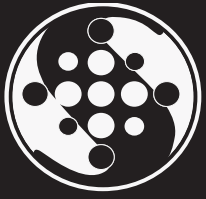


XI. évf. / 02. sz.

2015. február



# SZINAPSZIS

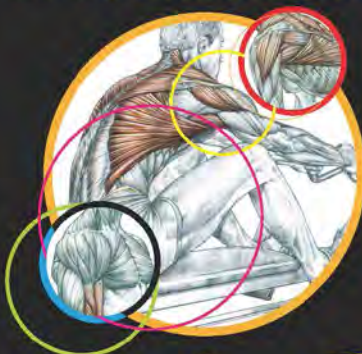
A Semmelweis Egyetem hallgatóinak lapja



## A Semmelweis Kiadó sikerkönyvei:

Frédéric Delavier

### SPORTANATÓMIA



CSAK  
5900 Ft!

Frédéric Delavier

### SPORTANATÓMIA

Delavier könyve a sporttudomány területén hézagpótló könyv, amely útmutatót nyújt az edzésekhez és részletes anatómiai tájékoztatót ad az izmok mozgásáról. A legfőbb előnye az, hogy a tudomány oldaláról, az anatómiai ismeretek alapján bizonyítékot sorakoztat fel, hogy miképp lehet az izmokat, az izomerőt, az ízületi mozgásokat úgy fejleszteni, hogy ne használjunk doppingszereket. Az anatómiai feliratokkal ellátott képek bemutatják, hogy erősítés közben mely izmokat mozgatjuk meg. Akárcsak egy röntgenfelvétel, a színes illusztrációk bemutatják, hogyan viselkednek az izmok és a körülötte lévő csontok, inzalagok, inak és a kötőszövet a különböző erősítő gyakorlatok végzése közben. Számos útmutatást találunk különböző sportolók (nemcsak az erősportok) edzéseinél követendő gyakorlatokra a sportolók és az edzők szempontjainak figyelembevételével. Edzési tanácsokat is nyújt a helytelen mozgáskinetika bemutatásával a sportsérülések okainak feltárása érdekében, és javaslatokat tesz azok elkerüléséhez.

Frédéric Delavier

### SPORTANATÓMIA

Nőknek



CSAK  
4900 Ft!

Frédéric Delavier

### SPORTANATÓMIA NŐKNEK

Az író következő kötetében a sportanatómia általános alapismereteit a női sajátosságokkal bővítette ki. A nők edzéséhez igazodó gyakorlati variációkat a nő egyedülálló anatómiai jellemzőit figyelembe véve állította össze a szerző. Ebben a kötetben a bemutatott gyakorlatok a has, a hát, a fartájék és az alsó végtagok erősítésére koncentrálnak. Érdekessége – amit alig lehet más hasonló jellegű könyvekben megtalálni – a női szervezet élettani változásai (pl. menstruáció, terhesség) követendő edzések leírása.

**Megrendelhetők a Semmelweis Kiadó honlapjáról vagy megvásárolhatók könyvesboltjainkban.**

*A testkultúra tudatos művelői számára - kezdőknek és rutinos sportolóknak - egyaránt ajánljuk!*



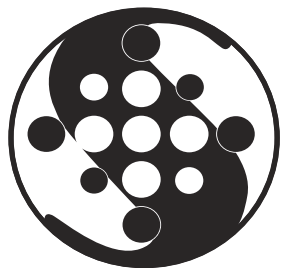
**Semmelweis Kiadó**  
1089 Budapest, Nagyvárad tér 4.  
[www.semmelweiskiado.hu](http://www.semmelweiskiado.hu)



E-könyveinket keresse a honlapunkon:  
[www.semmelweiskiado.hu/e\\_konyvek/](http://www.semmelweiskiado.hu/e_konyvek/)

**■ LEGENDUS KÖNYVESBOLT**  
1089 Budapest, Nagyvárad tér 4.  
Tel.: 210-4408, 459-1500/56141  
Nyitva tartás: H-P: 9-16 óra  
[info@semmelweiskiado.hu](mailto:info@semmelweiskiado.hu)

**■ EOK KÖNYVESBOLT**  
1094 Budapest, Tűzoltó u. 37-47.  
Tel.: 459-1500/60475  
Nyitva tartás: H: 13-15 óra,  
K-P: 9-13 óra



FŐSZERKESZTŐ	FEKETE AIMIE
TÖRDELŐSZERKESZTŐ	RESZKETŐ RÓBERT
SZERKESZTŐK	BARBALICS VIKTÓRIA ENGLER NÓRA GERGICS ENIKŐ INZÁM BERNADETT KRAUSZ MÁTÉ LÉVAI ESZTER PÁSZTOR ZSÓFIA TAMÁSSY ZITA VÁSÁRHELYI-NAGY FLÓRA ZÖLD BÁLINT
KÜLSŐ MUNKATÁRSAK	KÓKAI JUDIT MOLNÁR REBEKA SZILÁGYI DÁNIEL ÖRS
OLVASÓSZERKESZTŐ	FARKAS ZSUZSÁNNA
MARKETING FELELŐS	CSŐRE JUDIT
FELELŐS KIADÓ	VÁMOSI PÉTER

SZINAPSZIS - A SEMMELWEIS EGYETEM HALLGATÓINAK LAPJA  
ALAPÍTVÁ 2005-BEN. KIADJA A SE HALLGATÓI ÖNKORMÁNYZAT  
MEGJELENIK HAVONTA, 2000 PÉLDÁNYBAN  
1089 BUDAPEST, NAGYVÁRAD TÉR 4.

A MEGJELENŐ CIKKEK NEM MINDEN ESETBEN TÜKRÖZIK  
A SZERKESZTŐSÉG ÉS A FELELŐS KIADÓ VÉLEMÉNYÉT.  
A BORÍTÓTERV ELKÉSZÍTÉSÉHEZ  
A FREE PIK VEKTOROKAT VETTÜNK ALAPUL.

XI. ÉVFOLYAM 2. SZÁM

TOVÁBBI TARTALMAKÉRT  
KERESS MINKET A  
FACEBOOKON!



/SZINAPSZIS



## SZERKESZTŐSÉGI KÖSZÖNTŐ

A Szinapszis XI. évfolyam, első lapszámának megjelenése óta számos tapasztalattal gazdagodtunk, mint szerkesztőség. A legnagyobb kihívást az előítéletek leépítése és az olyan véleménynyilvánítás helyén kezelése jelentette, melyet nem feltétlen a Szinapszis ideológiájára és tartalmaira alapoztak kritikuskaink. Az indirekt és direkt módon építő kritikák mellett viszont olyan támogatókra is leltünk a decemberi szám gondozása során és a februári szám előkészítése közben, akik megerősítettek minket munkánkban és célkitűzéseinkben.

Mikor írunk nektek és publikálunk, annak célja, hogy olyan információt, élethelyzetet vagy megtapasztalást osszunk meg veletek, melyek elgondolkodtatóak, aktuálisak, érdekesek és képesek tágítani azt a gondolatvilágot, melyben nap, mint nap döntéseket hozunk. A mindenkori kutatás, vizsgálódás és kritikus gondolkodás mind elengedhetetlen készség kell, hogy legyen olyan körökben, ahonnan később felelős döntéseket hozó személyek kerülnek pályára és lesznek hatással mások biopszichoszociospirituális fejlődésére. Ilyen személy minden orvos, nővér és kutató, tanár és újságíró, de hasonló felelősség terheli a barátainkat és kollégáinkat is. Ez a sor tehát végteleníthető. Hatással vagyunk egymásra: egymásban folyamatokat indukálunk vagy gátolunk.

Szerkesztőségként bízunk benne, hogy februári számunk újabb előrelépésként szolgál majd annak a fórumnak a fejlesztésében, amit a Szinapszis, mint hallgatói lap képviselhet.



„De senki sem mondja azt, amit mi hallunk,  
senki sem mondja azt, amiben mi hiszünk,  
nincs hang, mely frissen és erőteljesen szólna,  
egymagában és tisztán,  
melyet még ne fertőzött volna meg...  
az örökös korrupt mormolás.”

- Virginia Woolf



## NYAKUNKBAN A JÖVŐ 7

Itt van 2015,  
hol vannak  
a légdeszkák?

# TARTALOM

28

## KORTÁRS MŰVÉSZET

Avagy mit keres az akasztott ember a Moszkván? Ez itt a sors kiszámíthatatlan kereke.



38

## SKICC

Gondolati kalandozások tanulmányokról és hétköznapokról rövid, képsoros formában



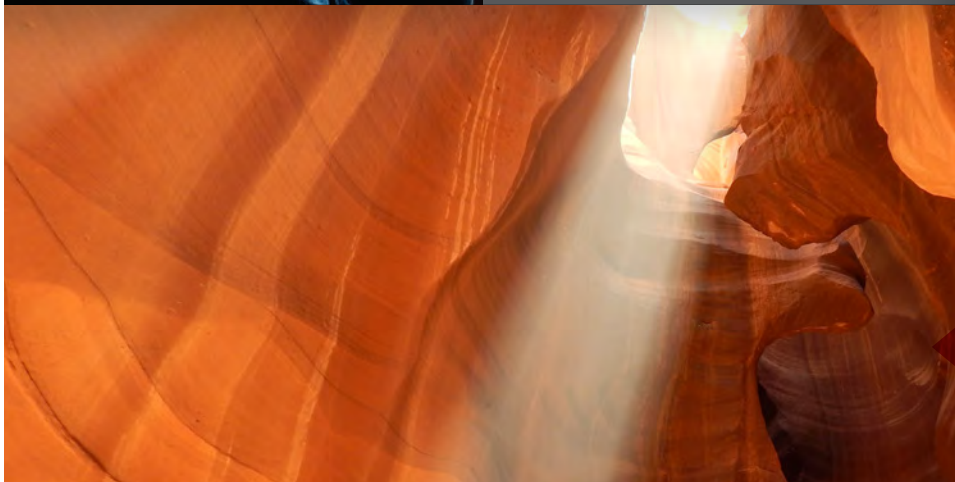
16

## SOKÁIG NEM ÁRULTAM EL, HOGY MÁSSAL IS FOGLALKOZOM

Beszélgetés Dr. Tímár Józseffel a művészet és a tudomány kapcsolatáról, pályaszocializációról és a műveltség fontosságáról



LOADING...



## EGYSZER VOLT EGY (MÉRSÉKELTEN) VAD (DÉL)NYUGAT

„Aztán megérkezem a Grand Canyonba és törpe voltam. Nem fért bele a szemembe.”

32



## CSILLAGSZEMŰ MANÓK KOKTÉLPARTI SZEMÉLYISÉGGEL

12

## A KÉMIÁS, A NŐVÉR ÉS A PILÓTA

22

“Tudod, sokan azt hiszik, hogy ha Te túlélsz egy halálos betegséget, akkor Te megtérsz és Te leszel a legnagyobb Clark Kent a világon...”

KÉPRIPORT: I. FOGÁSZATI GYAKORLATI VERSENY

6

TDK: KÉNHYDROGÉN, MÉREG VAGY SEM?

10

ÍGY ÍRNAK ŐK: DR. TÍMÁR JÓZSEF VERSEI

19

MŰHELY: KEDVES NAPLÓM!

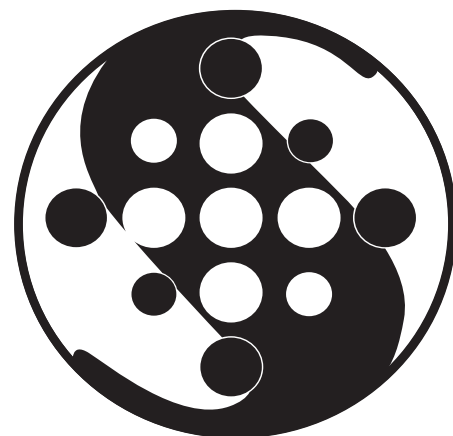
20

BOE: VALAHOL EURÓPÁBAN

20

KÖZÖSSÉG: MI FÁN TEREM AZ INSTRUKTOR?

31



26

2015:  
TAVASZI  
FESZTIVÁL





# I. FOGÁSZATI GYAKORLATI VERSENY



KÉPEK:  
RESZKETŐ RÓBERT



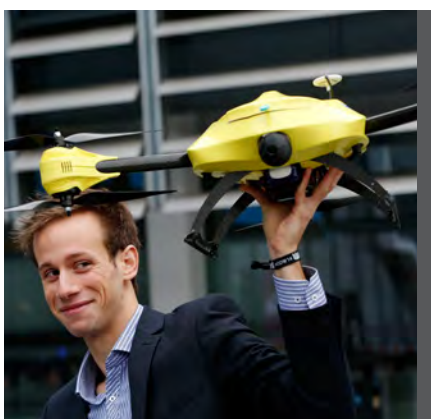
# NYAKUNKON A JÖVŐ

ÍRTA: GERGICS ENIKŐ

A Nike ugyan piacra dobta a Vissza a jövőbe sorozat 2015-ös cipőjét, és a főnökünk ma már gond nélkül megetheti, hogy videobeszélgetésben rúg ki, de a légdeszkák, az álomkeltő alfaritmusgenerátor és a Dr. Emmett Brownt félelmetes módon megfiatalító klinikák egyelőre még váratnak magukra. Ez sokunkban hagyhatott hiányérzetet. Aki azonban azt gondolná, hogy a korábban elképzelt jövőnktől fényév messzeségben vagyunk, az alábbi 10+1 orvosi high-tech találmány hallatán könnyen a science fiction világában találhatja magát. A következő technológiák egy része ugyanis már használatban van, vagy néhány éven belül megjelenhet a piacon.

## 1. ROBOTSZEM

Az amerikai fejlesztésű Argus II, amely a funkcionális vakságban szenvedő betegeknek adhatja vissza a látását, 2011 óta van forgalomban. A látóprotézis a kamerát tartalmazó szemüvegből, egy zsebben hordozható átalakító dobozból és a retinába épített elektródából áll. Az így elérhető észlelés alacsony minőségű ugyan, de lehetővé teszi, hogy viselője megkülönböztesse a feketét a fehértől, biztonságosan sétálhasson a járdán, illetve akár óriási méretű betűvel szedett szavakat is képes legyen elolvasni.

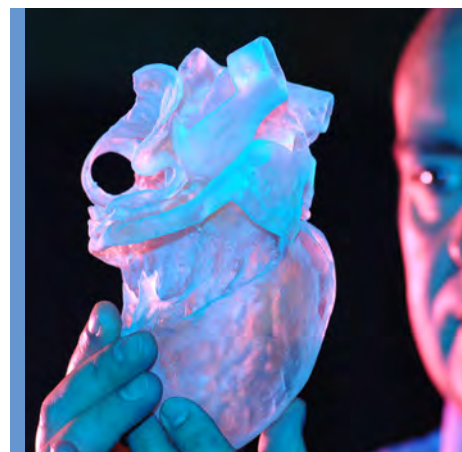


## 2. ÉLETMENTŐ DRÓN

Kevesek figyelmét kerülhette el az interneten november óta vírusként terjedő újdonság. A GPS-t használó, 120 km/óra sebességre képes sürgősségi drón egy Budapest méretű városban akár egy percen belül kiérhet a segélyhívás helyszínére a defibrillátorral. A drón hangszóróján, mikrofonján és kameráján keresztül mentőorvos tart rádiós kapcsolatot a helyszínen tartózkodókkal, akik az orvos irányításával azonnal megkezdhetik az újraélesztést – ezzel az infarktust elszenvedők túlélési aránya az eddigi 8%-ról akár 80%-ra is emelkedhetne. A feltaláló – egy holland mérnökhallgató – öt éven belül a mentőszolgálati ellátásban szeretné látni a drónjait, és szükség esetén inzulint, oxigénmaszkot vagy más eszközöket is szállíttatna velük.

## 3. TESTRÉSZEK A 3D NYOMTATÓBÓL

Ha a személyre szabott protézisek és művégtagok diadalán is túlra tekintünk, azt tapasztaljuk, hogy a 3D nyomtatás eredményei szinte követhetetlenül gyorsak: három éve először ültettek be így készített állkapcsot, később medencecsontot, 2014-ben már sarokcsontot, koponyacsontokat, sőt, majdnem teljes koponyát is nyomtattak és ültettek be. Az amerikai Cornell Egyetem kutatócsoportja fülkagylót készített kollagén gélből és borjúból származó porcsejtekből; véleményük szerint a módszer három éven belül már a klinikumban is bevezethetővé válhat. Franciaországban a jelenleg futó kutatások emberi szaruhártya 3D-s előállításával foglalkoznak. Sikertörténet már élő szöveteket is nyomtatni, tavaly például májat, ezek azonban egyelőre laboratóriumi kísérletekhez kerülnek felhasználásra – így a gyógyszergyártásban átvehetik az állatkísérletek helyét.



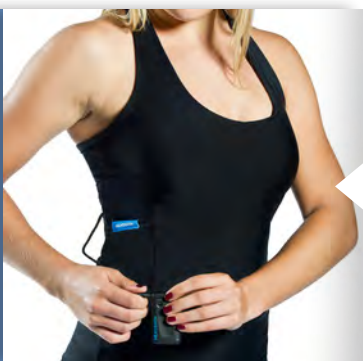
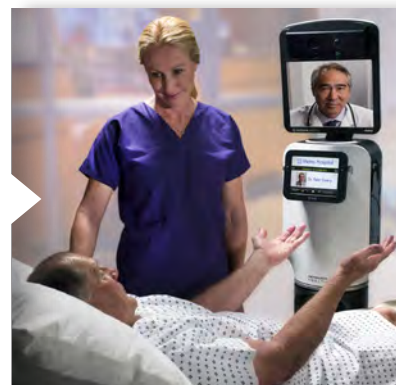


## 4. BIONIKUS KÜLSŐ VÁZ

A 2014-es FIFA Világkupán az első rúgást egy paraplégében szenvedő, fiatal brazil férfi végezte agykéreg-számítógép interfésszel működő exoskeletonja segítségével, vagy ha úgy tetszik: a gondolataival irányítva a külső vázat. Az exoskeletonok és a robotvégtagok gyártása robbanásszerű ütemben fejlődik. A John Hopkins Egyetem munkatársai szintén 2014-ben egy mindkét karját elvesztett férfinak készítettek robotkarokat - ennek működési elve eltér az eddigiektől: először műtét során a férfi kar- és kézizmaid ellátó idegeket a mellizmaiba helyezték át, ahol a robotkarokat rögzítő hám érzékeli az izmokban keletkező elektromos szignálokat. Ez a technológia egyelőre még a laborban marad, más exoskeletonok és robotvégtagok azonban már elérhetőek.

## 5. ORVOS ROBOTTESTBEN

Már engedélyezték és forgalomban van, ráadásul jó befektetésnek számít a telemedicina területén az az RP-VITA nevű robot, amely képes külső irányítás nélkül navigálni akár egy zsúfolt kórházi folyosón is. A robot felhő-alapú kapcsolattal szolgálja a különböző területeken dolgozó egészségügyi szakemberek együttműködését, lehetővé teszi a távoli családtagokkal való videokommunikációt mind a beteg, mind az orvos részéről, valamint az adatgyűjtést és a beteg megfigyelését is megkönnyítheti. Már készülnek a kézfogást és vizsgálatot is lehetővé tevő kesztyűk is, így lehetséges, hogy a jövőben ez a technológia jelenthet megoldást az orvosi ellátásban hiányt szenvedő régiók számára.



