

2016 Advent

WALDORF ÚJSÁG - GÖDÖLLŐ

Dióhéj



TARTALOM

Beköszöntő

PEDAGÓGIA ÉS MŰVÉSZET

Csillag gyúlt a sötét égen – Forgács Erzsébet írása
Tóth Piroska és Vízy Miklós gondolatai a szabadvallás tanításáról
Horváth Györgyi: Alakuló arculat az egészség szolgálatában
Csiki László írása a Madonna-kultusz három aspektusáról

ARCOK

Póth Boldizsár és Kiss Nóri beszélgetése Benson Barbarával
Kecskés Judit interjúja Szabó Krisztinával
Új első családok bemutatkozása – Bolyos-Loffree Mira
és Takács Léna családja

ISKOLAI ÉLET

Fogalmazások a nyolcadikos fizika és az ötödikes magyar epochából
Kreatív írás egy hetedikes szülői esten

KÖZÖSSÉGI ÉLET

Kecskés Judit összeállítása a Freunde keresztszülők gödöllői látogatásáról
Kolinger Margit beszámolója egy müncheni műhelymunkáról
Bábozás a bazáron

GIMNÁZIUMI ÉLET

Beszámolók a regionális gimnáziumi projekthétről

AJÁNLÓ

Egy zenehallgató elmélkedései – Kőhalmi Ákos
Tari Henriette könyvajánlója
Szentkúti Márta: A karácsonyfa meséje

ÉLETMÓD

Gyógyító rituálék traumatikus szülések után – Kuntz Orsolya fordítása
Dió-angyalkák készítése – Buth Viktória
Indiai konyha az ötödik osztályosok ajánlásával
Pesei Rozália gyógynövény ajánlója

KITEKINTŐ

„Lelkünkben gyűjts pici gyertyát sokat” – ünnepi körkép külföldi
Waldorf-iskolákból Kiss Nóritól

BEKÖSZÖNTŐ

„... mit nincs szó mondani,
itt fényt sugároz,
az örök asszonyi
emel magához.”

(Goethe: Faust)

Advent van, a csendes, reményteli várakozás ideje, de Mihály időszakától kezdve egészen karácsonyig a legnagyobb belső megpróbáltatások ideje is. Ahogyan egyre mélyebbé, egyre sűrűbbé válik a külső sötétség, úgy érezzük mindinkább, hogy a kozmikus vezetés, a szellemi segítség távolodik tőlünk. Magunkra vagyunk utalva, és rajtunk múlik immár, hogy miként bánunk a sötétség erőivel: elnyelnek-e minket, avagy beburkolnak. Hisz a sötétség burkában fakad az élet is, ha találkozik a megtermékenyítő fénnel.

*Ehhez azonban tudatosan kell használnunk azokat a begyűjtött fénysugarakat, melyek az évkör ismétlődő rendjében belső erővé szövődtek bennünk, vagyis alacsonyabb énünktől a magasabb, halhatatlan Énünkhöz tudnak emelni minket: a Szent Mihály-i napfelkeltétől kezdve Márton burokba zárt fényén át az adventi spirál középpontját jelző gyertyalángig, ami mint vezérlő csillag az éjszakában, mutatja az irányt és segít minket belső utunkon. Szent Bernát gyönyörű misztikus képpen mutatja be, hogy ez a csillag Mária, kinek nevét a tenger csillagának szokták fordítani, és ami nagyon illik a Szűzanyára. Ő ugyanis valóban a csillaghoz hasonlít, mert amint a csillag, bár sugarakat bocsát ki, megmarad épnek, úgy a szent Szűz is szüzessége sérelme nélkül szülte világra a Fiút. Amint a sugárzás nem csökkenti a csillag fényességét, úgy a Fiú sem a Szűz épségét. Ő ugyanis az a ragyogó csillag, amely Jákobból támadt, amelynek fénye megvilágosítja az egész földet, világossága ott ragyog a magasságokban, behatol a mélységekbe, bejárja a Földet, inkább a lelket melegíti, mint a testet, növeli az erényeket, és kiegészíti a hibákat, ő az a nagyszerű és kiváló csillag, amely magasba emelkedett életünk nagy és hatalmas tengere fölött. ... Ha őt követed, nem fogsz eltévedni, így önmagadban megtapasztalhatod, hogy mennyire joggal mondja a Szentírás: „A Szűz neve Mária (Lk 1,27), Ave maris stella, a remény csillaga.” Ő, aki igenjével ajtót nyitott Isten számára a mi világunkba, hogy személy szerint legyünk megszólítva, felszólítva lelki fejlődésünkért: „Ímé, az ajtó előtt állok és zörgetek; ha valaki meghallja az én szómat és megnyitja az ajtót, beme-
gyek ahhoz és vele vacsorálok, és ő én velem.” (Jel 3,20)*

Forgács Erzsébet

PEDAGÓGIA ÉS MŰVÉSZET

CSILLAG GYÚLT A SÖTÉT ÉGEN

*Ez a csillag mikor kigyúlt,
a többi mind elhalványult,
zengedezzünk néked, szép csillag!*

*Mert a világ arra fordul,
Ahonnan a csillagfény hull,
zengedezzünk néked, szép csillag!*

A karácsonyi időszakot és az adventi várakozást is bevilágítja a karácsonyi csillag fénye. A karácsonyi csillag összetett jelkép. Éppen úgy hozzátartozik Isten Fiához, aki csillag Jákob törzséből, mint Máriához, akit a tenger csillagának is neveznek. A bizánci művészetben a fején és a két vállán, a kendőjén vagy a palástján viseli Mária a csillagot, mint szüzessége jelképét. A Hajnalcsillag Krisztusnak és Máriának is jelképe." A Szentírásban a csillagokat Isten teremtette, ő szabta meg a számukat is, és korlátlan úr fölöttük. Rendjük Isten hatalmát tanúsítja, mert ő határozta meg helyüket, útjukat, járásukat.



Rúzs-Molnár Borbála, 4. osztály

Trónja a csillagok fölött van, a halandók számára megközelíthetetlen helyen. Kr. e. VIII-VII. században asszír hatásra a csillagok kultusza Palesztinában is elterjedt. A csillaghullás, a meteorit Keleten is rossz előjel volt. Ezért a kozmikus jelenségek sorában, amelyet Isten haragjának megnyilvánulásaként értelmeztek, jelentőség-teljes volt a csillagok elhalványulásának, kihunyásának észlelése.

Az Emberfia eljövetelét is csillagok hullása előzi meg (Jel 6,13 és 8,10).

A csillag ősi királyi szimbólum. Bileám jövőndölésében a Messiás jele.

Dán 12,3 szerint a csillagok fénye azt jelzi, hogy a bölcseket kiváltságos hely illeti meg a feltámadás után.

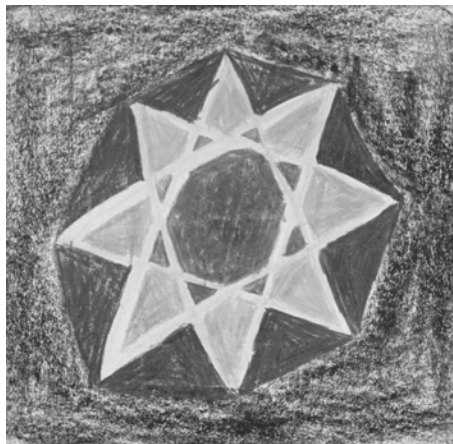
József álmában a 12 csillag az állatkör, és általa Izrael 12 törzse. Hasonló jelentést hordoz a Napba öltözött Asszony feje körül a 12 csillag.

A 7 csillag Kis-Ázsia 7 egyházára utal.

A keresztény művészetben mint Krisztus-szimbólum, a mennyezeti freskókon az Ég és az Örökkévalóság képe.

A IX-XV. századi művészetben a nyolcágú csillag, amely magába zárja a kereszt alakját, a Három Királyokat Krisztushoz vezető betlehemi csillag. Mária-képeken a hatágú csillag a Jákobból fölkelő csillag. Az egységet és a harmóniát jelképezi.

Az ötágú csillag az ember jelképe, minden elem harmóniáját fejezi ki, és a szellem felé törekvését.



Ujcsek Blanka, 5. osztály

A liturgiában Mária nevének magyarázataként leggyakrabban a Tenger Csillaga (stella maris) fordul elő.

A VIII. századi latin himnuszköltészet csodája az „Ave, maris stella” így dicsőíti Máriát:

Tengernek csillaga,
Isten édesanyja,
üdvözlégy, mindig szűz,
menny boldog kapuja.

Te, kinek Gábrriel
ajka mondott AVÉ-t,
tégy közöttünk békét,
fordítsd ÉVA nevét!

Szabadíts rabokat,
Adj fényt a raboknak,
űzd el bajainkat,
igényeld javunkat!

Mutasd, hogy anyánk vagy!
Hallja meg imádat,
ki értünk fiaddá
születni nem átallt.

Kiváltságos szent Szűz,
mindenek közt enyhe,
old föl bűneinket,
enyhíts, tisztíts minket!

Mosd meg életünket,
készítsd el utunkat,
hogy örök örömben
lássuk Jézusunkat!

Istennek dicséret,
Krisztusnak dicsőség,
Szentlélekkel együtt
hármias – egy tisztesség.

(Babits Mihály fordítása)

Ezt a dicsőítést máig használható útravalónak is felfoghatjuk XVI. Benedek pápát idézve:

„Egy VIII-IX. századi himnusszal az Egyház több mint ezer éve a tenger csillagának szólítja az Úr anyját, Máriát. Az emberi élet útonlétet jelent. De milyen cél felé? Hogyan találjuk meg az élet útját? Az élet olyannak tűnik, mint egy utazás a történelem gyakran sötét és viharos tengerén, miközben a csillagokat fürkésszük, melyek utat mutatnak nekünk. Életünk igazi csillagai azok az emberek, akik helyesen tudnak élni. Ők a remény világító fényei. Kétségtelen, Jézus Krisztus maga a Világosság, a Nap, aki fölkelt a történelem minden sötétsége fölé.

De hogy őt megtaláljuk, szükségünk van a közeli fényekre – olyan emberekre, akik az ő fényéből világítanak, és elirányítanak utazásunk közben. És ki lehetne inkább a remény csillaga, mint Mária.”

Forgács Erzsébet

Pedagógia és művészet rovatunkban folytatjuk a „waldorfos” tárgyakat, témákat, pedagógiai sajátosságokat bemutató sorozatunkat. Ezúttal egy olyan tantárgyat választottunk ki, ami az iskolába érkező családok számára többnyire ismeretlen, már az elsős hívogatókon sok kérdést felvet, és a későbbi évek során is sokszor felmerül bennünk, hogy tulajdonképpen mi is lehet ez, vajon mit csinálnak szabadvallás órán a gyerekeink. Tóth Piroska és Vízny Miklós vállalkoztak arra, hogy bepillantást nyújtsanak nekünk a szabadvallás tanításába iskolánkban.

GONDOLATOK A SZABADVALLÁS TANÍTÁSÁRÓL

Amikor e témáról kezdtem gondolkodni, egyből Michaela Glöckler írása jutott eszembe, ami magyarul *A vallás gyógyító ereje* címmel jelent meg (a könyvről bővebben a könyvajánlóban is olvashattok). A szerző arról beszél könyvében, hogy a történelem kezdetétől a tudomány, a művészet és a vallás egysége jelenti az emberiség fejlődésének, továbbhaladásának

zálogát. Mindhárom tartalma erősen változott minden nagy kultúrkorszakban, de jelenlétük folyamatos. Ha gondolatainkat e szál mentén vezetjük, láthatjuk, hogy a modern társadalmi struktúrákban egyre távolabb kerülnek egymástól ezek a területek, mégis találunk egy-egy tudóst, akinek életében a művészet és a vallás legalább akkora hangsúlyt kap, mint a tudomány.



Standovár Nóra, 6. osztály

Ha ez a három alappillér egyensúlya tartósan megbomlik, az etikai-morális érték mellőzése megoldhatatlan szociális konfliktusokhoz vezet. Emellett pedig arról sem szabad megfeledkeznünk, hogy az emberi lélek egy részét csak a művészeteken keresztül érhetjük el. Éppen ezért az iskolai életben sem kérdéses, hogy a tudomány jelenléte mellett, nagy hangsúlyt fektetünk a művészetek gyakorlására, illetve a vallásos érzékek ápolására is.

A kisgyermek születésétől fogva hordoz egy természetes vallásosságot. Hisz a tündérekben, törpékben, manókban, angyalokban. Ezt a gyermeki hitet ápolják és védik minden harmonikus családban, az egészséges óvodai, később pedig iskolai környezetben is, azáltal, hogy a mindennapi életünk része a reggeli fo-

hász, az asztali áldás, hogy az esti ima során köszönetet mondunk a velünk történt jó dolgokért. Vallásos áhítattal csodálkozunk rá minden szépre és jóra, így az Isten teremtette világra is. A gyermeki hitet egyszerűen megélhetjük, ha végignézzük a zúzmarás erdei tájon, vagy mi, tanárok ugyanezt érezzük, amikor egy kisgyerek ránk emeli tiszta tekintetét. Az lenne az ideális, ha életünk során mindannyian megőriznénk ezt a tiszta hitet, ha mi is gyermekként tekintenénk szét a világban. Ha képesek maradnánk arra, hogy azt közvetítsük, amit kaptunk.

Michaela Glöckler így ír erről: „Egyetlen életkorban sem mennek olyan mélyre, s ágyazódnak be kiolthatatlanul a gyermek egész testi-lelki- szellemi konstitúciójába a tapasztalatok, mint az iskoláskor előtt. Ha nem éli át ebben az életkorban az áhítatot, az örömet, a várakozást, a részvétet, az egymás iránti érdeklődést, a tiszteletet egy magasabb világ iránt, hiányozni fog a gyermekeknek egy mélyre nyúló öntapasztalás, önmegerősítés. Mert ez az önmegerősítés a világnak való teljes és bizalomteli odaadottságából származik, és el is várja ezt. Ezen a módon lehet megerősíteni a gyakran leírt »ősbizalmat«. Amikor lecseng az odaadottsággal teli utánzás ideje, már nem lehetséges többé, hogy a testi konstitúcióban ilyen mély nyom maradjon. Később gyakran nagyon nehéz ezt a hiányt kompenzálni, és »megtanulni« a létezésben való bizalmat, és az ittlét örömét. Merthogy a vallásos nevelés nem azt jelenti, hogy valamilyen »morális alaptételeket« tanítunk a gyerekeknek, hanem azt, hogy felépítjük köré az olyan vallásos minőségek burkát, mint a nyugalom, a békesség, az áhítat, a tisztelet vagy a bizalom közös átélése. Mindezeknek kö-

szönhetően a gyerekek egy belső tartást nyernek, és azt a lehetőséget, hogy az élet nehéz helyzeteiben belső nyugalomukban védelmet tudjanak találni. Még egy olyan fiatalnak vagy felnőttnek is, aki egyik vallásos út mellett sem kötelezte el magát, erőt és létbiztonságot ad a gyermekkor ezen tapasztalataira való visszaemlékezés.”

Ezt az elültetett magból kifejlődő csírárt ápoljuk tovább az iskolai élet egészében és a vallásórákon is. Mezei Mihályné Kati a Szabad Gondolatban írt cikkében ír a kezdetekről: „A Waldorf-iskola összes tantárgyát átfogja és átírja az antropológián alapuló emberkép és a fejlődéslélektani gyermek szemléletéből származó egységes vallásos érzület, így jogosan kérdezhetjük, hogy akkor miért vezették be külön a szabadvallás-órát? Rudolf Steiner az első, a stuttgarti Waldorf-iskola megalakulásának már a kezdeti szakaszában, az 1919. szeptember 25-i tanári konferencián beszélt arról, hogy a Waldorf-Astoria gyár munkatársai között sok olyan szülő van, akik nem tartoznak egyik felekezethez sem, de szeretnék, ha a gyermekeik részeseülhetnének valamilyen nem felekezeti, de iskolai vallástanításban. »Itt már tenni kell valamit. Nem hagyhatjuk a gyermekeket vallástanítás nélkül felnőni« – mondta Rudolf Steiner. [...] Nem tantágyként kezelték a vallásórákat, inkább a vallástanítás a helyénvaló kifejezés a mai napig is.”

A gödöllői iskolába érkezésemkor Forgács Erzsike volt az egyetlen vallástanár, és az első hat osztályban voltak órái. Rögtön célként tűztem ki magam elé (és azóta meg is valósítottam), hogy a tanítványaim életében ne szakadjon meg ez a szép folyamat éppen akkor, amikor a legnagyobb

szükségük van a segítségre, hiszen épp a 7–8. osztályban kell a gondolkodási folyamatokat alaposan megtámogatni morális tartalmakkal. 2004-ben jelentkeztem az akkor induló vallásstanári képzésre, amit Szentkúti Márta szervezett a Magyar Antropozófiai Társaság keretében. Ezekre a találkozókra – évente négy-öt alkalommal – azóta is járok. A 2010 óta Mezei Mihályné által szervezett összejövetelek nagy támogatást jelentenek a munkámban. 2007-től tartok vallásórákat, előbb csak a saját osztályomban, majd – amikor Erzsike elment – az ötödik osztályban is átvettem az órákat. Az iskolában jelenleg négyen tartjuk a szabadvallás-órákat: Kissné Pitz Ágnes az első osztályban, én a másodiktól a hatodik osztályig, a hetedikben Györgypál Ildikó és a nyolcadikban Vízy Miklós.

Mind a négyen járunk a vallásstanári találkozókra. Az oktatási törvény a 2013/14-es tanévtől az állami iskolákban is bevezette a hit- és erkölcsstan tantárgyat.

A Waldorf kerettantervet ekkor – pedagógiánk szempontjaihoz híven – Székely Anikó, Kocsis András és Mezei Mihályné – igazította az állami etika tantárgy elvárásaihoz. Vannak tanítványaink, akik a szabadvallás mellett felekezetüknek megfelelő hitoktatásban is részesülnek. Meggyőződésem, hogy az, amit az iskolában kapnak, csak erősíti a gyerekek vallásos érzületét, támogatja a családi valláshoz való kapcsolódásukat.

A gyerekek többsége szereti a szabadvallás-órákat, én pedig nagyon szeretek nekik mesélni.

Tóth Piroska



GONDOLATAIM, ÉLMÉNYEIM A SZABADVALLÁS TANÍTÁSA KAPCSÁN

Hogyha elhangzik a vallás szó, az emberek nagy részének, velem együtt, egy nagy kérdés jut az eszébe: vajon létezik-e emberi ésszel elérhető Teremtő, aki személyes figyelmével nemcsak a világot teremtette, de az én parányi létemet is figyelemmel kíséri az Univerzumban.

Amikor büszkén Titanicot építünk és pár óra múlva a roncsok keresésére indulunk, ugyanakkor papírhajók milliárdjai szerényen és sikeresen kelnek át ugyanazon az „óceánon”, milyen erőik állnak a dolgok mögött? Ki mondja meg, hogy kiegyensúlyozott életű pásztor legyek, vagy zavart elméjű császár? Az ember igyekszik a dolgok végére járni, előkerülnek a véletlen, a környezet, a makro- és mikrokozmosz kapcsolata, no meg a sors szavak és még sorolhatnám. Einstein, Hawkins és számos nagy elméje az emberiségnek eljutott a válaszig, vagy csak a lehetségesig? Ádám, Ábrahám, Mózes tényleg beszélhettek Valakivel, vagy ezek már csak az idők távoli meséi? Ezek a kérdések az ősidőkbe nyúlnak vissza, teret adva az emberiségnek, hogy kultúrájának megfelelően válaszokat adjon, amelyek aztán különböző vallások kialakulásához vezettek. Hitek és tévedések, talányok és titkok, hatalom és háborúk, sorsok és tapasztalások kövezik a keresés útját. Én itt kiemelném az egyéni tapasztalások kegyelmét. Senki nem gondolhatja, hogy ez a rövid újságcikk megnyugtató választ adhat, legfeljebb én rendezhetem a gondolataimat, esetleg az olvasót buzdíthatja pillanatnyi álláspontjának kifejezésére, vagy

egy ítélet alkotására vagy további kérdések felvetésére.

Most képzeljék el, hogy a Waldorf-iskolák ismertető, bevezető szülői estjein a tanítómegemlíti, hogy van egy szabadvallásnak nevezett tanóra is. Elindul a kérdések sorozata, a válaszok pedig a tanárok részéről, az „éppen hol tartok” életút hangulatát tükrözik, és ennek kellene az „éppen hol tartasz” vagy „nekem erről határozott véleményem van” álláspontokkal találkozni. Ilyenkor jó, ha van egy vallásánár a közelben, aki szintén egy kereső, de esetleg többet foglalkozik a kérdéssel. Jó, ha ő megnyugtatta beszámol arról, hogy a Waldorf-iskolák szabadvallás óráin nem felekezeti hittanóra zajlik, hanem a fentebb feltett kérdésekre egy igen finomra hangolt, nem ítéletalkotó beszélgetés történik, a kicsiknél egy-egy mese, a nagyobbaknál egy-egy történet meghallgatása zajlik, amely lehetőséget ad a későbbi továbbgondolásokra s meghagyja és tisztelőben tartja a felnőtt szabad választását.

A mesék a kicsiknél természetesen tartalmazzák a „világ szép”, majd a „tenni is kell érte” alapgondolatát, vagy a nagyobbaknál többek között az igazságosság, a megbocsátás, a becsületesség alapeszméit. Én most az elképzelt szülői esten az alábbi gondolataimat osztanám meg, hangsúlyozva, hogy továbbra is a keresők széles táborának tagja vagyok. Az ember éli életét, halad az időben és rendre belefut a kérdésekbe; van, amikor csak úgy felületesen érinti, és van, amikor

a történetek komoly elgondolkozásra készítetik. Olvasom David Attenborough-ról (90 éves), hogy Charles Darwinhoz hasonlítva magát Isten létét még nem sikerült bebizonyítani, de hisz abban, hogy valamilyen, nálunk magasabb rendű irányító erők hatással vannak életünkre.

Eszembe jut, amikor az egyik 8. osztályomban beszélgetésünk kapcsán rákérdezett valaki: „Akkor most Istent fogjuk megkeresni?” Menjünk ki a természetbe! – mondtam –, és kivittem őket az iskolakertben lévő kis tóhoz. Ragyogó, meleg, napsütéses idő volt. A tóban tavirózsák, halak és növények, vidám molnárkák futkároztak a víz felszínén. A levegőben jókora szitakötők cikáztak. Leültünk és csendes figyelmet kértem. Kis idő múlva annyit mondtam: „Hát, én megtaláltam.”

Azután a beszélgetés eltolódott abba az irányba, hogy a helikopterfejlesztő-mérnökök kutatják, hogy a szitakötő milyen technikát alkalmaz, mivelhogy hátrafelé is tud repülni. Számomra ez is rendben volt, éppen úgy érintette kijövetelünk szándékát; akár számíthattam volna ilyen reakciókra is. Mindenki másképp élte meg ezt a helyzetet, más-más érzésekkel mentünk vissza.

Én még mindig ott tartok, hogy rácsodálkozok a világ dolgaira, a szitakötőkre, a napfényre, a kék égre, de a helikopterre is és még sorolhatnám. Rácsodálkozok, s a kisgyerek is ezt teszi. Az ember fejlődésének ezen csodálatos jelenségét Rudolf Steiner a vallásosság fogalmával köti össze. Rögtön ide kívánczik két megállapítás: a vallásosság egyéni tapasztalás. A vallás: hagyományokra épülő közösségi magatartás.

Lassan eljutunk oda, hogy hogyan kerül a szabadvallás óra mint tantárgy a Waldorf-iskolákba? Steiner a kisgyermekkor egyéni tapasztalását, a rácsodálkozást vallásosságnak nevezi, és az iskolákban, közösségi magatartásként, tovább akarja őriztetni, ápolni ezt az érzést. Ennek bővebb kifejtéséről hosszú könyvet írt Székely Anikó. A könyv címe: Égi lajtorján, alcíme: A spontán vallásosságtól a megismerésig. (Kláris Kiadó) Anikó vezérlő szándékát idézem: „Kiindulópontom elsőként Rudolf Steiner intuíciója volt, mely a szabadvallásra vonatkozott. Ezt azoknak a gyerekeknek szánta, akik nem vettek részt felekezeti vallásoktatásban.”

Folytatva a gondolatmenetemet ide kívánczik a vallás szó más értelmezése is. A religió latin elnevezés, jelentése: visszacsatolni az Egységbe. Itt vissza is érkeztem cikkem első mondatához. Mi ez az Egység? Mit tudok én ebből az Egységből felfogni, befogadni? Ennél a pontnál szeretném felidézni Buddha egyik példabeszédét:

Tanítványai olyan kérdésekkel fordultak hozzá, hogy vajon öröktől fogva létezik-e a világ, vagy pedig az időben kezdődött. A test és a lélek egységet képeznek-e. Mi történik a halál után? Sorolhatnánk még a kérdéseket.

Ekkor Buddha elmondott nekik egy mesét. Volt egyszer Shavatthiban egy király. Ez a király összegyűjtötte az országában található vakokat és eléjük állított egy elefántot. A feladat az volt, hogy mondják meg, milyen az elefánt. Sorra odavezette őket az elefánthoz, de nem engedte, hogy tetszésük szerint foglalkozzanak vele, hanem egyikkel az elefánt fejét, másikkal a

farkát, harmadikkal a lábát, negyedikkel a derekát, ötödikkal a fülét, hatodikkal az ormányát, egy másikkal az agyarát tapogattatta meg. Azzal sorra kérdezte őket: Milyen az elefánt? Az, aki a fejét tapogatta végig, azt mondta, olyan, mint egy szakajtó. Az, aki az agyarát kapta kézbe, azt mondta, olyan, mint egy ekevas. Aki a derekát tapogatta, azt mondta, olyan, mint egy magtár és a többiek mind tévednek. Aki a farkát kapta kézbe, azt mondta, olyan, mint egy seprű. A vélemények annyira eltértek, hogy a vakok egymás tudatlanságán felháborodva összeverekedtek anélkül, hogy egyiküknek is igaza lenne. Íme, egy mese, ami elgondolkodtat, amely megül a tudatban s esetleg egyszer előjön, segítve az eligazodást a világban. A szabadvallás órákon ezt kívánjuk tovább ápolni első osztálytól kezdve.

