

2014. Húsvét

WALDORF ÚJSÁG - GÖDÖLLŐ



Dióhéj

TARTALOM

Forgács Erzsébet:

Beköszöntő

VISSZATEKINTÉSEK:

Gyertyaszentelő

•

Farsangi mulatság

•

Március 15-i megemlékezés

•

Emlékezés

Orth Magdára

Forgács Erzsébet:

A húsvéti misztérium jelképei

Északi mitológia diákverseiben

Györgypál Ildikó összeállítása

A természettudományok oktatása a

Waldorf iskolában

Szalai Imre írása

Diákpennák Petőfi nyomdokain

Balog Lehel összeállítása

Beszélgetés Gesztelyi-Nagy Henivel,

iskolánk új angoltanárával

Beszélgetés Horváth Zoltánnal,

a SZÉK vezetőjével

Ifjú tehetségeink a

Gödöllői Szimfonikusokkal

Interjú Eszenyi Zsomborral

Sorskövetés - Kecskés Judit összeállítása

a 2005-ben érettségizett osztályról

Kertművelés a 2013/14-es tanévben

Mincsik István írása

Délutáni foglalkozások az iskolában –

agyagozás, dráma, sakk

A mai gyerekek és az elementáris lények

üzenetének párhuzama

Gfellner Csilla írása

A lélek evolúciója a gödöllői

Waldorf óvodában

Turba Atilla írása

Panna iskolába megy

Vizy Miklós írása

Regionális Gimnáziumi Szólóestről

élménybeszámoló

A Regionális Gimnázium 12. osztálya-

nak színdarabja

Egészségesebbek az egykori

Waldorf iskolások?

Kuntz Orsolya fordítása

Tavaszi receptek

Kézműveskedés Mirus Katrinnal

Kőhalmi Ákos könyvajánlója

Közösségi életünk

Varázs Garázs

Kőhalmi Adél interjúra Esti Nórával

Forgács Erzsébet és Kolinger Margit

írásai a kolozsvári Waldorf képzésről

BEKÖSZÖNTŐ

Megérkezett, itt van hát a húsvét, az évkör legcsodálatosabb ünnepe! De hol maradt az örömujjongás, a tavaszi gyöngyharmatban fürdőző, színeket bontogató illatos ébredés? Észrevétlenül, „becsapósan” tűnt át a tél a tavaszba, megzavarva érzékeinket.

A tél fagyos keménységéhez a formaképző erők kikristályosító rendezőelve is hozzátartozik. Ebben nem sok részünk volt az idén. Helyette a leghidegebb hónapjainkban rügyfakasztó, hóvirágot, tavaszi hagymásokat idejekorán előcsalogató időjárás tett próbára minket: képesek vagyunk-e így is megtalálni a feltámadás impulzusát? Az összemósodott, határait vesztett évszakokban összehangba tudunk-e kerülni a nagy kozmikus hatásokkal?

Elmúlás és halál nélkül nincs újjászületés sem!

Am, ha a feltámadás grandiózus élménye emyire „rejtőzködve” zajlik, nem a még fokozottabb tudatosságra akar-e ez felszólítani bennünket?

Ahogy a Mihály-napi napfelkeltnél is ott van a fény sötétség fölötti győzelmének örök bizonyossága – még ha felhő takarja is el a Napot! –, ugyanúgy ott találhatjuk ezt a bizonyosságot a húsvéti események átfogó mélységében, ha a megváltás misztériumára gondolunk.

A megváltás a belső ébredésre figyelmeztet, a krisztusi megváltás helyes értelmezésére, amely a földben nyugvó mag ősi, archaikus képével szimbolizálható. A magban ugyanaz a folyamat megy végbe, amely az emberben, amikor felébred benne az asztrális világosság. Az asztrális fény az ember belső



világában születik meg, amely áldozat árán képes a feltámadásra a zavaros és félrevezető körülmények közepette is. „Amiként a világ a káoszból keletkezett, úgy jön létre – egyelőre még kaotikus – benső világából is a harmónia.” (R. Steiner)

A születés Isten megtapasztalásához vezet, az újjászületéshez fel kell ismernünk a bennünk élő Krisztust! A golgotai misztérium óta a Krisztus-szíkját önmagunkban találjuk meg, ebben az őszinte és jóakaratu megnyilvánulásban: „nem én, hanem Krisztus énbennem.”

A húsvét ünnepe emlékeztessen mindannyiunkat arra, hogy a szellem az ember mai elsötétült benső világából támad fel!

Forgács Erzsébet

Ozsvald Árpád: Búzaszem

Én vagyok az útszéltre esett
búzaszem.

Keresem társaimat,
mert egyedül nem lehet
belőlem kenyér,
mit megszegnék nehéz
kezektől zsíros tölgyfa
asztalon.

Én vagyok a kövek paraszába
esett búzaszem,
kettéveszt a kő és a fájdalom.

Át kell jutnom az árok
túlsó oldalára.



Weöres Sándor: Testamentum

Ha valaha síremléket, szobrot, em-
léktáblát kapok, vagy bármely inté-
zet a nevemet viseli, mindegyikre
véssék rá e sorokat:

„Az emberiség akkor fog boldogulni,
– ha rááll az egyetlen józan, ráállható
alapra: ha szükségleteit elégíti ki, és
nem szenvedélyeit, bosszúvágyait,
rögeszméit.

– ha módot lel arra, hogy ne legyen
kénytelen eltűnni, hogy gonosztevők,
őrültek, komédiások, mániákusok
vezessék, fel bírja ismerni őket, és
nem szolgálja többé az ő terveiket.

– ha érzi és tudja, hogy erőszakot és
elnyomást tetlenül szétnyűni kisebb
rossz, mint tettel legyűzni.

– ha úgy tevékenykedik, hogy nem
árt vele se másnak, se magának.

Ha ezt nem az egész emberiség, ha-
nem csak egyetlen nép tudja: bármily
megpróbáltatás és csapás érheti, min-
dig megerősödve és megsokszoro-
zódva fog felemelkedni. Nem pusztul
el, míg hatalom és fölény délibábjai
helyett a józan mértékhez igazodik.
Mértékét eltanulják a szomszédai.
Mértékét eltanulják a szomszédai.”

VISSZATEKINTÉS

VISSZATEKINTÉS A GYERTYASZENTELŐRE

Ha az évkör ünnepeit nézzük, a téli nap-
forduló előtt negyven nappal ünnepeljük
Mártont. Mártontól a téli napfordulóig
fogy a fényesség, a föld megkeményedik,
a növények vegetálnak. Márton napon
kicsi lámpásokkal járunk a sötétben, az
ember lángot, fényességet hordoz. Az
adventi várakozásban egyre több gyertyát
gyújtunk, ellensúlyozzuk a kinti sötétsé-
get. Az adventi időszak kedves dalocskája
szépen kifejezi, mi is történik:

Éggyertyaláng
A Föld a fényre vár
Éggyertyaláng
Míg a fény a földre száll
Földre száll

Karácsony után a nappalok hosszabbod-
nak, de a föld kemény még. Negyven
nappal karácsony után van gyertyaszen-
telő napja, fordulópont, fénymérő nap.
Ezen a napon mutatták be Jézust a temp-
lomban. (Lukács 2 21-40)

Azt, hogy a fény a Földre szállt, Simeon
és Anna is felismerte.

Február 3-án a 3. osztállyal kis ünnep-
ségre gyűltünk össze az általuk vetett
búza földön, hogy megemlékezzünk erről

a napról. A még kemény, jeges földre
öntöttük az adventi koszorúk gyertya-
csonkjainak összeolvasztott viaszát. Az
így készült föld-gyertya fényt és meleget
visz a földnek. Itt a gyertya körül mesél-
tem el, hogyan is üdvözölte Simeon és
Anna a gyermek Jézust.

És énekeltük az adventi dalt: Éggyer-
tyaláng...

Tóth Piroska



Quinten Metsys (1465-1530) festménye

„Heje-huja vígalom, habos fánk a jutalom...”

FARSANGI MULATSÁG AZ ISKOLÁBAN

Mi is kezdünk megnyílni a külső hatásoknak, és igyekszünk látványosan is visszaszorítani, elijeszteni azokat az erőket, amelyek nehezen engednek a tél fogságából. Erre szolgálnak a zajos farsangi mulatságok. Bár Pálforduló (január 26.) a néphit szerint is jelzi, hogy a tél ellenkezőjére fordul, de a vízkeresztől a húsvét vasárnapot megelőző hathetes böjt kezdetéig, azaz húshagyó keddig vagy hamvazó szerdájig tartó időszak a „téltemetéssel” zárul. Ez a farsang farka, amikor maskarás, jelmezes „alakoskodók” dramatikus játékokkal rendezik meg a telet megszemélyesítő bábú temetését.”

Írta Forgács Erzsébet honlapunkon az "Ünnepeink" rovatban.

Hagyományainkhoz híven egész délelőttöt betöltő farsangi mulatságban lehetett részük iskolánk diákjainak.

A jelmezes bemutatók igazi kis évszak-ünnepé sikeredtek: mitológiai hősök, mese- és állatfigurák, különböző mestersegek keltek életre vidám jelenetekben.

Ezután pedig – szintén hagyomány szerint – a mindenkor 6. osztályos diákok szervezték, rendezték meg a kisebb osztályoknak az ügyességi játékokat.

A szervező hatodikosok élményeiről olvashatunk az alábbi két beszámolóban:

Idén mi – a 6. osztály – szerveztük a farsangot. Rengeteg munka volt, majdnem másfél hónapot dolgoztunk vele, de úgy érezzük, hogy nagyon megérte!

Bár volt, amikor úgy éreztük, reménytelen, hogy valamit összehozunk, összességében nagyon jól sikerült.

Ebben az évben egy új állomást is szerveztünk: a bűvészeset. Itt az osztályból néhány fiú mindenféle bűvészükköt mutatott be az alsóbb éveseknek.

A többi állomás a korábban megszokottakból állt össze. Volt fánkevő verseny, akadálypálya, népitánc és -játék és kvíz. S természetesen ott volt a tombola! Nagyon jól meg tudtuk oldani, mert nem kellett költenünk rá, hanem otthonról hoztunk már nem használt, jó állapotban lévő dolgokat, játékokat, könyveket, hajbavalókat.

Kovács Orsi

A farsang megszervezése sok odafigyelést, csapatmunkát és energiát igényelt. Csapatokban dolgoztunk a különféle

állomások megszervezésében. Eleinte minden nehezebben ment, sokat veszekedtünk, de aztán lecsillapodtak a kedélyek és a munka ment tovább akadálymentesen.

A farsang megszervezésében az összes osztálytársunk a maximumot próbálta kihozni magából. Bár nem volt minden tökéletes, de mi nagyon jól éreztük magunkat és reméljük, a többiek is. Reméljük, hogy a jövőbeli összes 6. osztály ugyanilyen jól fogja érezni magát a farsang szervezése közben, mint mi.

A nagyobbak más formában tették ezt az ünnepet emlékezetessé: a hetedik osztály a sashalmi hetedikesek meghívásával szervezett közös, jelenetekkel, kvízzel tarkított "bulit", a nyolcadikosok pedig a Csodák palotájába látogattak el.

A felnőttek – szülők, tanárok – pedig másnap éjszakába nyúlóan adták át magukat a vidám, jelmezes vígadalomnak szintén a sokéves hagyománynak köszönhetően.

Izsó Bogi, Szabó Adri, Baji Bogi

Az összeállítást készítette: Kecskés Judit



Emlékezés a márciusi ífjakra

*"Talpra magyar, hí a haza!
Itt az idő, most vagy soha!
Rabok legyünk vagy szabadok?
Ez a kérdés, választatok!"*

– mint egy igazi forradalmár pattant fel az emelvényre Bekő Balázs, 5. osztályos diák, és ezzel kezdetét vette a 2014. március 14-én rendezett iskolai ünnepségünk. A *Nemzeti dal* elhangzása után – amelynek refrénjébe az egész ötödik osztály és a jelenlevők is bekapcsolódtak – fokozódott az emelkedett hangulat, színesebbnél színesebb bemutatókkal tették a diákok meghitté, a forradalom szellemiségéhez méltóvá a kis rögtönzött ünnepséget. A gingallósok erőteljes hangzású Kossuth-verbunkjára a 3-4. osztályos néptáncosok és a 7. osztályos gingallósok ropták a táncot, majd az 5. osztályosok is előadtak egy kétszólamú verbunkost, Eszenyi Zsombor klarinétkísérével. A zenés darabok között elhangzott még Petőfi Sándor másik híres forradalmi költeménye, a *Föltámadott a tenger...* az 5. osztályos Kerék Rebeka mély átélésű előadásában. A harmadik osztályosok pedig a *Kossuth Lajos azt üzenté* című dalra táncoltak csárdást, amelyet a lelkes néptáncos kislányok tanítottak be az osztálynak. Az első emeleten lévő aulában kis kiállítás kerekedett a diákok alkotásaiból, nekem pedig külön öröm volt, hogy a másodikos kisfiam saját maga horgolta a kokárdáját. Ebből is érzékelhető, hogy minden osztály rákészült erre az ünnepre.

A Waldorf iskolában nagy mélységgel, átéléssel, gyönyörű módon tartjuk meg

az évkör ünnepeit, mindeközben igyekeztünk mindig figyelmet szentelni nemzeti ünnepeinknek is. Ezt eddig főképpen gimnazistáinkkal tettük, de a fiatalabb osztályokban is megemlékeztünk ezekről a gyermekek életkori sajátosságaikhoz igazodva. Talán ez volt az első alkalom, hogy a kisebbek is aktívan kivették részüket az ünnepség megrendezésében és várakozáson felül tartalmas, felemelő ünnepet tartottunk. Köszönet érte a műsor létrejöttében közreműködő tanároknak: Tápai Dórának, Jelinek Eszternek, Balog Lehelnek, Kőhalmi Ákosnak és természetesen mindenkinek, aki hozzátett valamit az ünnep minőségéhez.

Kecskés Judit



EMLÉKEZÉS ORTH MAGDÁRA

Kedves, Magda! Most is olyan, mintha itt lennél, mintha bármikor szólhatnék Hozzád és Te válaszolsz. Vagy éppen Te szólítasz meg. Hallom a kacagásod, a hangod, látom az arcod magam előtt. Nem mentél el, néha közelebb vagy hozzám, mint korábban, a mindennapok sodrásában. Te már állandó lettél az életemben.

A mi történetünk nagyon régen kezdődött. Több mint 20 éve. Az első Waldorf Óvodapedagógiai Szemináriumra jártam a Dunántúlról, Ajkáról. Ott találkoztunk Orth Magdival. A kacagására és a vidámságára figyeltem fel, ő, ki tudja, mire én bennem. Mindenesetre észrevett engem, s hamarosan feltették nekem a kérdést, hogy eljönnék-e a gödöllői Waldorf óvodába óvónőnek Ursula Kemper és Erdei Ildikó mellé. Nehéz döntés volt. Utólag láttam, hogy milyen sorsfordító lépés volt ez az életemben. Sokáig nem tudatosodott, hogy milyen hálás vagyok ezért Magdának. Csak a betegsége idején, amikor végig gondoltam, milyen régi a mi kapcsolatunk, akkor tudtam ezt kifejezni és megköszönni neki.

Amikor Gödöllőre kerültem, akkor szeptemberben indult az iskola, s az óvoda második éve kezdődött. Olyan családok hívták életre Magdival együtt az iskolát és az óvodát, akik közül sokan még mindig valamilyen formában támogatói a gödöllői Waldorf közösségnek. Magdinak velük volt kimondottan jó kapcsolata, s ezeket egészen haláláig tudta ápolni és őrizni. (Sőt, azon is túl.) Amikor betegsége idején kérdeztem,

hogy ki fogja elvinni autóval a vizsgálatra, mosolyogva felelte: „az állandó sofőrjeim, Katrin és Eliza.” Mindig büszke volt erre az alapítói szerepre. Az bizonyos, hogy lénye és élete erősen összekapcsolódott a gödöllői Waldorf kezdeménnyezéssel.

Természetesen, mint ahogy a nagy lépések általában nem mennek simán, nem sikerült albertletet találni Gödöllőn megfelelő áron. Ekkor Magdi befogadott a családjába, s egy jó darabig, külön szobában ugyan, de mégis egy élettérben laktunk. Nagyon szépen nevelgette Esztert és Ferkót. Nekem külön ajándék volt látni, hogy a Waldorf pedagógiát otthon is éljük. Szerettem, amikor mesélt este a gyerekeknek, azt a békés, félhomályos hangulatot. Szerettem az erőfeszítéseit, a közös étkezéseket, s a nehézségek ellenére is töretlen vidámságát. Szerettem, ahogy kezimunkázott a gyerekei előtt. Jó anya akart lenni és jó ember. Imádta a Waldorf pedagógiát. Mélyen elkötelezettnek éreztem őt már akkor. Sokszor átsegített a honvágyon egy-egy esti beszélgetéssel, amikor a gyerekek már elaludtak. Mindig szeretettel, megértő és elfogadó volt velem. Kivétel egyszer. Meg is döbbsentem. Szeretettel, de nagyon határozottan tett egy megjegyzést a magánéletemre vonatkozóan. Azt hiszem, betalált, hisz ennyi év távlatából is emlékszem rá. Többször rácsodálkoztam, hogy óvónő, végzi a Waldorf képzést, s mégsem akar Waldorf óvodában dolgozni. Mosolygott, s azt mondta, nem, mert ez olyan lenne, mint az



„elefánt a porcelánboltban”. Fiatal voltam, értettem is, meg nem is. Nekem akkor (és most is) határtalannak tünnek az emberek fejlődési lehetőségei. S az idő bebizonyította, hogy ez Magda esetében is így van.

A sors aztán adott nekem egy szép emberi kapcsolatot egy idős házaspárral, akik a pótnagyszüleim lettek itt a messzi idegenben, s ők kerestek és találtak nekem albrétet. Így ez a szoros fizikai együttlét lazult, de tudtam, hogy mindenben számíthatok Magdira.

Sok élmény kötött minket össze. Karácsonyi játék, képzés, a Waldorf pedagógia, Ferkó, babavarrás. Csodáltam azt a törekvését, ahogy a babavarrásba egyre jobban beledolgozta magát. Nagyon kitartó volt és céltudatos. Gyönyörű babák születtek a kezei közül. Ebben is kaptam tőle segítséget. (Be kell vallanom, nekem ez a terület nem tartozik az erősségeim közé). Magdi úgy tudott segíteni, hogy közben végig lelkesített, s a figyelmemet ott tartotta a készülő babánál. Fontos volt számára, hogy mit gondolunk munka közben, hisz ezeket gondolatokat belevarrjuk a babába, s majdan átadjuk a

kisgyermeknek. Olyan szép, gömbölyű, keményre tömött s tartós babákat ismeretségi körömben senki sem varrt, mint Magdi.

Kézimunka-tanár lett az iskolában. Nem láttam soha a saját szememmel, de nagyon örültem neki és meggyőződése volt, hogy jól csinálja a dolgát!

Aztán nekem gyermekeim születtek, s így hazaköltöztem a Dunántúlra egy kis faluba. Családom lett. Sokáig szorosan tartottuk többekkel is a kapcsolatot, majd ez egyre ritkult az idő múlásával, de a fő hírek mindig eljutottak hozzám. A lelkem össze volt kapcsolódva a gödöllői Waldorffal. Így tudtam arról is, hogy Magdi óvónóként kezdett el dolgozni. Örültem neki. Majd jöttek a hírek konfliktusokról, nehézségekről. S hogy Magdi elhagyta az óvodát. Fájt a szívem, különösen, amikor megtudtam, mennyire más munkát választott. Időközben visszaköltöztünk Gödöllőre, s a kihűlőben lévő kapcsolatok hirtelen felmelegedtek. Magdi folyamatosan bizonygatta, hogy ez a munka kell most neki, ez egészen más itt a VÜSZI-ben. Így volt, ebben biztos vagyok, de nem éreztem őt

a helyén. Nőtték a gyerekeim, s visszamentem dolgozni a Gödöllői Waldorf Óvodába. S amikor délutános óvónőt kerestünk, Katrin sügött nekünk: hívjuk Magdit. Megtettük. Magdi kis gondolkodás után örömmel jött. Időközben mindenféle betegséget gyűjtött be. Most is vidám volt és sokat kacagott, de ebbe a kacagásba néha önrónia vegyült. Panaszkodott és betegnek érezte magát. Ebben az időszakban mintha megfordult volna a viszonyunk. Fiatalon ő fogadott be engem, néha pótanym volt, különösen, amikor náluk laktam. Most az óvoda és én is személy szerint fogadtam be őt, s mintha most én lennék az ő pótedesanyja. S ahogy írom ezeket a sorokat, tudatosodik bennem, milyen érdekes a sors vagy a karma. Ilyen gyorsan működik?! Mintha szimmetrikusan kapcsolódna össze az életünk. Volt egy időszak, amikor nem is tudtunk egymás létezéséről a földi viszonylatokban, nem voltunk egymásnak. A találkozásunkat azonban bizonyára hosszas – nem földi – előkészület tette lehetővé. Aztán találkoztunk. Magdi adott nekem, tanított, táplált, befogadott és védett, majd egy kis eltávolodás után szimmetrikusan ugyanez, csak éppen most fordítva: én adok valamit neki, befogadom, táplálom őt. Aztán a halálával megszűnik a földi kapcsolat, földi viszonylatban nem vagyunk egymásnak. Más minőségben mégis kapcsolatban vagyunk.

Visszatérve tehát az óvodába egy más Magdit kaptunk. Eleinte kellett nekem neki a fogózók, kissé merev volt. Többféle betegséggel küzdött. Átesett szívműtéten is. Nagyon fontos volt neki az óvoda. Mindig igyekezett a vizsgálatokat, szanatóriumot olyan időszakra

helyezni, hogy ne hiányozzon az óvodából. Aztán elkezdett változni. Kevesebbet panaszkodott. Szép lassan kezdte elhinni, hogy meggyógyulhat. Nagyon hálás volt az óvodának! Az orvosi eredményei egyre javultak, s a kedve is. Volt egy csúcspont, amikor ismét egészségesnek érezte magát, testileg, lelkileg. Ez nagy öröm volt mindenkinek. Hatalmas energiákat mozgósított a babavarrás területén. Tanította, tanácsokat adott. Énekkarra járt, s a régi kapcsolatait is képes volt ápolni. Ezidőtájt jelezte, hogy örülne, ha Magdának és nem Magdinak hívnánk. Nekem ez rettenetesen nehezen ment, aztán el is engedtem. Majd később erőteljesebben kérte ezt. Nehezen, de megtanultam őt Magdának hívni.

Aztán érdekes, új tünetek kezdtek felbukkanni, aminek sokáig nem tulajdonítottunk jelentőséget, bár Magda mindig jelezte. Eleinte pihenésre bízattuk. Volt, hogy türelmetlenek voltunk Vele, majd lassan kezdtük érzékelni, hogy ez egy nehézség. Tudatosan döntöttünk úgy, hogy Magdát segíteni szeretnénk. A problémát azonban átmenetinek gondoltuk. Tökéletesen látta akkor a hibáit és nagyon fájtak neki! Talán még kevesebbet is gondolt magáról. Szerencsére átkerült délelőtre, így mindig volt valaki mellette. Nagyon örült ennek a lehetőségnek. Boldog volt! Szerette a gyerekeket, s Melindával is jó volt a kapcsolata, tisztelte őt. Egyre erősebbek és gyakoribbak lettek azonban azok a tünetek, amiket ő pontosan megfogalmazott. A felnőtt adventi kertben nagyon megsédült, alig tudott kijönni. A Nap bántotta a szemét. Szégyenkezve ugyan – hisz ez nem való egy Waldorf oviba –, de kénytelen volt a havas napsütésben napszem-

üveget viselni az udvaron. Egyre lassabban tudta végezni a munkáját, nem emlékezett dolgokra. Alvászavarai voltak.

Időnként nagyon őszinte és mély beszélgetéseink voltak. Hallgatott rám és tisztelte a véleményem, még ha néha fájt is neki. Aztán eljött az a nap, amikor már nem tudta végigdolgozni a délelőttöt. Kétségbe volt esve, hogy nem lesz kész a gyerekek ebédje. Hazaküldtük pihenni. Ő nem akart hazamenni, csak egy kissé ledőlni. Innentől rohamosan romlott az állapota, kisebb javulásokkal. Már nem tudott visszatérni az óvoda életébe. Utólag többször is ledöbbsentett ez az elhivatottság és elköteleződés ennek az óvodának. Magda, ameddig csak lehetett, erőn felül helytállt.

Sokáig, nagyon sokáig bíztam a felépülésében. Volt, amikor nem akartam szembenézni az egyértelmű tényekkel, kerültem vele a találkozást. Szerencsére Eszter, a lánya s a régi barátok végig mellette voltak. Többször elmondta, milyen hálás nekik.

Aztán beláttam: bízom Magdában, szeretem őt. Elfogadom, akármi lesz.

Amikor már ágyhoz kötött beteg volt, rengeteg ajándékot kaptam tőle! Hihetetlenül békés, derűs és türelmes volt. Amikor megérkeztem, óriási örömmel fogadott. Olyan örömmel, amelyet nagyon ritkán tapasztalhattam meg. S nemcsak egyszer, mindig! Ünnepeket hozza menni. Rengeteget nevtünk. Szinte végig megőrizte a humorérzékét. Eszter nagy odaadással ápolta, s Magda mindig nagyon aggódott Eszterért. Ezt ki is fejezte.

Amikor már nem beszélt, mert nem tudott beszélni, tudott énekelni és imádkozni. Akkor énekeltünk és imádkoz-

tunk. Volt egy dal, amit nagyon szeretünk. Erre mindig felfigyelt.

*A béke napja közel,
Nézd, már fénylik a jel!
Jézus Szíve a földön, az égen,
Mindent egybe ölel.*

Augusztus 27-én volt az 55. születésnapja. Azt gondoltuk, az oviból mindannyian elmegyünk, meglátogatjuk és felköszöntjük őt és Esztert is, mivel ugyanazon a napon születtek. Eszter figyelmeztetett minket, hogy nem fog megismerni, fél a látogatóktól, rosszabbodott az állapota. Mindannyiunkat megismert, mindenkit számon tartott, nagyon örült, sugárzott a boldogságtól. Ő adott nekünk ajándékot.

A halála előtti napon bekerült a kórházba. Este még bementem hozzá. Egy hatágyas kórteremben feküdt. Érezte, hogy ott vagyok, mert másképp lélegzett. Jó volt vele a sötétben, csendben. Béke volt benne és körülötte. S bár úgy készültem, hogy vele maradok, amikor elmegy, ő elküldött – ha nem is szavakkal. Amikor kijöttem a kórházból, úgy éreztem, Magda élete teljes lett.

Szabad akarattal felelősséget vállalt az életéért és a haláláért. Azon a hajnalon, szeptember 1-én eltávozott.

Kedves, Magda! Most is olyan, mintha itt lennél, mintha bármikor szólhatnánk Hozzád és Te válaszolsz. Vagy éppen Te szólítasz meg minket. Halljuk a kacagásod, a hangod, látjuk az arcod magunk előtt. Nem mentél el, néha közelebb vagy hozzánk, mint korábban, a minden napok sodrásában. Te már állandó lettél az életünkben.

Gfellner Csilla

PEDAGÓGIA ÉS MŰVÉSZET

Forgács Erzsébet: A húsvétí misztérium jelképei

A katolikus lexikon megfogalmazása szerint a húsvét: „Jézus Krisztus szenvedése, halála és feltámadása.

Az ember megváltásának és Isten tökéletes megdicsőítésének művét az Úr Jézus teljesítette be, elsősorban áldott szenvedésének, a halálból való feltámadásának és dicsőséges mennybemenetelének misztériuma által. Így halálával halálunkat megtörte, és az életet feltámadásával újjászerezte.”

A húsvét ünnepi tradíciója a zsidó húsvéttra, a pászakra vezethető vissza. A zsidók e napon ünneplik az egyiptomi rabságból való szabadulásukat, melyet a Hada ír le. Az Ótestamentumban olvashatjuk, hogy a halál angyala lecsapott az egyiptomiakra, s csak a zsidók házáat kerülte el, amely egy frissen leölt bárány vérével volt bekenve.

A keresztény ünnepkör átfogja a farsang utáni kora tavaszi időszaktól a nyár kezdetéig tartó hosszú ünnepi időszakot, mely a pünkösdvel zárul. Az előkészületi idő a nagyböjt, Jézus negyvennapos sivatagi böjtjének emlékére.

A húsvétot megelőző vasárnap a virágvasárnap, amikor Jézus a pálmaágakat lengető tömeg éljenzése kíséretében számáron bevonult Jeruzsálembe. Az ezt követő nagyhét eseményei:

Hétfő: A fügefá elítélése és a farizeusok kiűzése a templomból

Kedd: Viták, az Olajfák-hegyének apokalipszise

Szerda: Mária Magdolna Jézust kenettel látja el, Júdás árulása

Csütörtök: Lábmosság, az utolsó vacsora és a búcsúbeszéd

Nagypéntek: Szenvedés a Gethsemane kertben. Elfogatás, kihallgatás és elítélés. Keresztút és keresztre feszítés, sírba tétel.

Nagyszombat: Krisztus, mint a halottak pártfogója.

Vasárnap: Feltámadás, „Noli me tangere” (ne érints engem)

Ez a hatalmas átváltozási történet, ahogyan az hajdan, több mint 2000 évvel ezelőtt végbement, nem egykönnyen érthető a mai embernek. Mélyebb megértéséhez a természeti képek nyújtanak segítséget. Az egyik hozzánk legközelebb álló és beszélő kép a halál és feltámadás átalakulásának szemléltetésére a mag. Ezért csodálatos és mély értelmű tevékenység a gyermekekkel magot ültetni a húsvétot megelőző időszakban.

Egy másik régtől fogva meglévő és szinte minden népnél fellelhető szimbólum a tojás, amely az ember lényének örök mivoltát, halhatatlanságát, maradandóságát jelképezi. A kínaiak már 5000 évvel ezelőtt Nap-tiszteletük jelül a tojást piros-

ra festették. Az egyiptomiaknál volt egy istennő, akinek a neve lefordítva Ős-tojást jelent, és neki köszönték meg az emberek az életerőt.

A régi mitológiákban, például a finn népi eposzban, a Kalevalában egy tojás a világ keletkezésének alapja. A felső héj-félből lett az ég, az alsóból a föld, a sárgájából a Nap, a fehérjéből a Hold.

Krisztus után 200 körül a rómaiak keresztény hagyományt teremtettek. A tojás nem más, mint Jézus feltámadása által hirdetett élet szimbóluma. A piros szín a mártírok vérére, a Napot valamint a szerelmet jelképezi. A hasonlat szerint Krisztus úgy törte fel feltámadáskor a sziklasírt, mint a kifejlődött madár az őt fogva tartó tojás héját.

A magyarság hagyományrendszerében is fellelhető a kereszténység előtti ősi pogány hitvilág jelképrendszere, amelyekről az írott tojások mintakincse is árulkodik.

A tojásra írt minták évente egyetlen alkalommal kerülnek elő az emlékezet gazdag tárából; a tojás igencsak sajátos felületéhez igazodó, különleges eljárást alkalmazva. Rajzolatuk olyan archaikus hitképet idéz, mely nagyrészt folytonosságot nyert a keresztény húsvét szimbólumaiban. A tavaszi napéjegylenősekkor teljes ragyogásában visszatérő Nap ábrázolása jelképpé válhatott Jézus feltámadásának is.

Legszembetűnőbb a régi tojásokon a felület felosztása függőleges és vízszintes tengelyek mentén, követve a sámándobok síkban megjelenített mikrokozmosz-

szának térbeli elrendezését. Ebből adódóan két nézőpont szerinti különbség van: a dobok az univerzumot a középpontjában álló szemszögéből, belülről ábrázolják, míg a tojás, gömbölyűségéből adódóan a külső szemlélő szemszögéből. Felosztott felületükön jelképesen jelzik a kozmosz „felépítését”: a világ rétegeit, „négy sarkát”, a „világ köldökét”, a középpontot és az alsó és felső világ szimbolikus lényeit.

Egyes legendákból és mesékből megtudhatjuk a különböző színek jelentését is:

Piros - a vér, nap, tűz, szerelem és életöröm jelképe

Fekete - önkényuralom, állandóság, örökkévalóság

Sárga - fény, ifjúság, boldogság, aratás, vendéglátás

Zöld - természet megújulása, frissesség, termékenység, remény

Kék - ég, egészség, vitalitás

Lila - önuralom, bizalom az igazságosságban

Láthatjuk, hogy a húsvéti tojás milyen különlegessé vált azáltal, hogy az emberi fáradozás eredményeként alakult olyanra, amilyen. Színek és formák kelnek életre az alkotók művészi képességei nyomán, amelynek rendezett ornamentális elvét kozmikus törvényszerűségek adják. A kozmosz maga a rend és harmónia, tehát ellentétele az önkénynek és a káosznak. Ezért a húsvét a festett tojások nélkül olyan, mint a karácsony karácsonyfa nélkül.