## 6. OKOSRUHÁK, -CIPŐK, -KONTAKTLENCSÉK

Ezeknek az eszközöknek a felvirágzását jóslják 2015-re. A Google kontaktlencséje többek között vércukrot is mér könnycseppből, és a tervek szerint LED-fénnyel figyelmeztet majd a rendellenes értékre. A lencse egyelőre tesztfázisban van. A Hexoskin ruhái máris kaphatóak, és képesek valós idejű EKG-t készíteni, mérni a légzésszámot és -volument, ezáltal sport közben a helyes légzésre tanít, de figyelni a teljesítményt is és figyelmeztet, ha fennáll a túledzés veszélye, ezenkívül az alvás monitorozására is alkalmas. Lehet, hogy meglepő, de az okosruha gépben is mosható.

## 7. LABOR EGY DIGITÁLIS TETOVÁLÁSBAN

A diabéteszes betegek kezelésénél ma is a legnagyobb nehézséget a vércukorszint állandó követése jelenti. Ez a páciensről folyamatos odafigyelést és napi tűszúrásokat követel meg, az elhanyagolása pedig súlyos következményekkel járhat, így nem csoda, hogy a vércukormérés megkönnyítésén több csapat is dolgozik 2002 óta világszerte. 2010 körül a Massachusettsi Műszaki Egyetem egy glukózérzékeny polimerrel bevont nanocsővekből álló tetoválótíntát fejlesztett ki, amely fluoreszcencia révén kommunikált a például karóráként is viselhető leolvasóval. Jelenleg a Kaliforniai Egyetem kutatói dolgoznak hasonlóan; ez a vércukormérő ezüst és ezüst-klorid elektródákat, valamint glukóz-érzékeny enzimet tartalmaz, és leginkább egy papírról felvihető, lemosható matricatetoválásra hasonlít. A leolvasókészülék kifejlesztése azonban még folyamatban van, és egyelőre problémát jelent a tetoválás tartósságának növelése a költségek alacsonyan tartása mellett. Ha azonban sikerül kifejleszteni a készüléket, lehetőségessé válik a sportolók laktátküszöbének mérése, aminosavszintek követése, amely terápiában nyújthat segítséget, illetve akár a véralkoholmérés – mindezt tűmentesen.







## 8. ANDROID FŐORVOS

A Watson névre keresztelt kognitív technológia alighanem idővel a világ legjobb diagnosztájává válhat. Több információt képes tárolni, mint egy csapatnyi orvos, érti a hétköznapi nyelvet, képes kiszűrni egy struktúrátlan adathalmazból a lényegét, hipotézist felállítani, felmérni annak erősségét, és akár tanulni a szó valódi értelmében. Minden döntése bizonyítékokon nyugszik, az elbizakodottság és a kiégés messziről elkerüli, nem hagy rajta nyomot az ügyelet, és internetkapcsolattal világszerte bevethető. A fejlesztőcsapat állítása szerint rák diagnosztizálásában máris veri emberi kollégáit, de nem valószínű, hogy a közeljövőben megkezdene az önálló rendelést.

## 9. BIOMÉRNÖKI SZÖVET

A biomérenöki úton előállított bőr már elérhető; 2008-ban légcsővet készítettek, azóta szív-, máj-, csont- és izomszöveten dolgoznak a kutatók. Még mindig problémát jelent az elkészült szövet gyenge vaszkularizáltsága, Japánban nanocsövekkel próbálnak erre megoldást találni. 2014-ben különösen sok fejleményt láttunk ezen a területen: lehetségesnek látszik, hogy embrió nélkül is létre tudjunk hozni embrionális összejteket, a Texasi Egyetemen először készült emberi tüdő kivett szerv kollagén- és elasztinvázára telepített összejtekből, illetve sikerült bőrsejteket működőképes agysejteké alakítani kísérleti állatban. Az év talán legerőteljesebb összejt-eseményének talán az a baleseti eredetű paralízisben szenvedő, lengyel férfi számít, aki újra képes lett a járásra, miután az orrából kivett sejteket a gerincvelőjébe juttatták és ezzel mintegy hidat képeztek a sérülés két oldala között.



## 10. AZ OKOSTELEFON MINDENT ELINTÉZ

Ha mindent nem is, de EKG-t felvenni például lehetséges a több platformon elérhető AliveCorral, igaz, ehhez az appon kívül egy speciális telefontokra is szükség van, majd a telefon hátulját a felhasználó mellkasához érintve 30 másodperc alatt EKG-t készül. A Dario okosmérő a vércukor mérésére és vezetésére kínál okostelefonhoz csatlakoztatható, kisméretű mérőeszközt és applikációt - a CellScope okostelefon-kiegészítő otoszkópiát tesz lehetővé. Kameránkat már kolorimetriás eljárások objektívebb értékeléséhez is felhasználhatjuk, a diagnosztikus és prevenciós appok sorának pedig se vége, se hossza. Nem véletlen, hogy sok kutató az okostelefonokban látja a jövőt.

## +1. ROBOTSZEX?

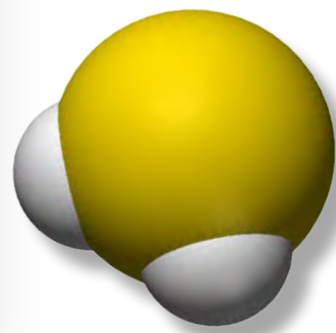
Egyelőre még csak szigorúan orvosi célt szolgál a kínai Zhengzhou Központi Kórház automata berendezése, amely a mesterséges megtermékenyítéshez szükséges donációt hivatott megkönnyíteni. A készülék egy állítható magasságú masszírozócsőből és egy inspirációval szolgáló képernyőből áll, és többféle beállítást (hőmérséklet, amplitúdó, sebesség, stb.) tesz lehetővé. A gép 2014 óta áll a kínai spermiumdonorok szolgálatában. Lehet, hogy megtettük az első lépést a robotszex felé?



# KÉN HIDROGÉN

## MÉREG, VAGY SEM?

ÍRTA: MAROSI GABRIELLA



Talán képtelenségnek tűnik, de ez az egyszerű molekula párszáz millió évvel ezelőtt gyökeresen megváltoztatta az életet bolygónkon. A földtörténeti perm időszak végére a vízi élőlények 90 %-a, a szárazföldi fajok 70 %-a pusztult ki, melynek egyik valószínűsíthető oka a légköri és vízben oldott kénhidrogén ( $H_2S$ ) szintjének nagymértékű megemelkedése, amit fokozott vulkanikus tevékenység és anaerob baktériumok metabolizmusa okozott. Túlélésre azok a fajok voltak képesek, amik semlegesíteni, esetleg hasznosítani tudták a kénhidrogént.

A vulkáni működések kapcsán ma is kerül a légkörbe természetes úton  $H_2S$ , azonban az emberi szervezetet érintő hatásokért az ipari tevékenység kapcsán hirtelen nagymértékű, vagy hosszú távú  $H_2S$  felszabadulás tehető felelőssé. A toxikus gáz számos emberéletet is követelt az elmúlt évszázadban, elsősorban az olajkitermelésben dolgozók veszélyeztetettek. Az expozíciótól függően akut és krónikus mérgezés is kialakulhat. Enyhébb tünetekként szemirritáció és (az olfactorius rostokra kifejtett neurotoxikus hatás következtében) szaglászéréklenség jelentkezhet, súlyosabb esetben tüdőödéma, eszméletvesztés és halál is bekövetkezhet. Toxikus hatását a cianidhoz hasonló mechanizmussal, a citokróm-c oxidáz gátlása révén fejt ki: így a sejtlégzést akadályozza.

Már a 20. század közepén is számos közlemény foglalkozott a kénhidrogénnel, azonban ezeknek csak töredéke vizsgálta a  $H_2S$  élettani szerepét - holott régóta ismert volt az a tény, hogy emlős szövetekben endogén kénhidrogén termelés zajlik. Ezt azonban a kutatók figyelmen kívül hagyták és a szervezetben jelen lévő kénhidrogént metabolikus szemétként tekintették. Miután a NO és a CO a figyelem középpontjába kerültek, mint endogén szignalizációs molekulák, a  $H_2S$  fiziológiai hatásairól is egyre több közlemény jelent meg, melyek eleinte a toxikus koncentráció hatására bekövetkező patológiai folyamatok alapján vizsgáldtak.

Elsőként az idegrendszerre gyakorolt élettani hatásairól jelentek meg publikációk. A neurotranszmisszió szabályozása mellett a hippocampális hosszú távú potenciáció serkentése is összefüggésbe hozható a  $H_2S$ -nel. A légúti simaizom sejtekben relaxációt hoz létre a feszültségfüggő  $Ca^{2+}$  csatornák gátlása és az intracelluláris  $Ca^{2+}$  koncentráció csökkentése révén, a pancreasban pedig az inzulin szekrécióját gátolja fiziológiai koncentráció mellett is. A vesében növeli a GFR-t, de hat a máj, a gasztrointesztinális és az immunrendszer működésére is. A legtöbb sejtben a mitokondriális membrán integritásának megőrzését segíti, ezáltal gátolja az apoptózist.

2001-ben derült fény a kénhidrogén cardiovascularis rendszerre kifejtett alapvető hatásaira. A kénhidrogén enzimatiszta termeléséért felelős három enzim (cisztation  $\beta$ -szintáz, cisztation-liáz, 3-merkaptopiruvat) közül a

cisztation – liáz (CSE) expresszióját NO-al növelve fokozódik a vascularis simaizomzat proliferációja. A  $H_2S$  molekuláris támadáspontjai a KATP csatornák, melyeken keresztül vazorelaxáns hatást is kifejt fiziológiai koncentrációk mellett.

A kénhidrogén jelentős élettani szerepét bizonyítja, hogy a cisztation  $\beta$ -szintáz (CBS) homozigóta kiütése egérben gyakorlatilag letális volt, míg heterozigóta formában hiperhomociszteinémiát és egyéb patológiai folyamatokat okozott, amik nehezen függetleníthetők a hiperhomociszteinémia okozta metabolikus hatásoktól, így fontossá vált más  $H_2S$  termelő enzim blokkolása és az ennek következtében kialakuló változások vizsgálata. A CSE enzim blokkolása a rezisztenciaerek endothéliumfüggő relaxációját károsította és hipertóniát okozott, meghozzá bizonyítható módon a  $H_2S$  hiánya miatt; mivel a  $H_2S$  külső pótlása megakadályozta a hipertónia kialakulását. Azt, hogy miért éppen a kisebb artériák relaxációját segíti elő, a  $H_2S$  oxigénfüggő hatása magyarázza: kisebb oxigénkoncentráció mellett fokozott  $H_2S$  hatást tapasztalhatunk. A rezisztenciaerek magasabb simaizom tartalma miatt több oxigént fogyasztanak a nagyerekhez képest, ezért az érrendszernek ezen a szakaszán valósulnak meg a  $H_2S$  hatása szempontjából kedvező körülmények. Ez egyfajta munkamegosztást jelenthet a NO-al, ami elsősorban a nagy artériákra hat. Az erekben általánosan serkenti az apoptózist és gátolja a proliferációt az ér simaizomsejtekben, míg az endothel szaporodását és az angiogenezist serkenti. Bizonyított a szívre gyakorolt negatív kronotróp és inotróp hatása, amit szintén a KATP csatornák aktiválása és ezzel összefüggésben az L-típusú  $Ca^{2+}$  csatornák gátlása hoz létre.

Kutatócsoportunk a kénhidrogén vascularis hatásait vizsgálja, valamint ennek kapcsolatát a 2-es típusú cukorbetegséggel. A kísérleteket genetikailag diabéteszes (leptin receptor deficiens) és kontroll egerek thoracalis aortáin

**A KÉN HIDROGÉN JELENTŐS ÉLETTANI SZEREPÉT BIZONYÍTTA, HOGY A CISZTATION  $\beta$ -SZINTÁZ (CBS) HOMOZIGÓTA KIÜTÉSE EGÉR BEN GYAKORLATILAG LETÁLIS VOLT**

végezzük, amiket a kísérlet első lépéseként mikroszkóp alatt kireparálunk. Az aorták 3 mm-es szakaszait miográfra helyezük, ennek a mérőberendezésnek a segítségével regisztráljuk az értónus változásait. A kísérletek egyik izgalmas és nehéz része éppen ez a manuális szakasz,

hiszen az aorta sérülésmentes kiperarálása a kisebb-nagyobb anatómiai eltérések miatt minden alkalommal új kihívást jelent. A kísérlet második felében a miográfra helyezett érszakaszok tónusváltozásait vizsgáljuk, miután különböző anyagokkal kezeltük az ereket. A kénhidrogén az értónust többféle mechanizmussal befolyásolhatja, ezek egyike a foszfodiészteráz gátlása, amely emelkedett cGMP szintekhez vezet. A diabéteszes endothel-diszfunkció egyik velejárója a NO útvonal hibás működése az erekben, illetve az alacsonyabb cGMP szintek az érfalsimaizomban. Vizsgálatainkban az endogén H<sub>2</sub>S termelés gátlása csökkentette a diabéteszes erek NO-függő relaxációját, utalva a kénhidrogén szerepére a folyamatban. Direkt kénhidrogén-kezelés alkalmazásával alátámasztottuk eredményeinket, hiszen a kénhidrogén-donor nátrium-hidroszulfid alkalmazása nagyobb relaxációt okozott diabéteszes egerek aortáiban, mint a kontrollokéban. Ezt a különbséget feltételezhetően a foszfodiészteráz fokozott aktivitása okozza 2-es típusú diabéteszes egerekben. A nagyobb aktivitású enzim gátlása nagyobb változást okozhat a cGMP szintekben, ennek köszönhető a megnövekedett relaxáció. Az emelkedett foszfodiészteráz aktivitást bizonyítja, hogy NO-donor hatására kisebb relaxáció következik be 2-es típusú diabéteszes egerek aortáin. Az eredmények felvetik, hogy az érdiszfunkció befolyásolható kénhidrogénnel a foszfodiészteráz gátlása révén.

Az emberiség tapasztalati úton már jóval a tudományos világ előtt felfedezte a kénhidrogén szervezetünkre gyakorolt jótékony hatását, a napjainkban divatos wellness kultúra is ennek köszönheti sikerét. Magyarországon többek között Harkányban és Mezőkövesden működik magas kén tartalmú fürdő. Sokfelé a kénes iszapot is használják gyógyászati célokra; nemcsak hazánkban, hanem szerte a világban.

Az utóbbi években számos terápiás kezdeményezés is napvilágot látott, amiben a kénhidrogénnek fontos szerepe lehet. Bizakodásra ad okot az a megfigyelés, mely szerint a CSE expressziójának növelése és ezáltal a magasabb endogén H<sub>2</sub>S szint csökkenti az ischaemia-reperfúzió

okozta károsodást. Számos gyógyszert megújíthat egy kénhidrogén-felszabadító csoporttal történő kombinálás. Az aspirin és non-szteroid gyulladásgátlók gasztrointesztinális mellékhatásait csökkentheti a gyógyszerhez kötött kénhidrogén származék, míg levodopa-hoz kötve védi a neuronokat az apoptózistól gyulladáscsökkentő és antioxidáns hatásai által.

A kéndrogén emberi szervezetben betöltött hatásaival kapcsolatban azonban még számos kérdés vár tisztázásra. Ilyen például a szervezetben mérhető fiziológiás H<sub>2</sub>S szint, amellyel kapcsolatban ellentmondásos adatok találhatóak az irodalomban. A számos kidolgozott mérési módszerrel kivitelezett vizsgálatok eredményei helyenként nagyságrendi különbségeket mutatnak. Új felismerések várhatók az immunológia területén, ahol a kénhidrogén hatásai még nem tisztázottak, a kísérleti modellekben mind antiinflammatorikus, mind proinflammatorikus hatások megfigyelhetők, melyek jelentős részben a vizsgálat során alkalmazott koncentrációtól függenek. Az AIDS-es betegek megváltozott kénmetabolizmusa kapcsán is érdekes felismerések születhetnek az elkövetkezendő években. Sok szempontból kiaknázatlan terület a H<sub>2</sub>S más gáztranszmitterekkel való együttműködése, mint ahogy a kénhidrogén oxigén-szenzor szerepének a felderítése is.

A kis molekula számos hatása vár még felismerésre, mégis elmondható, hogy az utóbbi évtized során gyökeresen megváltozott a kénhidrogénről alkotott kép. Bűdös, toxikus gáz helyett ma már inkább fontos szignalizációs molekulaként gondolhatunk rá. Szervezetünk legtöbb sejtjében enzimatikusan termelődik, keletkezése és metabolizmusa szorosan szabályozott. Ioncsatornákon és szignál molekulákon keresztül fejt ki szereteágazó, de még nem minden tekintetben ismert hatásait különböző szervrendszerekre. Metabolizmusának megváltozása jó néhány megbetegedéssel jár együtt, mint például hipertóniával, érelmeszesedéssel, szívelégtelenséggel, cukorbetegséggel, neurodegeneratív betegségekkel, stb. A metabolizmus befolyásolása vagy külső kénhidrogén kezelés számos terápiás megoldással szolgálhat a jövőben.



# CSILLAGSZEMŰ MANÓK KOKTÉLPARTI SZEMÉLYISÉGGEL

ÍRTA:  
FARKAS ZSUZSÁNNÁ

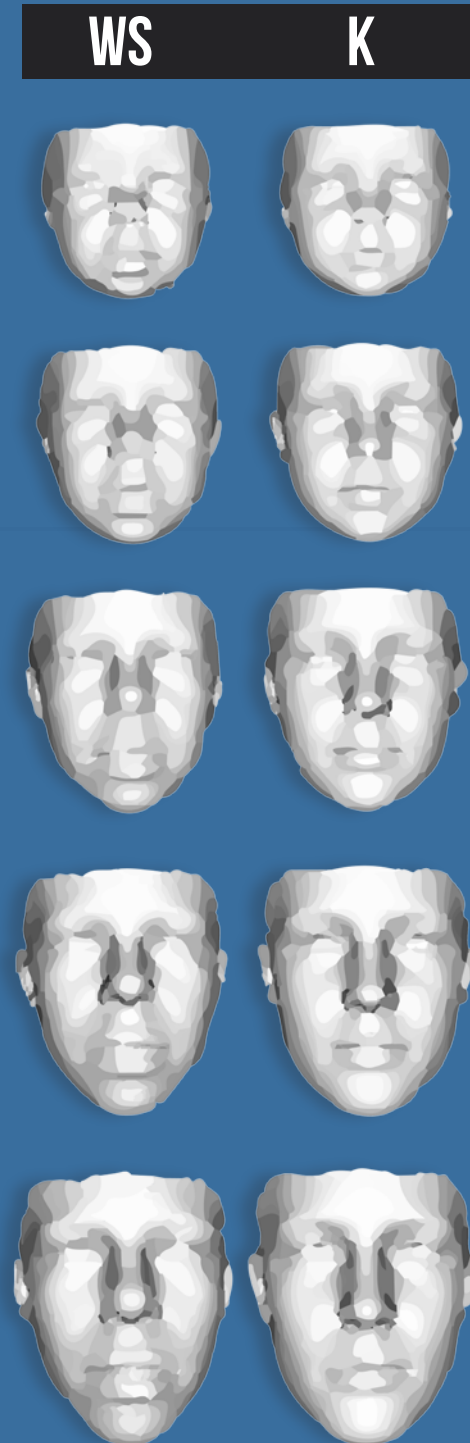
Megközelítőleg 20 000 szülésből egy esetben lát lámpavilágot ilyen különös betegséggel felruházott gyermek. A statisztikát tovább szűkítve Magyarországra olyan 500 családot érint nálunk ez a szindróma, melynek 70-75%-a még ma is diagnosztizálatlan. Ez a Williams-Beuren szindróma. Nemre és etnicitásra egyaránt nincs tekintettel; egy átlagos gyermek születendő testvérének hajlama erre a genetikai betegségre ugyanannyi, mint bárki másnak az átlag populációból. Magzati diagnosztikával nem mutatható ki a hajlam, ám Williams-szindrómásként gyermeket vállalva 50% esélyünk van egy újabb kismanó születésére. A genetikai rendellenesség a 7-es kromoszóma karjairól hiányzó 25-28 génnek tudható be; ezek közül az elasztin fehérjét kódoló régió hiánya mutatható ki a legbiztosabban.

