sejtéseink lehetnek arra vonatkozólag, hogy Ázsiában a játék miért merült nagyrészt feledésbe: a szimbolikus „égi játékok" iránti érdeklődés az ember „földivé válásával" vélhetőleg csökkent, a katonai változat pedig bizonyára nem illett az egységes nagybirodalom kialakítását célzó törekvések sorába: Kínában a nagy tömegek megszervezése került előtérbe. A futball azonban nem az a játék, amely az uniformizálást segíti. E sportág Európában a reneszánsz idején támad fel ismét, az egyéniség születésének korában. A modern profi futballban egyértelműen látszik az individualizmus: itt a művészi labdakezelésen, az ügyességen van a hangsúly. Egy zseniális játékos, aki egy adott pillanatban cselekvési szabadságot kap, győzelemre viszi a csapatát. Egy bajnokcsapat ünneplése elképzelhetetlen anélkül, hogy ismernénk az egyes játékosokat.

A modern futballjáték jellemzői

A futball nagyon változatos és nincs még egy játék, amely annyira izgalmas tud lenni, mint ez. Az atlétika, az artistaművészet és a taktika egyesül benne. A focistának jó futónak kell lennie, ügyes cselezőnek és kitartónak, fontos a jó erőnlét, a labdaérzék, a sokoldalúság, a gyorsaság. A jó játékos érzi a lövés erősségét, és kiválóan tud célozni, hogy pontos passzokat adhasson a társainak. Biztos érzékkel méri fel a helyzetet, a megfelelő pillanatban a megfelelő helyen van, megbízhatóan fogja az ellenfelet, képes meglepően cselekedni, váratlanul visszaadni a labdát, félrevezetni az ellenfelet, meghiúsítani annak akcióit. Saját

csapattársait szavak nélkül is érti, örömét leli az összjátékban, jó a térérzéke, átlátja a helyzetet, hiszen az erre alkalmas pillanatban kockáztatnia kell, a következőben azonban biztosra menni. Rá kell erőltetnie az ellenfélre a maga játékmódját, és persze el kell őt térítenie saját tervétől, Erős idegzetre van szüksége, hogy ösztönözze magát és társait, és persze provokálja ellenfeleit. Mindenek előtt azonban gólokat kell szereznie: lábbal, sarokkal, térddel, törzzsel, fejjel, tarkóval, s ugyanezekkel kell megakadályoznia az ellenfél lövéseit. A tökélyre fejlesztett futball – ahogy a híres játékos, Alfredo Di Stefano mondja – művészet.

Azonban a futball sajátosságának megragadásához a legfontosabb ismertetőjegyet csupán akkor találjuk meg, ha megfigyeljük a játékban az egyén és csapat viszonyát. Állandó kölcsönösséget tapasztalunk. Sem a teljes uniformitás, sem a kaotikus individualizmus nem vezet a csúcsra. A világ legjobb csapatainál különböző változatokat láthatunk, akik azután a világbajnokságok alkalmával találkoznak:

A spanyolok mesteri rövidpasszai, a brazilok labdabűvész mutatványai, az olaszok és argentinok sokszínű taktikája, az afrikaiak mágikus pillanatai, az ázsiaiak technikai tudása, az angolokra jellemző atlétikusság, a zseniális egyéniségekből kovácsolódó kelet-európai együttesek és a németek nagy egyéniségei, akik csapatfegyelemre képesek. És minden csapat alkalmas arra, hogy valami meglepőt nyújtson, amely az egyéntől indul, s amely azonban mindenkit magával ragad, vagy amit az egész csapat közösen határoz el, és minden egyes játékos elszántan részt vesz a megvalósításban.

A kézilabdában sokkal több gólt láthatunk, mint a futballban, amely gyakrabban végződik 1:0-ra, mint 5:4-re, vagy gól nélkül, de akár döntetlen is lehet a végeredmény. Éppen ezért a játék menete a futballban sokkal nagyobb hangsúlyt nyer, számos kombináció lehetséges, és az egyéni játékosok sikeres vagy sikertelen akcióit s persze góljait a nézők sokkal inkább figyelemmel kísérik, és hosszabb időn át emlékeznek rájuk. A futball egyes történéseit kedvvel megbeszélhetjük, utólag is emlegethetjük – ezért olyan közkedvelt a televízióban.

Veszélyes fanatizmus

A futball mai alakulásában a túl erős sikerorientáltság és a fanatizmus jelenti a legnagyobb problémát. „Csak a gól a fontos, csak az, hogy győzzünk!" – ez a hozzáállás mind a játékosok, mind a szurkolók között felerősödhet. Rudolf Steiner néhány állítással ellentétben soha semmiféle elítélőt nem mondott a futballról, a fanatizmusról és a football szurkolók durva viselkedéséről – melyet angliai előadásaira utazva mellékesen megtapasztalt – viszont annál inkább.

A „stadion-balhé" következményekkel jár, gyakran erőszakos cselekedetekbe torkollik, a minden áron nyerni akarás vágya felemészti a lelkeket. Győzelem esetén a szurkolók szinte kikelnek magukból az örömtől, eksztatikus állapotba kerülnek – a játékosok a gólok után bukfencet hánynak –, ha viszont sérelem éri őket, akkor kontrollálatlanul elkezdik szidalmazni és rúgni a másik felet. A gyermekek ezeket a magatartásformákat utánozzák, az érzelmek pedig hatással vannak lelki fejlődésükre. Ebben rejlenek a "sport sötét mélységei" (Hermann Poppelbaum).

Futball az iskolában

A gyermekközpontú pedagógiának figyelembe kell vennie, hogy egy adott életkori szakaszban milyen követelményeket és kihívásokat támasztunk a gyerekkel

szemben. A gyermeki játék megfigyelései azt mutatják, hogy mindkét ősi formát: mind a labdaérzéket kívánó gyakorlatot – amikor a labdát a levegőben tartjuk –, mind pedig azt, amikor a labdát futás közben vezetjük, végezhetjük korábban, mielőtt még a diák arra gondolna, hogy elmegy egy sportegyesületbe. Az egyedül szívesebben játszó gyerekek inkább az elsőt, a vérpezsdítő „támadósdit" kedvelők inkább a másodikat részesítik előnyben. Aki a kozmosz felé fordul, az kedveli a levegőben lebegő labdát, aki inkább a föld felé irányul, az a talajon guruló labdában lel örömet. Azonban bármennyire is szeretik a gyerekek a labdával való játékot, a csapatsporthoz először éretté kell válniuk.

A futballnál követelmény, hogy a test súlypontja mélyen helyezkedjen el, csak így érhetünk el sikereket; az akaratnak a bokában, igazából a lábujjhegyben kell lakoznia. A pubertás előtt általában ezzel még nem dolgozhatunk. Amikor felmerül a kérdés, hogy kínáljunk-e futballt az iskolában, akkor fontos, hogy a jelenséget differenciáltan kezeljük: a felső tagozat előtt inkább ne. Labdás ügyességi gyakorlatokat (pl. tapsolás a falnál vagy a hálónál) már végezhetünk korábban, labdával szlalomozást szintén, azonban a rúgás, lövés, fejelés a korai életszakaszban kedvezőtlen hatással lehet a test és lélek egészséges viszonyának megtalálására.

Kerülnünk kell minden esetben azt a (maga)tartást, amelyet a mechanikus rugós focibábuk oly egyértelműen mutatnak: a mellrésznél megfogjuk, a fejnél hátranyomjuk, s máris szökken a láb, rúgja a labdát. Azok a gyerekek, akik ilyen mereven, vadul küzdenek a labdáért, nagy testi és lelki sérülésveszélynek vannak kitéve, hiszen egy lövésnél úgy érzik, „a másik megrúgott engem" s méghozzá „lentről", tehát aljas módon. Az „alsó ember" a futballnál erőteljesebben van jelen, mint a többi sportágban. A futball elősegítheti a Nap-szerűnek a földre érkezését és az önérzet/önbecsülés/ önértékelés fokozódását/növekedését. Erről szólnak a híres idézetek, mint „a gömbölyűnek a szögletesbe kell jutnia" továbbá „futball az életünk". (A fenti idézetek német nyelvterületen élnek igazán. Nekünk, magyaroknak elsőre talán Sándor Pál: Régi idők focija c. filmjének híres mondata jut eszünkbe: "Kell egy csapat!" – a fordító megjegyzése) E sport azonban könnyen összefonódhat hírnévvel és fanatizmussal éppúgy, mint pénzzel és hatalommal. Ezért hát helyénvaló, ha a pedagógiában óvatosan bánunk vele, persze anélkül, hogy ennek érdekében hamis mítoszokat találnánk ki. Hiszen tudjuk: a futball nem koponyák rugdosásából keletkezett és Rudolf Steiner sohasem tiltotta meg a futballozást a Waldorf-iskolákban.

Fordította: Kuntz Orsolya

A szerző Fabrizio Venturini, a stuttgarti Waldorf-tanárképzés tanára, aki fiatalon a VfB Stuttgart játékosa volt.

Forrás: http://www.erziehungskunst.de/artikel/von-der-himmelswiese-in-die-kampfarena-faszination-fussball/

Szerkesztőségünk szeretettel ajánlja a téma iránt érdeklődők figyelmébe Kim Payne: Gyermekeink játékai c. könyvét!

A győzelmen túl
Teljes értékű gyermeksportok

A teljes értékű ifjúsági sportélmény tíz ismérve

E tíz alapelv szem előtt tartásával megteremthetjük az aktív és oktató jellegű játék közötti ideális egyensúlyt, és sportoló gyermekünk szellemi és fizikai fejlődésének egészséges egyvelegét segítjük elő.

1. Egy szezonban csak egy sport legyen

Ha a gyermek egynél több sportot űz, gyakran túl kevés szabadideje marad. A gyerekeknek szükségük van a szabadidőre, hogy kilélegezzenek, erőre kapjanak és érzelmileg újra feltöltődjenek. Arra is szükségük van, hogy pihenjenek és az edzés után fizikailag helyrejöjjenek, és persze a megfelelő iskolai felkészülésre is időt kell fordítaniuk. Ezen kívül a sportokkal túlzsúfolt időbeosztás a mindennél fontosabb családi együttléttől veszi el az időt, amely pedig fontos az egészséges, támogató családi kötelékek kialakulásához. A lényeg: lehetővé kell tenni, hogy a gyermek egy adott sportot űzhessen kedvére ahelyett, hogy túl sok elfoglaltsága lenne és zaklatott életet élne. Az a fontos, hogy a sport az öröm, és ne pedig az őrület forrása legyen.

2. Az egyes szezonokban más-más sportot űzzünk

Kerüljük el, hogy a gyermek már kicsi korában, vagy bármikor egyetlen sportágra szakosodjon; ez mind fizikai, mind szellemi értelemben problémát okoz. A gyermekeknek különböző spor-

Richter Beatrice

Steiner Melinda

Kovács Klaudia

Tóth Piroska

Györgypál Ildikó

Balogh Lehel

Planicska-Altdorfer Eszter

Kőhalmi Ákos

Tóth Piroska

képességek kifejlődéséhez és a kiégés megelőzéséhez. A sportágak váltogatásával megelőzhetők a fokozott igénybevétel miatt kialakuló sérülések (amelyek manapság a 9-10 éves gyermekek körében meglepően gyakoriak), és ami a legfontosabb, megőrzi bennük a szenvedélyt, hogy serdülőkorukban és azután is jól játsszanak. Ha a gyermeket arra kényszerítjük, hogy egyetlen sportágban érjen el fejlődést a többi rovására, ezzel az edzés szenvedéssel telivé, a játék pedig egy örökös teljesítményértékeléssé válik, és nem az lesz, aminek lennie kellene: vidám és élénkítő tevékenység.