A húsvéti asztalnál együtt elfogyasztott tojás a családi összetartozást is jelképezi:



Remekművek a MONOFAKTÚRA Kézműves műhelyből

akik esznek belőle, még ha eltévednek is, hazatalálnak.

A másik húsvétra vonatkozó képünk: a nyúl. Szimbolikája nehezebben magyarázható, mint a tojásé. Ugyan a bizánci állatszimbolikában Krisztus jele volt, de valószínűbb, hogy Ostarával, a germán istennővel áll kapcsolatban. A monda szerint ugyanis a nyúl eredetileg madár volt, akire az istennő megharagudott, és ezért négy lábú állattá változtatta. Régi legendák és mondák a nyúl önzetlenségét ábrázolják, miszerint kész föláldozni magát más lényekért. Vadászok beszámolói is ezt támasztják alá azzal, hogy egy nyúl képes beugrani egy másik üldözött nyúl helyébe és leváltani azt. Ez egy ösztönös önfeláldozás a nyúl részéről,

egy – a lényéből fakadó – önzetlenség, áldozatkészség. Krisztus is ezt állította elénk követendő példaként, hogy tudatosan gyakorolva eljussunk Szent Pál felismeréséhez, az emberben lévő örökkévalóval való újfajta kapcsolatunkhoz.

Ma a legtöbb gyerek úgy tudja, hogy a nyuszi hozza a húsvéti tojásokat húsvét hajnalán, hogy keresésére induljanak. A szabadban a fűben, a bokrok alatt elkészített fészkekben találnak rá.

A nyúl a tojással együtt már az ókor óta termékenységi szimbólum, mivel a nyulak nagyon sok utódot nevelnek fel, a tavaszi napforduló idején a Föld megnövekvő termékenységének jelképeként

ivódtak a köztudatba.

Nagyon érdekes, hogy a húsvéti Holdban „látható” nyúl képeről is sok régi – főként buddhista – történet szól. (Erre vonatkozólag Steinernél is találunk leírást.) Ilyen mese A Fehérke és a Hold című is.

Másik nagyon fontos húsvéti állat: a bárány, amely Jézus Krisztus jelképe. A Bibliában is ez a szimbóluma, mivel áldozati bárányként halt kereszthalált az emberiség megváltásáért. Így a mai napig Isten Bárányának nevezzük őt: Agnus Dei. A keleti keresztény szimbolikában Jézust a Nappal és a Holddal körülvevő bárány képében ábrázolták.

A fehér bárány az ártatlanság, a jóság, a jámborság és a kiszolgáltatottság képe, míg a fekete bárány az eltévelyedettet, rossz úton járó, kiközösítettet szimbolizálja. Az égi bárány a magyar népmesék és balladák gyakori jelképe, mint a Mátyás király és az igazmondó juhász aranyszörű báránya, vagy a Júlia szép leány székely népballada égi báránya:

*„Azon ereszkedik fodor fejér bárány,
A Napot, s a Hódat szarva között hozván,
A fényös csillagot a homlokán hozta,
Két szép arany perec aj! a két szarvába.
Aj, a két oldalán két szép égő gyertya,
Mennyi szőre-szála, annyi csillag rajta.”*

Említést kell tennünk egy ugyancsak nélkülözhetetlen húsvéti növényről is, a barkáról. Eredete a virágvasárnap ünnepeléséhez köthető. A hagyomány szerint Jézus jeruzsálemi bevonulásakor az emberek a béke jelképét, palmaágat tartottak a kezükben. Itthon a szentelt barka

vette át ennek a szerepét, melynek bolyhos virágai különös gyógyerővel is bírtak amellet, hogy elsőként jelezték a tavasz ébredését.

Ismert hagyomány még a víz- és a tűzszentelés is. A megszentelt tűzön gyújtott gyertyával hazavitték a szent tüzet, és ezzel gyújtották meg a nagypénteken kioltott tüzeket.

Nagyszombat reggelén a hívők számára is szenteltek vizet, amelyet egész évben használtak rituális mosakodásra és bajelhárításra egyaránt. A víz Krisztus halála és feltámadása révén keletkező új élet szimbóluma.

A locsolás szokása is a megtisztulás jelképe, és ősi termékenységarúzlás is egyben. Eredete valójában a keresztelezésre, illetve arra a legendára vezethető vissza, hogy a Jézus feltámadásáról hírt vivő asszonyokat a katonák úgy akarták elhallgattatni, hogy vízzel locsolták le őket, vagy a pataokban megfürdették őket.

Végezetül egy verses jókívánság:

*Jó reggelt azoknak, akik itt lakoznak,
Verset mondanék, ha meghallgatnának.
Jézus feltámadott, nagy örömezzéssel
Áldják hát az Istent hangos énekléssel.
Áldom én is ezért, mert ma húsvét napja
Virradt mireánk, áldott szent órája.
Most jöttünk Krisztus kicsiny mezejéből
Az illatozó rózsák virágos kertjéből.
Azt kívánom most, még sokáig éljenek,
Sok boldog húsvétot vígan megérjenek.
Kárt, bűt, bánatot sose szenvedjenek,
Mind földön, mind mennyben boldogok legyenek.*

“Fehérke és a Hold”

Egyszer régen, nagyon régen történt, hogy három nyúl édegett a mezőn. Az egyiknek a szőre gyönyörű bársonyos barna volt, ezt Barninak nevezték. A másik fekete bundáján itt-ott fehér foltcskák voltak, őt Foltosnak hívták. Fehérke volt a harmadik, az ő bundája fehér volt, mint a frissen hullott hó.

A három nyuszi nagy békességben élt. Időnként meglátogatták egymást és boldogan kergetőztek a réten és a szántások barázdái között. Ha találtak egy kis gyökert vagy netán sárgarépat, testvériesen megosztották egymás között. Az Isten látta, hogy milyen jószívűek, de próbára akarta tenni őket, hogy másokkal is megosztják-e a falatot. Elküldte hát hozzájuk a Holdat. Elsőként Barnihoz kopogtatott be.

- Nagy utat bejártam már, megéheztem, egy falat ennivalót kérnék tőled- mondta az ezüstös Hold.

- Gyere be nyugodtan, foglalj helyet és várj egy csöppet, akad tán valami ennivaló

a kamrában. Azzal gyorsan elszaladt a nyuszi, hogy keressen valami ételmet.

- Nézd- hozta boldogan- találtam még egy kis káposzta levelet, ezt az ősszel raktam még el, edd meg nyugodtan, biztosan nagyon éhes lehetsz.

A Hold megköszönte a szíves vendéglátást, elbúcsúzott és elment, hogy megkeresse Foltost. Foltos házában nyitva volt az ajtó és észre sem vette, hogy vendég érkezett hozzá, mert éppen délutáni álmát aludta. Az ezüstös Hold leült, és csak nézte a békésen alvó nyuszt. Foltos

nemsokára megérezte, hogy valami fényesség süt a szemébe, kinyitotta és kedvesen üdvözölte a Holdat.

- Köszöntelek ezüstös Hold, ne haragudj, nem vettelek észre, miben segíthetek?

- Nagy utat bejártam, megéheztem, egy falat ennivalót kérnék tőled.

- Várj egy csöppet, biztos akad valami még a kamrában. – Azzal szaladt a nyuszi, hogy keressen egy kis ennivalót. Talált is egy karalábét.

- Talán éhség ellen ez is megteszi- mondta és a Holdnak nyújtotta.

- Köszönöm kedves Foltos, igazán hálás vagyok érte.

Miután megette a Hold a karalábét, ilendően elköszönt és elindult, hogy megkeresse Fehérkét. Fehérkénél sokáig kellett kopogtatnia, mert bele volt merülve az imájába és csak később hallotta meg, hogy valaki bebocsájtást kér, de annál szívélyesebben üdvözölte a Holdat, aki tőle is egy kis ennivalót kért. A nyuszi előbb hellyel kínálta a parányi szobában, utána lázas keresgélésbe kezdett, hogy mit is adhatna a Holdnak enni. A konyhában nem talált semmit, szétnézett a kamrában, már onnan is minden elfogyott, hosszú volt a tél. Nagyon röstellte a dolgot a nyuszi, majd tüzet gyújtott a kandallóban, hogy legalább meleg legyen a szobában. A Hold kellemesen üldögélt a melegben. A nyuszi szobája nagyon barátságosnak tűnt neki. Fehérke ekkor gondolt egyet és megkérdezte:

- Te a húst is szereted?

- Igen – felelte a Hold.

- És te minden fajta húst megeszel?
- Igen – felelte a Hold – bármit.

A nyuszi barátságosan nézett a Holdra, majd a lobogó lángra.

- Akkor biztosan az enyémet is szereted – mondta és hirtelen beleugrott a tűzbe, mielőtt a Hold megszólalhatott volna. Az ezüstös Hold szomorúan ment vissza az Istenhez, azon gondolkodott, hogyan

is mesélje el, mi történt. Ám ahogy viszszaért, mit lát. Isten mellett ott ült ragyogó aranyos bundában Fehérke. A Hold már azt hitte, soha nem láthatja többet a nyuszt. Ekkor megkérte az Istent, hogy adja neki Fehérkét. Azóta, ha esténként felnézünk a Holdra, láthatjuk, hogy a nyuszi most már soha el nem hagyja a Holdat.

Egy hindu legenda alapján

Njord és Skadi - Északi mitológia diákversekben -

Az óriáslányokkal is előfordul néha, hogy beleszeretnek egy istenbe. Az is megtörténhet, hogy az isten, jelen esetben Njord, a tenger istene viszonszereti az óriás lányát, Skadit. Összeházasodnak.

Közös életük komoly próbatétele, hogy melyikük világában tudnának együtt élni. Njordnak hiányzik a napfény az óriások dermesztő hidegében, Skadinak zavaró a sirályok rikoltozása és hiányzik az álomba ringató farkasüvöltés.

Talál a szeretet megoldást az élet nehézségeire?

Ezt a vívódást fogalmazták meg a negyedik osztályosok első önálló versalkotásaikban.

Njord (a tenger istene)

Homokos tengerpart
ez az én világom,
nézem a hajókat
partszélre kiállok,
kagylókat keresek
a puha homokban,

úszik a tengerben
csillogó halakkal.
Lelkemben hallatszik
sirályok vijjogása,
kagylóban morajlik
hullámok csapkodása.

Gesztelyi-Nagy Boldizsár



Tengerpart az otthonom,
hajók zúgnak hajnalon,
éjjel-nappal hallgatom.
Homok csillog nap fényében,
halak úsznak tengervízben.
Skadinál jártam a minap
Ó, mily borzalmas volt!
Ordasok ordítottak,
hollók rikoltottak,
ágak ropogtak,
fújt a szél és a jég
recsegett, mint az őszi falevél.

Kiss Balázs

A puha homokban,
sirályok rikoltozásában,
tenger zúgásában,
hajók mozgásában
morajló tengerben élek én.
A napfény melegen
süti arcodat
és a lágy szélben élek én.

Dallmann Júlia

Állok a homokban
egymagam,
s látom sirályok röptét
a messzeségben.
Napsütésben kagylók zörgését
hallgatom a
homokos tengerparton.
Az én világom
a szívemben van örökké.

Zoltán Csenge

Morajló tenger a homokos parton,
süllyedő hajók a másik parton,
hullámok csapkodása, sirályok ujjongása
kagylók zúgása, szívem határa.
Puha homok, hajók a napsütésben,
csillogó kagylók a tenger vizében.

Vollár Gyula

Skadi (óriáslány) világa

Hideg puszták, kemény sziklák között
élek,
nem félek, mert mindig remélek.
Farkasok vonyítása altatódalom,
varjú károgását nyugtatóan hallgatom.
A száraz faágak rezdülnek a jeges szélben,
én pedig a végtelen pusztát nézem.

Várkonyi Dalma

Farkas üvölt minden reggel,
hideg szél fúj minden éjjel,
ropog a jég alattam,
holló károg, hallottam.
Jégcsap csillog minden reggel,
hóvihar dül minden éjjel,
csillagos ég fölöttem,
farkas oson mögöttem.

György Jakab

Járva a téli pusztát
hallom a farkasok vonyítását.
A megfagyott faágak roppanását,
a lehulló hókupacok hangját.

Hallom a jég ropogását,
Érzem a hideg szél fúvását,
Látom farkasok futását,
A téli természet vadságát.

Nagy Benedek

Az én világom fagyos pusztá,
hideg szél, kemény szikla,
a farkasok vonyítása,
fázó varjak károgása.

Homályos köd, pusztá ágak,
eltörik, rá varjak szállnak,
elvész minden a homályban.
Olyan sűrű, semmit se láttam.

Hallom faágak zörgését,
fekete varjak repkedését,
a vaddisznók csörtetését,
az összes állat éhezését.

Kiss Napsugár

Összeállította: Györgypál Ildikó

A természettudományok oktatása a Waldorf iskolában – különös tekintettel a kémiára és a fizikára

Eredetileg arra kért a Dióhéj szerkesztősege, hogy számoljak be a fizika epochánkról. Nem tudok azonban erről anélkül beszélni, hogy elmondanám a tananyagra és a metodikára vonatkozó indokokat. Hadd legyen itt tehát még a beszámoló előtt néhány bevezető, tisztázó vagy gondolatébresztő, sőt akár vitaindító gondolat.

Minden tantárgy tanításának a legfontosabb kérdései: mit tanítunk és miért, valamint hogyan tanítjuk és miért úgy.

Minden pedagógia a zászlajára tűzi az életkornak megfelelő oktatást, de meg kell vizsgálnunk, hogy vajon mennyire sikerül azt megvalósítani. Amíg például a Waldorf kémiatanítás során az elektron-szerkezet és az elemek periódusos rendszere (így a képletek és a reakcióegyenletek is) a 11. osztály tananyaga, addig az állami oktatás már a 8., sőt a 7. osztályban tárgyalja ezeket, sőt a további tudnivalókat is ezek ismeretére alapozza, ezekből kiindulva magyarázza.

Gyakran éri kritika a Waldorf iskolák természettudományos oktatását. Nyilván van is javítani való ezen a területen (is). De vajon azt kell-e kifogásolni, hogy nem ad kellő ismereteket?

Írásom célja, hogy valamennyire világossá tegyem, mit, hogyan és miért tanítunk a természettudományok terén a Waldorf iskolákban.

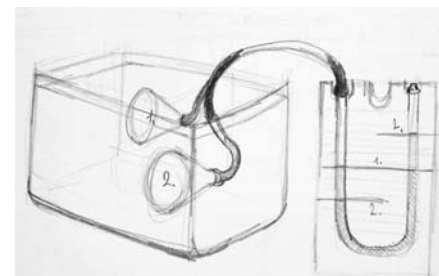
A gyermek 6-7 éves kora körül válik arra alkalmassá, hogy az iskolai oktatásban részt vegyen. Az étertest szabaddá válásával szabadulnak fel azok az erői, amelyek szükségesek a tanuláshoz. Vekerdy Tamás gyakran hangoztatja, mennyire értelmetlen az indokolatlan korai „fejlesztés”.

(„»Óriási üzlet« – sommázza véleményét a csecsemő- és óvodáskori fejlesztőprogramokról Vekerdy Tamás gyermekpszichológus, aki nem győzi hangsúlyozni: még óvodáskorban is csak azoknak a gyerekeknek volna szükségük fejlesztésre, akik valamilyen valódi testi vagy lelki fejlődési zavarban szenvednek. »Ezek a rejtélyes zseniképző mágia nagyjából tízévente újra és újra előkerülnek« – mondja a HVG-nek Vekerdy, hozzátéve, hogy először 1962-ben az Egyesült Államokban, az úgynevezett szputnyiksokk után (amikor az amerikaiak nem tudták megemésztetni, hogy az oroszok lőtték fel az első embert a világűrbe) indítottak különféle »gyorsító« tanítási programokat. Ám az így »felhúzott« gyerekek zsenialitása 9-10 éves korukra lehanyatlott, s újra bebizonyosodott, hogy a fejlődésben sokkal nagyobb szerepe van a családi háttérnek, az ebből fakadó érzelmi biztonságnak és a mindezzel összefüggő játsszani tudásnak.» – HVG 2008/37 09.13. 66-67. Trend cikk)

A serdülőkorral jön el a gyermek számára az önálló ítéletalkotás ideje, azután válik erre képessé, hogy asztrálteste szabaddá

lett. Ekkor ébrednek benne erők arra, hogy igazán megragadja a miérteket, felismerje és valóban megértse az összefüggéseket. Ekkor kezd tudni elvonatoztatni a konkrétól, de ez csak lassan, fokozatosan érik meg benne (gyakran még felnőttkorunkban is okozhat nehézséget az elvont dolgok megértése). A 12-13 éves gyermek számára a Waldorf pedagógia már kínál absztrakt tartalmakat, de csak óvatosan. Ezért jó, ha például a csillagászat nem a galaxisokat, a Nap felépítését (ráadásul arról is csak elméletek vannak egyelőre) jelenti számukra, hanem a megtapasztalható konkrétumokat, mint a holdfázisok, a napszakok vagy évszakok váltakozása. Aki magyarázta már kamaszodó ifjaknak például a Hold változásait, az tudhatja, hogy mennyire nehéz megérteniük azt, ami nem „kézzelfogható” (hány felnőtt érti a holdfázisokat?). A 7. és 8. osztályban tanított atomszerkezeti ismereteket kötelességtudásból be lehet tanulni, de minek? A legtöbb felnőtt rossz emlékeket őriz a kémiaórákról, „köszönhetően” a kémia tantervnek. Arra, hogy felnőtteknek megtanítsuk például a kémiát, többé-kevésbé alkalmas az állami oktatásban elterjedt módszer, de a 12-13 éves korú fiataloknak egészen más megközelítésre van igényük és szükségük!

Noha az alkalmazott tanítási módok ebben az életkorban egyre inkább fogalmivá, absztrakttá, kognitívá válnak, a természettudományos tantárgyak tanításában minden metodika alapja a folyamatokba, mint jelenségekbe való bevezetés. Tehát céljaink érdekében a jelenségek megfigyelésére alapuló módszert alkalmazzuk, ahogyan azt a tudósok is



Róka Bence füzetmunkái, 8. osztály

tették, teszik: először a legpontosabban megfigyeljük a jelenségeket, majd természetes rendjüknek megfelelően leírjuk őket, hogy a lényeg világosan előtűnjön, mintegy hagyjuk, hogy a természet gondolkodjon bennünk. Az új, megismerendő jelenségeket megfigyeljük – kerülve minden tudományoskodást, magyarázatot, hogy a képek a lehető legvilágosabban és legérzékenyebben megmaradhasanak –, a tapasztalatokat tudatosítjuk, és



csak másnap keressük meg a válaszokat a miértekre, közösen! Hogy miért csak másnap? Azért, hogy valóban eredeti állapotukban, érintetlenül viassék magukkal a tanulók az álomba, hogy „aludhassanak rá egyet”. Az elalvással és felébredéssel ugyanis a gondolati tartalmak és ismeretek gazdagodnak, elmélyülnek – ezt (is) szolgálja az epochális rendszer.

Nagyon fontos azonban, hogy valóban megérthető dolgok kerüljenek a tanulók elé! Gyakran előfordul, hogy érdekessége miatt túl korán találkoznak bizonyos jelenségekkel a gyermekek. Ki ne érezne izgalmat, csodálatot, amikor például több tízezer voltos feszültség hatására „villámokat szór” valakinek a keze? De ha nem érti meg ennek az okait valaki, akkor a szórakoztatáson, elkápráztatáson, lenyűgözésen kívül történt-e valami? Kedvcsináló gyanánt hasznos lehet egy-egy ilyen kivételes alkalom, de a gyermek valódi érdekeit az szolgálja, ha nem terheljük túl a sok érthetetlen jelenséggel. A

megértési képesség előtt kapott ismeret egyik veszélye, hogy dogmává válik (óvodás gyermekem például nemrég azzal jött haza, hogy a Nap egy gázgömb – ezek után bizonyára nehezebben fogja majd megérteni a Nap csodája). A másik komoly probléma pedig az, hogy a természettel való meghitt kapcsolatot, a titkok kikutatása iránti szomjat, a valódi lelkesedést pusztítja. Dr. Szabó Gábor fizikus a Dióhéjnak elmondta: „Az egyetemre érkező, jó eredménnyel érettségi-zett diákok fizikai képzettsége sokszor nevetségesen alacsony.” (Dióhéj 2006. Húsvét, 15. oldal)

Most pedig nézzünk néhány saját példát arra, hogy a Waldorf iskolákban hogyan szolgálhatjuk ki a gyermeknek a fizikai világról szóló tudás iránti vágyát azzal, hogy neki való tartalmat közvetítünk a neki megfelelő módon!

A csillagászat-epocha alatt a gyerekek esténként mindig azonos időpontban



pontos megfigyeléseket végeztek a Hold keltéről, állapotairól, és csak utána kezdtünk a holdfázisok változásának vagy a Hold úgynevezett hátráló mozgásának a magyarázataiba. Tapasztalhatták, hogy a tudományos vizsgálatnak mennyire fontos része a precíz megfigyelés, és annak helyes dokumentálása.

Már a hatévesek közt sem számít kivételnek, aki „ismeri” a bolygókat. Mi azonban csak akkor szembesültünk a Naprendszer hatalmas voltával, amikor méretarányosan kellett modellezni. Közösen kiszámoltuk, hogy mely méretarányban számolva mekkorák legyenek az égitestek és a közöttük való távolságok. A döbbségek jelezték, hogy a könyvek alapján nem is gondolták ezt. Egy

focilabda a Tessedik út elején jelképezte a Napot, és egy alig látható kis pont a papíron a Tessedik út végén jelentette a Plútót, közöttük pedig a porszemnyi, borsónyi többi bolygó. Ez hatszáz méter!

Talán emlékszünk kémiai tanulmányaink némelyikére, például arra, hogy savak és lúgok kölcsönhatásakor mi történik. Bizonyára képletekkel, reakcióegyenletekkel tanították, próbálták megérteni. A hetedikes kémia-epochán ez úgy történik, hogy lilakáposzta hígított kék levébe sósavat öntünk, ettől – mert sav – gyönyörű piros lesz a folyadék, majd a nagyon veszélyes nátronlúgból öntünk bele bőségesen, amitől – mert lúg – csodaszép zöldre változik a lé, és mindaddig folytatjuk ezt egyre kisebb mennyiségek hozzáadásával, amíg SEM piros, SEM pedig zöld nem lesz az oldat. Ezt követően pedig mindannyian iszunk belőle! Meg kell kóstolni ahhoz, hogy valódi tudásunk legyen arról, mit is jelent az amúgy semmitmondó „SEMlegesítődés”. Ezek által azt is még jobban megértették, hogy a savak és lúgok, ahogy a zöld és a piros szín is, egymás ellentettjei, kiegészítői.

A fizika-epocha során egyik ámulatból a másikba estünk.

Elképesztő látni, hogy a méteres mentes szár menete mentén fölcsevélt cérna csaknem a teljes folyosót végigérte.

Befőttes üveg és csövek segítségével modelleztük és megértettük a szökőkút elvét, és igaz csodálattal adóztunk Hérón előtt, aki két évezreddel ezelőtt már tudta, hogyan kell gépek nélkül szökőkutat építeni.

Őszinte elképedés ült az arcokra, amikor

az üvegben úszó Cartesius-búvárnak „kézrátétellel parancsoltam”. Amikor kipróbálhatták és sikerült nekik is, akkor értették meg valójában a varázslat okát: a bűvárba rekesztett levegőt összenyomva, annak helyére víz áramolva az átlagsűrűsége megnőtt, a bűvár „nehezebb lett”, így lesüllyedt.

Többféle kísérlettel is megvizsgáltuk Arkhimédész törvényét, tudtuk már, hogy „minden folyadékba mártott test a súlyából annyit vesz...”, de amikor a 20 dkg-os vassúlyt beledobtam a pohár higanyszármazékba, na, azt a pillanatot, azokat a tekinteteket soha nem felejttem el.

Egy borszesz-égő fölé a megfelelő módon helyezett műanyag zacskó segítségével hőlégballont készítettünk, és ennek révén azt is megértettük, hogy nem csupán a folyadékba merüléskor igaz Arkhimédész törvénye, hanem „minden valamilyen közegbe merülő test a súlyából annyit vesz, amennyi az általa kiszorított közeg súlya”.

Aztán konyhai tölcserbe kellően nagy erővel fújva kellett a könnyű polisztirol labdát vízszintesen tartva lebegtetni, hogy végül megértsük a Bernoulli-törvényt, amely szerint ha az áramló közeg sebessége megnő, akkor a nyomása csökken.

És hogy az elvontabb, bonyolultabb összefüggések vizsgálatára is említsek példát: a nyolcadikos kémia-epocha során rézgálic-oldatból és nátronlúgból gyönyörű kék színű, egyszerű Fehling-reagenst készítettünk. Ez a szőlőcukor (glükóz) hatására barnára, vörösre válto-

zott, és a segítségével ki tudtuk mutatni, hogy a kristálycukor (szacharóz) nem úgy viselkedik a Fehling-próba során (Fehling negatív), mint a szőlőcukor. Ha azonban kíméletesen karamellizált kristálycukor oldatát vizsgáljuk, akkor már pozitív a Fehling-próba. Ebből megértették, hogy a szacharóz összetett cukor, amelyet egyszerű cukrokból, például glükózból állít össze egy növény, és hő hatására elbomlik például glükózra, hosszabb és erősebb hevítés során azonban kátrányra és egyéb anyagokra, végül pedig marad a szén.

A kamaszkodó gyermek természetes vágya, hogy az őt körülvevő világot, a közvetlen valóságot megértse. A benne ébredő tudatos vagy tudattalan kérdések is arra vonatkoznak, amit tapasztal, valódi válaszokat is onnan vár. Majd a középiskolás éveitől egyre távolabb tud kerülni a konkrétól. Addig azonban nemhogy haszontalan számára az absztrakt, de egyenesen rombolóan hat(hat)! Az érettségire való felkészülés sokkal kevésbé motivál egy ifjat, mint a bensőjében megfogalmazódó, vagy akár meg sem fogalmazódó kérdések, talányok. És még a szülők aggódó tekintete, hogy „mi lesz így belőled?!” sem kelti fel benne a világ iránti érdeklődést annyira, mint a benne motoszkáló kérdések.

Valahol hallottam az alábbi mondatokat, amelyek jól összefoglalják mondanivalóm egyik-másik lényegét: „a tanítás során nem egy zsák megtöltése a cél, hanem a tűz fölszítása”, „nem a tananyagot tanítjuk, hanem a gyereket”.

Szalai Imre

2014. Húsvét

Díák pennák Petőfi nyomdokain

Hagyomány iskolánkban, hogy a mindenkori ötödik osztály egy epocha keretében foglalkozik Petőfi Sándor életével és költészetével. Ennek módja és minősége természetesen minden osztályban más, ami nagyban függ az osztály összetételétől és az osztálytanítótól.

Az idei ötödikeseink is mélyen beleásták magukat ebbe a témakörbe. Rengeteg verssel foglalkoztak, improvizációs jelenetekben elevenítették meg a János vitéz egyes részeit. Választott verseiket az

Petőfi variációk (János Vitéz alternatív folytatások)

Iluska Sorsa

Ment tudj' az Isten, hány országon keresztül,
Egyszer, hogy éppen a nap az égre kerül:
Hát a virradatnak legelső sugára
Rásütött egyenest faluja tornyára.
Örült nagyon Jancsi, ahogy azt meglátta,
S rögtön reá gondolt szép Iluskájára.
Iluskájára, szíve választottjára.
A szép kis leánya sanyarú sorsára.

Rábel Luca

A Hűtlen Jancsi

Jancsi Iluskáját keblére szorítja,
S ennek utána ily szavakat monda;
Szeretlek szívem szép galambja,
De egy ilyen hősnek – mint én – sokkal több a csaja,
Ezért hát Iluskám, háremben fogsz élni,
Szép csajaimat nem győződ majd nézni!
Addig is szerelmem, kapsz egy csókot tőlem!

egész estét betöltő Petőfi-esten adták elő az osztály szülői körének a Pilvax kávéház vendégeiként. A sok verssel való foglalatosság őket is arra készítette, hogy tollat ragadjanak. A költő verseit folytatták, szabad utat engedve kreativitásuknak és fantáziájuknak.



Balog Lehel osztálytanító táblarajza

Így éld életedet, majd én is így élem!
Jaj! Jaj! Jancsi bácsi, te hűtlen vén barom!
Életemet élni én nem így akarom!
Én is találtam már, izmosabb, jobb pasit,
Kivel a szerelem édes lángja szít!
Elváltak egymástól, mint ágtól a levél,
S szívükbe költözött nyár, s nem hideg tél.

Kerék Rebeka

Jancsi a sárkányban

Uram ne hagyj el! itt volt ám a szörnyű strázsza,
Vért jéggé fagyasztó volt rémes látása.
Egy nagy sárkánykígyó állt itt a kapuban;
Elnyelne hat ökröt, akkora szája van.

Na most megeszlek, hörgött a fenevad,
Ám János felnevet, s egyet odacsap.
Az meg jajong és kitátja nagy száját,
Dühös, hogy Jancsi járátja bolondját.

Kitátja nagy száját és elnyeli Jancsit,
És közben egy kicsikét bandzsit,
Jancsi nagyot röhög a hasába odabent,
Gondol egyet és mindjárt kint terem.

Kiss Nóri

Jancsi Háza

Mikor belépett Jancsi Tündérország kapuján,
Egy szép, karcsú leányt pillantott meg egy magos fán.
Száját eltátotta, szemét kinyitotta és így nézet a karcsú lányra.

Iluskát elfeledve felmászott a fára.
És így élt boldogan Iluska bánatára.
Iluska letekint egyszer csak az égből,
És meglátja, hogy Jancsi háza épül.

Szomorúan leült egy felhőre,
És könnyei zápora hullt a földre.
Szegény Jancsi háza szétomlik,
És Iluska boldogan távozik.

Istoc Sári

Szerenád

Megállt, elővette kedves furulyáját,
Kezdte rajta fújni legbúsabb nótáját.
A harmat mely ekkor ellepett fát, bokrot,
Tán a szánakozó csillagok könnye volt.
Mit furulyázol itt éjnek idejette?
Aludni szeretnék. Hagyj már békén végre!
E szavakat mondta a szőke, szép Iluska,
S az ablakot nagy serényen becsukta.

Kecskés Maja

A temetőben

Szavaiba vágott kérdezőleg János,
A menyecske szíve könnytől lett homályos.
„Hol van Iluska, hol?” felelt a menyecske,
„Szegény Jancsi bácsi! ... hát el van temetve.”

Iluska testét férgek rágják ma már,
Koporsójába beköltözött a halál.
Szegény Jancsi bácsi búsul keservesen,
Édes Iluskáját nem látja soha sem.

Dobos Andris

Az élet vize

De csodák csodája! Mit látott, mit látott!
Látta Iluskává válni a világot.
Eszeveszettséggel rohant a habokba,
S a föltámadott lányt kiszabadította.
A tóban ugyanis az élet vize volt,
Porából föltámadhat mindenféle holt.
Iluska sírhalmán nőtt ki az a virág,
Így lett neki újra élhető a világ.

Bányai Lili

A nőcsábász

Hejh, János Vitéznek került sok bajába,
Míg lyukat fúrhatott a sárkány oldalába.
Végtére kifújta, belőle kimászott,
Kaput nyit, és látja szép Tündérországot.
Jancsi Tündérországba boldogan belép,
Megijed, mikor látja; Iluska lelép;
„Kérlek szépen állj meg, gyönyörű Iluska!”

„Azt hiszed, nem tudom, hogy van neked Juliska?!”

Kiáltott vissza keseregve Iluska.
„Rég nincs Juliska, van helyette Piroska!”
„Juliska, Piroska, a kettőt keverem,
De lassan a fejed helyén lesz a tenyere!”
E szavakat ilyen forma tett követte:
János Vitézt keményen seggbe lövette.
Erre János Vitéz elhagyta Iluskát,
És elvette helyette a szép Piroskát.

Oláh Nonka

ARCOK

Beszélgetés Gesztelyi-Nagy Henivel, iskolánk új angoltanárával



Gesztelyi-Nagy Heni szeptembertől tanít iskolánkban angolt, mégsem teljesen „új arc”, hiszen két fiú révén mintegy nyolc éve kapcsolódnak a szadai-gödöllői Waldorf közösséghez. A tanári pályához vezető útjáról, az itt megélt élményeiről beszélgettünk.

Hogyan jutottál a tanári pályára, milyen út vezetett idáig?