## WILLIAMS KÍVÜLRŐL

Nade csillagszem meg koktélparti? Egyáltalán mire fel ez a sok manózás?

Sok gyakorlással és internetböngészéssel talán mi is szert tehetünk eme jellegzetes „manócskaszerű” arcszerkezet felismerésére. A szindróma velejárója egy craniofacialis dysmorphia; az elterülő vastag szemöldök alatt egy függőleges bőrredőre bukkanunk (epicanthus), mely a belső szemzug felett kissé vonakodó határozottsággal az orrgyököt szélesebb pályára kényszeríti. Maga az orrgyök is besüppedt, előretekintő nyílásokkal – továbbá caudalisan haladva a jellegzetes arcon egy ívelt, hosszú philtrum akasztja meg tekintetünket az orr és felsőajak között megnyugodva. Vaskos alsó ajkuk mosolyra mozdulva kevés, apró fogazatot fed fel (hypo – és microdontia), majd utolsó, de annál határozottabb lendülettel siklik figyelmünk a különös csillag mintázatot hordozó íriszre, melyet leginkább a kék és zöld szivárványhártya enged felfedezni – sokszor kancsal irányokban. Innen tehát a csillagok és manók.

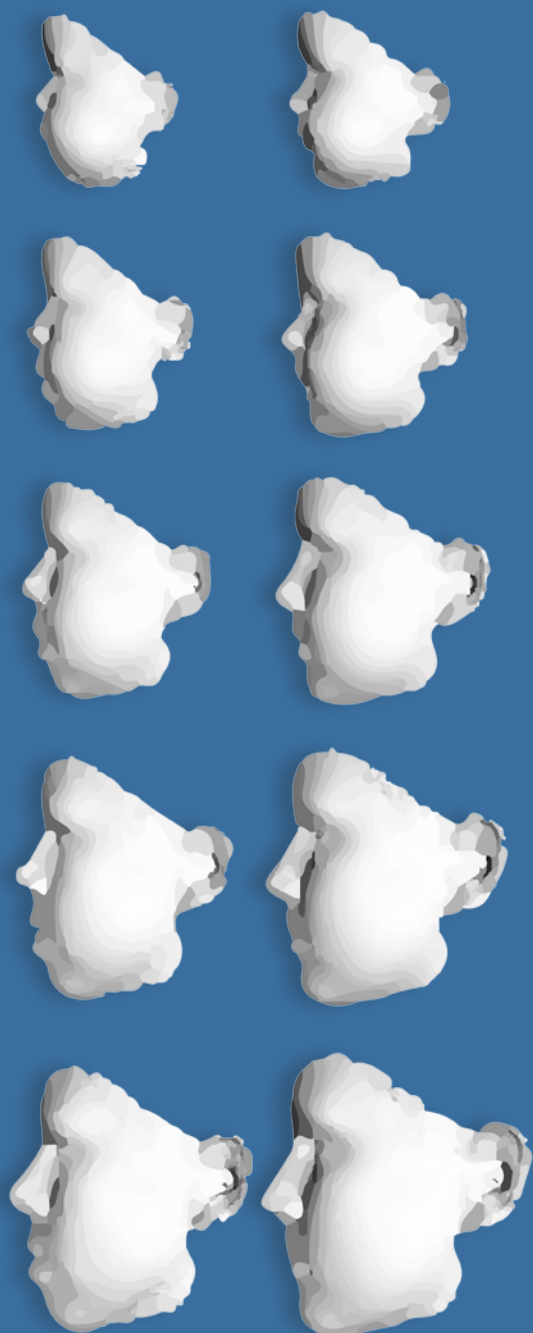
A kódoló gének hiányában sok fehérje hiányzik, illetve sok fehérje szintézise szenved zavart; így rengeteg defektus melegágyává válik egy ilyen emberi szervezet.



**WILLIAMS SZINDRÓMÁS ÉS KONTROLL  
EGYÉN ARCVONÁSAINAK FEJLŐDÉSE AZ  
ÉLETKOR ELŐREHALADTÁVAL  
(1, 5, 9, 13 & 17 ÉVES KORBAN)**

**WS**

**K**



**TELL ME, I FORGET.  
SHOW ME, I REMEMBER.  
INVOLVE ME, I UNDERSTAND.  
- CARL ORFF**

A Williams szindrómás egyének legtöbbször szembesülni kényyszerül élete során valamilyen szív, vagy érrendszeri problémával. Legtöbbször az aorta (supravalvularis aorta stenosis, SVAS), vagy a tüdőartériák szűkülnek be.

További különböző helyeken, eltérő súlyossággal fordulhat elő szűkület – főleg az elasztin fehérje hiánya miatt, ami az erek rugalmasságát biztosítaná. Mivel a szűkület leküzdésére szervezetünk csak magasabb vérnyomás pumpálásával érheti el a megfelelő vérellátottságot – így a magas vérnyomás minden velejáró széles skálájú betegsége kíséri a szindrómások életét.

Gyakori jelenség egy éves kor alatt a hiperkalcémia, ám oka többnyire ismeretlen. Ilyenkor különösen érzékeny has (kólika) árulkodik az előtérben. Hátterében az abnormalis kalcium és D-vitamin metabolizmus állhat (és később is törekedhet az újabb előfordulásra), ám ezt a legtöbb csecsemő kinövi.

A legtöbb Williams-szindrómás gyermek testvéreinek alacsonyabb súllyal jön világra – a későbbiekben is kevesebb és lassabb súlygyarapodással néznek szembe a szülők. Ezt akár foghatnánk is a csecsemő - és gyermekkori evési problémákra; de ezt idővel szintén kinövik. Viszont magasságukat felnőtt korukra sem viszik túlzásba; közelebbről szemlélik a földet, alacsonyabb magasságot érnek el az átlagnál.

Fiatalokra jellemző tünet még a gyenge izomtónus, a lazább ízületek. Hasfali és légútszervi is gyakrabban szerepel listájukon. A későbbiekben viszont kialakulhatnak deformitást okozó izomsugorodások (kontraktúrák), merevebb, kötöttebb ízületek. Ilyenkor fontos szerepet töltenek be a szindrómások fejlesztésében a gyógytornászok és a fizikoterápia.

Szintén gyakori a középfülgyulladás. Ugyanakkor hallásuk gyakran túlérzékeny – bizonyos frekvenciák vagy zajszintek fájdalmasan érhetik őket. Szerencsére jó oldala is van ennek a hátránynak; gyakran átlag feletti zenéi hallással gazdagszanak (abszolút hallás).

Olyan mértékben képes hatni egy csipetnyi zeneszó egy Williams-fülre, mint amelyet az átlag populációban nem igazán látni. Ezt az affinitásukat felhasználva

fejleszthetjük nemcsak ritmusérzéküket, hallásukat, de verbális memóriájukat is – így segítve őket egyéb gyengeségeik legyőzésében.

Az egyik legújabb zeneterápiás módszer az Ulwila színskála rendszer - nem igényel komplex gondolkodást, még a színek nevének ismeretét sem, csak a színek azonosításának képességét. A hagyományos kottát úgy egyszerűsítették le, hogy a hangok magasságát színek, a hangok hosszúságát körök jelzik, minden hangot szín jelöl, és ezek a színek ismétlődnek meg a hangszeren is. A módszer szembeszállt azzal az elterjedt véleménnyel, miszerint az értelmi fogyatékosok nem képesek dallamhangszeren játszani, aminek hátterében az állt, hogy a hagyományos kotta megtanulása még az „épek” társadalmába tartozók közül is csak keveseknek sikerül. Kikerülve a bonyolult kottarendszer formálta gátakat – a Williams-szindrómások is képesek a gátfutásra: így a zenében kifejezhetik és felengedhetik önmagukat szorongásaik alól.

Williams-szindrómásként más ütemben peregnek a homokszemek is az órában. A lányok akár két évvel hamarabb is elérhetik az első menarche napját. Az öregkor külső bélyegei is hamarabb pecsételődnek rájuk; idő előtt elkezdődik a ráncosodás, őszülés és hajhullás, halláscsökkenés és egyéb szervi kimerültségek – többek közt fejben is.

## WILLIAMS BELÜLRŐL

Érdekes jelenség, hogy amennyire külsőleg, fizikailag defektusnak hívható változásokkal tarkítottak, addig belsőleg, lelkiileg mennyire pozitív kisugárzásuk van.

Bámulatatos kifejező erejű nyelvi jártasságokkal vannak felszerelve, emellett legtöbbszörre úgy ragadnak az idegen nyelvek, mint a pillanat a ragasztóval. Nagyon udvariasak, és minden idegenhez abszolút bizalommal képesek közeledni – gátlás és félelem nélkül. Főleg a felnőttek vonzzák magukhoz őket. A világ végét megjárnák akár velem, akár Veled; fél perc ismeretség után. „Cocktail party type personality” – hangzik angolul a szindróma bonyolultan nyílt személyiségét leíró pár szó. Hiszen hihetetlenül nyitott hiperaktív egyéniségekről van szó; zsákszámra szórják magukból az örömet, boldogságot és szeretetet. Csak ők képesek kedves kis nyitott szívükkel megbontani autista társaik módszeresen felépített védőfalait. Emiatt is kombinálnak előszeretettel Down-szindrómás, autista, Williams-szindrómás és egyéb viselkedésszervi eltérésekkel tarkított embereket csoportterápiák során.

Nyitottságuk mellett sokkal többet képesek egy nap 24 órájából szorongással tölteni, mint egy szindrómamentes ember – ez a „képességük” általában korosodásukkal egyenes arányban nő.

Többségük bizonyos fokú intellektuális fogyatékosokban szenved. IQ hányadosuk 40-80 körül mozog, gyerekkorban jóval lassabban fejlődnek mentálisan is – kortársaiknál később kezdenek el beszélni, járni, cipőt kötni. Esetükben nem lehet



általános mentális retardációról beszélni, hiszen nem minden funkció egyformán érintett. Néhány intellektuális területen kiemelkedően teljesítenek (pl.: verbalitás, hosszú távú memória, arcmemória, szociális készségek, nyelvérzék, muzikalitás), egyéb területeken viszont határozottan gyengébbek az átlagnál (pl.: finom motoros mozgás, vizualitás, matematikai feladatok). Képesek egy zenei mű összes hangját hallás alapján visszajátszani, ám a cipőkötésbe vagy egy egyszerű „5+3” matematikai példába beletörnek a hangvillájuk.

Előfordul, hogy szélsőségesen viselkednek egyik pillanatról a másikra – de ha igazán magunkba nézünk, mindenből eltérő reakciót váltanak ki bizonyos pillanatok; az eltérés a trigger mibenléte. Ugyanez a helyzet a koncentráció képességével - Williams-szindrómások nehezebben tudják teljes egészüket egy célpont felé terelni.

Eltérő agyi fejlettségük miatt fordul elő velük, hogy nehezen tudnak elaludni, de az alvás fenntartása is igen nehéz számukra. Az éjszakai alvás folyamán nemcsak az alvás, de a REM fázis hatékonysága is csökken – ezzel párhuzamosan pedig rengetegszer riadnak fel álmaikból. Elég fárasztóan hangzik ez a folyton megszakított, kielégítetlen alvás; így nem csoda, ha napközben jóval aluszékonyabbak az átlagnál. Azt hiszem, ez megengedhető.

# WILLIAMS HARMADIK SZEMMEL

*Vajon én normális vagyok? Relatívén igen? Mégis mitől számítok normálisnak?*

Ha képzeletben belopnánk magunkat egy olyan társadalomba, ahol a népesség nagyobbik része Williams-szindrómás lenne, és így próbálnánk meg leírni, hogy milyenek is vagyunk mi néhányan, „akik nem azok” – akkor valami hasonlót vetnénk papírra:

Genetikai profil: extra genetikai anyag a hetes kromoszómán – ez a rendellenesség 100%-ban jellemző rájuk.

Arcszerkezet: laposabb arc, vékonyka szemöldök, kicsi száj keskeny ajkakkal, hatalmas fogak zsúfoltan berendezkedve, illetve szigorú, komor arckifejezés.

Viselkedésbeli elváltozások: fő jellemző rájuk nézve, hogy ridegen, érzelemmentesen állnak másokhoz (különösen idegenekhez). Rendkívül ritkán ejtik ki azon szavakat, hogy „szeretlek” vagy „nagyon hiányzol”, továbbá ritkán érintenek vagy ölelnek meg másokat a család keretein kívül.

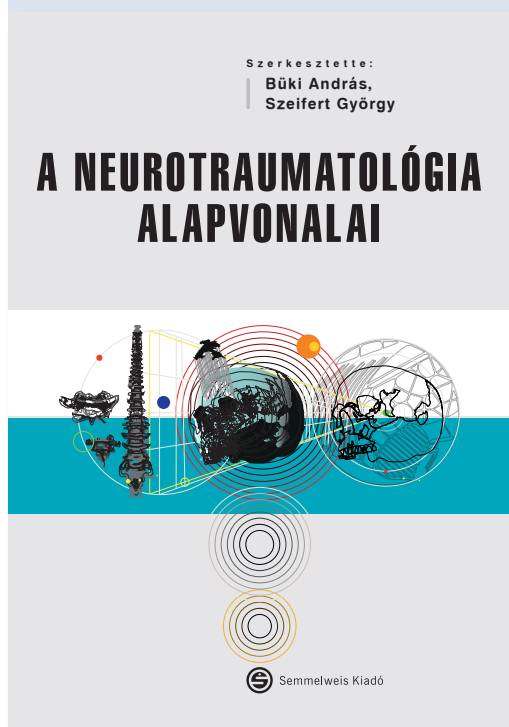
Felismerhető tünetei: kiterjedt szókinccsel rendelkeznek, melyet azonban kreativitás nélkül, színtelenül alkalmaznak. Nem túl gyakran használnak találékony kifejezéseket, ám annál inkább előtérbe helyezik a „rámutató” kommunikációs stílus védjegyeit.

Érzelmileg eléggé sivár életet élnek, enyhén autisztikus tendenciákkal. Tapasztalják ugyan, de nem képesek kifejezni az érzelmek teljes tárházát. Képesek szomorú zenét emelni fülükhöz látszólag minden válaszreakció nélkül. Jellemző még rájuk, hogy elképesztő gyorsasággal felejtik el, ha már találkoztak valakivel – így nem mutatnak örömet, ha esetleg újból szembefutnak a másikkal.

Kezelésük: bár eleinte diszkomfort érzettel járhat, igyekezzünk gyakorolni mások megölelgetését, illetve olyan kifejezések használatát, mint „Hogy Te milyen nagyszerűen nézel ki ma!”. Gyakoroljuk minél többször szabad asszociációs készségeinket, olvassunk verseket (emeljünk rímeket szürke hétköznapijainkba), illetve tanuljunk metaforákat, majd próbáljuk őket keverten alkalmazni.

Összegzésképp, ha nagyon sok szeretetet és türelmet tanúsítva foglalkozunk velük, a legtöbbjük képes lesz olyan képességek kifejlesztésére, mint az érzelmek kifejezése, a zene megértése és átérzése, valamint az élet élvezete.

## Megjelent Büki András és Szeifert György szerkesztésében:



### A NEUROTRAUMATOLÓGIA ALAPVONALAI

- Az **első** magyar nyelvű neurotraumatológiai szakkönyv.
- A hazai ellátásban legnagyobb gyakorlatot szerzett kiváló szakemberek tárgyalják a **letisztult** és a **legújabb neurotraumatológiai ismereteket**.
- **Hiánypótló** mű a magyar szakirodalomban.

*Hogyan lett a kórboncnokból idegsebész? Miért került bele Michelangelo Pietá szobrának fényképe a könyvbe? Többek közt ezekről és más érdekességekről olvashattok a márciusi Szinapszis számban a Szeifert Györggyel készült interjúban.*

**Megvásárolható a Legendus és az EOK könyvesboltokban vagy megrendelhető a Semmelweis Kiadó honlapjáról.**



**Semmelweis Kiadó**  
1089 Budapest, Nagyvárad tér 4.  
[www.semmelweiskiado.hu](http://www.semmelweiskiado.hu)

# SOKÁIG NEM ÁRULTAM EL MAGAMRÓL, HOGY MÁSSAL IS FOGLALKOZOM

Ahogy a tudomány, úgy a költészet is a tömör fogalmazásra instruálja az embert. Dr. Tímár József költészete is eképpen koncentrált és lényegretörő. Verseskötete, mely a *Sürgöny (A múltból)* címet viseli, októberben jelent meg a Semmelweis Kiadó gondozásában. A kötet okán a művészet és a tudomány kapcsolatáról, az önazonosság és mobilitás kérdéséről, pályaszocializációról és a műveltség fontosságáról beszélgettünk.

**Hová vezethető vissza a művészetek iránti fogékonysága?**

Ha a gyökereket keresgélem, szerintem, mint mindenkinél, a középiskoláig nyúlhatunk vissza. Én Berzsényista voltam. Érdekes iskola volt a Berzsényi; a matematika tagozatáról volt híres, de közben nagyon jó önképzőkörre volt. Későbbi filmrendezők, színészek – Kern András tudomásom szerint oda járt, Koncz Zsuzsa akkor végzett, mikor én odaértem; szóval egy ilyen hangulatú középiskolába kerültem. Feltehetően ez stimulált. Emellett szerettem az irodalmat, soha nem volt kényszer számomra az irodalom tanulása.

**Volt esetleg olyan személy, aki ilyen téren mentorálta vagy nagy hatással volt Önre?**

Nagyon önfejű voltam, ami meghatározta mentorügyeimet. Inkább indirekt módon eltűrtek, de közvetlenül senki nem segített. A visszajelzés forrása az önképzőkör volt számomra; ott terelgettek, és a baráti köröm megmutatta nekem a modern irodalmat. Így próbálkoztam.

**Hogyan döntött a költői eszközök használata mellett? Mennyire tudatos vagy ösztönös egy ilyen döntés? Esetleg prózát is írt?**

Nem. Ez a hajlamom a tömör fogalmazásra valószínűleg már egy régi dolog. A tudomány is erre instruálja az embert, és ez az oldal fejlődött nálam a későbbiekben. Nem szeretem a szószátyár dolgokat. A költészet nagyon sűrített, koncentrált, lényegre törő. Így ha az embernek van valami mondanivalója, akkor a lényegre valahogy kevés szóval tudja megfogni.