3. Versenysportot évente legfeljebb három szezonban űzzünk

Egy-két szezonban lazítsunk, és fedezzünk fel más olyan tevékenységeket, amelyek kihívást jelentenek, de nem feltétlenül csapatorientáltak. Ezzel bővül a sportoló készségeinek tárháza és a látószöge. A verseny okozta stressz megterhelő a gyermeknek, ha egymás utáni szezonokban focizik vagy kosárlabdázik. Remek módja annak, hogy tanuljon, megtalálja az egyensúlyát, valamint szellemileg és fizikailag kipihenhesse magát a következő évi sportolásra, ha pihen, vagy kipróbál valami mást, például a kajakozást, hegymászást, vagy akár a horgászatot.

4. Űzzünk évente legalább egy egyensúlyfejlesztő tevékenységet

Az egyensúly a sportoló fejlődésének egy gyakran mellőzött, ám létfontosságú eleme. A legtöbb sportban a fiatal sportolóknak a verseny közben meg kell találniuk és fenn kell tartaniuk egyensúlyukat, miközben valamilyen más tevékenységet végeznek, például ellövik a jégkorongot, elütik a golflabdát vagy leszedik a lepattanó kosárlabdát. Az egyensúly javítása segít, hogy a gyermek teste erős legyen és rotációs ereje fejlődjön, ami az optimális sportteljesítmények során nélkülözhetetlen. Egy olyan egyensúlyfejlesztő tevékenység beiktatásával, amely egyszerre jelent örömöt és kihívást (mint például a görkorcsolyázás, hegyi kerékpározás, síelés vagy a hódeszkázás), nagyszerűen javíthatók a fiatal sportoló kedvenc csapatsportjában használt képességei.

5. Tanulmányozzuk a választott sport történetét

A gyermekek ne szalasszák el a lehetőséget, hogy megismerjék a kedvenc sportáguk színes történetét. Az, hogy megtanulják, hogy hogyan, ki és hol találta fel az adott sportágat, és az hogyan fejlődött tovább, remek történelmi nézőpontot nyújt, és a gyermek jobban fogja értékelni a sportágat. Ez arra is jó módszer, hogy felkeltsük az érdeklődésüket általában az olvasás iránt.

6. Tanuljuk meg a választott sportág valamennyi játékszabályát

Sok sportoló úgy véli, hogy az általuk játszott sportág szabályainak alapos ismerete révén jobban megértik azt, és ez versenyelőnyhöz juttathatja őket. Még az élsportolók szintjén is igaz ez, az amerikai profi golfozók például saját kárukon

tanulták meg, mi történhet, ha az ember a szabályok megfelelő ismerete nélkül hoz döntést a torna közepén. Az ilyen hibák több ezer, ha nem több százezer dollárjukba kerültek.

Raymond Berry, az NFL New England Patriots nyugalmazott csapatkapitánya híres volt arról, hogy feladványokat adott a játékosainak, és hetente legalább egyszer gondosan átismételte velük a szabályokat. Berry úgy vélte, hogy azzal, hogy a játékosai behatóan ismerték a szabályokat és gyakran felelevenítettek azokat, jobban átlátták, hogyan is kell játszani a játékot és ezért kevesebb mentális hibát vétettek és jelentős előnyre tettek szert ellenfeleikkel szemben.

7. Engedjük, hogy a sportoló gyermek besegíthessen az edzésbe

Akinek kellett már valaha is tanítania, tudja, milyen sok időt kell belefektetni ahhoz, hogy jól menjen. Emellett a tanítás révén mi magunk is tanulunk. Önmagában amiatt, hogy el kell magyaráznunk valamit valaki másnak, kénytelenek vagyunk végiggondolni és világosabban átlátni a teljes folyamatot. Ha engedjük, hogy a sportoló gyermek egy kisebb gyermeket vagy csapatot eddzen, vagy segédkezzen az ő edzésükben, ez nagyszerű edzési élményt jelent számára. Az, hogy a tanítás révén magunk is tanulunk, a sport mélyebb megértéséhez és a pályán jobb teljesítményhez juttathat bennünket.

8. Olyan gyakorlatokat adjunk, amelyek kihívást jelentenek és lekötik a gyermeket

Ez a javaslat irányadó a hátsó kertben „edző" szülőkre és a gyermekekkel foglalkozó edzőkre is. Gyakran halljuk, hogy a gyerekek nem akarnak edzésre menni vagy egy új készséget elsajátítani, arra panaszkodva, hogy az edzés unalmas, nem okoz örömöt, és a gyerekek nem látják, hogy készségeik javulnának. Sok, gyermekekkel foglalkozó edzőnek nincs elég ideje felkészülni, vagy nem tudják, hogyan vezessenek le egy olyan edzést, amely megtanítja az alapokat is, ugyanakkor elég dinamikus ahhoz, hogy az összes gyereket lekösse. Az edzésekből gyakran edzőmérkőzések lesznek, ahol az edző nagyon keveset tanít, és a gyerekek csoportjai kénytelenek ülni, nézni és várakozni. Mindegy, hogy az ember otthon vagy egy csapattal edz, fel kell készülni az órákra, meg kell hallgatni a szakértőket és ki kell találni egy köredzést, hogy minden gyereket le lehessen kötni és kihívás elé lehessen állítani, miközben az alapokat és a technikát is megtanítjuk nekik. A gyerekeknek gyakran kell váltaniuk az egyes állomások között, hogy fizikailag aktívak maradjanak és mentálisan is le lehessen őket kötni. A szülőknek és az edzőknek a lehető legkevesebbet kellene szavakkal magyarázniuk a dolgokat. Jobb, ha megmutatjuk, mit szeretnénk megtanítani. Ha mégis muszáj beszélni velük, történjen ez beszélgetés, és ne előadás formájában. Próbáljuk elérni, hogy a gyermekünk vagy a csapat megfigyeléseket tegyen. Meg fognak lepni bennünket az arra vonatkozó pontos meglátásaikkal, hogy mit csinálnak jól és mire kell még jobban odafigyelniük ahhoz, hogy fejlődni tudjanak.

9. Tanítsuk meg a gyermeknek hogy működik a testünk

A fiatal sportolók úgy értik meg legjobban, hogy miért csináljuk az adott feladatot, ha elmagyarázzuk nekik, hogyan működik az emberi test, ideértve azt is, hogy a sporttevékenységek során milyen izmok és ízületek mozognak, és miért fontos őket fejleszteni, hogy megerősödjenek és megelőzzük a sérülést. A test működésének megértéséhez vezető út fontos első lépése, hogy megismertessük a sportoló gyermekekkel a test anatómiáját.

10. Eddzük az agyat! Építés/alkotás/problémamegoldás

A sportolók fejlesztésének egy fontos, ám gyakran mellőzött eleme a kognitív fejlesztés.

Amikor a gyerekek a kertben vagy a parkban játszanak a barátaikkal, kitalálnak játékokat, fából erődöt építenek, vagy akadálypályát terveznek, aktívan tanulják a gondolkodás és a problémamegoldás technikáját. Amikor új feladatokat végeznek, meg kell tanulniuk, hogyan változtassanak szükség szerint a játékukon és dolgozzanak ki megoldásokat. A szervezett sportok során a gyerekek gyakran túl sok instrukciót kapnak a játék előtt, alatt és után, és nem kapnak lehetőséget arra, hogy maguk találják ki a dolgokat. Az edzők utasításokat ordítanak, hogy hogyan játsszanak, ahelyett, hogy engednék, hogy a gyerekek tanuljanak a hibáikból és menet közben változtassanak a játékukon. Állítsuk a gyermekeinket kihívások elé otthon, majd keressünk egy olyan edzőt, aki ugyanezt teszi a sportpályán. Kezdjük azzal, hogy otthon kialakítunk tereket az alkotó játék és kísérletezés számára (lásd a Beyond Winning című könyv 6. fejezetét). Adjunk nekik új dolgokat, amiből a nappaliban vagy a kertben építeni tudnak.

Változtassuk a környezetüket: vigyük el a gyermekeket egy felfedező gyalog- vagy biciklitúrára.

Ezek a változatos élmények segítik alkotókészségük és alkalmazkodóképességük fejlődését, amelyek a fizikai és érzelmi gyarapodásukat kiegészítő kognitív fejődés létfontosságú építőelemei.

A Wholechild Sports mozgalomról – melynek egyik kezdeményezője Kim John Payne, akinek „Egyszerűbb gyermekkor" című könyvét egy korábbi Dióhéjban már ajánlottuk – bővebben itt olvashattok: www.wholechildsports.com.

Fordította: Skarka Cecília

A kisgyermek mozgás— és játékfejlődése, mint a kozmikus képzőerők tűrkőződése az embríonális fejlődésben

Nagy várakozással tekintettem a Goetheanum pedagógiai szekciójának szervezésében megtartott nagyheti nemzetközi konferenciára, melynek témája az „Átmenetek a gyermekkorban a születéstől 14 éves korig"volt, és összességében a gyermekkornak egy olyan nagyobb szakaszára fókuszált, mely már a születés előtti időszakot is vizsgálta. A sok izgalmas előadásból és munkacsoport programból nehéz volt kiválasztani egyet, de nagy örömömre a fenti címmel rátaláltam erre a témára, melyhez már régebben is gyűjtöttem ismereteket. (A Metamorfózisban is megjelent két írásom erről.)

Hogyan tanulhatjuk meg kiolvasni a szellemi intenciókat a gyermeki gesztusokból, mozdulatokból annak érdekében, hogy segítsük, és ne zavarjuk meg a gyermek inkarnálódni akarását? Ezt Marie-Luise Compani és Eveline Nohsislavski csoportjában egyfelől a kisgyermek játékának fejlődésében a mozgások megfigyelésével igyekeztünk elemezni az erről készült film alapján, másrészt az euritmia gyakorlatain keresztül próbáltuk a kapcsolatot feltárni az állatövi erők hatásai és a kisgyermek korai játékának gesztusai, mozdulatai között.

Abban a szerencsében volt részem, hogy Eveline-nel – aki gyógyeuritmista – többször is beszélgethettem, és átadta nekem az előadásainak írásos összefoglalóját. Ennek felhasználásával készült a beszámolóm, követve az általa használt kérdés-felelet formát.

Az állatöv hatásai

Az állatöv egy korai földfejlődési korszakban keletkezett a kozmosz régi Szaturnuszt megelőző evolúciójában, és ennek a fejlődésnek az eredményeként nevezik K r i s t á l y é g b o l t n a k.

Rudolf Steiner így magyarázta: „Mindaz, ami akkor megjelent a mi földfejlődésünk kezdetén, azt kívülre kell helyeznünk, kívül a zodiákuson. Az ősvilági bölcsesség ezt K r i s t á l y é g b o l t n a k nevezte és ebben a Kristályégboltban őrződtek meg egy korábbi evolúció lényeinek a tettei. Ezek képezték úgymond mindazt, ami alapján az új Lényiségek teremteni kezdtek. Ezek az új Lényiségek, amelyek önmaguk áldozatából teremtő módon tevékenykedtek, ők voltak a Szerafok, Kerubok és Trónok. […] Az, amit mi állatövként ismertünk meg, maradványa mindazon magasztos Lényiségeknek, akik egy régi Naprendszerből kerültek át hozzánk. Ami korábban egy Naprendszeren belül fejlődött, az most képes a Világmindenségből lehatni és ő maga egy új Naprendszert tud magából szülni és teremteni" .