– Nagyon sokáig tiltakoztam ellene. Nem akartam tanár lenni, de valahogy mindig úgy alakult, hogy tanítottam, korrepetáltam valakit. Már általános iskolában segítettam történelemből, irodalomból az osztálytársaimnak, aztán angolból is. Elég korán elkezdtem külön angolra járni, és anyukám egyik munkatársa megkért, hogy a lányát korrepetáljam. De akkor még szinte nem is tudtam angolul, csak egy ideje tanultam, és így tudtam neki segíteni.

ni. És ahogy tanítottam őt, úgy tanultam meg én magam is fokozatosan a nyelvet. Közben tanultam több mindent. Angliában voltam egy évet, majd tanultam idegenvezetést is, majd idegenvezető lettem. Pszichológia szakra jelentkeztem, de oda nem vettem fel, és mivel az angol nyelvtanári szakot írtam be második helyre, így végül oda kerültem. Folyamatosan tanítottam közben is magántanítványokat, és rájöttem, hogy nagyon szeretem ezt csinálni. Így lettem hát tanár. Nagyon megszerettem a tanítást és szeretem a mai napig is.

Hogyan lettél waldorfos angoltanár?

– A gyerekeim ide, a gödöllői Waldorf iskolába járnak, és így kértek fel arra, hogy lenne-e kedvem tanítani.

Egyből igent mondtál, nem voltak benned kétségek?

– Dehogynem. Eredetileg felnőtteket tanítottam, és tartottam a gyerektanítástól, hiszen teljesen más szemléletet követel. Attól is félttem, hogy a saját gyerekeimet tanítsam, de szerencsére ezzel a részüvel minden rendben van.

Mi az, amit másképp csinálsz itt, mint egy hagyományos iskolai rendszerben csinálnál?

– Igazából nagy különbség nincs, ami talán elsőre furcsán hangzik. Azt mondanám, hogy a waldorfos nyelvtanítás és a mai „mainstream”, vagyis a legmodernebb irányzatokat követő nyelvtanítás nagyon hasonló. Ugyanúgy holisztikus, tehát az egész testet használó, nem pedig gondolkodásalapú. Eleve a nyelv egy készség, nem információ, tehát nem is lehet információként bemagolni. Ahhoz,

hogy jól tudjunk egy nyelvet, gyakorolni kell, átélni, megmozgatni magunkat, minél több érzékszervet bevonni, és szerintem ilyen szempontból nagy különbség nincs. Ami különbség, hogy nyilván nem olyan teljesítménykényszerű, ami szerintem nagyon jó, valamint hogy itt az összes többi tantárgyat is így tanítják, ami nekem nagyon nagy segítség. A korosztályokkal kapcsolatban nagyon sok segítséget kapok a többi tanártól.

Rengeteg átfedés van; szinte ugyanazt csinálják például a természettudományokból, amit én csinálok angolból, ami rettentő érdekes és megnyugtató is egyben. A tapasztalati úton való tanítást részesítik előnyben és nem a papíralapút. Nem kinyitjuk a tankönyvet és bemagoljuk az információkat, a szabályokat, hanem a funkcióval kezdjük, megnézzük, mire használjuk az adott dolgot, begyakoroljuk, eljátsszuk, átéljük, és ez a többi tantárgyból ugyanígy történik.

Mi az, ami jó érzéssel tölt el a tanítás során?

– Mindennap történik valami pozitív megerősítés, visszajelzés, én pedig meglehetősen előre megállás nélkül. Nagyon pozitív az, hogy látom, hogy ragad a gyerekekre a nyelv, szeretnek angolórára járni, jól szórakozunk az órákon.

Hogyan látod az utad tovább?

– El tudom képzelni magam itt hosszabb időn keresztül, de közben mást is csinálok. A tanítás mellett coachingot tanulok, tehát felnőttekkel is szeretnék foglalkozni, azt is mindenképp szeretném folytatni, és valahogy a kettőt igyekszem egyensúlyban tartani. Mindkettő szüksé-

ges, és mindkettő másért jó, másért szeretem.

Ha nem tanítanál, mivel foglalkoznál?

– Ki tudja, talán virágkertész lennék. (Nevet.) Akkor is valami emberekkel kapcsolatos szakmát választanék. A coaching most nagyon vonzó számomra, nagyon szeretem csinálni, és az osztályokban is alkalmazom a technikáit.

Hogyan?

– Megoldásközpontú coachingot tanulok, és úgy alkalmazom, hogy mindig kipróbálok új és új dolgokat a csoportokban, és ha valami működik, azt csinálok, ha nem, akkor azt abbahagyom és csinálok helyette valami mást. Például a nyolcadik osztályban nagyon vegyes a csoport, őket skálázatom, vagy felteszem nekik a „csodakérdést”, amit a coachingban is alkalmazunk: képzeljék el, hogy tökéletesen tudnak angolul, úgy, ahogy mindig is szerettek volna. Mi történik akkor, mit csinálnak másképpen? Ezeket a technikákat jól tudom a gyerekekkel is alkalmazni, ötvözöm a kettőt.

Mit jelent számodra a Waldorf?

– Nemcsak az iskolában, az életünk többi részén is megjelenik. Amiket a tanároktól hallunk, vagy irányvonalként megmutatnak, azt a gyereknevelés, életmód terén otthon is próbáljuk követni. Nagyon sok segítséget kapunk azáltal, hogy ebbe az iskolába járunk, és nagyon jól tesz a gyerekeknek, hogy nem tévénnek reggeltől estig, hanem olvasnak, vagy kint játszanak. De sok más apróságban is – ami talán nem is annyira apróság – áthatja életünket a Waldorf szemlélet.

Köszönöm a beszélgetést.

Skarka Cecília

Beszélgetés Horváth Zoltánnal, az Iskolaszék elnökével

„Engedjük, hogy a dolgok és
események szóljanak hozzánk, és
ne mi beszéljünk róluk!” - egy apa
hajtőereje

„Fontos, hogy az ember tegyen”

Az iskolaszék (hivatalos nevén: SZÉK, azaz Szülői Érdekképviselő) fontos szerepet tölt be az iskola, a közösség életében. A háttérben sokat dolgoznak értünk, mellettünk azok a szülőtársaink, akik vállalták az osztályok képviselői szerepét. Az elmúlt időszakban mind a közösségi programok szervezésében, mind pedig az iskolát, a közösséget érintő stratégiai kérdések, folyamatok alakításában aktívan bekapcsolódott az iskolaszék. Így merült fel az ötlet, hogy Horváth Zoltánnak, az iskolaszék vezetőjének segítségével kicsit mélyebben is bepillantunk az SZÉK életébe.

Kérlek, mutakozz be, melyik osztályba jártok itt az iskolában és honnan érkeztek?

Emma lányom Piroska osztályába jár (járunk), idén második. Iskolán kívüli életemben egy vállalkozásom van, papírkötéssel foglalkozom, a munkám sok időmet és energiámat lefoglalja. Korábban Budán laktunk, 2000. környékén költöztünk Gödöllőre.

Hogy kerültetek a Gödöllői Waldorf Iskolába?

Amikor az életünkben érkezett az

idő, hogy Emmának iskolát válasszunk, akkor elkezdtem szétnézni a lehetőségek között. Sajnos nekem elég rossz tapasztalatom volt a saját iskolás éveim alatt, ezért azt szerettem volna, hogy Emma számára ez másképp legyen. Az iskola egy olyan hely legyen, ahova reggelente szeret elmenni, és az iskolában jól érzi magát napközben. Úgy gondolom, hogy minden ember a legjobbat szeretné a gyermeke számára, és az iskolaválasztását nagyban meghatározza, hogy benne milyen emlékek élnek a saját iskolás éveiről. **Mit gondolsz, mi volt az az érték, ami máshol hiányzott és itt megtaláltad?**

Leginkább az egyéniségeket tisztelő személetet tartom értékesnek. Nem baj, ha nem férsz bele a „sablonba”, teret adnak az egyéniség fejlődésének. Nem törik le a „vadhajtásokat”, mert lehet, hogy idővel az lesz a „főág”. Kíváncsiak rá, hogy a gyermekek hogyan látják a világot, és nem a saját világképüket akarják beléjük nevelni.

Honnan ismered a Waldorf pedagógiát? Mielőtt eldöntöttük, hogy melyik iskolát válasszuk, azért, hogy valamivel jobban megismerjem a Waldorf pedagógiát, Vekerdy Tamásnak sok előadását meghallgattam, és könyveket olvastam a témáról, valamint Piroska „első hívogatóin” is részt vettem, amik nagyon hasznosak voltak. A családban és a barátok között nem volt Waldorf iskolás. Eleinte voltak, akik valamiféle tartózkodó gyanakvással figyelték az utunkat, de jó látni, hogy kezdenek egyre nyitottabbak lenni. Szerintem sokakban él az előítélet, hogy a problémás gyerekek választják a Waldorf iskolát, az előítéleteket sokszor nehéz félretenni.

Ugorjunk egyet a SZÉK-elnökségedig: mikor és hogyan lettél tagja az iskolaszéknek?

Az első szülői esten, amin már mint Waldorfos szülő vettem részt, az osztály tisztségviselőit választottuk meg éppen (osztályképviselő, ügygazda, SZÉK-képviselő, stb.). Én szerettem volna jobban megismerni az iskola működését, fontosnak tartom, hogy az emberben legyen érdeklődés és megismerni vágyás. A régebbi szülők szerint a SZÉK-képviselői tisztség erre tökéletesen alkalmas. Így lettem 2012-ben Piroska osztályának képviselője.

Innen már rövid út vezetett az Iskolaszék elnöke pozícióhoz?

Mivel 2013-ban a gimnázium máshol folytatódott, így a nagy fiával ide járó Szabó Erzsébet, az Iskolaszék akkori elnöke 2013. év végén elment az iskolából, így megüresedett az elnöki tisztség. A SZÉK-képviselők pedig engem tiszteltek meg a bizalmukkal, így lettem én a SZÉK elnöke.

Mivel jár az Iskolaszék elnökének feladatköre, hogyan tudtál felkészülni erre?

Sok segítséget kaptam a régi Iskolaszék-tagoktól (pl. Rétsággy Zsoltól, Dallmann Pétertől stb.), sokat beszélgettünk, ami számomra fontos, hiszen egy őszinte személyes beszélgetésnek nagyon nagy ereje van. És persze havonta van SZÉK-ülés. Az ún. KIT (Koordinációs Intézményi Tanács) ülésekre is eljártam, próbáltam megismerni a közösséget mozgató erőket. Amennyire tőlem tellett, igyekeztem hozzájárulni a folyamatokhoz. Nyitottan fogadtak az emberek.

Mi a célod az Iskolaszék vezetőjeként, min szeretnél változtatni?

Szeretném, ha a mostaninál valamivel pezsgőbb közösségi élet lenne. Komolyan veszem azt, amit Piroska az első szülői hívogatóin többször elmondott: hogy ez az iskola a „szülők iskolája” is. Szerintem ezt kellene komolyabban venni: ide nem egy gyereket íratnak be, hanem egy egész család beiratkozik. Később ez sokszor – tisztelet a kivételnek – megkopik.

Szeretném, ha ez változna. Hiszek benne, hogy nem irányítani kell az embereket, hanem megérezni azt az irányt, amerre szeretnének menni, és ezt szolgálni.

Hogyan látod, milyen nagyobb feladatok állnak most előttünk?

A közeljövőben nagy feladat a közösség számára az iskolaépület ügye, reményeim szerint megmarad a lelkesedés azokban a szülőtársakban, akik idáig is sokat tettek az ügy érdekében.

A cél az, hogy a családok itt legyenek, együtt csináljuk a dolgokat, jó érzéssel. A közösségi élet nem munka, sokkal inkább egy nagyon jó élményekkel feltöltő, közös program, mint például a Tér-erő nap! Azt tapasztalom, hogy a közös programokon a család, barátok, gyerekek, mindenki jól érzi magát.

Az elmúlt hónapokból milyen programokat, tevékenységeket emelnél ki?

Visszatekintve a közelmúltra: az Iskolaszék szervezésében valósult meg például a bál is. A visszajelzések alapján jól sikerült, kifejezte az összetartozásunkat. Példaértékűek még azok a programok, amelyek keretében az iskola és Gödöllő városa együtt nyújtanak tartalmas időtöltést

a városban élő embereknek, például a Csiribiri-napok, vagy a májusi bazár az Arbofeszt keretében. Ezek a programok, amelyekkel az iskola megjelenik a városban, jó hangulatú rendezvények. Ízelítőt adnak az iskolai életéből és hangulatból. Szintén a napi gyakorlatból idéznék: nemrég volt az iskolában egy ún. kutya-gyerek kommunikációs tréning. Ez egy szülőtársunk kezdeményezésére valósult meg, az Iskolaszék támogatásával. Szerintem ez a tréning jó példa volt az Iskolaszék szerepére. Vagyis egy szülőtársunk kitalálja, mit szeretne tenni a közösség érdekében, és ezt – adott esetben, mint most is – bízgatjuk, támogatjuk a magunk eszközeivel, és egy nagyon jó program kerekedett belőle. Az Iskolaszék feladata elsősorban nem a kezdeményezés, hanem a közösség tagjaitól érkezett megkeresések felkarolása, támogatása. Bízgatassuk, támogassuk, segítsük a szülőket, „nosza, csináld”, és a végén együtt örülünk az eredménynek.

Hogy lehet Téged elérni, ha valaki az Iskolaszékhez szeretne fordulni?

A SZÉK elérhetősége:
gwszek@gmail.com

Az iskolaszék tagjai:

1. osztály: R. Nagy Gábor
2. osztály: Horváth Zoltán
3. osztály: Tari Attila
4. osztály: Dallmann Péter
5. osztály: Rábel Kristóf
6. osztály: Töröl Adél
7. osztály: Oláh Attila
8. osztály: Fülöp Hajnalka

Bátran keressétek őket a közösség fejlődését segítő kéréseitekkel, javaslataitokkal!

Fülöp Hajnalka

Ifjú tehetségeink a Gödöllői Szimfonikusokkal

Interjú Eszenyi Zsomborral

Csodálatos élményben volt részünk 2014. március 23-án a Művészetek Házában: tehetséges fiatal zenésznövendékek kaptak lehetőséget arra, hogy szimfonikus zenekari kísérettel mutathassák meg tudásukat a nagyközönségnek. A legfiatalabbak között volt az egyik kedves diákunk, az ötödik osztályos Eszenyi Zsombor is, aki bámulatra méltóan tett eleget ennek az óriási kihívásnak.

K.J.: A közelmúltban egy rendkívüli alkalom volt az életedben és egyúttal a város életében is: szólistaként léphettél fel a Gödöllői Szimfonikusokkal. Hogyan jött a felkérés?

Zsombor: Fodor Laci bácsi mondta a Zeneiskolában, hogy játszhatnék ezen. Én mondtam, hogy rendben és akkor elkezdtünk rá készülni.

K. J.: Mi is volt pontosan a mű, amit játszottál?

Zsombor: A zeneszerző C. Stamitz, aki Mozart korában élt és nagyon hasonlítanak a zenedarabjai Mozart darabjaira. Tőle játszottam a B-dúr klarinétversenyt. Egy versenynek három tétele van és ebből az első tételt játszottam.

K. J.: Milyen érzés volt a szimfonikusokkal zenélni?

Zsombor: Hát, érdekesebb, mint zongorával! Néha megszólal egy kürt vagy egy klarinét, meg egy fagott..., mégiscsak más élmény volt!



K. J.: Hogyan készültetek fel?

Zsombor: A vasárnapi koncert előtt először csütörtökön volt egy próba, majd pénteken még egy és vasárnap a koncert előtt egy főpróba. A zenekar már szerdán próbálta a gyerekek darabjait szólisták nélkül és akkor Laci bácsi elment a próbára, felvette, és az órámon lejátszotta. Így egy biztos alapra játszottam és így gyakoroltam otthon is.

K. J.: Mióta zenélsz?

Zsombor: Ez a harmadik évem klarinétból. A klarinétot nem lehet addig elkezdni, míg nem nő ki az első két csontfog, mert az első két fogaddal kell megtámasztani a klarinétot. Előtte másfél évet furulyáztam.

K. J.: És miért pont a klarinétot választottad?

Zsombor: Nem tudom, de én magabiztosan Laci bácsihoz akartam menni klarinéra és punktum!

Furulyázni a Zeneiskola egyik trombitatanáránál voltam, Somodi Karcsi bácsinál és ő azt szerette volna, hogy trombitás legyek – mert ugye már furulyában is ügyes voltam – és nagyon győzködött, de én határozott voltam: klarinét!

Azóta is mindig, amikor összetalálkozom vele, úgy gratulál a hangversenyhez, hogy "Bárcsak trombitás lettél volna..."

K. J.: Gondolom, megszeretted ezt a hangszeret. Mennyit gyakorolsz naponta?

Zsombor: Igazából nem gyakorlok olyan nagyon sokat. Járok még pingpongdzésre is.

K. J.: Én azt hittem, hogy egész nap csak klarinétozol, mert aki ilyen ügyesen kiáll a zenekarral...

Zsombor: Hát ugye járok szolfézásra, szolfézsversenyen is voltam már.

K. J.: Igen, olvastam, hogy a területi szolfézsversenyen is nagy győzelmet arattál, százból száz pontot értél el! Gratulálok!

Zsombor: Kösz! Tavaly voltam egy országos hangjegykártya-versenyen. A hangjegykártya – magyar találta fel – az egy olyan kis kártya, hogy az egyik oldalán van egy zeneszerző képe, alatta a neve, a másik oldalon pedig az ötvonalas rendszeren egy hang. Ezekkel a kártyákkal írásbeli és szóbeli feladatokat kell megoldani. Ez a hangjegykártya-verseny tavaly áprilisban volt és ott első lettem, 16 ponttal előztem meg a másodikat! És járok még furulyára és zongorázni is.

K. J.: Akkor elég sok időt töltesz el a Zeneiskolában...

Zsombor: Igen, de nem bánom, mert nagyon szeretem. Minden nap van valamilyen óráim. Hétfőn vagyok a legtöbbet, fél 3-tól fél 8-ig, mert az 5.b csoportba járok szolfézsból. Ez egy rendes másfél óra és van utána tehetséggondozás címen egy másik másfél óra is a zenei konzervatóriumba készülőknek és a versenyzőknek.

K. J.: Ez azt jelenti, hogy a konzervatóriumba készülsz?

Zsombor: Igen, azaz nem biztos, hogy konzervatóriumba, de az biztos, hogy zenész szeretnék lenni!

K. J.: Volt zenész a családban?

Zsombor: Ez egy érdekes dolog. Nem tudtuk, hogy honnan örököltem a muzikalitásomat, mert visszamenőleg nem voltak zenészek a családban. A testvéremnek, aki most tizedikes, családfát kellett kutatnia és rájöttünk, hogy grófi leszármazottak vagyunk és az ősapánk pap volt. A papoknak, ugye, kellett orgonálni, szóval valamennyire lehet, hogy talán tőle örököltam. Viszont a nagymámának sajnos nem adatott meg, hogy zeneiskolába járjon, vagy zenét tanuljon, de fejlesztette magát és énekel egy együttesben.

K. J.: Köszönöm, kedves Zsombor és szeretettel kívánok Neked továbbra is sok sikert és örömet a zenélésben!

Az interjút készítette: Kecskés Judit

SORSKÖVETÉS



Ballagás 2005 - Hátsó sor: Szigethy Tibor (osztálykísérő 2003-05), Öry Péter, Krolikowski Darius, Hanny Ákos; **Első sor:** Zombory Therese, Meleg Márta, Kecskés Judit (osztálytanító 1998-2003), Takács Dóra, Ábel András, Ember Eszter, Szabó Réka, Hérincs Viktor

Az előző számban kísérletet tettünk arra, hogy egy egész osztály sorsát követve bemutassuk, milyen utakat járnak, amióta érettségi bizonyítvánnyal a kezükben kiléptek iskolánk kapuján.

A sok pozitív visszajelzés nagy lendületet és megerősítést adott, hogy folytassuk ezt a munkát.

Most szeretnénk megszólaltatni a második legidősebb osztályt, akik 2005-ben érettségiztek iskolánkban. Közülük sok család szintén óvoda- és iskolaalapító volt, lelkesen, rengeteg munkával építették, szó szerint "kövezték" ki a gödöllői Waldorf útját.

A tizenegy tehetséges, rendkívül értékes végzős diák közül nyolcan éltek a lehetőséggel, hogy megosszák az elmúlt évek történetét a Dióhéj olvasóközönségével, ki-ki a maga stílusában, terjedelmében. Fogadjátok szeretettel!

Ábel András

Két év variálás után 2007-ben kiköltöztem Angliába és azóta itt élek és dolgozom Camphillben.

Az érettségi elég húzós volt, ezt mindenki tudja, aki engem ismer. De hát sikerült és sokat köszönhetek a tanárainknak ezért!

Úgy érzem, elértem a célomat. Van

munkám, nem kell a holnapon aggódnom, ha esetleg történik valami az állásommal. Nyugodtan élem az életem kis családommal, szép kislányommal. Persze mindig vannak kihívások, de azokat tudom kezelni és meg tudom oldani.

Ha most visszagondolok a Waldorf iskolai éveimre, akkor jó emlékek, tapasztalatok jutnak eszembe és jó érzéssel gondolok vissza azokra az évekre. Ami nagyon érdekes, hogy ahol most dolgozom, az egy olyan iskola, amely a Waldorf pedagógia alapjaira épül. Így azonnal eszembe jut, micsoda baromság volt, hogy lázadoztam az euritmia órák ellen, gondoltam, nem lesz rá szükségem, sose fogom használni... Persze nem ebből élek, de nem jelentett problémát, amikor be kellett állnom a gyerekek közé euritmiazni! Senki nem tudta a kollégáim közül, hogy mi történik, csak én!

Ami még nagyon érdekes, hogy amikor erre a munkára jelentkeztem, az egyik kérdés így hangzott: "Van valamilyen tapasztalata vagy hallott már a Waldorf pedagógiáról?" A válaszom így hangzott: 9 évig jártam Waldorf iskolába!

Egyelőre boldog vagyok, haza semmi esetre sem akarok menni, se lakni, se dolgozni, kizárólag látogatni!

Ember Eszter

Az érettségi után terveimmel ellentétben végül nem Budapest, hanem Eger felé sodort a sorsom. Történelem-művelődésszervező szakpáron szereztem végül egy főiskolai, majd egy egyetemi diplomát. E kettő közül szerettem volna a történelem tanári diplomámmal érvényesülni. Egri tanáraink mindent megtettek

annak érdekében, hogy jó szakemberek kerüljenek ki kezeik alól, ami egyben azt is jelentette, hogy keményen meg kellett dolgozni a sikerért. Két ilyen szakkal a hátam mögött úgy éreztem, szükségem lesz egy évre, mikor valami teljesen mást csinállok. Ekkor kezdtem el állást keresni mint baby-sitter különböző országokban. A sors végül Svájcba sodort, és – gombóccal a torkomban ugyan, de boldogan – megérkeztem a családhoz egy Zürich agglomerációs övezetében lévő városkába, Küsnachtba, 2010 augusztusában. Ott töltöttem életem elkövetkező 15 hónapját. Aztán 2 hónapra hazamentem és próbáltam otthon is állást keresni, de Svájcban hamarabb találtam skype-interjúkkal egyet, szóval visszatértem. Rengeteg mindent tanultam ez alatt az idő alatt, és rengeteg mindennel megküzdöttem. Magánnyal, honvágygal, talajtalansággal. De úgy éreztem, belül rengeteget fejlődtem. Az országot imádtam, hiszen gyönyörű természeti adottságait szinte minden hétfvégén aktívan élveztem. Sokat kirándultam, igyekeztem megismerni az országot és népét. Nehézségeim, és annak ellenére, hogy a svájciak nagyon zárkóztak, és számomra már az unalomig normálisak, mégis úgy döntöttem, hogy szeretném itt megpróbálni élni az életem. Mert összességében úgy gondolom, közelebb áll objektív látásmódjuk hozzám, mint a magyar mentalitás. Felelősséget vállalnak cselekedeteikért, hibáikért. Egy felnőtt nemzetnek mondanám őket. Persze volt idejük felnőni...

Megdolgoztam érte, hogy a döntést, amit hoztam, megtámogassam, és sikerre vigyem. Nehéz döntéseket kellett meghoznom, mint amikor például egy csodás



3. osztály – Cirkuszi produkció

fizetéssel kecsegtető nanny állás helyett egy órabérben, abban is rosszul fizető állás mellett döntöttem amiatt, mert így egy iskolában dolgozhattam. Nem adtam fel, hogy tanár leszek, és jelenleg már tanár-asszisztens vagyok egy két tannyelvű privát óvodában, angolul. Jelenleg azon dolgozom, hogy anyanyelvi szintű nyelvvizsgát tegyek németből, mert akkor elismerik a tanári diplomámat, és megnyílik számomra az út a gimnáziumi tanári állásokhoz. Számomra igaz a mondás, hogy ha külföldre mész, vagy ötször annyit kell teljesíts, nyújts és bizonyíts, mint saját hazádban, hogy elérd a célod. A svájciak csak és kizárólag a stabil, megbízható emberekbe vetik bizalmukat. Ha bizonyítottál, megnyílnak az utak.

Megvannak az első stabil kapcsolataim, barátaim is már. Szórakozni, bulizni, színházba, kirándulni járok. Emellett privát németórákat veszek, és a napokban látok neki egy szakácskönyv megírásának. A családok, akiknek dolgoztam, már évek óta bátorítanak rá, és most bennem is megérett a gondolat.

A 2013-as év megviselt. Egy súlyos magánéleti válságon úgy lendültem túl, hogy hittem magamban, hogy az utam és a célom jó. Kihívásnak és leckének tekintettem, amiből tanulhatok. A hitem sok minden pozitívát bevonza a sorsomba. Augusztusban például, mikor délelőtt egy interjún megkaptam a mostani állásomat, délután a másik helyen – ahol már nem éreztem igazán jól magam – váratlanul felmondtak... És most boldogabb vagyok.

Nagyon jól érzem magam Svájcban. Még nem értem el végcélot, hogy történelemtanár legyek, de már van egy csodálatos állásom, jó és segítőkész kollégákkal. Egy saját kis tetőtéri szobám egy lepukkant villában, elvadult kerttel, a Zürichi-tó partján. Új és régi barátaimra számíthatok.

Teli vagyok tervekkel. A tavalyi év után elhatároztam, 2014. az én évem lesz, és tényleg a legtöbbet hozom ki belőle. Így fogok eljutni tavasszal New Yorkba, a Bahama-szigetekre, nyáron pedig az egész iskolai nyári szünetben Balin és Szingapúrban leszek. Megyek jógázni, főzni, rizst ültetni, fadaragolni. Csak semmi hűtőmágnes!

Ha valamit kéne mondanom, mit tanultam ezek alatt az évek alatt, akkor ezt emelném ki: az élet minden területén, mindig a bátrak, a döntést meghozók nyernek a végén. Ez a mottómmá is vált.

Hanny Ákos

2005-ben érettségiztem. Első körben nem vettek fel arra a szakra (történelem), amire szerettem volna menni, mert nem volt elég pontom (nem volt nyelvvizsgám). Így egy fél évig más szakra jártam (politológia), ami viszont nem tetszett

eléggé, így otthagytam, és megcsináltam az angol középfokú nyelvvizsgát. 2006-ban már felvettek történelem szakra, a Károli Gáspár Egyetemre. Itt elvégeztem az alapképzést, majd a mesterképzést is, amellyel történeész diplomát szereztem (nem tanárit!). Időközben elkezdtem a Zrínyi Miklós Nemzetvédelmi Egyetemen a védelmi igazgatás szakot, jelenleg itt vagyok harmadéves, és ha végzek, akkor a katasztrófavédelemnél szeretnék dolgozni főállásban. Az egyetem mellett a Fővárosi Katasztrófavédelmi Igazgatóságon dolgozom, szerződéses jogviszonyon, adminisztrátorként.

A kihívásokkal könnyedén meg tudtam küzdeni (pl. vizsgák, kiselőadások készítése), ahol időközben dolgoztam, mindig elégedettek voltak a teljesítményemmel.

Egyelőre nem érzem azt, hogy elértem volna a céljaimat. Még mindig igazából keresem önmagamot. Nyáron remélhető-



5. osztály – az Odüsszeusz c. darab bemutatója

leg végzek az egyetemmel, és utána szeretnék egy egyszerű, normális állást találni. Nem nagy fizetésre vágyom, egyszerűen csak hogy élvezhessem, amit csinál-

lok. Ezen kívül gondolkodom a történeész doktori iskolában, ha minden jól alakul, a jövőben azt is meg szeretném csinálni.

Visszatekintve életem legjobb 8 éve volt, amit a Waldorfban eltöltöttem (5. osztálytól érettségiig). Bár lehet, hogy ebben nagyban közrejátszott a nagyszerű osztályközösség és a kitűnő tanáraink (Kecskés Jutka, Szigethy Tibor, Rihmer Aurél, Fekete Csaba, de még sorolhatnám). Sokkal inkább az előnyeiket érzem, például sokkal nyugodtabban tudok hozzáállni egy-egy vizsgához, mert megtanultam, hogy nem azon múlik az élet, hogy most milyen osztályzatot kapok, hanem hogy önmagammal meg vagyok-e elégedve.

Hérincs Viktor

Érettségi után belevetettem magam a felsőoktatás bugyraiba, ahol is lett egy főiskolai diplomám (a Szent István Egyetemen végeztem munka- és pályaválasztási tanácsadóként), amit igazság szerint csak a "papír" miatt csináltam meg. Aztán jött az ÉLET.

Kiderült számomra, hogy attól még, hogy diplomás az ember, nem egyből talál munkát – bár végzettségemnek megfelelő területen nem is akartam elhelyezkedni.

Aztán a szokásos átlagos magyar munkaerőpiac sodrásába keveredtem.

Először egy mobil szolgáltatónál dolgoztam, majd egy net-tv-telefon távközlési szolgáltatónál helyezkedtem el telefonos ügyfélszolgálatosként. Itt cégen belül megpályáztam egy másik állást, és tagja lettem az akkor frissen megalakult behaj-

tási és kintlévőség-kezelői csoportnak. Ott már jól éreztem magam, volt önálló hatásköröm, amely persze nem kevés felelősséggel is járt.

Innen három év után átnyergeltem banki behajtási területre. Itt már végre nagyon komoly szakemberek segítettek munkám minden egyes pontját, bármikor bárkihez mehettem segítségért. Sajnos a banki állomány felét, amelybe beletartozott az én osztályom is, felszámolták. Végül megpályáztam egy bútortermelési cégnél az üzletvezetői állást, amelyet legnagyobb meglepetésemre meg is kaptam. Azóta tehát egy matracokat, ágykereteket és egyéb, ezekhez tartozó apróságot forgalmazó boltnak vagyok az üzletvezetője, kiváló keresettel, sok munkával. Itt végre önmagam lehetek, sosem unatkozom.

Jelenleg azt gondolom, nagyon jól megtaláltam a helyem, de ez nem a végleges állapot. Nekem mindig is a rendőrség, azon belül is a készenléti rendőrség lovas alosztályába bekerülés volt a célom, és ezt soha nem adom fel. Tény, hogy a főiskola után a rendőriszkolát az én hibámból nem tudtam folytatni... Most végre egy olyan helyen dolgozhatok, ahol viszonylag szépen félre is tudok tenni és ha úgy érzem, elég biztos anyagi háttér jött össze (ez még kb. egy év), akkor rendszeren megcsinálom újra elejétől a végéig a lovasrendőr-képzést. Végre lóval dolgozhatok, ami életem nagy szerelme, és közben még egy kicsit rendőrködni is lehet – ez lesz nekem majd a teljes révbeérés.

Mindig is örömmel fogok visszatekinteni arra, hogy ebbe az iskolába járhattam, és emelt fővel közlöm, ha valaki megkérdezi, hogy: "Te milyen iskolába jártál?".



7. osztály – Osztálykirándulás

Rengeteg pluszt adott nekem a Waldorf, (tudom, hogy én meg jó sok "elfoglaltságot" adtam a tanároknak). Ahogy többen is mondták: "Neked biztosan azért van ilyen jó dumád, hogy minden helyzetből jól jössz ki, mert waldorfos voltál" – és igazuk van! Légy önmagad – és légy szabad, de persze kontrollált is egyben.

Krolikowski Darius

Érettségit követően jelentkeztem felsőoktatási intézményekbe, de egyik felvételimet sem vettem komolyan, és beiratkozás helyett nyomban halasztottam. Úgy éreztem, hogy az embernek meg kell érnie az egyetemhez, hogy igazán értékelhesse.

Tehát 1 évig gondolkodtam, hogy mi legyen, közben kitanultam a vetítógépész szakmát és a Puskin moziban dolgoztam 1,5 évig. Majd folytattam a szakmámat Dublinban, ahol 2,5 évig tartózkodtam. Ezalatt elvégeztem egy anyanyelvű angol tanítói tanfolyamot.

