

Hársalkodó

A Korányi Frigyes Szakkollégium lapja

Szerkesztette: Farkas Ferenc Balázs

Korrektúra: Dobó Máté

2018/12

Farkas Ferenc Balázs – 5G, egy új technológiai forradalom?

Az 5G, másnéven 5. generációs vezeték nélküli hálózat az elmúlt évek legjobban várt technológiája, mely egyes elemzők szerint az internet megjelenéséhez fogható paradigmaváltást fog eredményezni a hétköznapijainkban és a technikai fejlődésben.

Korábban a vezeték nélküli hálózatok különböző generációi közötti különbséget elsősorban az adatforgalom sebessége jelentette. Emlékezzünk csak vissza, hogy a mindannyiunk zsebében (azaz kivéve Antal Dórit és jómagamat, akik a közösségi média láncait leszakítva, szabad emberként éljük napjainkat) ott lapuló okostelefonok tulajdonképpen csak a 3. generáció, körülbelül 2008 óta képesek multimédiás tartalmak mobilhálózaton történő lejátszására.

Természetesen az új, 5. generáció is produkálja a várt sebességnövekedést (hússzor gyorsabb, mint a 4G), azonban ezen kívül még három másik fontos tulajdonsággal is rendelkezik. Az első, hogy a kommunikáció látenciaideje kevesebb, mint 1 ms körül alakul. Emlékezzünk: az egészséges emberé 200-300 ms között van.

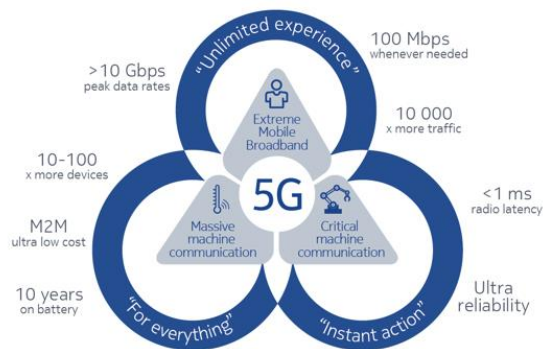
A második: egy egyedi eszköz a korábbinál jóval több, akár százszor annyi eszközzel is képes kommunikálni egy időben.

Emellett már csak hab a tortán, hogy mindezt 90%-al alacsonyabb energiafelhasználás mellett képes végrehajtani.

Ezek már önmagukban is rendkívül impresszív számok, de mit jelent ez a valóságban?

Értelemszerűen kedvenc sorozatunk új epizódja is gyorsabban fog letöltődni egy ilyen

hálózaton keresztül, azonban a mérnökök ennél jóval ambiciózusabb célokat is megfogalmaztak. Példának okán a technológia elérhető közelségbe hozza a teljesen autonóm autók kooperatív működését, valamint a sokat emlegetett „smart city” koncepciók megvalósulását is. Az extrém gyors látenciaidő (az eszköz oda-vissza-oda kommunikációja a



kiszolgálóval) lehetővé teszi a virtuális és a kiterjesztett valóság (VR és AR) rendszerek vezetéknélküli működését. Ez már azt is lehetővé tenné, hogy AR szemüvegünket felhelyezve valaki olyannal keringőzzünk, aki éppen Szingapúrban tartózkodik.

Mindezek mellett a számunkra talán legfontosabb változást az egészségügy területén hozhatja az 5G technológia. Vajon mire lehet képes az említett paraméterek mellett egy sebész, aki New York-i irodájában ülve épp egy Da Vinci robot segítségével operálja a Semmelweis Egyetem klinikáján fekvő páciens? Mennyire könnyítené meg egy látássérült mindennapjait, ha a segítője a VR

szemüveggel a fején a város másik végéből is asszisztálhatná a vasárnapi ebéd elkészítését?

Azt hiszem nem túlzás kijelenteni, hogy a telemedicina igazi forradalma előtt állunk.

Nemsokára ez már nem csak álom lesz, hiszen az első, hétköznapi fogyasztók számára is elérhető eszközök (okostelefonok) már 2019-ben megvásárolhatók lesznek világszerte.

Dr. Godó Ferenc – A folytatás...

Minden társadalom megteremti a maga erkölcsi környezetét, ami normák, követelmények, szabályok, viselkedési minták, szokások intézményesített rendszerének tekinthető. Ez az erkölcsi környezet arra ösztökél minket, hogy valamilyen típusú emberré igyekezzünk válni. De minden erkölcsi környezet egyben egy kollektív válasz is a jelen problémáira, és ezért formálja az embereket, akik ebben a környezetben élnek.

Az elmúlt néhány évtizedben sikeresen megteremtettük a Nagy Én erkölcsi környezetét, de mindez csak a narcizmus és az én felpuffasztásához vezetett, arra ösztökélve minket, hogy természetünk külső, a külvilág felé mutatott oldalára koncentráljunk, és elhanyagoljuk a belső értékeinket.

Nem tesszük fel a kérdéseket: Ki vagyok én, és milyen a természetem? Melyek az erényeim, és melyek a gyengeségeim? Hogyan lehetnék hiteles, és melyek azok a gyakorlati elvek, melyek hozzásegítenek jellemem fejlődéséhez?

Hatalmas bennünk a késztetés az önzésre és a túlzott magabiztosságra. Hajlamosak vagyunk magunkat a világ középpontjának látni, ami körül minden forog. Elhatározzuk, hogy megteszünk valamit, aztán végül az ellenkezőjét csináljuk. Tudjuk mi a fontos és az értékes az életben, mégis sekélyes és felületes dolgokat hajszolunk. Mindezek mellett pedig túlbecsüljük erőnket, és szépítgetjük hibáinkat. Sokkal kevesebbet tudunk, mint azt képzeljük magunkról. Úgy képzeljük, hogy a spirituális és erkölcsi szükségletek kielégíthetők megfelelő pozíció és anyagi dolgok révén.

A minket rossz irányba vivő dolgok – vágy, félelem, hiúság, önzés, mohóság – kérészetűek. Azok azonban melyeket jellemépítőnek tartunk – bátorág, őszinteség,

alázat – hosszú távra rendezkednek be. A jellemes emberek képesek ugyanazon irányba hosszú távon elköteleződni, kitartani más emberek, ügyek, elvek és hivatások mellett, jóban-rosszban.

Egyetlen ember sem tökéletesítheti magát pusztán saját magára támaszkodva. Az egyéni akarat, értelem, szenvedély és személyiség nem elég erős ahhoz, hogy állandóan ellen tudjon állni az önzésnek, a büszkeségnek, az irigységnek és az önáltatásnak. Mindenkinek szüksége van a külvilág támogatására, család, barátok, felmenők, szabályok, hagyományok, intézmények és példaképek révén érkező segítségre.

A gyengeséggel a küzdelmet sikeresen felvevő ember talán nem lesz gazdag és híres (bár ez is megtörténhet), viszont érett lesz és kiforrott. Az érettség nem a tehetségen vagy bármilyen olyan mentális vagy fizikai adottságon alapul, ami miatt brillírozunk az IQ teszten, vagy szupergyorsan tudunk futni. Nem versengő és nem hasonlítható össze semmivel, nem lehet kiérdemelni azzal, hogy jobbnak bizonyulunk másoknál valamilyen szempontból. Csak azáltal érhető el, ha jobbnak bizonyulunk saját korábbi énünknel, ha az embert próbáló időkben is bízni lehet bennünk, ha a kísértésnek ellen tudunk állni. Az érettség nem hivalkodik, nem csillog. Nem olyan tulajdonságokon alapul, mely a celebeket azzá teszi, akik. Az érett ember megállapodott célokkal rendelkezik, és képes döntéseket úgy hozni, hogy törődne a pozitív vagy negatív reakciókkal, véleményekkel, mert határozott kritériumok mentén tudja meghatározni, mi a jó és mi a rossz. A néhány mindent felülíró igen érdekében képes mérhetetlenül sok nemet mondani.



Beniczky Nikolett Jusstina – Amerikai kalandozások

Szerintem az egyik legklasszabb dolog az egyetemi évek alatt a külföldi tapasztalatszerzés, utazás - erre pedig a Semmelweis Egyetemen számtalan lehetőség adódik, csak ki kell használni őket és pályázni. Sokszor sajnós a pénzbeli támogatáshoz még további külön pályázatokra van szükség, ami persze szintén időigényes, de egy Erasmus-félév és a buffaloi ösztöndíj után csak annyit mondanék, hogy bőven megéri a befektetett energiát.