Székely Anikó: „A vallásosság nem minden körülmények között vezet valláshoz, de vezethet.” Továbbra is őt idézem: „A gyerekek lelki tisztaság és bölcsesség lakozik. Ezzel a mindennapi tudat feletti területen találkozunk, ahová a szó nem vezet, csak a megnyilatkozások néma érteke. Mindnyájunkkal velünk születik az értelemre hangoltság, a jóság, a részvét képessége.



Gelle Zsófia, 3. osztály

A felnőtt őszinte együtt csodálkozása a gyermeki csodálkozással – pl. egy homokszem kézbevételekor – megerősíti a folyamatot. És ezt a folyamatot kell erősítenünk, hogy ne bizonytalanodjon el az ő nyugalomban növekvő benső élete, amikor az ismeretáradat később előnti.” Einstein: „Az élet értelmére vonatkozó kérdés vallásos kérdés”.

„A kisgyerek testi-lelki fejlődését egy hozzá tartozó tudatfeletti forrásból aláragyogó figyelemvilágosság táplálja, kíséri.” – Idézem tovább a könyvet. „A szellemi erők először a biológiai fejlődésben nyilvánulnak meg, majd átalakulnak lelki, szellemi erőkké, az emberré válást ezúton segítik. A szabad erők szolgálják a felállást, a beszéd tanulását, a gondolkodást, az öntudat kialakulását. A szellemi erők életünk végéig szabadulnak fel, hétvévenként más-képp és másképp állnak az Én rendelkezésére. A tapasztalatot meg kell szerezni.”

Ennyi világgraszoló kérdés és bölcs gondolat után joggal merül fel a kérdés: hogyan lesz valakiből vallástanár? Az út egyéni, mint Buddha elefántos meséjében. Azt gondolom, hogy minden Waldorf-tanár szolgálja ezt a gyermeki lélekápolást. Egy-két tanítóban megfogalmazódik, hogy ő szívesen tartana külön, heti egy órában szabadvallásnak nevezett órát, ahol a korosztályoknak megfelelően hangzanak el tematikusabb, célzottabb történetek, amelyek a fentebb említett célokat szolgálják.

Én úgy lettem vallástanár, hogy egyik tisztelt tanártársunk, Forgács Erzsike óvónő meghívást kapott. Távozása után a tanári konferencia felkért, hogy átvenném-e a 7-8. osztályban a vallás tanítását.

Meglepettségemet Kőhalmi Ákos kollégám azzal oldotta: „Ne ijedj meg, mesélj sokat magadról, mert ez a tárgy részben fedi az állam által előírt erkölcsstant a Waldorf-iskolákban.” A kettő együtt érdekes kihívásnak minősült.

Természetesen azóta is járok a szabadvallás tanárok találkozójára, ahol lényeges tapasztalatcserékre van mód. Elkezdtém. Na, nem a „szent” életemről meséltem, hanem például olyanról, hogy hogy is volt az, amikor én 7-8. osztályos korú voltam, és hogy viselkedtünk télen a korcsolyapályán a lányokkal. Bizony, oda kellett menni egy lányhoz, szemébe nézni és „felkérni”, hogy jöjjön el velem korcsolyázni. A barátok követték a sikert vagy a sikertelenséget. Közben kézen fogva korcsolyáztunk és beszélgetni kellett! Ezt vetettük össze a ma oly divatos facebookos ismerkedésekkel. Nagyon jó viták alakultak ki ebből a történetből.

Az ünnepekre készülve szívesen emlékszem, amikor Szent Márton nap előtt Victor Hugo: Nyomorultak című regényéből felolvastam azt a részt, amikor Jean Valjean, a volt fegyenc ellopja a vendégszerető püspöktől az ezüst készletet.



Dezső Huba, 3. osztály

Amikor a csendőrök szembesítik a volt fegyencet, a püspök azt mondja:

Barátom, én a gyertyatartókat is Önnek adtam, s Ön itt hagyta ezeket – (nem szó szerint). Megbocsátó tette egy életre megváltoztatta Jean Valjean életét. Tanúi lehettünk, hogy a törvényen hogyan emelkedett felül az ember javulásába vetett hit.

De természetesen a szigorú törvényeket is átbeszéltük az Ószövetség kapcsán. A bibliai földrajz volt segítségünkre, ahol születtek ezek a törvények. Majd ezen a területen megszületik Jézus és új törvényeket hoz. A megbocsátásról és szeretetről beszél. Mi az, és hogyan lehet azt megélni?

Helen Keller, a vak leány történetét megismerve a 7. osztályosokkal egész más érzéssel mentünk el vak emberekkel találkozni. Albert Schweitzer élete is vizsgálódásaink tárgya volt: segíteni az emberek életét szent cselekedet. Különbséget tetünk a szent és a profán között, saját példáinkat is beleszőve. Csak pár példát említettem, minden tanár a szívére hallgatva állítja össze éves programját, természetesen figyelembe véve a Waldorf-tanterv életkorokra vonatkoztatott ajánlásait. Én szeretem a nyolc év elvégeztét Szent Pál Szeretet Himnuszával zárni, mint most soraimat.

*Szóljak bár emberek,
vagy angyalok nyelvén.
Ha szeretet nincs bennem
csak zengő érc vagyok,
vagy pengő cimbalom...*

Vizy Miklós

ALAKULÓ ARCULAT AZ EGÉSZSÉG SZOLGÁLATÁBAN

Húsvéti számunkban olvashattatok iskolánk fejlesztő csapataról, egyéni és közös munkánk gyümölcseiről. Az év végi lelkes hangulatunkban született az elhatározás, hogy a nyári szünetben találkozunk, és tekintünk a múlt tapasztalatai után a jövőbe. Ezzel a tervvel búcsúztunk el június végén, majd – a nyári érlelés után – augusztus második felében találkoztunk hárman (Pitz Ágnes, Tóth Piroska, Horváth Györgyi), és begyűjtöttük az „ötlet-termést”.

Életünk változásait különböző hatások idézhetik elő. Lehet az ok egy régóta érelődő kívánság, vagy a körülmények kényszerítő hatása, egy kínálókozó lehetőség, de egy betegség is hordozhat magában pozitív sorsfordulókat. Visszagondolva, mindegyik komoly ösztönzéssel jelent meg az ötleteinkben.

A kívánság

Mi is feltettük magunknak azt a kérdést, hogy milyennek látjuk az jövő iskoláját, persze, fejlesztői szemmel.

Egy antropozófus orvos jelenléte szerepel a kívánságlistánkon. Speciális helyzetekben előfordul, hogy fejlesztőként, terapeutaként szakirányú véleményre, vagy diagnózisra van szükségünk a további munkához.



Bravo de Rueda Tadeo, 4. osztály

Emellett jó lenne, ha az érintett családoknak nem kellene utazgatni, keresgél- ni, hanem helyben kaphatnák meg azt a segítséget, mely ugyanabból a szellemi forrásból táplálkozik, mint iskolánk pedagógija.

A másik ezen a listán a különleges figyelmet igénylő gyermekek segítése olyan módon, mely beépíthető az iskola jelenle- gi hivatalos, jogi struktúrájába.

Kényszerítő körülmények

Az utóbbi években megfigyelhető, hogy az osztályközösségekben nő azoknak a gyermekeknek a száma, akik valamilyen tanulási, vagy beilleszkedési, viselkedési problémával küzdenek. Az osztályok „ha- jója” 1-2 „billegetőt” még ki tud egyen- líteni – sőt, a segítségükkel alkalmazko- dóbbá, befogadóbbá válhatnak –, ám ha már többen vannak, felborulhat a csónak. Iskolánk fejlesztő „repertoárja” már jelen- leg is gazdag, de érezzük, hogy a segítsé- gért kiáltók száma korlátainkat feszegeti.

A kor kihívása

Egészségünk egyensúlyáról már több Di- óhéj-cikkben is olvashattatok. Ahogy egy embernél megfigyelhető, hogy milyen folyamatok billentenek ki, és jeleznek va- lamilyen betegség formájában, ugyanígy



egy korszaknak, vagy társadalmi berendezkedésnek is tetten érhetőek a betegítő folyamatai. Ami kiemelkedően befolyásolja a mai és eljövendő gyermekek fejlődését, az a „kütyük” megállíthatatlan terjedése és az intellektuális „adat-cunami” melyben – néha szó szerint – talajvesztetten küzdenek. A beáramló információkat át kell dolgoznunk magunkban, csakúgy, mint az ételt. Ha túl sok intellektuális információnak van kitéve egy fejlődésben lévő gyermek, az „megrekeszthet” természetes életfolyamatokat, de sokan egyszerűen „visszahányják” az emésztetlen adattömeget. Korunk másik nagy kihívása, hogy a kütyükön, képernyőn felnőtt gyermekeknél összeroskodik a valóságos és a virtuális világ, mely számos betegség forrása lehet.

Adottságok és lehetőségek

Az iskolában működő, antropológus forrásokból táplálkozó fejlesztések élvezik a kollégák és szülők támogatását, ami nélkülözhetetlen alappillére munkánknak.

Jelenleg gyógyeuritmiával, extra lessonnel, festés- és meseterápiával, valamint diszkalkuliával, diszgráfiával, és diszlexiával foglalkozó szakemberek vesznek részt a fejlesztésben, melyhez a következő tanévben egy logopédus kolléga is csatlakozik, és a drámapedagógiára, illetve zeneterápiára is jó esélyek vannak. Iskolánk elhelyezkedése a kerttel, a nagy zöld területtel már jelenleg is az egészségünket szolgálja, de még számos lehetőség tárháza. Nyári fejlesztő-konferenciánk fókuszába egy olyan lehetőség került, mely egy ausztráliai Waldorf-iskolában már jól bevált.

Thobias Klasse

A Thobias „osztály” híd a gyógypedagógia és az általános pedagógia között. Célja az egyéni fejlesztés és a szociális integráció. Ebbe a csoportba több osztályból járnak diákok, más-más problémával. Ezeknek a gyerekeknek más az órarendje. A főoktatás alatt, illetve ebédszünetig a legtöbb szakórán a Thobias csapattal

munkálkodnak, saját osztályukkal pedig a szociális tevékenységekben vesznek részt: együtt vannak a szünetekben, az ének-, kézimunka- és euritmia-órákon. Praktikus munkájuk:

- kisebb építőmunka
- állatgondozás
- kerti munka
- konyha, főzés.

Ezekkel a tevékenységekkel igyekeznek stresszmentes tanulási környezetet kialakítani, a bizalmat fejleszteni és a terhelhetőséget erősíteni. Ezek a diákok hetente egy alkalommal euritmia-terápiát is kapnak (az iskolai gyógyeuritmia intenzívebb, terápiás formája). Ez a modell sok országban létezik, de külön osztállyal, melyet csak speciális engedéllyel rendelkező iskolák tehetnek meg.

A terv

Nálunk a legfontosabb adottságok már megvannak egy ilyen „integrált falusi iskolához”. A kertben van hely, és két kollégánk, Mincsik István és Vizi Miklós

örömmel vállalták ezt a kihívást, aktív résztvevői lesznek az átalakulásnak. Első lépésben – még ebben a tanévben –, néhány diáknak lenne tavasszal egy különleges epochája, melyben személyre szabott órarendben munkálkodnának István és Miklós vezetésével az épület körül és a kertben. Az állatgondozás kiemelt jelentőséggel bír a leírt fejlesztő folyamatban. Egyelőre nyulak, csirkék, kecskék jöttek szóba, és a bérlés, hiszen róluk a szünetekben is gondoskodni kell. A későbbiekben, természetesen, nem csak a „kivételezettek” részesülhetnének ezekben a gyógyító folyamatokban, mindenki töltekezhetne az iskola új profiljával különböző epochák, szakórak alatt.

A kívánságlistánkon első helyen szereplő antropozófus orvos személye is körvonalazódik. Az ő keresésében Dr. Kiss Zsuzsanna van a segítségünkre. Remélem, hamarosan már róla is olvashattok a Dióhéjban.

Horváth Györgyi



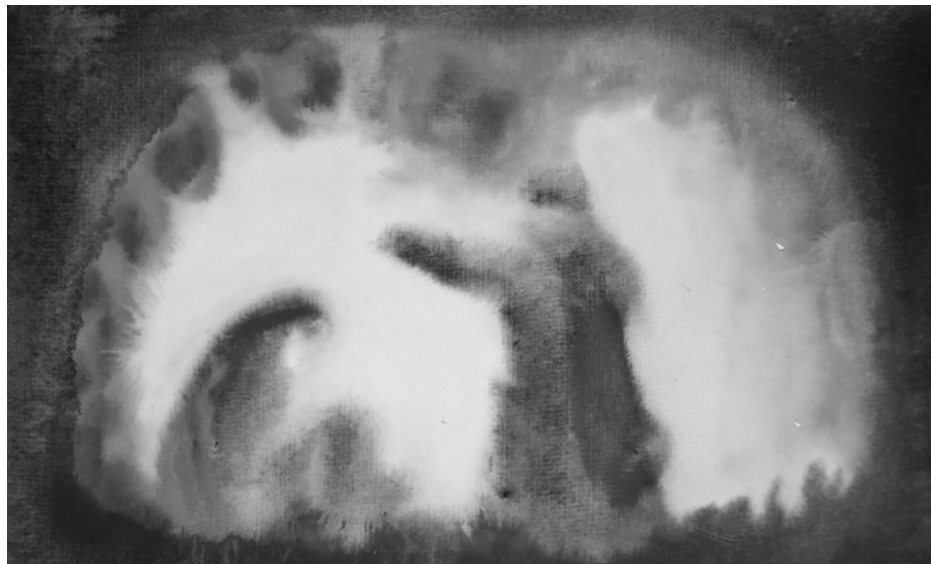
A MADONNA-KULTUSZ HÁROM ASPEKTUSÁRÓL

Az egyházi hagyomány a Madonnák három típusát tiszteli, illetve különbözteti meg: a fehér, a vörös és a fekete Madonnákat. A fehér Madonna a szüzességet, tisztaságot, ártatlanságot jelképezi, virága a liliom. Ez az a minőség, melyet születésünkkel magunkkal hoztunk és az élet során meg kell próbálnunk megőrizni nemcsak testi, de lelki, gondolati, szellemi téren is.

A vörös Madonna az anyaságot, az önfeláldozást jelképezi, virága a rózsza. Ez az a Madonna-kép, mely leginkább jelen van a köztudatban mint az isteni gyermeket világra hozó szűz. Élete során mindenki valamiért áldozatot kell hozzon, és sokszor felvetődik a kérdés akár csoportban, akár egyénileg, hogy ez vagy az megérte-e az áldozatot. És ez vezet el a Madonnák harmadik, talán legkevésbé ismert típusához, a fekete Madonnához – a bölcsesség

jelképéhez. Ábrázolása leginkább barlanghoz kötődik, vagy valamilyen rejtett helyhez, kísértő jelképe a labirintus, és virága – ha a barlangban virág tudna nőni – a lótosz lehetne. A fekete Madonna egyik legismertebb kultushelye Chartres, illetve a Chartres-i katedrális, ahol a fekete Madonna szobra lent, a kriptában található, míg a templom hajójában a híres labirintus ma is százakat, ezreket vonz. Akik megpróbálják átélni, miközben a cél, illetve a központ felé haladnak, hogy miközben néha egész közel kerülünk, újra el kell távolodnunk, és türelemmel bejárt kerülről után érhetünk csak a célba. A fekete Madonna másik híres kultushelye Czestockowa, melyet a mai napig egy kontemplatív szerzetesrend, a pálosok működtetnek.

A fekete Madonnát amellet, hogbarlangban, illetve elrejtett helyen ábrázolják,



Planicska-Altdorfer Eszter



megjelenési formája sem nem a Szűz, sem nem az Anya, hanem az Őreg. Míg a tisztaságot, ártatlanságot születésünknel fogva kapjuk, az anyaságot, illetve a valamiért hozott áldozat szükségszerűségét az élet hozza magával, addig a bölcsességet meg kell szerezni, amely csak az egyén tudatos döntése nyomán kezdődhet el, és ha a kitartás nem lankad vagy törik meg, akkor érhető el.

A bölcsesség megszerzésének, elérésének rögzös útját írja le Georg Goelzer meséje (Az Őreg a hegy alatt) képi formában, 3 részben 52 színes ábrával. Mese, de elsősorban nemcsak gyermekeknek, mely az odaadás, a devóció pillanatától írja az utat minden buktatójával, mint a félelem, a türelmetlenség, az elcsüggedés, és még lehetne sorolni a számunkra is oly ismert akadályokat, a felemelkedés és elbukás útvesszőin át egészen a cél eléréséig. Még ha a mese eszközeivel is, de nagyon hozzánk szól, azokhoz, akik legalább megpróbálnak a frázisok, a rutinok és konvenciók

világából kitörni, és egyéni utakat követve egy másik minőség megszerzésére koncentrálni. Talán a karácsony és a szent éjszakák jó alkalom lehet egy ilyen tárgyú mese olvasására, a jövő évi feladatok, impulzusok tudatosítására is.

Csiki László

Megjegyzés: A borítón látható kép is Veronika Goelzer által ehhez a beavatási meséhez készített 52 illusztráció egyike. Ezek szorosan kapcsolódva a szöveg tartalmához segítik a meditatív elmélyülést, hogy lassan felszínre kerülhessen az a lény, akit a mai idők Szófiájaként emlegetünk. Ő az aki az emberiségnél az ember és a világ mélyreható megismerésének szándékában él, és törekszik – kezdetben még rejtve – a szociális szempontból letisztult harmónikus működésre. Az említett könyv magyar fordítása Csiki László áldozatos munkája révén elkészült. Egyelőre még csak elektronikusan formában olvasható, az érdeklődők Forgács Erzsébetet kereshetik!

ARCOK

ALAPBÓL NAGYON VICCES VAYOK...

Pedagógusainkat bemutató sorozatunkat is folytatjuk, ám ezúttal rendhagyó módon, diákjaink tükrén és kérdésein keresztül ismerhetitek meg testnevelő tanárunkat. Benson Barbarával két nyolcadikos diákunk, Póth Boldizsár és Kiss Nóri beszélgetett.

Hogyan lettél tanár?

Ez egy nagyon jó kérdés. Gimnáziumban volt egy nagyon jó testnevelő tanárom, akit nagyon szerettem, és akkor azt gondoltam, én is szeretnék olyan lenni, mint ő. Mert ő nemcsak jó tanár volt, hanem nagyon jó ember is. Így lett belőlem testnevelő.

Hol kezdted először tanítani? Hogyan kerültél a Waldorf-iskolába?

Először Miskolcon tanítottam egy értelmi fogyatékosokat foglalkoztató általános iskolában, napköziben. Két évet voltam napközis, és utána kezdtem el testnevelést tanítani. Később, amikor Miskolcra felköltöztünk Budapestre, akkor az édesanyám lelkesen keresett nekem állást, a fiamnak



pedig iskolát, így találtunk rá a gödöllői Waldorf-iskolára.

Hogyan élted meg, amikor államis tanárként bekerültél a Waldorfba? Mert ez ugye két külön világ.

Igen, ráadásul azért is nagyon más volt, mert előtte értelmi fogyatékos gyerekekkel foglalkoztam. Nagyon sokat sírtam az első évben, nagyon nehéz váltás volt. Azt gondoltam, hogy egy rendes állami iskolában, ha odamentem volna, akkor lett volna egy átmenet a két iskola között. Itt pedig úgy éreztem, hogy az egyik végtelből át-estem a másik végtelbe, és így nagyon nehéz volt feldolgozni ezt az egészet. Az előző iskolámban, mivel a gyerekeknek tanulási nehézségeik voltak, minden gyerek mozogni nagyon szeretett, az mindenkinek ment. Amikor idejöttem, azt éreztem, hogy itt elméletben mindenki nagyon szeret mozogni, csak gyakorlatban ezt nehezen tudtam észrevenni. Szóval ez nagyon nehéz volt eleinte, főleg a gimnazistákkal.

Melyik korcsoportot szereted legjobban tanítani?

Hosszú idő telt el, míg erre rájöttem, hogy legjobban a középtagozaton, ötödiktől nyolcadikig szeretek tanítani.

És neked mi a legfontosabb a Waldorfban? Mit emelnél ki, ami itt megvan és szerinted jó?

Talán az, hogy itt mindenki sokkal nagyobb hangsúlyt fektet arra – ami szerintem egy nagyon fontos cél –, hogy elérjen a gyerekek szívéhez. Ezt elérni szerintem nagyon felemelő és nagyon jó érzés. Ez a kapcsolat, ez a viszony a tanárok és diákok

között szerintem nagyon- nagyon fontos. Ezt én szeretem – bár azt gondolom, hogy abban az iskolában, ahol korábban tanítottam, ott is nagyon dolgozott minden pedagógus ezen, és ott is ki tudott ez alakulni az elkötelezett pedagógusoknak köszönhetően. Itt és most azt érzem, hogy ezt sokkal könnyebb csinálni, bár ennek meg vannak más nehézségei.

A bátyáimtól sokszor hallottam azt, hogyha a gyerekeknek van valami idegesítő tulajdonságuk, akkor te egy vicces jelzővel rá tudod őket ébreszteni erre úgy, hogy ne érezzék bántásnak. Nehéz volt ezt megtanulni vagy elsajátítani?

Alapból nagyon vicces vagyok. Ez volt például a különbség, mert a régi iskolában, ahol tanítottam, ott a gyerekek soha nem értették a viccet. Így, ha meséltem valami viccet, vagy megpróbáltam valami viccel feloldani a nehézségeiket, akkor ők sosem nevettek, csak mindig én, ami egy idő után nagyon unalmas volt. Visszatérve a kérdésre: nem tudom, ha a bátyáid ilyenek látnak, lehet, hogy ez így is van, de sosem tanultam semmi ilyet. Egyébként azt szokták mondani, hogy minden testnevelő vicces.

Waldorf általános iskolában a testnevelés tanítás fontos része az olimpia. Te hogy éled meg az ötödikes Waldorf-olimpiát?

Nagyon szeretem! Ezen sokat gondolkoztam a tavalyi olimpia után, hogy mi a jó ebben nekem. Engem hívnak oda edzőnek is a Bothmer tanárok, és az az igazság, hogy eddig valahogy mindig kibújtam ez alól. Rájöttem, hogy azért nem szeretnék edző lenni, mert amikor városállam vezető vagyok és felkészíték 35 diákot, akkor sokkal

többet tudok adni nekik magamból, mint hogyha ott edzőként dirigálnám őket. És nagyon nagy élmény, amikor a gimnáziumban megjelennek a kilencedikesek, odaszaladnak a folyosón hozzám és azt mondják, hogy te voltál a városállam vezetőnk, emlékszel? Olyankor én nézek szegényre, mert én már régen elfelejtettem a nevét, és ő megmondja, hogy melyik városállamban voltunk és milyen jó volt. Ez nagyon jó érzés, hogy az alatt a három nap alatt olyan sokat tudok adni nekik magamból, amire ők még három év múlva is, lelkesen emlékeznek.

Olimpiai nyakláncokból már biztos egy rakat van otthon neked. Szóval már voltál elég sok olimpián. Melyik a kedvenc olimpiai sportágad?

Nem is tudom. Mindegyiket kedvelem. Amikor kérdezték a bothmeresek, hogyha mégis elmennék edzőnek, akkor mit választanék, én a maratoni futást választottam. Az nagy harc, nagy küzdelem, meg néha szoktam futni, és talán azt én is le tudnám futni a gyerekekkel. Meg azzal volt egyszer egy nagy élményem. Egyszer a városállamomban volt egy fiú, akinek nagyon nehezen ment a futás. Vele mindegyik edzőnapon futottam. Aztán a versenynapon is megkért, hogy fussam le vele a távot, és utána ő is nagyon örült, hogy ebben segítettem neki, meg a szülei is nagyon megköszönték. De egyébként mindegyik sportágat nagyon szeretem.

Az olimpiára való felkészítésnél melyik sportág megy általában a gyerekeknek a legnehezebben?

Nagyon nehezen megy általában a diszkoszvetés meg a gerelyhajítás, mert az két olyan dobószám, amihez kevés az alapképzettség, és ezért ott szerintem sokkal kisebb a sikerélményük a diákoknak. Ezeknél többet kell a lelket önteni beléjük, hogy nem baj, jó lesz az. Ezek többnyire csak a nagyon sportos fiúknak mennek jól.

Mindig látjuk, hogy mutatod a gyerekeknek a különböző játékokat: a diszkoszvetést, az amerikai foci egyszerűsített változatát stb. És be is állsz könnyen, ha arra van szükség. Ez mindig is így volt, hogy könnyen részt vettél a játékokban?

Igen, ez mindig is így volt, bár most már észrevettem magamon, hogy legszívesebben nyolcadikig állok be. A gimnazisták közé már nem szívesen, ott már nincs sikerélményem, mivel egy kicsit lassabb vagyok, meg ügyetlenebb, mint néhány évvel ezelőtt. Nagyon érdekes, mert régebben a gimnazisták hívtak maguk közé, hogy álljak be, ha kevesebben voltak. Most már nem mindig jut eszükbe, hogy hívjanak maguk közé... Nagyon ritkán be szoktam azért ott is állni, de ott talán inkább olyan szerepem van, hogy a lustább lányokat lelkesítem, és közben azért én is próbálok valamit csinálni. Mindig is nagyon szerettem és szeretek játszani.

Az iskolán kívül mit szoktál sportolni?

Heti háromszor futok, kb. 7 és 12 km között. Kétszer szoktam egy héten úszni. Ezen kívül járok még hetente kétszer konditerembe is, mert úgy gondoltam, hogy a gimnáziumban, ha valakinek izmos karja van, az sokat számít. Meg, ha jó idő van, akkor a Regibe biciklivel meg.



Ezek közül asportok közül melyik után érezed magad a legfelszabadultabbnak?

Biciklizés közben érzem magam igazán felszabadultnak. Futás után nagyon fáradtnak szoktam érezni magam, úszás után meg nagyon éhesnek, de azért szeretem mindegyiket.