Kérdés: Miért nevezik „állatövnek"?

„Az okkult nézet megmutatja számunka, hogy az, ami az állatfajok különbözőségét eredményezi, nem csupán a Földről ered.

Az állatfajok formáikat sokkal inkább az égi térségekből nyerik, méghozzá úgy, hogy azon erők, amelyek az egyik fajt létrehozzák, az égi terek más helyéről származnak, mint azok az erők, melyek egy más fajt hoznak létre. Az egész Világmindenséget a különböző Hierarchiák szellemi lényei töltik be, amelyek különböző irányokból különbözőképpen hatnak a Földre. Ők mind meghatározott rendben helyezkednek el az égi tér csillagkörében, amelyet ősi idők óta állatövnek neveznek. Valóban nemcsak úgy mellékesen beszéltek a régi időkben az állatövről, hanem tudták, miért teszik ezt. [...] Az állatövi-szférák formaképző erői teremtették meg az alapjait az ember különböző testrészeinek, már a régi Szaturnusz idején."

„Ahogy a régi Szaturnusz önmagát kialakította és végighaladt az állatöv egyes jegyein, úgy képződtek tagról tagra az emberi test alapjai."

Kérdés: Miért hatnak az állatégöv erői a mai napig az emberben?

„A különböző állatfajok az evolúció folyamán az ember által levetett, túl „szűkké" váló burkokból jöttek lére. Ezekben az egykor emberi burkokban jöttek le a Föld térségébe, korábban, mint az ember, ahol az éteri-asztrális emberi burkok először megszilárdulhattak. [...] Az állatégövi szférákból jövő kozmikus formaképző erők a mai napig képesek hatni, hatnak a mai emberre is."

A mikrokozmosz és makrokozmosz közti megfelelések
Az ember a Világmindenség hieroglifája

Kérdés: Hogyan találhatunk összefüggést az ember és a külső világév körbejárása (a tizenkettesség) között?

"Elsőként azt találjuk, hogy amikor az ember a szellemi világból alászáll a fizikaiba, akkor keresztülmegy a fogantatáson. Azután mintegy kilenc

hónapon keresztül embrionális állapotban létezik. Ez három hónappal kevesebb, mint az év lefolyása. Ha van hozzá érzékünk, hogy a gyermeket földi életének első három hónapjában megfigyeljük, úgy észlelhetjük, hogy ami az első három hónapban történik, az valójában az embrionális életének a meghosszabbítása. Ez az első három hónap, ami az évet (a tizenkettességet) teljessé teszi, az embrionális élethez bizonyos szempontból még hozzászámítandó, úgyhogy azt mondhatjuk: az emberi fejlődés első éve mégiscsak az év körforgásába (tizenkettesség) illeszkedik."

A következő példa is alátámasztja Rudolf Steiner nézőpontját: köztudottan csak az embernél megy végbe földi életének első három hónapjában hangképző szerveinek anatómiai változása, amely a magánhangzóképzés rezonáló terét (száj és garat) megnöveli, és mindenek előtt lehetővé tesz a nyelvnek egy szabadabb játékteret a mássalhangzók artikulációjához.

Kérdés: Hol találjuk még meg a tizenkettességet? (pl. 12 érzék, tizenkét fokú skála/kromatikus hangsor az állatövben)

„Ahhoz, hogy megértsük, ami az emberen kívüli természetben (a makrokozmoszban) zajlik, az emberi lényt kell alapul vennünk."

"Ha vonzóerőről beszélünk, nem tagadhatjuk, hogy nemcsak a Nap vonzza a Földet, hanem a Föld is a Napot, így tehát egy vonzóerő vagy gravitációs erő a Nap irányából a Föld felé, a Föld irányából pedig a Nap felé is hat. Ebből tehát arra kell következtetni, hogy tulajdonképpen egyáltalán nem beszélhetünk a Földnek a Nap körüli ellipszis pályán való mozgásáról, hanem inkább arról, hogy mindkettő egy semleges pont körül kering. Egy, a két középpont közötti – a földközéppont és a Nap középpontja között lévő – semleges pont kell hogy a forgási központ legyen."

A mérhető és a nem mérhető anyag
Az egész Világmindenség az emberhez való kapcsolatában

Kérdés: Mi tartozik a nem mérhető anyaghoz és milyen kapcsolatban áll a mérhetővel?

„A fény nem tartozik a mérhető anyagokhoz, a meleg sem (a napfény és a Nap melege az éterhez tartozik). Először azt kell szemügyre vennünk, ami mérhető, és azután a mérhetőt szembe helyeznünk az éterrel. A Földnek mérhető az anyaga, de a Nap tulajdonképpen olyan, mint ami kevesebb, mint a tér: a tér „kispórolása". Valami, ami szívó jellegű, ellentétben a mérhető anyag nyomás jellegével. És így a külvilágban, hogy úgy mondjam, nem csak egy ilyen szívó éter felhalmozódásával van dolgunk, hanem ez a szívó éter most tovább is terjeszkedik. A nyomó erő mellett mindenhol jelen van a szívó erő is. Mi magunk is hordozunk a saját étertestünkben szívó erőt. Nyomó erő és szívó erő: ezek azok, melyeket a térben találhatunk. Ám nem arról van pusztán szó, hogy csak fizikai testtel rendelkezünk, amely mérhető anyagból áll és mérhető anyagot is felvesz, majd azt újra leadja, meg hogy étertestünk is van, amely szívó éterből áll; hanem hogy ott van még nekünk az asztráltestünk (is) ".

Kérdés: Mit jelent az, hogy van asztráltestünk?

„Hogy nekünk van asztráltestünk, az azt jelenti, hogy hordozunk valamit, ami már nem téri, ami azonban a térivel bizonyos kapcsolatban áll. Az asztráltest valami olyan, ami tevékeny, amely rendezi és tagolja a térhez való viszonyt. Ami bennünk történik, az a térrel való kapcsolat rendezése az asztráltest által, és ahogyan ez a Világmindenségben is történik." (Nézzük meg az általunk átfogható Világmindenség téri környezetét, tekintsünk rá arra, amit állatövnek nevezünk, a különböző csillagképek tizenkét területre való tagozódásában). „Nos, arról van szó, hogy ezek a térirányok valóban nem olyan jellegűek, melyeket úgy lehet jellemezni, hogy azt mondjuk: itt van az üres tér és ebbe az üres térbe húzok valamilyen vonalat. Valami olyasmi, ami a matematika feltételezése szerint térként jelenik meg, egyáltalán nem létezik sehol sem, hanem mindenhol erővonalak, erőirányok vannak. Ezek az erőirányok nem egyformák, egymástól különbözőek, differenciáltak. Hiszen a látható Világmindenségünk e tizenkét területe éppen azáltal különböztethető meg, hogy mondjuk a Kos irányába tekintvén ez az erőhatás egészen más, mint a Mérleg irányában. Akkor fogjuk fel helyesen, ami itt állatövként van felrajzolva, ha azt a külső asztrális világ reprezentánsaként értelmezzük."

Abban a pillanatban, amint az ember felemelkedik az imaginatív lelki élethez, nem találja közömbösnek, hogy a Kos vagy a Rák irányáról van-e szó, mert nagyon is különbözőnek érzékeli azt.

Ha tehát föltekintünk az állatövre, az számunkra a külső alakunk kinti kozmikus reprezentánsát jeleníti meg (a csontvázunk).

A régi idők embere nem pusztán a külső csillagképeket látta. Egy belső csillagképet érzékelt magában, egy belső világrendszert. Nemcsak kívül, hanem a fejében is – ami ma a differenciálatlan

képzeleti élet hordozója – érzékelte a világrendszert. Ott, a belsejében sütött a Nap, ott, belül keringtek a bolygók. Az ember a saját fejében hordozta ezt a világképet. Ha tehát tanulmányozzuk, hogy milyen viszonyban áll ez tulajdonképpen az emberi alakkal, és lehetőségünk van visszamenni az emberi alaktól az állatövig – vagyis az állócsillagok világához –, akkor tudunk képzetet alkotni magunknak az emberből kiindulva arról, ami ott kívül formált, elrendezett, és amit nem matematikailag vagy mechanikailag kell vizsgálnunk, hanem azáltal, hogy megtanuljuk az ember teljes alakját megragadni. Hiszen ezekről a dolgokról nekünk már nincs valós érzékelésünk. Még a héber misztériumokban mondta a mester a tanítványainak: Jahve az, aki úgy hat, hogy a Nap visszamarad a csillagok mögött.

És Jahve azzal az erővel alakítja ki az emberi alakot – ami az ő képmása – amellyel a Napot visszatartja. A csillagok tehát gyorsabban haladnak, a Nap pedig lassabban. Így erőkülönbség keletkezik. És ez az erőkülönbség az, ami ezek szerint a régi misztériumok szerint az emberi alakot eredményezi. Az időből eredve úgy születik az ember, hogy létét a csillagvilágnap és a Nap-világnap közti sebességkülönbségnek köszönheti. Az, ami az emberré válás kezdeti folyamataként az anya testében végbemegy, az egész kozmosz eredménye. A megtermékenyítés csak indítékot, ösztönzést ad hozzá, hogy a kozmoszból egy bizonyos hatás egy emberi testben bekövetkezhessék. És mindaz, ami először az ember kialakulásánál létrejön, az a teljes Kozmosz leképeződése. Aki az embriót a kezdeti stádiumától fogva tanulmányozni akarja, annak ezt az embriót mint az egész Kozmosz leképeződését kell tanulmányoznia.

A mi galaxisunk

Egy galaxis a csillagok, bolygórendszerek és gázfelhők gravitáció által összefűzött nagy gyűjteménye.

Az ábrázolás az ókori görögöktől származik, miszerint egy antik monda alapján az Istenanya tejéről van szó (görögül a galaxias=Tejút, gala-galakto).

A spirálgalaxisoknak van egy szférikus, gömbszerű magjuk (domborulat), és ebből kiinduló spirálkarjaik. A spirálkarokban láthatjuk az új csillagok keletkezését. A küllős spirálgalaxisoknak a centrumból kiindulva hosszú küllőjük van, melyhez aztán a spirálkarok csatlakoznak. A mi galaxisunk esetében is küllős spirálgalaxisról van szó.

Az archimédeszi spirál

(Az archimédeszi spirál két egymást követő íve közötti távolság állandó, azaz állandó szélességű csigavonal. Ha egy szőnyeget föltekerünk, ilyen archimédeszi spirált kapunk.) Archimédesz Krisztus előtt 225-ben írta le a róla elnevezett spirált (amely egy végtelen csavar) „A spirálokról” szóló esszéjében. Az archimédeszi spirálformában a spirálmenet távolsága a centrumból kiindulva nő, ami azt jelenti, hogy nincs állandó távolság az ívek között a párhuzamos ívek tekintetében. Sok adathordozó eszköz az archimédeszi spirál elvét alkalmazza, így az archimédeszi spirál formájában rétegződnek a rögzített sávok.