Ezek után Dél-Amerikába költöztem,

hogy megtanuljak spanyolul is, miközben angolt tanítottam.

Két év, több ország és rengeteg kilométer után rajtam kívül álló okok miatt vissza kellett térnem Mexikóvárosból Budapestre. Itt rengeteg ilyen-olyan munka végzése mellett letettem az idegenvezető szakvizsgát és felvételt nyertem a MOME Media design (volt Iparművészeti Egyetem) videó szakára, ahol munkavégzés mellett, nappali tagozaton jelenleg is tanulok.

Bár sokszor most sem érzem magam elég érettnek az egyetemhez, rájöttem, ez személyiségfüggő és a lényeg, hogy szeretem azt, amivel foglalkozom.

Hogy mennyire értem el céljaim, mennyire találtam meg a helyem?

Remélem, egész életemben pont annyira fogom érezni, hogy igen, mint amennyire nem, és akkor lesz még miért felkelnem holnap.

Az utolsó 3 évben lettem waldorfos, ami így kicsit más. Ellenben pont ezért én csak az előnyeit tudnám sorolni. Segített elfogadnom és megismernem azt, aki vagyok, ami elég nagy kincs egy 17-19 éves gyerekeknek.

További terveim, céljaim: fejlődni, tanulni, magabiztosabbá válni a hivatásomban, befejezni mellette az egyetemet, munkát találni, elhelyezkedni, szeretni, leszokni a cigiről, család, gyerekek, békés öregkor, fájdalommentes halál.

Meleg Márta

A Gödöllői Waldorf iskolába tizedik osztályosként kerültem. Addigra már sok kudarc ért és itt végre értékesnek érezhettem magam. Emlékszem, az előző iskolámban sose volt elég jó, amit rajzoltam. Itt viszont meg is dicsérték. A négy



10. osztály – a Pygmalion bemutatója után

év alatt, amíg ide jártam, sokat erősödött az önbizalmam. Ennek köszönhetően sikerült bíznom abban, hogy az álmatag sose adjam fel, igenis képes leszek egyszer megvalósítani.

Egyik legemlékezetesebb itt töltött időszakom az volt, amikor a diplomamunkámat írtam. A témája az volt, hogy mi szükséges ahhoz, hogy az álmaim cukrászdáját beindíthassam. Ekkor határoztam el, hogy elindulok ezen a rögös úton, amely a tervem megvalósításához vezet.

Miután leérettségiztem, az álmatag követve cukrászképzésre jelentkeztem, amelyet sikeresen el is végeztem és közben még szakács szakmát is szereztem.

Ezt követően főiskolára jelentkeztem, ahol üzletvezetést tanultam. Az utolsó félévben kötelezően szakmai gyakorlatra

kellett mennem. Úgy gondoltam, ez jó lehetőség arra, hogy külföldön töltsöm le a gyakorlati időmet. Angliában találtam lehetőséget és végül két és fél évet töltöttem kint.

Közben a főiskolai tanulmányaimat is befejeztem itthon. Amíg külföldön éltem, sokat tanultam a tűréshatáromról és hogy mire vagyok képes egyedül a nagyvilágban.

Ma már itthon vagyok és igyekszem hasznosítani a külföldön szerzett tapasztalataimat.

Miután decemberben bezárt az a kávézó, ahol dolgoztam, eldöntöttem, hogy nem vállalom nyolcórás munkát, hanem keresni fogok egy családot, ahol rugalmas beosztással takaríthatok vagy vigyázhatok a gyerekekre. A döntésemnek az volt az oka, hogy szerettem volna végre foglalkozni az álmom megvalósításával, azért hogy egyszer saját vállalkozásom lehessen. Szerencsémre a családom is támogat és mindent megtesznek azért, hogy idővel pici, hangulatos kávézóm lehessen.

Pár hete elkezdtem egy családnál dolgozni heti tíz órában, ezáltal teljesült a vágyam egyik fele. Jövő héten pedig fogok tartani egy kóstolóestet, ahol lehetőség nyílik arra, hogy meg lehessen kóstolni a laktózmentes csodáimat. Utána majd megrendelésre szeretném készíteni a finomságaimat.

Még hosszú út előtt állok, de érzem, lépésről-lépésre haladok tervem megvalósítása felé.

Érettségi óta sokat változtam, kitartóbb, határozottabb lettem. Célom, hogy egyre jobban megismerhessem önmagam, ezért önismereti képzésekre járok és jógázom.

Igyekszem tudatosan is élni.

Dióhéjban ennyit írnék az elmúlt évek történeteiről.

Szabó Réka

Réka ős-waldorfos, alapító szülők gyermeke, Waldorftanár-gyermeke. Tehetséges, sokoldalú diák volt, bármi lehetett volna belőle. Most hegedűművészként járja a világot, valószínű, hogy az alábbi sorok is "röptében" születtek, India és London között (K.J.).

Érettségi után a Liszt Ferenc Zeneművészeti Főiskolán folytattam tanulmányaimat, ahol 2009-ben diplomáztam. Diploma után a Klassz Tehetségek Program ösztöndíjasaként a Skót Királyi Zeneakadémián folytattam hegedűtanulmányaimat. (Royal Scottish Academy of Music and Drama, ha esetleg angolul akarnátok leírni...) Ez alatt az év alatt játszottam a Royal Scottish Symphony Orchestrával, kamarazenéltem Ilya Gringolts-al, illetve az ösztöndíjprogram gálakoncertjén mint szólista léphettem fel a Liszt Ferenc Kamarazenekarral. 2011/2012-ben a londoni Trinity Conservatoire-ban szereztem meg a master diplomámat hegedűn, az azt követő évben pedig brácsán is. Illetve, a második az azt hiszem, előadóművészi, ebben nem vagyok biztos, mert nem volt időm átvenni, és Gödöllőre postázták a szomszéd kerület helyett...

Egy kevés tanítás mellett főleg zenekari játékkal foglalkozom, ritkábban stúdiómunkákkal, még ritkábban szólókoncertekkel.

Zombory Therese

Az érettségi után kiköltöztem Svédor-



11. osztály – Márton nap

szágba, ahol felvettek egy textil-kurzusra. Ez egy egyéves, főiskolára előkészítő tanfolyam volt, ahol többek között varrni, szabásmintát készíteni, szőni, különböző textil-technikát és divat-rajzolást tanultam. Az évet egy divatbemutatóval zártuk, ahol mindenki a saját maga által tervezett és készített ruhakollekcióját mutatta be. Ez után az év után utazni akartam. Messzire! Mindig is bennem volt a vágy, hogy érettségi után világot lássak és mivel az angoltudásomon volt csiszolnivaló, ezért döntöttem úgy, hogy Ausztráliába utazom.

Ausztráliában farmon végezhető munkák után néztem és végül két különböző farmon dolgoztam, ahol leginkább bárányokat, teheneket tereltem motoron vagy lóháton. Nagyon élveztem ezeket a munkákat, szinte mindennap tanultam valamit újat, amit korábban sohasem csináltam. Ezért aztán miután letelt az egy év és lejárt a vízumom, visszamentem Svédországba, ahol munka után néztem, hogy egy kis spórolás után újra vissza tudjak menni Ausztráliába egy újabb évre. Svédországban különböző óvodákban dolgoztam, majd újra visszamentem Ausztráliába dolgozni. Nagyon megszerettem az óvodai munkát és ezért a második ausztráliai utamon megpróbáltam

gyerekekkel kapcsolatos munkát is végezni. Így alakult, hogy egy hatgyerekes családnál dolgoztam négy hónapig, akik szintén egy farmon éltek, így a gyerekek mellett a farmos munka sem maradt el.

Majd újra visszatértem Svédországba. Ez alkalommal egy speciális kis óvodában sikerült elhelyezkednem, ahová sérült vagy különböző nehézségekkel küzdő gyerekek járnak, akiknek jót tesz a kis csoportban való részvétel. Az egész óvoda nyolc gyerekből és öt pedagógusból áll.

Úgy érzem, megtaláltam a helyem Ausztráliában, ahol az utazásaim során találkoztam párommal (nyáron lesz az esküvőnk!). Most itt Ausztráliában próbálok letelepedni, ami egy hosszabb folyamatnak mutatkozik, és itt szeretném folytatni az életemet.

Ha visszatekintek az elmúlt évekre, úgy érzem, eddig elértem már pár célokat, mint pl. az utazást, vagy hogy jobban megtanuljak angolul beszélni és hogy kipróbáljak különböző munkákat. Persze ezen kívül vannak nagyobb vagy távolabbi céljaim is, de ezek még a jövő titkai.

Waldorfos iskolai éveimre mindig nagy szeretettel gondolok vissza. Úgy gondolom, nagyon sokat adott nekem ez az iskola. A tanárainkra mindig tudtunk számítani akár a tanulásban, akár ha valamilyen gondunk vagy esetleg személyes problémánk akadt. Én úgy éreztem, mindig volt valaki, akihez bizalommal tudtam fordulni. A tanáraink a tananyag tanítása mellett mindig is ügyeltek a személyes fejlődésünkre is, ami szerintem nagyon jó dolog volt.

A cikket összeállította: Kecskés Judit

Ásás, főzés, levendula-és természetesen tanítás

Kertművelés a 2013/14. tanévben

Már többedik alkalommal volt módom írni az iskolakertről és a kertművelés tantárgyról, most egy kicsit más szempontból teszem ezt.

Bemutatom ezt a tanévet, az osztályokat, s hogy mi az, amit eddig tettünk. Tapasztalataimat az elmúlt tíz év tükrében is átgondoltam, igyekszem ezt is megosztani az olvasóval.

Hatodik évfolyam

A mindenkor hatodikkal azért könnyű viszonylag ez a tárgy, mert ők már eléggé nagyok ehhez a munkához és ezt be is akarják bizonyítani.

Így volt ez az idén is. Igaz, a gyerekek kitartása és fizikai ereje még nem teszi lehetővé azt, hogy már az első órától 70-80 percet aktívan tevékenykedjenek egy-fajta munkával, így ehhez kell alkalmazkodni a szervezésben is.

Első órán általában beszélgetünk a saját kerti tapasztalatainkról, majd sétálunk egyet az iskolakertben, ahol megismerkedünk az ottani növényekkel, a munkákkal, és főként a rendszeresen használt szerszámok biztonságos használatával. Természetesen a séta során az éppen érő

kerti finomságokból is – szőlő, paradicsom – kóstolgatunk.

A következő órától egészen az őszi szünetig – sőt még azután is néhány alkalommal – tudunk kerti munkákat végezni. Egy órán négy-öt féle munkafeladat van, amit a gyerekek forgó rendszerben végeznek, így egy-egy tevékenységet körülbelül tizenöt percig folytatnak. Ezek általában: ásás, kapálás, falevelgyűjtés, talicskázás, trágyahordás, terménynyelés, begyűjtés, előkészületek a télre.

Miután beszorulunk a terembe, feldolgozásokat végzünk. Ekkor készítünk – a hetedik és nyolcadik osztályokkal is – levendula- és bodzaszörpöt, szárított zöldségekből és fűszerekből ételízesítőt, levendulával töltött illatszákot, naspolya-ivólevet és lekvárt, paradicsomléből – saját termés! – ketchupot, csatnit, mártogatunk színes viaszgyertyát, törjük a diót, stb. Az így elkészített dolgok többségét a téli szünet előtti utolsó órán a gyerekek hazaviszik, hogy aztán a családjukban elajándékozzák azokat.

A hatodikosokkal ekkor egy időre véget érnek az órák, s legközelebb a síszünet után folytatódnak, amikor újra kezdőd-



nek az előkészületek a kinti feladatokra. Ekkor ismerkednek meg a palántanevelés technológiájával, és nevelhetnek saját kiültetésre is növényeket. A kinti tevékenységből már elmarad a forgó rendszer, de még csak 45-50 percet töltenek a kertben. Az óra első felében a különféle tevékenységek ismertetése mellett a gyerekek bemutatnak egy-egy, az általam adott listából választott „kerti” (levéltetű, katica, sáska...) állatot. Az elsőt még én mutatom be, mégpedig a földigilisztát. Rajta keresztül tanulják meg, hogy mi-

lyen érdekes, rejtélyes és fontos is lehet egy ilyen nem túl nagyra értékelt élőlény. A bemutatáson keresztül sajátíthatják el, hogy mit is kell megfigyelni, miként lehet majd nekik is megismertetni a maguk által választott élőlényt. Miután ezzel végeztünk, kimegyünk dolgozni. Az ismereteket nem jegyezzük le füzetbe, még a technológiáról valókat sem, azonban mind félévkor, mind év végén egy kis vetélkedő formájában számot adhatnak ismereteikről.

Munkáikat általában igyekvően végzik,

de a tanári jelenlét még többnyire fontos a precíz és folyamatos munkavégzéshez, ezért csoportról csoportra járok közöttük. Különösen a tavasz és a nyárelő nehez nekik, hiszen a meleg, az egyre szárazabb talaj még próbára teszi a kitartásukat.

Hetedik évfolyam

A hetedikesek esetében már más a helyzet. Őket már a tanév elejétől hosszabb ideig tartó tevékenységek várják, hiszen ők már erre is képesek. A hozzáállásuk ekkor még többnyire széles skálán mozog. Míg hatodik elején mindenki lelkes, addig hetedikben ez mérséklődik, igaz,

mindig vannak kivételek is! Minden osztályban van néhány olyan tanuló, akit ekkorra már érdekel annyira ez a tevékenység, hogy szívesen végzi még a nehezebb feladatokat is.

A munkák ugyanazok, mint hatodikban, de már sokkal önállóbban dolgoznak. Ekkorra már túl vannak egy évkörön, így a munkák ismerősek a számukra, így képesek azokat elég pontosan, eredményesen végezni.

Belső fegyelmük az év elején még nem eléggé kialakult, de a második félévben ez sokat fejlődik.

Motiváló erő az is, hogy ebben az évben a téli órák egy részén – a téli szünet végétől a síszünetig – ételeket is készítünk, több-



Nyolcadikosok kerti munka közben

nyire a kerti termények felhasználásával. Ezek az órák nagyon népszerűek!

Természetesen egy-egy órán két-, háromféle ételt is készítünk, amiben mindenki szívesen és tevékenyen vesz részt, legyen az zöldséghámozás vagy éppen mosogatás. A végén pedig elégedetten ülnek a terített asztalokhoz, s jókat esznek a maguk által készített finomságokból.

Ízelítőül néhány: burgonya-krémleves Parmantier módra, borsóleves, diós nudli, meggyes vagy szilvás gombóc, pizza stb.

A főzések során mesélek nekik az egyes növényekről, a történetükről, a táplálkozásban elfoglalt szerepükről. Kiemelt figyelem irányul ilyenkor a más kontinensekről származókra, hiszen ebben az évben tanulnak történelemből a távoli tájakról is. Ezért a kukorica, a krumpli, a paradicsom stb. megismerése, jól egészíti ki a történelmi ismereteiket. Természetesen ekkor a különféle ételkészítési technikákról is beszélünk, és gyakoroljuk azokat. Megtanulják például, miként kell a hagymát felvágni, a répát, a gombát helyesen tisztítani.

Nyolcadik évfolyam

A nyolcadikosokkal már nagyon könnyű a munka. Ők már ekkorra komoly ifjú emberek, akik büszkék a munkájukra, és önérzetesen végzik is azokat. Tapasztalataik is megvannak már, és nagymértékben megbízhatóak. A kiadott feladatokat egymás közt osztják el és zökkenőmentesen, hatékonyan végzik. A kertben a legnehezebb munkák várnak rájuk. Ilyenek a mélyágyás készítése, a kert tereprendezése, növénytelepítés vagy épp fakivágás.

A téli tevékenységük hasonló, mint hetedikben, de például már ők varrják a levendulazsákokat, hiszen a kézimunka órán ez jó gyakorlás a varrógép használatához.

A főzéseknél pedig már más a szempont. Ekkor visszanyúlva a tavalyi évhez, az ismereteikre alapozva kitekintünk más nemzetek konyháira is. Így a mediterrán és északi országok, majd a Távol-Kelet is „megkóstolásra” kerülnek. Természetesen minden alkalommal igyekszünk saját termelésű alapanyagokat is felhasználni. Ebben az évben fiúi túlsúly van a 8. osztályban, de ez a főzésbeli lelkesedésben nem mutatkozott negatívan. Érdeklődve és kíváncsian jöttek: ma mit főzünk? Alkalmanként 4-5féle ételt is készítünk, amelynek receptjeit néhányan lelkesen „követelték”. Ezek előkészítése és elvégzése időre néha komoly logisztikai kihívás volt, de minden esetben megérté. Örömmel hallottam tőlük, hogy volt, aki otthon is kipróbálta némelyiket.

...és tavasz az iskolakertben!

Mostanra ránk tört a tavasz, tél nem is volt, úgyhogy már jó ideje a kertben tevékenykedünk az osztályokkal. Földben van a borsó, a krumpli, a hagyma, a sárgarépa, a petrezselyem és a pasztinák. A palántának valók is kikeltek már, az ágyások rendezetten várják a paradicsomot és társaikat. A rózsák is nagy erővel törnek felfelé, s a gyümölcsfák is bontogatják szirmaikat.

Reménykedünk, hogy szép lesz ez a tavasz!

Mincsik István

Délutáni foglalkozások az iskolában

Agyagozás

Ebben a tanévben iskolánk lehetőséget teremtett arra, hogy ingyenes délutáni foglalkozás keretében járhasanak agyagozásra azok az alsó tagozatos kis diákjaink, akik ehhez kedvet éreznek, a délutánt pedig amúgy is az iskolában töltik. A foglalkozás kötetlen agyagozásra, kreatív játszadozásra nyújt lehetőséget, amelynek célja, hogy bővítse a gyerekek fantáziáját, fokozza alkotókedvüket, miközben ügyesednek és jól érzik magukat. Két csoportot indítottunk ősszel, mindkettő hamar betelt, és örömmel újságolhatom, a gyerekek változatlan jókedvvel és aktivitással vesznek részt ezeken az alkalmakon.

Alsó tagozatosok lévén, ebben az élet-

korban még nem tanítva foglalkoztatjuk őket, például meghatározott technikával vagy adott feladatokkal, hanem általában a gyerekekre bizzuk, mit szeretnének csinálni, ezzel is fejlesztve kreativitásukat. A tanításszerű agyagozásnak is eljön majd az ideje: például 4. osztályban az állattan epocha kapcsán, majd egyre többet az 5. osztályban kezdődő kézművesség órákon. Most azonban még olyan maguk választotta témákon, munkákon keresztül szereznek tapasztalatokat a térbeli formázásban, amelyek koruknak megfelelően éppen foglalkoztatják őket, amelyhez éppen kedvet kapnak, amelyek valóban belülről, belőlük fakadnak. Ennek a skálája pedig igazán széles és változatos: nyusztól az orrszarvúig, kiskutyától a krokodilig, tengeraltjárótól a villamosig, fedeles dobozok, fantáziaformák,



golyópályák, házikók, delfinek, várak, repülők, egészen az olyan törekény végletekig, mint például daru, virág, fa, motorkerékpár... Sokszor fejből dolgoznak, időnként meg a műhely polcairól vesznek maguk elé nagyobb diákok egy-egy kész munkáját, hogy abból ötleteket, megoldásokat merítve, saját megfigyeléseiken keresztül próbálják megvalósítani elgondolását.

Minden alkalommal jó látni, ahogy ezek a gyerekek töretlen lelkesedéssel gyülekeznek a foglalkozás elején, majd kitartó igyekezettel dolgoznak a munkájukon, végül pedig igazán szemrevaló formák születnek a kezük alatt. Mindez arra biztat, hogy jövőre is tartsunk „délutáni agyagozást”.

Vizy Péter

Dráma-foglalkozások

A délutáni foglalkozások keretében indultak októbertől a drámaórák is. Az ötödik osztályból kevés kivétellel szinte az egész osztály, a hatodikosok, hetedikesek közül is szép számban, a nyolcadik osztályból pedig egy rendületlenül lelkes résztvevője van a hétről hétre megtartott alkalmaknak.

Elsődleges célom továbbra is a játék öröme, a bizalomteljes, vidám hangulat megteremtése. Így különböző felvezető játékok, gyakorlatok (mint például a figyelem iskolázására irányuló vagy beszéd- és mozgásgyakorlatok) után szinte mindig foglalkozunk valamennyi csoporttal rövid jelenetek kidolgozásával,



ezeket gyakran színezve érdekes feladatokkal. A nagyobbak kipróbálhatták magukat már különböző jellegű improvizációkban is. Ezek során izgalmas karakterek elevenednek meg, érdekes helyzeteket, szituációkat dolgozunk fel különböző eszközöket felhasználva, mint például némajáték, szinkronizálás, állókép, szobrok stb.

Vannak, akik a kezdeti bátortalanság után egyre jobban merik megmutatni önmagukat, persze vannak olyanok is, akiknek ez soha nem okozott gondot. Bátrak, ügyesek, fantáziadúsak egytől-egyig, zseniális megoldásaik sok-sok vidám pillanatot szereznek mindnyájunknak. Előfordul olykor-olykor, hogy azt érezzük, "ez most nem volt olyan jó", de alapjában véve feltöltekezve várjuk együtt a következő alkalmat.

Közös munkánk gyümölcse többek között a hetedik-nyolcadikosokkal a farsangi és a báli mulatságon bemutatott kabaréjelenet-összeállítás, és az ötödikesek sok szép szavalata a közelmúltban megrendezett Petőfi-esten.

Hogyan is vélekednek az órákról a diákok:

"Vicces, kalandos, sok ember vagy állat életébe képzelhetjük magunkat!"

Buzás Blanka, 5. osztály

"Az órák hangulatosak, együtt lehetek a barátaimmal, vicces, játékos, de mégis sokat tanulunk. Néha az rossz, hogy óriási a hangzavar, amit Judit hősiesen próbál elcsitítani."

Kerék Rebeka, 5. osztály

"A dráma az az óra, ami inspirál a színészet felé. Rengeteg mindent csinálunk, ami, mondjuk, egy év végi színdarabhoz nagyon-nagyon jól jöhet. Egyszóval szerettem MINDENKI próbálja ki a drámát!"

Szabó Adrienn, 6. osztály

"Azt szeretem a drámaórán, hogy nem kell szégyellnem magam, ha valamiben rossz vagyok. Itt mindenki barát, nincs olyan, hogy valaki ki van közösztve. Nagyon jó feladatok vannak, jók az ötletek."

Bekő Anna, 6. osztály

"Minden órán jó hangulat van, ha úgy megyek be esetleg az órára, hogy most nincs kedvem (nagyon ritkán van ilyen), akkor is 10 percen belül jókedvem lesz"

Begala Bori, 7. osztály

Végezetül pedig egy szép idézettel szeretném zárni soraimat, amely híven tükrözi közös élményinket:

"A játék köt és old. Leköt. Elbűvöl, vagyis elvarázsol. Tele van azzal a két legnemesebb emberi tulajdonsággal, amit az ember a dolgokban érzéklni és kife-

jezni képes: tele van ritmussal és harmóniával."

Huizinga: Homo ludens

Kecskés Judit

Sakk-szakkör

Miért jó, ha sakkoznak a gyerekek?

Hosszan lehetne sorolni a sakk játékos hatásait, de itt csak két szövegrészt idéznék a tantervből.

„A sakk az egyik leghatékonyabb képességfejlesztő eszköz, amelynek segítségével a gyerekeket az óvodáskor végén, iskoláskor elején be lehet vezetni a tudatos ismeretsajátítás világába. A sakkozás alapvető kognitív lelki folyamatokat és funkciókat működtetve, játékosan hat az értelmi képességek, mindenekelőtt a megértést és a problémamegoldást biztosító gondolkodás fejlődésére. Azonban nem szabad figyelmen kívül hagyni a sakkozás nevelő-fejlesztő erejét, személyiségformáló hatását sem.”

„Sakkozás közben a gyerekek egy sor már tárolt információt mozgósítanak és kombinálnak össze, miközben idegrendszerükben a sejtek közti kapcsolatok száma sokszorozódik. Ezeket a kapcsolatokat fogják felhasználni mindenfajta tanulás során.”

Ajánlom minden olyan gyereknek és felnőttnek is, akiknek nehezen megy a logikus gondolkodás művelése, és ebből adódóan nehézségei vannak a számtannal. A sakk a tanuló személyiségét komplexen fejlesztő stratégiai táblajáték.

Balog Lehel

ÓVODAI ÉLET

A mai gyerekek és az elementáris lények üzenetének párhuzama Gfellner Csilla írása



Az óvodában már évek óta folyamatos változásban vagyunk. Változik a ritmus, változik a napirend, változnak a tevékenységek.

Sokan nézték s tán nézik ezt értetlenül. Mi ennek az állandó változásnak az oka? Mi inspirál minket erre? Ezt szeretném jobban megvilágítani.

Azt tapasztaltuk, hogy a most óvodába érkező gyerekek nagy többsége más, mint ezelőtt 20 évvel. Akkor is voltak ilyen gyerekek. Tudnék nevetek is sorolni, de abban az időben még nem olyan nagy arányban jelentek meg egy csoporton belül, hogy változást indukáljanak. A most születő gyerekek nagy többsége

viszont más, mint a 20 évvel ezelőtt születettek, így meggyőződésem, hogy ezek a gyerekek minden óvodában jelen vannak.

Erről a témáról évtizedek óta többen is cikkeznek, írnak, köztük olyan nagy nevek, mint Székely György, Henning Köhler. A valódi lépések azonban váratnak magukra, úgy ahogy az összefogás is ezekért a gyerekekért! Ők azok, akiket nem értenek meg, akik egyre kevesebb intézménynek kellene. Beleértve a Waldorf intézményeket is.

„A hamburgi repülőtéren, beszálláskor egy fiatal házaspár állt előttem. Az anyuka egy három-négy hónapos fiúcskát



tartott a karjában. A kicsi hirtelen megfordult és rám nézett. Közvetlenül a szemembe nézett és én megrendültem, mert ez nem egy kisbaba pillantása volt, hanem egy nagyon öntudatos felnőtté, mégpedig egy bölcs felnőtté: úgy tűnt, a gyerek teljesen átlát rajtam. Ezzel az átható tekintettel már korábban is találkoztam, súlyosan autista embereknél. E tapasztalat fogva tartott. Több ilyen pillantás-élményre emlékeztem – gyerekekkel, nagyobbakkal is. Ekkor eszembe jutott, milyen gyakran panaszkodnak tanárok és óvónők, hogy egyre gyakrabban kerülnek konfliktusba nehezen kezelhető, bár igen tehetséges gyerekekkel. (...) Világossá vált számomra: körülbelül 20 éve gyermekek új generációja érkezik a Földre – volt néhány előfutáruk –, egyre nagyobb számban, és ez korunk legje-

lentősebb eseménye. Így tekintetem a kisgyerek általános embertanáról egyre inkább azok felé a gyerekek felé fordult, akiket csillaggyerekeknek neveztem el – látni fogják, miért. Az tűnt számomra a legfontosabbnak, hogy róluk írjak, mert sok pedagógus, pszichológus és pszichiáter (ez alól az antropológusok sem kivételek) nemcsak hogy nem ismeri fel, mivel van dolga, ha „nehezen kezelhető” gyerekekkel találkozik, de néha nem is akarja felismerni. Időközben több mint hetven „szakkifejezést” alkottak e gyerekek meghatározására. Gyakran a zavart keltő gyerekeket mint agykárosultakat olyan gyógyszerekkel kezelik, amelyek alkalmasak arra, hogy a tüneteket elvonják, de egyúttal megsemmisítik azokat a lehetőségeket és impulzusokat is, amelyek ezek a gyerekek magukkal hoznak.

Áprilisi hangulatképek az osztályok életéből



1. osztály



2. osztály
Dióhéj



3. osztály



5. osztály



4. osztály



6. osztály



7. osztály



8. osztály

Természetesen nem minden nehezen kezelhető gyerek csillaggyerek, de többségük minden bizonnyal az.” (Georg Kühlewind 2002.)

Miben mások ezek a gyerekek? Mit tapasztaltunk az óvodában? Nagyon nehéz ezeket a tapasztalatokat, érzékeléseket szavakba önteni. Ezeknek a gyerekeknek a tekintete más. Olyan, mintha feladatuk lenne és ennek nagyon is tudatában vannak. A gondolatainkat látják, érzékelik. Gyakran válaszolnak fel nem tett kérdésekre. Teljes valómban érzékelnek engem mint embert. Olyan, mintha meztelenül állnék előttük. Nincs titkom.

Rendkívül célirányosak. Ebből több összeütközés is adódhat a környezettel. Egyéni megoldásokra törekednek. Nincs számukra lehetetlen. (Ez is nehézség néha.) A nyelvi kifejezésben – akár váratlanul – nagyon árnyaltak és finomak, lényegrelátók tudnak lenni, korukat jelentősen meghaladva. Néha ez csak egy-egy mondat, gondolat erejéig jelenik meg. Fontos nekik, hogy értsék, lássák az összefüggéseket. Rendkívül érzékenyek. Ez másképp nyilvánul meg egy-egy kisgyermeknél. Érzékelik a világban, a környezetükben lezajló eseményeket, amelyeket átélnek. Ez az átélt, számukra negatív élmény vagy a másik ember tette – érzékelésem szerint – fizikailag fájdalmként jelenik meg bennük. Rendkívül empátikusak tudnak lenni a társaikkal, állatokkal. Gyakran megjelenő témájuk a halál. Időnként autizmusra utaló jegy is felbukkan, például túlzott ragaszkodás a szokásokhoz, érzelmeit szokatlan módon mutatja ki, nekirohan egy felnőttnek, vagy a társainak. Néha nem egyértelmű

számára, hogy mi a megfelelő viselkedés. Egyik pillanatban homlokegyenest más tesz, mint a másikkban. Fájdalmat okoz a társának, s amikor ezzel szembesítjük, nem is érti, mi történt, s ki tehetette ezt. Van, aki magában beszél, előnyben részesíti önmaga társaságát. A felmerülő nehézségeket – például alapérzékbeli gyengeségek – bohóckodással, túl sok beszéddel leplezi. Egészen különleges kapcsolatuk van a természettel. Nagyon nagy elmélyültségre képesek, olyanra, ami ritkán tapasztalható már a világban, de csak, vagy elsősorban azokon a területeken, ami érdekli őket. A folyamatokkal, tevékenységekkel teljesen együtt tudnak áramolni, mély átéléssel. Némelyeknek óriási a mozgásigényük, elsősorban a nagymozgások területén. Tele vannak energiával, tettvágygal. Valamit létre akarnak hozni. Olyan, mintha nem érnék rá megpihenni, állandóan tennivalójuk, feladatuk van. Óriási a szabadságvágyuk. Nehezen irányíthatók. Időnként határtalanok. Nagy az igazságérzetük. Vannak, akiket zavar az erős hang, befogják a fülüket is, vagy kikéretőznek a folyosóra, s vannak olyanok, akik – gyerektől szinte lehetetlennek tűnő – hang-erő kiadására képesek. Az utánzási erők némelyeknél gyengék, ennek ellenére rendkívül kreatívak. Nehézséget okoz megállni a lábukon. Fontos a földdel való kapcsolat. Életkorukkal már meghaladott mozgásformák időlegesen előtérbe kerülnek náluk. Ilyenkor visszamennek babába, babás mozgásformákba. Amikor a bizalmukba fogadnak, szemkontaktus által szavak nélkül is tudunk kommunikálni. Ez egy felemelő pillanat.

Ezek a saját megfigyelések – a teljesség igénye nélkül – vezettek oda, hogy fel-

rúgjuk az addig jól bevált formákat, szokásokat, ritmusokat az óvodában Elkezdjük kutatni, mire van szüksége ezeknek a gyerekeknek, hogyan tudjuk őket segíteni, támogatni. Mit mutatnak és mit üzennek nekünk?

Az első felismerésünk az volt, hogy tudatosságot várnak tőlünk. Semmi rutin! Minden legyen élő és igaz! Olyan embereket szeretnének nevelőjüknek, akik maguk is törekednek a nevelődésre. Akikre ha rátekintenek, lássák ezt a törekvést bennük, bennünk. Így tehát megpróbáltunk minden tevékenységet, ünnepet górcső alá venni, hol nem vagyunk jelen, mit teszünk szokásból. Ez állandó ébrenlétet és éberséget igényel és nagyon könnyű belecsúszni a rutin adta biztonságba és kényelembe.

A következő felismerés: ha elegendő időt akarunk hagyni a szabad játékra és mozgásra, munkafolyamatokra, nem fér bele minden egy óvodai napba, ami még 20 évvel ezelőtt belefért, vagy ami a WOP-ban irányelvként megjelenik.