Mindig mondod a különbséget a gödöllői általános iskola meg a Regi között. Mi a gyengéd vagy az erősséged az egyik, illetve a másik helyen?

A gimiben azt érzem, hogy szakmailag már kevés vagyok, főleg egy fiúnak. Azt gondolom, hogy egy gimnazista fiú sokkal inkább elfogad egy férfi tanárt. És mivel én nem az vagyok, ebből adódnak nehézségeim a gimnáziumban. Itt pedig szakmailag jó vagyok és még a fiúk is hallgatnak rám. Viszont a gimiben a lelki életet nagyon szeretem, ott már működik a mentor-rendszer a diákok és a tanárok között. Tehát lelkileg sokkal közelebb tudok kerülni egy gimnazistához. Itt, Gödöllőn a 8. osztály szokott lenni az az időszak, ahol már jobban el lehet beszélgetni a gyerekekkel. Ezt nagyon szeretem, de ilyen tantárgy sajnos nincs, hogy ülj le a gyerekekkel és beszéljess velük.

Tapasztalatból tudom, hogy képes vagy a teljesen összetört gyerekeket is megvigasztalni, lelket tudsz önteni beléjük. Ezt te réges-régóta tudod?

Szerintem ez teljesen evidens. Persze nem volt ilyen tantárgy az iskoláimban, ahol ezt így tanították volna, de számomra ez így természetes.

A Regiben van egy 13. osztályod, amit már 6. éve kísérsz, nyolcadikosok voltak még, amikor átvetted őket. Nehéz lesz szerinted elengedni őket?

Nagyon nehéz dolog szerintem az osztálykísérés. Amíg ők eddig eljutottak, én is eljutottam saját magam számára sok tanuláshoz. Büszke vagyok rájuk, hogy olyan szépek, nagyok, okosak, aranyosak és ügyesek. Jó így őket látni. Azt gondolom, mindig is igyekeztem a tőlem telhető legjobban csinálni az osztálykísérést, de ez nagyon nehéz, és biztos, hogy rengetegszer egyáltalán nem sikerült a lehető

legjobban csinálni. Remélem, ők majd a jóra fognak emlékezni később. Nagyon örülök neki és büszke vagyok rá, hogy őket végigkísérhettem ezen az úton.

Mondtad már nekünk, hogy nem szeretnél több osztályt vállalni, de mégis, minek kellene megváltoznia benned, körülötted, hogy még egyszer kísérj egy osztályt?

Az előző osztályomat nyolcadiktól vittem és félév után beállt hozzám segíteni István bácsi, onnantól ketten kísértük az osztályt. Vele nagyon jól tudtam együtt dolgozni. Amikor létrejött a regionális gimnázium, akkor én mentem az osztályunkkal, István bácsi pedig itt maradt.



Ezt nagyon nehezen tudtam feldolgozni, hogy nincs ott ő, és nem segít nekem. Ekkor jöttem rá arra, hogy nekem fontos, hogy segítsen valaki, én ezt egyedül nem tudom megoldani. Idén is sokat köszönhetek Buth Vikinek, akivel az utolsó évben együtt kísérjük az osztályt! Szóval mindenképp úgy érzem, hogy segítségre szorulok, és egy olyan emberre van szükségem, akivel kiegészítjük egymást.

Azt gondolom, hogy jelenleg István bácsin kívül nem tudok olyan embert mondani, akivel együtt tudnám ezt csinálni. Nagyon szeretem a kollégáimat, de azt érzem, most a gimnáziumban nincs olyan ember, akivel ilyen jól ki tudnánk egymást egészíteni. Ráadásul ott már olyan sok osztály lesz, hogy úgysem valósulhat meg az, hogy ketten vigyünk egy osztályt, egyedül meg én, úgy érzem, kevés vagyok ehhez. Lehet, hogy majd 20 év múlva, amikor már nagymama leszek, úgy érzem majd, hogy meg tudom egyedül is csinálni, de most jól, nagyon jól nem tudnám. Nem olyan jól meg nem szeretném csinálni, mert ilyenkor az embernek nemcsak a saját gyerekei vannak otthon, hanem van még plusz huszonakárhány gyereke, akikre figyelnie kell.

Úgy tudom, hogy a gimiben több tanárt is magáznak. Téged is?

Mindig meg szokták kérdezni, hogy magázzanak-e. Nekem nehezen megy a magázás, így van, amikor magázom, és van, amikor tegezem a gyerekeket. Szóval nekik fel szoktam ajánlani, hogy úgy szólítsanak, ahogy szeretnék.

A Waldorf-tanárnak nagy kihívás lehet még a bizonyítvány megírása. Neked ez

milyen érzés? Mit szeretsz benne? Mik a kihívások?

Sokkal könnyebb, szerintem, mint egy állami iskolában. Egyébként nehéz, néha meg szoktam számolni, hány bizonyítványt kell megírnom. Akkor meg már végképp nagyon nehéz, amikor kijön egy hatalmas, 100 fölötti szám, az nagyon ijesztőnek tűnik elsőre. De most már elég nagy a rutinom. Mindig csodáltam Margó nénit, aki már mindig nagyon időben kész van a bizonyítványokkal, nem értettem, hogy tud ő már májusban kész lenni. Egy idő óta titokban, nem kimondva persze, de versenyzek Margó néivel, hogy piszkozatban már hány bizonyítványt írtam meg május végére. Tehát igazából időben készülök már arra, hogy meg tudjam csinálni, készen legyen és ne ilyen utolsó pillanatban összecsapott valami legyen. 8.-ban meg 12.-ben idézetet is szoktam adni az én nagyon kedves könyvemből ajándékba.

Valaki egyszer azt mondta, hogy testnevelés bizonyítványt nem is kell írni, mert az úgyse érdekli egyik szülőt se, csak anynyit kellene írni, hogy blablabla. Amikor nagyon fáradt vagyok, akkor sokszor azt érzem, hogy tényleg csak azt kéne írni, hogy blablabla, talán nem is venné észre senki.

Én azt szeretem a Waldorfban többek között, hogy a tanárok nem csak az anyagot próbálják a gyerekek megtanítani, hanem a gyereket is próbálják formálni. Te ebben szerintem nagyon jó vagy. Neked ebbe nehéz volt beleszokni, amikor idekerültél?

Sokat figyeltem és néztem a többieket, sokat tanultam tőlük. Volt olyan dolog, ami eleve megvolt bennem, de volt, amit később tudtam elsajátítani.

Te elég sok osztályt tanítasz. Melyik osztálynak mi a kedvenc játéka?

Az 5. osztályt most nagyon erősen készítem az olimpiára, és ők még nem nagyon ismernek játékokat, a fogó játékokon kívül. A háromszín-országot meg a várostromot már megmutattam nekik, és talán a háromszín-ország a közkedveltebb, de ma például zsinórlabdáztunk és nagyon tetszett nekik.

A hatodik szereti még nagyon a háromszín-országot, és a várostrom mellett már néha pedzegetik a floorballt is. Ott amúgy nagyon érdekes, hogy a fiúk nagyon szeretnek focizni, de tornaórán még nem kérték, hogy focizhassanak.

A hetedik osztály – ott talán a fiúk szeretnek focizni, a lányoknál még nem tudtam eddig rájönni, hogy mit szeretnek csinálni.

A nyolcadik osztálynak teljesen mindegy. Valamit elkezdünk játszani, néha van, aki az elején húzza a száját, de aztán ő is beáll. Veletek akár madarat is lehetne fogatni, mindent szívesen játszatok.

Sokszor történik, gondolom, olyan, hogy egy adott játék, amit meg szeretnél tanítani, nem megy egy adott osztálynak. Tapasztalatból tudom, hogy (legalábbis a mi osztályunkban) nagyon megküzdöttél bizonyos játékokkal, de nagyon erősen és kitartóan tudtad ezt végigvinni, és a végén



meg is lett az eredménye. Ehhez szerintem elég nagy erő kell.

Igen, néha iszonyú végignézni, hogy mit csináltok, de próbálok építőleg hozzáállni a dolgokhoz, hatni rátok, és szerintem a végeredmény a ti érdemetek, nem az enyém.

Te vagy az egyetlen olyan tanárunk, aki itt is tanít, meg a gimiben is. Amikor kettévált az iskola, te is kétfelé szakadtál. Milyen érzés volt ez?

Nagyon rossz. Olyan volt, mintha meghalt volna valaki. Még most is nagyon fáj, ha erre gondolok

Most zárultak le nemrég a regis anyaiskolás felvételik. Úgy tudjuk, hogy már 3. éve felvételiztetsz. Milyen neked az új, nem gödöllői gyerekeket egy ilyen felvételi beszélgetésen meglátni?

Tavaly is, meg idén is véletlenül sok gödöllői került hozzám, és nagyon érdekes őket is tesiórán kívül megismerni. Van, akinek órán nincsen hangja, és a felvételi beszélgetésen pedig odaül és beszél egy csomót a kedvenc könyvéről.

Szokott engem meglepetés érni, néha egy-egy gyereket ott ismerek igazán meg. Azokat, akiket meg egyáltalán nem ismerek, meglátni szerintem nagyon csaloéka, mert abból, hogy ott ad magából valamit, nehéz rájönni, hogy milyen is valójában.

Még egy utolsó kérdés: mit tanítanál szívesen, ha nem testnevelést?

Énekelni nem tudok, így azt például nehéz lenne. Kézimunkát talán, bár azt sem annyira tudok. De az olyan szép és nyugodt, hogy szívesen csinálnám.

AZ VOLT AZ ÉRZÉSEM, HOGY HAZA JÖTTÜNK

– Bemutatjuk iskolánk gazdasági vezetőjét, Szabó Krisztinát –

Tanáraink és szülőtársaink mellett szeretnénk közelebbről megismertetni olvasóinkkal mindazokat, akiknek a munkája nélkül elképzelhetetlen lenne egy-esületünk és iskolánk zavartalan mindennapi működése. Első alkalommal egy új munkatársunkat – egyúttal régi szülőtársunkat –, Szabó Krisztinát szeretnénk bemutatni, aki iskolánk életében is teljesen új státuszban látja el a gazdasági ügyekkel kapcsolatos teendőket.

A szervezetfejlesztésnek köszönhetően 2016. augusztus 1-től gazdasági vezetőként dolgozol iskolánkban. Már pár hónap mögötted van, hogy érzed magad itt nálunk?

Köszönöm, jól! Kicsit más, mint ahogy előtte gondoltam, mert nem vagyok kötöttségekhez szokva. Amióta megszülettek a lányaim, 15 éve, időbeosztás nélkül dolgozom aszerint, hogy mennyi időm és energiám van. Alapjában véve könyvelőként végeztem sok-sok évvel ezelőtt,

azóta is ebben a szakmában dolgozom. Otthon van az irodám és leginkább ott dolgozom, így rendszeresen jelen lenni itt az iskolában nekem kisebb nehézséget jelent, de ugyanakkor jó is kimozdulni otthonról.

Heti egy nap vagy az iskolában.

Igen, ez a hétfői nap, így muszáj úgy szerveznem a többi munkámat, hogy hétfőnként azokkal nem tudok foglalkozni.



Pontosan mi a feladatod nálunk mint gazdasági vezetőnek?

Azért az az augusztus még nem volt olyan régen, elkezdtem átvenni az anyagot és beleásni magam mélyebbre, hogy lássam, itt hogyan is történnek a dolgok. A sashalmi iskolában is ezt csinálom, de azért minden iskola más rendszerben működik. Itt is meg kellett ismerni a speciális dolgozon túl, hogy ki, mit csinál, és hogy itt mik az összefüggések, és ha esetleg problémám van, kihez is tudok fordulni.

Kapsz elég segítséget? Milyen az együttműködés a többi kollégával?

Nagyon jó, ha éppen nem tudok valamit, bárkihez is fordulok, mindenki szívesen segít.

Kitől kapod a feladatokat konkrétan?

Egyrészt Istvántól mint az iskola képviselőjétől, de ez attól is függ, hogy mi a legaktuálisabb feladat. Nemrégiben volt a költségvetés módosítása, azt is én

készítettem elő, illetve én dolgoztam ki a kapott instrukciók alapján. De feladataim közé tartozik még az iskola mellett az egyesületben is a bérszámfejtés, januártól pedig én fogom intézni a könyvelést is mindkét helyen. A szülői befizetésekkel egyelőre még nem én foglalkozom. Ebben épp egy átmeneti időszak van, mert készül erre a célra egy számítógépes program. Ezzel is ismerkedem, hogy hogyan is működik, és milyen esetleges korrekciókat, változásokat kellene még eszközölni.

Nem jelent több munkát, mint előtte gondoltad volna? Nem bántad meg, hogy elvállaltad?

Egyáltalán nem! Munkában biztosan több lesz, de egyelőre bírom és szívesen csinálom, mert nagyon érdekel.

Sok évig szülőként is jelen voltál iskolánkban, most milyen érzés munkatársként itt lenni?

Még szokatlan. Adri lányom tavaly ballagott el itt, az iskolában és most a Reggimi-ben tanul, a kisebbik lányom pedig hetedik osztályos a sashalmi iOtt is szülőként kezdtem 2008-ban, majd fél év elteltével már gazdasági felelősként is jelen voltam. Úgy érzem, hogy jobb, ha nincs szülői kötődésem az iskolához. Egyszerűbben hozok döntéseket úgy, hogy szülőként nem vagyok elfogult.

Miben kell például döntéseket hoznod nálunk?

Itt még ebben nem volt részem, mert az előző költségvetést nem én állítottam össze, nem vettem részt abban a folyamatban, amikor is meghatározásra kerül





a szülői befizetés. Nehéz döntést hozni szülőként abban, hogy mik azok a költségek, amiknek utat engedünk, és hogy hol van a szülői hozzájárulások teljesíthetőségének felső határa. De ebben a folyamatban nem vagyok egyedül, nem kell egyezményi döntést hozni.

Nem nagy kihívás szülőként mindkét iskolának eleget tenni?

De igen, az kifejezetten könnyebbséget jelentett, amikor az ünnepek rendezvények nem ugyanabban az időpontban voltak. De semmi sem lehetetlen, mindent meg lehet oldani. Ha ez mégis előfordult, vagy a férjem jött, vagy én, így jelen tudtunk lenni mindkét helyen, de így szétszakadt a család. Az óvodában még együtt voltunk az ünnepeken a lányokkal, és az nagyon szép volt.

Miért alakult ez így? Biztosan nem könnyű egy szülőnek, hogy két különböző Waldorf-iskolába jár a gyermeke?

Adrit azért hoztuk át a harmadik osztály táján, mert problémák voltak az osztály-

ban az osztálytanító és az osztályközösség tekintetében is, nem igazán érezte ott jól magát. Itt viszont hamar megtalálta a helyét.

A kisebbik lányom éppen ebben az időben kezdte az első osztályt Sashalom, nála bevált. Úgy döntöttünk, hogy megpróbáljuk ezt a kétlaki életet.

A munka szempontjából érdekes lehet két Waldorf-iskola életébe belelátni.

Igen. Annak ellenére, hogy azonos pedagógiai alapokra épül, a benne lévő személyektől – gyermekektől, pedagógusoktól szülőktől –, folyamatoktól teljesen más, de szabadon átjárható. Sokat segít, ha felmerül egy probléma és a másik helyen már sikerült rá megoldást találni.

A kettősség továbbra is tart, mert Adri szeptemberben kezdte a Reggimit. Hogy érzi ott magát, mennyire tud arra alapozni, amit magával vitt tőlünk?

Köszönjük, nagyon jól. Nem láttunk az átmenetben semmilyen problémát, rögtön

belevetette magát a gimnazista életbe. Biztosan sokat jelent, hogy az osztálytársai, a barátai is oda mentek tovább. A Termik táborba is rendszeresen jár, így nagyon sok embert ismer, ezért szinte hazament a Reggimibe. A diákönkormányzatba is jelentkezett és meg is választották képviselőnek. Ott is intézkedik és szervezi az életet, úgyhogy nagyon jól van.

Említetted, hogy Waldorf-óvodába is jártak a lányok. Hogyan bukkantatok a Waldorf-pedagógiára?

Sashalmon lakunk és 2003-ban, amikor várandós voltam a kisebbik lányommal, Adrival rendszeresen piacra jártunk, aminek a közelébe épp akkoriban költözött oda Rákosmentéről az iskola. Fogalmunk sem volt, hogy mi az a Waldorf, ami itt volt szinte a szomszédunkban, így hát megnéztük. Amikor aztán elkezdünk az ismerkedő beszélgetésekre járni az óvodában, az volt az érzésem, a férjemnek és nekem is, hogy haza jöttünk. Nagyon sokan jelentkeztek akkoriban, így először várrólistára kerültünk, de bennünket ez nem zavart, kívártuk. Fél évet kellett várni, de megérte.

Ezt gondolod a lassan több mint tíz év távlatából is?

Igen, teljes egészében. Annyi mindent kaptak a lányok mind az óvodában, mind az iskolában, hogy el sem tudom képzelni, hogy más irányba mentünk volna.

Említetted, hogy más feladataid is vannak még a két Waldorf-iskola mellett.

Van egy cégem, ahol vállalkozásoknak könyvelek, bérszámfejték. Alakulása óta részt veszek a Welldorf Szövetkezet munkájában, a háttérben intézem a számviteli teendőket. Idén tavasszal bekerültem a Magyar Waldorf Szövetség felügyelőbizottságába.

Hogy bírod ezt a sok mindent?

Azt hiszem, most már elértem a határait, és úgy érzem, ennyi a befogadóképességem. Teljesen határidőről határidőre élek, számomra minden hónap tizenkettedikéből és huszadikából áll. A májusról nem is beszélve...

Mindig is gazdasági-pénzügyi dolgokkal akartál foglalkozni?

Nem. Falusi lány vagyok, Garáról származom, a déli határ mentéről. Ott jártam általános iskolába, és amikor elérkezett a középiskola-választás ideje, elgondolkodtam, hogy mihez is szeretnék kezdeni. Akkoriban indult egy számítástechnikai osztály a közgazdasági szakközépiskolában Baján, ami felkeltette az érdeklődésemet, de oda, sajnos, nem jutottam be, mert tízszeres volt a túljelentkezés. Viszont felvettek a számviteli szakra, amiről fogalmam sem volt, hogy mi is az, de gondoltam, megpróbálom. Így érettségiztem könyvelőként, de azt gondoltam, hogy mindent fogok csinálni, de könyvelni biztosan nem. Egyáltalán nem volt érdekes számomra azzal foglalkozni, amit ott, az iskolában csináltunk. Most már így, sok év távlatából tudom, hogy semmi köze nem volt a való élethez. Érettségi után felkerültem Pestre rokonokhoz, és végül mégiscsak elkezdtem egy könyvelő, könyvvizsgáló cégnél dolgozni. Muszáj volt

valamihez kezdeni, és mivel ezt tanultam, elkezdtem ebben dolgozni. Menet közben aztán kiderült számomra, hogy ez mégiscsak izgalmasabb, mint amikor az ember ezt az iskolában tanulja, és azóta is ezzel foglalkozom.

Ha marad szabadidőd, mit csinálsz szívesen?

Hát, abból sajnos kevés van. Most a legújabb hobbim (régii) bútorok felújítása és festése; Adrival együtt ötletelünk, ő az éves munkáját hasonló témában készítette. (A „kanapé” itt is van az első emeleti aulában – a szerk.) Amikor a sok szám és jogszabály után felfrissülésre van szükségem, belekezek egy-egy darab felújításába, majd abbahagyom, nincs időm befejezni.

Mik a terveid?

Szeretném továbbképezni magam számviteli, adózási területen. Bár annak idején nagyon nem ezt akartam csinálni, de most már nagyon benne vagyok. Az én szakmámban amúgy is folyamatosan kell képeznünk magunkat, mert az adótörvények, a jogszabályok állandóan változnak. Részint kötelező is ez a szakmai jellegű továbbképzés.

Ha valakinek kérdése van, megkereshet személyesen is?

Igen, nagyon szívesen rendelkezésére állok mindenkinek. Hétfőnként 10 órától délután 4-5 óráig az első emeleti gazdasági irodában lehet engem megtalálni. Ilyenkor bárki megkereshet kérésekkel, problémákkal.



BOLYOS-LOFFREE MÍRA CSALÁDJA

Carrie Loffree vagyok. Kanadában születtem és ott éltem, amíg nem költöztem Magyarországra 2000-ben. Baleset ért 13 évesen, azóta használok kerekesszéket, és annak köszönhetően folyamatosan megnyílnak előttem érdekes, kincsekkel burkolt, még nem járt utak. Szeretem a felfedező szerepet és az azzal járó szabadságot!

Az anyanyelvem angol, annak ellenére, hogy édesanyám Budapesten született és élt 12 éves koráig. A francia a második nyelvem – ebben folytattam a PhD tanul-

mányaimat –, majd csak később jött a magyar.

A gyerekeim Magyarországon születtek. Míra lányom Andrea néni szárnyai alatt vidáman fejlődik szeptember óta az első osztályban, Bence fiam pedig alapítványi iskolába jár Veresen, 5. osztályos.

A Waldorfról hallottam sokszor az életem során, de igazán keveset tudtam róla, amíg nem találkoztam az élettársammal, Hegedüs Mátyással. Matyi több mint 10 évig dolgozott Waldorf-iskolában fafaragótanárként és osztálytanítóként.



A három gyereke Waldorf-intézményekben járt vagy jár. Hanga lánya érettségizett Gödöllőn, jelenleg au-pair Bostonban, Máté fia a Regiben végzett és most cukrásznak tanul, Emma lánya pedig a Sashalmi Waldorf-iskolába jár. A Steiner pedagógiai elvekről, módszerekről hallottam Matyitól, élő példát láttam a gyerekein, hogy milyen jól is működnek. Míra lányom ezért lett Waldorf-óvodás, most már szeptember óta Waldorf-iskolás.

Külön öröm számomra, hogy a Waldorfnál, Míra enyhe mozgáskorlátozottságát nem lesajnált kirekesztettségként éli meg. Állami oviban tornaórán odaállították az óvónéni mellé, nem engedték, hogy részt vegyen a játékokban. Azt mondták Mírának és a többi gyereknek (előttem, ráadásul), hogy nem tud futni. Aki ismeri a lányomat, aki valaha látta az iskola udvarán, az tudja, hogy igenis tud futni! Azt is tudja, hogy Míra nagyon könnyen barátkozik, hogy ő az, aki kezdeményez játékokat, motiválja a játszótársait. Aki sajnálatból vagy tudatlanságból kizárta a mássága miatt, az nem látta a teljes lányomat, és megfosztotta Mírárt attól, hogy Míra legyen, és gyerektársait az aktív, kezdeményező, kreatív Mírától!

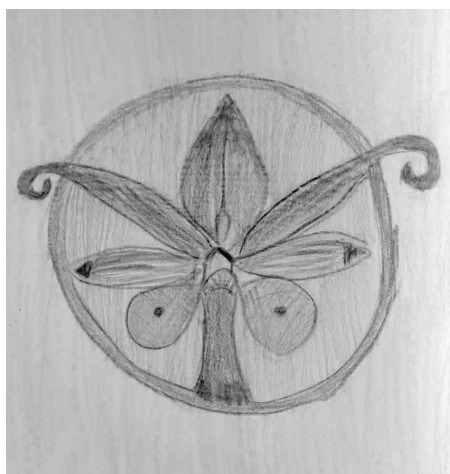
A Waldorfban Míra ragyog, és játszva fejlődik, mert a tananyag és az emberi hozzáállás olyan. Nagy megkönnyebbülés az, hogy a gödöllői Waldorf-iskola az utunkon van, és nagyon örülök mindazoknak közületek – pedagógusoknak is, szülőtársaknak is, gyerekeknek is –, akik valamilyen módon akadálymentesítik az utat nekünk, azoknak is, akik jönnek át nézni, hogy milyen szép a kilátás innen is!

Míra szokta mondani, hogy „Mom” a zen nagyon szereti! Sokféleképpen lehet azt értelmezni, de talán arra gondol, hogy zen shiatsu masszázsterápiával foglalkozom Matyival együtt. Mírának rendszeres személyes tapasztalata van vele, hiszen ott-hon minden napja kezdődik és végződik shiatsu masszázzsal.

A zen shiatsu egy finom érintéseken keresztül ható masszázs, ami testi, lelki és szellemi-spirituális síkon hat. Miközben ruhán keresztül ujj- és tenyéryomásokkal kezeljük a partner étertestét, oldjuk a benne levő blokkokat, a vendég ellazult, meditatív állapotba kerül. A tudunk szerint én vagyok a világon az első kerekesszékes, aki ilyen „energetikai akadálymentesítést” végez.

A masszázs mellett Matyi shiatsuhoz és Waldorf-pedagógiához kapcsolódó tárgyakat tervez (3D-s meridián-térképet, szervórát, szorzócsillagot, osztódominót).

Carrie Loffree



Horváth Zalán, 4. osztály

A TAKÁCS CSALÁD ÚTJA

Háromgyermekes család vagyunk, egy kis parasztházban éldegélünk Mendén, Gödöllőtől 30 km-re. Budapestről „menekültünk” ide, hogy tisztább, természet- és emberközelibb életet alapozhassunk, mire jönnek a gyerekek.

Családunk feje, Sanyi debreceni születésű, én budapesti vagyok, Mendén örökké gyűttmentek maradunk. Rákoskeresztúron dolgoztam mint óvónéni, állami képzésben tanulva, állami óvodában, állami szemlélet közepette, mégis folyamatosan új, kísérleti utakat keresve, a sorból notóriusan kilógva.

Tanultam népi kismesterségeket, drámapedagógiát, hasonszőrű kollégáimmal írtunk saját nevelési programot,

kerestük a gyermekközelibb lehetőségeket az állami rendszer mohos kőfalain belül. Hát, nem volt egyszerű, és nem volt népszerű sem.

Amikor 2009-ben megérkezett hozzánk Léna, egyre állhatatosabban kerestem az alternatív utakat. Alapító tagja vagyok a Válaszkész Szülők Egyesületének, baba-hordozási tanácsadó, évekig vezettem a mendei babaklubot, ölbéli játékokat tanítottam az édesanyáknak, biokertet gondozgatók, s közben sorra születtek további drága tanítómestereink: 2011-ben Ágoston, 2012-ben Hédi.