Galaxisunk kozmikus mozgásformáját valódi lelki élményként élhetik át a gyerekek a Waldorf-óvodában, a szalagok föltekerésének mindennapi tevékenységével, az archimédeszi spirált utánozva.

Az archimédeszi spirálban egy spirálgalaxis látható leképeződését élem meg, és ezáltal a fejlődés egy szellemi mozgásformáját.

Azt a spirált, melynek a spirálmenetei ténylegesen állandó távolságra vannak, körevolvensnek nevezzük. (Az olyan görbét, mely egy adott síkgörbe valamennyi érintő egyenesét metszi, a síkgörbe evolvensének nevezzük. A kör evolvense egy spirális görbe. Egy görbe evolvense egy sima görbe, melyet úgy kapunk, hogy a görbére felcsévélünk egy fonalat, majd mindig feszesen tartva lecsévéljük róla. Végpontjának pályája a görbe evolvensét írja le. A fordító megjegyzése). Ez a fogalom a differenciálgeometriából, a matematika egy részterületéről származik. A technikában a fogaskerekek és -rudak szerkezeténél nyer nagy jelentőséget.

A Waldorf-óvodában ez a spirálforma az éves ritmusban az adventi kertnél jelenik meg. Rudolf Steiner ezt a spirálformát a szerpentin-táncokhoz vezeti vissza, melyek a görög és még régebbi templomokból erednek, és ősrégi „szakrális táncok" voltak.

Ezeknél felváltva fel- és letekeredő szerpentineket (spirálokat) jártak le, a kezek áhítatos mozdulataival kísérve.

Azáltal, hogy a gyermeket kívülről a spirál centrumába vezetjük, megerősítjük az Ént a testében, és ezután a sápadt gyermeket jobban átjárja a vér. Ha kifelé vezetjük a gyermeket a centrumból, a „vérbő" gyerekeknél az egoizmus ellen hathatunk, és

így erősíthetjük szociális erőit. Az állandó spiráltávolsággal rendelkező spirálokat az átváltozás impulzusainak látható leképeződéseként éljük meg. A spirál által a gyermek a kozmikus égi erőktől új impulzust kap a mozgáshoz, és az belső életösztönzőként hat. „Korunk ehhez érkezett el ma, hogy megkezdődjék egy olyan templomi művészet, mely a jövő emberét hangosan képes megszólítani: a templom az ember, akinek lelkében fogantatik a szellem." (1913.: az első Goetheanum építési ideje, a Léleknaptár keletkezése, az ötödik misztériumdráma előkészületei.) 1914-ben lett volna az 5. Misztériumdráma bemutatása, melyben Rudolf Steiner az állatöv gesztusait és a bolygómozgásokat akarta megjeleníteni. Jegyzeteiben utalást találunk a tizenkét állatövi jegy gesztusainak és a hét bolygóminőségnek a mozgására. A hozzájuk tartozó hangzómozgásokat csak 1924-ben adja meg a „hangzóeuritmiakurzusban". 1912 és 1924 között Rudolf Steiner sok olyan életterülettel foglalkozott, mindig új és más nézőpontból, melyeknek mindegyike az állatövből származtatható.

Az állatöv az euritmiában – az állatövi gesztusok és hangzómozdulatok

Egyenes és görbe: a teremtés formapolaritásai. A sugarasnak és a spirálisnak ezek az ős-képző irányai a 12 állatövi gesztusnak is az alapját képezik az euritmiában.

Oroszlán „A nyitott, kibontakoztatott élet hatásai." – D,T – „lobogó lelkesedés"
Szűz „Ezek a keletkezés impulzusai." – B,P – „ésszerű kijózanodás"
Mérleg „Ezek az egyensúly impulzusai." – C,Ch – „a gondolat előfeltételének mérlegelése"
Skorpió „Ezek az ingerlés impulzusai." – S,Z – „az értelem"
Nyilas „Ezek a ható lélek impulzusai." – G,K – „az elhatározás"
Bak „Ezek az ellenállás impulzusai." – L – „a gondolat és a világ egymással való ütköztetése"
Vízöntő „Ezek a tevékeny egyensúly impulzusai." – M – „a három lelki erejével (gondolkozás, érzés, akarat) egyensúlyban lévő ember"
Halak „Ezek a teremtés impulzusai." – N – „a sorssá vált esemény"
Kos „Gondolkodván." – W – „az esemény"
Bika „Helytállván."– R – „akarat, tett"
Ikrek „Döntés, ítélet." – H – „cselekvésre való képesség"
Rák „Beburkolás" – F,V – „cselekvésre való ösztönzés"

Az evolúcióssor tizenkét mozdulata az euritmiában:

B M D N R L G CH F S H T

Az euritmia mozgásformái a beszéd hangzóira irányulnak. Ezen a módon jön létre egy, a mozgás által láthatóvá vált beszéd.

„Ha kutatjuk az egyes mozgásformákat, és megfigyeljük ezeket, egy meglepő következtetésre jutunk: ezekben a mozgásformákban a mozgásfejlődésnek olyan archetipikus képződését, alakulását fedezhetjük fel, amelyek az állatok és az ember embrionális fejlődésében megjelennek. Ennek bárki utána járhat, aki ismeri az euritmiát, és megnéz egy ultrahang-felvételt, mely az embrionális fejlődés egyes szakaszaiban készült. Így nem nehéz megértenünk, hogy a művészeti euritmia mellett egy speciális terápiás euritmia (gyógyeuritmia) is kialakult, és hogy miért is olyan fontos már az iskolás kor előtti időszakban az euritmia-foglalkozás. Ebben az életszakaszban különösen kedvezően hat a növekedési erőkre, és strukturálja a gyermeki konstitúciót. Azt is láthatjuk az euritmiai mozgásnál minden kétséget kizáróan, hogy milyen különbség van a gimnasztika mozgásmintái és az euritmia között, ugyanis az euritmia során lecsendesednek azok a hatások, amelyek egy izometriás és funkcionális izomtréningnél megjelennek. Sokkal inkább a gravitáció törvényszerűségei szerint hat a fizikai erő kibontakoztatására. A mozgás folyamatában a könnyedség szférája, a felegyenesedés harmóniája és a mozgásminták elevenen hatnak szervezetünkre és az áramlásokra." (Dr. Michaela Glöckler)

A következő részben a játékról mint a beszédet megelőző kommunikációról lesz szó.

Forgács Erzsébet

BESZÁMOLÓ A 2015 TELÉN TARTOTT ON-LINE-KÓR KONFERENCIÁRÓL

3. rész

Sósné Píntye Mária gyógypedagógiai tanár, logopédus, eurítmia— és extra lesson tanár

A Waldorf-pedagógia egyensúlyteremtő, kiegyenlítő pedagógia. A 6-7 éves kort megelőzően nagy áradás a gyermek, majd megkezdi az iskolát. Harmadik osztály környékén átlépi a Rubicont, majd 13-14 évesen a pubertás időszakába kerül és 20-21 éves korára eléri az ifjúkort. A konferencia témájának szellemében: a mai 10-14 évesek digitális bennszülöttek, a 15-20 évesek digitális bevándorlók, a mi korosztályunk pedig digitális sivatagban nőtt fel. Első hét életévében a kisgyerek testileg, majd a másodikban szokásaiban, képességeiben önállósodik, 20-21 éves korára pedig képes már az önálló alkotó munkára. Élete első időszakában lételem számára a történetmesélés, később a felolvasás, aztán, az iskolába érve, megjelenik az írás-olvasástanulás, ami később az olvasáskultúra kialakulásához vezet. A Waldorf-iskolában írva olvastatunk. A gyermek a saját írásán tanul meg olvasni. A mesélés, felolvasás során a gyerekekben felmerülő meseképek elősegítik a képzetalkotást, amely a tanulás kulcsa. Nem mindegy, hogy könyves képet nézegetek a gyerekkel,

vagy képeskönyvet. A vizualitás a legtöbb agresszivitásnak kitett érzékelő rendszerünk. Rengeteg információ igen gyorsan közvetítődik általa. Például, ha a gyereknek egy Disney-illusztrációs Grimm-mesekönyvet adok a kezébe, amelyben kb. nyolc képhez van egy mondat, akkor másvalaki képzetét adtam oda a gyereknek, és már nem fogja magának elképzelni. Egy külső képzetet „etettem meg" vele.

Az olvasási modul nem természetes modul az agyban. A beszédmodul az, ami természetes. Ezért is tanítjuk hosszabban az olvasást.A Rubicon időszakában az olvasáskultúrához kapcsolódva megjelenik az osztálykönyvtár kialakítása. Az írás-olvasástanulásból később, 13-14 éves korra elkezdődik az Internet, PC-használat és később, a gimnáziumban a hardver, szoftver megismerése.

Közben a különböző művészeti ágak is jelen vannak az életében. Például az éneklés, majd zenélés, ami a pubertásban kórus-zenekar létrehozásához vezet (ami jelentős szerepet tölthet be a közösségi életben). Gimnáziumban pedig tantárgy lesz a zene történet. A hangszerkultúrában először a furulya jelenik meg; sok vele a munka az első három évben. Aztán a festés, rajz, plasztika a képzőművészeti ágak területéről, ahol először az eszközökkel kísérleteznek: vizes festés, formarajz megjelenése. Gyakori szülői reakció, hogy „megcsinálja a gyerek a festést, de nem szereti."

Mit is akarunk a festéssel elérni? A belső kívülre kerül ilyenkor, vizuális lesz. A kéz emberré tévő szerepét kell hangsúlyozni ebben az életkorban. Az általános iskolákban csökkentették a rajzórák számát. Mit ad ez a képzetalkotáshoz, az emberré válás folyamatához?

Aztán a mozgás terén az iskolában a mozgásórák, az euritmia, a Bothmer-gimnasztika, a testnevelés után a Rubicont követően a sport megjelenése is jelentős.

Visszatérve a média világára, melyet akceleráció jellemez: nagy pedagógiai kihívást jelent, mivel a diákok sokkal jobban használják, értik a digitális technikát. Mi, szülők és pedagógusok, próbálunk utánuk futni. Gyakran vagy rosszul reagálunk emocionális választ adva, vagy bizonytalanok vagyunk. Fontos párbeszédet kezdeményezni, nem-csak annyit mondani, hogy ezt nem. Ha tudatosan reagálunk, az gyümölcsöző lehet.

Ezután Mária a hétéves életkori ciklusokat mutatta be, melyeket inkább fázisoknak, mint merev szakaszoknak jellemzett. A gyermek kapcsolatainak irányultságát, a szociális minőséget, a tanulási formát, a megismerhető területet és a médiához való egészséges viszonyt részletezte ezekben az életkori fázisokban. A Waldorf-pedagógia nem kierőszakol valamit, hanem teret és időt ad az érésnek. Ebben unikum, ez a Waldorf-sajátosság. Kevés más pedagógia tudja ezt megtenni.

Bevezetésként az írás-olvasással kapcsolatban említett még néhány dolgot: az írás és olvasás a tudatot, a belső képzeletalkotást szólítja, dolgoztatja meg. A beszéd az írás által kódolva lett, amit a gyereknek az olvasás során vissza kell kódolnia. Az infor-mációközvetítés első módja az írás, tehát a beszéd az írás által lett továbbítva

papíron, így a papír egy hordozó, ez a papíralapú információközvetítés. Második módja a hangrögzítés, harmadik pedig az álló- és mozgóképek. Közben a cél, hogy autonómiához jusson a gyerek.