Biztosítanunk kell nekik a nagymozgásokra a lehetőséget, s a természettel, anyafölddel való kapcsolatot, az értelmes, utánozható munkafolyamatokba való elmélyedést, kapcsolódási lehetőséget az elementáris lényekhez. Ezért döntöttünk amellett, hogy amíg az idő engedi, s ameddig engedi, az udvaron vagyunk, s olyan tevékenységeket végzünk, amit ez az időszak kínál a természetből. Ilyen például a lekvárfőzés, paradicsompasszírozás, lecsóelrakás, szőlőpréselés, favágás, fűrészelés és tüzelő-előkészítés, ke-



mencében fűtés és sütés (ha már hideg az idő, nem tudjuk megfelelő hőfokúra fűteni a kemencét), kertészkedés, söprögetés. Hetente pedig kirándulunk az Arborétumba. A művészeti tevékenységek udvaron is végezhető részét kivittük az udvarra (rajzolás, gyurmázás, dagasztás, fonás, kézimunka).

Érdekes megfigyelés, hogy az udvari élet órán vagy az Arborétumban szinte nincsenek konfliktusok a gyerekek között. Ott is megjelenik a játékaikban egy önmaguk által generált ritmus. Hol látni, hallani sem lehet őket, hol pedig hatalmas mozgással és hangerővel vonulnak (söpörnek) végig az udvaron.

Még valamit szeretnének tőlünk: valódi figyelmet. Székely György 2002-ben ezt így fogalmazza meg: „Azoknak a pedagógusoknak, akik „nehéz” gyermekekkel foglalkoznak és kénytelenek foglalkozni – és hamarosan csak ilyen gyerekek lesznek – az antropológiai, pszichológiai, akár szellemtudományi ismeretek – bár mindezekre részben szükség van – nem fognak sokat segíteni, nem lesznek elegendőek. Mert a pedagógia – amely egyre inkább a gyógypedagógia felé kényszer-

rül mozdulni – csak olyan feltételek mellett lehet, vagy lehetne hatékony, ha a pedagógus olyan szintre fejlesztené figyelmét, hogy képessé váljon szellemi tapasztalásokra.” A kisgyermek utánoz. Az utánzás formálja meg őt, alakítja fizikai testét. Leutánoz mindent, ami őt körülveszi, minden hatást, ami őt éri. Leutánoz minket. Azt, AKIK vagyunk, s nem azt, akinek látni szeretnénk, vagy hisszük magunkat. Ez óriási felelősség minden felnőtt számára.

A mai gyerekek üzenete tehát egyszerű megfogalmazásban így hangozhat: Légy valódi önmagad! Növekedj, nevelődj! Figyelj! Szeress! Légy éber! Ismerj meg! Fogadj el! Cselekedj!

Ezek nagyon ismerős hangok. Rudolf Steiner 1923-ban írt az elementáris lényekről, a törpékről, tündérekéről, sellőkről és tűzlényekről. Ez az írás nagy hatással volt rám. Steiner kiemeli, hogy e lények leírásához a nyelvi lehetőségeink szűkösek. Mégis megpróbálja megfogalmazni, hogy ha beszélni tudnának ezek a lények, akiknek egyébként nagyon fontos feladatuk van, s akiket a gyerekek még képesek érzékelni, akkor mit mondanának nekünk.

Törpék: Álmodod önmagad, s kerülöd a felébredést.

Sellők: Angyalok művét gondolod, s nem tudsz róla.

Tündérek: Teremtő hatalom világol néked, s nem sejtet ezt;

Érzed erejét, s nem éled.

Tűzlények: Isteni akarat erősít, s nem fogadod be.

Erejével akarsz, s eltaszítod magadtól.

„Mindez figyelmeztetés, hogy az embernek tudatával tovább kell haladnia. E lények, akik nem lépnek a fizikai létbe, azt akarják, hogy az ember fejlődjön tovább tudatilag, hogy részt vehessen világukban.” – írja Steiner. Lényegileg ugyanazt írja Henning Köhler is 2001-ben, csak éppen a mai gyerekek üzeneteként. „Gyerekek a jövőből”, akik hatalmas tudati ugrás előhírnökei. Az elementáris lények nemcsak figyelmeztetik az embert, hanem „bizonyos tömör mondásokat intéznek hozzá, melyeket hatalmas, gigantikus szózatnak érzékel az, aki hallani képes.”

Törpék kórusa:

TÖREKEDJ AZ ÉBREDÉSRE!

Sellők kórusa: GONDOLKODJ A SZELEMBEN!

Tündérek kórusa: ÉLJ TEREMTVE LÉLEGZŐ ÉLETET!

Tűzlények kórusa: FOGADD BE SZERETVE AZ ISTENI AKARAT EREJÉT!

Ismerősnek tűnnek ezek a szavak. Mint ha ezek a mai gyerekek, akiket sokféle jelzővel illetnek, összebeszéltek volna az elementáris lényekkel. Ugyanezt az üzenetet sugározzák felénk, ugyanezt kérik tőlünk, erőteljesen megjelenve a fizikai világban. Lehetetlen őket nem észrevenni!

Itt kopogtatnak az ajtóinkon. Ma és már egy ideje. Meddig nem akarunk még erről tudomást venni? A szép szavak itt kevésnek bizonyulnak. Mit teszünk értük? Ha teszünk, ha keresünk, akár hibázhatunk is. De akkor már megtettük az első lépést. Jó utat mindnyájunknak!

A lélek evolúciója a gödöllői Waldorf óvodában

Különös gyerekek születnek mostanában. Persze erről sokan szóltak, írtak már korábban is (Rudolf Steiner, Werner Kuhfuss, Henning Köhler, Georg Kühlewind). Négygyermekes szülőként megtapasztalni mégis más, sokkal élethebb és valóságosabb. Mitől különösek ezek a gyerekek? Impulzívak, óriási mozgásigényük van (feltéve, ha nem szögezzük őket a televízió vagy a számítógép elé abban az életkorban, amikor még nem elég erősek ahhoz, hogy ellenálljanak). A klasszikus pedagógus azt mondja, nem tudnak tartósan egyféle dologra figyelni. Az ítéleteit visszafogó megfigyelő azt tapasztalja, hogy egyszerre szokatlanul sok dolgot érzékelnek, és kell nekik egy kis idő, amíg a rengeteg információt feldolgozzák, így olybá tűnhet a felszínes szemlélőnek, mintha mindig fáziskészen lennének, legyen szó bármely érzékszervi észlelésről, viszont olykor zavarba ejtően mély figyelemmel fordulnak látószólag jelentéktelen dolgok felé. A külső szabályokat nem tartják magukra érvényesnek, gyakran nem is értik, mit akarunk tőlük, amikor a mi kis megszokott konvencióinkba próbáljuk begyömöszölni őket. Cserébe viszont az őszinteségnek és igazlátásnak számunkra ismeretlen szintjein járnak.

Gyógypedagógusként feltűnik nekem, hogy egyre több az úgynevezett problémás gyermek: diszlexia, hiperaktivitás, autizmus. Ezek ma a „legdivatosabb” szakkifejezések azokra a gyerekekre, akikkel a jelenlegi pedagógia nem tud mit kezdeni. De nézzünk csak mélyebb-

re! Miben is van „disz-”, zavar? Valóban a gyermekben vagy inkább a pedagógiában, amely nem találja az utat a megváltozott érzékeléssel érkező gyermekek tanításához? Valóban a gyermek viselkedése mutat „hiper-” túlzásokat, vagy a pedagógiai eszközzé fejlesztett kontroll túlműködése okozza a rendszer zavarait, és a hiperaktív gyerekek csupán erre szeretnék felhívni a figyelmet? Valóban a gyermek az „outsider”, vagy csak arra akarja felhívni a figyelmet, hogy az inkarnációs folyamatok is megváltoztak a lélek evolúciójának korában?

A lélek evolúciója zajlik, és valószínűleg ennek a korszakunkban zajló változásnak a tudatos kutatása sok kérdésre választ fog adni, és remélhetőleg hamarosan gyökeres változást hoz az emberi lény fejlődését leginkább támogató Waldorf pedagógiában is. Gyógypedagógusként, szülőként és a sors béklyóiból szabadulni akaró önmaga megismerésén dolgozó emberként magam is kutatom ezt a folyamatot.

Az antropológia alapvető tanai közül a lélek evolúciós folyamatának megértéséhez feltétlenül ismeretekkel kell rendelkezünk a földi ember négyes tagozódásáról (fizikai test, élettest=étertest, érzőtest=asztrálest, Én=individuum), a rein-karnáció és a karma filozófiájáról, a krisztológia és a különféle vallási tanok szerepéről az emberiség kulturális fejlődésében (például Buddha szerepe a kereszténység előhírnökeként, a két Jézus-gyermek története), Jézus és Krisztus megkülönböztetéséről, Krisztus második



eljöveteléről érzékszervileg nem érzékelhető formában, az érzékfeletti megismerés megszerzésének útjáról, a szellemi lények rendjéről és tevékenységeikről. Az emberi lényt megalkotó magasabb szellemi lények legrégebben a fizikai testünkön dolgoznak. Hatalmas szellemi lények áldozatából jött létre a fizikai világ évmilliókon át tartó evolúciója során az ember mai fizikai teste, amely a legkomplexebb és legtökéletesebb alkotás a természetben. A fizikai test képes az anyagi világgal tökéletes harmóniában együttműködni: például kiválasztani, hogy milyen anyaggal kerül kapcsolatba táplálék formájában, saját testébe befogadva felmelegíteni azt, beépíteni a saját test anyagába, a fölösleget kiválasztani, kiüríteni stb. A testi folyamataink nagy része a tudatunktól függetlenül működik.

Jelenleg még nem tudjuk akaratlagosan irányítani például a vérkeringésünket, a vesénk működését vagy az emésztési folyamatainkat. Az emberi lélek jóval fiatalabb a fizikai testnél. Míg a fizikai test tökéletes, kész rendszer, addig a lélek ma még kialakulóban van. Mondhatni, a próbaüzem zajlik. A minket érő lelki hatások között nem tudunk automatikusan szelektálni. Nincsen lelki orunk és benne lelki csillószőreink, hogy a lelkünket ért hatások közül automatikusan kiszűrje azokat, amelyek beszennyeznék a lelkünket. Ezt a szűrést a tudatunkkal végezhetjük el. Nincsen lelki gyomrunk, amely automatikusan megemésztene a minket ért lelki behatásokat, mint ahogyan nincsen lelki kiválasztó szervrendszerünk sem, amely megszabná a minket terhelő lelki élményektől. Marad a tudatos önvizsgálat, önismereti munka és a lelki folyamataink folyamatos, tudatos feldolgozása. A lélek evolúciójának folyamata, a lelki szerveink fejlesztésének folyamata. Az újabb generációk újabb feladatokkal érkeznek a világba, hogy a lélek evolúciójában megtegyék a következő lépéseket. A szülőknél, a pedagógusoknál csak akkor van esélyük felismerni a gyermekek speciális szükségleteit, ha a lélek evolúcióján maguk is tudatosan munkálkodnak. Ebben a munkában legfontosabb eszközként Rudolf Steiner a mindennapos meditációt és a tudatos önismereti munkát ajánlotta már a XIX. században.

A gödöllői Waldorf óvodában az elmúlt években kitartó és következetes munkával épült ki a lélek evolúcióján munkálkodó közösség, amelyben a szülők és pedagógusok egyenrangú munkásai annak a küldetésnek, amit Steiner egy

mantrájában, vagy ahogyan ő hívta Spruchjában így adott át tanítványainak: „A sors béklyóiból, ki mindenkit bilincsbe ver, kiszabadítja magát, az önmagát megismerő ember.”

Az óvodai közösség kezdeményezésében működő csoportokról az óvodában ér-

deklódhatnak azok, akik szívesen kapcsolódnának a lélek evolúcióján munkálkodó, meditációt gyakorló vagy önismerteti munkát végző társakhoz.

Turba Atilla

Panna iskolába megy....



Vízy Panna rajza

Úgy jött el a nap, az első felvételi napja, mint életem megannyi fontos eseménye: sok várakozás, aztán beindult a történet, és pillanatok alatt utána voltam. Leggyakrabban az év végi bizonyítványírás volt ilyen, még tanító koromban. Már áprilisban elkezdett motoszkálni a fejemben a gondolat, mindjárt itt az év vége; időnként, reggelente megjelent egy-egy találó mondat, amelyet sosem je-

gyeztem le; júniusig érlelődött, megerősödött, vagy idejét múlta. Azután, az évszázó után, június 25-én, csak néztem magam elé: nagy üresség keletkezett. Ma már nem kell írnom.

Panna lányunk iskolakezdését, mert a felvételit már iskolakezdésnek tartjuk, sok gondolat előzte meg. Mire végére értünk volna ezeknek, Panna „ébresz-

tett”: hányat alszunk még a felvételiig? Úristen, kettőt. Talán annyi sem volt és már ott álltunk a 2. emeleti folyosón, ahogy kell, várva leendő tanítónkat, kicsit drukkolva, kicsit megilletődötten, fogadva az ismerős felnőttek és gyerekek biztató pillantásait. Ez a felvételi elbeszélgetés arra való, hogy kiderüljön a tanítónak, iskolaérett-e a gyerek és illeszthető-e a leendő közösségbe.

Panna óra-percre „érett meg”. Kezdődött egy meglazuló foggal, amely felvételi előtt egy héttel, menetrend szerint ki is esett! (Eszembe jutott egy vicces rajz Köhalmi Ákostól, amely egy farsangi Dióhéjban jelent meg: gyerekek állnak sorban Dobos Péter fogorvosunknál. A doktor úr fogóval a kezében áll, készen segíteni az elsős felvételizőknél.) Meglepődve tapasztaltam, hogy mennyire igaz a Waldorf pedagógia ezen tétele az iskolaérettség egyik jeléről. Panna ezután nagyot változott, egyik napról a másikra „nagyobb” lett, más kérdések foglalkoztatták, elnéztem esténként, álmában, milyen nagy lett ez a lány, pedig csak az arcát láttam.

A Waldorf tanár-szülőknek is meg kellett járni az iskolaválasztás körüli, családi-baráti körkérdéseket. A „miért pont Waldorf”-ot. Feleségemnél szó sem lehetett másról, én hagytam magam elkalandozni, odafigyeltem a más iskolába járó barátok gyermekeinek életvitelére. Hagytam magam sodródni, de partot értem. Ebben nagy segítség volt, hogy helyettesítettem a mostani első, második és harmadik osztályokban. Csodálatos kis csapatokat láttam, egészséges délelőtti foglalkozásokon vettem részt velük.

De követem a végzett osztályom sorsát is. Még korai nagy dolgokat mondani, hiszen első gimnazisták a legkülönbözőbb helyeken. Hallom, Hanga kitűnő tanuló a Premontrei Gimnáziumban. Három lány kiválóan teljesít a Törökben, Kata egy év alatt három év kémiaját tudja összehangolni, a külföldre (Ausztriába) került fiúk állják a sarat, Gergő, aki nyolcadik év októberében elhatározta, hogy ausztriai gimnáziumban tanul tovább, úgy tanulta a németet, amelyet addig nem kedvelt igazán, hogy ma eredményes küzdelemről számolhatunk be, sikeres, mint olvashattam egy emailben. A Waldorf gimnáziumba járok a megszokott légkörben erősödnek tovább, legyen az Fót, a Göllner Mária Regionális Gimnázium vagy az óbudai Waldorf. Senki nem mondta azt, hogy keveset kaptak, azt igen, hogy megállják a helyüket az új iskolában.

Visszatérve Pannához, meggyőződéssel vallom, hogy a Waldorf pedagógia alapkövei – amiért én is tanító lettem – nem csorbultak. Mik ezek az alapkövek? Sok van, most csak azokat emelem ki, amelyek valamilyen okból elélem kerültek, hogy erősítsenek. A legalapvetőbb az a mondas, amelyet még Wittenben, a tanárképzésen hallottam: „a boldog vilanyszerelő, aki esténként hegedül”. Sziklaszilárd alapkö. Önök sok ilyen embert ismernek? Vagy eszembe jut Vekerdy Tamás gyakran emlegetett példája a kínai császárokról, akiknek nemcsak hadvezérnek, politikusnak kellett lenniük, de fuvólán zenélni és művészien táncolni is tudniuk kellett. Ezt is jó régen hallottam és akkor tessenék, 2014 februárjában kezembe veszem a Nők Lapja



Panna festménye

6. számát és Müller Péter visszaigazolja a fent említetteket. Remélem, nem illetlenség szó szerint idézni írásából, a cikk teljessége nélkül. Ki sem ejti a Waldorf szót, s örülök, hogy őt idézhetem és nem Steinert, nem vádolhat meg senki elfogultsággal. A nagy gondolatok összeérnek. Tehát az idézet, a cikk címe pedig: Féltem a gyerekeimet.

„Abból élek, amit stikában tanultam, magánszorgalomból, szamizdatból, anyámtól és néhány csodálatos embertől. De nem az iskolában. Minden tankönyvemet el kellene felejtennem, ha megtanultam volna. Nem a gyerekeknek, de a felnőtteknek is lételeme a játék. Táncolni, zenélni, a mesékbe elmerülni, színészkedni, festeni, az életet költészetté átvárasztani, az ember szeret, mert ez a lételeme. A magas kultúrákban az Élet művészetét oktatták. Az ősi tradicionális Japánban minden művészet volt: az írás, a teaivás, a céllövés, a színház, a muzsikálás, a konyha, a társasági élet, a beszélgetés, a virágrendezés, a kertápolás, a búcsú, de még

a magány tartalmas megélése is művészet volt. Az igazi művészet nem arra való, aminek manapság véljük. Nem eladásra, még csak nem is előadásra való. Hanem arra, hogy a saját lelkünket harmonizáljuk, hogy megtanuljuk a koncentráció, az összeszedettség és az önlegyőzés művészetét. A kisgyermeknek nem azért kellene művészetet tanítani, hogy ebből éljen, nem is azért, hogy mutogassa magát, hanem azért, hogy boldogabb ember legyen. Ez nem tehetség kérdése. Tehetségtelen gyerek nincs. Nem az a lényeg, kiből lesz világbajnok, híres művész, és mennyire lesz majd eladható a piacon. Az igazi iskolának a kérdése nem az, hogy — Mi leszel, ha nagy leszel? — hanem ez: Ki leszel, ha nagy leszel? Milyen ember? Milyen anya? Milyen férfi és milyen nő? Jó, ha értesz a kibernetikához, az is, ha zseniális rendszergazda, cégvezető, közigazdász vagy bróker leszel, de a végső kérdés mindig az volt és az marad, hogy milyen Ember vagy. Mennyire szívár vagy gazdag a lelked.”

Ennyi az idézet. Pannának a felvételi óta az esti mesék elhangzása után, melyek mostanában csak a fogtündér viselt dolgairól szólhatnak, beszélnem kell még az iskoláról is. Mi lesz ott, mit kell vinni. Egyik nap lehántolt egy rövidke fűzfábotot és azt mondta: – Nézd apa, már van furulyám az iskolába!

A felvételi nap estéjén még eljátszottuk, mi történt az iskolában, ő volt a tanár, én a diák. Szépen teljesítettem, amikor hirtelen váltással lóvá kellett válnom, éreztetve, hogy nemcsak viaszkrétákra, meg iskolatáskára lesz szükség. Igyekeznünk kell mindent beszerezni, mert Panna iskolába megy...

Vízy Miklós

GIMNÁZIUMI ÉLET

Szólóest a Regionális Waldorf Gimnáziumban

A fóti Waldorf iskola hagyományait követve a Regionális Gimnázium 11. osztálya 2014 márciusában Szólóestet rendezett. A bemutató fergeteges sikert aratott, híre messzire eljutott. A lelkesedést tükrözi, hogy felkérésünknek örömmel tett eleget a rendező énektanár Thurnay Balázs, két fellépő diák és egy kedves szülő az osztályból, hogy írjanak élményeikről.

Tanárszemmel:

Mint már a nevéből is kitűnik, a szólóest egy olyan előadás, melyben a „gyerekek” önállóan lépnek a közönség elé. Ez nem kis feladat egy 17-18 éves fiatal számára, hiszen nem képzett énekesekről van szó, hanem átlagos tizenegyedikes waldorfos tanulókról.

Ősszel, a folyamat elején arra kértem a diákokat, hogy mutassák meg, milyen zenéket hallgatnak otthon és néhány személyes találkozás után ezekből választunk egy-egy dalt, amely a leginkább illik az adott előadó hangjához, egyéniségéhez, énekesi képességeihez. Ezután következett a dal tanulása, megformálása, hangképzési gyakorlatok, és egy idő után már az osztály előtt is énekelniük kellett, hogy szokják a közönséget. Né-

hányan nem csak énekesként, hanem zenészként is szerepeltek, velük külön is kellett gyakorolni.

Persze mindez nem volt ilyen egyszerű. Sokféle utat jártak be, amíg végül eljött az előadások ideje.

Volt, aki nem is akart szerepelni és végül az egyik legsikeresebb előadója lett a koncerteknek. Volt, aki még az utolsó hetekben is vissza akart lépni, de szerencsére sikerült erőt önteni belé, és nagy átéléssel, magával ragadóan énekelt. Óriási tett volt ez és fontos tapasztalat egy életre! Volt, aki az első pillanattól kezdve teljes erőbedobással, ragyogóan énekelt, és a tökéletességig csiszolt minden egyes hangot a dalában. Voltak, akik nem mertek egyedül fellépni, csak kisebb csapatban, ők a közös készülés és szereplés örömeit élvezhették. Volt olyan is, aki azt gondolta, neki könnyebben megy az éneklés, és azzal kellett szembesülnie, hogy túl nehéz dalt választott. Volt, akit általában álmodozónak, szétszórtnak látunk és most tökéletesen éber és szuggesztív ember benyomását keltette. Lát-szott, a zenélés közben érzi igazán ott-hon magát a bőrében.

Többen alkotó módon is részt vettek ebben a hosszú munkafolyamatban. Néhányan saját zenét, szöveget írtak, plaká-

tot, műsorfüzetet terveztek, fényképeztek, a díszleteket, a színpadot építették, vagy a világosításban, a hangosításban segítettek.

Sok újat megtudtak a diákok magukról, egymásról. Ez a szeptemberben létrejött 38 fős osztály most vált igazi közösséggé. Sokkal elfogadóbbak, segítőkészebbek lettek egymással az utolsó hetekben, mint korábban voltak.

Rengeteg önzetlen segítséget kaptunk a felnőttektől is, akik velünk dolgoztak az előadásaink sikeréért. Zenéltek, szállítottak, műsorfüzetet nyomtattak, büfét szerveztek, hangosították, világosították a koncerteket. Remélem, a gyerekek érezték ezt a háttérből jövő erős támogatást, és majd ők is megteszik a magukét másokért, ha eljön az ideje!

Jó volt átélni, hogy mindenki egyre jobban lelkesedett az ügyért, hogy a koncertek jól sikerültek, hogy a gyerekek segítettek, szerették egymást! Köszönjük az anyaiskolákból érkező lelkes közönségnek a bátorítást. Jövőre ismét várunk titeket!

Thurnay Balázs
ének-zene tanár

Szülőszemmel:

Amikor megtudtam, hogy szólóestet szerveznek a Regiben, meglepődtem. Mert azt gondoltam, hogy egyedül énekelni a színpadon, na az azért nagyon más, mint amikor egy –rövidebb, hosszabb– prózai szöveget kell előadniuk. Nyilván a diákok hangjait adottságai is nagyon különbözőek, van aki számára ez kicsit „mission impossible”, van aki



Hegedűs Máté

ügyesen megoldja, és van, akiről kiderül, hogy hatalmas kincs rejtőzik a torkában. Persze nagyon örültem is, mivel – tapasztalatból tudom – ritkán fordul az elő, hogy csinálnak valamit a suliban a gyerekek, és abból valami rossz sül ki. Lényeg az, hogy kíváncsian vártam.

A felkészülés heteket, hónapokat vett igénybe. Dalválasztás, a duettekhez partnerválasztás, szövegtanulás, hangképzés és gyakorlás a végtelenségig. Szülőként nem sok információ jutott el hozzám. Időnként megkérdeztem a fiamat, hogy állnak a dolgok, elsősorban persze az ő konkrét dalaira gondolva, de mindig egy határozott „Jól”-volt a válasz.

Sosem hallottam őt korábban szólóban énekelni, csak osztállyal, kórusal, ilyesmi.

Így aztán annál nagyobb volt a megdöb-

benésem a szólóesten. A kezdő dal (Don't worry, be happy) még azt az illúziót keltette bennem, hogy ez „csak” egy szokásos, mondjuk évszakünnepekhez hasonlíthatóan jó előadás lesz.

De amint elkezdtek szólóban, duóban, stb. énekelni, rögtön éreztem, hogy ez valami nagyon más lesz. Olyan bátrak és lelkesek voltak. Annyira személyesek voltak a dalok, annyira sokat adott mindenki magából. Annyira őszinték voltak, ahogy álltak ott a színpadon és valamit saját magukból is megmutattak. Voltak nagyon megható, felemelő pillanatok, voltak vicces, szórakoztató dalok és némelyik dalnál hihetetlen energiák szabadultak fel/el a színpadon.

Nem hagyhatom szó nélkül a zenész apukák teljesítményét sem. Lelkesedésben, tehetségben méltó segítők, illetve partnerei voltak a fiataloknak.

De tréfát félre, minden fellépő diákról kaptam egy kis képet, és szerintem ez hosszan él majd bennem. Az, hogy hihetetlenül büszke voltam a fiamra, azt hiszem természetes. De örülök, hogy azt mondhatom, hogy minden fellépő ugyanezt az érzést, ezt a csodálatot váltotta ki belőlem. Köszönöm nekik.

Hegedűs Ágnes
11. osztályos szülő

Diákszemmel:

Márciusban különleges események zajlottak a Regionális Waldorfbán. A tizenegyedik osztály szólóestjeit lehetett megtekinteni. A három este azonban csak a csúcsa volt annak a felkészülésnek, ami már ősszel kezdetét vette.



Harangi Anna

Amikor október körül (vagy még előbb? Már nem is emlékszem egészen) az új énektanárunk elkezdte szervezni velünk a szólóestet, sokan nem is tudták, mi ez az egész. A szólóest ötlete a Fóti Waldorf felől származik, akik már több éve készülnek fel előadásukra hagyományosan a tizenegyedik osztállyal. Az estén mindenki énekel, a dalok pedig rövid kis drámajelenetekkel vannak összefűzve.

Mi is egy ilyenbe vágtunk bele, eleinte meglehetősen félénken, majd egyre nagyobb lendülettel belevetve magunkat a próbákba. Sokat dolgoztunk a hónapok során, és miközben próbáltuk kihozni magunkból a legjobbakat, az új osztály is egyre inkább összekovácsolódott. Nagyon jó volt látni ahogyan sokan teljesen kinyíltak és egyre több önbizalommal

állnak ki elénk. A közös munka fárasztó volt, de azt hiszem sikerült egy jó hangulatú előadást létrehozni.

A szülőest kicsit arról szól nekem, hogy kibújjunk a csigaházunkból, és ki merjünk állni egymás elé. Nekem egy nagyon jó élmény volt, örülök hogy részese lehettem! És bár már az utolsó előadás is elmúlt, még nincsen egészen vége a folyamatnak, a szülőest részleteit láthatják majd a Waldorfeszten, április 11.-én!

*Harangi Anna
11. osztályos diák*

Regi Szülőest

Boldog vagyok, hogy részt vehettem a szülőesten. A sok próba alatt az osztályunk nagyon összekovácsolódott, és a közös cél érdekében lelkesen csináltuk végig. Nagyon sok munkánk volt az előadásban, és sokszor úgy tűnt, nem is lesz jó. De a végére segítve egymást, összehoztuk ezt a szuper előadást. Nagyon jól



Horváth Anna Róza és Tímár Enikő

éreztem magam és sose láttam még ilyen összetartást, mint akkor. Amiben a legtöbbet fejlődtünk, az az, hogy be merjük vállalni azt, amit csinálunk és magunk miatt csináljuk végig.

Én személy szerint nagyon hálás vagyok azért, hogy részt vehettem az osztályban ebben. És mindenkinek csak azt tudom mondani, hogy ne sajnálja az idejét ilyenekre, mert ezek a pillanatok sokkal többet adnak, mint amennyire gondolnánk.

*Horváth Anna Róza
11. osztályos diák*

Örkény István: Písti a vérzivatárban

A Regionális Waldorf Gimnázium 12. osztályos színdarabja (2014).

Lenyűgöző élményben volt részünk 2014 februárjában a "Regiben" a 12. osztály előadásán. Az osztály egy korántsem könnyű darabot választott: Örkény István Písti a vérzivatárban című művét mutatta be négy estén át, Hanczár Angéla osztálykísérő, magyar- és drámatanár valamint Méhes Csaba pantomimművész rendezésében. Közel két órán át a diákok bámulatos jelenléttel, koncentrátsággal játszottak, kitűnő alakítások, zseniális

megoldások tették a bemutatót élvezetessé, amely akár egy alternatív színháztalálkozón is megállná a helyét!

A Waldorf érettségi egyik fontos részét képezi 12. osztályban – az Éves munka mellett – az egész estét betöltő színdarab bemutatása. Nagy kihívás elé állítja ez a rendező tanárt és a diákokat egyaránt. A tanárnak olyan darabot kell választania, amely illik az adott osztály összetételé-

hez, helyzetéhez, érdeklődéséhez. Személyre szabottan olyan szerepeket kell adnia a diákoknak, amely illik egyéniségükhöz, de ugyanakkor fejlődni is tudnak általa. Végig kell küzdenie az egész próbafolyamatot az osztállyal, tartani bennük a lelket, motiválni, jó színvonalú megoldásokat találni. Természetesen nagy igénybevétel ez a diákok számára is. Felül kell kerekedniük önmagukon, a rengeteg szövegtanulás, gyakorlás és próba sok erőt kíván. A másik oldalon viszont többszörösen megtérül a befektetett energia.

Milyen út vezetett a nagysikerű, teltházas bemutatókhoz, és mit is jelentett ez a folyamat diáknak, mit jelentett szülőnek és tanárnak?

A következő cikk-összeállítás bepillantást enged a kulisszák mögé.



Kemény bábból ronda hernyón át pompás, nemes pillangó

Mint ahogy mindig, nagy izgalommal és várakozással vágtam bele az aktuális 12-

es darab készítésének munkafolyamatába. Mikor megtudtam a darab címét, majd mikor el is olvastam azt, az izgalmam még nagyobb lett: nem a legkönnyebben feldolgozható anyag.

Én már egy megkezdett próbafolyamatba csöppentem. Az osztály egyik (kisebb) része láthatóan teljes mellszélességgel belevetette magát a munkába, a másik részének igen nehezére esett az – amúgy érthetően szokatlan – munka.

Kemény napjaink voltak. Meg kellett küzdeni az egykedvűséggel, sokszor kedvetlenséggel, érdektelenséggel, az egyértelmű elutasítással (Miért csináljuk ezt?! Semmi kedvem színházat csinálni! Mi értelme az egésznek?!), egymás indulataival, saját indulatainkkal stb. mindenki a maga eszközeivel, a maga vérmérséklete szerint. És ahogy nap mint nap formálódott a mű, a darab kezdett testet öltetni, érezhetően nőtt a figyelem. Nehéz azért lelkesedni, amit nem ismerek, amiben még a lehetőséget sem látom. Így állhat szemben a szobrász a hatalmas, formátlan és hideg kötömbbel. Kemény munkát kell belefektetni, hogy egyáltalán ígéretet kapjon tőle, hogy valami igenis meg fog teremtni. Fejtettük a követ, közben egymást is megsebeztük. De mire kész lett, a sebek eltűntek, mintha ott se lettek volna. Begyógyított mindent a kétségtelenül döbbenetes, felemelő eredmény.

Mikor nekiállok egy ilyen munkának, mindig az az érzésem, hogy nem tudjuk megcsinálni, képtelenek vagyunk rá – és mégis valamitől mindig megszületik a CSODA. Akkor is tele vagyok bizonytalansággal, kétségekkel, ha már tudom

(hisz' a tapasztalat azt mutatja), hogy a csoda biztosan meg fog születni. És ebben ez a szép. Nem lehet megúszni a félelmeket, a kétségeket, a sebeket.

És bár a csoda a bemutatón, illetve a további előadásokon teljesedik ki, mikor több száz néző befogadja azt, amit a gyerekek egyenként, az osztály együtt ajánl nekik, mégis ennek a munkának az igazi értelme magában a munkafolyamatban van, ami csak az osztályé. Az az út, amin keresztül megyünk közösen, amit senki más nem lát, nem él át. A siker már csak ajándék. Ez itt is, most is megtörtént.

Méhes Csaba, pantomimművész, a darab egyik rendezője

Diákszemmel:

Én már nyolcadikos korom óta a tizenkettedikes nagy színdarabot vártam. Amint megkaptam, rögtön lelkesen tanulmányoztam a szövegemet, de ezzel eleinte úgy éreztem, hogy egyedül vagyok.