Sanyi egyre mélyebbre merült a természetfotózás rejtelmeibe és szépségeibe, madárfotósként, ha tehetné, fél életét vízi



leshelyeken kucorodva tölténé (a másik felében pedig elbiciklizné akár a Holdra is, mindegy, hogy terep, vagy betonút vezet oda).

Tehát kutattunk, kutatunk, mert azt egyre világosabban látjuk, hogy azzal az értékrenddel, ami most a világban jelen van, nem tudunk, nem szeretnénk azonosulni. Saját gyerekeim hozták a létükkel a fejlődést, a változás szükségességét, így amikor a helyi ovit, később a helyi iskolát kezdtük volna, egyértelműen látszott, hogy csak erre nem.

Vekerdy könyvei persze jókor voltak jó helyen: a keresgélésből hirtelen találás lett. Úgy csapódott közénk a Waldorf-szellemiség, az antropozófia, mint egy üstökös, világosságot, megbizonyosodást hozva eléink. Csodásan kikristályosodtak a lehetőségek, és mint a villám, felgyorsultak az események és a fejlődés.

Ennek eredménye, hogy Léna kapott ajándékba (3 államban eltöltött év után) egy szépséges évet a gödöllői Waldorf-oviban, jelenleg első Andrea osztályában, a kisebbek szintén itt ovisok. Én az antropozófiába fogynatlan lelkesedéssel ásom-fúrom bele magam, s őstől a Waldorf-oviban dolgozván tanulom nap mint nap tátott szájjal ezt a régen vágyott, sokat keresett szemléletet.

Útkeresőkből úttalálók lettünk, 3 csodálatos gyermek szülei, és hiszem, hogy kapunk ehhez – az egyébként nem könnyű – úthoz erőt, támogatást, hogy minél messzebbre juthassunk.

„Az ember a világot megismerve önmagára talál, és magát megismerve föltárat számára a világ.”

(Rudolf Steiner)

...mi ide tartunk!



ISKOLAI ÉLET

FELVILLANÓ GONDOLATOK

A NYOLCADIK OSZTÁLYOS FIZIKA EPOCHA KAPCSÁN

Nyolcadikban négyhetes epocha során foglalkoztunk a körülöttünk lévő világgal a fizika szemszögéből. Ennek során a gyerekeknek adott egyik feladat az volt, hogy a füzetük első lapját hagyják szabadon, mert majd kb. 3 hét múlva lesz teendőjük vele. Ekkor azt kértem tőlük, hogy az addig tanultak kapcsán írjanak arról a kihagyott oldalakra, hogy miként látják a fizika jelentőségét az emberiség történetében, s arról, hogy nekik milyen viszonyuk, gondolatuk volt akár a tantárggyal, akár konkrétan az epochával kapcsolatban. Az alábbiakban ilyen írásokból olvashat a kedves olvasó.

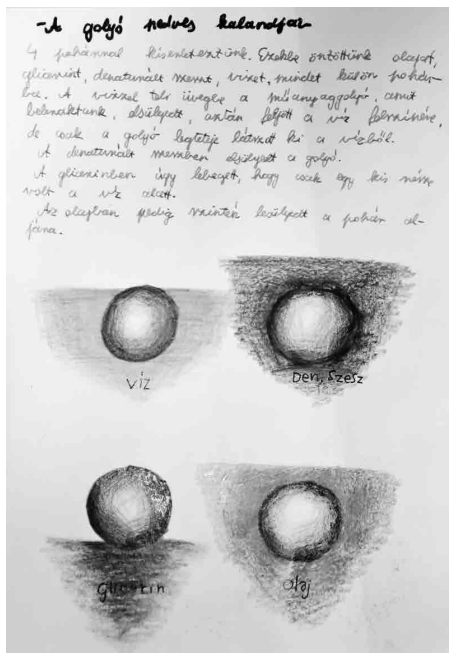
Bevezető a fizikába

Kezdődik a fizika epocha. Már nagyon izgott voltam, ahogy reggel beléptem az osztályba.

Aztán az óra kezdetét vette...

István bácsi felültetett minket egy láthatatlan vonatra, ami ebben a négy hétben elvitt mindenhova... Jártunk a hidrosztatika rejtelmes városaiban, ahol megtudhattuk, hogy a glicerín fenntartja a műanyaggolyót, ellenben a denaturált szesszel, ahol lesüllyedt.

Beléptünk a sűrűség rejtélyes kastélyába, sorra megcsodáltuk a térfogat és a tömeg érdekes világát, arról is kaptunk fontos információkat, hogyan fagy be a tó vagy a tenger vize. István bácsi ekkor megállította a vonatot, amin utaztunk és megállt egy

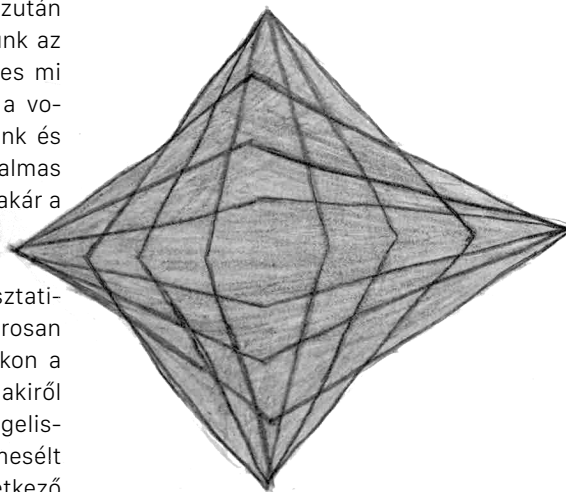


Istoc Sári, 8. osztály

hatalmas színpad előtt, ahol eljátszották nekünk Archimedes történetét. Ezután mentünk tovább és megismerkedtünk az úszás, a merülés és lebegés érdekes mivoltjával. Aztán pedig lefeküdtünk a vonatra mellé, amivel eddig kalandoztunk és megnéztük a felettünk húzódozó hatalmas légóceánt, ami baljósan hullámzott akár a tengerek.

A következő vonatjegyünk az aerosztatika érdekes országába szólt. Hamarosan elindultunk oda is. Első állomásunkon a vonatra felszállt egy különös ember, akiről kiderült, hogy nem más, mint Evangelista Torricelli! Ő sok érdekes dolgot mesélt nekünk a horror vacui-ról. A következő állomáson sajnos leszállt, de mi mentünk tovább és beléptünk a Montgolfier fivérek házába, akik meghívtak egy boldog hőlégballonozásra. A meghívást persze egyből elfogadtuk és csodálkozva meghallgattuk a fivérek beszámolóját, miszerint a hőnek kisebb a sűrűsége, mint a levegőé. A Montgolfier fivérek, aztán kitétek minket az örök fehér Himaláján. Ott találkoztunk Denis Popinnal a francia tudóssal, aki főzött nekünk a kuktájában húst, amit ott fel is faltunk annyira finom volt. Ezek után István bácsi rendelt nekünk egy repülőt, amivel lassan visszatértünk a valóságba, azaz az osztályterembe. Pont kicsöngettek. István bácsi elköszönt, aztán felvette az asztalról a könyveit és lassan elhagyta a termet. Az osztályban bódult csend volt. Aztán hirtelen mindenki egyszerre kezdett el beszélni. Az osztály felbolydult, senki sem értette mi történt Én sem. Annyit tudok, hogy ez igazi kaland.

Istoc Sári



Venicz Marcell, 5. osztály

Bevezetés vagy én és a fizika

Kedves vagy éppen kedvtelen, bátor avagy botor olvasó, ki ezt a füzetet a kezében tartod!

Sajnálattal kell eloszlatnom esetleges elképzeléseid, legrosszabb esetben elvárásaid ködét, amik talán előítéleteket ültetnének beléd a füzetem szemlélése közben: a fizika és én, nem ugyan abban a lelki világban mozgunk. Természetesen befolyásolják a törvényei az életemet, még ha ez fordítva nem pont így van is. Boldogan eléldegélek a légóceán alján, a légnyomás alatt, a halak életét furcsállva, holott szinte ugyanolyanok vagyunk mi is. Már ha az átlagsűrűség csak részletkérdés. Hitem szerint az. Ebben a füzetben egy epochányi fizika anyag van. Átlagosnak hangzik, de a füzet elkészítését elszenvadni, nem volt az.

Mindenestre sok új dolgot megértettem, sőt! Olyan is volt, ami érdekelt. Ez a zavaró érzés persze hamar elmúlt... Ha felapozod ezt a füzete és valamennyire is ismersz, nem lepődsz meg, hogy találsz benne egy koreaiul íródott sort, aminek a jelentése ez: próbáljuk kihozni magunkból a legtöbbet. Én megpróbáltam, az eredmény a következő oldalakon van...

Jó olvasást!

Varga Nóra

Bevezetés a fizikába

„A fizika, a tudomány sosem száraz adathalmaz, hanem valódi történet. Hosszú évszázadok alatt a tudósok rájöttek, hogy számos természeti jelenség összetartozik, mert mindegyik mögött ugyanaz a néhány alapelv áll. Ezeket az elveket pedig úgy ismerték fel, hogy látszatra egyszerű kérdéseket tettek föl maguknak.”

(Diedrik Jekel)

Az ember már fejlődésének kezdetén is fizikai törvényszerűségeket fedezett fel, pl. tűz megismerése, csak még nem tudott róla.

Az emberiség, az emberi agy fejlődésével, igényének megnövekedésével és egyre nagyobb kíváncsiságával, előbb a szárazföldet, majd a vizet, végül a levegőt hódította meg. Egyre több fizikai ismeretet szerzett ezekkel kapcsolatban.

Robbanásszerű fejlődést az ipari forradalom hozott, amely a mezőgazdaságból indult el. Ezt követte az iparban bevezetett gépek alkalmazása, amely elindította a fizikai felfedezések sorát.

A fizika törvényszerűségeit, nem csak praktikussági okokból kutatták, hanem mert egyre kíváncsibbak voltak, a körülöttük zajló folyamatokra.

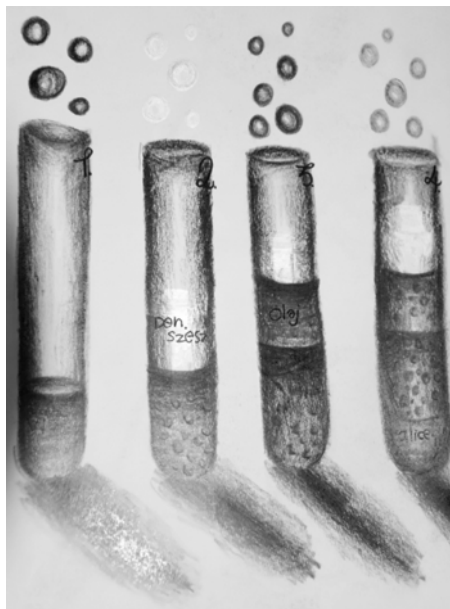
Ezek a fizikai alaptörvényszerűségek áthatják a mindennapjainkat, így ismeretünk által könnyebbé válik az életünk.

Az elmúlt hónapban a víz és a levegő törvényszerűségeivel ismerkedtünk meg, végeztünk kísérleteket, tettünk megfigyeléseket a fizikával kapcsolatban.

Faragó Bence

Múlt, jelen és a jövő technológiája

A mai emberek többsége bele se gondol, hogy mi volt, ill. mi várható a technológia fejlődése kapcsán. Ha megnézzük huszonegy évvel ezelőtt a Szentgotthárdi



Istoc Sári, 8. osztály

Opel gyárat, akkor a munkák kb. 60%-át emberek végezték, de ha most megfigyeljük bármelyik Magyarországon található Mercedes, Audi, Suzuki, vagy éppen az Opel gyárat, észrevevessük, hogy a munkák 85-90%-át már gépek végzik, amelyek nem alszanak, nem kell őket váltani, ezred mm pontossággal illesztik a helyükre az elemeket és 24 órát dolgoznak. Az embernek csupán irányítani kell őket. Ez, egyfelől nézve jó, hiszen kevesebb idő alatt több autó is elkészül, nő a gyár bevétele, és ez nem csak az autógyártásra vonatkozik. Hátránya viszont súlyosabb, mint gondolnánk.

Rengeteg ember vesztí el a munkáját, nincs megélhetésük, és aki mondjuk húsz éve bekötött egy műszerfalat egy autóba, az most meghúz két csavart a futószalag mellett ülve. És hogy mi várható a jövőben, abba szinte jobb bele sem gondolni. Mint eddig is a jövőben is várhatóak lesznek bizonyos szakmák eltűnése, pl. a késélező. Régen az ember elvitte a kését egy köszörűshöz és megköszörültette, most pedig ha kimegy az éle vagy elhasználdódik, kidobjuk és veszünk helyette amennyit akarunk, hiszen a gépek megcsinálják helyettünk.

Vagy mondjuk a cipész szakma is eltűnőben van, mert bemegyünk egy supermarketbe és veszünk, ha kell. Vagy mi az, ami várható, hogy eltűnik pl. a taxis. Hiszen készült már önvezető autóból sok féle, mint a Tesla, ami műholdról vezérelve elvisz akárhová, sőt már buszokat is terveznek és messzire se kell mennünk, egyszerűen elmegyünk a Bosnyák téri IV. metró megállóhoz és beszállunk az önvezető metróba. A folyamatos egyre felgyorsulóbb technika mellett az ember



akadályozására, hiszen a globális felmelegedés miatt megváltozik az éghajlat és lassan megszűnik az északi-sark is. Ezért az ember a közlekedés terén már egyre jobban kezdi felkapni a fejét, és aki teheti az elektromos vagy hibrid autót vásárol vagy jár biciklivel, nem robogóval, aminek a káros anyag kibocsátása nagyobb, mint egy új hatos kamioné. Elon Musk, a Tesla cég tulajdonosa és egyben a SpaceX alapítója, aki most 45 éves, elhatározta, hogy a Marsra fog meghalni. Hogy ez sikerül-e neki, azt még senki sem tudja biztosra, de elnézve a technológia fejlődését elképzelhető.

A most elmúlt négy hétben azt figyeltük meg, miként hódította meg az ember a levegőt, a vizet a felszínen, ill. a felszín alatt, miként épített gépeket és hogyan használta és használja őket most is. Ezek nagy

részét kísérletekkel magyaráztuk meg, melyek benne vannak a füzetben is.

Tömören fogalmazva arra keresem a választ, hogy hogyan és miként fog fejlődni a technika, és hogy a továbbiakban ez jól vagy rosszul fog hatni az emberiségre.

Mincsik Regő

Bevezető

Az ember abban az időben mikor letelepedett, megoldhatatlannak tűnő probléma elé került, mivel ott telepedett le, ahonnan nem tudott tovább menni, vagyis nagyobb tavak, folyók mellett és meg kellett ismernie a víz törvényeit. Az ember azért olyan különleges lény, mert mindig vannak olyanok köztük, akinek új gondolatai támadnak, ez a látszólag kis különbség, meg az, hogy az állatok „trükkjeit” ellesve képesek a természet leutánczázására. Majd mind azt a tudást képesek átadni másoknak, hogy nekik már ne kelljen rájönniük.

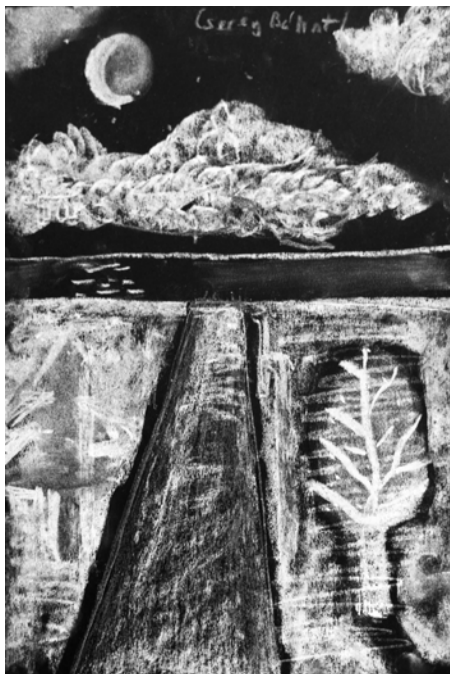
Például, ha egy nagyon régen élt ember látott úszni egy hatalmas fatörzset a vízen és ráugrott, az megtartotta, de folyamatosan forgott, nem kis kellemetlenséget okozva ezzel utasának. Ez a kis kaland után, feltéve, ha túlélte emberünk, elkezdett gondolkodni azon, hogy hogyan lehetne stabillá tenni a farönköket. Így jött az ötlet, hogy összeköt párat és így megalkotta a tutajt. Majd később kivájva a fatörzset, a hajót is feltalálta. Ezután az emberiség a víz feneké felé vette az irányt. A legaljáig eljutott és meghódította a haltól ellesett technikával. Amikor egy új helyet, a levegőt meghódítását vette a fejébe, újat alkotott, olyat, ami a természetben nincs, a hőlégballont és a léghajót. Majd amikor rájött, hogy ez nem teljesen mű-

ködő képes, akkor leutánczázta a madarakat és létrehozta a repülőt. Mi ezeket a kísérleteket, melyek a fizika törvényeinek megértéséhez kellettek újra létrehoztuk, (persze modern eszközök segítségével), megfigyeltük és leírtuk. Lehet, hogy nekem nem sikerült jól az írás, de az élmény, az hogy kitalálhattam a kérdésekre a jó választ, az örökre velem lesz. Meg az az élmény is, amit ezen az epochán való részvétel nyújtott: a látványos kitalálni valók, a képletek, az izgalmas számolások, és minden történet. Remélem ezt az olvasóhoz is sikerül eljuttatnom, hátha szeretni fogja ő is a fizika törvényszerű világát.

Jó olvasást, jó epochát!

Póth Boldizsár

Az összeállítást készítette: Mincsik István



Cserey Bálint, 8. osztály

KREATÍV ÍRÁS BEVEZETÉSE AZ ÖTÖDIK OSZTÁLYBAN

A legutóbbi magyar epocha keretében az osztály Petőfi Sándor: János vitéz c. művét dolgozta fel. A szöveg játékosága, sokszínűsége és maga a téma is közel hozta a gyerekekhez az irodalmat, így kedvet kaptak az íráshoz és maguk is szívesen váltak alkotókká. Először csoportban próbálkoztak, több rövidített és tömörített átírata született a mű egyes részeinek, némelyik verses formában is. Az óriás egy archetipikus mesefigura, mely minden ember lelkében másképp jelenik meg. Ez jó lehetőséget kínált arra, hogy megírják, milyen az általuk elképzelt óriás. Remek írások születtek, melyekből az alábbiakban szeretnénk megmutatni néhányat.

Találkoztam egy óriással

Találkoztam egy óriással. Agyon akart taposni. Én elugrottam előle, ő üvöltött mérgében. Hosszú tusa keletkezett, ugráltam, mint egy bakkecske és ő is hasonlóan tett. Aztán elfáradt. Leült. Szomorú volt. Megsajnáltam, odamentem. Ő rám nézett. Agyonüthetett volna, de nem tette. Megszólt:

- Ki vagy te elpusztíthatatlan? – kérdezte szomorú hangján.

- Ember vagyok, bár sose lehessen tudni. Te kis vagy hatalmas és buta lény?

- Óriás vagyok, de sose lehessen tudni.

Úgy tűnt, mindjárt sír, és ez nagyon nem illett hozzá. Nagy volt és erős. De most már nem gondoltam, hogy buta, csupán fiatal és tapasztalatlan.



Póder Boróka, 5. osztály



Odaültem mellé és tovább kérdeztem:

- Honnan jöttél, nagy és szomorú lény?
- Nem tudom, honnan jövök, és nem tudom, hova megyek.
- Miért akartál eltaposni?
- Nem tudom. Csak lenéztem és meglátalak, pici voltál és védtelen.
- Most újra fölteszem a kérdést. Ki vagy te?
- Kósza szellő vagyok.
- Nem óriás, nagy és buta?
- Nem, azt mondták, az vagyok és én elhittem, de most már tudom. Kósza szellő vagyok, bölcs és örök, aki forró nyárban az enyhülést hozza. Aki felhőket hozok, hogy ne legyen szárazság, hogy eső essen és kizöldüljön a világ. – És eltűnt.

Hűvös szél süvítette a fülemben: Köszönöm. Elmosolyodtam. Mikre képes a kérdés: „Ki vagy te?” Ennyi volt találkozásom az óriással, aki elhitte, hogy nagy és buta. Pedig látod, kósza szellő volt.

Ledobta hát rút bőrét, és elrepült valahova messzire. Én tovább sétáltam, de őt sose felejttem.

Dezső Lili

Egyik találkozáson Nohanemhisszel

Elindultam az erdőben sétálni,
Leültem egy fatönkre mélázni.
Egyszer csak csörtetést hallottam,
S majdnem halottra váltottam.
De aztán megnyugodtam, mert láttam:
Csak Nohanemhisz jön, kit vártam.
Nohanemhisz az én barátom,
S nem gondoltam, hogy látom.
„Ó, Nohanemhisz, hogyhogy most
eljöttél?”

Nem úgy volt, hogy holnap találkozunk a
lejtőnél?”

Nohanemhisz erős, buta, akaratos,
De velem mégis tapintatos.
De mégis kicsit hetvenkedő.
Azért ment csak negyvenkettő.

Garamszegi Hanna

Az én óriásommal találkoztam

Elmentem levelet gyűjteni az erdőbe, már délután volt. Letértem az ösvényről, és aki mögöttem jött volna, az meglepődött volna, mert egy nagy fa belsejébe beugrottam. Egy barlangon átmentem, és egy nagy mezőre érkeztem. Ott egyet fűtten tettem, és előttem volt az „úgymond” óriásom. Ezt az óriást még kiskorában találtam, akkorán, mint egy emeletes ház, ezen a gyönyörű réten, és mindennap kimegyek játszani vele. A kedvence a bújócska, de most már nagyon nehéz olyan búvóhelyet találni, ahol nem veszem észre. Kiskorában érzékeny volt és makacs, de soha nem szerette, amikor otthagytam. Nem nekem kellett etetni, mert mindig, amikor jöttem, eltűnt egy-két hegy. A többi állatot, madarat, hullót mindig elűzte, mert irigy volt, de engem soha nem bántott. Sokszor láttam a felhők tetejét, mert mindig felültem a vállára. Így gondoztam, de egyszer, amikor én voltam a hunyó, találkozott a testvéreivel és hazament. Persze előbb elbúcsúzott tőlem, úgy hívták „Várlingi, a varázsló”, mert varázsolni is tudott, így már értettem, hogy talált meg folyton.

- Szia! – mondtam neki és elment. Azóta se felejttem el azokat a perceket, boldoggá teszi az életemet!

Takács Anita

Borús őszi éjszakán a Gorón-síkságon gyalogoltam öt vándortársammal, amikor egy erdő tűnt elő a vaksötétből. Elővettük a térképet, egy gyertyalángnál megnéztük, és megállapítottuk, hogy ez a Beran-erdő. Amikor meglátott az egyik társam egy óriási alakot, rögtön ráébredtünk, hogy három hatalmas küklpsz. Rögtön előkaptuk ijunkat. Közülünk Kárlata tudott

a legjobban banni a fegyverekkel, oda is lőtt egyet-kettőt. Egy hatalmas üvöltés és egy nagy puffadás. Már csak két alak volt, de futva jöttek felénk. Amikor elénk értek, rögtön ránk förmedtek, hogy mit keresünk a Beran-erdő bejáratánál, és hogy kik vagyunk. Szépen bemutattam őket: ő itt Kárlata, ő Álgámá, ő Lefk, ő Marak, ő pedig Irk, én Mikán vagyok. Kotródjatok innen! – kiáltották. Erre előrántottuk a kardunkat, ők tölgyfa méretű bunkókat rántottak ki bunkótartóikból.

Már lendítették is azokat, de mi átfutotunk lábaik között. Erre az óriások felbőszültek, és utánunk futottak. Nagy előnyben voltak, ők láttak a sötétben és jóval gyorsabbak futottak.



Harmati Ábel, 5. osztály

Hamar elkaptak és fölemeltek a levegőbe, aztán elhurcoltakvalahova a sötétben. Amikor föleszméltünk, arra jöttünk rá, hogy egy barlangban vagyunk. Sok fáklya égett, és a barlangnál sok óriás- és óriáskobold-árnyat lehetett kivenni. Egy hatalmas kőóriás ült egy trónszerű kővön. Embernyelven, recsegősen kérdezte, hogy mit csinálunk ezen a tájon. Szépen elmondtuk, hogy egy kaland vár ránk még a Bák-völgyön túl, hogy a gonosz gorkokat, azaz faembereket legyőzzük. Kiderült, hogy az óriások is épp oda tartanak, ezért szövetséget kötöttünk és együtt indulunk a kalandra.

Dallman Máttyás

Mentem az erdőben, a fák nagyon magasak voltak. Egyszerre nagy recsegést-roppogást hallok, ami egyre hangosabb lett. Kicsit megijedtem, mondhatni inkább, hogy nagyon. Egy óriással néztem farkasszemet, azaz inkább a bokájával, mert körülbelül addig érhettem.

– Né má! – mondta – Picike ember, nyami-nyami! – Rohanni kezdtem, de körülbelül egyet lépett és utolért. Aztán eszembe jutott, hogy az óriások elég buták, úgyhogy hátrafordultam és mondtam (ordítanom kellett, hogy hallja):

– Nem kéne már a királynál lenned? Az óriáskirály ma választja ki, hogy ki méltó a lányára.

Bosszúsan rám néz: – A királynak nincsen semmiféle lánya!

– De van – mondtam –, csak eddig titkolta, hogy meglephessen titeket!

– Valóban? De nekem nem mondott semmiféle ilyet!

– Nekem egy jó óriás barátom mondta, siess vagy elkéssel!



Tőkés Róbert, 5. osztály

Futni kezdtem lóhalálában, de végül kijutottam az erdőből és eljutottam a várba, ott pedig már védve voltam. És azóta se megyek abba az erdőbe.