Ezt a kis ízelítőnek szánt cikkemet még Buffaloból, az Egyesült Államokból írom éppen – bár már csak 1 hét és utazom haza! Ez a Niagara-vízesés szomszédságában található New York állambeli város jelenti ugyanis négyünk számára az otthonot – több mint 7000 kilométerre a valódi otthonunktól. Az ötödéves vizsgaidőszak után 1 héttel már repülön ültünk, hogy egyenesen New Yorkba érkezzünk és az ott eltöltött pár nap után utaztunk tovább Buffaloba. Mivel ez volt az első utam az amerikai kontinensre, ezért kellőképpen nagy izgalommal teltek az első napok (hetek), így emiatt - illetve a jetlag miatt - már hajnali 4-kor talpon voltunk, hogy elinduljunk felfedezni a nyüzsgő várost. Imádtam New Yorkot, de nagyon örülök, hogy egy „kisebb”, igazi amerikai hangulatú városban tölthetjük ezt a 12 hetet. Ennek nálam csak a pénztárcám örült még jobban, szerencsére így nem kellett 3 hónapig kenyéren és vizen élni, sőt, még egész sok helyre el is jutottunk a nyár folyamán az ösztöndíjunktól!



De miért is éri meg jelentkezni erre a programra? Egyrészt mert ilyen egészségügyi rendszert és ilyen kórházakat máshol nem igazán lehet látni, valamint szerintem nem sok más lehetőség van arra, hogy 3 hónapig éledegélj és utazgass Amerikában – csupán az

ösztöndíjadból. A szakmai nyelvtudás tökéletesítése pedig csak hab a tortán.

Amit szeretnék kiemelni, hogy az ösztöndíjból a mindennapi költségek mellett az utazásokra is teljes mértékben futotta, így hát a fárasztó és hosszú hétköznapiak után hétvégre a kirándulásoké volt a főszerep. Két hétvégét töltöttünk Kanadában (Torontóban és Londonban (Ontario)), valamint volt lehetőségünk Bostonba, Washington D.C-be, Los Angelesbe és New Yorkba is elutazni, emellett a környéket is lehetőségeinkhez mérten bejártuk.

Ebben a cikkben most az itteni oktatásról szeretnék írni Nektek. Az orvostanhallgatók igen nagy összegeket fizetnek minden szemeszterért, így cserébe el is várják a színvonalas tanítást. Ami számomra külön érdekes volt az az, hogy ők harmadévtől szinte csak klinikán vannak minden nap, általában több hetet, hónapot egy adott osztályon. Ebbe sokszor a hétvégék is beletartoznak, valamint előfordulnak 24 (vagy akár több) órás ügyelet is. Továbbá heti rendszerességgel vannak szemináriumok is, jellemzően esetmegbeszélésekkel, ezen kívül pedig az adott osztály orvosi feladatait látják el, szinte mint egy rezidens orvos. Saját betegek vannak, akiket megvizsgálhatnak, referálnak, zárójelentést írnak – mindezt persze idősebb orvos felügyelete, illetve ellenőrzése alatt. Nos én, illetve mi, a 4 magyar orvostanhallgató is ebbe a rendszerbe csöppentünk bele, ami elsőre kicsit ijesztő volt, de hamar bele lehet rázódni, főleg azért, mert az első pár napban tényleg nagy hangsúlyt fektetnek arra, hogy tanítsanak. Így hát van idő, hogy az adott osztály mindennapi munkájába ténylegesen belerázódjunk. Néha ránk bízták, hogy hívjuk fel az adott beteg családját, kérjünk információt az előző kórházból, ahol feküdt, vagy éppen rendeljünk neki egy MRI vizsgálatot még aznap délutánra. A hosszú, többórás vizitek után, ha épp nem érkezett új beteg, akkor pedig a másnapi kiselőadásra lehetett készülni, ami a legtöbbször csak egy pár perces kis monológot jelentett minden diáknak egy adott témáról, de volt olyan is, amikor rendes prezentációt készítve kellett bemutatni egy-egy érdekes esetet. Azt azért kiemelném, hogy egyik osztályon sem volt 5-nél több diák egyszerre, ez pedig nagyban megkönnyítette a tanulást, illetve hamar oldott és kellemes légkör alakult

ki, ahol mi is mertünk kérdezni, hozzászólni a témához. Nagyon közvetlen volt a kapcsolat a diákok és az orvosok, nővérek között. Számomra egy kis időbe telt mire megszoktam azt a fajta elképesztő kedvességet, amit itt tapasztaltam. Mindenki mosolyog, előzékeny, segítőkész, megkérdezik, hogy „Hey, how are you?“, még akkor is ha egyáltalán nem ismeritek egymást, csak egy liftben utaztok például. Elsőre kicsit erőltetettnek tűnhet mindez, de végül tényleg sokkal kellemesebbé teszi a szürke hétköznapiakat is egy ilyen közeg.

A betegekkel való kommunikációról is rengeteget tanultam itt. Persze, más a rendszer, nem olyan leterhelt az egészségügyi személyzet, jóval kevesebb beteg jut egy orvosra vagy nővérré. Mégis olyan példaértékű volt számomra, ahogy az orvosok a betegek felé fordultak, minden kérdésükre türelmesen válaszoltak, részletesen elmagyarázták a

diagnosztikus lépéseket, a terápiát, és azt is, hogy mi várható a jövőben az állapotukkal kapcsolatban. A családtagok tájékoztatására sem sajnálták az időt, így a hozzátartozók és maguk a betegek is érezhetik, hogy valóban be vannak vonva az orvosi döntésekbe és a kezelésbe, illetve nekik is van felelősségük a gyógyulás szempontjából. Igyekszem ebből a fajta mentalitásból minél többet hazahozni és megőrizni majd a jövőben a munkám során, hiszen szerintem mindez talán az orvosi munka egyik alappillére kellene, hogy legyen.

Összességében nagyon nehéz így néhány mondatban átadni, hogy mi mindent tapasztaltam és éltem át itt 12 hét alatt, ezért is mindenkit inkább csak arra buzdítanék, hogy ne féljen kiszakadni az egyetemi élet megszokott hétköznapijaiból és biztosan nem bánja majd meg!

Ismerj meg egy kolist!

Kerestély Márk – I. évfolyam

Hova valósi vagy? Milyen volt ott az élet?

Egy helyen éltem eddig egész életemben: Budapesten, azon belül is Kőbányán. Kőbányában az a jó, hogy a város közepén van, így gyakorlatilag minden közel van hozzám. A kőbányai élet mozgalmas, és sokszor tud kellemes és kevésbé kellemes meglepetést okozni, de egy biztos: aki Kőbányán él az egy idő után büszke lesz rá!

Honnét hallottál a koliról?

A koliról a gólyatáborban halottam, és ott is döntöttem el, hogy jelentkezni fogok.

Mi a legnagyobb változás az életedben amióta egyetemista vagy?

A legnagyobb változás az életemben az, hogy már nem csak a tanulás szeretete miatt tanulok, hanem konkrét célok lebegnek a szemem előtt, amikor leülök végezni a dolgom.

Mivel tudsz a legjobban lazítani két demó között?

Sokféle módon tudok lazítani: sporttal, tánccal, zenével, beszélgetéssel. Csak legyen időm minderre!

Játszol valamilyen hangszeren? / Sportolsz/sportoltál valamit?

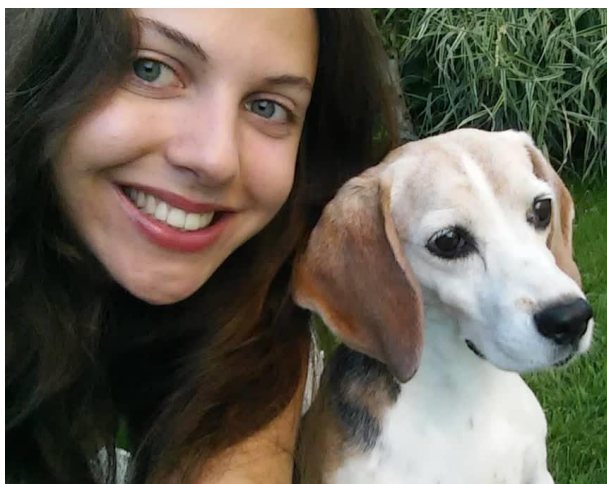
Gitározom teljesen kezdő szinten, egyelőre csak magamnak. Sportolásban inkább vagyok jártas: általános iskolában versenyszintű asztaliteniszező voltam. A gimnáziumban röplabdáztam és tornáztam hobbi szinten (a gyűrű volt a kedvencem). Most pedig főleg tornázom még "hobbibb" szinten.