**Ez egy érdekes hasonlóság a tudomány és a költészet között, pedig látszólag az orvostudomány realizmusa és a szépirodalom erősen szubjektív szellemisége szemben áll egymással...**

Nagyon idealista voltam. Sokáig azt hittem, hogy sportorvos leszek, és valami futball csapat mellett fogom tengetni az életemet. Ez aztán az egyetemen nagyon nagyon megváltozott bennem. Sokan

befolyásolták a pályámat. Szegeden kezdtem. Szeged a 70-es években a magyar irodalom szempontjából egy izgalmas terület volt. Valahogy az emberre hatott az a légkör. Sándor György például sokszor megtisztelt azzal, hogy beszélgethettünk, megnézegette, hogy miket csinállok. Tulajdonképpen indirekt jeleket kaptam, hogy ez érdekes lehet füzetben kívül is, amit az ember csak magának írogat. Aztán az orvosi egyetemen, itt, mikor átjöttem a Semmelweisre, egyszer-egyszer néhány dolgot elküldtem az akkori egyetemi lapnak. Emlékszem, egy pályázat is volt – Szabó Magda volt az egyik bírója. Aztán ha az ember érezte, hogy nem döngölik a földbe, akkor úgy gondolta, hogy nem olyan rossz amit csinál. Valahogy így ment ez. Sok tudatosság nem volt benne. Sok tudatosság most sincs benne. Csak így utólag visszatekintve lehet belőle fabrikálni valamit. Próbáltam kielemezni, és így lett egy kötetnyi olyan írás, ami esetleg másnak is üzenet, nem csak magamnak.

**Tudja ilyen formában a szépirodalom egy orvos pályafutását indirekt vagy akár direkt módon segíteni? Gondolok itt a szellemi feltöltődésre, vagy felszabadulásra, amit az okoz, ha az ember kiír magából dolgokat.**

Igazából én másra használtam az írást. Ez nem kompenzálás. Ez egy más területe az életnek. Hogy az embernek nemcsak egyféle identitás van, az szerintem természetes, és nagyon egysíkú életet élnek azok, akik egyetlen dologba koncentrálnak bele az életüket. Ennek sok káros hatását érzem vagy látom. Ráadásul az orvostudomány látszólag nagyon racionálissá és természettudományossá vált, közben mind a mai napig hihetetlen mennyiségű szubjektív elemmel van helyettesítve a tudásunk... Másrészt pedig nagyon nagyfokú empátiát és emberismeretet is igényel, ami aztán közelít a nem csak az orvostudományban való jártasság szükségéhez. Ha valakiben van ilyen típusú érzékenység, akkor nem csoda, hogy művészetre adja a fejét. De tényleg. Az ember rájön, hogy ahhoz, hogy a nehéz napok nyomását elviselje, kellenek



olyan tevékenységek, ahol szellemi kihívás van, de mégis valami teljesen más, mint a tudomány. Erre tökéletesen jó ellensúly az irodalom, és tudja könnyíteni egyik a másikat, vagy akár elősegíteni is.

Egy költőnél elfogadható, hogy nem finomkodik gondolatainak tárgyával, egy orvos esetében viszont sokszor azt várják el, hogy óvatosan bánjon a szavaival. Keveredhet-e ez a kétféle identitás? Sokszor probléma lehet a napi munkában, hogy az ember szívesen kimondana hasonló nyíltsággal vagy egyenességgel dolgokat, de taktikázni kell, mert a cél elérése szempontjából az célravezetőbb. Hál' Istennek az írásban és a költészetben nem kell ilyen típusú kompromisszumokat kötni. Ez mindkét esetben empátia kérdése, csak az egyik esetben másra használja azt az ember - mert ha a mindennapi teendőkben állnánk így a dolgainkhoz, a tudományhoz, vagy az emberekkel való napi érintkezésben próbálnánk így kommunikálni, szerintem nem biztos, hogy célba érnenk. A művészetben éppen az a jó, hogy itt lehet az ilyen típusú őszinte gondolatokat legjobban átadni azoknak, akik nem biztos, hogy úgy gondolkoznak, mint én. Én erre használom vagy használtam a költészetet – erre is. Különben a gondolatok nagyon hasonlóak mindkét területen, meg a célok között is sok hasonlóság van. Nagyon nem szeretek különben elvtelen kompromisszumokat kötni. Őszinte embernek ismernek, aki nem titkolja a véleményét, legfeljebb nem mondja meg... de nem titkolja, ha megkérdezik vagy ha egészen sarkos helyzet áll elő. Hála Istennek a költészetben meg nem kell, nem szabad kompromisszumot kötni. Úgy nem érdemes csinálni. Az legyen nyílt, őszinte és egyenes.

Ön patológus, tumorbiológiával foglalkozik és tanít is. Mi motiválja akár a kutatásban, akár az oktatásban? Van esetleg olyan visszatérő motívum, ami folyamatos hajtóerőként szolgál mindebben?

A könyvnek az Ars Poeticájában írtam arról, hogy az embert beskatulyázzuk; meg az élete és a pályája is keretek közé tereli, de



## ARS POETICA

1952-ben születtem Budapesten. Az internet szerint rákkutató és/vagy patológus vagyok. Gyermekkoromban a falusiak között városi, a városiak között falusi gyerek voltam. Később úgy alakult, hogy a patológusok között biológus, a biológusok között orvos voltam. Járva a világot mindig azt éreztem, hogy idegenek között magyar voltam, itthon meg egy kicsit túl európai. A filantrópok között önérdekű önző, az önzők között filantrópnak tűntem. Az amatőrök között profi, a profik között amatőr maradtam. Egész életem során mindig másnak éreztem magam, mint aminek tekintenek, valami oda nem illő inkompatibilis lény. Ebbe a mikrovilágba enged betekintést ez a kötet. Olvassák, szeressék.



ez nem jelenti azt, hogy az illető annyira homogén és egynemű. A kutatási lehetőségek miatt mentem a patológiára, és egyfajta kompromisszumként azt mondtam magamnak, hogy ha ehhez kell a patológia is, akkor megcsinálom – aztán jóval később beleszerettem. A patológia tulajdonképpen az a terület, ami lefedi az orvostudományak a gyökereit: ha valaki jó rákkutató akar lenni, akkor a patológia egy nagyon jó iskola, hogy megfelelő és helyes irányba terelje a kutatásait. Ez lett a szerencsém. De mind a mai napig, ahogyan itt is írtam: a patológusok között biológusnak számítok, a klinikusok között patológusnak, de a patológusok között klinikusnak is, mert sokat láthat, tapasztalhat ennyi idő alatt az ember. Óhatatlanul ragadt rám sok klinikum. Azt gondolom, hogy nagy szükség van erre az inter- illetve multidiscipinaritásra. Nem szabad beszűkölnie szakmailag az embernek. Gondolkodásában az orvos nem lehet egysíkú. Azzal nagyon sokat veszít a gyógyításnak a hatékonyságából is. Ma már a szakképzések és a ráépített képzések is nagyfokú beszűkülést igényelnek, miközben hatalmas igény van – nem csak a daganatos betegek gyógyításában – a csapatmunkára, a sokféle szakmának az együttműködésére. Ez pedig nem működhet, ha valaki nem ismeri a másik szakmának az alapjait és nyelvezetét; nélkülük nem tud hasznos elemek lenni a többszakmás vagy többszakemberes döntési folyamatoknak. Óriási szükség van arra, hogy többet tanuljon az ember, és más szakmához is értsen, mint kizárólag a saját szűken vett kis szakmájához. Itt egy kicsit hasonlóan érzi magát az ember a művészetekkel. Kell ismerni a világnak más aspektusait is, mert ez segít az embernek, hogy az érzékenységét, az empátiáját fejlessze, hogy több szemmel lásson dolgokat, többféle aspektusból tudjon vizsgálni, mert esetlegesen ez is segít abban, hogy optimális döntéseket hozzon.

**Van esetleg olyan vers a kötetben, amit orvostanhallgatóként írt?**

Persze! Még korábbiak is. Miért nincs dátum rajta? Nem tettem rá dátumot, mert végignézve... Jó... azt mondja az ember: ez az életműve... Ilyen kicsi? Hát ennyi. Ezen a területen ennyi. Így amikor végignéztem a különböző periódusokban született írásokat, mindig azt vizsgáltam, hogy van e benne még valami érdekes üzenet, és megdöbbenve láttam, hogy egy csomó minden nem avult el, amit beletettem. Ezért sem tettem rá dátumot, mert az egyfajta kategorizálás lett volna: oda kötöttem volna őket azokhoz az évekhez. Így tudatosan lehagytam róla az évszámokat. Egyetlen egyen van ott az 1969-es, az érettségi környékén írtam.

**Az Ön meglátása szerint a jelenlegi orvosképzésben helyén kezeljük a kulturális értékeinket, megfelelően gondozzuk-e az örökségünket? Mit lehetne vagy**

**kellene ezen a téren fejleszteniünk?**

Pár évvel ezelőtt – amikor erre a tanszékre kerültem – megkerestek hallgatók, hogy lehetne-e tartani nálunk a versmondó versenyt, és boldogan engedtem nekik. Nem árultam el semmit arról, hogy nekem milyen anamnézisem van. Akkor láttam, hogy itt vannak hallgatók, akik nagyon jól verselnek. Aztán látom az ünnepségeinken a Medikus Zenekarnak az aktivitását – meglepő, hogy mennyi tehetséges fiatal van itt az egyetemen.

**Szóba került, hogy az orvosláshoz empátia kell...**

Meg intelligencia. Az intelligencia részben veleszületett adottság, részben viszont tanulóssal fejlődik. Ehhez hozzátartozik az is, hogy a sokféle szunnyadó képességeit az ember próbálja felderíteni és művelni. Ezek a dolgok segítik a napi munkáját is. Tulajdonképpen aki művészzel foglalkozik, az indirekt módon pszichológiával foglalkozik. Akár a sajátjával, akár a másokéval. Márpedig egy orvosnak – szinte akármelyik területen is dolgozik, nagyon jó pszichológusnak is kell lennie. Nem elég nagyon jó szakembernek lenni. Erre is alkalmasak a medicinával nem szorosan kapcsolt aktivitások. Meg általában ezek közösségformáló, közösségépítő szerepűek is; így keletkeznek emberi kapcsolatokról olyan hálózatok, melyeket később a szakmában nagyon jól lehet később hasznosítani. Mondjuk pont az én költészetem erre nem jó. Ez egy magányos műfaj.

**TULAJDONKÉPPEN AKI MŰVÉSZETTEL FOGLALKOZIK, AZ INDIREKT MÓDON PSZICHOLOGIÁVAL FOGLALKOZIK. AKÁR A SAJÁTJÁVAL, AKÁR MÁSOKÉVAL. MÁR PEDIG EGY ORVOSNAK – SZINTE AKÁRMELYIK TERÜLETEN IS DOLGOZIK, NAGYON JÓ PSZICHOLOGUSNAK IS KELL LENNIE. NEM ELÉG NAGYON JÓ SZAKEMBERNEK LENNI.**

**Ha most visszagondol az elindulására, akkor a jelenlegi hallgatók könnyebb vagy nehezebb helyzetben vannak, ha hasonló utakon indulnának el, akár írásra adnák a fejüket?**

Sok szempontból sokkal könnyebb, mint abban az időszakban, amikor én kezdtem, másfelől viszont sokkal nehezebb. Abban az időben egy bezárt ország voltunk, ahonnan nagyon nehéz volt elmenni tapasztalatokat szerezni. Másrészt viszont szerencsés helyzetben voltam; nagyon jó intézetben dolgoztam. Mindkét egyetem, a Szegedi és a Semmelweis Egyetem is nagyon kompetitív volt. Hála Istennek, a Semmelweis kompetitivitása is megmaradt, nagyon erős. A legjobbak próbálnak kitűnni a tehetséggyonozó programokban. Mind a TDK, mind a Rektori Pályázati Rendszer elég jó hatékonysággal szelektálja a hallgatók azon rétegét, akikben több – akár sokkal több van. Ebben segít a művészet is. Magyarországon nem csak egyszerűen orvosra van szükségünk vagy orvos utánpótlásra, hanem jó orvosokra van szükségünk. Ez egyáltalán nem a középszerűség irányába mutat. Na, ebben a versenyben ma jó nehéz a hallgatóknak kivenni a részüket. Viszont cserébe nagyon könnyű világot látni és tapasztalatokat szerezni. Én szerencsés voltam, hogy egy olyan professzorom volt, aki TDK

alatt azt mondta, hogy nekem el kell mennem Párizsba valamit tanulni, és segített is megszervezni. Ma ezt mindenki, akiben egy kicsi aktivitás és érdeklődés buzog, meg tudja tenni. Szóval részben nehezebb is, részben könnyebb is.

Hm... Visszatérve kicsit az *Ars Poeticájához*, azt írja, hogy egész életében másnak érezte magát, mint aminek tekintették. Ebben mennyire van szerepe az ember környezetének vagy mennyire lehet ez egyéni hiba? Gondolok itt azokra az orvostanhallgatókra is, akik már most hasonlóképpen éreznek...

Ez egy küzdelem, erről, ezért írtam. Ez egy küzdelem, amivel az ember a pályáját alakítja, és próbálja a képességeit a lehetőségeihez mérni, és megtalálni azt a területet, ahol a legjobban tud teljesíteni. Az ember nem tud mindig abszolút optimális döntést hozni. Lehet, hogy kutatónak kellett volna lennem...utólag nem fogjuk már megtudni, hogy mennyire lettem volna jó kutató, ha nem vállalom be a patológiát, vagy mennyivel jobb patológus lettem volna, ha nem vállalom fel a kutatást. Ebben az is benne van, hogy az embert skatulyázzák, és vagy megfelel a skatulyának - és ő maga is elfogadja - vagy ki akar törni belőle. Csak az meg nehéz. Feltehetőleg ez másban is ismétlődő probléma: hogy egy kicsit mást szeretne, egy kicsit máshogy látja a világot, mert a szeme más, és a világ meg nem hajlandó őt máshogy látni.

**Mit üzenne azoknak, akik hasonlóképpen élik ezt át?**

Fel kell vállalni. Másfelől pedig... az életem során sokszor változtattam a pályámon, többször is. Szokták mondani, hogy az nagyon ritka, hogy valaki beül egy egyetemi oktatói székbe fiatalon, és onnan megy nyugdíjba, sőt onnan lesz emeritus professzor. Ez nem jellemző a mai világra, és ennek az értelme az, hogy sokkal mobilabbak az emberek. Ahogy fejlődik, változik az életünk, úgy kell optimálisabb környezetbe kerülnünk. Én is ezért így-úgy mindig változtattam a körülményeimen - ha nem is drasztikusan - mert soha nem mentem el, de dolgoztam külföldön. Voltak ilyen periódusok is. Mindez abban segíthet, hogy más szemüveggel lásson az ember - és akkor talán magát is jobban kezdi megítélni vagy helyesebb képet kap a saját képességeiről.

**Ez akkor egy evolúciós kérdés is lenne? Arról szól, hogyan viszonyulunk a környezetünkhöz, és hogy mindez mit hoz ki belőlünk?**

Így van, és akkor vissza is tértünk ahhoz, hogy az ember nem egy monoton valami, nem egy egysíkú, egyszínű valaki. Ahogy erről beszéltem is: empátia. Nagyon fontos ahhoz, hogy az egyik ember tudjon a másik ember fejével gondolkodni. Ez nem csak a szakmában fontos - legalább ennyire fontos a mindennapi élet különböző konfliktusaiban is. Az élet ebben egy nagyon jó iskola. A környezetünk pedig vagy segít minket ebben, vagy ellenünk játszik.

KÉSZÍTETTE: FEKETE AIMIE

# ÍGY ÍRNAK ŐK

Az egyetemi oktató is csak ember. Ez látszólag nem mindig egyértelmű, ezért továbbra is lázasan igyekszünk bizonyítékokat gyűjteni arra nézve, hogy a katedra Olympus-fennsíkján beszélő lények hozzánk hasonló hús-vér teremtmények.

Továbbra is kétkedő olvasóink meggyőzésére folytatjuk a bizonyítékot gyűjtését oktatóink emberi mivoltáról.

Februári számunkban **Dr. Tímár József** rektorhelyettes úrnak, a II. számú Patológia Intézet igazgatójának két versét olvashatjátok, melyeket a *Sürgöny (a múltból)* című kötetből választottunk.

## Egy letűnt világ (1969)

A nézőtéren összejönnek  
A fogászok s jogászok  
A lángos- s a szerencse-sütögetők,  
Vakító fehéring erdő,  
Nyakkendők,  
Celofán-zörgés,  
Folyik az előadás...  
A színpadon meg  
Építkezést játsznak  
A civilben amúgy is  
proletárok

## Ha szólok...

Meg kell vésnem  
A szemed, a hajad  
A kezed a vállad.  
  
Ott kell rejtőznöd  
A sziklák falában  
És esőkor előzőldelled

Ott kell villognod  
A szavak hullámain  
ha körbe táncolnak  
Lehulló falevelek  
  
És ott kell szunnyadnod  
A pázsiton,  
Lélegzet visszafojtva, mereven,  
Hisz elvittem belőled mindent.

Úgy kell álmodnod  
Mint egy halott -  
Ha szólok, föltámadsz.

# VALAHOL EURÓPÁBAN



AVAGY ÚJABB LEHETŐSÉGEKET NYÚJTUNK  
NEKED VILÁG ÉS EURÓPA SZERTE

ÍRTA: KÓKAI JUDIT

A Budapesti Orvostanhallgatók Egyesülete jelentős nemzetközi kapcsolatrendszerrel rendelkezik, amelynek előnyeit valamennyi tag élvezheti. Örömmel jelentjük be, hogy a nemzetközi IFMSA tagságunk mellett 2015-től kezdődően európai EMSA taggá váltunk. Mit is jelent mindez a BOE tagok számára?

Az IFMSA révén több mint száz hallgató utazhat egy hónapos cseregyakorlatra a világ számos országába, Brazíliától kezdve, Törökországon át, egészen Japánig. Kis túlzással bárhová eljuthattok, hogy egy hónapig szakmai gyakorlatot (belgyógyászat, sebészet gyakorlatot, vagy akár hatodéves turnust) teljesítsetek külföldön. Emellett pedig tudományos cserére is lehetőség van, ahol egy hónapra valamely kutatási projekthez csatlakozhattok; kiegészítve ezzel az itthoni TDK munkát. Korábbi évek kiutazóitól számos élménybeszámolót olvashattok facebook oldalunkon ([www.facebook.com/moszboe](http://www.facebook.com/moszboe)).

Az EMSA nyújtotta lehetőségek ettől eltérőek. A Twinning program tulajdonképpen egy kulturális csereprogramot jelent, ahol egy kiválasztott város diákjai látnak vendégül minket és viszont. Ennek az 1-2 hetes, csoportos programnak a célja egymás kultúrájának a megismerése, városnézés, nyelvtanulás. A tavaszi félév során szeretnénk Nektek pályázási lehetőséget biztosítani az első budapesti Twinning programra. Bővebb információkat a honlapunkon olvashattok erről ([www.semmelweis.hu/boe](http://www.semmelweis.hu/boe)).

A nemzetközi kapcsolatainknak hála, az elmúlt időszakban számos külföldi TDK konferenciáról is értesülhettek levelező listánkon. A képzések, konferenciák és nyári egyetemek remek alkalmat jelentenek a személyes fejlődésre, ezért mindenkit csak biztatni tudunk, hogy bátran jelentkezzen.

Szinte mindegy, hogy melyik fenti programon veszel részt, néhány dolog garantált: szakmai fejlődés, külföldi utazás, új barátok, szórakozás, felejthetetlen élmények... Ugye Te sem akarsz mindebből kimaradni?