Baji Vica Mária

Az álomszuszék

Te jó ég, ez a domb mozog. Segítség! Fel-le megy! Dobbantok, megáll a mozgás, hát kicsit félek, mi lehet ez, megyek tovább. Megtorpanok, egy nyak, egy fej. Segítség, ez egy óriás! Rádobbantok a nyakára, jaj, ezt nem kellett volna, ez mozog! Felmászok az állára, de jaj, ásít egyet, erősen meg kéne kapaszkodnom, de miben? Átmegyek a bajszához, ebben végre meg lehet kapaszkodni. Hú, majdnem beleestem a szájába. Meghúzom a bajsát, égszakadás földindulás, ez felült! Mit csináljak? Odakap a kezével, de én már kapaszkodok a kisujjára, jaj, mi lesz? Megszólal: Ki ez a hangya itt, mit képzelsz, hogy felébresztesz? – Én csak sétáltam az erdőben és feltévedtem a hasadra. De már megyek is! – És elszaladtam.

Buzás Júlia









KREATÍV ÍRÁS EGY SZÜLŐI ESTEN

Ebben a rovatunkban általában a gyerekek munkáiból szoktunk válogatni, azonban most rendhagyó módon szülői alkotások következnek. Az alábbi versek egy hetedikes szülői esten készültek, ahol Ildikó a szülőkkal is megismertette és kipróbálta a gyerekekkel a magyar epocha során gyakorolt kreatív írást.

Hullámzó tükörkép vagyok
Kicsi, fényes narancsláng
Föllobbanó, domboruló,
az osztályablakon át.

Sarokba húzódó, ijedt, rettegő
vagyok gyertyaláng huzatban remegő.
Védtelen, őszinte, sótlan
Vagyok csupasz boka szótlan

Üres tér, fehér út, vákuum és színhiány,
csövek között a fehér tér vagyok.
Egyik út, másik út, egyik láb, másik
láb, ahogy a kör halad –
cipők és zoknik ritmusa,
változás vagyok.

Lecsukott szemem sodródó villanásai,
kék leplek szédítő forgása
éjkék falsuhanás vagyok,
s lecsukott szemem sodró villanásaiban,
kék leplek szédítő forgását kapom.

Szédülök, elönt a susogó melegáram,
pár pillanatra elengedem magam.
S újra itt a fény!

A fejtetőn lévő magasan
szárnyaló boldog szemüveg vagyok,
de néha beszorított
betuszkolt cső mögé
tűzött faág vagyok.

Anyátlan, apátlan lélek vagyok
a születéstől halálig félúton

Mint hírnevet nem szerzett festő képe
lógok a falon
Árva ember ballag a ködben
Ismeretlen boldogság várakozik körben.

Magányos jellemet leíró
Bezárkózott jövőt jósoló
Asztrológiai jel vagyok
Vagyok sötét folyosó
Hangos, monoton, nedves
Zúgás vagyok, erő a fejben.

Elázott, fuldokló, reményvesztett
Csak lebegek, mint elsüllyedt teafilter.
De ha illeszkedően besimulok,
lassan a v-ben egy nyaklánc vagyok.

Tündéri, selymesen aranyos
anyagon siklok, és már a fényben vagyok.
Nyúzott, foltos buklén
taposó zoknik és bakancsok
fények, bolygók csillagok



KÖZÖSSÉGI ÉLET

TESTET ÖLTÖTT TÁMOGATÁS

Freunde-keresztszülők látogatása Gödöllő

Három éve működünk együtt sikeresen a Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners nevű németországi szervezettel a keresztszülői programban. Segítségükkel iskolánknak jelenleg 11 támogatója, azaz keresztszülője van, akik nehezebb anyagi helyzetben levő családjainknak nyújtanak segítséget az iskola fenntartásához szükséges hozzájárulás fizetésében.

Soha nem felejttem el azt az örömet, amikor először sikerült keresztszülőt találni az egyik diákunk számára. Ugyanilyen öröm volt most ősszel, amikor először történetünkben személyesen is üdvözléztünk két támogatót Gödöllőn. Nagy izgalommal és igyekezettel készült mindkét család a vendéglátásukra, szívüket-lelüket beleadva, hogy viszonzzák jótéteményüket. Érdekes volt látni, hogy milyen sorsszerűség van abban, hogy épp melyik családra esett a választásuk, hogy menyire illett hozzájuk a két különböző egyéniség. Mindketten ellátogattak iskolánkba is, Elke Bendernek – aki egyben az egyik legrégebbi támogatónk – még az Évszakünnepen is volt szerencséje részt venni.

Hogy milyen mély benyomást tett rá iskolánk, mutatja, hogy egy egyszeri adományt kaptunk tőle a látogatás során, melyből antropológus könyveket vásároltunk iskolánk könyvtárának. Az alábbi színes cikk-összeállításból érződik, hogy az adományokon túl a keresztszülőségi program legszebb, legértékesebb

hozádéká az általa létrejött emberi kapcsolatok, melyek a találkozás révén még jobban elmélyültek.

Hogyan is élték meg ezt a keresztszülők és hogyan a családok?

Elke Bender, keresztszülői szemmel:

Október végén abban a szerencsében volt részem, hogy megismerhettem a Gödöllői Waldorf Iskolát. Nagy örömmel fogadtak és részt vehettem az Évszakünnepen. A nagy teremben kialakított kis bemutató-térben mély benyomást gyakoroltak rám a szebbnél-szebb előadások. Legnagyobb csodálatomra ezen a kis területen ugróköteles bemutatókat is tartottak!

A „keresztgyermekem” családjának segítségével megismerhettem Gödöllőt. Nagyon tetszett nekem a város a parkjaival, a kastéllyal, boltjaival és a piacával. Vonnattal, busszal és gyalogosan sok élményben volt részem. Szívből kívánom, hogy



ez az iskola, melyet oly sok szeretettel és munkával alakítottak ki, még sok gyermeknek tegye lehetővé a boldog iskolás éveket. Én magam Németországban, a Bode-nitónál élek. Öt gyermekem Stuttgartban és Franciaországban járt Waldorf-iskolába, éppígy az unokáim is Waldorf-iskolában tanulnak. Mindnyájukat tetteikben és gondolkodásukban tudatos, szabad emberekké neveltük. Az örömeimet, amit Gödöllőn megélhettem, szeretném tovább adni az egész iskolai közösségnek.

A vendéglátó család szemszögéből:

Egy igazán nagy találkozás az, amikor két ember, akik rég ismerik már egymást, hosszú idő elteltével újra találkozhatnak. Vagy az, amikor két ember először találkozik ugyan, de az első pillanatban tudják,

hogyan rokonlelkek. Varázslatos volt átélni ez utóbbit, amikor először találkoztunk Luca lányunk Freunde-keresztanyjával, Elke Benderrel. Igazából sejtettük, hogy így lesz, hiszen három éve ismerjük már egymást leveleink révén. Nem lepődtünk hát meg, és egyből felismertük Elkét, amikor október 25-én, kedden este először pillantottuk meg a forgalmas Keleti pályaudvaron. Olyan hihetetlen melegséggel ölelt meg mindannyiunkat, akkora szeretettel, mintha mindig is ismertük volna egymást.

Egy pillanatig sem volt kétséges, jól kijö-vünk majd egymással. Elke nagyon önálló idős hölgy, aki szobát bérelt Budapesten a Fővám tér közelében és három napon át egyedül fedezte fel magának fővárosunkat, járt fürdőkhöz, a budai várban, megcsodálta a Parlament épületét. Rengeteget gondoltunk rá ez idő alatt, elkísértük volna egy-egy délutáni útjára, de nem akarta, mert tudta, hogy dolgozunk, hogy utána sietünk haza a gyerekekhez. Még csak fel sem tudtuk hívni, hogy megkérdezzük, hogy van, mert nincs mobiltelefonja. De minden rendben volt – tudtuk meg péntek este, amikor végre hozzánk érkezett, és vacsora közben megosztotta velünk budapesti élményeit.

Ekkor kezdődött igazán a mi időnk. Szombaton az évszakünnepre mentünk, s megmutattuk neki az iskolánkat, majd az Erzsébet parkban tettünk egy nagy sétát. S a séták valahogy végig megmaradtak, mindegy, merre mentünk, hogy csak a parkba sárkányt eregetni, a piacra vagy az egri várba, vagy a vácrátóti arborétumba. Emellett persze pihentünk is, társasjátékoztunk, főztünk és elültettük a virághagymákat, amiket együtt választottunk

a kertészetben. Egyik nap arra jöttünk haza, hogy a kutyánk megrágta Vince új – a nagymamája által kötött – sapkájának a szélét, Elke azonnal felajánlotta, hogy kijavítja, s még aznap meg is csinálta. Egyik délután Lucával együtt ügködtek a konyhában, s akkor mindenki mást kizavart onnan, hogy kettesben lehessenek. Mi csak a nagy nevetéseket hallottuk, s persze örömmel ettük a finom sütit uzsonnára.

Rengeteget mentünk, és csodálatosan gazdag, gyönyörű napokat töltöttünk együtt, amelyekre mindig emlékezni fogunk, hiszen Elke itt maradt velünk sok kedvessége révén, és nemcsak a kertünkben elültetett virágokkal, Vince sapkájának foltjában vagy a puha, meleg sáljában, amit búcsúzóul nekem ajándékozott...

Biztos vagyok benne, hogy találkozunk még!

Nagy Ágnes

Így élte meg a keresztyermek:

Igazából először kicsit féltem az Elkével való találkozástól, különösen attól, hogy tudok-e vele majd beszélgetni. Nagyon kedves és meglepően magabiztos, önálló embernek ismertem meg. Például, amikor rögtön az első estén egy idegen városban, teljesen egyedül, telefon nélkül elindult visszafelé a szállására, visszaautasítva a mi „díszkíséretünket” – én nagyon meglepődtem, de úgy láttam, hogy anyáék is. Beszélgetni viszont nem nagyon tudtam vele, mert első alkalommal szinte szóhoz sem jutottam, később pedig már nem volt elég önbizalmam. Talán ezért is volt, hogy a legjobban társasozni szerettem vele, mert ilyenkor apa elmondta a szabályt és beszélgetett Elkével. Nekem annyi volt a dolgom, hogy figyelek, és fordítom anyának az elhangzottakat. (Mert ő nem tud németül.) Mindenesetre nagyon örülök, hogy itt volt, és megismerkedhettem vele személyesen is.

Rábel Luca





**A látogatásról így ír a másik támogató,
Angela Malz:**

A keresztszülői támogatásra barátnőm, Elke Bender ösztönzött, akinek már volt „keresztgyermek” az iskolában. Azelőtt pedig a férjemmel – aki 2013-ban hunyt el – általánosságban támogattuk a magyarországi Waldorf-iskolákat. Az viszont teljesen új volt számomra, hogy egészen kézzel foghatóan legyen egy keresztgyermekem, konkrét elérhetőséggel. Végül azért is esett Magyarországra a választásom, mert Édesanyám magyar volt. 29 évesen került Németországba, ahol aztán

Berlinben megismerte a német édesapát (ő elesett a háborúban). A keresztlányomat, Mesit a Freunde egyik hírlevelében fedeztem fel. Azonnal tudtam, hogy „ő az!” A fotón unokámra, Inkára emlékeztetett, aki ugyanilyen korú.

Eddig a Laurán családdal levelező kapcsolatban álltunk. Inka és Mesi is írtak többször egymásnak. Idővel nem éreztem kielégítőnek ezt az írásbeli kommunikációt és egyre égetőbb lett bennem a vágy, hogy személyesen is megismerhessem a családot. Az őszi szünet kínált erre jó lehetőséget, amikor is nekivágtunk Inka unokámmal az utazásnak. Szerencsére Mesinek is szünet volt az iskolában. Az első naptól kezdve otthon éreztük magunkat a családban, vidám légkörben teltek a napok nyitottságuknak, közvetlenségüknek köszönhetően. Mesi vidám egyéniségét rögtön a szívembe zártam. Inka és ő elválaszthatatlanok voltak a nyelvi különbségeik ellenére. A testvéreivel is családias, bensőséges kapcsolatba kerülünk. Az egész család olyan természetes és közvetlen! Olyan volt számomra, mint ha már régóta ismernénk egymást. Én magam pedig megérezhettem a „magyar gyökereimet”. Nagyon szép volt megismerni Elke Bender „családját”, akár csak röviden is.

Külön örömömre szolgált megismerni Kecskés Juditot is. Vele is nagyon bensőséges viszonyba kerültem. Megmutatta nekünk az iskolát, így láthattam, hogy mi csoda igyekezettel és ügyességgel alakították át ezt a semmitmondó épületet.

Az élményekkel magunk mögött szereztnénk újra ellátogatni Gödöllőre, akár már hármasan a lányommal együtt, aki

Magyarországot már egy környezetvédelmi projekten keresztül is megismerhette. A gödöllői Waldorf-iskolai közösségben szerzett élményeim tovább is erősítik elköteleződésünket.

És hogyan élte meg mindezt a „keresztgyermek” családja?

Emlékszem, milyen hála töltött el, mikor megtudtam, hogy valaki támogat minket. Rögtön írtunk egy hosszú köszönőlevelet, bemutatva családunkat. Válaszul mi is egy hosszú, kézzel írott levelet kaptunk, fotókkal együtt, azóta is rendszeresen levelezünk.

Az idén tavasszal kaptuk a hírt, hogy őszszel eljön hozzánk az unokájával. Így is lett. Az őszi szünetet itt töltötték nálunk. A szállodában aludtak, reggeliztek, de aztán egész nap nálunk voltak. Rábel Luca

keresztmamája (Frau Elke) is jött, kiderült, hogy Elke és Angéla barátnők. Ágival elterveztük, mennyi mindent fogunk együtt csinálni, aztán kiderült, hogy a két barátnő két különböző személyiség. Elke mindent látni akart, amit csak lehetett (a végén azt mondta, legalább 100 km-t tett meg 10 nap alatt). Angélának csak az volt a vágya, hogy velünk legyen itthon, a gyerekek játsszanak, ismerkedjünk, főzzünk, magyarul beszéljessünk.

Amikor szombaton megérkeztek, boldogan öleltük meg egymást, Inka is oly nyitottan, boldogan üdvözölt, mintha rég nem látott rokonok lennénk. Engem nagyon meghatott, hiszen egy 12 éves gyermek szégyenlős, ráadásul német gyermek, én meg azt hittem, ők még zárkózottabbak.

Ennyit az előítéletről. Mesével nagyon jól megértették egymást, egy húron



pendültek. Az ebédjeink csodások voltak, hisz áldással kezdtük, elmondtuk magyarul a Föld, Te kedvest, aztán né Ómetül, majd a szokásost, oly szép volt! Minden ízlett nekik, külön főztem vega töltött káposztát, meg nagyon gyors leveseket, egytálételeket, mert Angéla kíváncsi volt a rövid idő alatt készült ételekre. István palacsintát sütött nekünk, Csabi egyik nap pizzát, neki ez a specialitása.

Ellátogattunk a Kastélyba, voltunk zongorakoncerten is, majd november 1-én együtt ünnepeltük Anna lányom születésnapját; este kijöttek velünk a temetőbe, ott is az óvodai imát mondtuk el (Fejemtől a lábamig Isten képe vagyok), aztán természetesen németül is próbáltuk elmondani). Mesé, István, Inka minden esti hazakíséréskor csak rohagáltak, cicázta, a Dózsa György úton lévő összes fát megmászta; annyira waldorfof gyerekek, messziről lerítt róluk. Az egyik nap voltunk a budapesti állatkertben is, megnéztük a Városligetet, a Hősök terét, amitől Angéla nagyon elérzékenyült, hisz a néhai férjével voltak már itt.

Eljutottunk kiállításokra is: az Erzsébet szállodában megnéztük Kiss Adél grafikáit (lenyűgözte őt a kiállítás, hisz Berlinben a Művészeti Egyetemen ő is grafikát tanult), aztán a GIM házban jártunk, de



előtte még elsétáltunk az Erzsébet parkba a szoborhoz, és a volt Waldorf-óvodát is megcsodáltuk. A GIM házban sikerült Katona Szabó Erzsébetet is elcsípnünk, ő mesélt Angélának a Remsey kiállításról, aztán megmutatta a művésztelepet. Nagyon tetszett neki.

Az egyik délután aztán találkoztunk külön mi, nők: Angéla, Elke, Ági, Kecskés Jutka és én, a Rétesházban beszélgettünk, addig, míg el nem zavartak minket onnan záráskor, aztán még jó félórát beszélgettünk a Főtéren, majd megnéztük az iskolát. Amikor aztán elindultak a reptérre és integettünk nekik, láttam Angélát, hogy elsírja magát. Mi is a családja része vagyunk, és ők is a miénknak.

Bódis Emese

*A cikk-összeállítást
Kecskés Judit készítette*

Beszámoló a hármas tagozódásról és a szociális élet kérdéseiről szóló müncheni találkozóról

Évek óta tartó közös munka állomásaként kaptunk meghívást Karl Dieter Bodacktól a szeptemberi hétvégére. Korábban már Gödöllő, és idén tavasszal a Göllner Mária Regionális Waldorf Gimnázium is otthont adott az ebben a témában folytatott szemináriumainknak.

Péntek este a helyi antropológiai társaságba mentünk a salzburgi Friedrich Glasl előadására, melynek címe körülbelül így hangzott: Van-e kiút a konfliktusokból és háborúból a mi időnkben? Miután felvázolta a világ különböző tájain fennálló békétlen, háborús helyzeteket, bemutatta, milyen pszichoszociális mechanizmusok mennek végbe egy társadalomban.



Kiss Kevin Gergő, 6. osztály

Ahol a mikroszociális környezetben kell felépíteni a bizalmat, majd nyitni később a világ felé. Minden kisebb közösségben a konfliktuskezelés, mediálás szolgálja a békés hangulat megteremtését. Fontos az előrelátás képességének a szerepe és ennek tettekben való megnyilvánulása.

„Azt is megteszem, ami nem a kötelességem”. Hatása lehet pozitív: olyat teszek, ami előremutató lesz, de lehet negatív is, amikor mintegy felveszem a „lakáj” szerepét. A társadalomban, így a politikában is az én-minőség, a tudatosan megnyilvánulás a lényeges. Egy kisebb közösségben sem kell feltétlenül mindig egy véleménynek lennie, a konszenzus a fontos, az egyességre való törekvés. Én találkozása énnel; ez segít, ez előrevivő.

Ennek ellentéte az általánosítás. Amikor egy népcsoportot kiemelünk, vagy egy közéleti személyiséget egy szóval jellemzünk, ráragasztunk egy címkét. Amikor általánosítunk, nem nevezzük meg az ént, akkor pont az ellen-ént tápláljuk, az emberi én ellen ható erőket.

Visszatérve a kisebb közösségekre, szervezetekre. Kifelé egy véleményt képviselnek, de belül megvannak az egyéniségek, egyéniségek. Ha pedig probléma van, élni kell a konfliktuskezelés lehetőségével. Ez persze mindenkitől alapos önismeretet és önnevelést is igényel. Ezt szolgálják a művészetek is, segítik átélni, megélni a gondolati dolgokat.

Szombaton jórészt a 2017-es tavaszi kurzust készítettük elő, melyre április

18-21-ig kerül sor, nagy valószínűséggel ismét a Regionális Waldorf Gimnáziumban. Mire e sorokat olvassátok, már a képzés programja magyarul is elérhető lesz.

Egy ilyen önképzés, szeminárium ismeretadási, stúdium-szint, egy tanulási folyamatban vagyunk. Ezt követi később a tanácsadói szint, miután a tanultakat a gyakorlatban is többször kipróbáltuk és összegeztük annak, azoknak a tapasztalatait.

Bodack úr felajánlotta, hogy tanácsadóként is néhány órában szívesen segít az itthoni problémák kezelésében, esetleg 1-2 napra a helyszínre is ellátogat, ha igény születik erre. A tanácsadásban a legfontosabb a kreativitás, a játékoság eleme.

Felmerült az „erőszakmentes kommunikáció” is. Fontos, hogy moralitással legyen áthatva. Nem mindegy, hogy csak mint módszert alkalmazom, vagy egy moralitással áthatott szellemi tartalmat közvetítek vele. Majd az egyik résztvevő az alábbi példát hozta: valaki azt mondja: „Van egy jó ötletem, valósítsátok meg!” Ez nem mehet így: az ötletadónak magának is bele kell állnia a megvalósítás folyamatába.

Egy másik alapkérdés: Hogy lehet egy iskola életében működő szülőket, tanárokat, munkatársakat motiválni arra, hogy folyamatosan, hosszabb távon dolgozzanak az iskoláért. Fennmaradjon, fejlődjön érdeklődésük, jelenlétük. Egyrészt ez áldozat, másrészt jó, ha megélik azt is, hogy ez a tevékenység jólesik nekik. Ezt szolgálja az iskolában a jó atmoszféra, amit nem lehet mérni, lefényképezni. Érezni lehet. Példák:



Fülöp Áron, 5. osztály

- Megkérdezni, hogy sikerült valami. Az más, mint a számonkérés.

Az atmoszféra egy szociális klíma egy csoportban. Itt kellene megjelennie a hőéternek, melegségnek, meleg éternek. A harc nem hőéter. A hőéter lényege, kulcsa: a kérdés. Pl.: „Hogy érzed magad?” Érdeklődés a másik iránt. Figyelmesen, bizalommal, csendben. Ennek ereje van. Belső nyugalommal végighallgatom a másikat. Nem gondolom tovább magamban, párhuzamosan, hanem csak rá figyelek. A belső nyugalomnak, hallgatásnak ereje van. Fontos a tolerancia is, de nem a végtelenségig. Határa az igazság, a valóság.

Az iskolai élet szereplőinek az életében a jogoknak és a kötelességeknek egyenúlyban kell lennie, mert anélkül eltűnik a melegség minősége.

A fenti összefoglaló célja leginkább az érdeklődés felkeltése volt; aki bővebben szeretne róla tudni, vagy mélyebben ásná bele magát a témába, azt várjuk tavasszal.

*A szervezők nevében:
Kolinger Margit*

VISSZAJÖTT A SZERETET - BÁBOZÁS A BAZÁRON

Elsőbálozóként vettem részt a gödöllői adventi bazáron (stílusosan teljesen fehér ruhában, ami amúgy a bábozásunk része volt); eddig csak más iskolák bazárjain voltam. Ezen az első alkalmon nemcsak megfigyelőként vehettem részt, hanem feladatom is volt, egy óvónőtársammal báboztuk el kétszer a Visszajött a répa c. mesét.

Az óvodában az évkört mindig az ünnepek tagolják, és egy-egy időszakot az ünnepre való készülés határoz meg. Kicsit nehezen ment a ráhangolódásunk az adventre Szent Márton időszakában, meglepően meleg időben, mégis sikerült, és megint csodás volt végigélni azt a folyamatot, mely során megelevenedett a szívünkben, mozdulatainkban, két kezünk közt a történet. A készülődés megkoronázása mindig maga az ünnep, ami számunkra is az volt, amikor az iskolában kétszer is végigélhettük együtt a mesét.

Éreztük, hogy vártak minket, nagyon szépen elő volt készítve minden, tapasztaltabb kísérőnk még jó tanáccsal is ellátott minket, amiért nagyon hálásak vagyunk, mert így tényleg zavartalanul tudtunk abban a tíz percben együtt lenni. Amíg gyülekeztünk, kíváncsian lestek be a családok, gyakran tanakodva, hogy a Kristályerdőt vagy a bábozást válasszák. Ovisaink közül többen is eljöttek, jó volt őket ebben a teljesen más környezetben is látni. Mindkét alkalommal áhítatos figyelemben tudott újra megszületni a történet.

A bazáron csak futólag tudtunk körülnézni a két bábozás közti időben. Sokan

voltunk, sok szép portékát, csillogó szemet láttunk, finom illatokat szagoltunk, alkalmilag összeállt kórus hangjait hallottuk, de ebben a forgatagban mégis mindenütt azt éreztük, hogy minden és mindenki az eljövételre vár, már most elkezdődött a készülődés.

A mesénkben a szeretet melege körbejár, míg kacskaringós úton visszajut az első gazdájához. Mi is ezt élhettük át a bazáron. Szeretettel készültünk és hoztuk el a történetet, amiből nekünk is jutott vissza bőven a szervezők gondoskodása, a gyerekek áhítatos figyelme, az árusok kedvessége és az egész közösség nyitottsága által.

A kinti nagy hidegben belülről meleg adventi napokat kívánok!

Barthel-Rúzsza Barbara



R. Nagy Kincső, 4. osztály

GYMNASZIUMI ÉLET

BESZÁMOLÓK A PROJEKTHÉTRŐL

Az őszi szünet előtt tartották meg a Göllner Mária Regionális Waldorf Gimnáziumban a projekthetet. Ilyenkor a diákok egy-egy témát dolgoznak fel csoportokban. Valamit, ami nem a tananyag szokott értelemben vett formájára fókuszál, és komplex módon, interdiszciplináris jelleggel dolgozható fel, valamit, ami feloldja az osztályok határait, valamit, amiből még több pozitív élettapasztalatot nyerhetnek. Talán még sokan emlékeztek a gödöllői gimnázium utolsó éveiben tartott „kísérleti epochákra”, amik hasonló módon, hasonló célt szolgáltak, és az évszakünnepeken láthattunk belőlük ízelítőket. Színes volt a paletta idén a regiben, így nehéz volt választani a diákoknak a sok meghirdetett projekt közül (és nekünk is a sok érdekes beszámoló közül). Igyekeztünk néhány olyat kiválasztani ízelítőül a Dióhéjba, amik a diákok és a projektek sokszínűségét is bemutatják.