Tóth Zsófi – III. évfolyam

Milyen élmény GYOK-osként élni a sok ÁOK-os között?

Kezdetben nem szerettem a kisebbséghez tartozni, mert nehéz volt ismerkedni a koliban. Ha általános témával – ami legtöbbször a sulis – közeledtem valaki felé, gyorsan kiderült, hogy eltérő közegben mozgunk. Aztán lassan megismertem az ÁOK-os tárgyakat, híreshírhedt alakokat, sztorikat, így ez a kapcsolódási pont is meglett. Emellett azért működik a koliban egy stabil GYOK-os mag, aminek az ideje tavaly virágzott, amikor megalapítottuk a kolitörténetének talán első GYOK-blokkját. Nagyon örülök, hogy egyre gyarapodnak a gyógyszerészek a koliban, de ha éppen a társalgóban tököt faragunk, vagy a Velencei-tóban labdázunk, ennek a jelentősége eltörpül.



Szereted a pesti életet? Milyen kolisnak lenni? Mi a kedvenc részed belőle? Mit utálsz a legjobban?

Amikor elkezdődött az egyetem, nagyon féltem, hogy személyiségemből adódóan nem fogom bírni a pesti életet, mert mindig a nyugodt, harmonikus helyeket részesítem előnyben. Aztán kezdtem ráérezni az itteni ritmusra, ami teljesen eltérő, mint amit otthon megszoktam; és most már lassan ott tartok, hogy úgy kell hazakönyörögni engem. Pár hete történt, hogy egyik este sétáltam haza a koliba és az egyik közeli utcában bűvészshow volt egy kültéri színpadon elég nagy közönséggel. Éppen csak megálltam pár percre kíváncsiskodni, mire a bűvész lesétált a színpadról azzal a céllal, hogy a következő mentalistastrükkhöz segítőt keres. Murphy, vagy nem, a következő pillanatban már azon kaptam magam, hogy a bűvész kísér fel a színpadra és a kivetítő az én arcomat mutatja. Az ilyen dolgok miatt szeretem a legjobban.

Milyen volt a nyári gyakorlat? Ajánlanád másnak is a helyet?

Elmúlt nyarat otthon töltöttem, ez volt az első gyakorlatom. Veszprém külvárosi részén van egy elszigetelt toxikológiai kutatóközpont, CitoxLab a neve. Ők főleg növényvédőszerrel kísérleteznek külföldi megbízásra, így aztán gyógyszerészekkel nem is találkoztam, vegyészekkel dolgoztam egy laborban. Az volt a feladatunk, hogy elkészítsük olyan formátumban az anyagot, ahogyan az állatok megkapják az aznapi vizsgálatához. Egy hónapig, minden reggel jártam az egy órás buszutat, majd délután ugyanígy hazafelé is. Már az első héten összebarátkoztam a labortársakkal, a gyakorlati idő vége felé, pedig már szinte mindenkit ismertem arcról az intézetből. Valójában a legnagyobb előnye az volt, hogy modern, jól felszerelt laborban dolgoztam, jó hangulatban, és szoros barátságokat is kötöttem.

Mit szoktál csinálni szabadidődben?

Úgy érted, főleg nyáron, igaz? 😊 Igyekszem eleget sportolni, futni, néha lemegyek a kondiba picit. Ha otthon vagyok, a kutyám az, aki gondoskodik róla, hogy mozgásban maradjak. Mostanában szeretek utazós blogokat olvasni, vannak kedvenc külföldi youtube-osaim is. Ami szerintem örök hobbi marad, az a rajzolás és a festés. Mindkettő fontos nekem, nyáron foglalkozom főleg ilyesmivel. És, ha még szabadidő, akkor a filmek.

Hova mész a koliban, ha egyedül szeretnél lenni?

Első emeleti társalgó – oké, csak vicc. :D Ha egyedül szeretnék lenni, arra szerintem nem a kolis a legmegfelelőbb hely. Az itteni terek valahogy félelmetesek is, ha nincsenek megtöltve kolisokkal. Az egyedüllétnek szerintem elég, ha sétálok egyet valamelyik kevésbé eldugott utcán a városban; aztán kint úgyis annyi inger ér, hogy a világot is másképpen fogom látni utána. 😊

Jászai Viki – Tündérének

Tündérléptem, tündérszárnyam
Hús szellővel lebben,
Tündérálmom, tündérvágyam
Ég felé ereszttem.

Tündéarcom, tündérszemem
Ég felé fordítom,
Tündérajkam leheletét
Csak neki suttogom.

Tündérkacaj, tündérajáték
Lebben ide hozzám.
Tündértó ott, tündértajték,
Boldog varázshullám.

Tündérkezem, varázslatom
Csillámszikkra rajzol,
Tündérhangom, tündérdalom
Ős dallamot dalol.

Tündérerdő tündérfái
Ismerik már titkom,
Tündérfáknak virágai
Érzik már azt titkon.

Tündérszívem dobbanása
Azóta igazi,
Hogy királyfi szemsugára
A fényét rámveti.

S tündérlenémnek meséje
Szomorúra hajlik,
A virágok szövevénye
szorosra fonódik.

Tündérvérű, szép királyfi
Amint engem látott,
Ó, tündérvágy szép szavai!
Szerelmet vallott.

...Tündérvárás, tündérbűbáj.
Nem is engem nézett.
Virágnak hitt, akart – ó, fáj!-
Vinni kedvesének.

Rózsaszirmom, rózsaruhám
Óvó takarása,
Erős tövis rózsaszoknyám
Alóli szúrása.

Szép királyfi tündérvére
Szúrás nyomán hullik,

Szép tündérlány tündérkönnye
Szúrás nyomán folyik.

Szíven szúrás tündérszívnek
Ismeretlen ártás,
Repüléshez szokott lénynek
Földön csúszás-mászás.

Azóta már tündértetem
Nem lejt boldog táncot,
Tündérlelkem, szabadságom!
Bűbáj tett rád láncot.

Mi bűbájunk, találmányunk
Szívnek ez érzelme.
Tündérézés! Mi világunk
Gyönyörű szerelme.

Tündérhiba, elrontottuk,
Mi sem tudjuk, hogy hol.
Ó, azt mi nem gondolhattuk,
Lehet ez ily' pokol!

Tündércsoda, tündérellet,
Boldogság teremtet.
Boldogság, te nem érsz véget,
Tündéröröm éltet.

Tündérbánat, szomorúság,
Mi van veled akkor?
Bús, szomorú tündérléány,
Téged fel ki karol?

Tündérdöntés, milyen nehéz!
Befejezem dalom.
Csak az erdő, csak az ég néz,
Ez végső varázsom.

Aranyhajam, szép fürtjeim
Napsugárrá válnak,
Kék szemeim, gyémántjaim
Csillagokhoz vágynak.

Gyöngé szárnyam, ékességem
Szélként suhan tova,
Kecses testem, táncos testem
Tajtékként forogna.

Mi hallatszik? S vajon mi lett
Varázsom ereje?:
Tündérerdők, tavak felett
Egy tündér éneke.

Király Anna – Hazatérés

Avagy, hogy változott meg az életem két hét alatt

Vége lett a vizsgaidőszaknak másodév végén. Ez elég nagy szó, és még nagyobb megkönnyebbülés. Már csak az élményekkel teli nyár volt hátra, a pihenés, a felszabadult szórakozás.

Aztán jött egy üzenet a Ludovika Zászlóaljtól. A szerződés aláírásakor említettek egy tábor, amit lehet, hogy megrendeznek, de még képlékeny volt akkor, hogy lesz-e egyáltalán ilyesmi. Amikor megnyitottam az e-mailt, egyből feltűnt a "KIKÉPZŐTÁBOR" szó a sorok között. Persze, lelkesedéssel töltött el, hogy betekinthelek kicsit, milyen az a világ ahova szerződtem, de a tény, hogy egy hetem volt a tábor kezdetéig, megrémített.

Úgy terveztem, hogy majd edzek, felkészülök testben, lélekben a megmérettetésre, hiszen az alkalmassági vizsga még egész friss élmény volt. Aztán realizálódott bennem, hogy egy hét alatt a másodév leépülését, a vizsgaidőszak stresszgombócait nehéz lenne felülmíni, főleg, hogy erre a hétre már hónapokkal előre lefoglalt nyaralás volt betervezve. Mit is mondhatnék, a tengerparton nem a fekvőtámaszokon járt az eszem. Aztán ahogy teltek a napok, kezdtem megijedni, mivel a két emeletnyi lépcső megmászása egész nagy kihívást jelentett.