# KEDVES NAPLÓM!

ÍRTA: KRAUSZ MÁTÉ

Még általános iskolában történt. Mindenkinek voltak azok a színes, lakattal zárható kis könyvei, amik titokban jártak körbe az osztályban. Emlékkönyvnek hívták, emlékszem. Aztán akit az a megtiszteltetés ért, hogy egy délutánra, estére megkapta valakinek az emlékeit, ő is hozzáadhatott valamit. Egy rajzot, egy gondolatot - valamit, ami *emlék* - bár akkoriban azért leginkább rajzoltunk, ennyire futotta. Ezek őriztek meg egy-egy pillanatot a mindennapokból.

Ezek a füzetek aztán idővel beteltek, nem lett helyettük új - meg egyébként is, felsőben már *tök ciki* volt egymásnak odaadni szünetben egy emlékkönyvet. Így teltek az évek, elillantak a pillanatok, és mondhatni emlékek nélkül maradtunk. Legalábbis én biztosan. Számomra ugyanis nem volt egyértelmű a továbblépés az emlékkönyvek tömkelege és egy *saját napló* között. Nyilván vannak lelkesek, akik már gyerekkoruktól kezdve írták egymás után a füzeteket és az ágyneműtartójukban rejtegetik őket máig. Én sosem voltam ilyen, a kézzel írást unalmasnak találtam, pláne ezt a naplóírást - minek pazaroljam erre az időmet, ott az agyam, majd megjegyzem úgyis, ami aznap történt, holnap pedig már új nap, új élmények, a régiék nem érdekesekek, arra van a memóriám, hogy tárolja őket - gondoltam akkoriban. Aztán egyszer csak hirtelen jött egy ötlet, és lásd, máris naplót írok, ráadásul még egy újságban is meg fog jelenni a mai bejegyzés. Na persze ezt nem is sejtettem, amikor belekezdtem.

Nyilván az elején nagy kérdőjelek lebegtek körülöttem: akarom-e én ezt egyáltalán, van-e értelme, és ha még igen is, akkor hova írjam meg féltett gondolataimat - a naplómra. Arra mondjuk már nem is emlékszem tisztán, hogy miért kezdtem neki. Egy biztos: elolvastam rengeteg cikket arról, hogy miért lesz nekem jó, hogy naplót írok. Ezek mind azt állították, hogy iksz és ipszilon kutatás bebizonyította, hogy ha majd naplót írok, akkor sokkal kevésbé fogok szorongani különböző megpróbáltatásokkor; sőt, még a jegyeim is jobbak lesznek, ha a nap végén átgondolom az aznapi történéseket, és



A cikkben is említett  
'DayOne' applikáció képe.  
Az alkalmazás egyelőre  
csak Mac OS és iOS  
rendszeren érhető el.

forrás: dayoneapp.com

egy külső perspektívából szavakba öntöm mindezt. Persze ezek mind szép és kecsegtető szavak, de elsőre nyilván nem hisz ezekben az ember. De azért belevágtam.

Először megpróbáltam gépelve elindítottam egy egyszerű szövegszerkesztőt és gépeltem. Január volt, vizsgaidőszak közepe, így persze nem tudtam semmi másról írni, csak arról, hogy ma hány tételt tanultam meg, és hogy ez mennyire nem egyezik meg azzal a számmal, amit reggel kitűztem. Idővel aztán a számok utolérték egymást, és lásd, levizsgáztam. Erre persze utólag is emlékszem, de most visszaolvasva azért nem tűnt egyértelműnek a *jellemfejlődésem* - az anatómia tükrében. Közben váltottam papírra, mert úgy éreztem, hogy már nagyon megy ez nekem. Választottam hozzá füzetet is, és minden este szenteltem néhány percet, amikor nem volt már más az asztalomon, csak a napló, egy kiválasztott toll, és én, meg a napom. De aztán, jött a szorgalmi időszak, a sok program: ritkulni kezdtek a bejegyzések. Majd persze a következő vizsgaidőszakban újra elővettem, és nekiálltam - de a bejegyzések ismét rapszodikus gyakorisággal kezdték követni egymást, végül felhagytam az egészszel.

Aztán idén januárban, amikor ismét vizsgaidőszak közepe volt, kitöltöttem egy évre rendező füzetet. Ez a füzet segít év végén végiggondolni, hogy mi is történt az elmúlt évben, milyen célokat tűztél ki, és végül valósítottál meg, mi az, amit magaddal viszel a következő évre.

És ekkor döbbsentem rá - óriási hiba volt abba hagyni a naplójírást. Ugyanis elővettem a füzet kitöltéséhez a régi naplókat, naptárakat, emlékebe eltett tárgyakat, mert bizony, a megfelelő agyi struktúráim messze nem olyan megbízhatóak, mint azt korábban gondoltam. Az írás azonban ott volt előttem, és - ha nem is óramű pontossággal - de felvázolta a már elmúlt napokat, gondolatokat, érzéseket. Ellenben a többi napról, melyekről esetleg csak egy rövid naptárbejegyzés - *este 6, Margitsziget* - maradt meg, sokkal kevesebb emlékem maradt meg. Mondhatnám úgy is, hogy alig valami.

Arról nem is beszélve, hogy az akkori félelmeim, amiket leírtam visszaolvasva valóban teljesen fölöslegesnek tűnnek, hiszen - tudva a végkifejletet - semmi okom nem volt az aggodalomra. Mondjuk utólag minden nagyon egyszerűnek tűnhet, de mindezt a gyakorlatban áttemelve a

mindennapokra ugyanúgy lehet alkalmazni - megkönnyítve a mindennapi döntéseket. Ekkor rájöttem - új alapokra helyezve, de megint el kell kezdenem írni.

Szóval ezért kezdtem bele; és nem állítom, hogy tökéletes naplójíró lettem, de próbálkozom. Bár abban biztos vagyok, hogy az utókornak - már ha egyáltalán valaki kezébe kerülnek ezek az írások - minden szempontból különleges élmény lesz visszaolvasni, még akkor is, ha mindenféle irodalmi tökéletességre törekvéstől mentesek ezek a történeteszemelvek.

A *miértet* megválaszoltuk. Lássuk a *hogyan* - ez lesz az igazán nehéz választás. A legegyszerűbb módja a naplózásnak egyértelműen a gépelés. Egész nap ott ülünk úgyis a klaviatúra fölött, miért ne írhatnánk minden este pár sort magunknak - magunkról. Erre a célra tökéletesen megfelel a legegyszerűbb szövegszerkesztő is, de persze lehet ezt magasabb szinteken is művelni.

Aztán írhatunk papírra is - klasszikus. Lehet vitatkozni, hogy mennyivel jobb dolog kézzel írni, mint gépelni, ezt szerintem mindenki döntse el magában, hogy neki melyik a kényelmesebb, ugyanis ha valamit erőltetni kell, az nehezen fog beküszni a mindennapi életünkbe - keressük a számunkra legkényelmesebb megoldást.

Mindezeket összevetve a naplójírást *királya* címet végül nálam a DayOne alkalmazás érdemelte ki. Hogy miért? - mert egyszerű, mint

a faék. Egy kattintással hozzáadom az új bejegyzést, még egy kattintással képet is csatolhatok hozzá, és már csak a történet hiányzik. Ami pedig különösen jóvá teszi - az általunk beállított időpontban figyelmeztet minket, hogy ma még bizony nem írtunk naplót. És valahol itt rejlik a naplójírást gyökere. Ugyanis akkor lesz igazán jó egy napló, ha azt rendszeresen írjuk - ha kialakul a naplójírást köré egy *szokás*, amire nem kell gondolnunk, hanem automatikusan történik minden nap, akár csak a fogmosás. És persze ettől a szokástól valahol megnyílik valami új a mindennapjainkban, amiért talán egy távolabbi időpontban nagyon hálásak leszünk. Utólag persze, amikor már minden egyszerűnek tűnik.

De talán mára ennyi elég is, egyébként sem szoktam hosszú bejegyzéseket írni, annyi minden azért mégsem történik minden nap. Meg egyébként is - holnap úgyis újakezdem.

ÉS EKKOR DÖBBENTEM RÁ  
- ÓRIÁSI HIBA VOLT  
ABBAHAGYNI A NAPLÓÍRÁST

# A KÉMIÁS, A NŐVÉR ÉS A PILÓTA

Az elkövetkezendő három lapszámában egy interjú-trilógia egy-egy részét olvashatjátok. Mindhárom interjút olyan emberekkel készítettem, akiket személyesen ismerek, és hatottak rám mind érzéseimben, mind gondolkodásomban. Nem céloom a lexikális tudásotok bővítése, hiszen ezt megteszik helyettem sokan mások. Annyit szeretnék csak, hogy szubjektív képet kaphassatok az embereim egészségügyben megélt helyzetéről, történeteiről, életéről. Hangsúlyozom, hogy mindhárom történet egyszeri és megismételhetetlen, ne vonjunk le elhamarkodott, általános következtetéseket abból, amit hőseim személyesen éltek át és meséltek el.

## 1. RÉSZ

### A KÉMIÁS

*Tomit még tavaly nyáron egy családi hangulatú balatoni nyaralás során ismertem meg. Ő volt az egyetlen, aki kilógott közülünk. Nem csak azért, mert nem orvostanhallgató, hanem azért is, mert legalább két méter magas. Fél éve nem láttam Őt, de most, hogy ismét találkoztunk, azonnal felismertem ennek a hatalmas embernek a sziluettjét az üvegfal mögött. Egyvalami változott csak: sántított.*

**Hogy vagy Tomi?**

Hát, köszönöm jól.

**Mióta dolgozol itt?**

Februárban kezdtem tavaly, egy éve lassan.

**Mi itt a dolgod?**

Konkrétan semmi. Ha éppen hajnalban dolgozom, ki kell húzni a kukát. Ez az egyetlen feladat, amikor meg kell mozdulnom. Amúgy csak beengedem a tanárokat, diákokat. Rajtuk kívül nem is jön be ide senki, aki csak úgy betévedne...

**Még sosem fordult elő, hogy be akartak volna törni, vagy elkezdték ütni az ajtót?**

Nem jellemző... Egyszer volt itt egy diák, aki túlitta magát a szülinapján és ő mondta, hogy jön be ide táncolni. De érted, ilyen hajnali egykor. Mondom neki, hát ide k#&vára nem fogsz bejönni, mire odahányt az ajtó mellé. Ekkor felszólítottam, hogy menjen el innen, ne itt rakja ki a taccsot, és akkor tovább ment egészen az ajtó elé a villanyoszlopig. Majd összeesett. Erre jöttek a külföldiek, hogy sürgősen hívjunk mentőt. Mondom rendben, kihívom én, ha ti itt siránkoztok. Közben megjelent egy nagyon sukár gyerek, aki azt mondta, hogy hozzuk be a suliba, pakoljuk ki és majd kettédobjuk a pénzét meg a telóját... De szerencsére gyorsan jött a mentő és ez a szemét elmenekült.

*„Ha másokról beszélnek az emberek többnyire unalmasak, de ha magukról beszélnek, majdnem mindig érdekesek!”*

— OSCAR WILDE

Na, mindegy. Biztos, hogy erről akarunk beszélni egyébként?

**Arról beszélünk, amiről szeretnénk.**

Nem írtad le előre a kis kérdéseidet?

**Nem.**

Arra számítottam, mikor felhívtál, hogy majd egy köteg kérdéssel állítasz be hozzám.

**Sosem írok előre kérdéseket, ha beszélgetek valakivel. Ha valaki úgy akar interjút készíteni, hogy közben strikten ragaszkodik a jó előre megfontolt tételeihez, az inkább ne tegye! Most veszem csak észre, hogy mennyire megnőtt a hajad. Nyáron a Balatonnál még teljesen kopasz voltál, nem?**

Volt már akkor is valamennyi, csak nem ilyen dús! Jól fésült gyerek lettem... Mire is csinálod ezt az interjút mégis, a Szinapszisba?

**Igen.**

És Aimie-t szereted?

**Igen, szeretem.**

Akkor most ő a főnököd?

**Igen.**

De jó! Hát rég beszéltem már az Aimie-vel. Pedig egykor nagyon sokat segített nekem.

**Olvastad is a Szinapszist?**

Nem. De ezt ne mondd el neki. Csak megnéztem ezt az online lapozgatható verziót, a külalakját és tördelését, ami nagyon jó munka... nagyon szerettem, amikor bejárt hozzám.

**Mikor is kerültél először kórházba?**

Amikor születtem. A Szent Imrébe... ha már ilyen

árnyaltan kérdezel, árnyaltan is válaszolok.

### Jogos a válasz, pontosabban kérdezem. Mikor kerültél először kórházba leukémia miatt?

2010. augusztus végén. Előtte már fél évvel megjelentek afták a nyelvemen, számban, de nem foglalkoztam vele. Utána a seggemen jelent meg két tályog. Lementem először az sztk-ba, ahonnan elküldtek belgyógyászatra. Ott derült ki, hogy 70-es a thrombocyta szintem. Utána megnézték a pisimet, és túl sok fehérvérsejt volt benne. Nem is küldtek haza, a doktor már hívott is mentőt, hogy azonnal vigyenek be a Szent László Kórházba. Mindenki kérdezgetett, hogy jól vagyok-e, vérnyomást mértek, etettek... Teljesen úgy kezeltek, mintha halálos beteg lennék, már ott! Én meg nem értettem, hogy mi van, amikor a nagy melegben csak úgy bementem rövid gatyában, hogy heló! Végül az infektológián kötöttem ki. Itt történt, hogy egyszer csak megjelent vagy tíz fehérköpenyes bácsi, illetve egy néni. Azt mondták: Acut myeloid leukaemia.

### Te ebből mennyit értettél meg?

Ott helyben semmit, de később volt elég időm, hogy utánanézzek. A lényeg az, hogy a csontvelőm nem termeli rendesen a fehérvérsejteket. Túltermeli őket, de ennek ellenére az immunrendszerem mégis pocsék, mivel ezek a túltermelt fehérvérsejtek abnormálisak. Aztán az infektológiáról átraktak a hematológiára, ahol így első blikkre két hónapra felvettek és mindjárt lőttek egy kemót is. És a kemó... van az a gép, ami csepegteti és ilyen idegesítő, kattanó hangot ad. Az ilyen hangoktól azóta is fejfájást kapok.

### Hogyan telt az első két hónap?

Az tudod ilyen... meg akarsz halni, nincs étvágy, semmi nem megy le, full megölnék. Le is fogytam 85-ről 78 kilóra ezalatt, aztán hazaengedtek 10 napra.

### Amikor bekerültél, milyen állapotban voltál?

Olyan vegyes. Korai stádiumban fedezték fel. Csak annyit éreztem, hogy nem volt olyan nagyon sok energiám.

### Ezt követte akkor a kéthónapos kemó...

De ez csak az első kör volt. 6 ilyen adagot kaptam. És még gombaölő szereket is adtak. Utána mikor hazaengedtek arra a 10 napra, felhíztam 10 kilót. Hatalmas adagokat ettem. Amúgy pont mikor bekerültem, akkor jöttem össze Lanával.

### Hogyhogy akkor?

Meghallotta a hírt, hogy leukémiás vagyok, kórházban fekszem. Bejött hozzám. Előtte is kavartunk, de csak a kórházban jöttünk össze igazán... szóval hat full kemót kaptam, közben minden ciklus után kicsit hazaengedtek. Végül a hatodik után teljes remissziót állapítottak meg. De az a hat hónap! Történtek elég fincsi dolgok.

### Mennyire fincsik?

6 hónapnyi sírás, hányás... a nővérek voltak inkább azok, akik a lelki kapcsolatot ápolják a betegekkel, mondjuk a Dr. L. Nóra egy tündér volt, ő tényleg foglalkozott is velem, meg éreztem is rajta, hogy szeret. Azóta is, ha megyek kontrollra a Lászlóba, nem kell elővennem a taj kártyám. A recepciós és mindenki, az orvosok is előre köszönnek. A Lászlóban szerintem kifejezetten jóarcok vannak, az nem a közegészségügy. Az a László. Nem egy futószalag, hanem tényleg embernek érezheted magad...

... volt olyan, hogy letéptem egy üvegtáblát a falról. A H1N1 járvány idején, éppen amikor Lana látogatóban volt nálam, vesztegzárat hirdettek. Kértem, hogy azt a 10 percet még engedjék meg nekünk, éppen csak akkor érkezett. De elküldték. Én meg zúztam. Aztán lett róla jegyzőkönyv is, de ki lett minden fizetve...

...nem tudom hányszor vittek röntgenre. Ez a tortúra kib@\$ott rossz volt. Minden nap rákötöttek valami sz@rra, ami folyik belém. Vagy vérkészítményt vagy éppen a Citozart adták. Egyébként az sem semmi, amikor a csontvelőt vizsgálták. Sternum punctio talán? Igen. Az volt. A szegycsontomba egy baromi vastag tűt belefűrkáltak, miközben éreztem, ahogy a csontot karcolja a tű hegye. Aztán amikor átszakad a csonthátya és bekerül a tű, akkor egy újabb kattanás. És ez még csak a kezdet. Mikor elkezdik szívni a csontvelői mintát, az olyan, mintha az egész lelkedet egy kis tűn akarnák átszívni. Mintha vákuum keletkezne benned és nem kapsz levegőt. Ennél rosszabb nincs.

A gyomortükrözés egy felemelő érzés ehhez képest. Nem is tudom mihez hasonlítani. És nekem ebből volt legalább 7-8. Egyszer két héten belül kettő!

A másik, mikor a centrális kanült rakják be és mondjuk egy elágazásban elakad a drótnak a vége. Akkor megmagyarázhatatlanul bezsibbaszt. Megfoghatatlan fájdalmakat éreztem, b@\$d meg! Legalább két költő

kellene hozzá, hogy elmondja. Sokszor már nem tudtak nekem vénát szűrni, mert elfogytak a helyek. Volt, amikor egy órán keresztül vergődtek, aztán inkább hopp kihúztak, majd holnap újra megpróbálják. És nem azért mert balf@\$ok lettek volna. Akik csinálták ezt nekem, azok mesterek ebben. Nekem voltak kifejezetten szar vénáim.

### Az első hat hónap utáni remissziót követve mi történt veled, Tomi?

Az izgalmas sztori csak most jön, mivel az egy év otthoni móka és kacagás, boldogság Lanával, Balaton... utána kiújult. Jártam ugye mindig kontrollra és aztán egyszer csak kiújult. Még egyszer lejött a kémia.

### Voltál olyan állapotban, amikor már tényleg majdnem beledöglöttél?

Hát erről Lana tudna igazán mesélni Neked. Nekem is

“**MEGFOGHATATLAN  
FÁJDALMAKAT ÉREZTEM,  
B@\$D MEG! LEGALÁBB  
KÉT KÖLTŐ KELLENE HOZZÁ,  
HOGY ELMONDJA.**

Ő mondta el utólag. Volt, amikor intravénásan kellett táplálni, annyira nem voltam magamnál. Folyt belém a kaja folyamatosan, ez már rotyy.

**Ez valóban... extrarotty. Mit tudna még Lana mesélni?**  
Lana végig mellettem volt. Egyszer a doktornő mondta Neki, hogy most úgy beszéljen velem, hogy lehet, én már holnap nem leszek... és mindezt úgy tegye, hogy én ebből ne vegyek észre semmit. Végül megértem a másnapot.

**Hogyan zajlott a második felvonás?**  
Steril szoba. Csontvelő-transzplantáció. Újra elkezdtem érezni, hogy valami baj van velem és mikor mentem kontrollra, kiderült, hogy megint leukémiás vagyok. Néztek nekem újra egy szobát. Én sírógörcsöt kaptam és úgy voltam, hogy inkább meghalok. Feladtam az életet. Aztán nem tudtam mit tenni, befeküdtem végül.