A 6-7 éves gyerek jellemzői:

Kapcsolatai a szüleire és közvetlen környezetére irányulnak. Szociális minősége a kötődés. A gyermek közben utánoz és viszonyít. Cselekedtetve tanul és ez átnyúlik a második hétéves ciklus elejére. Megismerésének területe az önátélés, ezért nem kell még neki a digitális világ. Számára a következő öt alapérzék fejlesztése a cél: tapintóérzék, szaglóérzék, életérzék, mozgásérzék és az egyensúlyérzék. Ezért a médiához való viszonyában a teljes absztinencia kell jellemezze.

Az ember különböző lénytagjainak fejlődése szempontjából az intakt, fizikai fejlődés segítése az önálló étertest megszületésének támogatása, ami a további fejlődését segítheti. Nincs helye a sietségnek, siettetésnek! Amit ebben az életkorban nem tettem meg a nevelés során, azt később nem pótolhatom.

Nem szabad rá sajnálni az időt. Például a gyereknek nem hiányozna a TV. Kinek a szükséglete a tévézés? A gyereké vagy a felnőtté? A gyereknek jó, ha kikapcsolom a készüléket és valami tevékenység történik. A tevékenység direkt módon alapja lesz a moralitásnak és az egészséges emlékezet kialakulásának. Óvni kell az éteriséget és az életerőket. Az én és az asztralitás akkor tud megfelelő módon hatni a fizikaira, ha jól fejlett és kidolgozott az étertest, ha jó a kapcsolat az asztráltest és az étertest között.

A 6-7-től a 13-14 éves korig terjedő életfázisban:

A kapcsolatai irányulásában a szülő és a közvetlen környezet kiegészül az iskola, a tanárok, a barátok, osztálytársak körével. Szociális minőségében erősödik a kötődés. Új kapcsolatok, új viszonyulások jelennek meg. Hogyan beszél tanítójával, kistestvérével? A tanulási formákban a cselekedtetés mellett, után megjelenik az érzések útja. Nem a szaktanárt keresi, hanem a megfelelő nevelőt. Minden eszköz használatánál felmerül a passzivitás, aktivitás. Spiritualitás kérdése, ha cselekedtetésből tanítunk, és jól csinálja a tanár, akkor ez spirituális szellemi cselekvés lesz. Ehhez később érzések társulnak. Aztán eltávolodnak tőle, de később visszatérhetnek és tudatossággal lesz jelen.

A megismerhető terület az önértékelés lesz, viszonyulás alapján. A médiához való viszonyban még a szó- és a papíralapú hordozóké a főszerep, de 8. osztályban már lehetnek átfedések.

Ez nem azt jelenti, hogy otthon nem használ médiákat. Kérdés: Mire használják?

Korábban az on-line játékoké volt a főszerep, de mára ez megváltozott. Vezető helyen a közösségi portálok szerepelnek, melyek az „én", a személyes én megtámadását célozzák, amikor az én még nem kész!

Az énről, a személyiségről tesznek fel kérdéseket. Ettől a hagyományos pedagógia is óvja a gyerekeket. Mi fokozottabban tesszük, indirekt neveléssel.

13-14-től 20-21 éves korig:

A kapcsolatok irányulása az eddigiek mellett kiegészül a világgal. A szociális minőségeknél megjelennek a találkozások, életrajzok. A tanulási formában a tudatos tanulás lesz jellemző.

A megismerhető terület az öntudat. Itt már jelen vannak a továbbított hordozók. A számítástechnika-oktatáson szét is szedik a gépet, megismerik a részeit is.

Korunkban az atomizálás nemcsak képileg történik, szóban is megjelenik, amikor pl. a rádióban, a hírekben 6-7 független információ jelenik meg egymás mellett. A Waldorf-iskola az összhangot keresi, az egészből indul ki. Minden, ami az éterit támogatja, az a kapcsolatokat erősíti.

Az életszerűség: ritmikusan változó ritmus. Középtagozatban, főleg a csomópontoknál, jó lenne a ritmus kiemelése; segítené az önátélést.

A figyelemnek teljesen más a minősége a médiahasználatnál. Korábban, e nélkül egy gondolat bevitele megtörtént az akaratig, a megvalósulásig. Ha egy képzeten belül sokáig foglalkozom magával a képzettel, a képpel való munka segíti a formális logika kialakulását, az ok-okozati összefüggések felismerését.

Az olvasásproblémák nagy részének az oka, hogy a hallott információkat, a beszédet rosszul dolgozza fel a gyermek. Sokkal többet kellene foglalkozni a hallással!

Összefoglalva: Amíg a hagyományos hordozókat nem tudja megfelelően használni a gyerek, addig nem kellenek digitális hordozók. A Rubiconig teljes absztinencia. A későbbi önkorlátozás, a felnőtt saját önkorlátozása tudati munka: a nevelés, önnevelés nemes feladata.

Kolinger Margó készítette

ARCOK

Bemutatkozik Tőrők Adél, iskolánk új angoltanára

Ebben a rovatunkban arra törekszünk, hogy pedagógusainkat, aktív szülőtársainkat közösségünk közelebbről is megismerhesse. Erre több forma is kínálkozik, amire példa a mostani számunkban közzétett két bemutatkozás. Adélt írásban kértük, Attila pedig egy személyes beszélgetés keretében osztotta meg velünk gondolatait.

Honnan indultál, hogyan lettél tanár, milyen szakon végeztél?

Csak dióhéjban! A hetvenes, nyolcvanas évek gödöllői gondtalan panorámás paneljában értem el végleges magasságomat. Közben veled is összefutottam fúvószenekarban, úttörő- és rendszerbontó mozgalmakban. Együtt is próbálkoztunk megreformálni a helyi gimnáziumot, még persze 'éretlenül'.

A családomban többen is tanárnak képzelik magukat. Én Egerben végeztem angol-orosz szakon, de leginkább a távolból követtem az ottani eseményeket, mert kihasználtam minden lehetőséget, hogy nyelvterületen lehessek. Az olasztanári jogosítványt a gyerekek születése közben, mellett szereztem.

Főképpen mely korosztályt tanítottad, milyen tapasztalatokat szereztél?

10-18 éveseket tanítok zömmel, de az Édesanyámon és a gyerekeimen kívül próbálkoztam már ettől eltérő esetekkel is. Leginkább az új tapasztalatok szerzése okán.

Mi vezetett a Waldorfhoz?

Elsősorban Vekerdy Tamás írásai, előadásai tereltek ebbe az irányba, és a vágy, hogy alternatívát találjak annak a helyébe, amit én magam nagyon nehezen hevertem ki.

Mi az, ami itt tart szülőként?

A gyerekeink élete óriási erő és motiváció, hogy közösség kovácsolódjon itt és most.

Sok évig nem szántad rá magad, hogy itt taníts; talán a hívás sem volt olyan erős részünkről. Most mégis hogyan tudtad elszánni magad az első lépésre?

Legutóbb éppen másba fogtam a megkeresés előtt nem sokkal. Most ez az aktuális kalandom. Az is inspirált, hogy jelenlegi nyelvtanárainkkal szívesen dolgozom egy csapatban.

Gyermekeid révén már van betekintésed a Waldorf nyelvoktatásba. Mi az, amit jónak tartasz, mi az, amin változtatni szeretnél?

Rengeteg dolog él a gyerekekben passzívan. Szeretném, ha sikerülne a mindennapokban használható eszközzé tenni az angol nyelvet a számukra.

Mit csinálsz szívesen szabadidődben, magánemberként?

Osztályt takarítok, zebraőrködöm, sütit sütök, angol gyerekdalokat böngészek a neten.Alkalmanként elszököm otthonról, hogy a Stendhal szindrómámat kezeljem Itáliában.

Mik a további terveid?

Szeretnék jókedvű maradni…

"… amí ott fenn van a szellemíben, azt lehozní egészen íde, kézzelfoghatóvá tenní" – beszélgetés Tarí Attílával

Egy számomra is új, meglepően meghitt helyen ültünk le Attilával beszélgetni: az iskola megújult könyvtárában, melyről egy kedves cikk ad hírt az ISKOLAI ÉLET rovatunkban. Rendkívül otthonos, végtelen nyugalmat, békét sugároz ez a hely, igazán meghitt szigete lett ez az amúgy igen pörgős iskolának.

Hogyan jött mindez létre, mi az, ami indíttatást adott?

A könyvtár gondolata a nyár elején fogalmazódott meg. Bennünk erősen élnek impulzusok, hogy valamit tenni kellene az iskoláért…

Otthon elég komoly irodalmi gyűjteményünk van már, amelyben nagyon sok antropozófus könyv is megtalálható. Rendszeresen olvasunk és mióta Levi fiunk is becsatlakozott ebbe, a könyv még fontosabb szerepet tölt be az életünkben. Ráadásul

egy éve elkezdtem az Ita Wegman alapítvány kiadványának forgalmazásával is foglalkozni, amelyek most már kaphatók az itteni ünnepeken is. Aztán egy beszélgetésre – az elsősök felvételiztetése során – a régi második emeleti könyvtárban kaptunk helyet. Mikor azt megláttam! Jaj, ez a könyvtár!? Akkor valami megfogalmazódott bennünk. És akkor a gondolatokat tett követte és megszerveztük néhány nap alatt.

Ez irdatlan munka lehetett…

Hát, a mennyiség engem is meglepett. Közel 80 zsák könyvet hoztunk le, becslésünk szerint kb. 4-5 ezer kötet lehetett, amelyeknek a döntő része használható. A költöztetésbe és az új könyvtár berendezésébe a két nagy fiam is besegített, így igazi családi összefogásban valósult meg. Egyébként mi nem egy hagyományos könyvtárban gondolkodunk. Nem az a célunk, hogy egy bekatalogizált, számítógépes rendszerbe rögzített könyvtár legyen, hanem egyfajta könyvklub, olvasószoba, ahol nagyjából a könyvek egy helyen vannak, de nem betűrendes mutatóval. Nem akarjuk szerzők szerint az összes könyvet szétszedni, hanem egy olyan könyvkuckót kialakítani, ahová gyerekek és felnőttek egyaránt szívesen jönnek be. Egyfajta fizikai keretet, formát teremteni annak, hogy valami szellemi belénk szálljon.

Mikor lehet ide ellátogatni?

Egyelőre a hét első 3 napján délután – hétfőn, kedden és szerdán fél egytől négyig – van Heni, a feleségem bent, és mindenkit nagy örömmel lát. Persze ő is nagyon szívesen van itt. Mi ennyit tudtunk ebből most bevállalni. De az az elképzelésünk,

hogy akár más szülők is becsatlakozhatnak ebbe. Sőt, olyan elképzelésünk is van, hogy gyakorlatilag, ha valakinek van tíz perce és várakoznia kell, akkor miért ne ülhetne be ide. Könyveket is várunk, ha valakinek otthon van felesleges és érdemesnek tartja behozni ide. Egyelőre ezt egy szűrőn engednénk át, ha valaki idehozza, kiválogatjuk, és amiről azt gondoljuk, hogy idekerülhet, az idekerül, ami meg nem, az meg megy a papírgyűjtésbe. A válogatásban Ákos bácsi is segítségünkre van. Nagyon-nagyon jól sikerült, szívből kívánom mindenkinek, hogy látogasson el ide és ismerje meg, és akár csak egy fél órára megpihenjen itt.