Két napom volt bepakolni a táborra. A két hétre igazából csak fehérneműt és sportfelszerelést kellett összeraknom, a tájékoztatóban leírták, hogy mindent biztosítanak a számunkra. Még ekkor sem tudtam, kikkel leszek, mennyien leszünk, mit kell csinálni majd.

És eljött az a bizonyos hétfő reggel. Szokás szerint hajnalban kellett indulnunk otthonról, hogy a 8 órai megnyitóra a Zrínyi Miklós Laktanyába érkezzek. Fáradtan, félelmekkel tele végül beléptem a kapun, ahol tisztek üdvözöltek, és a megfelelő épületbe irányítottak. Apukám volt katona, és láttam a búcsú pillanatában az aggodalmat a szemében... nem lettem nyugodtabb.

Nagy nehezen megtaláltam azt az épületet, ahova indultam, aztán egy honvédtisztjelölt megmutatta a körletet. Itt találkoztam azzal a négy emberrel, akikkel együtt vállalkoztunk a két hetes kiképzésre. Megismerkedtünk, beszélgettünk. Ők is féltek. És én is.

A megnyitó pillanatáig egészen úgy éreztem, minden rendben lesz, aztán megmutatta foga fehérjét a katonás szigor. Vigyázzállás, tisztelgések, egyenruhások

mindenhol... És ott voltunk mi öten, akik akkor nagyon aprónak és sebezhetőnek éreztük magunkat. Azok is voltunk. Már ekkor rájöttünk, hogy csak akkor lehetünk sikeresek, ha összetartunk.



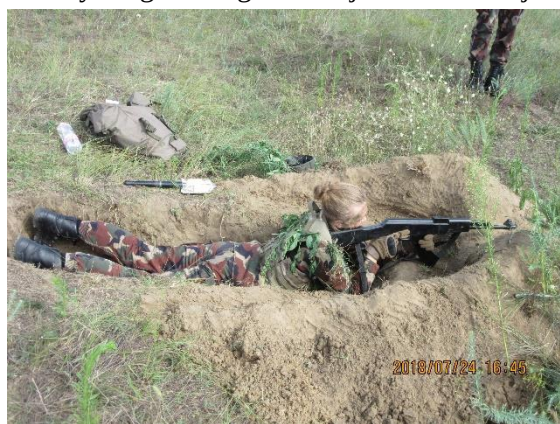
A hivatalos útbaigazítás után indultunk átvenni a felszerelésünket. Egy óra alatt 20 kilónyi ruházat, gyalogsági ásó, hálózsa, bakancs, sisak és még ki tudja mi került az eredetileg is nehéz málhánkba. Persze minden terepmintás, zöld vagy barna, és legfőképp kényelmetlen.

Ezután jött a neheze, ugyanis gyakorló ruházatban (=egyenruha) kellett megjelenünk a busznál, amivel a kiképzőbázisra utaztunk.

Magunkra öltöttük azt a viseletet, amit az elkövetkező két hétben minden reggel magunkra kellett. A nadrág lecsúszott, a zubbony kényelmetlen volt és meleg, az övet nem lehetett elég szűkre állítani, a bakancsot pedig nem is méltatnám szavakkal. A hab a tortán az a horgászkalapra emlékeztető sapka volt, amit külön kikötöttek, mindig rajtunk kell legyen, ha csak engedélyt nem kapunk a levételére. Kiscserkésznek éreztem magam, de a vicces fajtából, jelvények nélkül. Természetesen a felszerelésünket is magunkkal kellett vinnünk, a saját utazótászkánk mellett. Jelen írás korlátai miatt inkább csak annyit mondok: irgalmatlanul nehéz volt.

Teljes harci díszben, mintha csak egy horgász-vadász-cserkész táborba indulnánk (legalább is kívülről úgy néztünk ki) felsorakoztunk az aulában, majd felpakoltuk a cókémunkat a teherautóra. Ezután persze a táborhoz szükséges többi kelléket is mi pakoltuk fel, függetlenül nemtől, temettől. Farönkök, gyakorló fegyverek, kések, ivóvíz stb. Mire felültünk a buszra, kellemesen leizzadtunk, elfáradtunk, pedig még el sem kezdődött a tábor igazán.

Itt elkanyarodnék egy kicsit. A laktanya területén, a körletekben (és később a kiképzőbázison is) minden katonás rendben volt, mindennek meg volt a helye, és minden olyan volt, mint a filmekben. Már maga a látvány magával ragadott teljesen. Emellé jött



az a hangulat, ami sokakat megijeszt elsöre, azonban én már kezdtem érezni, hogy ez lesz életem egyik legjobb két hete. A teherautó is, a felszerelésünk is, mi magunk is olyanok voltunk, mint ahogy elképzelem az ember pár háborús film után a katonai életet. A tábor vezetője, a kiképzőink, a segítők mind-mind csak erősítették ezt az egészet. Nagyon furcsa volt, mennyire más ez az élet, a mindennapjaimtól. Fegyelem, szabályok, engedélykérések, formalitások... mégis nagyon tetszett.

Elindult a busz. A kiképzőink is velünk utaztak, meséltek különféle történeteket, amikhez hozzáfűztek egy-egy gondolatot a honvédtisztjelöltek is. Egész kellemes hangulat alakult ki, mire Ócsára értünk.

Ócsa kiképzőbázis egész varázslatosnak tűnt elsöre. Másodikra inkább ijesztőnek, mert feltűntek az apró részletek, amik sejtették velünk, mi vár majd ránk. Elfoglaltuk a körleteinket, lepakoltunk, megvolt a szükséges eligazítás, aztán elkezdődött a kiképzőtábor. Bár visszagondolva, már reggel 8-kor elkezdődött, csak ekkorra tudatosult bennünk.

Itt meg kell jegyeznem, hogy a táborban lévő programokról, emberekről,

felszerelésekről, járművekről stb. nem oszthatok meg minden részletet (sőt!), meg van kötve a kezem, hiszen ezek bizalmas információk.

Az első nap végére teljes kétségbeesés uralkodott el a körletünkben. Négyen voltunk lányok, és egy fiú volt rajtunk kívül az ösztöndíjas állományból. Ő természetesen külön körletet kapott, erre fokozottan odafigyeltek. A felszerelésünk rendezése, ide-oda pakolása, magunkra öltése (bár inkább magunkra pakolása lenne a szemléltetőbb kifejezés) az elején még mókás feladatnak tűnt, aztán egyre inkább kihívás lett. A hátizsákba sehogy nem akart beleférni minden, ami kellett volna, ráadásul az sem volt mindegy, milyen sorrendben helyeztük a dolgokat egymásra. A málhamellény, a sisak a többivel együtt körülbelül hordhatatlannak bizonyult, nem beszélve arról, hogy kezdtem fizikailag, szellemileg is elfáradni, ahogy teltek az órák.

Végül a tábor körbejárása és a felszerelés ellenőrzése után véget ért az első nap. A biztonság kedvéért lefekvés előtt tartottak egy küzdősport foglalkozást is. Vidáman, felfeszülve kerültünk ágyba. Azonban mindannyian tudtuk, hogy a másnap sokkal nehezebb lesz, hiszen már nem úgy fognak ránk tekinteni, mint táborozókra, mint friss ösztöndíjasokra, akiket istápolnak majd, sokkal inkább kiképzendő zöldfülűekre.

Így is lett.

Reggel 6-kor ébresztő, 6.45-től reggeli testnevelés. Ettől féltünk a legjobban, azonban megnyugvást adott, hogy legalább ezen a programon nem kellett egyenruhában lennünk, hordhattuk a saját sportfelszerelésünket. Futás, orosz konditerem, még több futás, erősítés, földön fetrengés, mindenféle számomra idegen gyakorlat... csak letelt a másfél óra. Minden reggel. Kellemesen kimerülve volt egy kis időnk összeszedni magunkat, letusolni, felöltöni egyenruhánkat, majd sorakozni a körlet előtt. Ilyenkor természetesen az ágyat, cuccunkat rendben kellett hagyni, a padlót felsöpörni, felmosni, valamint a csodálatos horgászkalapot felvenni.

A sorakozó, a reggelihez való menet, a terembe való belépés mind formalitásokhoz volt kötve, amiket elsöre egész nehéz volt fejben tartani, hiszen a hétköznapiakban ritkán figyeli az ember, hogy pont ritmusra lépjen, megtartsa az előtte menetelő embertől a távolságot, egyszerre lépünk, stb.