**Ki győzött meg a kezelés mellett?**  
Erre már nem emlékszem. Azt hiszem ezt a részét az életemnek tudatosan ki is akartam törölni. Azért nem emlékszem. Az igazság az, hogy csomó dolgot nem tudok visszaidézni, mert ezek olyanok, amelyekről tudtam, hogy nem akarok majd emlékezni. Annyira szar volt, hogy ezeket rögtön ki is töröltem. Persze vannak olyanok is, mint a sternum punctio, meg a leírhatatlan rosszullét érzése a kemó miatt, ezek egy életre belém égtek...

A kiújulás után annak a méregnek, ami az elején már majdnem megölt, második alkalommal a húszszoros adagját adták. Egy tasak infúzió tele átlátszó rikító narancssárga lötytel, minden nap. És amit érzel tőle... a másnaphoz tudnám hasonlítani a leginkább. Kis émelygés, hányinger, fejfájás, mintha minden nap másnapos lennél. Na de az is kemény, mikor beraknak egy szobába és sugaraznak. Kimegy mindenki, téged meg letakarnak ólomlemezekkel. Csak fekszel ott, miközben semmi nem történik. Feletted csak egy korong van egy lyukkal és csak tudod, hogy jön belőle a sugár, de nem hallasz vagy nem érzel semmit, csak a tudat.

**És a steril szoba?**  
Na, ott csak én feküdtem. Kisebb volt, mint ez a kis szoba itt. 2 cső folyton kilógott belőlem és ebbe adták be szobán kívülről a gyógyszereket meg minden egyéb cuccot. Nem volt folyóvíz sem. Egy zsili-pen keresztül kaptam a kaját és itt kellett kiadnom minden végtermékemet. Egy zacskós dobozba sz@rsz, és csak a zacskót adod ki. Egyszer össze is fostam magam, sőt olyan aranyerem volt már az első hét után...

**Végig feküdtél? Nem tudtál lábra állni?**  
Tudtam volna, de annyi gyógyszerrel tömtek és olyan

rosszul voltam, hogy nem volt semmi affinitásom egy kis lyukban járkálni...

**Igen?**  
Nem!

**Folytasd. Meddig voltál a steril szobában?**  
Több mint egy hónapot.

**A szeretteid látogathattak? Lanával tudtál érintkezni?**  
Nem. Csak a nővérek jöhettek be, ők is full beöltözve és csak a külvilág felé néző ablakon keresztül kommunikálhattam a szeretteimmel.

**Nem vagy éhes? Hoztam sütit.**  
Most nem akarok enni, mert nagyon ragacsos lennék tőle.

**Nincs villád?**  
De van. De interjú közben nem eszünk, b@\$#od! Te nem dohányzol?

**Nem, de interjú közben Te sem dohányzol, b@\$#od!**  
Majd később azért tartunk kis szünetet!

**Szóval miután megkaptad a transzplantációt, hogyan változott az állapotod?**  
Idegen donoros összejeteget kaptam, nem rokoni volt. Egy düsseldorfi női donor adta a csontvelőt, ráadásul nem is volt azonos a vércsoportja. Nem is értem.

**Ezt ő ajánlotta fel? Miért pont tőle?**  
Ez önkéntes alapon történt. Nem is tudom, ki az a f@\$z, aki önként ad a saját csontvelőjéből... ritka az ilyen rendes ember. Jajj, amúgy nem is mondtam b@\$#d meg!

**Mondjad csak!**  
Történt egyszer még a steril szoba előtt, hogy levettek csontvelőt a csípőlapátomból, biztonsági tartaléknak. Legalábbis ezt mondták. Azt vágom, hogy altatás volt és mielőtt elaludtam volna, megszámloltam, hogy a 20 ml-es fecsikből ki volt rakva 32 darab egy fémtálcára. Üresen. Aztán néztem, hogy most ennyit fognak leszívni? Akkor mi marad bennem?! Az altatásból úgy ébredtem, hogy két ekkora kib@\$#ott pogácsa volt itt rajtam, és iszonyatosan fáj. Persze elmozdulnom egy napig nem volt szabad. Juteszembe, Lanával még spermabankba is mentünk a ciklus elején... következő kérdés?

**Egyszerű leszek, mi volt még sz@r?**  
Utáltam a reggeleket. Minden reggel meg kellett fürdenem. De ezt úgy képzeld el, hogy ilyen A/4-es lapokkal kellett tisztogatnom magam, holott mozogni is alig bírtam. Ha meg nem tettem, jött az ápoló, hogy majd segít. De nem csak ez volt. Minden kaját amit kaptam, hőkezelték előre a sterilizálás miatt. Persze olyan szutyok ízük volt, hogy semmi. Az egyetlen ehető kaja volt a natúrszelet krumplicipőrével, de ez

**NÉZTEK NEKEM ÚJRA EGY SZOBÁT. ÉN SÍRÓGÖRCSÖT KAPTAM ÉS ÚGY VOLTAM, HOGY INKÁBB MEGHALOK. FELADTAM AZ ÉLETET.**



is só nélkül. Mindennek égett íze volt. Kaját lehetett hozatni kintről is, amit szintén sterilizáltak, vagy pedig kaphattad a kórházi koszt. Konkrétan koszt... Miután feljavultam a második felvonásból, rendszeresen jártam vissza kontrollra, vérvételre. Vannak emberek, akiknek mesélem, azt hiszik, hogy ehhez hozzá lehet szokni. De nem lehet! Ugyanúgy fáj nekem most is minden egyes tüszúrás.

### Jelenleg milyen az egészségi állapotod?

Félévente járok már csak kontrollra, de azért még hozzá lehet fűzni a dolgokhoz, hogy most van ez a csípős cuccom. Egy évvel a betegségem vége után, egy nap arra ébredek, hogy nem tudom kinyújtani a jobb lábamat. Combnyak-nekrózist kaptam a szteroidok miatt, amiket a transzplant miatt kaptam. Túl is éltem a leukémiát, ami ritkaság, majd a szteroidok miatt csontnekrózist kaptam, ami szintén egy ritkaság. Ha ez meggyógyulna még magától, az lenne csak az öröm.

### Ezt hogyan kezelik?

Csak csípőprotézis jöhet szóba előbb vagy utóbb. De inkább utóbb akarom. Nem szeretnék 26 évesen csípőprotézist, ami szerintem teljesen érthető. A várólista legalább 9 hónapos, továbbá előkezelés is kell... A műtét azt hiszem csak egy órás, de 6 hónap utókezelés követné. Persze sportolni már nem szabad vele. Most konkrétan rövidebb a jobb lábam. Fájni nem fáj éppen, de sántítok. A legrosszabb járás közben, hogy azt hinnéd elérted már a talajt, de még mindig megy tovább a lábad, mert rövidebb lett. Nagyon sz@r... Elegendem van az interjúból. Elfáradtam. Folytassuk a neten.

### Szerintem tartunk most egy jó cigi- és sütiszünetet!

[...]

### Kik azok az emberek, akik mindvégig támogattak?

Mindenki mellettem volt. A szüleim, Lana, barátok. Én meg akkor lesz@rtam mindenkit. Egyébként mondták utána, hogy mekkora hős vagyok, de jó, hogy túléltem, becsüljem meg, faszagyerek vagyok... De én nem érzem, hogy bármit is tettem volna, vagy küzdöttem volna. Minden nap az volt bennem az elején, hogy miért velem történik ez, miért ver engem az Isten? Tényleg velem történik, és én most haldoklom, b@\$#a meg?! Aztán egyszerűen csak meguntam ezt és beletörődtem.

Tudod, sokan azt hiszik, hogy ha Te túlélés egy halálos betegséget, akkor Te megtérsz és Te leszel a legnagyobb Clark Kent a világon... Nem értem, hogy miért kéne ennek így lennie.

### Sokat gondolkoztál a halálon?

A kaszásról? Szerintem halálunk után az van, amit akarunk. Mármint amiben hiszünk! Én abban hiszek,

hogy az elmének, a gondolatoknak, a rezgéseknek van akkora hatalma, hogy valamilyen módon fennmaradjanak. Ha Neked az a meggyőződésed, hogy a haláloed után a mennybe kerülsz, akkor az úgy is lesz. Ha abban hiszel, hogy a halál egyenlő a koromsötétséggel, akkor pedig így jársz, és megszűnsz létezni, mert önmagad szünteted meg.

## TUDOD, SOKAN AZT HISZIK, HOGY HA TÚLÉLSZ EGY HALÁLOS BETEGSÉGET, AKKOR TE MEGTÉRSZ ÉS TE LESZEL A LEGNAGYOBB CLARK KENT A VILÁGON

Még azt mindenképpen szeretném megkérdezni, hogy orvostanhallgatók voltak-e nálad gyakorlaton vizsgálni?

Voltak igen. Többször is.

Rendszeresen jöttek nemcsak 10 fős, hanem kisebb csoportokban is. Mértek vérnyomást, vettek vért is, ügyesek voltak. Volt egy olyan csajszi, aki már előre bocsánatot kért, hogy fájdalmat fog okozni a tüszúrással, de pont ez fáj a legkevésbé. Érted, az az ember, aki azt hitte, hogy fájdalmat fog okozni, ő csinálta a legjobban. A rutinos nővérke meg az sztk-ban úgy bevágta, hogy utána két hétig lila volt. Szóval voltak medikusok is vizsgálni. Sokszor úgy éreztem magam, mintha kivetettek volna a Hősök terére, hogy tessék, nézzétek! Pedig még nem is biztos, hogy orvosok lesznek. De azért normálisak ezek a gyerekek. Mikor az ortopédián vizsgálgattak, akkor volt még egy jó sztori. Oda 300-as CRP-vel kerültem be. Rajtam rövid gatya volt, miközben felültettek a vizsgálóasztalra. Velem szemben meg ültek a medikusok. Aztán ahogy átemeltem a lábam, kilógott minden berendezésem. Amin persze egy velem szemben levő lány nagyon elkezdett pironkodni. Próbáltam takargatni, de a mozgatás közben biztos volt alkalma, hogy meglesse az anakondát. A többi medikus meg már csak azon röhögött, hogy szegény lány mennyire belepirult...

*Miután eljöttem Tomitól, nem tudtam eldönteni, hogy mit is érezek. Szomorúságot és szánalmat vagy örömet és elégedettséget? Ezen gondolkoztam miközben haladtam végig a Kálmán tértől a Harminckettesek teréig. Elmenvén a Szabó Ervin Könyvtár mellett, láttam amint jönnek ki az emberek egy hosszú, fárasztó, tanulós nap után este nyolckor. Majd a Mikszáth tere érve, ugyanígy néztem végig az orvostanhallgatókon, akik a vizsgaidőszak utolsó hetén is maximális erőbedobással harcolnak a továbbmenetelükért, a fejlődésért.*

*Aztán csak hirtelen megálltam egy pillanatra, és ott a téren, a víztelen szökőkút mellett felértékeltem az életem. Boldog voltam.*

*Ezek után rögtön felhívtam Aimie-t és elmondtam Neki, hogy végre megvan, mivel is kezdem.*

KÉSZÍTETTE: ZÖLD BÁLINT

# SEMMELWEIS TAVASZI FESZTIVÁL

ÍRTA: ENGLER NÓRA  
KÉP: RESZKETŐ RÓBERT

## AVAGY FESZTELEN FESZÜLTSGOLDÁS MÁRCIUSBAN

**Bizonyára te is gondolkodtál már azon, hogy a boncasztalnál melletted álló vagy a laborban veled szemben méregető sorstársad, miután levette köpenyét és kilépett az egyetem falai közül, szabadidejét vajon mivel tölti. Egy estébe nyúló táncpróbára siet, egy hangszer körvonalait idézi a táskája, állandóan verseket olvas vagy láttad már a fényképeit itt-ott felbukkanni? Ha kíváncsi vagy, mit csinálnak hallgatótársaid, amikor épp nem a könyvet bújják vagy jegyzőkönyvet írnak, ott a helyed az idei Semmelweis Tavasz Fesztivál közönségének soraiban. Ha pedig te vagy az, aki megmutatná énjének egy másik oldalát is, jelentkezz bátran, mint versenyző.**

Az idén márciusban - immáron kilencedik alkalommal - megrendezésre kerülő Semmelweis Tavasz Fesztivál hagyománya egészen régre nyúlik vissza, 2006-ban debütált Semmelweis Egyetem Kulturális Napok néven. A rendezvénysorozat azóta is töretlen népszerűséggel büszkélkedik és vonzza egy helyre március elején a kultúrát kedvelő és azt művelő egyetemi oktatókat, hallgatókat, hogy a mindennapokból pár órára kiszakadva eltöltsenek egy kellemes estét. Ezen törekvések nem titkolt célja, hogy a kultúra természetes módon jelen legyen az egyetemi közegben is, a hallgatóknak lehetősége nyíljon megmutatni tehetségüket egy-egy művészeti ágban társaiknak, tanáraiknak és arra sarkallják egymást, hogy tanulmányaikból fakadó elfoglaltságaik és kötelezettségeik mellett se adják fel érdeklődésüket a kultúra iránt.

Az esemény keretei között – ami három egyetemi szervezet, az ÁOK Hallgatói Önkormányzata, a Korányi Frigyes Szakkollégium és az Instruktor Öntevékeny Csoport közös együttműködésével valósul meg - számos művészeti



ág képviselteti magát. Így kerül sor a Virtuózok Viadalára, a Táncversenyre és a Versmondó Versenyre is az Elméleti Orvostudományi Központ aulájában, 2015. március 2-án, idén először egy napon és helyszínen. A versenyben az egyetem minden polgára megmérettetheti magát; akár tanár, akár diák, tudását megcsillogtathatja a Tavasz Fesztivál színpadán, esetleg parkettjén.

A rendezvénnyel párhuzamosan, illetve azt megelőzően, az ÁOK HÖK Kulturális Bizottságának és a Szinapszis hallgatói lapnak közös szervezésében, „Alkoss!” elnevezésű, jól ismert pályázata is kiírásra kerül, amelyre irodalmi és képzőművészeti alkotásokat várnak a szervezők.

A rendezvényt, ahogyan a megelőző évek példája mutatja, Jótékonysági Gálaest zárja, ahol a fesztivál rendezvényein szereplő legtehetségesebb hallgatók mutatják be díjazott produkciójukat és lezajlik az „Alkoss!” pályázat díjátadója is. Idén ez az esemény 2015. március 5-én, a Nagyvárad Téri Elméleti Tömb Dísztermében kap majd helyet.

A szervezők mindenkit bíztatnak a részvételre akár mint

előadó, versenyző, akár mint a tavasz közeledtével kultúrára éhes nézőközönség, hallgatóság, hogy a hagyomány tovább éljen, a Tavasz Fesztivál szokását ápoljuk és jövőre is legyen legalább egy lelkes nézőközönségnyi ok arra, hogy újra létrejöjjön ez a márciusi délután.

A rendezvényről további információk, az egyes programok időpontjai, az „Alkoss!” pályázat határideje és a pályamű beadását illető bővebb és pontosabb tájékoztatás az esemény Facebook – oldalán található.



/SimmelweisTavasziFesztival

**Tavaszi Fesztivál: 2015.03.02., EOK**

**Gálaest: 2015.03.05., NET**

# KORTÁRS MŰVÉSZET

- avagy mit keres az Akasztott ember a Moszkván?

ÍRTA: PÁSZTOR ZSÓFIA

A művészetről magasztos ideák, roppant jelentéstartam, hatalmas műalkotások jutnak eszünkbe – Bosch, Grünewald festményei, Goya grafikái vagy esetleg Canova szobrai. Igen ám, de ha a korosztályunk művészeire, mint társadalmunk szűk rétegére gondolunk, rögtön egy ködös kép ugrik be. Sokan nem is az alkotást, hanem a kötetlen életformájukat veszik észre, vagy csak azt látják, hogy nem úgy élnek a mindennapjaikat, mint az átlag. De kik is a mai művészek, valóban igaz-e rájuk a kötetlenség és a szabadság? Mi is az igazából, amivel foglalkoznak?

Naivan azt hihetnénk, hogy milyen könnyű az életük, csak annyi a dolguk, hogy különlegesek legyenek, a többi talentumot meg úgyis fentről kapták. A jól ismert, régi korokban maga a művészi alkotás volt a lényeg, melyet majd hogyan nem istenítettek, istenítünk. Ez a célja az alkotásnak a kortárs művészetben azonban elvesztette a jelentőségét. A kommunizmus korszakában a kortárs művészet eleven tiltakozás is volt a rendszer zsarnoksága ellen, a szabadságvágy szinte csak a művészetben juthatott kifejezésre, és a műalkotások már-már harcba szálltak egy valamivel nemesebb politikai berendezkedésért. Ez a vonása a művészeteknek közösséget teremtett, az összetartozás érzését közvetítette és adta maguknak a művészeknek és közönségüknek. Ma mi ellen és mellett lehet összefogni, küzdeni zavaros, határ nélküli világunkban? A kortárs művészek egyik problémája, hogy nem fordulhatnak a nagy közös gondolatkörökhöz, a „kötelező”, bejáratott témákhoz. Nem tudják, hol a kezdet, honnan indulhatnak ki, és meddig mehetnek el, mert nincsenek határok, sem gondolatban, sem stílusban vagy műfajban: a gondolat szinte túllépett a művészetben. És nincs annál nehezebb, ha az embernek nincsenek meg a szeretett, jól bevált határai.

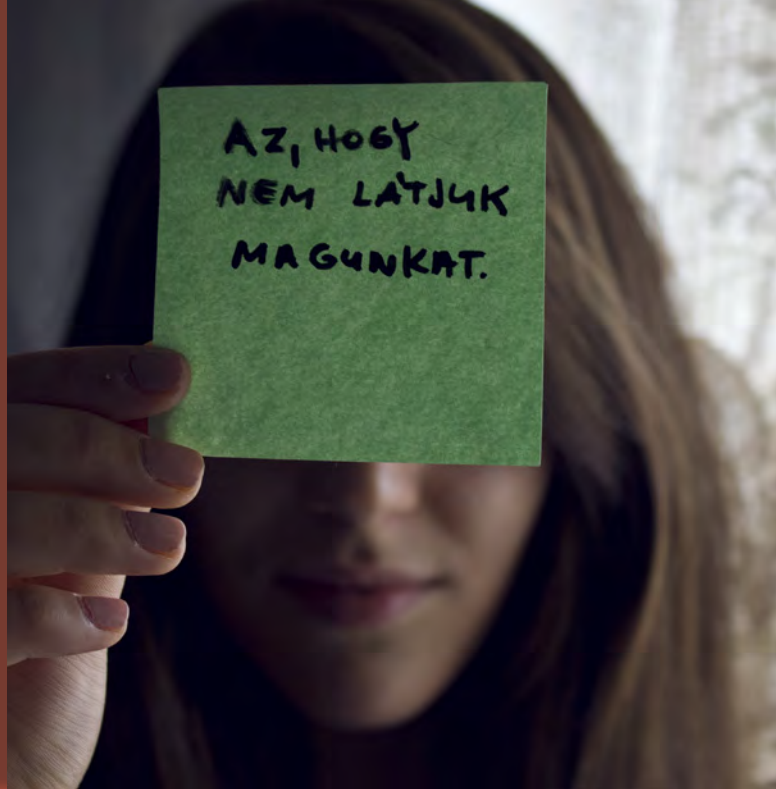
A kortárs művészetben néha azt látni, mint annyi másban, hogy csak a kapcsolatok számítanak. Úgy tűnik föl gyakran, ha a művész nem tudja eladni magát, a tehetségével senkit nem fog meg, és elveszik a süllyesztőben. A művészek között kialakulnak csoportok, melyek nem irányzatok, hanem szűk kapcsolatrendszerek, hálózatok, és a bekerülés alapja nem a tudás, nem a tehetség, hanem a bűvös ismeretség, a kapcsolat a médiával, a politika ilyen vagy olyan tényezőivel. A művész pedig kénytelen olyan formákat létrehozni, amelyekben nyoma sincs az eredetiségnek, mert meg kell felelnie a társadalom elvárásainak, engednie kell a környezete véleményének, különben éhen hal. Nem beszélve arról, hogy hányan kerülnek be hihetetlen nagy erőfeszítéssel valamelyik művészeti egyetemre, azt becsülettel elvégzik, kitanulják mesterségük fortélyait, és utána nem tudnak a tehetségüknek megfelelően elhelyezkedni, munkát találni. Ez talán mégsem olyan egyszerű, ahogy elsőre elképzelnénk. Néhány mai, fiatal művésszel – korombeliekkel – beszélgettem, és bepillantottam ismeretlen világukba.