Annapurna

Mi mind izgalommal vártuk a projekt kezdetét. Az első nap reggelén már mindenki nagy szatyrokkal jött, és hozta a maga kis fakanalát, edényeit, serpenyőit és egyéb, főzéshez szükséges eszközeit. A 'termud' teremben voltunk, ahonnan mindenki érezte a kiszivárgó indiai illatokat. Minden napot azzal kezdtünk, hogy véletlenszerűen kisorsoltuk, ki kivel lesz főzőpárban, ami azért jó, mert nem mindenki csak a barátaival volt a projekt során, hanem megismerhettük a számunkra eddig kevésbé ismert embereket is. Marcell tanár úr rengeteg izgalmas indiai recepttel készült nekünk, amit velünk együtt főzött meg, és ha valaki pánikba esett (odaégette az ételt), akkor segített rajtunk. Amikor elkészültek az ételek, körbeültünk a földre, és egyszerre kezdtünk el enni és

egyszerre fejeztük be, és közben vidám hangulatban beszélgettünk. Sokat megtudtunk magáról Indiáról, a nyelveiről, a vallásáról és kultúrájáról. Voltunk a Krisna templomban Csillaghegyen, ahol



Tóth Piroska táblarajza



Tóth Piroska táblarajza

először kicsit megilletődött hangulatban voltunk. (De nem túl sokáig.) Először egy kedves hölgygel beszélgettünk a Krisna tudatról, majd Krisna hívők jöttek énekelni nekünk, mi pedig hamar megtaláltuk velük az összhangot, és a dal végére azon kaptuk magunkat, hogy mindenki körbe-körbe szalad, táncol, tapsol, énekel és nevet. Csodálatos érzés volt, mindenki felszabadultan érezte magát. Miután kitáncoltuk magunkat, finom ebédet készítettek nekünk, amit mi mind el is fogyasztottunk. A projektünk végére nagyon kis családi közösséget hoztunk létre, és csodálatos élményekkel mehettünk őszi szünetre, és hasznosíthattuk a tanultakat a konyhában.

Galla Petra, 11.b

Felfedezők, utazók, világjárók

Én a projekthéten az általam másodikként megjelölt Utazók, felfedezők, kalandorok c. projektre kerültem, amit Kalóz vezetett. Ez tulajdonképpen csak annyiból állt, hogy a két héten át minden nap jöttek hozzánk utazók, és egy nagyobb

élményüket osztották meg velünk, egy kis földrajzzal körítve. Stoppal Oroszországba, bringával a Himalájáig, bennszülött kultúrák és észak-koreai különös élmények, hogy csak a számomra legkedvesebbeket említsem.

Az előadások többségében izgalmasak és érdekesek voltak, de voltak olyanok is, amik kevésbé ragadták meg a figyelmünket. Ami nekem különösen tetszett, az az volt, hogy az egyik előadó a beszámolója után az utolsó 10 percben tippeket és tanácsokat adott nekünk arra az esetre, ha a későbbiekben mi is utazgatni szeretnénk majd. Rengeteg hasznos oldalt és trükköt mutatott, amiknek egészen biztos, hogy még hasznukat fogom venni. Kóstoltunk szárított halat, kakaóbabot és frissen, az orrunk előtt reszelt kókuszt. Megtanultuk könnyedén feltörni a kókuszdiót, és még ősi törzsi táncot is jártunk.

A projekthét utolsó napján pedig kettévált a csapat: az egyik fele Via Ferratazni ment, a másik pedig (amiben én is voltam) a Tarjánka-szurdokot látogatta meg. Először busszal elmentünk Gyöngyösre, majd onnan át Markazra. A túra maga nagyon izgalmas volt, szinte végig a Tarjánka-patak mentén mentünk. Egy helyen egy kisebb vízesés mellett kellett felkapaszkodnunk a csúszós sziklákon. A túra végén kellemesen fáradtan és új, csodálatos élményekkel telve mentünk haza. Ajánlom ezt a projektet mindenkinek, akit kicsit is érdekel az utazás, sőt azoknak is, akiket nem, mert a két hét elteltével garantáltan mindenki rohanni fog a Mountexbe beszerezni az új túrafelszerelését.

Kovács Orsolya, 9.a

Segítséggel élők

A mi projektünk egy egészen különös témát próbált bemutatni a diákoknak, mert emberekről volt szó, mégpedig olyan emberekről, akiket a társadalomnak – nekünk – meg kell tanulni elfogadni. A projektünkön csupa olyan programon vettünk részt, ahol megismerkedhettünk sérült emberekkel, vagy az őket segítő pedagógussal. Találkoztunk egy gyógytornásszal, aki megmutatta nekünk, valójában milyen is lehet sérült emberként élni. Találkoztunk kutyakiképzővel, aki olyan emberek számára képez ki kutyákat, akik rászorulnak a segítségükre. Hallgatunk előadást a Paralimpiáról, a siketségről és az autizmusról. Voltunk a Nem adom fel kávéházban és egy ülőöröpi edzésen. Sok filmet is néztünk pl. Guttman: egy kivételes ember c. filmet. Végül a legnagyobb élményt talán Csonka András nyújtotta, aki ezüstérmes paralimpiai pingpongozó. Andrással nemcsak találkozhattunk, hanem a tudásunkat is összemérhettük vele. A projekt végére szerintem mindenkinek teljesült a kívánsága, vagyis hogy közelebbről bepillant-hatott ezeknek az embereknek az életébe, és ha csak egy kicsit is, de megtapasztaltuk, hogy milyen lehet az élet számukra.

Gyugyi Zora, 10.a

Színház az egész világ....

A legújabb álmom az volt, hogy színésznő lehessek, és ehhez drámaórákra van szükségem. Így amikor hallottam, hogy lesz egy drámaprojekt, rögtön erre akartam menni. Szerencsésen be is kerültem. Volt egy pantomim óránk, ami nagyon-nagy kihívás volt, mivel mindent a mozgólatainkkal kellett megformázni.



Például egy euritmiarudat kellett elképzelnünk és megformálnunk levegőből. Az egyik nap egy balett-táncos is eljött hozzánk, és megmutatta a napi rutinját lépésekkel és nyújtásokkal. Csodálatos volt nézni és csinálni is.

Nagyon sokat tanultam magamról a projekt alatt. Megerősödött bennem az, hogy nagyon introvertált személy vagyok, és lehet, hogy a színészkedés nem a legjobb opció számomra. Rájöttem, ha színész akarok lenni, szembe kell fordulnom a félelmeimmel és tudni, hogy nem lehet minden tökéletes, amit csinálok, hogy minden ember hibázik, és hogy minden ember tanul. Huszonötén voltunk a projektben, és egyértelműen közelebb kerültünk egymáshoz. Új barátságok alakultak, és régiek lettek erősebbek. Ebben a projektben különböző korú diákok vettek részt, és csodálatos volt látni, hogy lassan egy csoportot alkottunk. Kívülről nézve talán azt gondolta volna az ember, hogy sok extrovertált ember van közöttünk, pedig jó néhányan voltunk, akik inkább introvertált emberek vagyunk. Néhányan túl tudtuk tenni magunkat a saját félelmeinken, néhányan rájöttünk, hogy ez nem nekünk való. Teljességében a projekt igen jó volt, és az előadások különlegesek voltak.

Huffman Abigail, 9.c

Úti beszámoló

Gimnáziumunk projekthetének keretén belül zárandoklat szerveződött Budapest–Mariazell útvonallal, melyet gyalogosan, illetve különböző tömegközlekedési eszközökkel terveztünk megtenni. A programon tizennégy diák, valamint Demkó Marianna, iskolánk egyik tanára és Szentés Ferenc, tapasztalt zárandók, túrázó és túravezető vett részt.

Október 15-én, kedden a 7 óra 20 perces győri vonattal indultunk el a Déli-pályaudvarról és egészen a végállomásig utaztunk. A napi terv szerint innen egy 24 kilométeres gyalogúton, Ikrény falu érintésével kellett Győrsövényházára jutnunk, ahol is a helyi Vadrózsa Waldorf Iskolában töltjük az éjszakát. Győrben megnéztük a híres győri székesegyházat és Árpád-házi Szent László aranyrámáját, majd kifelé indultunk a városból. Győrből gyalogosan elindulva rátértünk egy kétsávos autóútra, és ezen haladtunk tovább. A sor kezdettől fogva szakadozott, ezért az élbolynak minduntalan meg kellett állnia, hogy bevárja a sereghajtókat – a közös egyezmény szerint a csapat tagjainak egymáshoz képest látótávolságon belül kellett haladniuk –, és így (először ritkán, majd egyre gyakrabban) pihenőket tartottunk, de délben, mikor Ikrénybe értünk, egy hosszabb ebédszünet következett. Azután egy kevés országúti kaptatás után ráfordultunk egy töltésre, melynek tetején a szó szoros értelmében a végtelenbe vesző út vezetett. Egy idő múlva útrövidítés céljából lekanyarodtunk a töltésről, és árkon-bokron keresztülmenve jutottunk el a Győrsövényházára vezető földútra. Az első ember 6 óra előtt lépte át a Waldorf-iskola kapuját. Berendezkedtünk az

iskolában, vacsoráztunk és lefeküdtünk aludni.

Másnap reggel buszra szálltunk és Lébénybe utaztunk. Az országban összesen két zárandokközpont létezik, az egyik a lébényi, ahol a fáradt utazók megpihenhetnek és lerakhatják csomagjaikat egy kis időre. Itt költöttük el hideg reggelinket, majd a zárandokháza felügyelő hölgy körbevezetett minket a templom körül és a templomban, és mesélt nekünk a történelméről. Innen gyalogúton haladtunk tovább Halászi felé. A terv szerint itt kellett buszra szállnunk, ami elvisz minket Dunaszigetre, a következő szálláshelyünkre. A csapat kétfelé vált. Úgy beszéltük meg, hogy a két csapat Kimle falujánál találkozik: az egyik folyamatosan megy odáig, a másik pedig kisebb pihenőkkel, a saját tempójában. Én a gyorsabb csapattal tartottam. Jó tempót diktáltunk, mikor hirtelen megállt mellettünk egy erdész furgon. A kormánynál ülő erdész felajánlotta, hogy elvisz minket Kimléig. Ajánlatát elfogadtuk. A kimlei templom mellett vártuk be a második csapatot. Mikor megérkeztek, testületileg leheveredtünk, hogy elköltűsük ebédünket, és hogy elbúcsúztassuk egyik társunkat, Szilárdot. Nem tehetett róla, de a lába ellentmondást nem tűrve kijelentette, hogy egy tapodtat sem hajlandó tovább vinni, így sajnos, abba kellett hagynia az utat.

A Kimlétől Halásziig vezető utat sokan gondolhatták volna a túra legfárasztóbb részének, de valójában nem volt nehéz. Ami valóban nehéz volt, az inkább a túrázók hátán feszülő hátizsákok voltak, és a legtöbben akkorra halálosan kifáradtak. Halászi határában ismét kettévált a csapat. Az egyik (kétségkívül a kisebbik)

csapatrészt azok alkották, akik nem nyöszörögtek vagy panaszkodtak bajaikra, és úgy érezték, hogy nem fognak összeesni a következő kilométerkőnél. Ők gyalogoltak Dunaszigetig, a többiek pedig buszra szálltak. Én a „többiek” közé tartoztam. A buszút kellemes érzés volt fájó lábainknak, de az utána következő fél kilométeren, amely a szállástól elválasztott bennünket, kiderült, hogy alsó végtagjaink nemcsak pihentek, de erősen el is gémberegték. Kifulladásig érkezünk a szállásra, mely megnevezés két, első emelettel is rendelkező faházat takart, és meglepve láttuk, hogy a másik csapat már megérkezett. Kiderült, hogy egy kisbusz vette fel őket és elhozta a szállásig. Mint az első esetben, most sem stoppoltak, a sofőr önként vállalkozott: megmentette őket az esetleges vaddisznóveszélytől. Elfogyasztottuk kései vacsoránkat és elszállingóztunk aludni.

Másnap reggel zuhogó esőre ébredtünk. A busz, ami átvitt minket a határon, már a ház előtt várakozott. Bepakoltuk a cók-mókjainkat és elhelyezkedtünk az utastérben. A busz elindult. A következő faluban beszállt a csapat harmadik felnőtt tagja, Balázs, aki hozta nekünk az adományba kapott „tápszer”: zöldségköretet és zöldségfasírtokat, így csapatunk újra 16 főre gyarapodott.

Különleges élmény volt az első pillantás az osztrák Alpokra. Mindenütt hegycsúcsok emelkedtek, némelyiknek a tetejét hóréteg fedte. Magyarországon 1014 méter a legmagasabb pont – itt ennyi az átlagmagasság. Maga Mariazell 800 méteren fekszik – egy hegy lábánál. Két helyen álltunk meg, egyszer biológiai okok miatt, másodszer pedig, hogy megnézzünk egy

igen impozáns templomot a hegyekben. A sofőr végül letett minket a város határában, és amíg ő előrement a csomagokkal, addig mi gyalogosan vonultunk be Mariazellbe, a zarándokkapun keresztül. A hatalmas katedrális tornyai már messziről látszóttak. A templomot állítólag maga Nagy Lajos király építtette, mikor Mariazell még magyar területen feküdt. Ez a templom volt a város fő látványossága. Minden más csak mellékesen volt ott. Közvetlenül a katedrális mellett állt a busz. Mindent kikapoltunk belőle, és átcipeltük az egy utcával arrébb lévő zarándokszállásra. Bár aznap még nem mentünk sokat, fáradtak és éhesek voltunk. Berendezkedtünk a szállásra, s megebédeltünk. Azután, mihelyst kissé kipihentük magunkat, háromfős csapatokra oszlottunk. Várt ránk még egy meglepetés: kaptunk egy feladatlapot a városról, azt kellett megoldanunk. A feladatlap keresztül vitt a városon, ki a szélére, majd föl a kálváriadombra, a város legmagasabb pontjára, onnan pedig megint vissza a centrumba. Mire végeztünk vele, besötétedett, mi pedig elfáradtunk. A szállásra visszatérve megvacsoráztunk, és lefeküdtünk aludni.

Másnap felkeltünk, összepakoltuk a túrához szükséges holmikat és felszálltunk egy Mariazellből induló, keskeny nyomtávú, hegyi vasútra. Ez a vonat vitt el minket az osztrák Grand Canyon néven is ismert, németül Ötscherbach névre hallgató völgy bejáratához. A kanyon bejáratától egy hosszú, keskeny és veszélyes, a szurdokfal oldalába vágott ösvény vezetett. A hely kétségtávol baleset- és életveszélyes volt, de a látvány egyszerűen fantasztikus. A két sziklafal mint két testőr fogta közre a szeszélyes patakot, amely mintha egyfolytában új és új módszereket akarna ki-

találni arra nézve, miképpen tud átjutni az útját álló köveken, mindez beleszöve a természet egyszerre bájos és szép, ijesztő és veszélyes kavalkádjában. Bárkinek megérne 40-50 kilométert gyalogolni, csak hogy mindezt lássa. A civilizáció azért meghagyta a maga nyomát még e vad vidéken is. A túrautat gondozták, elvétele korlát is volt, ahol szükségét érezték, és az út mellett pedig hol egy vízerőmű, hol egy felvonó, vagy egy faház látszott. Már kifelé kaptattunk a szurdokból, két vasúti megállónál is felszállhattunk a vonatra, de a csapat egyöntetűen arra szavazott, hogy a közelebbit vegyük célba. Pár kilométer gyaloglás választott csak el tőle. Közben megfigyeltünk egy mesterséges gátat és hosszan elnéztük, amint a víz zúbogva hull alá egy nagy, fehér csőbe, ami ki tudja, hova viszi. Másfélórás várakozás után befutott az állomásra a vonat, és mi hazamehettünk. Az elkövetkező öt órában aki még nem fejezte be (ebbe a kategóriába sorolható a csapatok nagy része), az befejezhette a feladatlapot, a többi idő édes semmittevéssel telt. Azután elköltöttük utolsó közös vacsoránkat, és (szinte) mindenki ágyba bújt.

A másnap reggel igen gyorsan elröpült a sok indulás előtti készülődéssel. Mosogattunk, rendet raktunk, kitakarítottunk (úgy nagyjából) és bepakoltuk a buszba csomagjainkat. Ám mielőtt még elindultunk volna, gyertyát gyújtottunk Botondért. Botond egy anyaiskolánk régi diákja volt, és sajnos, már nincs közöttünk. Órá emlékeztünk indulás előtt, esténként egy-egy percben és hazaindulás előtt. Ez a kisfilm rólunk szól, de Boti emlékére is készítettük: <https://www.youtube.com/watch?v=d17-EDgcSio>

Mikor órákkal később kikészülődtem a buszból, rá kellett döbbernem a „magyar valóságra”, történetesen, hogy a legtalibbi dolog, amit látok, 200 méterre van tőlem. Magyarországnak ezen a részén, a Kisalföldön, bent a városban egyáltalán nem láttunk semmiféle tájat. Nehéz volt megszokni Ausztria hegyei után, de hát hazaértem és a zarándoklásnak immár vége volt.

Juhász Vencel, 9.a

Élhető élet

Az Élhető élet projekten egy viszonylag kis létszámú társaság vett részt. Projektvezetőinkkel, Molnár Blankával és Stverteczky Andrással, illetve a kísértőtanárunkkal, Sívák Mónikával összesen heten voltunk. Projektünk azzal foglalkozott, hogy a mai világ sok, általában globális méretű problémáit megértsük, és megtaláljuk azt a számunkra is működő utat, amivel védeni, gyógyítani, javítani tudjuk világunkat, a világunkban élő embereket. Ennek keretében meglátogattunk egy fém- és vasfeldolgozó üzemet, illetve több kisvállalkozó céget: Pipacs pékség, Szatyor bolt, Filantropia adománybolt, Nem adom fel kávézó. Ezekben a családias hangulatú boltokban kivétel nélkül kedvesen fogadtak minket, és szívesen meséltek saját munkájukról, annak indítóokairól, céljairól, lehetőségeiről. Talán az összes résztvevő nevében mondhatom, hogy egy igen tanulságos és érdekes projekten vagyunk túl, amit annak ellenére is nagyon élveztünk, hogy az elején még nem igazán tudtuk, mibe is csöppentünk bele. Nekem személyes tanulságom az volt belőle, hogy egyedül is, kis odafigyeléssel sokat tehetünk, csak nyitottnak kell maradnunk a világ felé.

Pap Máté, 11.a

AJÁNLÓ

EGY ZENEHALLGATÓ ELMÉLKEDÉSEI

Amikor kitaláltam (javasolták), hogy valamit írjak a zenéről (valami „zenészet”), lassan, de biztosan egy óriás felkiáltójel töltötte be fejem szűk üregeit, hogy mit tudok én írni erről, mivelhogy nem vagyok zenész. Mindemellett mégis úgy nyugtatam magam, hogy a zene egyszersmind közügy és magánügy, s e két minőségében oda- és visszahatnak egymásra.

Magamat „lelkes zenehallgató”-nak aposztrofáltam, a lelkemben is zene van, egyébként is művészember vagyok (mondhatjuk), öröndetesen mocorog bennem az alkotói tűz, „magánügyeim” olykor nyilvánosságot kapnak (megmutatom a képeimet), ilyenformán én is részesevé válok a közügyeknek.

Zenehallgatásom persze magánügy (másnak is), mégis azok közé sorolom magamat, akik „tudatos és megátalkodott” zenehallgatók, de erről majd később. Úgy gondolom, sok apró dolog van, ami egy emberről való vélekedésünket árnyalja, tényleg piciségek: milyen cipőt hord, hogy beszél, mi a kedvenc étele, miféle zenéket hallgat, hallgat-e zenét, satöbbi, ám ezek az apró mozaikok elég pontosan mutatják meg az illetők személyiségét.

Egy kedves kollégám – akivel elolvastattam a vázlataim szerény, ám zűrzavaros

sorait, s akire hallgatók (zenész!) – azzal nyugtatott, hogy írjak csak nyugodtan a „zenehallgatásról”, sok ember ír könyvekről, bár nem író, sőt, képkiallításokat nyit meg, bár nem képzőművész. (Azt is mondta, hogy azért döntsem el, hogy cikket írok-é, vagy regényt.) Bölcs szavait megfogadtam. Abban egyetérthetünk, hogy közösen aggódunk kiskamaszkorba lépő gyermekeink zenei műveletlenségén, óriási kérdőjelek adódnak, hogy van-e dolgunk, és ha igen, mit kellene tenni. Engedjétek meg, hogy néhány személyes élményt és elvet soroljak fel, hátha kiderül, mitől is lehet valaki „remek zenehallgató”. Mint én...

- A zene nagy úr, óriási hatással bír, nem mindegy, mit hallgatunk gyermekeink füle hallatára.

Biztos nem lehetséges, hogy a gyermek folyamatosan élőben megszólaló, szép – lelkének kedves – dalokat hallgasson. Nagyon ritka a házimuzsika, az édesanyák is bátorítalanul énekelgetnek kisgyermeküknek, hát még az apák. Pedig ez az első elv: „amit lehet, élőben”!

- A zene olyan nagy hatás, hogy tömegeket tud egy közös lélekke emelni egy adott pillanatban. Egy szép koncert meg tudja változtatni a világ sorsát! (Hozzátevé

ehhez a gondolathoz az első baljós-látú hírt: bizony, a „negatív zene” hatása iszonyú romboló tud lenni.) De nézzük a komolyzenét: jó lenne megszerettetni a fiatalokkal! Közös koncertélmények egész életre hatnak, beépülnek egész életre. Aki gyermekkorában nem tapasztalja meg, hogy a komolyzene mennyire gyönyörű, később nagyon nehezen (vagy nem) tudja befogadni.

Nekem fiatalkoromban egy újságcikk keltette fel a figyelmemet erre: azt írták, hogy egy lelkes zenehallgató Beethoven IX. szimfóniájának meghallgatása után imigyen lelkesült, hogy szíve szerint „megemelte volna a Trafalgar teret, midőn a koncerttermet elhagyta”. Rögtön mellé-tenném (helyszűke miatt engedek a szabad gondolatfolyamatoknak) Orff: Carmina Buranáját, vagy ott van, tessék Ravel: Bolerója (ráadásul az egykori Győri Balett – Markó Iván és Ladányi Andrea – táncjele-letével).

Ifjúkoromban sikerült ezeket a döbbenetes előadásokat átélnem, egy csapásra szövetséget kötöttem a komolyzenével. Kitartó, s ugyancsak zenebolond – ők is hallgatók – családom számára egy óvatlan pillanatban eldöntöttem az Újvilág szimfóniát (Dvořák).

Apámnak félméternyi komolyzenei (bake-lit) lemezeit is bújni kezdtem, de Wagnert csak akkor hallgattam igazán, mikor a moziban – nagyobb voltam már – láttam az Apokalipszis most című filmet. Aki látta, tudja, miért.

Philip Glass zseniális minimalizmusához is egy film vezetett: a Koyaanisqatsi. Saj-

nos, kevés itt az idő, hogy ezeket felsorol-jam, olyan hosszú a sor.

Általános iskolás koromban zenetanárom-tól – akit nem szerettünk, mert szolmizál-ni kellett mindenféle „népdalokat”, meg számomra akkor még ismeretlen han-gászok életrajzából kellett dolgozatokat írni – megkérdeztük, hogy melyik köny-nyűzenei együtttest ismeri, afféle „húzzuk az időt” módon, addig se felelünk. Az öreg nagy zenetudós volt – de rossz tanár, fe-jünkön koppintott a hangvillájával –, ám ezt a mondatát máig idézem. Azt mondta, hogy ha már minden klasszikust végig-hallgatott, s marad még ideje, meghall-gatja „azt” a muzsikát is. Miért, annyi van? Igen Most ennyit a „klasszikusok elvéről”. Klasszikus – nekem az –, hogy „megma-rad a zene”. Száz éveig szól.

- Átkanyarodnék a népzenehez. (Kinek mi az?) Én abban a negyven évben szo-cializálódtam, amikor „nem volt népzene” – legalább is számomra. A vasárnapi ebédnél „nóta” szólt a rádióból. Már ak-kor megfogadtam, hogy elég a nótakan-dúrokból és a hamis csalogányokból. Igazam lett, már akkor sem lehetett ezt végighallgatni, most meg már „fejlődött” is a dolog – bocs: másfél évig voltam ka-tona a „3+2” (Isten bizony ez volt a neve) lakodalmas örületére, és akkor még hol volt Lajcsi, a Harmonikás Lány (nem áru-lom el, hová járt iskolába), Bunyós Pityu! Rémülten vettem észre, hogy a szomszéd-aim is ezt hallgatják, ha jó kedvük van, meg ha rossz – egyszer kihívtuk a rend-őrséget, azóta csönd van. („Ostobaság elve?”) – Én is sznob vagyok?

Népzene nekem a Muzsikás volt először, és az akkori(!) Sebestyén Márta. Hidegen

fújtak a szelek, mi meg szilvesztereztünk, egy lemez szólt végig. Ez. (Tiszta forrás elv.) Hol volt ez a zene negyven évig?

- Olyan nagy kaput nyitottak ki, hogy csak úgy dőlt befele a sok remek autentikus, később meg mindenféle népzene. Igen, a népek zenéje. Remek dolog! Végtelenül lehet tallózni a világ népzenején. Leesik az álla már egy középtagozatos „ifjú zenehallgatónak”, hogy mennyi gyönyörű muzsika, egzotikus hangszer létezik. Hogy várták az esőt Afrikában, miképp mulattak Dél-Amerikában, mekkora a fagy Északon! Egyáltalán, Európa népei hogyan zenéltek. A „world music” óriási fesztivál! Életem szép éveiben végre lehetett „népzenét” hallgatni. Nem volt már egyeduralkodó az angol, sőt, legyen minél egzotikusabb, furcsább a zene, a nyelv, nem baj, ha nem értjük! Legyen tehát a fiataloknak szóló zene változatos! (Változatosság elve)

- A könnyűzenéről: nekünk könnyű volt! Volt a Beatles, meg a Stones. (Magyarföldön: Illés együttes.) Választani kellett. De lehetett titokban egyszerre is szeretni őket. Ez jutott el Magyarországra. Tudtuk, hogy a többi – hamis! Szépen, sorban jöttek a zenék, hónapok teltek el, mire új dalok érkeztek. Azt hiszem, a türelem is fontos elv. És fontos: bármit játszottak, elolvadtunk. Óriási zenészek álltak sorba. Nem volt más lehetőség: hallgatni azt a lemezt (kazettát), ami már elkészült, s várni az újat. Soha nem okoztak csalódást.

Itt egy új elv, a „Soha nem okoztak csalódást” elve. Muszáj volt akkor egy „egész” nagylemezt készíteni. Aztán újra és újra, és mindig meg lehetett hallgatni az elsőt. Mindegy, mit énekeltek, úgyis értettük. A velem korú generáció a mai napig tudja szóról-szóra, hangról-hangra mindet.