Reggeli után minden nap elméleti foglalkozás volt: a honvédség felépítése, rendfokozatok, különböző technikák, térképészet, elsősegélynyújtás a harctéren...

Mind nagyon izgalmas és élvezetes volt. Napról napra egyre jobban éreztük, milyen komoly dolgokról van szó, egyre jobban éreztük, óriási felelősséggel jár az, amire vállalkoztunk.



A reggeli foglalkozás után szigorúan délben ebéd, majd délutáni gyakorlatok következtek. Amit délelőtt elméletben átvettünk, azt ilyenkor gyakoroltuk. Bejártuk a pusztát, volt "fegyversimogatás", harcijármű bemutató, utaztunk harcikocsin, volt 10 km-es, 20 km-es menetgyakorlat, tüzelőállás-ásás, álcázás, menedéképítés, csillagtúra (koordináták és térkép alapján pontok megtalálása), minden, ami szem-szájnak ingere. Legalábbis számomra. Ezek a foglalkozások, gyakorlatok voltak azok, amik legjobban próbára tették kitartásunkat, türelmünket, de bevallom, én az összeset nagyon élveztem. Egyenruhában, sorban menetelni minden cuccunkkal, mintha csak tényleg bevetésre indulnánk, mint egy igazi csapat. Magával ragadott ez a hangulat, napról napra egyre jobban beleéltem magam.

Ezek után este 6-kor vacsora, aztán pedig esti testnevelés, egyéb kevésbé megterhelő foglalkozások. 10-kor pedig takarodó.

Napról napra fáradtabban keltünk fel, fáradtabban feküdtünk le, azonban egyre

jobban kezdtem belelendülni, felvenni a ritmust, és napról napra jobban élveztem az egészet. Kezdttem magam odavalónak érezni, már-már természetes volt, hogy egyenruhába öltözöm, hogy menetelve sétálok, hogy számolom a lépéseimet. A kezdetben idegen arcok nélkül el sem tudtam volna képzelni a napjaimat, és ezek adtak megnyugvást egy-egy nehéz pillanatban. Ami a legfurcsább, egyáltalán nem hiányzott az otthoni kényelem.

A második hét végére egy komplett közösség lettünk: a kiképzők a szüleinkké, a honvédtisztjelöltek a barátainkká, mi öten pedig testvérekké váltunk. A sok nehézség, kihívás, az a rengeteg nevetés, összemosolygás, a sok bennfentes poén és maga a tudat, hogy egy csapatba tartozunk, igazi családdá kovácsolt bennünket. Segítettük egymást, bíztattuk a másikat, mikor elvesztette a kitartást, együtt verekedtük át magunkat az akadályokon... Szinte hihetetlen, hogy két hét alatt mennyire a szívemhez nőtt az egész csapat.

Amikor aláírtam a szerződést, még nem gondoltam, hogy ennyire magával ragad majd ez az élet, ez a közösség. A tábor azonban teljes mértékben megerősítette bennem azt, hogy igen, ezt akarom csinálni! A búcsúzásakor megfájdult a szívem, még sírtam is, hogy haza kell mennem. Nagyon remélem, midnenki megtapasztalja ezt az érzést egyszer az életben.

A fegyelem, a kölcsönös tisztelet, az összetartás,

a közös cél, és a tudat, hogy egymásra mindig számíthatunk... Ezek azok, amik miatt, ha belegondolok, hogy a honvédség tagja vagyok, hogy a Ludovika Zászlóalj állományába tartozok, egy mondattal tudnám összefoglalni érzéseimet:

Otthonra találtam.

Hainzl Tobias – A hegylakók avagy, élet a Pannonhalmi Bencés Gimnáziumban

Sokan kérdezték már tőlem, hogy milyen érzés egy fiúiskolába járni egy Isten háta mögötti falucskában, ahonnan csak három hetente jöhetek haza. Az alábbi pár bekezdésben szeretnék nektek az életem eddigi legjobb hat évéről mesélni.

Két osztály van évfolyamonként. Az A osztályba azok járnak, akik hetedikről Pannonhalmára járnak, a B-be pedig azok, akik kilencedikben jönnek és csak négy évet töltenek az iskolában.

Az első négy évben nagy hálótermekben lakunk, ez azt jelenti, hogy harminc fő lakik egy szobában. Most valószínűleg még egyszer elolvastátok az előző mondatot, mert azt hittétek félreolvastátok. Lehet, ez a szám kicsit soknak hangzik, és igen, nincsen egy cseppnyi magánszféra sem, de higgyétek el, hihetetlenül gyorsan hozzá lehet ehhez szokni. Nyilván, ha valaki nem bírja azt, hogy sok ember mozog körülötte, akkor annak

Pannonhalma biztos nem a legmegfelelőbb iskola.

Viszonylag szigorú napirend van a suliban. 6:30-kor felébreszt minket egy nevelőtanár, 7:00-kor kezdődik egy fél órás kötelező reggeli tanulás idő (stúdium). Utána reggelizhetünk, 8:10-től pedig kezdődik a tanítás. Általában hat tanóránk van naponta, ez azt jelenti, hogy legkésőbb 13:40-kor ebédelünk. Ebéd után van egy kötelező "séta" idő, amikor ki kell menni az épületből. Ilyenkor persze sportolni is lehet. Az iskola négy féle sportágban biztosít edzést (kosárlabda, atlétika, vívás és szertorna), persze ezek mellett focizni is lehet az iskola kispályáján és az apátsági arborétumban található rendes méretű focipályáján. 16:00-kor kezdődik a délutáni stúdium. Ilyenkor mindenkinek kötelezően tanulnia kell kb. három órát (évfolyamfüggő, minél idősebb vagy annál többet), természetesen vannak tíz perces szünetek. Vacsora 18:30 és 19:10 között van. Ezután esti szabadidő 21:10-ig. A napot egy közös esti imádsággal zárja az osztály (az intézmény egy katolikus iskola).

Rengeteg szabadidős tevékenységet ajánl az iskola. A már felsorolt sporttevékenységek mellett sokféle szakkör közül lehet választani, pl.: gyógynövénysszakkör, különböző nyelvkurzusok, tudományos szakkörök. Három fix kulturális program van minden héten. Szerdán és szombaton 20:00-tól mozi az iskola dísztermében, igazi mozigéppel és rendes hangtechnikával, pénteken pedig szintén 20:00-tól előadás. A mozit egy idős bencés atya működteti, akinek tanári szakmája mellett mozigépész képzettsége is van. Szerdánként inkább komolyabb művészfilmeket vetít a diákságnak, szombatonként pedig a legújabb mainstream filmeket láthatjuk. A péntek esti előadások alkalmából mindenféle tudományterületről hívtak meg előadókat. Ezek kiváló alkalmak voltak arra, hogy az alapműveltségünket bővítsük.

Talán a legnehezebb megfogalmazható az, amit ez az iskola ad egy diáknak, aki kihasználja az intézet nyújtotta lehetőségeket. Számomra a legfontosabb dolog, amit elhoztam onnan a barátságaim. Hat év alatt életre szóló kapcsolatokat alakít ki az ember. Miután leérettségiztem és kikerültem a nagyvilágba, észrevettem egy dolgot, amit addig nem hittem, hogy létezik. A BENCÉS MAFFIA. Ezt arra szoktuk használni, hogyha bencés diák vagy, akkor bencés kapcsolatokkal elérhetsz bármit. Nos, ebben van valami. Ha megismersz valaki újat és kiderül, hogy mindketten Pannonhalmára jártatok, rögtön könnyebben



összehaverkoddok és alap lesz, hogy segítetek egymásnak, ha egyikőtöknek szüksége van rá.

Milyen Pest Pannonhalma után? Nagyon fura, de élvezem. Először szokatlan volt az, hogy nincsen kötelező napirendem és hogy húsz perc kell, mire beérek az egyetemre, ahelyett, hogy csak lemegyek a szobámból egy emelettel lejjebb és már a tanteremben ülök. A legfurább dolog egyértelműen az, hogy vannak lányok a csoportomban (most valószínűleg nevettek, de azért hat év fiúiskola után ez egy elég szokatlan dolog). Az embertömegeket is meg kell szoknom, mivel már csak az egész évfolyamon annyian vagyunk, mint ahányan a sulimba jártak.