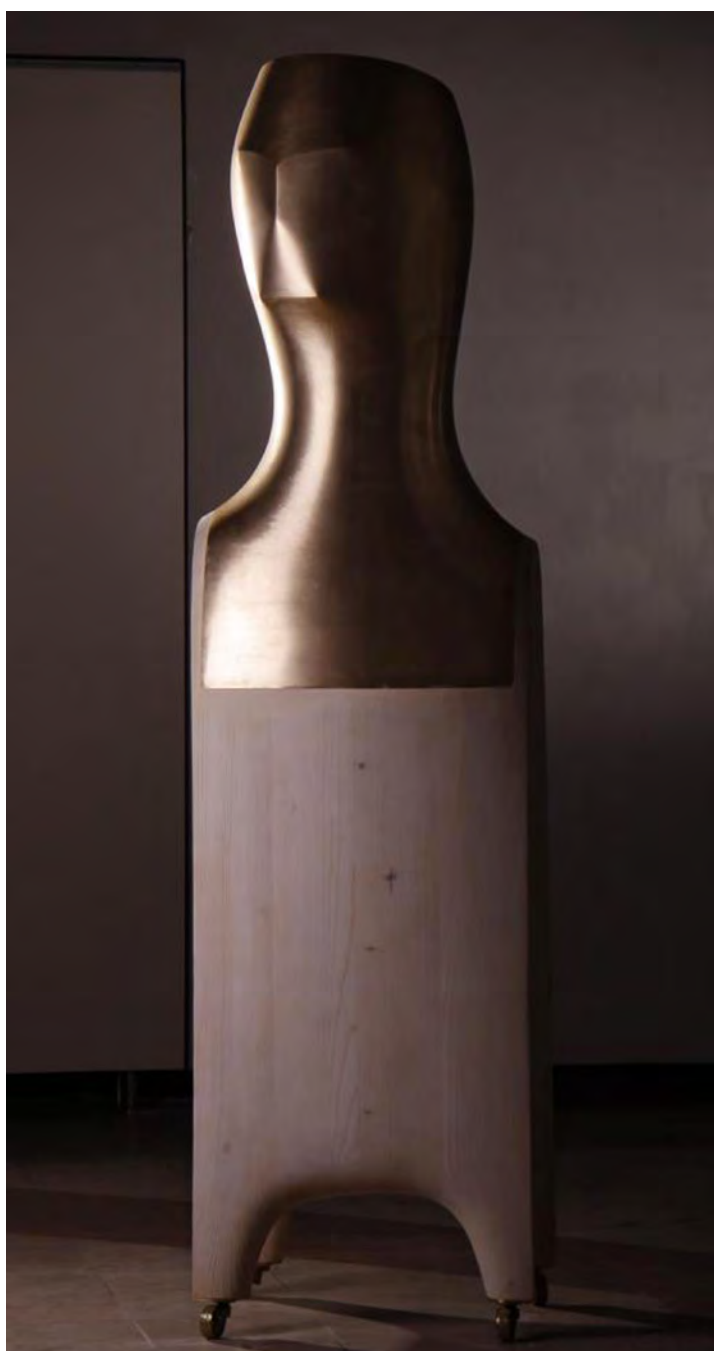


Szabó Zsuzsanna divattervező, a művészetét nem a megszokott értelemben műveli, nála a tervezés olyan, mint a festés; arra használja, hogy elmondjon valamit, egy gondolatot, egy érzést. A képen lévő darab az érintést szimbolizálja, mintegy „második bőrreteget” képez a testen. Művét a „Berlin, berlini fal” című pályázatra készítette. Az érintés pedig úgy kapcsolódott a falhoz, hogy rengetegen gondolnak vissza édes nosztalgiával a „boldog” NDK idejére, az akkori biztos megélhetésre. Munkájával a téves és a valós érzékelésekre mutat rá, felhívja a figyelmet a test azon részeire – ez esetben a bőrre –, melyekkel az ember leggyakrabban érintkezik a külvilággal.

Gál Bettina fotóművész és grafikus sajátos „projektre” vállalkozott. Az úgynevezett konceptuális művészet jegyében, ahol nem az esztétikumra, nem a szép formára való igyekezet, hanem egy gondolat, egy gesztus hozza létre az alkotást, azzal a „közhelyes” témával kezdett foglalkozni, hogy valakinek mi a jó az életében. „Pontosabban azzal,” magyarázza, „hogymásoknak mi a jó. Mondjuk azért, mert én nem tudtam rá a választ, és ezért mások segítségét kértem”. Először csak a barátainak tette fel a kérdést, majd ismeretleneket is megszólított az utcán, és arra kérte őket, hogy írják rá egy post-it-re, mint ahogy felírjuk magunknak, hogy „fél kg kenyér”, vagy bármit, amit nem szabad elfelejtenünk a rohanásban. Ami a legérdekesebb volt számára, az a hihetetlenül sokféle pozitív visszajelzés. Voltak, akik boldogan megköszönték, és voltak, akik bepillantást engedtek, hacsak egy másodpercre is, magánéletük egy-egy titkába. „Nem arra vagyok kíváncsi, mik a vágyaid, mi lenne jó... Hanem arra, mi az, ami már ebben a pillanatban jó és létezik.”

Dick Alexandra festőművészt egy folyóparton talált egzotikus gyümölcs ihlette meg, melyet Göbnek nevezett, ami tele volt apró rohadásokkal, és nyomasztó zöld színe daganatra emlékeztette. Gondolatban ebbe a Göbbe helyezte összes fizikai és lelki nyomorúságát. Ezzel levette a válláról ugyan az összes terhét, de a tárgy így érzélem nélkülivé, szinte semmivé változtatta őt. Fotósorozatot készített róla, ahol a nyomorúság nélküli érzelemmentességen van a hangsúly, és egy videót is, ahol próbál a „lelki nyomorúságával” egyensúlyozni; leejti, de mindig újra felveszi, nem tud tőle elválni, függ tőle. Szerinte minden ember ragaszkodik félelmeihez, és féltve óvja azokat, mint ahogyan ezt a zacskó jelképezi, melybe a filmen a Göb belekerült.





Tettamanti Ádám grafikus gyakran az idő, a véletlen és a sors ősi témájához nyúl. Az egyik grafikáján a Moszkva téren ábrázolta jóslásra használatos tarot-kártya néhány lapját. A tarot filozófiája szerint nincsenek véletlenek, és minden mindennel összefügg, ebből kiindulva a tarot ismert figurái: a Bolond, mint a véletlen, a Papnő, mint az inspiráció, a Szerelmesek, mint egy döntés, az Ördög, mint a testi vágyak, az Akasztott ember, mint a kényszerhelyzetek és a változások, a Hold, mint a félelmek; bárhol feltűnhetnek, bármelyik téren vagy utcán. Ez esetben a Moszkva téren. A másik művén pedig, mint ezen események irányítója szerepel a sors kiszámíthatatlan kereke.

Melkovics Tamás szobrász zongorakerekeken guruló portréja hosszú évek munkájának az eredménye. Két éven át foglalkozott az emberi karakter fogalmakörével, aminek eredménye számos pasztika vázlat és szobor. A felvetések és felismerések sorozata, valamint a formai redukció egy műbe sűrűsödött. Az alapforma megkomponálása során több alkalommal változott a kompozíció, valamint a szobor installálásának terve. Emiatt a modell több alkalommal esett át radikális változtatásokon - *„Ahhoz, hogy megtaláljuk a hibát a kompozícióban, sokszor a legcélravezetőbb az alapokig lebontani a művet!”* Bár egy szobor megalkotásánál elengedhetetlenül fontos az idea és annak formai megfogalmazása, mégis míg a mű eljut végső stációjáig számos technikai folyamaton is át kell haladjon. Ez a szobor hagyományos viaszvesztéses öntési technikával készült. Arra a kérdésre pedig, hogy miért kapott kerekeket, válasza a következő volt: *„Azért kerekes, mert vicces! Nem akartam, hogy valami szakrális maszlagot húzzanak rá, akik értelmezik!”*

A világot a tudomány irányítja, de a művészet teszi élhetővé, érdekessé. A művészi alkotás világa – akárhogy is – mágiikus világ marad: a mélyebb valósággal köt össze.

# MI FÁN TEREM AZ INSTRUKTOR?

BEKÜLDTE:  
MOLNÁR REBI ÉS  
SZILÁGYI ÖRS

**instruktor** fn **1. rég** Oktató, nevelő. **2. isk** Olyan felsőbb éves egyetemista, vagy főiskolás, aki közös események szervezésével segíti az elsőévesek beilleszkedését, csoportjaik kialakulását, illetve alapvető tudnivalókat ad át a felsőoktatási rendszerrel kapcsolatban. [lat]

Ez a meghatározás áll az értelmező szótárban, de a valóság, mint általában, most is többet tartogat számunkra. Az instruktor igen szociális lény - vagy dolgozik rajta, hogy azzá váljon. Gyakorlatilag bárhol találkozhatunk instruktorokkal, különösen magas példányszámban fordulnak elő az év bármely hétköznapján az általuk csak „Akváriumnak” nevezett Hallgatói Centrumban a NET oldalában. Legtöbbször csoportokba verődve mozognak az Egyetem minden épületében és azok környékén, de egyes évszakokban más területeket is meghódítanak. Tavasszal Szolnokon, nyáron pedig Tatán gyűlnek össze.

Különleges ismertetőjelük, hogy szeretnek énekelni; mindeközben sajátos táncmozdulatokkal gazdagítják előadásukat. Lelkesítőek, bolondosak, vidámak, szükség esetén nagyon hangosak. Hangszállaik gondos ápolása végett macimézet dobozból gyakran fogyasztanak.

Szeretnék élményekkel gazdagodva tölteni egyetemi éveiket, hogy utána visszagondolva biztosan ne az jusson eszükbe “ez a pár év is eltelt”. Szeretnek kicsit megőrülni, játékokat játszani, komolyan lenni, mégis örök gyerekeknek maradni. Nagyokat álmodni és megvalósítani azokat. Tanulni egymástól, a másiktól és önmagukról. Imádják együtt nézni a napfelkeltét a NET elől, miután összepakoltak a Gólyabál után, vagy a naplementét figyelni a Tatai tó partján.

A közhiedelemmel ellentétben nem esznek gólyákat, sőt, legfőbb céljuk fiatalabb egyetemi társaik segítése, bevezetése az egyetemi közösségbe. Segítenek megtenni az első lépéseket, legyen szó beiratkozásról, könyvvásárlásról, tanulásról vagy épp kikapcsolódásról. De téved az, aki úgy hiszi, hogy csak a gólyáknak vannak instruktoraik. Egy végzett egyetemista is bármikor kérheti egykori instruktora tanácsát, aki a munkás hétköznapok sűrűjében is szívesen segít neki.

Egy instruktor élete tele van szervezéssel, így építi az Egyetemi közösséget. A Gólyatábor után ősszel megszervezik a Jegyzetbörzét, az Ökörsütést, a Gólyahajót és a Gólyabált. Év elején a Tavaszi Fesztivállal, a Karnevállal és az Instruktorképzéssel foglalkoznak, év közben pedig többször is összegyűlnek

vizsgákat felejtetni, IÖCS Klubokon vagy PánInstruktor Pikniken részt venni.

## JOGGAL MERÜL FEL A KÉRDÉS: “MIÉRT TENNE BÁRKI ILYEN SOKAT MÁSOKÉRT”?

Mert évekkel ezelőtt, amikor ők jöttek erre az Egyetemre, őket is lelkes instruktorok fogadták, akik ugyanúgy segítettek nekik akkor, mint ahogyan most ők. Évről évre ez a lelkesedés hajtja őket, és az, hogy szerintük együtt lenni jó. Mert szeretnek az emberekkel foglalkozni, példát mutatni, tanítani és tanulni, azon fáradozni, hogy jobb emberré váljanak. Nem félnek tanácsot kérni, és ami talán a legfontosabb, szeretik azt, amit csinálnak.

De mégis mi fán terem az instruktor? Természetesen senki sem születik annak, hanem képződik. Az Instruktorképzés kapui nyitva állnak minden felsőoktatásban résztvevő hallgató előtt. A képzés pedig nem más, mint nyolc hét intenzív csapatépítés, ami közben elsajátítható az instruktorsághoz szükséges megannyi ismeret: a gólyák segítésének csínja-bínja, a rendezvények működése, szervezési és kommunikációs készségek, és egy csipetnyi önismeret is.

Régóta hangoztatott axióma, hogy az instruktor lét annyit ad, mint amennyit bele teszel, és ez a képzésre is igaz. Instruktornak lenni életforma, és ha Te is szeretnél a részese lenni, akkor olyan közösség tagja lehetsz, ahol először ismerősökre, majd haverokra, később pedig akár életre szóló barátokra is lehetsz.

Készen állsz, hogy Te is instruktorrá válj? Ha igen, akkor jelentkezz a [kepzes.iocs.hu](mailto:kepzes.iocs.hu) oldalon.

Találkozunk február 18-án 17 órakor a NET Dísztermében az első képzésalkalmon.

Ha bármilyen kérdésed van, fordulj hozzánk bizalommal a [kepzes@iocs.hu](mailto:kepzes@iocs.hu) címre küldött levélben.



**START: 2015.02.18., 17h**

**Helyszín: NET, Díszterem**

**További info: [kepzes.iocs.hu](http://kepzes.iocs.hu)**



**ANTELOPE CANYON**



# EGYSZER VOLT EGY (MÉRSEKELTEN) VAD (DÉL)NYUGAT

ÍRTA: LÉVAI ESZTER

Hogy hogy kerültem én ide, ügyünk szempontjából lényegtelen. Bár azt hiszem nagyon sokak ügye szempontjából az is, hogy milyen hatással volt rám ez az út, de úgysem tudom megállni, hogy nyomtatásban el ne meséljem, és ha már idáig jutott a kedves Olvasó, úgyse tudta megállni, hogy legalább el ne kezdje. Ó, ha tudná ennél csak mennyivel jobb lesz!

Az egy bekezdés után feszengve előhozott „rendben, rendben, de mégis pontosan hol?”-ra nevetve bökök a térképre valahol az USA dél-nyugati részén, hogy utána azért kötelességből is pontosítsak: Új-Mexikó, Arizona, Nevada, Utah, Colorado – ez az öt állam jön most. A Nagybetűs Délkelet.

Prekonceptiókat tekintve, igen, ezen a területen van egy rakás kő, jelentékeny mennyiségű sivatag, pusztulásszintű meleg és talán még több kő. Köztudott még ezen felül, hogy bizony itt van a Grand Canyon (micsoda trükk: tulajdonnevet a kőnek!) és Las Vegas.

Nem állítom, hogy meg tudom cáfolni a fentiek jelenlétét, de a végére remélem átadom az érzelmi kötődést az összeshez. Mert bárki bármit mond, azt még egy darab sziklához is lehet, hát még egy ilyen fantasztikus vidékhez!

Minden egy Dallas Fort Worth-i átszállással kezdődött, no meg belépéssel az Egyesült Államok területére. Innen egy maximum negyvenfős lélekvesztőbenaktívan halálféltünkamonszunidőszaki szörnyű vihartól egy vidám 1,5 órát (természetesen az aktivitást illetően legalább túlzok, az út nagyrészen passzív voltam az önvédelmi kómától és az akkor már 26 órája való ébrenléttől), hogy megérkezzünk az új-mexikói Santa Fe (NM) repterére. Mindenki vizualizáljon egy metropoliszt, majd vesse el nagyon gyorsan, mert egy mezőről beszélünk egy hodállal a közepén. A világ legbájosabb hodálya mitagadás, de nem több annál. Jellegzetes, lapostetős, meleg színekben pompázik és egy fagerenda sem felejt el a látogató arcába üvöltöni: „SZIESZTA”. Ilyen az egész város. Békés, déli, napsütötte és nem túl nagy (kivéve persze az alvóváros részt, ami igenis az).

Itt rögtön meg is állhatunk a napsütés említésénél. Pár bekezdéssel feljebb tűző napot és meleget ígértem. Nos, nekem is azt ígérték. Ennek

ellenére háromhetes túránk első másfél hetében rengeteget zuhogott az eső. Nem volt ritka, hogy az elképzelhetetlenül nagy távolságok megtételénél – a stáblista előtti idilli amerikai autópályákon, ahol az ember nem tehet mást, mint hogy a végtelenbe és tovább tart – le kellett állnunk minimum fél órára, mert nem láttunk az esőtől és a vihartól. Ezen persze, hogy morcogni kellett kicsit az elején, de 50 éve nem volt ilyen durva az esős időszak, a megalomániám meg nem engedné, hogy ne akarjak része lenni valami ilyen emlékezetesnek. Egyébként is mennyivel földöntúlabb és apokaliptikusabb dolog a Meteor Crater (AZ) oldalán megállni és onnan nézni szerteszét az érkező viharra és magára a becsapódás 1,2 km átmérőjű helyére, mintha az ember ugyanezt teszem azt szalmakalapban és tikkasztó melegben követné el.

De vissza Santa Fe-hez, amin bizony átmegy az ikonikus 66-os út, ami átszeli kelet-nyugati irányban szeretett államainkat. Nem egy településsel találkoztunk a délnyugaton töltött idő alatt, ami ezen kívül keveset tudott felmutatni, de Santa Fe nem ilyen. Az USA második legnagyobb műkereskedő központja New York után és az amerikaiak által rajongva szeretett bevásárló hely, de ezt bevallom már soha nem fogom megérteni. Bár jobban végiggondolva kinek ne lenne szüksége még legalább két pár cowboy csizmára vagy indiánok által készített takaróra?

Kulturálisan az észveszejtően kisméretű helység pezseg. Szinte minden este koncertek vannak a tavasz-nyár nagyrésztében a főtéren, a magángalériák kiállításokat, beszélgetéseket, szociális eseményeket szerveznek, építettek maguknak húsz kilométerrel odébb a sivatag egy remek akusztikájú dombjára egy operaházat. Van itt minden.