A színdarab elején mindenki máshogy állt hozzá az egészhez. Már csak két héten volt, amikor elkezdtünk komolyabban foglalkozni a színpadi megjelenítéssel. A többség úgy állt hozzá, hogy „még rengeteg időnk van”, de ahogy múltak a napok, mindenki rájött, hogy hamar eltelik az a két hét.

A szemfényvesztő díszletet nagyon hiányolta az osztály, mindig plusz kellékekben gondolkodtunk. Angéla kitartott a minimalista kinézet mellett, és végül az

osztály is belenyugodott. A próbák során egyre jobban összekovácsolódtunk. Rengeteget nevtünk és viccelődtünk, de volt sírás és ordibálás is. Volt, amikor azt hittük, hogy nem készülünk el.

Aztán eljött az a bizonyos nap, az első előadás. Nagyon izgultunk és sikerült teljesen összehangolódnunk. A tanárok (Hanczár Angéla és Méhes Csaba) megküzdöttek velünk, de kihozták mindenkiből a legjobbat. Már csak az volt a feladatunk, hogy a többi előadásra is megtartsuk ezt a jó hangulatot. A szereposztások miatt az első három előadáson is voltak olyan emberek, akik először szerepeltek. Próbáltuk nekik is megteremteni azt a hangulatot, ami bennünk is volt az elsők, és támogattuk őket.

Amikor vége lett az egésznek, rengeteg pozitív visszajelzést kaptunk. Kezdtük elhinni, hogy jól sikerült a darab. Úgy érzem, ez nem csak külön-külön adott nekünk valamit, hanem az egész osztályközösségünknek is. És én büszke vagyok magunkra.

*Porkoláb Petra,
12. osztályos diák, a "Szőke lány" alakítója*



Szalai Mátyás és Bíró Ákos

A 12. év sok konfliktussal indult, mivel az osztályunk két kisebb osztályból állt össze. A közösség két részből állt és egyik fél sem nyitott a másik irányába. A színdarab megoldást jelentett a problémára, mert nagyban hozzájárult az osztály összekovácsolódásához. Angéla kiváló darabot választott, és a szereposztást is nagyon jól állította össze, így mindenki kibontakozhatott a saját szerepében. Nagyon örültem annak, hogy én kaptam a főszerepet és igyekeztem ezt a lelkesedést másoknak is átadni.

Az utolsó két hétben csak a próbákra koncentráltunk és meg is lett az eredménye, mert ez az időszak volt a leginkább közösségépítő. Az osztály nagy része szívvel-lélekkel vett részt a próbákon, és mindent megtett a közös cél érdekében. Természetesen konfliktusokra is sor került, de végül sikerrel vettünk minden akadályt, és egy színvonalas előadást tudtunk összehozni.

*Bíró Ákos,
12. osztályos diák, a főszereplő "Pisti"*

Szülőszemmel:

Pistire várva...

Évről évre várjuk a Waldorf iskolákban a színdarab-bemutatókat. A legkisebbek évfolyamaiban is átragad a szülőkre a készülődés izgalma. Átéltük szentek leendőit, teremtéstörténeteket, Varázsfülvölát, A néma leventét, Az öreg hölgy látogatását, A nap születésnapját, A fősvényt, A nagy Romulust, vagy Tótek kacagtatóan abszurd drámáját. Még hosszasan lehetne sorolni az évi 6-7 bemutatót és hihetetlenül színes repertoárt.

A Waldorf iskola drámaoktatásának megkoronázása a 12. osztály színdarab-bemutatója. Nem lehet könnyű évről-évre kiválasztani az osztály korának, vérmérsékletének, összetételének legalkalmasabb művet. Mi is kíváncsian vártuk, vajon mivel búcsúzik a "mi" 12. osztályunk. Különös tekintettel arra, hogy a Regionális Gimnázium megalakulásával ez az osztály is szeptemberben állt össze, de még félévkor is érkezett új tanuló. A húszfős, erősen kritikus, "pilisí" és "gödöllői" táborra szakadt csapatnak Örkény István: Pisti a vérzivatarban című groteszk játékát választotta Hanczár Angéla osztálykísérő és drámatanár. A szereposztás és olvasópróbák után kétéhetes, maratonira sikerült dráma epocha keretében vitték színpadra a művet. Kis túlzással reggeltől estig próbáltak a gyerekek. Még hétvégén is. Körülbelül a 10. naptól ezt hallottam: "Anyá, ez jó lesz!". Az utolsó próbák után pedig: "Anyá, ez nagyon jó lesz!". Más titkot nem nagyon fedett fel az előadásról a gyermekem. A katarzis így teljes volt. Profi rendezésből érett, tökéletes előadás született. Negyedik alkalommal is.

Bár mind a négyszer ott ülhettem volna tátott szájjal nézőtérén, jogos elfoglaltsággal figyelve, hogy a valaha iskolát kezdő 120 centis apróságaink felnőve biztos szereptudással, túllépve a problémákon, kicsinyes vitákon és fáradtságon, éretten ott állnak, hogy Pistiként, özv. Varsányinéként, bíróként, a szőke lányként, vagy bármely más szerepükben együtt és külön-külön ismét lenyűgözzenek – minket szülőket is.

Szabó Erzsébet, tizenkettedikes szülő

ÉLETMÓD

Christoph Hueck: Egészségesebbek az egykori Waldorf iskolások?

A Waldorf pedagógia különös hangsúlyt helyez a gyermekek és fiatalok egészséges fejlődésére. Rudolf Steiner többször is utal arra, hogy az iskolában alakul ki az egészségre vagy a betegségre való hajlamunk, amely további életünkre is meghatározó érvényű. Ezt a kérdést vizsgálta egy széleskörű, tapasztalati alapokon nyugvó tanulmány, amely kimutatta, hogy az egykori Waldorf iskolások egész életükön át szembevetően ritkábban szenvednek bizonyos betegségekben, mint azok, akik nem jártak Waldorf iskolába.



A Waldorf iskola megalapításának idején még nem létezett pszichoszomatikus orvoslás, amely a lelki betegségek testre való kivetülését vizsgálja, Rudolf Steiner azonban mégis határozottan utal a nevelés és oktatás testi következményeire: "Mindaz, amit gyermekkorban a lélek magába befogad, az később a felnőttben mint egészséges vagy beteg testalkat jelenik majd meg. (...) Hisz a gyermekben

minden egyes lelki hatás egészséges vagy beteges légzésként, egészséges vagy beteg keringésként, egészséges vagy beteg emésztési folyamatként él tovább. A gyermeknél gyakran nem látható még a keletkezett/kialakult betegség. Csupán csíráként van jelen, azonban ez a csíra együtt növekszik az emberrel, így a negyvenes életévekben jelentkező számos krónikus betegség az első évtizedek lelki



Begala Borbála rajza, 7. osztály

folyamatainak eredménye." (1923. április 11.) Példaként Steiner az olvasni tanulást hozza: „Amennyiben a gyermek túl korán tanul meg olvasni, túl korán kerül az absztrakt világba. Számtalan későbbi szklerotikust tennénk boldoggá egész életükre azzal, ha gyermekkorukban nem tanítanánk meg őket túl hamar olvasni. Hiszen a teljes szervezetnek e megkeményedése – a könnyebb érthetőség kedvéért nevezem így –, mely később a szklerózis legváltozatosabb formáiban jelenik meg, a helytelen olvasástánításra vezethető vissza.” (1923. április 18.)

Néhány testi-fiziológiai hatás már közvetlenül az oktatás ideje alatt megfigyelhető: sápadtakká és nyugtalanokká válnak-e a gyerekek, vagy kipirult arccal, valódi figyelemmel vannak jelen a folyamatban?

Más hatásokat csupán sejtethetünk: Együtt lélegeznek-e a gyerekek a tanítással a koncentráció és az ellazulás között, vagy

túl nagy a feszültség (felerősödött belégzés), vagy pedig túl sok a lazaság, sőt akár az unalom (túl sok a kilégzés)? És vajon hogyan hat egy kaotikus, szervezetlen oktatás az emésztőrendszerre?

Az életre szóló egészség indirekt megfigyelése

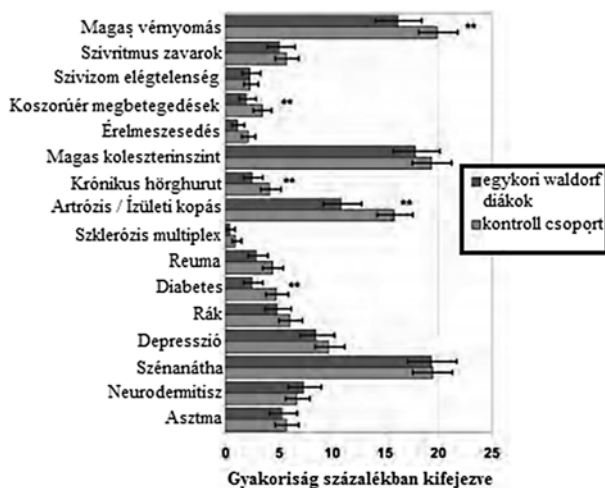
A szerző a berlini Charité Orvostudományi Egyetem Szociális Orvostudományi, Járványügyi és Egészségügy-közgazdaságtani Intézetével szoros együttműködésben egy keresztmetszeti vizsgálatot végzett, hogy tanulmányozza az oktatás és az iskola egészségre gyakorolt hatását. A megkérdezett 1136 egykori Waldorf iskolás – 20 és 80 éves kor közöttiek – a kérdőív 52 egészségre, életvezetésre, képzésre, szociális helyzetre és szülői háttérre vonatkozó kérdésére válaszolt írásban. A volt Waldorf diákok négy németországi Waldorf iskola (Berlin Dahlem, Hannover Machsee, Stuttgart Uhlandshöhe

továbbá Nürnberg Erlenstegen) diákjai közül kerültek ki. Átlagosan 10,5 éven át jártak Waldorf iskolába, és 43 százalékuk Waldorf óvodás is volt. Összehasonlítá-
sul 1746 hasonló korú, ugyanott élő sze-
mély válaszait értékelték ki, akik nem
jártak Waldorf intézménybe. A vizsgálat
azt mutatta, hogy az egykori Waldorf
iskolások összességében kisebb gyakori-
sággal szenvednek bizonyos panaszoktól
és betegségekben, mint a nem Waldorf
iskolákban nevelkedettek.

Az említett panaszok és betegségek gy-
akoróságát az 1. és a 2. ábrán foglaltuk
össze.

Statistikailag jelentős különbségek mu-
tattakoztak a két csoport tagjai közt az
alábbi betegségek terén:

az egykori Waldorf iskolások 20 %-kal
ritkábban szenvednek gyomor- és bélpa-
naszokban, 30 %-kal ritkábban alvász-
varokban. Egyensúlyproblémákban 45%-
kal, ízületi megbetegedésben 40%-kal,
hátpanaszokban és fejfájásban 20 %-kal,



cukorbetegségben 50 %-kal, artrózisban
30 %-kal, magas vérnyomásban 20 %-
kal, angina pectorisban 45%-kal, és kró-
nikus bronchitisben 40 %-kal ritkábban
betegsznek meg.

Más betegségek – pl. arterioszklerózis,
rák, depresszió, allergiák és megfázások –
esetében is egyértelmű különbségek mu-
tattakoztak, azonban ezek a tanulmány
korlátozott mérete miatt statisztikailag
nem tekinthetők jelentősnek.

A képzettség is meghatározó az egészség szempontjából

A következő lépésben azokat az okokat
kutattuk, amelyek magyarázatot adhat-
nak a két csoport között látható külön-
bségekre. Ehhez az eredményeket a lehet-
séges befolyásoló tényezők – úgy mint
táplálkozás, sport, dohányzás, alkoholf-
gyasztás, saját képzettség, foglalkozta-
tottság, továbbá a szülők végzettsége és
más gyermekkori tényezők – figyelembe
vételével ismét megvizsgáltuk. Itt az egy-
kori Waldorf iskolásokra és
nem Waldorfosokra kiszámí-
tott rizikót egy bizonyos be-
tegség vonatkozásában a saját
végzettséget vagy a szülők
végzettségét is tekintetbe véve
hasonlítottuk össze, ugyanis
ismert tény, hogy az egyetemi
végzettséggel rendelkezők
különböző okok miatt ritkáb-
ban szenvednek pl. artró-
zisban, mint az alacsonyabb
képzettségűek.

Bár a kontrollcsoport az élet-
kor és lakhely vonatkozásában
hasonlított a Waldorf cso-
portra, a kettő mégis számos

jellemzőjében/
tulajdonságában eltért egy-
mástól. Így a végzettség és
a szülők végzettsége jelen-
tősen különbözik a két
csoport esetében. A táplál-
kozási szokások tekintet-
ben is egyértelműen eltér a
két csoport, míg az alko-
holfogyasztás, a dohányzás,
és a sporttevékenység gy-
akorúsága és intenzitása te-
rén nincsenek feltűnő kü-
lönbségek.

Ezeknek a jellemzőknek a kiértékelésor
történő figyelembe vétele révén néhány
betegség esetében a betegségek gyakori-
ságát vizsgálva meg tudtuk magyarázni a
két csoport közötti különbséget (3. ábra).
Így a magas vérnyomás, az angina pec-
toris, a diabetes, a krónikus bronchitis
esetében nem találunk jelentős különbsé-
get a hajdani Waldorf és nem Waldorf
diákok között, ha tekintetbe vesszük a
szülők végzettségének a megbetegedésre
gyakorolt hatását. Tehát ezeknek a be-
tegségeknek a kockázata láthatóan nem
elsősorban a Waldorf iskolában való ta-
nulással függ össze, hanem a szülők vég-
zettségével.

A különböző táplálkozási jellemzők
azonban ezzel szemben nem voltak ha-
tással a megbetegedések és panaszok
gyakorúságára.

Találunk összefüggést a korai intel- lektualizálás és a későbbi életkorban meg- jelenő szklerotizáló folyamatok között?

Érdekes módon azonban a legtöbb be-
tegség illetve panasz – például az artrózis
– esetében a fenti tényezők figyelembe
vétele után is jellemző különbségek érzé-



kelhetők az egykori Waldorf és nem
Waldorf iskolások között (3. ábra). A
szénanátha esetében a fent bemutatott
tényezők figyelembevétele mellett is je-
lentős előny mutatkozik a hajdani Wal-
dorf diákok javára. Az artrózis, a széna-
nátha, a gyomor- és bélpanaszok, továb-
bá igen jelentős mértékben az alvászava-
rok, egyensúlyzavarok, ízületi fájdalmak
és hátpanaszok tekintetében igazolódott
be az a feltevés, hogy az egykori Waldorf
iskolások esetében a jobb egészségi álla-
pot nem magyarázható a figyelembe vett
befolyásoló tényezőkkel. Ezeknek a be-
tegségeknek a csekélyebb előfordulása
tehát feltehetőleg összefügg a Waldorf
iskolában eltöltött évekkel. A szerzők
tudomása szerint ez az első tanulmány,
mely az iskolázási forma és az egész élet-
re szóló egészség összefüggését vizsgálja.

Az antropozófus embertan szempontjá-
ból nézve érdekes, hogy a megfigyelt
különbségek mindenekelőtt a mozgás-
szerveket és az anyagcserét, tágabb érte-
lemben pedig az „alvó embert (vö. Steiner
„Általános embertan”) érintik.

Természetesen lehetetlen, hogy a fenti

adatok alapján a Waldorf oktatásnak olyan aspektusára következtessünk, amely különösképpen kedvezően hatna az "anyagcsere-végtag-rendszerre".

Azonban eszünkbe juthatnak Rudolf Steiner szavai, miszerint a túl korai „felébredés” a szervezetet megkeményíti, szklerotizálja: "Ha a gyermeket túl korán gondolkodásra kényszerítjük, ezzel a szervezetébe ültetjük a korai szklerózisra, a korai érlemeszesedésre való hajlamot." (1923. augusztus 11.) Ha arra gondolunk, mekkora jelentősége lehet életünkben az alvászavaroknak, a gyomor- és bélpanaszoknak és a végtagfájdalmaknak, akkor Rudolf Steiner következő szavai is különleges megvilágítást nyernek számunkra:

”Korunkban mindenütt felnőtteket látunk, ahogy belsőleg túl erősen megszilárdulva, testüket mint egy fából készült gépezetet vonszolják magukkal egy életen át (...), míg a helyes nevelés, amely a művészi elemmel formál, az embert úgy neveli, hogy számára minden lépés örömet okozzon, hogy minden egyes kézmozdulat, amelyet eljövendő életében az emberiség szolgálatában tesz, őt mély belső jóérzéssel töltse el.” (uo.)

A tudat és az egészség közötti pszichoszomatikus összefüggések ma már ismert tényeinek tükrében e szavak igazsága megfellebbezhetetlen

A tanulmány keresztmetszeti jellege, továbbá a Waldorf iskolában való tanulás és a vizsgált betegségek kialakulása között eltelt hosszabb idő azonban természetesen az eredményeknek csupán korlátozott értelmezését teszi lehetővé.

Ezért további kísérleteket tervezünk, hogy a Waldorf pedagógia lehetséges egészségmegőrző hatásait még pontosabban vizsgálhassuk: például bizonyíthatóak-e a Waldorf pedagógia fiziológiai hatásai, amelyek hosszútávon egy jobb egészségi állapothoz vezetnek, közvetlenül a jelenlegi Waldorf iskolások körében. Milyen hatással van az iskola az ún. stresszhormonok szabályozására, a légzés fejlődésére, a szívfrekvencia variabilitására (HRV), továbbá az alvás minőségére?

Forrás:

http://WWW.erziehungskunst.de/fileadmin/doWnloads/sonstiges/2014_01_hueck.pdf

A szerző Prof. Dr. Christoph Hueck természettudós, a stuttgarti Szabad Főiskola tanára

A részletes tanulmány egy peer-review eljárást követően egy nemzetközi szakfolyóiratban jelent meg, és online az alábbi címen olvasható:

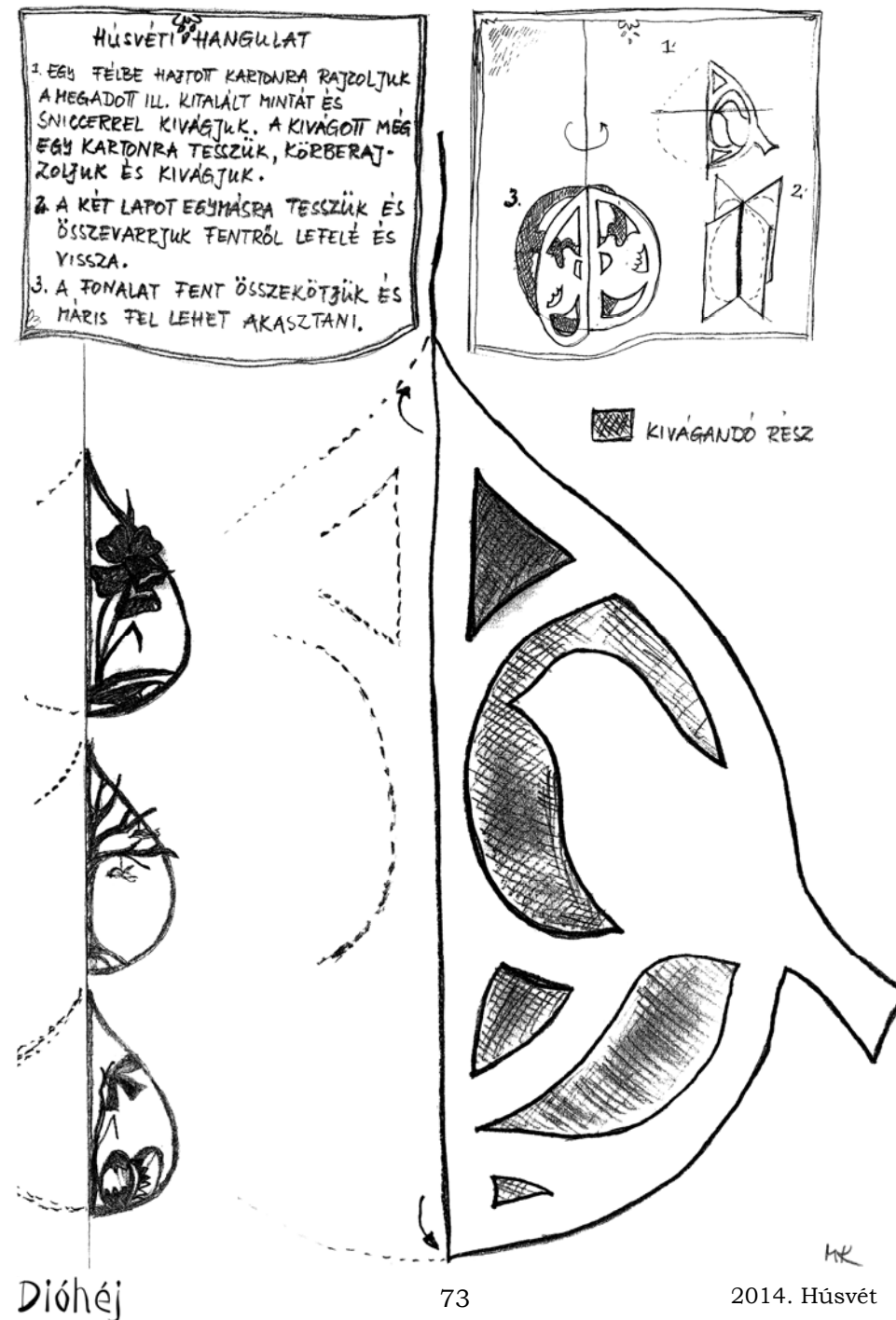
Fischer et al.: The Effect of attending Steiner Schools during childhood on health in adulthood: A multicentre cross-sectional study. PLOS one, 2013, Vol. 8, Issue 9, e73135. WWW.plosone.org.

Irodalom: Rudolf Steiner: Általános embertan, mint a pedagógia alapja Nevelőművészet (A tanítás metodikája és a nevelés életfeltételei)

A gyermek nevelése szellemtudományi szempontból

GegenWärtiges Geistesleben und Erziehung 11.8.1923, GA 307, Dornach 1986

Fordította: Kuntz Orsolya



Tavaszi receptek

PITYPANG SZIRUP

Maria Treben: Egészség Isten patikájából című könyvében található a recept, mely alapján elkészíthető ez a vitamin szirup.

Kell hozzá: két marék pitypang virág (kora délelőtt szedjük, napfényes órákban, ilyenkor a legtöbb a hatóanyag a növényben), melyet beleteszünk 1 liter hideg vízbe és lassú tűzön főzzük. Amikor a víz bugyogni kezd, akkor levesszük a tűzről és egy éjszakára állni hagyjuk a főzetet.

Másnap az egészet egy szitára öntjük és lecsepegtetjük, és jól kinyomkodjuk. A leszűrt léhez 1 kg cukrot adunk, és bele rakunk 1 fél citromot felkarikázva (vagy csak a citrom levét ízlés szerint). Túl sok citromtól savanyú lesz.

Az így elkészült főzetet fedő nélkül tesszük a tűzhelyre. A legkisebb fokozaton melegítjük, hogy a vitaminok is megmaradjanak. Így pároljuk, vigyázva, hogy ne forrjon fel. Az állaga szirupszerű lesz a cukortól, melyet egyszer-kétszer hagyhatunk kihűlni azért, hogy ellenőrizzük a sűrűségét. A túl sűrű szirup könnyen kikristályosodik, ezért a sűrűsége akkor a legmegfelelőbb, ha éppen a híg akácmézre emlékeztet. A túl híg szirup sem jó, mert ilyenkor meg könnyen megsavanyodik a főzetük.

A lehűtött sűrűn folyós juharszirupra emlékeztető főzetünk aztán magában, édesítő szerként, vajás kenyérre, sütemé-

nyekbe, palacsintába kiváló. Egy évig biztonságosan eltartható, hiszen a cukor konzerválja a méz-szirupot. Étvágygerjesztő, vizelethajtó és epeműködést serkentő hatása kiváló.

Érdemes szárítani télire a friss növényből, így bármikor főzhetünk belőle méregtelenítő, gyógyhatású teát, melyet főleg reggel érdemes fogyasztani. A legtöbb méregtelenítő növény erősen keserű ízű, így van ez a pitypang esetében is, ezért érdemes keverni más ízletesebb gyógynövényekkel. Hársfavirággal, mentával kombinálhatjuk, melyeknek intenzív ízvilága segíthet élvezhetőbbé tenni a gyermeklancfű méregtelenítő teát. A levelét és a gyökerét száríthatjuk télire, melyet mézzel fogyasztva rendkívül erős méregtelenítő hatást érhetünk el.

Tavaszi sétánk során keressük fel azokat a helyeket, ahol szennyeződéstől mentes, kora tavaszi, friss pitypang leveleket, virágot, gyökeret szedhetünk. A téli depresszió leküzdésére, szervezetünk méregtelenítésére az egyik legjobb, legolcsóbb, és leghatásosabb gyógynövény.

RÉPATORTA

Hozzávalók:

25 dkg (nád)cukor
4 tojás
3 dl olaj
40 dkg reszelt sárgarépa
egy fél citrom leve
30 dkg liszt (finomliszt és teljes kiőrlésű tönköly fele- fele arányban)
2 teáskanál sütőpor

1 teáskanál szóda bikarbóna
1 kávéskanál fahéj
1 kávéskanál szegfűszeg (el is hagyható)
egy kis bögrényi durvára vágott dió
egy fél kezeletlen narancs héja

A krém hozzávalói:

1 doboz natúr Philadelphia krémsajt (20 dkg)
1 teáskanál vaníliás cukor
10 deka vaj
10-12 dkg cukor

A cukrot, tojásokat, olajat összekeverjük. Hozzáadjuk a reszelt sárgarépát, diót, narancshéjat, citromlét, elkeverjük, a lisztet, sütőport, szóda bikarbónát, fahéjat és szegfűszeget. Kivajazott, lisztezett tepsibe öntjük. 180 fokban kb 35-45 percig sütjük, tűpróbával ellenőrizhetjük, hogy mikor sült meg. A krém hozzávalóit habosra keverjük és a már kihűlt süteményre simítjuk.

Tapasztalat: Ezt a mennyiséget célszerű egy 30x40 cm-es tepsiben sütni, így szépen átsül és nem szárad ki.

SPENÓTOS-FETÁS PITE

Hozzávalók a tésztához: 25 dkg liszt, 4 evőkanál tejföl, 15 dkg vaj, 1 kávéskanál só, 1 tojás a kenéshez + kevés száraz bab sálynak az elősütéshez

A töltelékhez: pici olaj, 1 kis fej hagyma, 500 g mirelit spenót, 2-3 gerezd fokhagyma, só, bors, 1 csomag feta sajt, 1 tojás

Elkészítés:

A vajat elmorzsoljuk a liszttel, hozzáad-

juk a sót, majd a tejfölt és tésztává gyúrjuk. Rövid ideig hűtőben pihentetjük a tésztát, közben elkészítjük a töltelékét. Pici olajon megdinszteljük a felaprított hagymát, majd hozzáadjuk az előre kiolvastott spenótot, vagy ha van, akkor a friss spenótot. Jól elkeverjük, majd mehet hozzá a fokhagyma nyomón keresztül, majd a fűszerek is. Ha megvan, félrehúzzuk a tűzről és hozzákockázzuk a fetát is. Várunk, hogy picit hűljön a töltelék, majd ráütünk még egy tojást, hogy legyen, ami összefogja a masszát.

Míg a massa pihen, kivesszük a hűtőből az előzőleg betett tésztát, majd megfelezzük. Kör alakúra kinyújtjuk őket, kivajazott, lisztezett piteformába helyezük az egyiket, majd a tetejére sütőpapírt teszünk. Ennek az a célja, hogy legyen mire rakni a száraz babot, ami lenyomja a tésztát az elősütésnél, hogy ne hogy felpúposodjon. Ha még sincs otthon bab, akkor villával meg is szurkálhatjuk a tésztát, de ez nem a legjobb módszer, mert egy folyósabb töltelék könnyen kicsuroghat és eláztathatja a pitét. Ennél a masszánál még befér ez a módszer is.

Tehát előmelegített sütőben bő 10 percig elősütjük a pitét. Majd kivesszük, rákanalazzuk a töltelékét és ráhelyezzük a másik kör alakúra kinyújtott pite tésztát is. Utóbbit 1 felvert tojással megkenjük, villával megszurkáljuk, majd a már teljesen összeállított pitét visszatesszük a sütőbe és aranybarnára sütjük.

Az összeállítást készítette:

Kuntz Orsolya

Kvízjáték

A hetedik osztályos Nagy Bálint és Lévai Márton egy kvízjátékkal készültek még a farsangi mulatságra, amelyek közül itt kiválogattunk néhányat. A játékot ötödik osztályos kortól ajánljuk.

A megfejtéseket Hernigl Lillához kérjük eljuttatni a hetedik osztályba. A helyes megfejtéseket és megfejtőket a Dióhéj következő számában jelentetjük meg.

1. Hány szöglet zászló van egy futballpályán?
2. Melyik a nagyobb labda, a kosárlabda vagy a focilabda?
3. Milyen állat van a FERRARI emblémáján?
4. Hány lap kell a POKER kártya - kombinációhoz?
5. Hány óra van egy negyed napban?
6. Hány húr van egy gitáron?
7. Egy átlagos kockás füzetben hány centiméter (cm) a kerülete egy kockának?
8. Hány oktáv van egy zongorán?
9. Hány foga van egy átlagos embernek?
10. Hány km-en repül egy átlagos személy szállító repülő gép? 5-6 km/8-12km?
11. Hol gyártják Magyarországon az AUDIT?
12. Hány méter magas a Kékes-tető?
13. Hányan állnak a pályán egy foci - mérkőzésen a játékosok?
14. Milyen vitaminból lesz hiányunk, ha nem megyünk a napra?

KULTÚRA

Könyvajánló

Török Sándor: Egy kis kertet szerettem volna

Egészen kicsi gyermekeknek és egészen nagy felnőtteknek



Török Sándor

Még a karácsonyi forgatagban bukkantam Török Sándor önéletrajzi könyvére, az Egy kis kertet szerettem volna címűre. Amint a kezembe kaparintottam (nagy kincsnek tűnt, egy példány volt az óriási üzletben) kerestem egy kis fotelt, s nyomban olvasni kezdtem. Mindig is szerettem Török Sándort, fogott el hirtelen az érzés, s nemcsak mint író; rájöttem, hogy életem mennyi fordulójánál volt velem.

Felderengett bennem Kököjszi és Bojcsza, akikkel gyermekként egy közös családi mozizás során találkoztam. (Jó lett volna velük először könyvben találkozni, akkor még nem tudtam, hogy ők már 1939-ben elővitorláztak a nagy mesemondó lelkéből. Később többször el-

és felolvastam magam és mások okulására.) Elmúlt a gyermekkor, hosszú ideig nem jártam az író nyomában, bár már ismertem a nevét, kiderült számomra, hogy ő Csilicsala bácsi is! Az, hogy a „pedagógusképezdékben” nem segítettek őt jobban felfedezni, minősítse az akkori oktatásügyet. Pedig, mint utánajártam, 1959-től ő lett a Család és iskola című folyóirat főszerkesztője, jeles pedagógusokat, szakembereket, művészeket – köztük az ifjú Vekerdy Tamást – gyűjtve maga köré az „átkosban”, s imigyen már a Waldorf pedagógia magvait hintette az akkori magyar állami pedagógia vadhaj-tásai közé.

Néhány év tanítóskodás és katonáskodás után már pontosan tudtam, hogy mit nem szeretnék csinálni soha többé, és hogy mit szeretnék, arra Vekerdy Tamással való találkozásom után jöttem rá. No, tőle aztán sokat hallottunk Török Sándorról! Elmondásából kiderült – később az Álmodók és lidércek című könyvében le is írta (ismét egy könyvajánlás!), hogy Török Sándor már 1956 környékén előadásokat tartott – persze csak titokban – azok számára, akik közelebb szerettek volna kerülni a titokzatos antropológiához. Feltétlenül szeretném ajánlani e helyütt ezen előadások Mi az antropológia címen megjelent gyűjteményes kötetét, főleg azok számára, akik épp most vettek egy nagy „lélegzetet”, hogy jobban megismerjék a Waldorf iskolák szellemi hátterét.

Annyi minden eszembe jutott ott a könyvesboltban üldögélve, Török Sándor életét böngészve. Milyen keveset tudok róla! Ki is volt valójában ez az okos, bátor, jó humorú ember? Melyek voltak az életének nagy fordulópontjai? Miképpen

találkozott Rudolf Steiner gondolataival, amelyeknek aztán hiteles és tudós képviselője lett?