Röviden tömören ez egy pannonhalmi diák élete a suliban és az egyetemkezdéskor. Ha bárki érdeklődne még pannonhalmi storyk után nyugodtan keressen meg. ☺

Dobó Máté – Egy gondolat bánt

Ugyanaz a mondat. Ugyanazzal a hangléjtéssel. Sőt, még a gesztusok is kísértetiesen hasonlóak. Mármost az apámhoz, meg ahhoz az időszakhoz, amikor én még kisebb voltam. Ebben az egy pillanatban olyan vagyok, mint ő akkor. De ezek az egy-egy pillanatok gyakran megtörténnek, és így felmerült bennem a kérdés: „Én is olyan leszek mindenképpen, mint ő?”

Április vége volt az a pillanat, amikor ezt a kérdést először feltettem magamnak: „Mennyire fogok ugyanúgy viselkedni, mint a szüleim, ha majd 40-50 éves leszek?” Azóta próbálom megtalálni erre a nehéz kérdésre a választ. Talán sosem fogom, de a beszélgetések, melyeket a keresés útján, mint nyomjelzőket hátrahagyok, akkor is alakítanak rajtam, ha a végső válaszhoz sosem jutok el.

Magamban meggyőzőbb válasznak éreztem azt, hogy ha egy adott közegben szocializálódok jó néhány éven át, akkor a megtanult viselkedéseken változtatni lehetetlen feladatnak ígérkezik. Olyasmi lehet ezzel próbálkozni, mint amit Ádám kísérel meg Madách művében. Egész pontosan az egyiptomi színben mondja azt Lucifer, hogy a népet hiába szabadítja fel Ádám a rabszolgamunkából, az új vezetőt fog keresni magának. Hiszen ebben a létformában élt a nép már pár ezer éve, szinte az emberekbe vésődött ez a „magatartásforma”. Vajon én se tudok az otthon látott, hallott, tanult, berögzült szokásoktól eltérni?

Érdemes meghallgatni Petőfi: Dicsőséges nagyurak című versét (főleg Mácsai előadásában, nagyon jó). A felspanolt, már-már egyenes kaszával a nagyurakra rontó parasztokat Petőfi egy rövid mondattal hűti le: „Hanem még se!...” Majd azzal folytatja, hogy bár ők sok rosszat kaptak az uraktól, ezt ne úgy adják vissza, ahogyan kapták. „Legyünk jobbak, nemesebbek...” Emelkedjenek felül azon az elemi késztetésen, hogy erőszakkal torolják meg az elszenvedett sérelmeket. Emelkedjenek felül a látott, berögzült szokásokon. És én felül tudnék kerekedni ezeken?

Kovács András Péter (KAP) Ősök és utódok című önálló estjében egy-két ponton feszegeti ezt a témát. Például megemlíti azt, hogy a gyerekeinek ő is ugyanazokat (tényleg szó szerint ugyanazokat) a mondatokat mondja, melyeket gyerekként ő az apjától hallott, és, melyeket ki nem állhatott. Bár egy ismert humoristáról van szó, ilyen szempontból tekinthetjük átlagosnak. (Ahogyan talán – sarkos példa -gyereknevelés témában Vekerdy Tamáson kívül mindenkit tekinthetünk átlagosnak.) Ez alapján magamnak sem sok esélyt adok arra, hogy azokat a nem kedvelt gyermekkori mondatokat majd én másképp mondanám a gyermekeimnek. Hiszen, amikor olyan helyzetben leszek, valószínűleg inkább fogok ösztönösen cselekedni. Onnan pedig a gyerekként hallott mondatok törnek majd fel.

(Igen, tudom: Barra, automata helyett asszertivitás. Csak, hogy címszavakban összefoglaljam a megoldást.) De akkor is elég tudatos maradok, amikor erre a legnagyobb szükségem lesz?

Volt szerencsém a nyáron beszélgetni a nagyszüleim generációjába tartozó párral. Ők azt a véleményt osztották, hogy - például gyermeknevelés esetén-, ha a szülők az első egy-két évben jobban odafigyelnek arra, milyen mondatokat, gesztusokat szeretnének elkerülni, akkor mire a gyerek nagyobb lesz, jobban megjegyzi, megérti a neki mondott szavakat, addigra a szülőnek is automatizmus lesz egy-egy szituációban azt mondani, amit szeretett volna, és nem azt, ami a saját gyerekkorában belerögzült. És ez a módszer be fog válni, nekem is sikerülni fog?

Eddig főleg a gyereknevelésben kerestem a választ arra a kérdésre, hogy mennyiben befolyásolja a szülői, otthoni minta a felnőttkori viselkedést. Azonban valószínű, hogy minden egyes mondatunkban, gesztusunkban fellelhető ez a probléma. Hiszen szüleink oldalán oly sokféle élethelyzetet átélünk gyermekként, az egyszerű bevásárlástól kezdve a megfelelő mozifilm kiválasztásán át a bankban való hosszas ügyintézésig. A legtöbb élethelyzetre akár rendelkezhetünk is a szüleink által adott kész válasszal.

Kérdéseim hosszú sora merült fel bennem: Mennyit használjunk ezekből a kész válaszokból? Mennyire jók ezek a kész válaszok? Mennyire akarták ők ezeket a válaszokat adni? Mennyire akarják, hogy ugyanolyan legyek, mint ők (legalább is hasonlatos)? Mennyire megvalósítható változni abban, amiben úgy érzem, kell? Mennyire látom reálisan, hogy miben és mennyire kellene változnom? Csak a megfelelési kényszerem miatt változnék, vagy ezek tényleg szükséges lépések? Képes lennék végigvinni egy ilyen elgondolást? Változtathatok azon, amik a nevelésem alatt rögzültek? Csak ez az egy gondolat bánt engemet...



Pólya Dorka – *Gasztróvat*

Most őszintén, ki ne lenne oda a forró csokiért? Legyen akár kakaószerű, vagy pudingállagú „megáll benne a kanál” fajta, ez az ital egyenlő folyékony mennyországgal. Pláne, ha jó helyen próbáljuk ki! Fővárosunk telis tele van olyan vendéglátóegységekkel, melyek a forró csoki készítésére specializálódtak, az emberek nem kisebb öröme. Ha erre a finomságra vágynánk, nem kell messze mennünk, hiszen a kollégium és a Klinikák közelében is van néhány olyan hely, ahova érdemes beülni egy fárasztó nap után.

**Frei Café**

Noha ez a kávézó elég széles körben ismert, mégsem hagyhattam ki a megemlékését. A névadó, Frei Tamás újságírói pályafutásának köszönhetően betekintést nyerhetett abba, hogyan készítik el az emberek a finom italokat a világ különböző pontjain. Így olyan különlegességek között válogathatunk, mint a *Mexikói chilis csoki*, *Svájci alpesi csoki*, vagy az *Argentín Marajucás csoki*. Sűrű, krémes állagúak, és apró csészében kapjuk meg őket.

✚ A városban 21 kávéházban is kóstolgathatjuk az italokat, köztük a Corvin Plázában és Nyugati téren. A franchise-ok nem jellemezhetőek azzal, hogy helyszíntől függetlenül ugyanolyan színvonalas lesz az ellátás. Viszont úgy tűnik, a Frei ez alól a szabály alól kivétel - eddig egyik helyszín sem okozott csalódást. Ráadásul bármikor beugorhatunk, szinte mindig van szabad asztal.

– Figyelembe véve, hogy elég „mainstream” kávézónak számít, rengeteg ember fordul meg rövid idő leforgása alatt, ezért – ha valaki éppen arra vágyik - nem a legmeghittebb hely.

Rengeteg Romkafé

Ha a Tüzoltó utcán haladunk a Corvin negyed irányába, és a belesünk az ablakain át, olyan, mintha egy másik világ tárulna a szemünk elé: az emberek a krémes, gyönyörűen díszített forró csokijukat kortyolgatják, miközben az

asztalon található apró, furcsa kis tárgyakat nézegetik. Mert ez a hely nem csak egy csokizó, hanem Pest kincsesládája, ahova a hely megálmodója és fenntartója begyűjt minden olyan kedves tárgyat, kacatot, ami szembejön vele a bolhapiacon. Ez olyan varázslatos hangulatot kölcsönöz a helynek, hogy egyből azon fog járni az eszünk, hogy kikkel fogunk eljönni legközelebb.

✚ Na de milyen a csokijuk? Az alap az valami isteni. Viszont az, hogy mennyire lesz különleges az



alkotás, csak a mi fantáziánkon múlik. Ugyanis nincs étlap, nekünk kell elmesélnünk, hogy mik az összetevői álmaink forrócsokijának. Első alkalommal megszeppenve epres csokit kértem tejszínhabbal, viszont a facebookon vannak ennél sokkal kreatívabb opciók is, érdemes ötletet meríteni!