Pécsy Áron, 4. osztály

Egy téli éjszakán kiderült bátyám s az én számomra, hogy ez közel sem az egyetlen út. A Rádió Luxemburgot hallgattuk (titokban, mikor már nagyszüleink a másik szobában hortyogtak), egy eszméletlenül régi, csöves rádión. Két gomb volt: az egyik arra volt jó, hogy addig tekertük, míg a mutató a Luxemburg feliratig ért, a másikat addig halkítottuk, míg biztosak voltunk, hogy az öregek a szomszédban nem ébrednek föl. Ekkor találkoztam egész ifjúságomra meghatározó zenékkal.

El is gondolkodtam azon, hogy ha nagyobbacska kamasz gyermekeink legfogékonyabb éveikben minőségi zenével találkoznanak, talán azt szeretnék meg, később azt keresnék, ahhoz mérnék a többi. Ha egy zeneszám megnyitja a világot, nagyszerű élmény. Mennyi stílus, mennyi ország! Fontos, hogy lehetőleg „jó felé nyissa meg” és sokfelé. Itt fontos a szülők szerepe, mert ha ők „jó irányba” is terelgetik csemetéjüket, ők csak azért is feltalálnak valami mást. Ha másért nem, legalább azért, hogy az ő gyerekeik unjanak valamit.

Ha sorba szedjük: a szép, klasszikus „zenebona” után jött a keringő, aztán valami egyezményes szalonzene, jött rá a jazz, abból a blues, vagy fordítva, betörték a hippik (in the USA), egyre durvult a helyzet, lassan, de borzalmasan tört utat a punk, felhívítva new-wave, aztán utána akár már bármi lehetett. Minden egyszerre szólt: jazz-blues- soul-funk- disco- hippie-punk... aztán már minden: techno-acid- valami. Minden egyben. Minden szól már egyszerre a gyerekek fejére. Iszonyú hangosan, iszonyú látványosan, ellentmondást nem tűrően.

Ha nem vagyunk éberek, gyermekeink bedugják a fülüket! A gépben van az „okos diszkós”, ő tudja, mi a trendi. Végtelen válogatást készít a gyerekek fülébe. Nem tudnak gyermekeink választani, ha nincs miből, már Ti, szülők sem tudtok segíteni, mert már ti is a kereskedelmi rádió nőtetek fel. (Ha nem, elnézést!) A zenehallgatásnál mennyire vagytok tudatosak?

Tudatos: én választom a zenét a gyerekeknek (Gyere, ezt hallgasd meg, ez zseniális!) Próbálok a fő elveket sorba szedni:

1. Kétféle zene van: jó és rossz (Leonard Bernstein). Tudatosság!
2. A jó zene korszaktól, stílustól független. (Értsd: létezik csapnivaló klasszikus zene, nagyszerű tánczene.)
3. Sokféleség. Mutasd meg a minőségi zenéket gyermekeidnek! Ők nem találják meg azt. A „gép” a tömegízlést erőlteti: hány millió ostoba lájkolta a „Gangnam-stájt”?
4. Hangulat, évszakok. Más zenét szeret az emberi lélek nyáron és mást télen.
5. Emlékek. (A „rég” zenék is jók.)

Évnyitómban a „bátor és okos” szülőkről beszéltem. Legyetek példamutatóak gyermekeitek számára, minden kincset mutassatok meg nekik, az okos és szép és értékes művészettől okosak, szépek és értékesek lesznek gyermekeitek! A silány, ostoba, értéktelen dolgoktól silány, ostoba és értéktelen emberek lesznek!

Kérdezzetek bátran bárkit! (Végső esetben engem.)

Ui: Kapcsoljátok ki a rádiót és a tévét!

Ui: Dobjátok el, veszítsétek el, rontsátok el a gyerekeitek okos (buta) telefonjait!

Ha ez a rovat ajánló – én meg itt filozofál-
gatással meg világmegváltással töltöttem
az időt –, engedek az unszolásnak (néhá-
nyan kérték, hogy ajánljak zenéket, hogy
a téli szünetben tallózhassanak.) Íme,
néhány gyöngyszem, amelyeket ajánlok,
hogy hallgassatok (ne nézzétek!) akár már
6. osztálytól együtt! Künn hull a hó, kel-
lemes meleg és ünnepi készülődés, tesz-
vesz a család, s talán leülnek egy teához
(kávéhoz a nagyobbak!)

Íme a téli „10-es listám”:

1. Genesis: „Snowbound”
2. Jethro Tull: „Bourée”
3. Crash Test Dummies: „Mmm Mmm
Mmm Mmm”
4. Procol Harum: „A Whiter Shade of Pale”
5. Mike Oldfield: „William Tell Overture”
6. David Bowie és Bing Crosby: „Peace on
Earth/Little Drummer Boy”
7. Elbow (a BBC Concert Orchestrával):
„Mirrorball”

8. John Lennon: „Happy Xmas (war is
over)”
9. Cseh Tamás (Kornis Mihály verse): „Jó-
zsef”
10. Jona Lewie: „Stop the Cavalry”
11. Sting: „Englishman in New York”
12. Muzsikás és Sebestyén Márta: „Hide-
gen fújnak a szelek”
13. Mozart: „Birthday” (a Netherlands
Dans Theater zseniális adaptációjával!)

(Az utolsót a nagyobbacsok talán meg is
nézhetik, mert komolyzene, de a jelenet
nagyon vicces (szerintem!).)

Elnézést, ha inkább „régí zenéket” válo-
gattam. Kezdjük a nagy klasszikusoknál!

Boldog, szép telet, hulljon a hó, szálljanak
a dallamok! Áldott karácsonyt, jó zene-
hallgatást Néktek!

Kóhalmi Ákos



Míchaela Glöckler: A vallás gyógyító ereje

Michaela Glöckler nem ismeretlen számmunkra, hiszen a Nagy gyermekkalauz szerzője is ő, s az elmúlt években többször járt Budapesten, talán néhányatok ott is volt az előadásain.

M. Glöckler 1992-ben előadásokat tartott a vallás gyógyító erejéről a stuttgarti keresztény közösségben, s ezután felkérték, adjon ki néhány előadást írásban is, hogy minél több emberhez eljuthasson. Ő maga gyermekorvosként megtapasztalta, mennyire fontos a vallásos nevelés az egészséges fejlődéshez, hogy mennyire pozitívan hat az, ha realitásként mutatjuk meg a szellemi világot. A szerző összegyűjtötte azokat a kifejezéseket, amelyek segítenek közelebb kerülnünk a vallás szóhoz, annak értelméhez. Ezek a törvény, erkölcs, rend, hívó bizalom, isteni tisztelet, mennyei tanítás, Istenhez kötöttség, filozófia mint a bölcsesség iránti törekvés, tanács, vigasz, tanítás a láthatatlanról, az emberré válás útja szabad, belső hajlamból kiindulva. Religió, visszakapcsolódás oda, ahonnan jöttünk. A régi papkirályságok idején a tudomány-művészet- vallás szoros kötelékben voltak.



Vizy Panna, 3. osztály

Ekkor a legnagyobb tudásideál, a megismerés legmagasabb célja az Isten-megismerés volt és a művészet is a vallásos életnek megfelelő kifejezési formákat adott (templomok, szent tárgyak, istenségképek). Egy ilyen világban magas emberi kultúra fejlődhetett ki, de mégsem az egyes ember szabad akaratából, hanem beavatott uralkodó vezetésével. De nincsenek már ilyen nagy emberiségvezetők, a tudomány, művészet, vallás elvált egymástól, az embernek megadatott a szabadság, hogy cselekedeteiért, akaratáért, vallásos fejlődéséért saját maga viselje a felelősséget. Ez az emberiség fejlődésének feltétlenül szükséges folyamata volt, csakis a tudományos materializmus segítségével tudott az ember emancipálódni az isteni vezetésből. Így tudta megtanulni, hogy egyedül is megálljon a lábán és erről az alapról kérdezhesen önmagáról és a világ értelméről. Viszont most egy küszöb előtt állunk: újra le kell győznünk ezt az elválasztottságot. Rudolf Steiner nem kis feladatot vállalt, hogy ebből az istentelen né vált tudományos gondolkodásból egy olyan megismerési utat találjon, amely a gondolkodást összekapcsolja a szellemi világgal és annak lényeivel (a halottakkal, a hierarchikus angyal-lényekkel). Ennek a célnak a betöltése érdekében építette Steiner a Goetheanumot, amelynek a mai napig az a feladata, hogy a tudomány-művészet-vallás újraegyesítésén dolgozzon.

Most nézzük meg, a gyermeknek milyen a viszonya a valláshoz! Az első hét évben (a születéstől az iskolás korig) a gyermek testileg vallásosan viselkedik. Hogy miben nyilvánul ez meg?

Abban, hogy a gyermek a környezete, a többi ember létezése iránti teljes odaadottságban él, és mélyrehatóan utánoz.

A vallás szükségszerűsége mélyen az emberi természetben gyökerezik, ezért kezdetről fogva szükség van az ápolására: pl. evés és alvás előtt rendszeresen ismétlődő imákkal, az étellel, az ünnepekkel, a teremtéssel kapcsolatos történetek elmondásával. Így erősíthetjük az ösbizalmat. A vallásos nevelés nem azt jelenti, hogy morális alaptételeket tanítunk a gyerekeknek, hanem vallásos minőségek közös átélését tesszük lehetővé, olyanokét, mint a nyugalom, a békesség, az áhítat, a tisztetet, a bizalom. Ezek belső tartást adnak a gyerekeknek és azt a lehetőséget, hogy az élet nehéz helyzeteiben is megtalálják a nyugalmat. Ha mégis hiányzik a gyermekkorából a vallásos nevelés, sokkal nehezebb lesz számukra a későbbiekben a szellemi értékek keresése, hisz azt sem tudják, mit is kellene keresniük. Hogy ez valóban így van, azt ma a drogfüggők és szenvedélybetegek egyre növekvő számából is láthatjuk. Hiszen a szenvedélybetegség a vallástalanság betegsége. Ők épp azokat a minőségeket és értékeket keresik, amelyeket a vallásos tapasztalás ad: nyugalmat, beburkoltságot, bizalmat, fény- és melegséghélményt.

Vajon elgondolkodtunk-e már azon, hogy amikor táplálékot veszünk magunkhoz, akkor mindhárom természeti birodalom (ásványi világ, növényvilág, állatvilág) az embernek adja magát, az ember létalapjává válnak? Adomány. De mi ez az adomány? A legtökéletesebb vallás. És mi történik azokkal a természeti lényekkel, amelyek ásványként, növényként, állatként az embernek áldozzák magukat?



Kriston Tamás, 4. osztály

Emberi anyagokká, emberré lesznek. Az embernek is szüksége van arra, hogy egy nálánál magasabb birodalomnak feláldozza önmagát. Ez a nálunknál magasabb birodalom nem jelenik meg látható formában, inkább gondolatokként, jövőbeli célként, amelyek lelkesíteni tudnak minket. A jó gondolatok, érzések gyógyító, rendező hatásúak. Annak, akinek jók a jövőre vonatkozó ideái és értelmet képes adni az életének, jobb az immunrendszere, betegség esetén jobbak a gyógyulási esélyei. Ez egy átalakulás, amely magasabb emberi természetet eredményez. Tegyük a jót és a szépet még akkor is, ha a körülmények ellent akarnak mondani! Újra lánggra kell lobbantani a jóakaratot; ez a vallásosság célja. Ahogyan egy ember önmagával, a többi emberrel és a természeti lényekkel bánik, olyan a saját vallásosságának természete is.

Kíváncsi vagyok, hogy ezek a szép gondolatok kísérik-e mindannyiunkat a karácsonyi készülődés során, tegyék még bensőségesebbé az ünnepeket!

Tari Henriette

A KARÁCSONYFA MESÉJE

Szentkúti Márta néni meséjét is szeretettel ajánlom
a mostani és az egykor volt gyerekeknek is az ünnepre...

A világ kezdetén, amikor az Úr a növényeket teremtette, egy sziklás, kopár vidékre ültetett egy fát.

A fának tükörsima, szürkésbarna kérge, és tenyérnyi sötétzöld levelei voltak. Gyökereivel jó erősen megkapaszkodott a földben, leveleit kitárta a Nap felé. Törzse olyan erős volt, hogy a legerősebb szélviharnak is ellenállt.

A Gonosz azt hitte, hogy ez a kopár táj az ő birodalma lesz. Ahogy meglátta ezt a fát, elhatározta, hogy elpusztítja. Odasündörögött hát hozzá, és elkezdett suttozni a leveleivel:

– Miért állsz itt egymagadban? Társaid körül bokrok nőnek, színes virágok nyílnak, zöld fűszőnyeg veszi körül őket, te meg itt árválkodsz. Nem jó hely ez neked.

– Az Úr ide állított – felelte a fa – és én már nagyon erősen belekapaszkodtam a földbe.

– Ó, hát ezen könnyen segíthetünk – hunyorgott a Gonosz – ha akarod, egy szempillantás alatt kiemellek innen.

A fa tétovázott. A Gonosz pedig kibillentette őt a helyéből. Amikor a fa már egyetlen gyökérszálcájával sem tudott a földben megkapaszkodni, a Gonosz meglökte, és fa gurult, gurult, gurult és gurult; meg sem állt a tengerpartig.

Ott feküdt, meg sem tudott mozdulni. Gurulás közben tenyérnyi levelei összehúzózkodtak: hosszú, tűskés levelekké váltak. Csak a színük maradt ugyanolyan sötétzöld, mint addig volt.

Az éles kövek itt is, ott is fölsértették a törzsét. A fa sírni kezdett. Hogy hallgatható egy pillanatig is a Gonoszra? Meghallották ezt az angyalok. Azonnal ott termettek körülötte. Rögtön látták, hogy mi történt vele. Óvatosan visszagörgették a helyére.

Akkor az Úr odalépett a fához, megérintette, és a fa újra egyenesen állt. Gyökereit még mélyebben beléeresztette a földbe, hogy soha többé semmi se tudja kimozdítani onnan.

Könnyei befedték a sebeket, amiket gurulás közben szerzett. Ez lett a gyanta. Illatától a Gonosz messzire elmenekült arról a tájról. Akkor az Úr visszaindult a Mennybe. A Föld azonnal utána akart menni. Meg is indult fölfelé; a fa azonban olyan erősen kapaszkodott belé, hogy azt is vitte magával. Az Úr visszafordult.

– Ne félj, nem hagylak árván. Várj türelemmel – simogatta meg a Földet. – Újra eljövök, ha itt lesz az ideje. És attól kezdve mindig együtt leszünk.

A Föld hát úgy maradt, ahogyan az Úr megállította. Így születtek a magas hegyek. Ahol az Úr tenyere hozzáért a

földhöz, az éles, kemény sziklákon puha, sötétzöld mohaszőnyeg termett.

A fenyő is hallotta persze az Úr ígérését.

– Vajon mikor lesz itt az ideje annak, hogy újra eljőjön a Földre? – gondolkodott magában. – Nem várhatom akármilyen ruhában! Mi lesz, ha éppen akkor jön, amikor lehullanak a leveleim?

– Ne félj – suttogta neki az angyal. – Ha egy-egy levélkéld le is hullik, mindig nő helyette új. Akármikor is jön el az Úr, te friss zöld ruhában fogod köszönteni őt. Így is lett.

Amikor a Nap már alacsonyan járt az égen, és sugarai csak rövid ideig melegítették a teremtményeket, a legtöbb fa levelei el-sárgultak, megszáradtak, leperegtek a földre.

De a fenyőé nem! Már vastag hótakaró borította a tájat, és a fenyő még mindig úgy zöldellt, mint nyár közepén! Várta az Úr érkezését.

Egyszer azután eljött az az idő is. Az emberek csak egy kisbabát láttak egy barlangistállóban, jászolban, a szalmán – és csak sok-sok évvel később jöttek rá, hogy ki is volt ott valójában. De a fenyő kezdetől fogva tudta! És nagyon boldog volt, hogy ünneplő zöld ruhában fogadhatta Őt.

Ezért van, hogy az angyalok minden évben Karácsonykor, a kis Jézus születése napján elvisznek egy-egy fenyőfát az emberek házaiba.



ÉLETMÓD

Gyógyító rituálék traumatikus szülések után A nehéz szülések utáni traumák feldolgozásában segítő gyógyító szertartások

Katharina Sieckmann, 2011. szeptember

Brigitte Meissner, Svájcban élő bába olyan szertartásokat dolgozott ki, melyek a várandósság vagy a szülés során szerzett traumatikus élmények feldolgozásában segítenek. E szertartások nem időigényesek. Csupán nyugalomra, empátiára és szívre van szükség.

Varázslatos pillanat: a szülés befejeződött, a gyermek megérkezett és a sok fájdalom, megpróbáltatás után az édesanya hasán és mellén pihen. Csönd, eljött az érzések, a megkönnyebbülés ideje, és a szeretet. Nagy boldogság az, ha a várandósság és a szülés úgy történik, hogy anya és gyermek együtt élvezhetik e pillanatot. Gyakran adódnak azonban olyan események és orvosi beavatkozások, melyek következtében a gyermek világra jöttét traumák kísérik.

Brigitte Meissner tíz éve dolgozik bábaként s mintegy ezer gyermeket segített a világra. Gyakran csupán egy bizonyos idő elteltével, hetekkel, hónapokkal vagy néha csak évekkel később derül ki, hogy a szülés élményét a nők súlyos teherként élik meg. A tünetek gyakran ködösek, egy homályos, rossz érzés, annak érzése, hogy talán az anya és gyermeke között áll vala-

mi, s mindezt félelmek és bűntudat kísérik. Az érintett anyák gyakran csalódottak a szülés élményétől, és nem tudnak szabadulni a kudarc érzésétől.

Más esetekben a gyermekeknél tapasztalható szembetűnő viselkedés: rosszul alszanak, sokat sírnak, kiabálnak, és csak akkor nyugszanak meg, ha anyjuk vagy apjuk órákon át hordozza őket. Az anya belső feszültségben él, és ösztönösen érzi, hogy kisbabájánál az ősbizalom gyenge hajtása a szülés kellemetlen körülményei következtében sérüléseket szenvedett. A három gyógyító rituálés segítségével kisgyermekeknél és iskolásoknál, sőt akár pubertás korúaknál is kiegyenlíthetőek a traumatikus születésélmények, s így az érintettek megbékélhetnek az életbe történő megérkezésükkel.

A gyógyító beszélgetés

A gyógyító beszélgetés anya és gyermek intim találkozása. Az anya egy védett, meghitt környezetben mesélheti el a gyermekvárást és a szülést a saját szemszögéből. Mi volt nehéz, mi okozott problémát és fájdalmat? Milyen gondoljai

és félelmei voltak az anyának, mi történt pontosan és mindennek előtt milyen érzéseket keltett benne mindez? Megoszthatja a gyermekkel azt is, hogy milyen remények és kívánságok éltek benne a szüléssel kapcsolatban, s hogy mennyire szomorú és csalódott most amiatt, hogy ilyen nehéz volt a kezdet.

Mindebben az a magával ragadó, hogy a babák, még ha csak pár naposak is, értik, hogy mit akar mondani az édesanyjuk. Megértik a fájdalmát és csalódottságát, létrejön az összekötő kapcsolat, az első lépés a gyógyulás útján. Fontos, hogy az anya hiteles legyen, és ha könnyek szöknek a szemébe, akár sírhat is.

Míg az anya ott van s támaszt és meleget nyújt, addig a gyermek számára ez nem megterhelő.

Hasznos lehet az is, ha az átélteteket több részletben meséli el. A gyermek, miközben hallgatja, egyértelmű jeleket fog adni, hogy mikor elég. A gyógyító beszélgetés ne látványos elkülönülés legyen, hanem

egy zavartalan fél óra, ahol senki sem felesleg közbe, és ahol mind az anya, mind pedig a gyermek életük első közös eseményének szentelhetik magukat.

Gyógyító babafürdő

Ezt a fürdőt „boundingbath”-nak (= összekötő fürdő) vagy anya–gyermek–fürdőnek is nevezik, és egy igazán erős hatású/mélyre ható fürdőrituálé. A babát megfürdetik, majd nedvesen és meztelenül az anya mellére teszik, ezután mindkettőjüket egy jó meleg takaróba burkolják, így nyugalomban és békében pótolhatják a megérkezés élményét. A fürdés a gyermeket a meleg magzatvízre emlékezteti, a közvetlen nedves, meztelen megpihenés az anyamellen, a kiadós dédelgetés a születés utáni biztonság érzését hivatott pótolni. Lelki síkon érinti ez mindkettejüket.

Valami szépet tesznek közösen, szeretetben vannak együtt, idő és nyugalom mind-mind rendelkezésükre állnak, hogy megtegyék az utat visszafelé, a közös kezdethez. A fürdővízhez adhatunk vad





rózsa-olajat vagy Bach-féle Elsősegély cseppeket, ezzel is segítve a sokk és a sérülések oldódását. A gyermek még egyszer megérkezik édesanyjához, az ősbizalom alapjához, érzi, magába szívja, érzékeli az anyai szív dobbanását, hallja a hangját, s azután a feltoluló érzések által érezhetővé válik a megbékélés. Ha a gyermek igényli, az anya feltétlenül etesse meg – tegye mellre vagy táplálja üvegből. Az érzések segítik a gyógyulási folyamatot. Mindketten sírhatnak, és a tapasztalat azt mutatja, hogy a babák az első alkalommal sokat sírnak és zokognak, mert szeretnék elmesélni a maguk történetét. Ezt a gyógyító fürdőt hetente három-négy alkalommal, ritmikusan ismételjük!

Rózsaszínű szívfonál

A harmadik rituálé egy imaginációs gyakorlat: a rózsaszín szívfonal imaginációja. Az anyát arra kérjük, hogy ne csak gondolataiban beszéljen a kisbabájával, hanem hogy képzelje el, hogy szívétől a

gyermek szívéig egy rózsaszínű szívfonál vezet, mely mindig létezik. Ez különösen azoknak az anyáknak segít, akiket a szülés után orvosi okokból elszakítottak a gyermeküktől. Minden alkalommal, ha az anya úgy érzi, hogy elveszíti a kapcsolatot a gyermekével, az elszakíthatatlan szívfonál segítségével létrehozott kapcsolat segítséget és támogatást nyújthat számára.

Brigitte Meissner rituáléi halvány reménysugarat jelentenek mindazok számára, akik úgy érzik, hogy maguk vagy gyermekük valamilyen formában a várandósság vagy a szülés során hátrányt vagy sérülést szenvedtek. Ha figyelünk a gyermek jelzéseire és a saját szívünk rezdüléseire, úgy lehetőség nyílik arra, hogy megbékéljünk a világra érkezéssel.

Brigitte Renate Meissner a svájci Winterturban él. Bába, ápolónő, cranio sacralis terapeuta, továbbá tanfolyamokat és továbbképzéseket vezet. Emellett több könyvet is írt a szülés feldolgozása témában.

Irodalom: Brigitte Meissner: Emotionale Narben aus Schwangerschaft und Geburt auflösen: Mutter-Kind-Bindungen heilen oder unterstützen – in jedem Alter, Winterthur 2011

Link: www.geburtsverarbeitung.de

Forrás: <http://www.erziehungskunst.de/artikel/fruehe-kindheit/heilende-rituale-nach-traumatischen-geburten/>

Kép: http://www.erziehungskunst.de/uploads/pics/2011_09_sieckmann.jpg

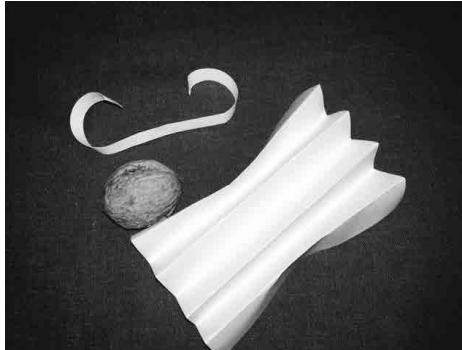
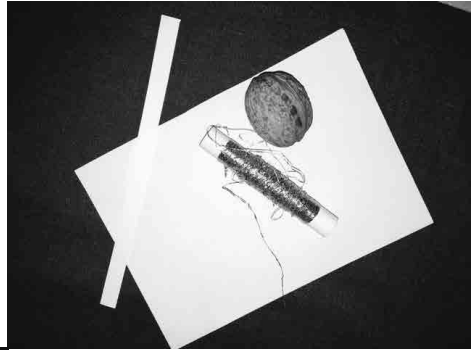
Fordította: Kuntz Orsolya

DIÓ-ANGYALKÁK

Kislány koromban a karácsonyi készülődés része volt – a mézeskalács sütés mellett – a saját karácsonyfadísz készítése is. Ezt az egyszerű-kedves angyalkát sok-sok éven át csináltuk: volt, hogy szinte az egész fát ők uralták. Ovisokkal is bátran nekikezdhettünk.

Hozzávalók:

- 1 dió
- egy A4-es lap negyede
- egy vékony papírcsík,
- arany/ezüst cérna akasztónak és glóriának
- erős ragasztó.



A papírt harmonikába hajtogatjuk, ez lesz a szárnya.

A papírcsík mindkét végét végighúzzuk az olló élén, hogy begöndörödjön.

A szárnyat középen a hajtások között összeragasztjuk, majd a dió aljára illesztjük.

Fent pedig a hajat ragasztjuk rá, ezzel rögzítve az akasztót is.



Tehetünk rá vastagabb aranyzsinórból glóriát is. Több papírcsíkkal dúsabb hajkoronát készíthetünk. A szárnyak végét legömbölyíthetjük, de akár ki is csipkézhetjük. Ha vékonyabb (például sütő-) papírt használunk légiesebb angyalkát kapunk.

Örömteli, békés együtt töltött időket mindenkinek!

Buth Viktória

INDIAI KONYHA

Az ötödikesek ősszel az India-epocha keretében sok finomságot főztek. Az összegyűjtött receptjeikből összeállítottak a bazárra egy szakácskönyvet, amihez az időben érkező szerencsések még hozzájutottak, de nagyon gyorsan elfogyott, így sokan már nem kaptak belőle. Ezért arra gondoltunk, hogy most ezekből a receptekből válogatunk, hátha a hosszú téli szünetben kedvetek támad kipróbálni néhányat!