Nem tudom pontosan, mennyi időt töltöttem ott a boltban olvasgatással, de ennyi idő elég volt arra, hogy ellenállhatatlan vágyat éreztem arra, hogy az egész könyvet elolvassam. (Persze nem volt nálam elég pénz, hogy ott rögtön megvásároljam.) Hetekig kellett őrlődnöm, míg végre kölcsönkaptam ezt a remek önéletrajzot. Végre megtudhattam, hogy mekkora hatással volt az ifjú Török Sándorra Gheorghe Fenes, akivel egy ideig együtt dolgozott az erdélyi havasokban facsúztatóként, hogy szó lesz-e a könyvben arról, hogy ő juttatta el az auschwitzi haláltábor jegyzékét Horthy kormányzóhoz. Sokkal részletesebben szerettem volna olvasni a világháború utolsó hónapjaiban a Göllner Máriánál bujkáló íróról, ki ezekben a napokban alapos antropológiai képzésben is részesült. Szerettem volna tudni, hogy miről levelezett korának jeles személyiségeivel: G. B. Shaw-val, Nexø-val, Einsteinnel, Eleanor Roosevelttel, Erich Kästnerrel és másokkal.

Nagyon érdekel az az ember, aki magáról így vall: „Realista vagyok tehát, a szónak most már eléggé körvonalazott értelmében, reálisnak tartok mindent, amit Goethétől, Rudolf Steinertől, József Attilától elleshettem.”

Olvasás közben – után és előtt – ajánlom Keith Jarrett kölni zongorakoncertjét, és tulajdonképpen bármelyik hanghordozó meghallgatását, amelyen a híres zenész hozzáér zongorájához.

Közhalmi Ákos

KÖZÖSSÉGI ÉLET

Bál után, húsvét előtt

Gondolom, már több fórumon elhangzottak a köszönő szavak az idei Waldorf Bál szervezői és szereplői felé. Jómagam is csatlakoznék hozzájuk és igen hálás vagyok a hangulatért is! Mire a Dióhéj a kezetekbe kerül, már túl leszünk 2014. első nyegyédén. Ha rövid visszatekintést, összefoglalást készítünk erről a néhány hónapról, igen sok dolgot említhetnénk; mozgalmas volt ez az időszak. Az iskola leendő helyének keresése, tervezése, főrumok és maga a bál is.

A fent említett tevékenységek szereplői között sok az új arc, akik az alsó osztályokban szülnak. Számos többgyermekes család képviselői ők, ahol a legnagyobb gyermek tavaly, vagy egy-két éve kezdte meg nálunk a tanulmányait. Vannak olyan lelkes szülők is, akik már máshol, más intézményben kezdték el „Waldorf pályafutásukat” és most jelentős szerepet vállaltak iskolánk életében. S nem feledkeznek meg azokról sem, akik már hosszú éveket töltöttek nálunk és még mindig igen aktívak az iskolai közéletben. Ahogy Gémesi György, városunk polgármestere említette bál megnyitó be-



szédében, csodálja azoknak a kitartását, akik már jó húsz éve viszik tovább a Waldorf pedagógia ügyét itt Gödöllőn. Sokan már vagy egy évtizede, vagy régebb óta is tagjai a közösségünknek, sok nehéz helyzetet megélték és sok akadályon lendítették át iskolánk szekerét. Aztán lehet, hogy néhányukban, néhányunkban (én csak a magam nevében beszélhetek) kissé visszafogottabb lett a lendület, a lelkesedés.

S most megjelenik az iskola történetében egy új generáció. Nemcsak a diákok, hanem a szülők között is, akikben nagy tenni akarás és frissesség van. Olyan, mintha az iskola lényé vérfriessítést kapna. Húsvét előtt, a természet tavaszi kibontakozásával párhuzamosan a közösségben is megjelenik a megújulás lehetősége.

Bízom benne, hogy az „előző generáció” tapasztalata és tudása – összekapcsolódva az új lendülettel – új erőt ad az egész közösségünknek és magabiztosan tekintetünk a jövő kihívásai felé.

Kolinger Margit

A BÁL EGY „ZÖLDFÜLŰ WALDORFOS” SZEMÉVEL

Nagy öröm volt számomra, hogy részt vehettem a III. Jótékonyági Waldorf Bál szervezésében. Nem is tudom megmondani, hogy melyik volt nagyobb élmény, hogy végig követhettem és aktív részese lehettem az előkészületi munkáknak, vagy hogy szülőként, feleségemmel részt vettünk a mulatságon.

Egykori rendezvényszervezőként jó volt bejárni a helyszínt, kiválasztani a menüt, alkudozni, hogy minél kevesebb legyen a kiadás, de megemlíthetem ebbe a sorba a

jogdíjfizetéssel kapcsolatos tárgyalásokat is. Felemelő érzés volt látni a szervezési munka végét, amely egyben a bál kezdetét is jelentette. Azt hiszem, hogy így egy alkalom után bátran kijelenthetem, hogy szeretek Waldorf bálba járni. No, ezt már résztvevőként mondom. Picit kiöltözni, megszervezni a gyerekeink felügyeletét, és élvezni az impozáns helyszín, a szuper műsorok és a jó társaság adta szórakozást. Jókat beszélgettünk, ettünk, sokszor hallhattuk az összeérő poharak csengését és hajnalig táncolhattunk – a végén néhányan már cipő nélkül.

Nem tudom, hogy létezik-e másik olyan iskolai közösség, ahol szülők és tanárok együtt, önfeledten, ilyen kötetlenül jól érezhetik magukat.

Már nagyon várom jövőre a IV. Jótékonyági Waldorf Bált!

R. Nagy Gábor



A feleségemmel együtt nagyon jól éreztük magunkat a bálon. Vidám hangulatú, örömteli együtt-létnek éltük meg. Tetszettek a "külsőségek" (szépen berendezett és elegáns bálterem, finom ételek és italok, színes és színvonalas műsor, jó zene, stb.) és valahol belül is "megérintett".

Szerintem az asztaloknál és az előtérben folytatott beszélgetések, ill. a hajnalig tartó, felszabadult tánc közelebb hozták egymáshoz az ott lévő embereket, erősítve ezzel a gödöllői waldorf közösséget. Bízom benne, hogy jövőre is lesz ilyen rendezvény. Ami rajtam múlik, azt megfogom tenni ennek érdekében.

Tari Attila

A JÖVŐÉPÍTÉS FOLYTATÓDIK...

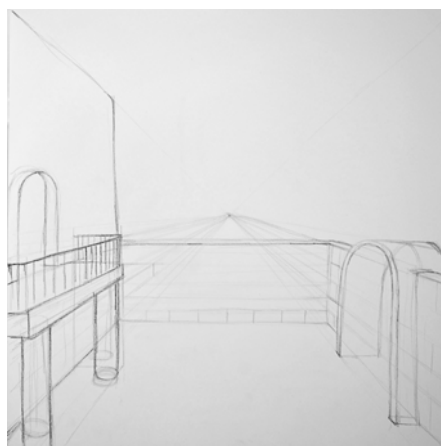
Amikor elkezdjük megtervezni a Dióhéj húsvéti számát, még a fórum, a közösségi szavazás és a közgyűlési döntés az épületkérdésben előttünk állt, így nyitva hagytuk azt a kérdést, hogy mit is tegyünk az újságba ezzel kapcsolatban.

Egy ennyire élő folyamatról, amely folyamatosan alakul/alakult bennünk és körülöttünk, nem könnyű egy kéthavonta megjelenő újságban írni, mégis fontosnak érezzük, hogy itt is nyoma legyen, hiszen iskolai, közösségi életünk egyik meghatározó részévé vált az épületkérdés az elmúlt időszakban.

Most, amikor nyomdába kerül a Dióhéj, már túl vagyunk egy közös döntésen, amelyet sokszínű közösségünkben adódóan nagyon különbözően éltünk meg, és az értékelése, a visszatekintés a folyamatra és a jövőbeli munkát segítő tapasztalatok, következtetések levonása még továbbra is előttünk áll.

A tények röviden összefoglalva:

- iskolánk történetében először közösségi szavazást kezdeményeztünk, amelyen a szülők és pedagógusok több mint fele véleményt nyilvánított – a többség nem támogatta az átköltözést a Tessedik S. út 2. szám alatti épületbe;
- a közgyűlés a közösség véleményét elfogadva úgy döntött, hogy nem támogatja az iskola átköltözését a Tessedik S. út 2. szám alatti épületbe, és megbízta a vezetőséget, hogy tájékoztassa a közgyűlési határozat alapján a német alapítványokat (a részletes közgyűlési határozat az egyesületi irodában elolvasható);
- a közgyűlés döntött a folytatásról is: felkérte a Szülői Érdekképviselőt (SZÉK), hogy együttműködve a tanári konferenciával és a vezetőséggel állítsa fel az épületprojekt előkészítésével foglalkozó munkacsoportot.



Róka Bence rajza, 8. osztály

Mivel maga az épületkérdés is erősen megosztotta a közösségünket, ezért a döntés is nagyon eltérő reakciókat váltott ki – ezekben a napokban, hetekben még

mindenki vérmérsékletétől, korábbi állásfoglalásától, az eddig belefektetett munkától és energiától, nyitottságtól és rugalmasságtól függően dolgozza fel a történeteket. Abban talán már most is mindannyian meg tudtunk egyezni, hogy a jövő szempontjából nagyon fontos lépés lesz visszatekinteni az eddigi folyamatra, és minél objektívebben értékelni azt annak érdekében, hogy valóban előrébb tudjunk lépni. Vannak, akik már eddig is nagyon sok munkát és energiát fektettek az épületkérdésbe, amit ezúton is nagyon köszönünk, hiszen az eddigi munka – a döntéstől függetlenül – mindenképpen hozzájárult a mostani helyzetünk felelősségteljes továbbgondolásához, lehetőséget adott új kezdeményezések megszületésére és ösztönöz bennünket arra, hogy tovább dolgozzunk a jövőképeinken.

Nyitott a folytatás, sokan kíváncsian várjuk – és remélem, hogy sokan fogjuk együtt alakítani – a további folyamatot is. Ahogyan eddig is, a továbbiakban is mindenkire szükség lesz ahhoz, hogy a sok-sok már megélt tapasztalat, az új lendület, a különböző kérdések és válaszok, a sokféle hozzáállás együttes ereje az iskola számára legjobb irányba vigyen tovább bennünket.

Reméljük, hogy az a sokszínűség, amely ez elmúlt hetekben, hónapokban a megosztás irányába mozdított bennünket, a továbbiakban majd inkább hozzásegít bennünket a fejlődéshez és ahhoz, hogy elfogadó és összetartó közösséggé tudjunk válni az út folyamán. A mi felelőségünk, hogy merre megyünk tovább, és együttes erőre lesz szükségünk ahhoz, hogy álmainkat meg tudjuk valósítani. Azzal, hogy a közgyűlési döntés lezárt

egy – az épület-kérdésből kialakult – konfliktusokkal teli, emberi kapcsolódásokat nehezítő, sok-sok erőt és energiát felemésztő időszakot, maga a folyamat még nem zárult le, sőt, inkább csak elkezdődhet egy – nem fizikai – építkezés... Nyitott a lehetőség arra, hogy húsvét felé közeledve a közösség megújulva, újjászülve, minél nagyobb egységben tudjon majd továbbmenni a jövője felé vezető úton.

Fábián Zsuzsa

CSIRIBIRI

Amikor 2012 nyarán belevágtunk a „Csiribiri” projektbe, fogalmunk sem volt róla, hogy hova is fog ez vezetni... Nyertünk egy pályázatot, s ezzel kaptunk egy lehetőséget arra, hogy az iskola keretei között kipróbáljunk valami újat. Bár hajlamosak vagyunk arra, hogy idővel már csak a szépre emlékezzünk, és a nehézségek halványulnak, de azt még biztosan mindannyian fel tudjuk idézni, akik közelebbről követtük a folyamatot, hogy a kezdetek azért elég döcögőssre sikerültek. Hasonlóan minden új kezdeményezéshez, meglehetősen sok ellenállásba ütköztünk. Kevesen hittünk abban, hogy ebből az eleinte megfoghatatlan, számunkra nagyon új, nagyon nem „waldorfos” dologból megszülethetnek olyan közösségi értékek, amelyeket a projekt lezárása után is szeretnénk majd továbbvinni.

Összeállt egy csapat szülőkből és pedagógusokból, és elkezdtek a közös munkát. Eleinte nehéz volt összehangolni, hogy olyan programokat, tevékenységeket találjunk ki, amelyek a pályázatba is

beilleszthetők, az iskola, a közösség céljaihoz is hozzá tudnak járulni és a szellemiségünkbe, értékrendünkbe is beleférnek. Mivel egész életünk arról szól, hogy keressük az utunkat, nyitottak vagyunk új dolgokra, másként látjuk a világot, tudunk bízni és hinni egymásban, tudunk egy csapatban, közösségben együtt dolgozni közös célért, így egyre több lehetőséget fedeztünk fel a pályázatnak köszönhetően. Ritkán választjuk a könnyebb utat, ennek köszönhetően az indulás után nem sokkal már azt vettük észre, hogy egy városi rendezvény szervezésének a közepében vagyunk...

Akik idén érkeztek az iskolába, már természetesen veszik, hogy időről időre (Belvárosi Napok, Mihály-nap, Arbofeszt stb.) megjelenünk vagy önállóan, vagy más rendezvényekhez kapcsolódva a városban, de másfél éve ez még újdonságnak számított. Meg kellett küzdeni érte saját magunkkal is – voltak, akik első pillanattól átvették a lelkesedésünket, és voltak, akik az utolsó napig kételkedtek benne, hogy ez sikerülhet. 2012. szeptember 30-án egy sokakat vonzó, jó hangulatú Mihály-napi városi rendezvénnyel nemcsak magunknak, hanem a külvilágnak is bebizonyítottuk, hogy a gö-



döllői Waldorf közösség ereje együtt, összefogással bármire képes lehet. A kezdeti sikerek után az ellenállás enyhült, egyre több támogatást, ötletet kaptunk a munkánkhoz, s egyre többen láthatták azt, hogy a „Csiribiri” programokkal, eszközökkel, lehetőségekkel is segíteni tudja az iskolát. S hogy mik is azok az eszközök, programok, kezdeményezések, amelyek a „Csiribiri”-nek köszönhetően váltak a közösségi életünk vagy az iskola részévé az elmúlt közel két évben?

Az első Mihály-napot további programok követték, ízelítőül néhány ezekből: szülők iskolája, tavaszi zsongás, júliusi játékszerdák, újabb Mihály-nap, előadások (pl. Bagdy Emőke, Takáts Péter). Segíteni tudtuk olyan régi, sokaknak

kedves közösségi programok újraélesztését is, mint amilyen például a Víz Miklós vezette PAN KLUB. Bútorokat (székek, asztalok, szekrény), irodai eszközöket (laptop, nyomtató stb.), sportszereket (pl. a pingpongasztal) és napközis játékokat is tudtunk vásárolni az iskolának a pályázati lehetőségnek köszönhetően, és sok egyéb kisebb-nagyobb kiadáshoz (pl. füzetek, kézműves alapanyagok stb.) is hozzá tudtunk járulni. Az előadásokon, beszélgetéseken, fórumokon gyerekfelügyeletet tudtunk biztosítani, sokak számára lehetővé téve ezzel a részvételt. A hirdetéseink, plakátjaink támogatása mellett kiadványok készülhettek: 2013-as és 2014-es naptár, mesekönyv. Újra megjelenik a Dióhéj, a maradék keretből pedig vannak még további kiadványterveink is. Támogattuk az antropológus orvoslás megjelenését az iskolában, a gyógykezelési egyéni és csoportos foglalkozásokat, a pszichológusi munkát. Olyan szülők, tanárok tudtak a pályázat által bekapcsolódni a közösségi életébe, akik hosszú távon is aktív részeseivé, hordozóivá válhatnak az egyesület munkájának.

Február végén lezárult a „Csiribiri”, néhány hétig még az utómunkálatait (elszámolás, adminisztráció) végezzük. Az elmúlt hetekben sokan kérdezték, hogyan tovább, lesz-e folytatás. Hasonló pályázati lehetőség jelenleg nincsen, de azt mindenképpen tervezzük, hogy néhány jól bevált, a közösségi életünkbe beépült elemét (pl. városi Mihály-nap, nyári játéknapi szülők iskolája, kiadványok) valamilyen formában továbbvisszük.

Fábián Zsuzsa

EGYÜTT REZEGNI

Azt hiszem, kezdünk felnőtté válni. Nem mintha nem töltöttük volna már be a nagykorúság életéit jóval korábban. De úgy látszik, nem lehet megspórolni az erőfeszítéseket, és erre rájönni időbe telt. Az erőfeszítés az, amely nem a legkönnyebb megoldás irányába mozog. Meglátni a feladatot, és tudni, hogy mi a dolgunk egymással.

Most ebben a közösségben is erőt kell ébreszteni, és az alvó vagy az éppen egymást kioltó energiákat mederbe terelni. A felnőtt ember képes tenni, a dolgok nemcsak történnek vele, képes az irányítást magához ragadni, és ezáltal létezése magasabb szintre lép.

Mindannyiunkban ott van egy belső hang, amely nem hagy senkit sem elszenderedni. A hang forrása számunkra nem idegen, hiszen ez az a hely, ahonnan származunk. Az élet teljességének elvesztése okozza bennünk ezt a kínzó hiányt, és a vágyat a paradicsomi lét iránt. Az OM, amely a teremtés hangja, bennünk rezeg, és amikor meghallod, nem ereszt. Talán ilyen lehetett az a hang, amely a nyájait terelő pásztorkat útnak indította. Mi hányszor vesszük észre, hogy lépni kell a teljesség felé, és vajon hányszor hallgattatjuk el ezt a bennünk megszólaló hangot?

Hogyan kerülhetünk egy hullámhosszra, hogyan találjuk meg egymással a hangot? Bármennyire is szimbolikusan közelítem meg a dolgot, a buddhista hagyományban ezekre a kérdésekre, az egymásra hangolódásra kiváló eszközt találni: a

hangtálat, vagy más néven zengőtálat. A hangtál képes megszólítani a bennünk rejlő mélyebb tudatosságot, ezért lehet alkalmas egyéni és csoportos terápiára.

Természetesen számos más lehetőség is van a hangokkal történő gyógyításra, talán a legegyszerűbb példa erre az emberi hang gyógyító alkalmazása.

A tibeti zengőtálok története homályba vész, azt azonban lehet tudni, hogy már Buddha Shakyamuni idejében is ismertek voltak Indiában mint felajánlási tálak. Több darabot őriznek még Tibetben mint ereklyét, és ezek hangját különösen nagy becsben tartják a helyiek. A tálak eredetéről még annyit tudunk, hogy a szertartások alkalmával használták és a tanítás közvetítőjének tartják őket. Tibetben és Nepálban úgy tartják, hogy a tanítás Nyugatra vándorol és a Dharma egyik közvetítő eszköze a zengőtál.

Az eredeti tálak hét fémből készültek és készülnek a mai napig: arany, ezüst, réz, vas, higany, ólom és ón, amelyekhez társítható a Nap, Hold, Merkúr, Vénusz, Jupiter, Mars és Szaturnusz égitestek energiája, ezáltal megteremtve a kozmikus egyensúlyt.

A tálak hangja hullámokat kelt, amelyek testünkbe hatolnak és bennünk rezegnek. A testünkben kb. 70%-nyi víz található. A víz az egyik legjobb közeg a rezgések számára. A rezgések a szervezetbe bejutva feltöltik az üreges szerveket, minden egyes sejtünket felébresztik. Ez a folyamat kihat a nyirokrendszerre, idegrendszerre is, beindítja a méreganyagok kiválasztódását.



A hang több szinten hat. Mentálisan a hallható spektrumban a közérzetünket javítja, ellazít, relaxál. A felhangok segítségével alfa, théta, delta hullámhosszon a tudatalattinkból felszabadulnak régen eltemetett sérelmeink, miközben a rezgések finoman masszírozzák testünket, szerveinket.

Pihenteti, harmonizálja a két agyféltekét, ezáltal elindulnak a szervezet öngyógyító folyamatai.

A tálakat méretük és hangrezonanciájuk szerint két csoportba soroljuk: a Jin típusú tálak kisebbek, hangjuk magas frekvencián rezeg. Ezeket a test felső részén, a fejhez közeli energiaközpontokon, jobb oldali meridiánokon alkalmazzuk. A női princípium és az elfogadás, befelé tekintés erősödik általuk.

A Jang típusú tálak nagyméretűek, öblös, mély hangon rezonálnak. Lelki, fizikai stabilitásunkat segítik a test alsó pontja-

in, a központi csakra alatt használjuk őket. Bal oldali meridiánokon alkalmazva férfi oldalunkat, a kiterjeszkedést hivatottak erősíteni.

A hangtálok fizikai szinten segítségünkre vannak a stressz és a rohanó életmód okozta feszültségek oldásában, segítenek ellazítani izmainkat. Segítségükkel enyhülnek vagy megszűnhetnek ízületi fájdalmaink, megoldást jelenthetnek alhasi, légzési problémák esetén.

A kezelés hatására erősödik immunrendszerünk, javul koncentrációképességünk. Megszűnhet a fejfájás, a légzési problémák. Az immunrendszer erősítésére, alvási nehézségekre is kiváló megoldást kínál a terápia.

De ami talán mindennél fontosabb, hogy a belső csenden keresztül segítenek a keresőnek rálelni önmagjára.

„Önmagad beutazása a mindenség beutazása” - Weöres Sándor: A mozdulatlan utazás

Dezső Judit és Gergő

INTUITÍV MOZGÁS ÉS MASSZÁZSTERÁPIA

Mozgással és masszázssal foglalkozom, dolgozom és gyógyítok, segítek a hozzám fordulóknak, hogy könnyedebben és örömtelibben tudják megélni hétköznapijaikat.

Meggyőződésem, hogy az ERŐ, ami önmagunk meggyógyításához, életünk rendbetételéhez szükséges, ott lakozik bennünk, csak fel kell ébreszteniünk, meg kell tanulnunk használni és engedni ára-

molni. Ez nem könnyű folyamat és valószínűleg már mindannyian elindultunk azon az úton, ahol egy idő után elkerülhetetlenné válik, hogy életünk irányítását a kezünkbe vegyük. Mindenki másról tart és mindenkinek más lehetőségek tudnak segítséget nyújtani. Én az általam ismert mozgásformákkal és a gyógyító masszázssal szeretnék hozzájárulni az egyéni és a közös fejlődési folyamatokhoz.



A keleti mozgásformák: a jóga, a csikung és a tajcsi gyakorlásával tapasztaltam meg, miként tudjuk engedni szellemünket szabadon szárnyalni – kapcsolatba kerülve a Forrással – testünk edzése és lelki blokkjaink oldódása által. Ezek a mozgásformák segítenek megteremteni az egyensúlyt, elfogadóbbá tesznek ma-

gunkkal és a környezetünkkel kapcsolatban. Segítségünkre lehetnek a kapcsolódásban, rugalmasabbá tesznek testben és fejben is.

A légző- és energiagyakorlatok segítenek tisztán tartani finomtesteinket, elősegítve ezzel a blokkok oldódását, megelőzve a betegségek kialakulását. Óráim a Hatha jóga alapjaira épülnek, de más jogarendszerek is megjelennek, és rendszeresen használjuk a csikung energiagyakorlatait.

A gyógyító masszázs, mellyel dolgozom, szintén többféle masszázsfajtából alakult ki. Alapjait a kínai masszázs rendszere adja, az energetikai tisztítás a meridiánok (finom energiavezetékek) mentén történik, az akupresszúrás pontok stimulálásával.

Jellegét mégis inkább az indiai masszázsfajtákra jellemző finomabb, lélekre ható érintés határozza meg. Nagy hangsúlyt fektetek a keresztcsont területének rendezésére (ehhez a japán yumeiho masszázsa adja az irányt), hiszen a keresztcsont az a terület, ahol testünk függőleges (gerinc) és vízszintes (medence) tengelye összekapcsolódik. Ez a terület fizikai és lelki megterhelésre egyaránt kimozdulhat, amely helyzet fennállása a csigolyák kimozdulásához, ízületi panaszokhoz és egyéb mozgásszervi problémákhoz vezethet.

A masszázs lényege, hogy mélyen ellazult állapotban, gyengéd fizikai ráhatással lehetőséget kínálunk a testnek, hogy visszaállítsa az egyensúlyi állapotot. És itt kapcsolódik újra be a folyamatba a mozgás, hiszen testünk hajlamos visszaállítani a régi, jól megszokott, helytelen mintákat. Helyes mozgás kialakításával és a hétköznapi mozgásformáink átalakí-

tásával meg tudjuk őrizni az egyensúlyi állapotot.

A mozgást, a masszázst és az energiagyakorlatokat összekapcsolva alakult ki az „energiakör”, ahol megtapasztalhatjuk e három terület jótékony egymásra hatását és összhangját. Megtanuljuk, hogyan tudjuk öngyógyító és gyógyító erőnket beindítani és használni, és megtapasztaljuk működésüket.

A kétnapos hétvégi és a többalkalmas tanfolyamok segítséget nyújtanak az önismeretben és alkalmat adnak arra, hogy egy magasabb szintű kapcsolódást éljünk meg önmagunkkal és a társainkkal.

További információ a csoportos foglalkozásokkal és az egyéni kezelésekkal kapcsolatban: Klebelsberg Veronika (70) 633 02 21

NYÁRI TÁBOROK 2014

WALDORF CIRKUSZTÁBOR

2014. július 14-19-ig ismét megrendezésre kerül a Waldorf Cirkusztábor Gödöllőn!

Hogy mivel foglalkozhatnak a táborlakók? A cirkuszművészet számos attrakciójával. Zsonglőrözünk labdával, buzogánnyal és bármivel, ami a kezünk ügyébe kerül. Ördögbotozunk, diabolózunk, botozunk, poikat pörgetünk. Akrobatikázunk, gúlákba állunk, egyensúlyozunk, kötél tánccal, egykerekűzünk, sőt a bátrabbak kipróbálhatják a zsiráfokat is. Meghódítjuk a magasságokat is a tissue-val. Ezen felül pantomimezünk, móká-



zunk, bohóckodunk, bűvészkedünk és rengeteget éneklünk és zenélünk. Hogy erre nem elég egy hét? Nem bizony! Viszont belekóstolunk mindenbe nagy kanállal, kipróbáljuk, mire vagyunk képesek. A hét végén pedig kanyarítunk egy akkora cirkuszi előadást szüleink, barátaink és nem utolsósorban saját magunk gyönyörűségére, hogy világra szól! És nem akarunk hazamenni...

Méhes Csaba

A jelentkezés feltételeiről, módjáról bővebb információk a honlapunkon lesznek: www.waldorf-godollo.hu.

A SANYI MANÓK X. JUBILEUMI TÁBORA, 6-12 ÉVESEKNEK

Hunok nyomában

Képző- és iparművészeti és barkácsolótábor. Az idei évben kinyitjuk őseink kincsesládáját: motívumkincsüket, mítoszait, mondáikat elevenítjük fel, ismerjük meg behatóbban, „átéljük” hagyományainkat. Kőrösi Csoma Sándor útján járunk a hunok nyomában.

- Törzseket alakítunk, ősi neveket választunk, életfát és jurtát állítunk, bográcsolunk.
- Őseink életmódját „éljük”: gyapjút tisztítunk, gabonát őrünk, kenyeret dagasztunk, gyógynövényekkel, gombákkal ismerkedünk, gabonaédességeket készítünk
- Ősi mesterségeinkből kapnak ízelítőt a gyerekek: ötvösség, agyagművesség, kovácsolás, nemezművesség.
- Festünk, rajzolunk.
- Rovunk fába, kőre, papírra
- Felelevenítjük elődeink öltözködését: veretes öv, tarsoly, fejfedő (nemezsüveg), ékszerek rézből, agyagból és gyöngyből
- Mesélünk a pásztorokról, táltosokról, garabonciásokról
- Hangszereket készítünk, sokat éneklünk és táncolunk
- Harci eszközök készülnek (csatacsillag, szablya, dárda, pajzs) és megelevened-



- nek hajdani harci módok is: íjászat, baranta, ostopattogtatás
- Vidáman játszunk, munkálkodunk a barátságos, nagy családi házban és vadregényes kertben
 - Terike néni finom főztjét és süteményeit lakomázzuk
 - A tábort hagyományainkhoz híven, színielőadással, kiállítással és szertüzzel zárjuk

3 turnust indítunk: 2014. június 23-27., június 30. - július 4, július 7-11.

Részvételi díj: 23.000 Ft, nagycsaládok és testvérek kedvezményben részesülnek.

Jelentkezni Balla Veránál lehet 10.000 Ft előleg befizetésével a 70 275 6641-es telefonszámon.

Résztvevő művészek, foglalkozásvezetők:
Balla Vera – festőművész, Dvorszky Anikó – képzőművész, Imre József – ezermester, Jelinek Eszter – ének-tánc tanár, Kovács Noémi – kerámiakészítő szakoktató, Monostori Judit – kézműves tanár

További segítőink:

Hegymegi Gábor, Dezső Gergő, Kovács Gabriella, Póder Galina és még sokan mások

Ó TIHANY VÁR!

Kalandos hét a Tihanyi-félszigeten
2014. júl. 6-11-ig

Helyszín: Tihany-Sajkod Tihanyi
Levendula Erdei Iskola

(www.bfnp.hu/erdei-iskola)

Ellátás: napi ötszöri étkezés (közös

készített és készített ételek)

Utazás: Gödöllőről vonattal

Részvételi díj: 32.000 Ft (részletfizetési lehetőség)

Érdeklődni lehet: Vollárné Farkas Tündénél 06/30-546-85-40

Angyalvár és Boldogkőváralja után idén a tihanyi Óvár-vár bennünket!

Már az utazás is kalandos lesz: vonattal Balatonfüredig, majd busszal Tihanyba. Onnan a kisvonattal pöfögünk be a Nemzeti Park területére, a Levendula Erdei Iskolába.

Ízelítő tervezett programjaink közül:

Geo-barangolások

- Balatonfüred-Lóczy-barlang

- Óvár-barátlakások

- gejzirmezők

- Levendula Ház Látogatóközpont



Egyéb programok:

- A fürdőzés sem maradhat el, a Balaton északi partjának csendesebb strandján-Balatonudvariban.

- kézműveskedés a hűs tornácon (origami: napernyő, fejfedő, papírhajó hajtogatása, a tavalyihoz hasonlóan nemez-tér-kép készítése)

- éjszakai túra/ „vadászat”
- gitárral és dallal kísért tábortűzropogás
- spontán alakult színjátszócsoporthoz/ok
- spontán színdarabjainak megtekintése
- titkos barát játék

8 éven felüli, kalandvágyó gyermekek jelentkezését várjuk!

Vollárné Farkas Tünde, Kovács Klaudia és Monostori Judit

VII. TERMIK Tábor

2014. július 14-23. Bakonyháza, Vadalmás-rét



10 napos sátras gyermektáborba várnak a Magonc Alapítvány önkéntesei, egy csörgedező patakokkal határolt tisztáson, a Keleti-Bakonyban. Fergeteges társaság, remek programok és játékok, a hetedik TERMIK Táborban!

Ha nyitott vagy a természet értékeire, és szeretnéd a nyarat igazán jó közösségekben, nomád körülmények között, érdekes természetismereti, néprajzi és közösségépítő foglalkozásokon eltölteni, köztünk a helyed!

A táborban résztvevőként 12 fős „családokba” lesztek beosztva, ezek a

családok (természetesen egy családfővel kiegészítve) járják végig délelőttönként forgószínpadszerűen a különböző programokat. Ezeken a táborozó gyermekek és a szervezők együttesen ismerhetik meg a táborhely környékének élővilágát, a helyi népszokásokat és mesterségeket, elsajátítják a tájékozódási ismereteket és a szabadterti főzés fortélyait is.

A délután során kötetlenebb, de a délelőttiekhez hasonlóan színes és változatos elfoglaltságok várnak a táborozókra: a közösség összekovácsolódását segítő csapatépítő programok, játékos vetélkedők, vagy akár a teljes tábor népét bevonó nagy csapatjátékok. Napnyugtakor közös, tábortűz körüli énekléssel, mesehallgatással és színdarabval zárjuk a tábor napjait.

Mivel minden szervező önkéntesen, azaz díjazás nélkül végzi munkáját, táborunkban nincs klasszikus értelemben vett „részvételi díj”. A 10 napos tábor során az étkezéshez, utazáshoz, közös felszereléshez való hozzájárulás 2014-ben legálább 29 500 Ft.

Időpont: 2014. július 14-23.

Helyszín: Bakonyháza, Vadalmás-rét

Pótjelentkezés: 2014. május 1.

(maximum 10 fő!)

Korosztály: 10-14 év (egyéb esetben külön egyeztetés szükséges!)