– (Habár nem konkrét negatívum, de) esténként előre kell foglalni, mert az esetek nagy részében egy falatnyi szabad hely nincs.

Ahoy Café

Nem csak internetes értékelések, de az ismerőseim is melegen ☺ ajánlották az Ahoyt, ahol az isteni forró csoki mellett még gofri, szendvics és smoothie is ráért az étlapra. A lehetőségek tárháza végtelen, a hozzávalókkal kísérletezgethetünk, kérhetjük *chilis*, *mogyoróvaj*, *karamellás*, *levendulás* ízesítéssel, rendelhetünk rá pillecukrot, és ha igazán mutatósra szeretnénk, akár kérhetünk bele piros-fehér hajlított cukorkarudat is.

✚ A csoki elképesztően finom, ráadásul akár a krémes, akár a kakaós állagért rajongók táborát erősítjük, ez a hely nem fog nekünk csalódást okozni.

– Sajnos fel tudnék sorolni néhány olyan dolgot, ami negatív irányba tolta el az összképet: a pincérnő viselkedése nem volt kifogástalan, unott volt és szemrehányó (amikor egy nagyobb asztalt foglaltunk el, hiszen csak az volt az egyetlen szabad tiszta),

hiányzott a személyesség. Az étlapra az volt ráírva, hogy a forró csoki mellé ingyen kérhetünk vizet – ezt csak utólag vettük észre – viszont meg sem kérdezte, hogy szeretnénk-e élni a lehetőséggel. Az egyik rendelésből kifejeztették a mentát, ráadásul a saját csokimat jó sűrűre kértem, amihez ugyanolyan nanométeres átmérőjű szívószálat adtak, mint ahhoz, aminek a viszkozitása a vízével egyenlő. Nem utolsósorban: ritkán láttam ilyen borzalmas elrendezését az asztaloknak. A második emeletre egy nagyon szűk lépcsőn kellett felkóborolni, ami egyáltalán nem probléma, viszont a fordulóban is üldögelnek vendégek, akiknek nem lehet éppen a legkellemesebb, hogy tőlük harminc centire folyamatosan járkálnak az emberek fel-alá. Mindezek ellenére azért kapott mégis helyet a rovatban, mert a pozitív értékelések tömkelege messze túlszárnyalja az ellenkezőkét, nem elképzelhetetlen, hogy csak mi fogtunk ki egy rosszabb pillanatot. (Ezenkívül vannak kanapék a sarokban, amik sokkal nyugisabbak – ha ezekre pályázunk, nem árt előre foglalni.)

Noir Chocobar

„Keresve sem találunk a városban még egy ilyen édes barlangot, ahol a hangulatos fények a kellemes vidám hangulat és a forrócsokoládé mennyei ízének harmonikus ötvöze ily szembeötlő.” Így hangzik a honlapon található leírás, amit akkor sem mondhatnánk félrevezetőnek, ha nagyon kritikusan közelítenénk meg a dolgot. Ugyanis a Noir igényessége, hatalmas választéka, és légköre tényleg mindent felülmúl.

✚ A kínálat messze túljut a forró csokoládékon: fantasztikus fondük, frappék, és csokoládés desszertek között válogathatunk, és egyszerűen mindig találunk vonzóbbat az előbbinél.

✚ Legnagyobb negatívum az, hogy nyáron nincsen nyitva (hiszen vannak jeges csokik is!)

Remélem, kedvet kaptatok arra, hogy valamelyik helyet kipróbáljátok! Várom a tapasztalatokat ☺

Pethe Otília – Filmajánló: Bohém rapszódia

„Is this the real life?

Is this just fantasy?”

Mint ahogyan a dal is indul, hasonló kérdések merültek fel a 2018. november 1-én bemutatott Bohém rapszódia című filmet illetően is. Ugyanis rengeteg kritika érte a készítőket a valóságtól eltérőnek tartott történetvezetés miatt. Mégis mennyi benne a realitásalap és mennyi a hatásvadász valótlan jelenet? Akit ez érdekelne, az ne is olvasson tovább, mert még most az elején elárulom, hogy ez az írás nem egy oknyomozói riport, és nem erre a kérdésre keresi a választ. Sokkal inkább arra a kérdésre, hogy megnézzétek-e a filmet. Miután ez egy filmajánló, nem lesz nehéz kitalálni.

A Bohém rapszódia (angolul Bohemian Rhapsody) című film bemutatja, hogy hogyan lett egy repülőtéri rakodó fiú, egy asztrofizikus, egy fogorvos és egy mérnök kvartettjéből a világ zenei történelmének egyik legnagyobb formátumú rockegyüttese, a Queen. „Magnifico-o-o-o” – ahogy az egyetemi buliktól eljutottak a legendás 1985-ös Live Aid fellépésig. Ahogy a színpadon volt, úgy a

filmben is központi karakter Freddie Mercury, a frontember, aki nemcsak mérhetetlenül tehetséges volt, hanem egy olyan karizmával rendelkező előadó is volt, akihez foghatót azóta se látott a világ. Az őt alakító Rami Malek pedig elképesztő precizitással utánozta le a legenda mozdulatait és mimikáját. Az erre bizonyítékul szolgáló videót itt találjátok: [QR kód], hacsak nincsen meg nektek is DVD-n a felvétel, mint édesanyámnak, aki Queen rajongóként a magyarországi koncertjükön is hallhatta, ahogy a tavaszi szél vizet

áraszt. Most már nyílt titok, kitől örököltem zenei ízlésemet. Így hát a zenei betétek miatt is biztonsággal ajánlom a filmet, mert a



dallistában sem lehet csalódnai, igazi Killer Queen. Engem nem hagyott hatás nélkül, mert lenyűgözően meglevenítették a film készítői a '70-es és '80-as évek hangzását, érzelmi és látványvilágát is. Számomra ezekben a részletekben rejlik a film sikere, mert olyan moziélményt komponált, amely a

valóságomból kiszakított és vászonra tudta vinni, hogy akit szeretünk az örökké él.

„Szerintem az embereknek egyszerűen csak meg kellene hallgatniuk a dalt, elgondolkodniuk, és aztán kitalálniuk, hogy nekik mit mond...” – nyilatkozta Freddie Mercury a Bohemian Rhapsody című dalról. Záró akkordként én is hasonló ajánlást tudok adni: Egyszerűen csak nézzétek meg a filmet,

gondolkodjatok el rajta és aztán találjátok ki, hogy nektek mit mond!

„*Too late, my time has come,
Sends shivers down my spine,
Body's aching all the time.
Goodbye, everybody, I've got to go,
Gotta leave you all behind and face the truth*”
– Ó Mamám, itt a vizsgaidőszak...

Bozsányi Szabolcs – Saitama

Összesen 1 hónapot töltöttem kint cserediákként a japán Moroyama városában, ahol a Saitama Medical University-n a sebészet gyakorlatomat csináltam. 2 hetet töltöttem az Idegsebészeti osztályon, ahol a tutorom Fujimaki professzor volt, utána pedig 2 hetet töltöttem a Plasztikai sebészetben, ahol Dr. Marika felügyelete alatt dolgoztunk.

Szakmailag nekem nagyon sokat adott ez a cseregyakorlat, mivel én is érdeklődök a manuális szakmák iránt, szóval kíváncsi voltam, hogy egy olyan fejlett országban, mint Japán, hogyan műtenek.



Az első két hétben megtapasztaltam, hogy a Japán munkakedv az tényleg olyan híresen nagy, mint ahogyan azt hallottam, az emberek nagyon sokat dolgoznak, és nagyon jó kedvvel, amiből mi is sokat profitálhattunk, mivel sokat tanítottak nekünk a tutoraink. Napi átlagban szerintem 12 órát körülbelül, és szombaton meg vasárnap is. Az idegsebészetben az időnk felében körülbelül ambuláns rendelés volt, a másik felében meg a műtétek. Engem a műtétek jobban érdekeltek, és nagyon izgalmas műtéteket láttam az idegsebészetben is Fujimaki professzor által, aki Japánban az egyik legjobb idegsebész. Kettő konferenciára is elvittek minket, egyszer Omiyába, egy epilepsziáról szóló konferenciára, egyszer pedig Tokióba,

egy agyalapi törésekről szóló konferenciára. Mind a kettő nagyon színvonalas és érdekes konferencia volt, szerencsések voltunk, hogy ezekre meghívtak bennünket. Az osztályon is nagyon jó volt a hangulat, sokszor elvittek minket vacsorázni, várost nézni és egyszer karaokeezni is.