Szintén Új-Mexikó – és a változatosság kedvéért csillogó és elkerekedett szemekkel való lelkendezés – Los Alamos, és amit tudományosan képvisel. Egy úgy nevezett „mesa”-ra építették, ami a fennsíkból megmaradt magaslatot jelenti. Az állam nagyrésze ilyen földrajzi sajátosságú. Van egy hangulata mit mondjak, és ha belegondolunk milyen egyszerű védeni egy katonai létesítményt ami magasan van és egyetlen szűk út vezet felfelé akkor elámulhatunk a

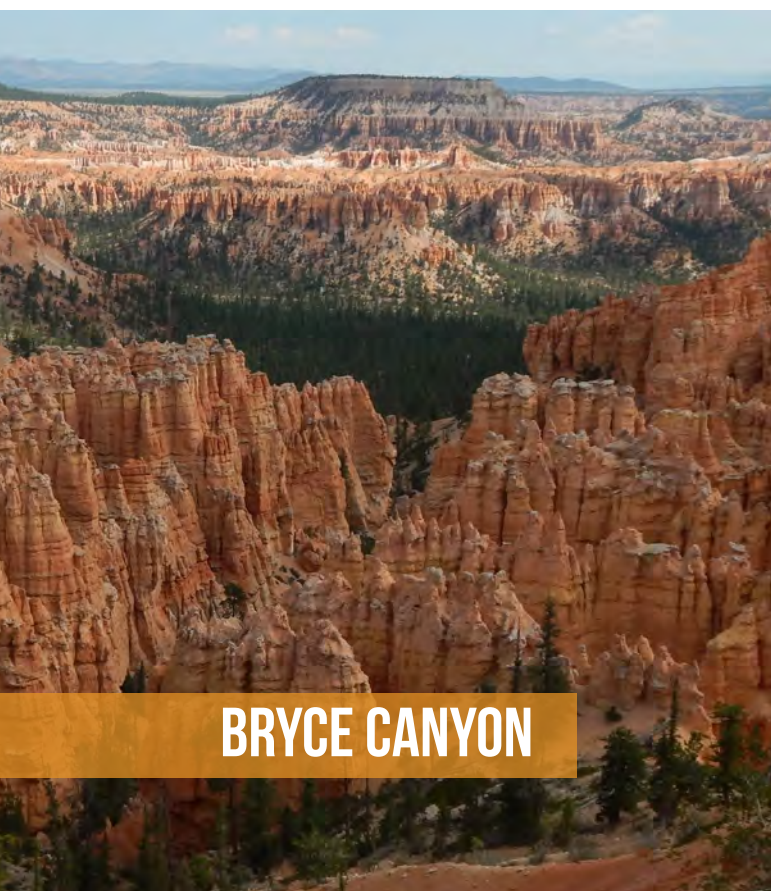
saját felismerésünktől. Igen, nekem is stratégia volt a jelem az oviban.

Itt a jelenleg is folyó fizikai, biológiai, nanotechnológiai kutatásokról a minden településen elmaradhatatlan visitor centerben hintettek el néhány információt, de egy teremmel arrébb már a Manhattan Project történeti részleteiben merülhetett el a látogató. Sokan eljöttek idáig ezért és igazat adok nekik. Lehet, hogy túl van a világ végén a sivatag mélyén, de tiszteletet parancsol az a szellemi tőke amit itt valaha felhalmoztak. Való igaz, amikor valaki olyanokat ír, hogy „tiszteletet parancsoló szellemi tőke” akkor változtatni kell a gyógyszerelésén.

Valószínűleg nem lehet eleget hangsúlyozni, milyen rettenetes dolog volt az emberiség számára az atombomba létrejötte, de a Los Alamosban egykor folyt kutatások tudományos jelentőségét firtatókra sikítva rontok rá, ha még nem szaladtam el ugyanilyen gesztusok mellett. Érdekes tény, hogy amikor Oppenheimer civil felelősként létrehozta a várost és betelepítette a semmi közepére (és a semmi itt szó szerint értendő) a világ akkori legnagyobb koponyáinak jelentős százalékát, akkor ezen tudósok átlagéletkora 29 év volt. Várom a lenyűgözött tekinteteket. Semmi gond. Ez természetes.

Látni egyébként Los Alamosban keveset lehet a remekül összerakott múzeumain kívül, de itt azonnal meg is kell dicsérni az amerikai állampolgárokat, hogy ilyen elánnal tudnak összerakni ismeretterjesztő kiállításokat, legyen szó bármilyen minor eseményről vagy látványosságról, hát még valamiről, ami annál meghatározóbb.

Új-Mexikó egyébként tele van ún. pueblokkal, amik valaha volt vagy még most is lakott indián falvak. A



**BRYCE CANYON**

kedvencem talán - ahol szörnyű csorbát szenvedett az önértékelésem, mert kiderült túl magas lennék tisztességes indián hajadonnak – a Bandelier National Monument volt, ahol sziklába vájt fülkék szolgálták lakhelyül egy egész törzsnek, amiket összetákol (néha 40 méternél nagyobb szintkülönbséget áthidaló – köszönöm kérdéseitek - lábremegősen féltem) létrákkal lehetett elérni.

Minden egyes maga nemében különleges település, canyon, vulkán vagy erdő elért egy dolgot – tátva maradt a szám. Tájékozottnak csúfolnak, talán még hiszékenynek is, de napról napra meg kellett lepődnöm, hogy bár olvastam vagy hallottam valamiről, az kézzel fogható valójában létezik. Létezik és lehetek olyan szerencsés, hogy megnézhetem. (A hosszútávú ördögi terv, hogy mindent megnézzek kerek e világon. Igen, naivnak is mondtak már.)

De ideje továbbindulunk bele az arizonai vadonba.

Volt szerencsém, a már említetthez hasonlóan



## COLORADO

zord időjárás mellett a Petrified Forest National Parkhoz (AZ) a gyermekkorom vajdahunyadvári ásványkiállításaira emlékeztetőre kövesedett faanyagával (és ez egy nagyon pozitív dologhoz való hasonlítás, kérem tisztelettel) kellően nagy alapterületen elterülve. Az 'erdő' mellett szintén ércek és ásványok által színes vonalakkal tarkított dombos sivataghoz és további számtalan őslakos (pl. Navajo) emlékműhöz és szellemek által tisztelt helyhez, ahol csak az nem tobzódott spirituálisan, akinek sosem volt lelke.

Tudom, itt nagyon elharaptam Arizona javarészét, de nem igazán tudok várni a következő ponttal, akkor is, ha vajmi kevésbé szedtem pontokba a folyószöveget. Nézzétek el nekem. Sok mindent kell elnézni még a következő részben, mert bizony szemérmetlenül érzelegni fogok.

Kedves Olvasó, drága Szinapszis-szimpatizáns, aki megtisztelsz azzal, hogy talán magad sem tudod

micsoda, de hajt valami, hogy továbbolvass. Ideje elhagynom a tényeket és átadni valamit, ami inkább impresszió és amit bárhogy igyekszem, sosem fogok tudni átadni.

Rengeteg dolgot láttam, amiről mindig azt hittem, hogy nem lehet szebb. Nem lehet lélegzetelállítóbb és nem érezhetem magam a volumene mellett jelentéktelenebbnek és teljesebbnek egyszerre. Aztán.

Aztán megérkezem a Grand Canyonba és törpe voltam. Nem fért bele a szemembe. Néztem és nem tudtam befogadni annyira gyönyörű volt. Mondják, hogy van olyan, amikor az ember nem kap levegőt, mert valami annyira felfoghatatlanul csodálatos. Tényleg elfogyott a levegőm. Kiszippantották a kilátópont mellől, csak a frissen érkezők számára. Ígértem érzélgést is, ha még nem lett volna elég. Tartsatok gyengének, valakinek, aki nem tudja levakarni a fenekéről a tojánhéjat és annyira naiv, hogy minden

meghatódjon, de ez nem egy átlagos kiskutyás samponreklám volt. Ez maga volt A Szép. A fogalom. Egy az egyben. Ó, a lényegét nem mondtam. Szóval igen, sírni kezdtem. Nagyon decensen és moderáltan, hiszen milyen megalázó a világ egyik legszebb helyén bömbölni, de mit lehet tenni. Aztán elmúlt, mert neveltségeseznek éreztem és nem is maradt időm az ilyesmire a lenyűgözöttség mellett. (Persze áldottam az eszem, hogy erről nem blogoltam, de miért is ne közöljünk megalázó tényeket nyomtatásban? A szerkesztőség remélem teljes válszélességgel mögöttem áll.)

Napokat töltöttünk a 446 km hosszú canyon környékén, megpróbáltunk minél több kis túrát tenni és kilátópontot megnézni, bár kizárólag a South Rimen. Fontos tudni mielőtt oda megy az ember, hogy a canyonba való alászállás alapkövetelménye, hogy minimum egy maratonfutó fizikumával kell rendelkezni és vaknak vagy vakmerőnek lenni, de legalább nem tériszonyosnak.

Minden kilátópontonról más és más volt a látvány, a közetrétegek színei, az egész mélysége. Láttuk naplementében és napfelkeltében is (a dolog tanulsága, hogy lehetséges, hogy napközben felkúszik a hőmérséklet 33-34 celsius fokra, de hajnalban attól még negatív és nem lehet elég takarót kölcsönkérni a szállásról, hogy optimális testhőmérsékletet biztosítson). Az természetes, hogy soha nem felejttem el, de hogy bármi történjen, egyszer visszamegyek az is biztos. Merjünk nagyot álmodni! – nekem ezt

tanították kicsikoromban és általában élek is vele - iv.

Maradt még egy kisebb, de annál különlegesebb canyonunk Arizonára – az Antelope canyon. Erről csak az nem látott híres és díjakat nyert természetfotót, aki becsukta a szemét, ha ilyenekkel traktálták, és mégis szinte senki nem tudja, hogy hol készült. Legyen, elmondom. A Föld kicsit talán felszínre kihelyezett méhében. Furcsa kép, nem tagadom, de az ember besétál és nem csinál mást (az ámuláson és bámuláson kívül), csak lélegzi be az elemi biztonságérzetet és a csöndet. Csak csoporttal és vezetővel látogatható, és akkor a legérdemesebb, amikor a délelőtti órákban besüt a fény; de tényleg zsigeri megnyugvást ad az egész hely. Nem azt a fajta elveszettséget és aránytalan apróságot, amit a Grand Canyon méretei keltenek a látogatóban, hanem a szűk folyosók részeként mozoghat aki belép ide. Mintha soha nem is lett volna máshol.

De ideje átnyargalnunk Utahba, ahol még több vörös sziklaképződmény várt a Monument Valleyben, ahol annyira lekopott az egykori fennsík, hogy magányos hegyeknek tűnnek a maradékai, és ahol a beteljesülő álmok hazája bizony szomorú képet mutatott a sivatagbeli lakókocsiparkok és összetákoltt papírolak nyomorát látva. Az élet errefelé sem fenékgig tejfel, főleg ha az ember őslakos vagy rossz országrészre születik, ahol csak homok van és forróság esetleg, és általában a kettő együtt.

Utah hihetetlenül sokszínű természeti kincseit tekintve. Itt van a Zion Canyon, Bryce Canyon és az



Arches National Park - mindhárom teljesen más arcát mutatva a kőzet és a víz találkozásának.

Az Arches arcpirító statikai lehetetlenségével (és az író hasonló kaliberű hozzáértésével, itt jegyezzük meg) és a minden beborító vörös homokkal szöges ellentéte a Zion csupazöld-csupamezítlábaspatakbancsászkalásos (maga volt a mosolygós, napsütéses, olyan-nyár-ami-tavaszeljegű nyugalom) hangulatának, és egyik sem hasonlítható össze a teljesen más kategóriába tartozó sziklacsipkés Bryce Canyonnal. Mindegyikben el lehetett volna tölteni napokat, és akkor sem lett volna elég.

De nagy úr az önkényes témaválasztás és a kötött karakterszám is, úgyhogy Nevada leghírhedtebb városa következik, Las Vegas.

Ki kell, hogy ábrándítsak mindenkit – siker, pénz, csillogás – mert nekem szörnyű és taszító élmény volt. Hallottam nagyon pozitív dolgokat is más látogatóktól. Nem tudom, amennyire várta a városi gyerek lelkem a nagy lakott települést, annyira volt meghasonlott, felületes és kiábrándító az a mértékű pazarlás és ön- és másokat ámitás amit ott láttam egy este alatt. Persze látványos, de a jóízűségnek nyoma sincs, és régimódi felfogás, de az mintha érték lenne.

Minden ami kritikaként megfogalmazható az ottani társadalommal, de egyébként szerintem bármelyikkel a fejlett világból, az hatványozottan megjelenik Vegasban, és még büszkéek is rá. Hát. Annyira nem lett az én városom, hogy legális kaszinózási életkor ide vagy oda, odáig nem jutottunk el, mert győzött

az averzió, így Nevadából szívesebben emlékszem vissza a tő-gát-tengelyére a Hoover Dammal és a Lake Meaddel, mint magára a Szerencse Fővárosára.

Mi a fene maradt nekünk ezután? A Colorado állambeli frissítő különbözőség a sivatagtól Sziklás-hegységestül, síparadicsomostul (mert a nyár ellenére nem szabad meglepedkezni Aspenről) és szebbnél szebb völgybéli tavastul. Az állam, ami minden sarkon, minden nap tart egy ételközpontú fesztivált. Valóban nehéz azonosulni, ugyebár. Az egész térség a túrázásra lett kitalálva, már hogy a fenébe ne ajánlanám ezt is? Pont az előbbiektől való különbözősége fogott meg, azt hiszem.

A tanulság levonásával azonban bajban leszek, mert ennyi élményt nyár óta alig tudtam feldolgozni. Egyben viszont biztos vagyok; ha az ember lányának vagy fiának van lehetősége világot látni, akkor nem csak más, de sokkal jobb ember is lesz. Valahogy teljesebb. Új látásmódot kap, új célokat, és bármi történhet az utazás után, visszagondolhat rá és minden eltörlül amellet, hogy valami ilyennek a részese lehetett.

Ne áltassuk magunkat, dicsekedni is jóézés az ilyesmivel, mintha teszem azt az én érdemem lenne a Grand Canyon maga. Pedig nyilvánvalóan senkik vagyunk, ha valami ilyen mellé állva jutna időnk öndefiniálni is. Ugyanakkor őszintén bevallom, három hétig (de mindig, amikor közel vagy távol láthatok valami újat) minden óriási és egészen apró dolog mellett állva én voltam a legboldogabb senki.

## GRAND CANYON



# KÉPREJTVÉNY

Kedves Olvasó!

E szövegtől lejjebb egy ötletes képrejtvényt találsz, melynek megfejtését a Szinapszis facebook oldalán üzenetben várjuk.

A helyes megoldást beküldők között értékes könyvajándékokat sorsolunk ki!

Amennyiben neked is van egy leleményes rejtvényed, mellyel szeretnéd a többieket próbára tenni, ne habozz! Küldd el nekünk, és segítünk a kivitelezésben!



## skicc

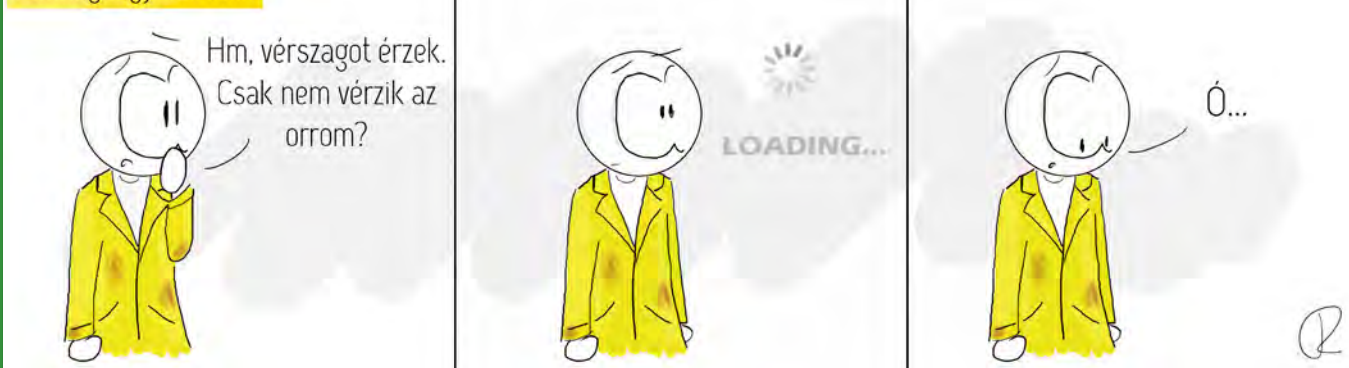
KÉSZÍTETTE:  
RESZKETŐ RÓBERT

Rendrakás...



A vér szaga...

Patológia gyakorlat...





# INTERNATIONAL SEMMELWEIS CARNIVAL

**A KARNEVÁL EGYETEMÜNK EGYIK LEGFIATALABB RENDEZVÉNYE, MELY AZ ELMÚLT ÉVEKBEN A TAVASZI SZEMESZTER EGYIK LEGJELENTŐSEBB HALLGATÓI ESEMÉNYÉVÉ NŐTTE KI MAGÁT. A NÉGY LEGNAGYOBB HALLGATÓI SZERVEZET – A HÖK, AZ IÖCS, AZ ISAS ÉS A DSVS – KÖZÖS SZERVEZÉSÉBEN KERÜL MEGRENDEZÉSRE.**

**A RENDEZVÉNY KITÜNTETETT CÉLJA A KÜLFÖLDI ÉS MAGYAR HALLGATÓK KÖZÖTTI KAPCSOLAT ERŐSÍTÉSE; EZÉRT IS VAGYUNK KÜLÖNÖSEN BÜSZKÉK ARRA, HOGY ISMÉT OTTHONT ADHATUNK A NEMZETKÖZI FESZTIVÁLNAK, AHOL IDÉN IS RENGETEG NÉP KULTÚRÁJÁT ÉS KÜLÖNLEGES ÉTKEIT ISMERHETIK MEG AZ ÉRDEKLŐDŐK.**

## **MIÉRT ÉRDEMES MÉG OTT LENNI?**

**LEGYÉL TE IS SZEREPLŐJE EGY CSODÁLATOS VILÁGNAK AHOL A NET FALAI ALKOTJÁK A SZÍNTERT, ÉS AHOL VISSZAREPÍTÜNK AZ 1920-AS ÉVEKBE. A KARNEVÁL AZ AKKORI POMPÁT FOGJA TÜKRÖZNI: A FALON KORABELI ÉPÜLETEK VETÍTŐKÉPE, NŐK CHARLESTON RUHÁBAN, AZ ÉRA JELLEGZETES ÉS LÁTVÁNYOS DIVATJÁNAK MEGFELELŐEN ÖLTÖZVE, AZ ÉSZBONTÓ JAZZ ÉS KORLÁTLAN LEHETŐSÉGEK LÉGKÖRÉT IDÉZVE. AKIK PEDIG A HANGULATOT FOKOZZÁK MAJD: MARY POPKIDS, BOHEMIAN BETYARS, BACK WAYER, PALOTAI, MELON, 1 UP, DJ SZASZIM.**

**A KARNEVÁL HELYSZÍNE: NAGYVÁRAD TÉRI ELMÉLETI TÖMB  
IDŐPONTJA: 2015. MÁRCIUS 13.**

**LÉGY TE IS RÉSZESE ENNEK A VARÁZSLATOS VILÁGNAK!**

a SEMMELWEIS TAVASZI FESZTIVÁL során

# 2015-ben is **ALKOSS!**

**Irodalmi- és Képzőművészeti Pályázat**

**Idén a FEJLŐDÉS témájában várjuk műveiteket!**

**BEKÜLDÉSI HATÁRIDŐ: 2015. MÁRCIUS 2.**

**TOVÁBBI INFORMÁCIÓKÉRT KERESD AZ ALKOSS!-T A FACEBOOKON**