Részvételi hozzájárulás: 29 500 Ft (utazással együtt)

Szállás: szabad éjszaka alatt, saját sátrakban

Utazás: közösen Budapestről, különbusszal

További információ, jelentkezési tudnivalók: www.termiktabor.hu

KÖSZÖNJÜK!

Lezárult a papírgyűjtés. Köszönet mindenkinek, aki ezzel is hozzájárult anyagi fejlődésünkhöz. 59 ezer Ft bevétel keletkezett, a pénzt homokvásárlásra költöttük.

Folytatjuk a papírgyűjtést, a „bakelit”-ben lehet tárolni.

A következő bevételből ipari porszívót szeretnénk vásárolni a tornasátor takarítását javítandó.

Vizy Miklós

PÜNKÖSDI BAZÁR AZ ARBOFESZTEN

Az már remélhetőleg senkinek nem új hír, hogy az idei pünkösdi bazárunkat az „Arbofeszt” rendezvénnel együtt tartjuk meg 2014. május 24-én, a gödöllői arborétumban.

Az elmúlt években a „Csiribiri-program” ösztönző erejének köszönhetően nyitotunk a város felé, s azzal, hogy a pünkösdi bazárunkat idén az arborétumban, az „Arbofeszt”-en rendezzük meg, ezt a folyamatot szeretnénk továbbvinni.

Közösségünk sokszínű, így a megszokott keretek közötti kilépés is minden esetben sokféle reakciót vált ki belőlünk: a lelkesedés és tenni akarás mellett kétségeket, kérdéseket, sőt olykor még egyet nem értést is szülhet. Ez most lépés az ismeretlenbe: újabb alkalom arra, hogy kilépjünk megszokott kereteink közül és értékeinket megmutatva jelenjünk meg a városban. Míg az adventi bazár a befelé fordulást, a belsőbb együttlétet segíti,

addig a pünkösdi bazárral már évek óta kísérletet teszünk arra, hogy nyissunk kifelé. Ezúttal egy nagyobbbat nyitunk a szokásosnál, hogy egy kicsit a világba is kilépve a bennünk dolgozó erőket, lehetőségeket megosszuk másokkal is, és egy más térbe és közegbe átlépve, belső akarunkkal hassunk a világba.

Bízunk benne, hogy közösségalkotó erejét is megőrizzük ezáltal a pünkösdeknek, hiszen a korábbi Csiribiri Napokhoz hasonlóan így a pályázat lezárása után is együttes munkára lesz szükség. Reméljük, hogy össze tudunk fogni, együtt tudunk gondolkodni, érezni és akarni, amivel a közösség építő erőt ösztönözzük. Minden segítő ötletnek örülünk – a vállalatoknak, hozzájárulásoknak a közös munkához pedig még inkább... Ha bármi kérdésetek, javaslatotok, felajánlásotok van, a szervező csapatot (Fábián Zsuzsa, Györgypál Ildikó, Kecskés Jutka és Kuntz Orsolya) keressétek!

Bízunk benne, hogy az előttünk álló kihívás, a közös célért együtt végzett munka közösségünk építését fogja segíteni a következő hetekben!



KITEKINTŐ

Varázs Garázs–Waldorf pedagógiával a hátrányos helyzetű gyermekekért

Kőhalmi Adél interjúja Esti Nóra Waldorf pedagógussal

*„Tégy meg minden jót, ami téled telik,
Amilyen eszközzel csak tudod,
Amilyen módon csak tudod,
Ameddig csak tudod.”*
(John Wesley)

Mindig segíteni szerettem volna a hátrányos helyzetű embereken, de ezt tizenhárom éves fejjel nehéz végrehajtani. Egyszer éppen ebben a témában kerestem az interneten, amikor rátaláltam a „Waldorf pedagógiával a hátrányos helyzetű gyermekekért” oldalra a facebookon. Anyának elmeséltem, ő már ismerte, és mondta, hogy lehet nekik adományokat küldeni. Én erre nagyon megörültem, felmentem a szobámba és a kinőtt ruháimat egy nagy zsákba raktam, mindenféle itthon már nem használt, de használható dolgot összegyűjtöttem. Felvettem a kapcsolatot Esti Nórával, aki a gyerekekkel foglalkozik Bódvalenkén. Másnap elmondtam mindezt az iskolában, és vártam, hátha valaki hoz valamit. De vagy elfelejtették, vagy nem fogta meg őket, amit mondtam, esetleg nem is értették. És itt el is akadt az ügy. Most azért írok, hogy minél többen megismerjék a bódvalenkei Waldorf kezdeményezést és a Varázs Garázs helyzetét.

Nórának interneten keresztül tettem fel a kérdéseket, amelyekre ő gyorsan válaszolt:

Hogy működik nálatok egy átlagos nap, van valami napi „rutin”?

Igen, van már rutin, hisz most kezdem az ötödik évet itt Bódvalenkén. A napi program függ attól, hogy iskolai nap van vagy szünet, hétvége, mert akkor is dolgozom. Ha sulinap van, akkor délelőtt azokkal a gyerekekkel foglalkozom, akik otthon maradtak. Kerékpárral érkezem Lenkére kb. 10 óra körül Bódvaszilásról, ahol bérek egy kis lakást. Összeszedem a kicsiket, akik nem járnak oviba, vagy éppen otthon maradtak valami miatt és velük kezdek. Az iskolások egy része 1 órakor érkezik. Mindig az első osztályosokkal indítok, majd a másodikosok és így tovább, illetve negyediktől már összevontan tartok csoportot. Este 6 óra körül szoktam befejezni, de nyáron később. Kb. 3-4 esetleg 5 hetet bírok így egyhuzamban mindennap végigdolgozni, aztán mikor már nagyon elfáradok, hazautazom pihenni egy-két hétre.

Hogyan jutottál Bódvalenkére, miért éppen oda?

Olyan helyet kerestem, ahol már volt valamilyen civil kezdeményezés. Ma már ezt bánom, egyetlen dolog lett volna fontos: olyan cigány falut kellett volna találnom, ahol a polgármester nyitott és segítőkész. Ez sajnos itt nincs meg, így nagyon nehéz egyről a kettőre jutni.

Bódvalenke előtt is Waldorf pedagógiával foglalkoztál?

Pályamódosító voltam. 25 évig közgazdászként dolgoztam. Majd ezt követően fordult az életem egy egészen más irányba. Így lettem Waldorf pedagógus, a szükséges iskolák elvégzése után, és osztálytanítóként dolgoztam idehaza és Franciaországban.

Hány éves gyerekekkel foglalkozol?

Háromévestől, felső határ nincs, de általában 15-16 évesekig jönnek a tanórába a gyerekek.

Hogy néz ki az épület, kert? Van konyha, WC, termék, vagy az egész egy nagy garázs?

Egy roma család fogadott be minket házának garázsába. Azt kicsit ki kellett tisztítani. Két évig csak tavasztól őszig és csak világosságban lehetett ott dolgozni, nyitott kapuknál, mert se fűtés, se világítás nem volt. Víz csak az utcában, csapóról. Aztán tavaly télen egy lelkes facebookos csoport, akik látták az oldalunkat, téliestették a garázst, üvegajtókat tettek be, kaptunk villanykályhákat, majd



később az ÉMÁSZ szintén ingyen bevezette a villanyt. Maga a garázs kb. 28 m² lehet. A házhoz tartozik egy óriási telek, amely nagyon elhanyagolt volt, de elkezdtünk kis kertet művelni és idén már a háziak is követték a példánkat.

Akkor ez egy délutáni iskola, napközi? Vagy egy hely, ahova egy gyerek szívesen elmegy iskola után, mert valaki várja?

Ez egy iskolán kívüli foglalkozás, egy kis tanoda. A gyerekek nagyon szeretnek járni hozzám, de szerencsére nem engednek mindenkit a szülei; bajban is lennék, a faluban már több mint 100 gyerek él.

Meg szoktátok tartani az ünnepeket? (Szent Mihály ünnepe, Szent Márton ünnepe, adventi kert és Szent Miklós ünnepe, vízkereszt, farsang, húsvét, pünkösd stb....)

Igen, igyekszem. Ami már rendszeres és a gyerekek nagyon várják minden évben,

az a Márton nap, az adventi közös éneklés, hangulat, farsang, húsvét. Sajnos adventi kertet még nem sikerült rendeznünk, de talán jövőre... Most például az Assisi Szent Ferencről írt kis darabot próbáljuk.

Mit szólnak mindehhez a bódvalenkeiek és a szülők? Van, aki azt gondolja, hogy nem jó, amit csinálsz, vagy még segítenek is neked?

Igen van, talán nem is azt, hogy nem jó, hanem nehezményezik, hogy „kivételezek” azokkal a gyerekekkel, akikkel a szülei nem törődnek megfelelően. Ezért aztán nem engedik a sajátjukat hozzám, mert lenézik, megvetik az előbb említett családokat és gyerekeiket. De hát én pont őmiattuk jöttem ide, a nehéz sorsú gyerekekért.

Van melletted még valaki, aki segít?

Nincs. Egyedüli támogatóm egy franciaországi volt szülő(m), aki azóta Amerikába költözött, de ő csak az én szerény megélhetésemet tudja támogatni, ki tudja, még meddig. Így nincs lehetőségem munkatársakat alkalmazni. De! A gyerekek, akik szépen cseperednek mellettem, egyre ügyesebben segítenek a náluk kisebbek kísérésében, beilleszkedésében, egyebekben. Elképesztő, mennyire segítőkészek! A kertünkben is fantasztikus elánnal dolgoznak minden évben.

Mire van szükség elsősorban? Mit lehet (kell) küldeni?

Tudjátok, változott ezzel kapcsolatban a véleményem. Ami a legfontosabb volna, lehetne, az a személyes kapcsolat. Patronáló családok jöhetnének, akik megbírátkozva a gyerekekkel, szüleikkel szíve-

sen vinnének el a gyerekeket magukhoz vakációzni, Waldorf iskolákba kicsit látogatni, stb. Ezek a gyerekek tele vannak szeretettel, hálával minden pici törődésért, kedvesek, jó kedélyűek, rettentően nyitottak mindenre. De azért ha waldorfos eszközöket kaphatnánk időnként, annak nagyon örülnénk. Festéshez, kézimunkához, rajzhoz, furulyázáshoz, fafaragáshoz, mert hogy mindezeket műveljük piciben, lehetőségeinkhez képest.

Le lehet menni neked segíteni pár napra?

De még mennyire! Bármikor, bármennyi időre. Egy csak a nehézség: én sajnos nem tudok finanszírozni szállást, étkezést. Bár szálláslehetőség van Bódvaszilason, ahol én is bérlem a lakásom. Sokszor elgondoltam már, milyen nagyszerű is lenne, ha például nyaranta lehetne kis waldorfos tábor szervezni nekik, akár bothmert, vagy zeneit, vagy bármit, ha jöhetnének Waldorf tanárok... De akár Waldorf diákok is. Hogy honnan tudnánk erre pénzt szerezni? Mivel egyedül dolgozom, egyszerűen nem vagyok képes pályázatokkal foglalkozni. Minden időmet velük töltöm, és ha már nem bírom szusszal, akkor irány haza Pestre a családomhoz.

Ami állandóan szükséges, az a tisztálkodó- és tisztítószerek, no meg a gyerekcipők. De ezek elosztására ma már nem vállalkozom, mert mindig óriási balhé van belőle. Ezért azt találtam ki, hogy ha valaki szívesen gyűjtene, akkor én címeteket adnék, azokét a családokét, akiknek valóban (!) szükségük van rá.

Köszönöm az érdeklődéseket és nagy szeretettel várunk mindenkit!

Kolozsváron "két Húsvét" között

Az ünnep művészi átélése az óvónőképzésben

„...A halál gondolata nem önmagában jelentős, hanem azért, mert fényt vethet az életre. Ahhoz a meggyőződéshez kell eljutnunk, hogy az élet rejtélyét a halál lényege által lehet megismernünk.” (Rudolf Steiner: Egy út az ember önmegismeréséhez)

Amióta „Színről Színre” Festőkörünk sorsszerű kapcsolatba került a Romániában élő, antropológiához kötődő barátainkkal, a művészetben és a pedagógiában keresztül egyre elmélyültebb viszonyt ápolunk egymással. Így alakult, hogy részesévé válhattam óvónő- és tanárképzésüknek, ahol a témák ünnepkörhöz fűződő művészi megközelítését jelentősen árnyalták a vallási és nemzeti különbségek. Ezt legpregnansabban most, a húsvéti kurzuson éltem meg, mely a magyar és a román (ortodox) húsvéti ünnep közé esett.

Rudolf Steiner „Az év körforgása, mint a Föld lélegzésének folyamata és a négy nagy ünnepi időszak” című írásában hangsúlyozza, hogy a nagy ünnepeink nem véletlenül esnek arra az időszakra, amikor megünnepeljük őket. A Húsvét esetében ez még jelentőségteljesebb, mert az időpontját az égről kell leolvasni. Valaha „az ünnepek idejének megállapítására annak az

értelmét betűzték ki, amit a Logosz írt be a térbe. Amikor a Hold konstellációjának térbeli megállapításából áttérünk a vasárnapoknak az év ciklusában történő tisztán időbeli megjelenésére, kilépünk a térből. Krisztus Húsvét idején kezd a Nap-szerűvel együttműködni. Húsvét ideje tehát a Föld kilélegzésének időszakára esik. Ezt a történetet nem szabad a visszaáramló holdfényre vonatkoztatnunk, hanem a Nap-szerű jellegre. Ez az eredete annak, hogy a Húsvét ünnepét a tavaszi napfordulót követő holdtölte utáni vasárnapra tették.” (1) Ezek a megállapítások azonban a kozmikus térre vonatkoztak és a Golgotai Misztériummal léptek ki a kozmikus térből az időbe. Innentől ez már nem a kozmikus térhez kötődött, vagyis ami a szellemre vonatkozott, azt mintegy elszakították a tisztán térbelitől. Az emberiség szellemi fejlődésében ez egy nagyon fontos lépés.

Egész földi életünket végigkísérik a halál folyamatok, ez a haladásunk záloga. Minden újabb tapasztalás a régi eltemetésével kezdődik. „A húsvéti misztériumban teljes mértékben benne van az inkarnáció misztériuma is, mert a feltámadás Krisztusnak nem csak az azelőtt már meglévő isteni-szellemi lényébe való visszatérését jelenti, hanem a halál legyőzését is, azt, hogy az isteni megvetette a lábát a halál birodalmában. Annak, hogy Krisztus átment a halálra, nemcsak az emberek és a Föld számára van jelentősége, hanem az Istenek és az Ég számára is. Azáltal, hogy el kellett szenvednünk a halált, olyan tapasztalatunk van róla, ami az Isteneknek nincs meg. Csak Krisztus halála révén részesültek az Istenek ebben a tapasztalatban. A világfejlődés közepén egy isteni lény em-

beri módon ment át az életen és a halálra, mert az Isteneknek nem volt tapasztalata a halálról, és ezzel elvitte az Isteneknek az emberi halál tapasztalatát, az embereknek pedig isteni erőt hozott, ami segítségünkre van a halálnál.” (2)

A húsvéti gondolatnak ez a mélyértelmű lényege a magja és a forrása a kereszténységnek, mert a kereszténység a Feltámadott vallása: „Ha pedig Krisztus fel nem támadott, akkor hiábavaló a mi prédikálásunk, de hiábavaló a ti hitetek is.” (1Kor.15:14) De miként találhatja meg a mai kor embere az élő, a feltámadott Krisztushoz az utat? Erre kerestük a választ az óvónőképzés résztvevőivel Kolozsváron, ahol sajátos módon egyszerre van jelen a keleti és a nyugati kereszténység a maga bizonyos fokú egyoldalúságával.

„Semmi más nem mutatja meg világosabban a keleti és a nyugati emberiség polaritását, mint a Húsvét megünneplésének módja. A nyugati kereszténység behatolt a halál homályába és sötét sorsszerűségébe. Megérti a halált. Megérti Krisztus halálát is, amennyire az megérthető, ha az ember pilantását főképpen az emberi Jézus alakjára irányítja. A Kelet ezzel szemben csodálatos – ma már mindenestre hanyatló – gyermekdede révén, inkább megérti az életet, mint a halált. Minthogy elkerülte a Nyugat intellektualitását, megőrizhette problémamentes, erőteljes lelki kapcsolatát az érzékfeletti világgal, ami átdereng számára a földi világ transzparensén keresztül. Ahogy megérti a Nyugat Krisztus halálát, úgy sejti és érzi a Kelet a feltámadásának titkát. A keleti kereszténység inkább arra van predesztinálva, hogy Krisztust, mint érzékfe-

letti isteni lényt, mint feltámadottat képzelje el és tisztelje, nem pedig arra, hogy megálljon az emberi Jézus alakja előtt, és azt érezze mintaképének, és elmélyedjen szenvedése történetének emberien fölfogott drámájában. Ennek oka az, hogy a Kelet még sokat megőrzött a kereszténység előtti idők tisztánlátó szellemi élményeinek utóhangjából, és ebből erednek azok a dionüszoszi, extatikus lelki lehetőségek, amik a keleti húsvéti ünnepeknél megnyilvánulnak.” (2)

Ez a kétféle megközelítése a Húsvét misztériumának ébresztette fel bennem a gondolatot, hogy a román és a magyar csoporttal együttesen próbáljunk meg egymás ünnepléséből tanulni, hogy így segítsünk átlépni az egyoldalúság korlátain. Ennek az érzékfeletti, szellemi folyamatnak a megközelítéséhez Ninetta Sombart kilenc képből álló meditációs sorozatát választottam, melynek címe: „Szenvedés, halál, feltámadás.” (3)

Ninetta Sombart, antropológus festőnő Svájcban, Dornachban él és alkot. Ezzel a képciklussal az utolsó vacsorától a mennybemenetelig tárja elénk az eseményeket, melyek hármásával csoportosítva – a címnek megfelelően – egy nagyívű pályát írnak le: Isten egyesülését a Földdel, és a Föld egyesülését az Éggel. A képsort egész héten szemlélhették a hallgatók, méghozzá oly módon, hogy egy-egy közülük mélyebb kapcsolatba kellett kerülni. Ezt az egész Föld-planétára kiható kozmikus történetet emberi bensőnkben is átérezzük: a makrokozmosz és a mikrokozmosz bennünk találkozik. A külsőtől a belsőhöz vezető úton a négyféle húsvéti evangéliumi leírás is segítségünkre volt. A négy evangélium-

ban felfedezhetjük azok egymásra épülő ösképi mélységeit a tájmotívumokban: a hegyen, a házban és a tengernél. Máté a hegycsúcsra vezet, Márk a ház belsejébe.

A kívülről belülré való átmenet Lukácsnál méginkább elmélyül, egyfajta bensőségességgel áthatva, hogy aztán Jánosnál megforduljon az irány, és ismét kint, a tengernél jelenjen meg a Feltámadott fénylő alakja a tanítványoknak. Közös, szent étkezés egyesíti őket, hogy aztán megkapják az apostoli megbízást. Így sikerült megsejtenünk, hogy csak a négy evangélium együttesen vezet át a lélek stációin, és mindegyiken át kell haladnunk, hogy találkozassunk a Feltámadottal.

A húsvéti szféra a kozmikustól az emberiig terjed, és ezt az utat járhatjuk be lépésről lépésre a képek meditatív szemlélésével is. Sorrendben:

1. Utolsó vacsora
2. Getsemane
3. Keresztfeszítés
4. Keresztről levétel
5. Sírban nyugalom
6. Leszállás a holtak birodalmába
7. Feltámadás
8. Noli me tangere
9. Mennybemenetel

Meditatív elmélyülésünket Kolinger Margó euritmiai, Dan Judith énekléssel segítette. Így jutottunk el hétvégére a szociális festéshez, melyben csodálatosan tükröződött nemcsak az individuálisan, hanem a közösségben megélt folyamatnak is az eredménye. A festés négy csoportban zajlott, mégpe-

dig sorsolás útján kerültek össze a tagjai. Véletlenszerűen jutottak a témákhoz is. A négy téma a „Hiszek egy” négy kiválasztott sora lett:

1. „Meghala és eltemették.”
2. „Szálla alá poklokra.”
3. „Feltámad halottaiból.”
4. „Felméne a Mennyekbe.”

Meglepő módon, alig kellett egymással megbeszélniük bármit, és egy intenzív elmélyült hangulatban dolgoztak. Erről tanúskodnak az elkészült művek is, melyek sorban, egymás mellé téve, még erősebb hatással voltak ránk. Az 1. és a 3., aztán a 2. és a 4. kép poláris feszültségre mindannyiunkat lenyűgözött. Kicsit megtapasztalhattunk valamit abból, amit Emil Bock így fejez ki: *„A keresztény élet megújulásának egyik fontos következménye lesz, hogy a húsvéti ünnepe egészen új központi jelentőséget és erőt nyer. A feltámadás ünnepének megünneplésekor – ami akkor már nem egy napra korlátozódik, hanem ráveti fényét az egész kibontakozó tavaszra, egészen a mennybemenetel napjáig – nagy, felemelő, vallásos és művészeti érzések ragadják majd meg a lelkeket. Kitágult kozmikus perspektívák nyúlnak meg, és ebből világméretű művészeti kezdeményezések fognak születni.”* (2)

Forgács Erzsébet

- (1) Rudolf Steiner: Az év körforgása, mint a Föld lélegzésének folyamata és a négy nagy ünnepi időszak. Genius, 2010.
- (2) Emil Bock: A három év
- (3) Leiden Tod Auferstehen/Neun Meditations – bilder von Ninetta Sombart. Urachaus kiadó

Kolozsvára járunk

Hogy kerültünk a kincses városba?

Ez a történet is a Forgács Erzsébet által életre hívott festőkörrel kezdődött. A Dióhéj rendszeres olvasói a karácsonyi számban az ő gyönyörűséges ikonjaikat csodálhatták meg. A festőkör többször is tartott nyári tábor Székelykeresztúron. Először „csak” a magunk örömeire, de később egyre több helyi pedagógus, főleg óvónő csatlakozott hozzánk Szovátáról, Sepsiszentgyörgyről. Aztán Gál Ágotától (most Kolozsváron óvónő) eljutott a hírünk a városban működő Waldorf Óvodapedagógiai Szeminárium vezetőjéhez, Sorin Tigareanuhoz és feleségéhez, Nórához. Így kaptunk meghívást Erzsivel a 2012-es nyári óvónőképzésre.

A nyári tábor egy téli, majd egy tavaszi egy-egy hetes kurzus követte, és már második éve járunk Erzsivel Kolozsvára. Ő már korábban is felfedezhette magának a várost, mivel 2012 tavaszán Györgypál Ildikóval együtt a Kolozsvári Waldorf Iskola tanár-továbbképzésén tanított, László Áron megkeresésére. Az iskoláról még később szót ejtek, de előbb még Sorin kezdeményezését szeretném bemutatni. Szerette volna, ha soknemzetiségű városában mindenki a saját anyanyelvén tanulhatna a Waldorf képzésen, de erősítette azt is, hogy együtt és egymástól is tanuljanak a diákok. Lenyűgöző, hogy ez az ember – igazi világpolgárként – mennyit tesz a különböző nemzetiségek érvényesüléséért!

A két év során Erzsébet egyre több feladatot kapott. Az ünnepeken és a pedagógiai jellegű kérdéseken kívül festésfoglalkozást, szociális festést is vezetett, majd a körjáték témáját is összefogta és Steiner gyermeknevelési írásaival is foglalkoztak magyar nyelven.

Jómagam euritmiai tanítottam az óvónőknek, gyakran fordítók segítettek a munkámat. A képzésen sok jeles kollégánk van. Sorin és Nóra mellett elsőként Dán Juditot említeném, akinek nagy szerepe van jelenleg is az itthoni énekzene képzéseken, továbbképzéseken is. De hallgathattuk Kolozsváron Manfred Schneider Raffaélról szóló előadásait is. Euritmizálni Mihály Dóra nyáron kez-

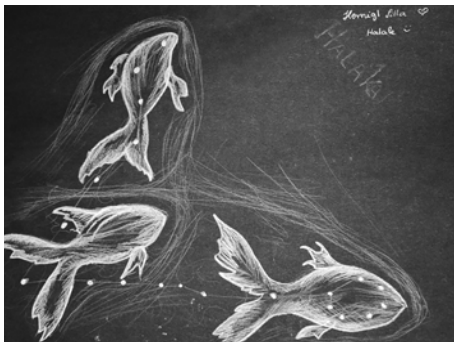


Póth Zsombor rajza, 7. osztály

dett a kurzuson, én két hét múlva vettem át tőle a stafétát egy hét erejéig, majd a két évközi egy-egy hétre. Egy ideig Somodi Mariann és Till Margit magyar

óvónők is szerepet vállaltak a tanításban. Ezúton is kiemelném kollégáim segítőkészségét, Erzsí és a magam nevében is, akik zavartalanul biztosítják helyettesítésünket a távollétünkben. Köszönet a kolozsváriak nevében is!

Ez a lehetőség egyben nagy kihívást is jelent számomra: hogyan lehet beavatni a szeminárium hallgatóit az euritmia művészetébe? Nem mindig ment simán. Például a fordításból is adódtak nehézségek. De idővel minden a helyére került. Egy-egy kurzus végén, a visszatekintés során öröm nézni, hogy a különböző



Hernigl Lilla rajza, 7. osztály

órákon tanultak hogyan csengenek össze harmonikus egységben.

Az órákon volt, hogy román nyelven is előadtunk. Ilyen volt a bibliai teremtéstörténet egy része, amit egy hallgató olvasott fel, én pedig a többiekkel együtt hangzókat jelentettem meg hozzá. Nagyon nagy sikere volt!

A román csoportban remekül haladtam a zenés kompozíciókkal, lendületes mozgásokkal. Nagyon erősen benne élek az érzésvilágban. Nagyon szeretik a szépet és igényük is van arra, hogy amit alkotnak – bármely művészeti ágban –, az szép legyen. Nyíltszívű, szeretetre méltó

embereket ismertem meg közöttük.

Emellett az elmúlt két év során kifejleszthettük magunkban az rugalmasság képességét, mert mindig voltak olyan dolgok, amelyek – a tervezetthez képest – másként alakultak. Ilyen az élet!

De valóban nem könnyű dolog egy képzést úgy kézben tartani, hogy a hallgatók több száz kilométerre vannak Kolozsvártól és egymástól is.

Ezenkívül betekintést nyerhettünk abba is, hogyan, milyen kihívásokkal szembesülnek szomszédaink a Waldorf intézményekben. Romániában a kilencvenes években megszületett annak a lehetősége, hogy Waldorf iskolák jöjjenek létre. Rengeteg anyagi segítséget is kaptak a megvalósításhoz.

De úgy érzem, sok esetben jóformán a pedagógusok iniciálták ezeket az új intézményeket. Kevés volt mellettük az a szülő, akik igazán ismerték és tudatosan ezt a nevelést választották a gyermekeiknek. Aztán a sokéves tapasztalat alapján az iskolák vezetése, a pedagógusok figyelnek arra, hogy a szülőket is bevonják az iskolák életébe.

Több helyen szerveznek előadásokat, hogy a szülők is kapcsolódhassanak a közösséghez, tudatosabb legyen a jelenlétük a mindennapokban is.

Óvodák esetében gyakori, hogy egy már működő intézményben hoztak létre Waldorf csoportot. Megnehezíti a helyzetüket, hogy ez az új dolog egy régi szervezeti egységhez tartozik.

Az Óvónői Szeminárium mellett a kolozsvári Waldorf iskola is rendszeresen szervez továbbképzéseket úgynevezett modulokat tanítók részére.

Ezek a modulok egy állami továbbképzési rendszer részei. A Waldorf pedagó-

gia alapján épülnek fel, de általában a pedagógusokhoz, nem „csak” a Waldorf pedagógusokhoz szólnak.

Az utóbbi másfél évben abban a megtiszteltetésben részesültem, hogy itt is taníthattam és Erzsí is kapcsolódott ehhez a képzéshez is.

Nagy élmény volt a sok lelkes, nyitott, érdeklődő emberrel foglalkozni. Nagyon jó kérdéseket kaptam tőlük az euritmia során.

Néhány szót ejtenék magáról a kolozsvári Waldorf iskoláról is, ahol szállást szoktunk kapni két kedves Waldorf pedagógus: Gál Ágota (óvónő) és Papp Emese (osztálytanító) jóvoltából.

Ez az iskola is már a húszas éveit „tapossa”. Majd két évtizede jártam először Kolozsváron, Dán Juditnál kaptunk szállást. Akkor megtekinthettem az akkori iskola épületét, de már csak halvány emlékem maradt róla.

Jelenleg egy új, dinamikusan fejlődő városrészben áll az iskola a város szélén. A környékén több lakótelep található, keres családi házas övezettel együtt. Az épület hatalmas, tágas, jól felszerelt. Még nincs teljesen kész. Az udvaron is még látszik, hogy nagyon új, de sokat változott az elmúlt két év során: új növényekkel, fácskákkal, fakerítésekkel gazdagodott. De még van tennivaló bőven.

Az iskolában párhuzamosan működnek román és magyar nyelvű osztályok. Sajnos mára kicsit megcsappant a létszámuk. A pedagógusok most előadásokat szerveznek, hogy ismertebbé tegyék a Waldorf pedagógiát a környéken, hogy az erre nyitott családok megjeljék a hozzájuk vezető utat.

Sok erőt és kitartást kívánok nekik ehhez

a munkához és azt, hogy erőfeszítéseiket siker koronázza!

Legutóbbi kolozsvári tartózkodásunk során az óvónőképzés a brassóiakkal együttműködésben jött létre. Brassóban már majd tíz évig működött egy Waldorf iskola, amely sajnálatos módon megszűnt. S most egy jelentős, majd negyvenfős, antropológiával foglalkozó csoport (akik az élet különböző területein dolgoznak) fel szeretné támasztani ezt az iskolát.

Nekik is sok sikert kívánok, hasonlóan a Romániában jelenleg is alakuló új iniciatíváknak!

A képzés Kolozsváron folytatódik. Remélem, a jövőben is meghívnak tanítani. De ha már másra lesz szükség, jó szívvel elfogadom, és akkor magánemberként térek vissza oda. Szeretném követni az ottani Waldorf közösség sorsát.

Legjobb tudomásom szerint rokoni kapcsolat sajnos nem fűz az ottani szép vidékhez, de egy fontos útravaló igen. A magyarországi Waldorf Óvónőképzés hallgatójaként tapasztalhattam magam is, hogy az ezredforduló előtt nagyon sok erkölcsi és anyagi támogatást kaptunk a már több évtizedes hagyományokkal rendelkező Waldorf iskolai és óvodai mozgalomtól külföldről.

Akkor mindig azt mondták nekünk, hogy annyit kérnek cserébe, hogy ha már mi is megvetettük itthon a lábunkat, akkor vigyük tovább ezt a szellemiséget új helyekre. Úgy érzem, megkaptam azt a lehetőséget Kolozsváron, hogy ennek a feladatnak eleget tegyek. Hálás köszönetem érte!

Köszönöm a lehetőséget, hogy mindezt megoszthattam Veletek!

Kolinger Margó

Parlando, rubato



1. Ke-gyes Jé-zus, a ke-reszt-fán



Hét szó-kat mon-dot-tál,



Hogy i-gé-i-det kö-ves-sem,



Ar-ra ta-ní-tot-tál.



2. E-lő-ször kér-ted A-tyá-dat,



Hogy el-len-sé-gid-nek



Bú-ne-i-ket meg-bo-csás-sa,



Kik fel-fe-szí-tet-tek.

3. Másodszor mondád latornak
Hogy teveled leszen
Az égi Paradicsomban,
S nagy jutalmat veszen.

6. Ötödször a nagy kínok közt,
Uram, szomjúhoztál,
Amikor üdvösségemért
Keresztfán áldoztál.

4. Harmadszor szóltál, mint Fiú,
Szeretett anyádhoz
Mondván: ime, a te fiad,
Jánost vedd magadhoz!

7. Hatodszor ez volt szózatod,
Haldokló Jézusom:
Ó, Atyám, te szent kezedbe
Lelkemet ajánlom!

5. Negyedszer szólván Atyádhoz:
Istenem, Istenem!
Kínjaidban így sóhajtál:
Mért hagytál el engem?

8. Hetedszer ezt kiáltottad:
Már beteljesedett,
Az emberek megváltása
Már véghezvittetett.

Jézus szenvedésének történetét a nép mélyen átélte. A bibliai elbeszélés egyes mozzanatait városi vagy népi szerzők versebe szedték, ilyen volt többek között „Jézus hét szava a keresztfán”. A szövegek azután ponyvanyomtatvány, búcsúsfüzet formájában terjedtek és ismert dallamokra énekelték őket. Ez a dallam 16–17. századi népdalok stílusát ötvözi a régi magyar népdalok sajátoságaival.





Díóhéj
A Weöres Sándor Oktatási Kulturális és Szabadidős
Egyesület kiadványa

Megjelenik 120 példányban

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

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