Honnan ered ez a gondolkodásmód, hogy kitalálsz valamit és nemcsak mondod, hogy mit kéne, hogy kéne, hanem meg is csinálod?

Amennyire emlékszem, világ életemben ilyen megvalósító ember voltam, tehát "Káin ivadék", aki lehozza a földre a dolgokat. Viszont igazából ez akkor kapott új irányt, amikor találkoztam a Waldorf-mozgalommal. Ez a legkisebb gyermekem révén történt. Amikor ő óvodás korú lett, akkor kerestünk neki óvodát, és a kedves feleségem, Heni javasolta, hogy akkor legyen ez Gyöngyöstarjánban az erdei Waldorf-óvoda. Heni pedig úgy ismerte meg a Waldorf-pedagógiát, hogy az ő testvére volt a gyöngyösi Waldorf-kezdeményezés alapítója, amelyhez mi 2007 táján csatlakoztunk.

Milyen volt az első találkozás?

Megmondom őszintén, kezdetben nekem nem tetszett az óvoda. Két nagy gyerkőcöm van, akik állami óvodába jártak, és azt láttam, hogy sok színes játék van ott, rengeteg izgalmas dolog, minden tipp-topp rendbe téve. Az erdei Waldorf-oviban pedig – ami gyakorlatilag egy erdészházban kapott helyett – régies stílusú fehérre meszelt falak, kopott fa bútorok, kevés játék, fa autók fa kerekekkel, babák arc nélkül, csikótűzhely, kicsit füstös szag fogadott. Tehát nem ez volt az, amiről én azt gondoltam, hogy ez jó lehet, magamtól nem vittem volna oda a gyermekem.

És mi az, ami mégis megragadott?

Az idővel alakult ki. Először azért mentem, mert sorsközösséget vállaltam a kedves feleségemmel: ha ő megy, akkor én is. És ő továbbra is nagyon lelkes volt. Aztán lassan bennem is elindult valami. Elkezdtünk járni az ünnepségekre, ami nekem nagyon sok új, meghitt pillanatot jelentett, hisz korábban én nem éltem át ezeket a keresztény ünnepeket, nem ünnepeltük úgy az ünnepkört. Rendszeresen részt vettünk a "családi vasárnapokon", ami azt jelentette, hogy havonta egyszer összejöttek a szülők az erdei oviban, ahol mindig volt valami tennivaló. Nekem nagyon sokat jelentett együtt dolgozni a többiekkel. Ez akkor megérintette a lelkemet és ekkor indultunk el ebbe az irányba. Ez olyan erős indíttatás volt, hogy gyakorlatilag azóta egyre meredekebben, egyre nagyobb léptekkel haladunk ezen az úton.

Mit jelent ez pontosan?

Én nagyon természettudományos, hagyományos nevelést kaptam. Amikor Heni elkezdett a bátyja révén Steinert olvasni, megpróbált nekem mesélni belőle, és én jó párszor kiakadtam, mert a tőle hallottak élesen ütköztek korábbi ismereteimmel. Aztán látva az ő töretlen lelkesedését és hitét, nagyon óvatosan én is elkezdtem Steinert olvasni. Azt javasolták, hogy a legkönnyebben emészthetővel kezdjem. Ezek a munkás-előadások, amiket Steiner a Goetheanum építésekor tartott. Hát, nem egyszerű olvasmány! Nehéz volt, de ha valaki elkezd Steinert olvasni, azt kell, hogy mondjam, hogy egyre könnyebbé válik. És mivel Steiner az élet több területéről is írt, egyszerre feltűnt előttem, hogy lehet, hogy van a világnak egy másik magyarázata is, mint amit én ismertem. És akkor még jobban elkezdtem ezzel foglalkozni, és azóta egyre inkább hiszem, hogy ez az igaz. Steinert olvasni komoly szellemi tevékenység, és igazából nem is az a lényeg, hogy az ember megtanulja, ami benne van, hanem, hogy elindítson benne egy belső mozgást. Én ezt most már olyannyira az életem részévé tettem, hogy minden reggel olvasok néhány oldalt. Most éppen Rudolf Steiner: A szellemi erők működése az idős és a fiatal nemzedékben c. írását olvasom. Sikerült az egyesület vezetőségében is elindítani egy stúdium-munkát, amelynek keretében szintén antropozófus könyveket olvasunk. Jelenleg Michael Spence: Az emberi szellem felszabadítása c. művét, ami segíti számunkra megérteni az egyesület, az iskola működését, az együttműködését. Nagyon lelkesek a többiek is, úgy látom. Mindig kijelöljük, hogy mennyit haladunk és mindig valamelyikünk vállalja, hogy felvezeti, vagyis röviden elmondja a gondolatait, amelyhez aztán a többiek becsatlakoznak. Az olvasottakat mindig valamilyen módon megpróbáljuk kötni a mindennapi gyakorlatunkhoz. "Hát, ez nem nekünk szól." vagy pedig "Ó, tényleg, ezt lehet, hogy így kellene csinálni!" Egyelőre ezek számunkra inkább egyfajta ideálok, mert sokszor azt látjuk, hogy nagy különbség van az ott leírtak meg az itteni mindennapi valóság között, de egyfajta irányt tud mutatni.

Mivel foglalkozol még az antropozófián belül?

Az euritmiával szintén Gyöngyösön találkoztam. Az egyik Waldorf-iskolai ünnepen találkoztam egy kedves, idős hölggyel, Georgina Michaela Karesszal, és ez a találkozás azóta is meghatározó az életemben. Ő végzett Waldorf-pedagógus, euritmiatanárnő, az ő révén kaptam bepillantást az euritmiába, vele kezdtünk el euritmiázni. Hát, bevallom, nekem először nagyon furcsa volt. Nagyon sokáig aktív sportoló voltam, tehát a gimnasztika világa otthonos volt a számomra, de ez a fajta lassú, légies mozgás nekem először nagyon idegen volt. Ráadásul, ha elkezdtem magamat kívülről látni: amint a jól szituált, komoly cégvezető hosszú fehér lepelben mindenféle furcsa mozdulatokat végez, arra gondoltam, hogy ha látnák a munkatársaim, hogy mit csinálok, egy világ omlana össze bennük! Viszont megtapasztaltam, hogy az euritmia hat, ad egy belső jó érzést. Ugyanúgy, ahogy az olvasmányoknál, itt is elindul egy belső mozgás. Harmonizál, de ugyanakkor nem is olyan egyszerű. Nagyon komoly koncentrációt igényel például, ha az ember, mondjuk, egy bonyolultabb

euritmiaformát akar lejárni, komolyan el lehet benne fáradni. Az euritmia is olyan, hogy az ember minél többet foglalkozik vele, annál jobban rájön, hogy mi a jó benne. Egyébként több mint 1 éve már az egyesület vezetősége is euritmiázik! Minden összejövetelünk azzal kezdődik, hogy Margó nénivel negyed óra-húsz percet euritmiázunk. Erről sohasem mondunk le. Azt gondolom, ez hatással van. Meggyőződésem, hogy a vezetőség és a VTK folyamatosan javuló együttműködése nagyban köszönhető a stúdiumnak és az euritmiának.

Mik azok a találkozások ill. tartalmak még, amik tovább visznek téged ezen az úton?

Még egy lényeges mérföldkövet említenék. Én tavaly voltam 49 éves. A 7 éves ciklusok alapján ez eleve egy új korszak kezdete, és azt gondolom, hogy ez rám nagyon igaz, hisz elindultam egy még meredekebb úton. 2014-ben a Szabad Gondolatok Háza indított egy képzést, egy akadémiát az Ember és a számítógép címmel arról, hogy a mai tudomány antropozófus szemmel hogyan is néz ki, és mit jelent számunkra a számítógép ill. az általa alkotott jövő. Erre magamtól nem mentem volna el, de Heni ismét segítségemre volt a jó irány megtálalásában, így hát belevágtam.

Érdemes volt? Most már több mint egy éve jársz ide.

Három féléven vagyunk túl, tehát most hétvégén az utolsó félév fog elkezdődni. Kezdetben nagyon sok előadást hallgattunk, nagyon sok információt kaptunk, ami

egy egész más látásmódot adott a technikára. Végigvettük a technika történetét egészen a gőzgéptől napjainkig és hát egy egészen más szemlélettel. Azóta én másképp nézek a számítástechnikára, a gépekre, a berendezésekre. Nagyon hasznos volt mindenféleképpen. Itt hallottam először a morális technikáról, amely egyértelműen a jövő záloga.Engem nagyon fellelkesít, hogy járok erre a képzésre. Segített abban, hogy megtaláljam az igazi küldetésem.

Egyébként hol dolgozol, mivel foglalkozol?

Erősáramú villamos-üzemmérnökként végeztem, és egy Elektromax Kft. nevű vállalkozást vezetek. Ez a cég egy lassan 20 éve működő, hazai villamosipari vállalkozás. Jelen pillanatban 27 embert alkalmazunk. Visontán működik, és úgy néz ki, hogy a mindenféle külső negatív hatás ellenére most már stabilan. Voltak nehéz pillanataink, de úgy tűnik, sikerült egy olyan elismertséget, olyan vevői kört kialakítani, hogy biztonsággal tudunk működni.

Itt is megpróbálom megvalósítani, amiről antropozófus berkekben folyamatosan szó van: a szellemiből kapott impulzusokat a gazdasági életben hasznosítani, az onnan kapott pénzt pedig visszahozni a szellemi életbe. És azt látom, hogy ez teljesen jól működik, legalábbis az én esetemben. Próbálom a kollégáim körében is ezt a fajta gondolkodást lassan-lassan elültetni.

Te nem vagy egy "elvarázsolt" ember, két lábbal állsz a földön: ha kell, ezt (a könyvtárat - a szerk.) megcsinálod, ha kell, futballkaput készítesz, ha kell, elintézed a szemétszállítást a Mihály-napon, vagy táblát helyezel ki, máskor meg euritmiázol…

Nekem a megvalósítás a fontos. Nekem mindig az köszönt vissza az antropozófiai olvasmányokból, Steinertől, hogy önmagában a fejben történő elméleti olvasgatásnak és a visszavonulásnak semmi értelme sincsen. Annak van értelme, ami a gyakorlatba lehozható. Én ezt próbálom, hogy ami nagyon ott fenn van a szellemiben, azt lehozni egészen ide, kézzelfoghatóvá tenni. És nagyon fontos, hogy a többi emberrel együttműködve tegyük ezt. Hiszem, hogy ha mi tényleg jól együtt teszünk valamit, akkor megsokszorozódnak az erőink. Tehát te egyedül 'egy' vagy, én egyedül 'egy' vagyok, de ha együtt vagyunk, akkor nem 'kettők' vagyunk, hanem legalább "négyek". Ha én idehozom, amit tudok, és te is idehozod, amit tudsz, akkor megszületik valami olyan, amit én se tudtam volna egyedül létrehozni, és te se. De együtt megszületik. És én ezt úgy látom, hogy működik.

Kicsit szó volt már a vezetőségről, ahol komoly tisztséget töltesz be idestova két és fél éve. Mennyire érzed magad hasznosnak, hatékonynak ebben a munkában?