MANGÓ LASSI

Hozzávalók:

- 4 pohár natúr joghurt
- 4 csésze víz
- 2 csésze mangópüré
- 2 csésze tört jég (kihagyható)
- 8-10 tk cukor
- egy csipetnyi sáfrány
- pár mentalevél

Összekeverjük a hozzávalókat: a joghurt-hoz keverjük a mangópürét, hozzáadjuk a sáfrányt és a vízben feloldott cukorral egyenletesen felengedjük a krémet. Ezután hozzáadjuk a tört jeget, majd az egész krémet összeturmixoljuk. Formás pohárban tálaljuk, és mentalevéllel díszítjük.

BATAKA PAWA

Hozzávalók:

- 30 dkg pawa (rizspehely)
- 2-3 db burgonya
- 1 ek. fekete mustármag
- 1 fej hagyma
- 10-12 curry levél
- 2 db zöld chili
- 1 mk ördögyökérpor (hing)
- 1 tk kurkuma
- 1 cs friss korianderzöld
- 1 citrom leve, olaj, só

A burgonyát félkészre főzzük. A forró olajban kipattogatjuk a mustármagot, a hagymát üvegesre pároljuk, beleteszünk a kimagozott chilit, a curry leveleket, a hinget és a kurkumát. Beleforgatjuk a burgonyát és a pawát. Erős lángon pirítjuk és sózzuk. Tálalás előtt megszórjuk az aprított korianderzölddel, és ráfacsarjuk a citrom levét.

HALVA (8 személyre)

Hozzávalók:

- 4 dl búzadarab
- 20 dkg vaj
- 4 dl cukor
- 10 dl víz

1. Tegyük fel a cukrot vízzel főni.
2. A felolvasztott vajban pirítsuk meg barnára a búzadarát. Állandóan kevergessük.
3. Amikor a cukros víz forr, öntsük rá a megbarnult darára. Óvatosan, nehogy megégessük magunkat a kicsapó gőzzel. Alaposan keverjük el, majd fedjük le az edényt és vegyük le a tűzről.
4. Egyszer-kétszer keverjük meg. Negyedóra múlva kész.

NIMKIN – INDIAI SÓS KEKSZ

Hozzávalók:

- 20 dkg finomliszt
- ½ kk só



- 1/8 kk szóda bikarbóna
- 1 kk édeskömény
- 2,5 ek puha vaj
- 5,5-6 ek víz
- ghí vagy olaj a sütéshez

A hozzávalókból kemény, rugalmas tésztát gyúrunk. Letakarjuk, ½ órára félretesszük. Hosszú rudat sodrunk belőle, 12 részre vágjuk. Sorban minden korongból 14 cm átmérőjű lepényt sodrunk. Éles késsel 2 cm-es kockákra vágjuk. 170 fokon, bő zsiradékban aranyárgára és ropogósra sütjük.

INDIAI FÚSZERES BURGONYA

Hozzávalók:

- 1 kg burgonya
- 2 db lilahagyma
- 1 db zöld chili
- 2 cm-es gyömbér darab
- 2 tk fekete mustármag
- 10-15 curry levél
- 1 tk őrölt kurkuma, olaj, só

Előfőzzük a burgonyát, magasabb falú edényben pattogtassuk ki a mustármagot, adjuk hozzá a hagymát, a chilit, a curry leveleket, a reszelt gyömbért és a kurkumát. Ha a hagyma megpuhult, adjuk hozzá a burgonyát és ízlés szerint sózzuk. Köretként és főételként is tálalható.

INDIAI JOGHURT DESSZERT (SHRIKAND)

Hozzávalók:

- 3 dl sűrű joghurt (a natúr joghurtot pamutanyagra öntjük, felakasztva néhány óra alatt kicsepegtetjük)
- 2-3 ek méz
- 5 zöldkardamom hüvely
- 1 marék sótlan pirított pisztácia
- 1 marék sótlan pirított kesudió
- 1 csipet kurkuma

A kardamomhüvelyt mozsárban megtörjük, zöld héját kidobjuk. A joghurtot összekeverjük az összes fűszerrel, és botmixerrel pépesítjük. Poharakba töltjük, hűtjük és a durvára tört kesudióval és pisztáciával díszítjük.

A FEHÉR FAGYÖNGY

Ilyenkor, télen kevés gyógynövényt tudunk gyűjteni, de a fehér fagyöngy (*Viscum album*) egyike ezeknek. Ez egy fás, félfélősködő, villás ágrendszerű, örökzöld növény, mely különböző fák ágain gömbölyű, 60-100 cm átmérőjű bokrot képez. Levelei zöldessárgák, fényesek, oválisak. Nehezen észrevehető, zöld virágait kora tavasszal hozza. Termése borsó nagyságú, fehér színű, áttetsző, nyúlós, ragadós boggyó, melyben egy nagy mag található. Termése késő ősszel érik, elterjesztésében a madaraknak van nagy szerepük, mert a ragadós magvakat az ágak kérgéhez ragasztják, ahol azok csírázásnak indulnak.

Gyakori gazdanövényei a lombhullató fák, pl. nyár, hár, juhar, kőris, alma, fűz. Európában és Ázsia északi részén honos. Magyarországon szinte mindenütt megtalálható, de nem egyenletes eloszlásban. A fehér fagyöngyöt ne tévesszük össze a sárga fagyönggyel, amely lombhullató, boggyói sárgák és főleg tölgyfákon fordul elő. Ez nem gyógynövény.

Gyűjtése és szárítása

Leveleit és 5 mm-nél nem vastagabb fiatal ágait gyűjthetjük a boggyók nélkül novembertől februárig. Ezt legkönnyebben talán úgy tudjuk megtenni, ha egy erős, hosszú szárú metszőollóval levágjuk az anyanövényről az egész gömb alakú kis bokrot, szobahőmérsékleten megszáritjuk, majd ezután leszededetjük róla a leveleket és a fiatal ágakat. De ez fordítva is történhet, azaz száríthatjuk a már leszedett leveleket és ágacskákat.

Gyógyhatása

Népgyógyászati adatok szerint enyhé vérnyomáscsökkentő, érlemeszesedést gátló, szívritmus-szabályozó, immunrendszer erősítő. Az erek átteresztő képességét optimalizálja, ezáltal jó szédülésre, fülzúgásra, javítja a koncentrációs képességet.

Speciális technológiával előállított készítményeit gyulladásos, ízületi betegségek-nél alkalmazzák. Rosszindulatú betegségek-nél már Rudolf Steiner is használta. A legújabb német kutatások szerint a fagyöngy különleges technológiával előállított kivonata sejtosztódást gátló és immunerősítő tulajdonságokkal rendelkezik.

Felhasználása

Nagyon fontos, hogy a fagyöngyteát nem forrázással készítjük, hanem hideg áztatással. Azaz kb. 2,5 dl mézmentes hideg vízben (felforralt és lehűtött vagy desztillált vízben) lefedve áztatunk kb. egy csapott evőkanálnyi szárított fagyöngyöt 12 órán át.

Célszerű este beáztatni, majd reggel leszűrni és meginni. A napi adagolást ne lépjük túl! A fehér fagyöngy a VIII. Magyar Gyógyszerkönyvben nem hivatalos, de szerepel a szabadon forgalmazható drogok között.

Története

A kelta fanaptárban a fagyöngyről nevezték el a tél kezdetének ünnepét. A kelták szent növényként tisztelték, ágait aranyozott sarlóval vágták, hogy a rozsda ne

vegyen el csodás hatásából. A germán harcosokat sebezhetetlenné tette, a bölcső fölé akasztott fagyöngy megvédte az újszülöttet a gonosz tündérektől. A világ örökkévalóságának és a lélek halhatatlanságának szimbóluma.

A druida kultuszokban a tölgyfa mellett a fagyöngy volt a másik meghatározó növény, s a legtöbb északi országban máig az újrakezdés, a békeesség jelképe. Az angolok például a fenyő mellett magyallal és fagyönggyel ünneplik a karácsonyt.

Teakeverékek gyógynövényekből nátha, köhögés, torokgyulladás esetére

Megosztanék veletek néhány receptet Szabó Gyuri bácsitól, amely hasznos lehet télen.

Izzasztó tea náthára

bodzavirág 12 rész
szurokfű 4 rész
akácvirág 8 rész
ibolyalevél 3 rész
veronika 3 rész

Tea köhögés ellen

tüdőfű 10 rész
kakukkfű 6 rész
útifű 6 rész
bodzavirág 4 rész
kígyószisz 4 rész

Torok- és szájoégető keverék

kamilla 8 rész
zsálya 4 rész
bodzavirág 4 rész
apróbojtorján 8 rész
közönséges galaj 6 rész

Pesei Rozália



„...LELKÜNK BEN GYÚJTJS PICI GYERTYÁT SOKAT...”

A Dióhéj 2016 őszi számában már olvashattátok a sorozat első részét, amely egy nyolcadikos éves munka keretében a Mihály-napot mutatta be néhány külföldi Waldorf-iskolában. Ebben a részben az ünnepek bemutatása folytatódik, Márton-naptól karácsonyig.

Egy gyufa sercent az éneklő tömegben, és meg is gyulladt volna, de a játékos szél elfújta. Sokáig tartott, míg a mécsesartó széltől védett falai között meg tudott gyulladni a mécses. A Márton-napi dalokat éneklő tömeg továbbstájt az árnyjátéktól, és elindult a mécsesekkel kirakott ösvényen. Elmélkedve (és énekelve) sétáltak a következő és egyben utolsó állomásig, ami az állókép volt. Mártonról szolt ez is, mint az árnyjáték, pár híresebb cselekedetéről és az életéről nagy vonalakban.

A hatalmas tűzhöz érve (amire már napok óta gyűjtik a gyerekek a fát) a kis mécses fénye elhalványul. November 11-e van, Szent Márton napja. Ha egy angyal az égből lenézne ezen a napon, megnyugodva látná, hogy több helyen gyújtanak még fényt a földön. Ugyanis nem csak az előbb leírt helyszínen gyulladnak mécsesek, meg a mécsesek fényét elhalványító tüzek. Gyulladnak máshol is ezen a napon.

A baseli Waldorf-iskolában az előző napokon lámpást készítettek a gyerekek, és most énekelve sétálnak. Basel egyik elővárosában legionáriusok jönnek lovakon. Sőt, még Szent Mártont is eljátssza az egyikük. A gyerekek megcsodálják az igazi vértben lovagló felnőtteket, majd tovább sétálnak. A gyaloglás végén sáfrányos kalácsot osztanak meg egymással, jelképezve ezzel Szent Márton jószívű tetteit. Akármilyen hideg van, még északon is gyulladnak meg sorban a mécsesek.

Az Izland fővárosában fekvő Waldorf-iskolában azon a napon többször is. Ott ugyanis nemcsak este, hanem egész nap ünnepelnek. Az első része az ünnepüknek egy séta a fényt árasztó lámpásokkal, énekelve, az iskola körül. Az úton a gyerekek találkoznak koldusokkal (akik idősebb diákok beöltözve) és az 1. osztály ad nekik sütit, amit a diákok sütöttek. Egy idő után elalszanak a lámpások, és a fényt egy ideig csak a gyerekek képzelete őrzi.

Buszra ül az iskola, és elmennek egy faműhelybe, ahol sérült emberek dolgoznak. Itt ismét valóság lesz a fény, a lámpásokat újra meggyújtják. Énekelnek az itt dolgozó embereknek, adnak az általuk süttött süteményből, majd visszatérnek az iskolába. A nap további részében az iskolában vannak, és minden osztály meglátogat egy másik osztályt a meggyújtott lámpásokkal és énekelnek, miközben körbe mennek az iskolán. Az ünnep lezárásaként az iskolában is megosztják egymással a süteményeket.

Ha továbbmegyünk a Márton-napi fényes pontokon az egész világon körülnézve, találunk még egyet például Finnországban. Itt a 3. vagy a 4. osztály körbemegy az iskolán jelmezben. Előadnak egy darabot Szent Márton történetéről. Utána adnak a diákoknak pogácsát, amit megosztanak a mellettük ülő emberrel, ezzel szimbolizálva Márton jótettét. Szemünket ezután emeljük a következő fénylő pontra, ami



Szentiványi Márk, 6. osztály

mondjuk, legyen Kanadában. A lámpások imbolyognak az iskola körüli séta közben. Itt a sétában csak a másodikosok és családjaik vesznek részt. A 2. osztály már sok időt töltött az előtte való napokban a lámpáskészítéssel azért, hogy ezen az estén szépen díszített lámpások fénye mutathassa az utat. Ha idősebb diákokat kérdezünk, elmondhatják nekünk, hogy minden évben másfajta lámpások készülnek. Volt már konzervdoboz kilyukasztgatva, befőttes üvegek is, amik köré színes szelyempapírt ragasztottak, és így nagyon sok szín fénylett az estében.

A séta alatt nemcsak a lámpások fényei mutatták az utat, hanem csillagos gyertyatartókba rakott gyertya is ott fénylik a sötét ösvény szélén. Énekelve sétálnak, de nem követjük őket tovább. Keressünk még egy olyan helyet, ahol láthatunk valamit a Márton-nap ünnepléséről! Rijekában

is lámpásokkal sétálnak egy erdőben. Az előtte való héten készültek a lámpások, hogy itt világítsanak. Még egy mesét is meghallgatnak Szent Mártonról, de őket se figyeljük most már!

Egyre sötétednek a nappalok, s egyszer csak november végén találjuk magunkat. Ahogy advent közeledik, egyre több fényt gyűjtünk. Hallgassuk meg tehát egy advent idejében többször is meggyújtott fény, egy adventi gyertya leírását: Én egy norvégiai Waldorf-iskolában kerültem rá egy adventi koszorúra. Majdnem minden nap meggyújtottak advent első vasárnapjától. Az elején megsértődtem, hogy össze fogok menni én is, mint oly sok rokonom, de aztán megbékéltem a helyzettel. Engem a gyerekek készítettek.

Azt mesélték, hogy egy fonaldarabot mártogattak viaszba, és így lettem én.

Úgy hallottam, hogy egy adventi bazáron (vagy valami ilyesmi nevű ünnepségen, pontosan nem emlékszem, mert elég rövid a memóriám) csináltak, ami novemberben volt, az adventi első vasárnap előtti hétvégén. Az osztálytanító, akinek az osztályában töltöm a mindennapjaimat, beszélgetett a múltkor egy szülővel, hogy ebből a bazárból lesz a legtöbb plusz bevétele az iskolának (hogy ez mit jelent, azt nem tudom, de jól hangzott). A tanárok már régóta készülnek egy előadásra, amit a karácsonyi szünet előtt fognak előadni. Képzeliétek, a múltkor láttam egy próbáját ennek az előadásnak, és nagyon jó volt.

Engem is meggyújtottak, hogy adjam a karácsonyi hangulatot, és izgalmamban meggyújtottam az évszakasztalon mellett levő fenyőágak egy részét. Majdnem felgyulladt a betlehem is. A tanárok ott rohagáltak, és leöntöttek vízzel. Hú, nagyon hideg volt! Dühömben a kéretlen hűtőfürdő miatt újra meggyulladtam, ők meg ijedtükben újra leöntöttek.

Szóval emlékezetes próba volt, de az öntözgetéstől megsértődtem, így utána már komor hallgatásba burkolózva ültem végig a próba további részét.

Csodálatos dolog történt velem tegnap. Elvittek a tornaterembe, nem tudom, milyen megfontolásból. Én azt hittem, kiadni visznek, ezért nagyon megsértődtem (ismét). Kiderült, hogy itt spirálünnep vagy más néven adventi kert lesz. Amikor odavittek, a tanárok éppen díszítették a termet, és fenyőágakból rakták a spirált. Gyönyörű volt a kész spirál, a fenyőgallyakra még kristályok is kerültek díszítésként.

Jöttek aztán a gyerekek. Nem szabadott lámpát gyújtani sehol, csak a spirál közepén égett egy nagy gyertya, és ahogy mentek be a gyerekek a saját gyertyáikkal, egyre több gyertya égett a spirálban, míg a végére az egész spirál fényes volt. Ez annyira tetszett nekem, hogy majdnem meggyulladtam, de aztán visszaemlékeztem a múltkori hűtőfürdőre és inkább



Bolyós Krisztina, 4. osztály

most is megsértődtem, hogy még szabadon se szórakozhatok.

Az adventi kert utáni hétfőn összegyűlt az iskola, és meggyújtották az első adventi gyertyát, egy osztály pedig énekelt (vagy verset mondott? Nem is emlékszem már). Ez az adventi időszak alatt elvileg minden hétfőn ismétlődni fog, csak mindig más osztály ad elő a többieknek. Volt tegnap egy Luca-napi kis együttlét is. A hatodikosok adtak elő egy Lucáról szóló kis darabot, jelenetet, osztogattak Luca-napi süteményt és énekeltek Luca-napi dalokat. Előttem állt végig egy nyolcadikos fiú, akinek a kelleténél nagyobb volt a térfogata, és az egész ünnepség alatt nem láttam semmit, csak egy nadrágrészletet. Ezen persze megsértődtem.

Tegnap egy idegen nyelven beszélő egyén jött az iskolába és összegyűjtötte a leégett gyertyákat, köztük engem is (olyan sokszor gyújtottam meg magam dühömben, hogy már egészen leégtem). Elvitt a szomszédos országba, Finnországba, és itt is egy Waldorf-iskolába, Helsinkiben. Itt összeolvastottak sima viasszal és újra nagy gyertya lett belőlem. Először meg akartam sértődni ezen, de aztán inkább nagyon büszke voltam magamra. Ebben az iskolában elvileg sok adventi tradíció van. Én is láttam az ittlétem alatt néhányat.

A fiatalabb diákok például karácsonyi történeteket olvasnak, énekelnek és gyertyát gyújtanak minden reggel. Az idősebb diákoknak pedig már adventi naptáruk is van, amiben édességek vannak (én egy édességet se kaptam, és ezen meg is sértődtem). Volt itt is adventi kert, amit jóval később volt, mint Norvégiában, így

szerencsére megnézhettem. A 8. osztályosok voltak az angyalok, és ők kísérték be mindenkit a spirálba, az elsősökkal kezdve. Itt is volt a spirál közepén egy nagy gyertya, és abból gyújtotta meg mindenki a saját almába szúrt gyertyáját. A spirál itt is gallyakból volt. Szóval, nem sok mindenben különbözött életem első adventi kertjétől. Úgy volt viszont, hogy engem is bevisznek egy almába szúrva a spirálba, de a gyerek, aki bevitt volna, hiányzott, így ott maradtam és (újdonságot mondok!) megsértődtem. Meg is gyuladtam dühömbbe, így a spirálünnep után a kukába kerültem rengeteg társammal együtt (akikkel nem álltam szóba, mert meg voltam sértődve). Az óceánba dobtak bennünket, és egy idő után sok máshonnan érkezett szemétkupaccal összeverődve szemétsziget lett belőlünk (ez nem volt túl adventi hangulatú, mit ne mondjak). Itt találkoztam négy olyan gyertyával (helyesbíték gyertyacsonkkal), akik szintén Waldorf-iskolákból jöttek.



Istoc Mihály, 6. osztály



Bekő Balázs, 8. osztály

Velük már hajlandó voltam beszélgetni, és elmondtuk a történetünket egymásnak. Úgyhogy leírom ide az övékét is:

Az első gyertya Thaiföldről jött. A thaiföldi Waldorf-iskolában karácsonyi parti is volt az elmesélése szerint, és a barátom azon is részt vett (nagyon irigykedünk rá). Ezen 1-12.-ig az összes osztály részt vett, énekeltek együtt és voltak különböző programok. Azt is elmondta a barátom, hogy a többi iskolában ott a környéken van karácsonyi bazár is, csak náluk nem volt. Szegény barátom a karácsonyi partin égett le, és, ugye, találkoztunk a szemétszigeten.

A másik barátom Svájcban jött. A baseli Waldorf-iskolában egy betlehemes játékon világított, amit az alsós osztályok játszottak el a többi diáknak és a szülőknek. Mesélték még azt is neki (mármint a barátocskámnak), hogy az óvodában

van „adventi kertecske”, amit én már láttam Finnországból és Norvégiában. Itt a spirált mohából és gallyakból rakják ki. És ugyanúgy meggyújtják sorban a belső gyertyáról a fényeket, majd kijönnek. A társam elmondta, hogy úgy volt, ő a középső gyertya lesz ebben a spirálban, de végül másikat raktak be helyette (hát, én ezen biztos nagyon megsértődtem volna).

Így égett a betlehemes játékban a jászol mellett. A gyerekektől úgy hallotta a barátom, hogy néznek meg hallgatnak még karácsonyi témájú előadásokat a diákok és a Paradicsomi- Pásztor- és Háromkirály-játékokat is megcsodálják (a tanárok szerint a diákok az utolsó hármat nem értékelik kellőképpen). A barátom már ezeket nem látta, mert a betlehemes játék után megkezdte útját megtisztelő társaságunkba.

A harmadik számú gyertya (csak most számoztam meg, de hasonlít rám, mert rögtön megsértődött ezen) Massachusetts államból jött. Itt viszonylag kevés ünnep van, mert az iskolába járó gyerekek többsége nem keresztény. Itt még most keresik, hogy lehetne mindenkinek jó. Ünneplik a Szent Miklós napot, ahol almát kapnak a gyerekek a cipőjükbe. Van egy opcionális „téli kert”/adventi kert, ahol gyertya helyett rózsát visznek a spirálba, mert gyertyát nem szabad gyújtani az iskolában. Van még egy téli napéjegyenlőség ünnepük, ahol táncolnak meg mulatoznak sokat. Ezen az ünnepen volt a barátom meggyújtva. Innen került a szemétszigetre.

Negyedik barátom (azért nem írom, hogy utolsó, mert félek, megsértődik) Kanadából érkezett közénk. Ő is végignézett egy adventi kertet, ami itt advent első

vasárnapján volt. Egy spirálba kellett szintén bemenni és meggyújtani a gyertyát. Eközben gyönyörű zene szólt, ének vagy hárfa (elmondta a barátom, de nem emlékszem, és ha megkérdezném újra, biztos megsértődne, hogy én nem is figyelek rá).

Advent első hétfőjén, sötét iskolába érkeznek a gyerekek. Az összes osztályban meggyújtják az első adventi gyertyát és a tanár meg a gyerekek elmondanak egy adventi imát. Aztán eléneklik a „People Look East” kezdetű dalt.

Az összes adventi hétfőn van egy kis ünepség. Összegyűlnek a közösségi térben, és minden osztályból egyetlen gyerek hoz egy lámpást, amivel besétál a terem közepére, ott meggyújtja a lámpást és miután minden osztály meggyújtotta a saját lámpását, eléneklik a pár mondattal előbb említett dalt és visszamennek az osztályokba. Néhány osztályban elvileg papír lámpást is készítenek, de erről csak gyenge forrásból tudok, úgyhogy nem biztos. A barátom egy hétfői napon a terem közepén égő gyertya volt és onnan került ide, a társaságunkba.

Még hozzá kell tennem azt, hogy később, február eleje körül összetalálkoztunk úszó széndarabokkal is. Ők elmesélték nekünk, hogy a Rákos-patakból indultak útnak, a vízen keresztül. Gödöllőn égették el őket a Waldorf-iskolában, ahol adventi koszorúk voltak előtte. Aztán vízkereszt alkalmából a Rákos-patakba mosták bele őket, és mostanra értek el idáig. Nagyon megörültünk új barátainknak, és sokat mulattunk együtt a további hetekben.

Ennyi volt a barátaim beszámolója és a sajátom is. Ha valaki esetleg azt gondolja,

hogy nem igaz, ami itt le van írva, annak tudnia kell, hogy a gyertyák általában igazat mondanak, a gyertyacsonkok pedig mindig (ja, a szenekekről ne is beszéljünk!). Ezzel az ismerettel a kedves olvasó teljesen megnyugodva teheti le a kezéből a beszámolómat, és megnyugodhat afelől is, hogy jó sorunk van.

De ha valaki esetleg erre jár, örülök, ha meglátogat. Vannak még történetek a tarsolyomban. Viszont most már elfáradtam, ezért nem írok le többet, leteszem végre elzsibbadt kezemből a tollat (illetve, bocsánat, a szöveget, mert azzal írtam, hiszen hamár eddig elúsztak, legyen valami hasznuk is. Köszönöm a küldeményt a gödöllői waldorfosoknak!).

Kiss Nóri, 8. osztály



Varga Nóra, 8. osztály

Juhász Gyula - Karácsony felé

Szép Tündérország támad föl szívemben
Ilyenkor decemberben.

A szeretetnek csillagára nézek,
Megszáll egy titkos, gyönyörű ígézet,
Ilyenkor decemberben.

...Bizalmas szívvel járom a világot,
S amit az élet vágott,
Beheggesztem a sebet a szívemben,
És hiszek újra égi szeretetben,
Ilyenkor decemberben.

...És valahol csak kétkedő beszédet
Hallok, szomorún nézek,
A kis Jézuska itt van a közelben,
Legyünk hát jobbak, s higgyünk rendületlen,
S ne csak így decemberben.

Rábel Simon, 6. osztály

Mostan kinyílt

Nagyszalonta (Bihar megye)

Mos-tan ki-nyílt egy szép ró-za-vi-rág,
Kit ré-gen-te várt az e-gész vi-lág,
Bet-le-hem-ben - ki-bim-bó-zott zöld ág,
Ki-rály mēnyben mēl-tó-ság, Ki-rály mēnyben mēl-tó-ság.

2. De nem tanált szállást a városba,
Maradása leszén a pusztába,
Ökör, szamar állanak a jászlon,
Csudálkozván Jézuson,
Csudálkozván Jézuson.
3. Böcsőd vőnek, gyöngén ringatnálak,
A hidegnek csípni nem hagynálak,
Bétakarván úgy ápolgatnálak,
Szógnálnék mint uramnak,
Szógnálnék mint uramnak.





Dióhéj
A Weöres Sándor Oktatási Kulturális
és Szabadidős Egyesület kiadványa

Megjelenik 120 példányban

Honlap: www.waldorf-godollo.hu
Facebook: Gödöllői Waldorf Hírek

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

A borítón Veronika Goelzer műve látható