Jó csapat, hasznos tagjának érzem magam. Mindegyiküket kedvelem, nagyon értékes embernek tartom őket. Jól érzem itt magam, örülök, hogy van egy hely, ahol tehetek. A vezetőség tagjaival jó együttműködni. Lehet rájuk számítani. Ha valaki valamit

felvállal, azt megcsinálja, tehát a felelősség egyértelműen működik és ez nekem nagyon fontos. A VTK-val is szívesen dolgozom együtt. A VTK-ból kezdetben Ákost ismertem, mint Levi osztálytanítóját. Rá nagyon felnézek. Mi miatta jöttünk ide.Később lassan megismertem a többieket is. Katrin nénit is, és Ildikót is nagyon kedvelem. István pedig számomra az elmúlt időszak nagyon nagy felfedezettje. Kezdettől fogva szimpatikus volt a kiállása és a gondolkodásmódja, de akkor még nem ismertem, hogy micsoda tűz él a lelkében. Az elmúlt fél évben volt két-három alkalom, amikor tanúja voltam annak, hogy micsoda odaadás van benne, és hogy tud lelkesíteni.

Mindig egyfajta rendezettséget érzékelek benned, egyfajta harmóniát. Sosem vagy agyonhajszolt, kifacsart ember, pedig tudom, hogy millió dolgot csinálsz. Évek óta itt vagy teljes erőbedobással és gyakran az a tapasztalat, hogy sajnos egy idő után– sokszor elég rövid idő után – kiégnek az emberek. Mi a titkod?

Hogy mi a titka ennek, azt egy verssel fejezném ki, vagy mutatnám meg. Egyszer olvastam valahol, nagyon megragadott. Azóta nap mint nap elmondom magamnak.

Így szól:

MINDIG CSAK ADNI

Az öreg kút csendesen adja vizét,
Így telik minden napja.
Áldott élet ez! – fontolgatom;
csak adni, adni minden napon.

Ilyen kúttá kellene lennem!
Csak adni teljes életemben!
Csak adni? Terhet is jelenthet.
Jó kút, nem érzed ezt a terhet?

Belenézek..., tükre rám ragyog;
Hiszen a forrás nem én vagyok
Árad belém! Csak tovább adom
frissen, vidáman és szabadon.

Hadd éljek ilyen kút életet!
Osszak áldást és szeretetet!
Nem az enyém. Krisztustól kapom.
Egyszerűen tovább adom.

Az interjút Kecskés Judit készítette

ISKOLAI ÉLET

A hatodikosok Róma epochával kezdték az évet, ismerkedtek többek között a Római Birodalom alapításának és felemelkedésének körülményeivel, a rómaiak mindennapjaival, építményeivel, háborúikkal és hadvezéreikkel. Ezúttal is válogattunk ízelítőül néhány, az epocha hangulatát és témáit bemutató alkotást, fogalmazást.

Kiss Réka, 6. osztály

Én vagyok Horatius Cocles

Egy napon megtámadtak minket, rómaiakat az etruszkok. Már majdnem bejutottak a városba, amikor egy okosnak az az ötlete támadt, hogy döntsük le a hidat. Keletkezett ebből nagy zűrzavar. Mindenkit az érdekelt, hogy ki védi majd a hidat. Erre jelentkeztem. Úgysincs jobb dolgom. Azonnal mellém állt Cratis és Bellus a két cimborám. Jó sok vér folyt. Az ellenségnek át kellett másznia a hullahegyen. Mikor fölértek, egyenként öltük le őket. Pár óra gyilkolás után mögöttünk szóltak, hogy jöjjünk vissza az utolsó gerendán. A két barátom azonnal átegyensúlyozott, én meg mondtam nekik, hogy bontsák le, hát lebontották. Mondtam egy fohászt Tiberishez és leugrottam. A mellvértem azonnal lehúzott. Úgy éreztem, ütött az órám, mire hét korty után négy kéz megragadott és kihúzott a Tiberisből a partra. A két barátom volt az, akik megmentettek. Egész hátralevő nap ünnepeltek engem.

Vass Márton

Elindultunk, hogy bevegyük Rómát! Több százan voltunk, de mégis elbánt velünk egy ember. A neve talán Horatius Cocles, vagy Hortavitus Cocles, nem tudom. De nagy bátorság rejlik benne, ez az egy biztos! Felsorakoztunk a Rómával szemben lévő dombon. Az a két katona, akik ott voltak a közelben az őrhelyükön, rögtön elszaladtak. (Erre szokták azt mondani, hogy szégyen a futás, de hasznos!) Róma előtt folyt a Tiberis folyó. Így hát volt egy híd a folyón, hogy át lehessen menni a túlpartra. A hidat egyedül Cocles őrizte. Amint az előbb említettem a két katona, akik elfutottak, odaértek a hídhoz, ám Cocles megállította őket és kérdőre vonta, hogy milyen dolog is az ilyen! Erre a két katona kicsit elszégyellte magát. Cocles gyorsan felmérte a helyzetet és azt is beleszámította, hogy ő egyedül van. Kiadta a parancsot, hogy semmisítsék meg a hidat. Úgy is tettek. Elkezdték felgyújtani, szétverni a hidat. Mindeközben Cocles odaállt elénk, hogy egy

szál maga feltartóztasson bennünket. (Ezt bárki biztos nem meri megtenni!) Mint az elmozdíthatatlan szikla, úgy állt előttünk! Olyanokat kezdett mondani, hogy mi csak bábok vagyunk a király kezében! Csak a rabszolgái vagyunk. Végül már nem bírhattuk tovább, megalázó szavait és dárdáinkat felé hajítottuk, csakhogy pajzsával kivédte valamennyiünk dobását. A többiek szóltak Coclesnek, hogy jöjjön gyorsan, mert vége lesz a hídnak és ő ment is volna, csakhogy a híd leszakadt. Cocles ottmaradt a part innenső oldalán, egyedül. Ám nem adta fel! Teljes erejéből védte Rómát. Kihívott minket párbajra ám nem ment ki senki. Aztán feltartóztatott minket, legalább is teljes erejéből azon volt. Majd végül egy imát mondott és a folyóba vetette magát. Bár több száz dárda és nyíl repült felé, ahogy lefelé zuhant, egyik se sebezte meg és sértetlenül átúszott a túlpartra. Mi pedig ott maradtunk, mint szégyenben maradt harcosok, akik nem tudtak legyőzni egy embert, pedig ők több százan voltak.

Horváth Zsófia

Átkelés az Alpokon

Én vagyok Hannibál második harci elefántja. Hannibál megint dicsőséget hajhász. Most kelünk át az átkelhetetlen, lakatlan hegységen, ahol ráadásul az ott élő vad törzsek mindenkit oldalba kapnak pár sziklával. Egy napja szikla talált oldalba egy másik harci elefántot. Hat katona és az elefánt meghalt. Azóta is haltak meg emberek és elefántok, de a sziklás járt a legtöbb halottal. Jaj, ne! Megcsúsztam és már tarolok is. Mielőtt beleestem a szakadékba, sikerült az ormányommal megkapaszkodnom egy elefántba, de nem bírt megtartani. ÚJ REKORD! Tizenkét katona, egy ló és két elefánt. És mindezt egyszerre. Ezt döntsétek meg, ha tudjátok!

Gesztelyi-Nagy Boldizsár

A szabin nők elrablása

Egyik reggel arra ébredtem, hogy apám fel s alá rohangászik a szobába. Mikor megkérdeztem, hogy miért rohan úgy nagyon, akkor csak annyit felelt, hogy siessek. De hogy miért? Hova? Azt nem tudtam, így hát gondoltam megkérdezem a kishúgomat, hátha ő jobban tudja, hogy mi ez a nagy sietség.

Mikor őt is megkérdeztem, ő sem válaszolt bővebben, csak annyit mondott, hogy öltözzek, mert megyünk kocsi hajtó versenyre a rómaiakhoz.

Mikor körülnéztem láttam, hogy a római katonák olyan vidámak, mintha most mennének valakihez feleségül. Mikor tovább néztem, Romulust láttam és mintha jeleket adott volna a palástjával. Aztán amikor vége lett a fura jelnek, hirtelen elragadták tőlem a kishúgomat. Én utána akartam menni, de elkaptak!

Zoltán Csenge

Hallottuk mi szabinok, hogy Rómában kocsi hajtó ünnepséget rendeznek. Elmentem én is a szüleimmel, hisz mindig izgalmasak szoktak lenni az ilyen kocsi hajtó versenyek. Mikor elértük Róma falait, egy őr megállított minket, hogy fegyvert nem szabad bevinni. Nálunk éppen nem volt fegyver. Bementünk és kerestünk egy jó helyet, ahonnan jól lehet látni. Jó, elindult a verseny. Ostorok csattogtak, a lovak

patái dobbantak, és egyszer csak azon kaptam magam, hogy egy férfi rángat a kezemnél fogva el. Én sikítottam, de semmi sem hatotta meg. Bezárt a házába. Később Romulus (valami király) járt körbe és mindenfélét beszélt, hogy ők nem akarták így, nekik muszáj volt ezt tenni. Végül megbékéltem, és már otthonomnak tekintettem Rómát.

Kiss Napsugár

Patríciusok és plebejusok

Én egy patrícius fia vagyok. Egy gyönyörű házban lakok, vagyis lakunk. Gyönyörű ruháink vannak. Így néz ki a házunk felülről. A házunkban még vendégszobák és közfürdő is van. A kertben a pázsit csodálatos. És a kertben szökőkút is van. A kis boltokat kiadja árusoknak az apukám.

Nekem három testvérem van: Max aki mindig sportol, Robel aki szeret szunyálni és enni, Lulala a legnagyobb testvér és egyben legokosabb, és én, akit

Liviusnak hívnak. Az apukánkat Maxitnak hívják, az anyukámat pedig Lumának. A nagymamánk is velünk él. Egy nap az apukámmal elmentünk sétálni a városba.

Bementünk egy plebejus házába. Szörnyű látvány volt, valahogy így nézett ki. Több lakásból állt, minden családnak egy szoba jutott. A mi házunkhoz képest sokkal, de sokkal szegényebb volt.

1. közös fürdő a 7 családnak
2. kicsi kert, nincs hol vessenek
3. pici lakás
4. közös tároló
5. nincs min üljenek vagy feküdjenek evés közben
6. túl kicsi minden
7. nincs ablak a szobákban, csak egy kis nyílás

Dallmann Júlia

Az én nevem Patrícia. Tíz testvéremmel, anyámmal és apámmal élünk ebben a kis lukban, mert csak annak lehet nevezni. Én vagyok a legidősebb a testvéreim között. Apám éppen dolgozik, nekem

meg segítenem kell anyámnak a testvéreimre vigyázni. Elég nehéz kihívás tíz testvéremre figyelni. Ha lefekszünk este, éppencsakhogy elférünk a földön. Itt mindig olyan hideg van és sötét, főleg télen. Ebben a házban kábé kilenc család él rajtunk kívül. Én a ház úrnője vagyok! Gazdag, pompás és gyönyörű lakásban lakok férjemmel és gyermekemmel. Tizenkét rabszolgánk van. Most jelenleg a férjem nincs itthon és nagyon unatkoztam, így áthívtam barátnőmet, egy ebédre. A patricius dombon lakunk a „gazdag-negyedben". A házunk közepén egy gyönyörű négyszögletes nyitott kert van, aminek a közepén egy csodálatosan szép kút helyezkedik el.

Horváth Zsófia

Plebejusok:

„Én egy szegény plebejus vagyok. Az adót néha nem tudom kifizetni. Egy sötét kis szobában élek. 6 fiam van és csak minden harmadik nap tudunk enni. Pénzünk alig van, ha van. A Patríciusok ránk lenéznek és ez nagyon rosszul esik. De az én életem!"

Vollár Gyula

„Én egy Plebejus vagyok. Nem valami jó a termés, a madarak mindig megeszik az elvetett magot. Ők is éheznek, akárcsak mi. A gyerekeim tegnap sírtak, mert nem volt mit az asztalra tenni, négy napja alig eszünk valamit. A szomszédba meghalt egy özvegy, mert három gyermeke éhen pusztult, így egyedül maradt. A múlt hé-

ten sikerült vennem egy anyagot magamnak, amiből varrhatok egy egyszerű vászonruhát. Úgy örülnék, ha egyszer én is olyan jómódú lehetnék, szép piros ruhába járnék, mint a Patríciusok … sokat ennék … boldog lennék … de az csak álmodozás."

Várkonyi Dalma

Patriciusok:

„Én egy patrícius vagyok, Róma alapítójának egyik leszármazottja. Jól élek, megvan mindenem, ami kell. Van fürdőm, rabszolgáim, díványom. Rám, ha megyek az utcán, sokan felnéznek. Van jó sok pénzem! Gazdag vagyok és nagyon jó az életem!"

Vollár Gyula

„Én egy Patrícius vagyok. Tegnap vettem két rabszolgát és úsztam egy jót a medencémben. Egy fiam és egy lányom van, akik a múlt héten kaptak tőlem rengeteg ruhát és kiegészítőt. Kirúgtam a rabszolgámat, mert sótlanul rakta a pávahúst az asztalomra. Holnap nagy ünnepséget szervezek a házamba. Erre az alkalomra vettem magamnak egy gyönyörű anyagból szőtt ruhát, aminek a végén piros szalag van. Örülök, hogy nem vagyok Plebejus, nem tudom, mit csinálnék, ha nekem is úgy kéne élnem, mint ezek … ezek a … öööö … mindegy, hagyjuk!"

Várkonyi Dalma

Megújul a könyvtár

Május végén az a gondolatunk támadt, hogy jó lenne az iskolai könyvtárat felébreszteni Csipkerózsika-álmából. Egy kellemes hangulatú, meghitt „kulturális sarok" jövőbeni képe jelent meg bennünk. Egy olyan csendes és nyugalmas „sziget", ahová vissza lehet vonulni akár elmélyült olvasgatásra, akár egy kis baráti beszélgetésre is. A Tanári Konferencia támogatta az elképzelést, sőt még új helyet is jelöltek ki a könyvtár számára. A nyár folyamán mind a polcok, mind a 3-4000 könyv „leköltözött" a 2. emeletről a földszintre (folyosón balra az első ajtó).

A jobb áttekinthetőség és kezelhetőség érdekében a nagyon régi, rossz állapotú, illetve a gimnazisták számára íródott könyveket külön válogattuk a többitől. Az előbbieket „bedobozoltuk", az utóbbiakat pedig eljuttattuk a Regionális Waldorf Gimnáziumba. Így már könnyebb az eligazodás a rengeteg dokumentum között. A könyvek visszapakolása során a gyermekeknek szóló magyar és idegen nyelvű ismeretterjesztő és szépirodalmi könyveken kívül találtunk a tanárok munkáját segítő pedagógiai és antropozófiai műveket és a szülőknek szóló kiadványokat is. Így hát mindenkit szeretettel várunk a megújult könyvtárba, amely egyelőre a hét első felében (hétfőn, kedden és szerdán) 12:30 és 16:00 óra között van nyitva.

Mi ennyit tudunk most „bevállalni", de bármelyik szülő vagy pedagógus csatlakozhat a „könyvtárosságba", illetve a kulcs mindig ott lóg a tanári falán.

Tari Henriette
5. osztályos szülő

ÉLETMÓD

Őszi konyha

Cukkinis lepény rozslisztből

Hozzávalók:

20 dkg rozsliszt (teljes kiőrlésű)
1 csomag sütőpor
1 tk só
3 gerezd fokhagyma
0.5 tk bors
3 db tojás
2 dl tejföl
1.5 dl napraforgó olaj
1 közepes db cukkini
15 dkg apróra vágott sonka vagy helyette 15 dkg kockára vágott füstölt feta sajt (pl. Mizo Zorba)
10 dkg reszelni való sajt a tetejére

Elkészítés:

A cukkinit alaposan megmossuk, ha öregebb, a magvas részt kivágjuk. Héjastól lereszeljük a reszelő legnagyobb lyukain. Besózzuk, és állni hagyjuk egy negyed órát, majd kicsavarjuk.

Egy edényben a rozsliszthez adjuk a sütőport, a fűszereket. Egy tálkában a tojásokat elkeverjük a tejföllel és az olajjal, beletesszük a lereszelt cukkinit.

Az apróra kockázott sonkát ill. a hús nélküli változatnál a kockára vágott füstölt fetát - a cukkinis masszába szórjuk. A két részt összeforgatjuk.

Egy közepes méretű tepsit vajjal alaposan kikenünk, és a sűrű masszát szépen elegyengetjük benne.

Előmelegített sütőben tűpróbáig sütjük, majd kivesszük, és ráreszeljük a sajtot, és visszatoljuk a sütőbe, amíg a sajt kicsit megolvad rajta. Kicsit hagyjuk hűlni, és szeleteljük.

Sütési hőfok: 180°C

Tálaljuk friss paradicsommal, bazsalikom levélkékkel!

Cezerye – Sárgarépa golyók

Törökországban igen kedvelt a cezerye (ejtsd: dzsezerje), melynek nagyüzemi változatához a masszát egészen sűrűre főzik, gazdagítják pisztáciával, mogyoróval vagy dióval, majd tömbökben lehűtik, felszeletelve vagy kockára vágva kókuszba forgatva csomagolják.

Ebben az édességben az a jó, hogy eleve tej-, glutén- és tojásmentes. Gyerekek számára ideális iskolába vihető, tanulást segítő finomság.

Hozzávalók:

1 kg sárgarépa (édes, finomra reszelve)
20 dkg nádcukor
2 dl víz
1 evőkanál étkezési keményítő
10 dkg dió (durvára vágva vagy darálva)
10 dkg törökmogyoró (enyhén összetört vagy egész)
10 dkg kókuszreszelék (a forgatáshoz)

Fűszerezhetjük csipet fahéjjal, pici vaníliával, de mindenképpen próbáljuk ki ezek nélkül is!

Elkészítés:

A megtisztított és finomra reszelt répát (nagy segítség ekkora mennyiségnél a konyhai robotgép) a cukorral és 1,5 dl vízzel elkeverve 1-1,5 órán át (nagyobb) résnyire nyitott fedő alatt közepes lángon, olykor durva mozdulatokkal átkeverve főzzük addig, míg a leve elfő.

Ekkor hozzáöntjük a maradék 1/2 dl vízzel elkevert keményítőt és 1-2 percig még tovább főzzük, miközben erőteljes mozdulatokkal masszává keverjük.

Minimum egy órára a hűtőbe tesszük, majd golyókat formázunk belőle, és kókuszba forgatjuk.

Hűtőben, lezárt dobozban tartjuk.

Pikáns sárgarépa saláta

Hozzávalók:

2 nagy db sárgarépa
15 dkg füstölt sajt (reszelt)
150 g joghurt
175 g tejföl
2 ek (ha lehet, házilag készített) majonéz
2 ek olívaolaj
2 gerezd fokhagyma (préselt)
1 csipet só
1 csipet bors

Elkészítés:

A répát és a sajtot lereszeljük.

Egy tálban a többi hozzávalót összekeverjük, végül hozzáadjuk a kinyomkodott reszelt répát és a sajtot. Egy éjszakára a hűtőbe tesszük.

Fokhagymás pirítóssal tálaljuk.

(Ha joghurt helyett 20 dkg krémsajttal és 50gr tejföllel készítjük, akkor finom tízórai szendvicskrém lesz belőle.)

Mandulakrémes körtetorta

Hozzávalók:

1,25 csésze liszt (a csésze 2,5 dl – es) ez kb. 18- 20 dkg liszt
1/2 tk só
1/2 tk cukor
113 g hideg, felkockázott vaj
2 ek hideg víz
1/4 csésze baracklekvár

A mandulakrém hozzávalói:

1 csésze őrölt mandula
1 csésze nádcukor
113 g hideg, felkockázott vaj
1/2 tk só
1 db tojás
2 ek liszt
1/2 tk mandula aroma (elhagyható)
½ citrom leve
4 db körte

Elkészítés:

A lisztet a sóval, cukorral tegyük egy késes aprítóba és keverjük össze. Tegyük hozzá a vajat. Keverjük morzsalékosra. Keverés közben adjuk hozzá a vizet.

Egy jó nagy darab folpackra borítsuk ki a tésztát. A fólia sarkait fogjuk össze, és takarjuk le vele a tésztát úgy, hogy közben a fóliával igazítsuk korong alakúra

a tésztát. Így a kissé morzsalékos tésztát meg tudjuk formálni anélkül, hogy a kezünkkel felmelegítenénk, és sokkal könnyebben tudjuk egyenletes vastagságúra formázni a tésztát. Így egyenletesen fog lehűlni.

Formázás után 1 órára tegyük hűtőbe.

Egy 23 cm-es kerek formát béleljünk ki a tésztával úgy, hogy 1,5-2 ujjnyi magas pereme is legyen.

Kenjük meg a lekvárral.

A mandulát a porcukorral tegyük késes aprítóba. Keverjük össze. Adjuk hozzá a vajat és a sót.

Keverjük krémesre. Tegyük bele a tojást és ismét keverjük krémesre. Mehet hozzá a liszt (és a mandulakivonat). Keverjük jól el! Kenjük a lekvárra. 15 percre tegyük a hűtőbe.

Addig a körtét hámozzuk meg és vegyük ki a magházát. Tegyük citromos vízbe, hogy ne barnuljon meg. Használhatunk körtebefőttet is. Ebben az esetben tegyük papírtörlőre és csepegtessük le.

Vágjuk legyező alakúra és tegyük a mandulakrémre.

Előmelegített sütőben 180 C-on 40-45 percig sütjük.

Hajtogass sárkányt!

FORRÁS: KÉT-VILÁG · 1

Hajtja, hajtja, hajtja, hajtja hazafelé,
Ëgyenëst a, ëgyenëst a csárda elé,
A csárdába behajtja, söré-boré odadja,
A babája úgy siratja.

Pál János sz.1898.
Váraszó (Heves m.), 1981.

A Dióhéj 2013-as újraindításakor Paplogó Erzsébet vállalta a tördelést és mostanáig végezte ezt a munkát. Ezúton is nagyon köszönjük, kedves Erzsi, a rengeteg munkád, türelmed, rugalmasságod!

a szerkesztőség

Dióhéj
A Weöres Sándor Oktatási Kulturális
és Szabadidős Egyesület kiadványa

Megjelenik 100 példányban

Honlap: www.waldorf-godollo.hu
Facebook: Gödöllői Waldorf Hírek
Nyomda: Fafnír Nyomdai, Kereskedelmi és
Szolgáltató Kft., Gödöllő

Főszerkesztő: Fábián Zsuzsa
Szerkesztők: Forgács Erzsébet, Fülöp Hajnalka,
Kecskés Judit, Kuntz Orsolya, Skarka Cecília
és Skoda Mercédesz
Tördelő: Skoda Mercédesz
Lektor: Petrícsák Judit