A plasztikai sebészetben Dr. Marikáékkal is körülbelül az idő felében a fekélyambulancián dolgoztunk, ahol a kötéseket és a vákuumot a végén már egyedül raktuk fel, a műtéteken pedig sokat asszisztálhattunk. Asszisztálhattam nem egy bőr graft feltevésnél, szájpadhasadék műtéténél, polidactylia operációban és egy basalióma műtétben is. Nagyon kedvesen voltak itt is velünk, itt is nagyon sokszor vittek el minket ebédelni, vacsorázni, Dr. Kurihara vendégül látott minket a házában, nem is tudtuk igazából kezelni hirtelen az emberek kedvességét.

A csereprogram maga pedig nagyon jól szervezett volt, sok színes programmal vártak minket Masakóék és Chadék. Az első héten volt egy Welcome party is nekünk, ami egy elég nagyszabású program, ahol a nagyteremben mindenki egy kis műsorral kedveskedett nekünk, és ahol mi is bemutathattuk a magyar táncunkat.

Az első hétvégén volt a Kawaguchiko szeminárium, ahol izgalmas előadásokat hallhattunk, mint például azt, ami az akut hasról szólt, vagy az, ami a Japán egészségügyéről. A program legjobb része mégis az volt, amikor együtt felmáztunk a Fuji tetejére. A következő hétvégét Tokióban töltöttük Mernyei Máriával, aki megvendégelt minket a házában. Óriási gesztus volt ez tőle, hogy ott lakhattunk három napig, és Tokióban meg körbevezetett minket

az egész városban. Voltunk rengeteg múzeumban, hajós túrán és parkokban.

Ő szervezte meg nekünk a Kiotói hétvégét is, megvett minden jegyet, szóval a következő hétvégén csak fel kellett ülnünk a Sinkanszenre, és elmenni Kiotóba a megszervezett túrára. Kiotó mellett Narába is elmentünk, ahol Nara szabad szarvasait mi is megsimogathattuk, és

Todai-ji templomában is járhattunk. Az utolsó hétvégén pedig az óceánt nézhettük meg, Enosmiha szigetéről, ahová elutaztunk. Japán egy teljesen más világ, mindenkinek javaslom, hogy egyszer utazzon el, és tapasztalja meg a kinti életet és mentalitást. ☺

Dabasi Halász Zsigmond –Október 23.

“Emlékeink szétesnek, mint a régi szövetek.

Össze tudod még rakni a Margitszigetet?

Már minden csak dirib-darab, szilánk, avitt kacat

A halottnak szakálla nőtt, a neved számadat.”

Minden évben, október borús napjain az 1956-os hősökre emlékezünk. Szokássá vált, hogy közösen elénekeljük a Himnusz, verseket szavalunk, történelmünket idézzük. De mi rejlik a megemlékezések mögött? Mi teszi ilyen fontossá nemzeti ünnepünket? És vajon számunkra mit jelent október 23.?

1956-ban lángra kapott az a szikra, mely évek óta pislákol a magyarok szívében. Az eszme nem illant el, hanem száguldott vele a tett is. A történetet - bár mindannyian ismerjük - nem lehet, nem tudjuk, és nem is akarjuk elfeledni. Az áldozatok előtt mindannyian legmélyebb tiszteletünket rójuk le, hiszen ők meghaltak mindazért, amit a nép oly sokáig magában tartott. Az elesett szeretteink emlékei olyan köteléket képeznek, melyeket semmilyen hatalom nem tud feloldani. A forradalom képe felett elsuhanhatunk, de jelentőségét elbagatellizálni nem tudjuk, mert a magyar nép 1956-ban kiállt azért az egyetemes emberi értékért, melyhez elidegeníthetetlen joga van, s melyért születésétől fogva torka szakadtából kiállt: a szabadságért.

“ Kik érted haltak, szent világszabadság “

Korszakokon átívelő művészeti téma a szabadság. Aktualitását a XXI. század embere sem tagadhatja. Vajon tényleg ennyire fontos a szabadság fogalma? Fogalom ez egyáltalán? Mi a szabadság? A szabadság az a megfoghatatlan valóság, mely átszövi egész életünket. Nem dísz, nem kellék és nem is álarc, melyet igény szerint felvehetünk, vagy eldobhatjuk. Nem függ tértől és időtől, hanem folytonos igénye az emberiségnek. Nem vehetünk belőle a boltban,

nem ajándékozhatjuk másnak és nem tehetjük fel a polcra. Szabadság a hajtóereje minden olyan tettnek, mely változást idéz elő.

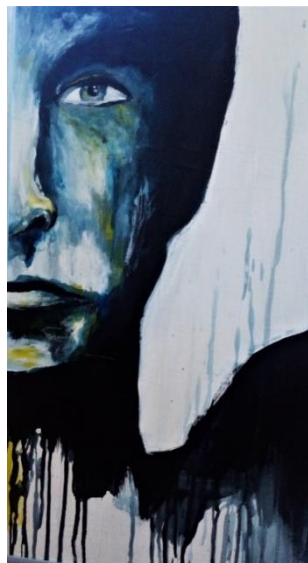
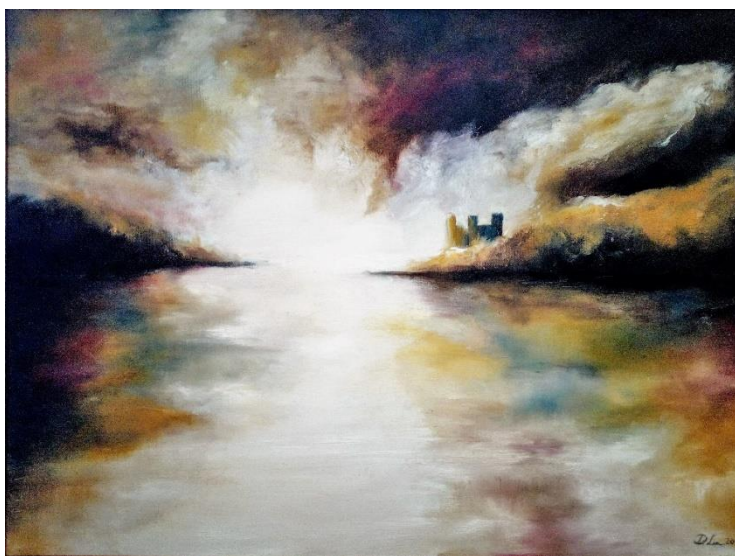
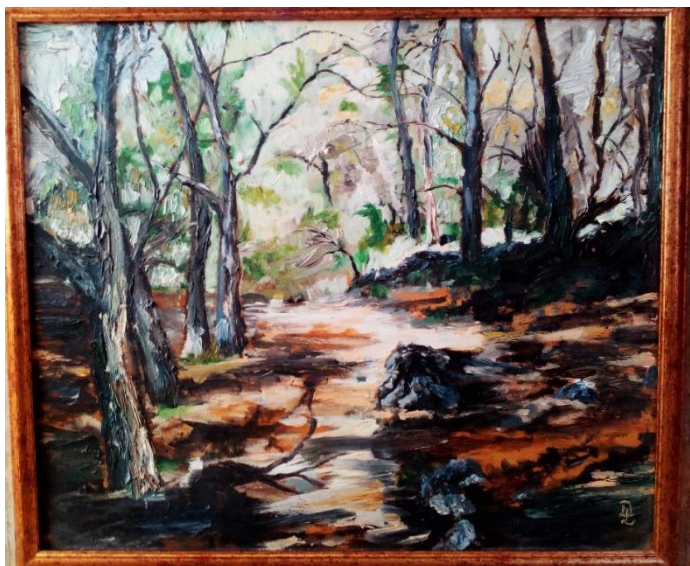
“Alattad a föld, fölötted az ég, benned a létra”
A szabadság az a létra, melyen feljebb és lejjebb is lehet menni. S mi döntjük el, melyiket választjuk, mert ez a létra bennünk van. Azonban erről a létráról könnyen megfeledkezünk. Kényelmesen álldogálunk egy-egy helyben, s nem akarunk továbbmászni. Nem akarjuk észrevenni azt, hogy feljebb haladva madarak közé kerülhetünk. Nem akarunk tudomást venni arról, hogy nekünk kell leküzdenünk a gravitációt, és felfelé lépni. És nem akarjuk észrevenni azt sem, hogy létránk fokait kihúzgálják, s amikor tényleg haladni akarnánk, nem látjuk, hova léphetünk. Könnyen hozzászokunk a mindennapi problémáinkhoz, melyek gátat szabnak nekünk. Rabjaivá válunk ismétlődő feladatainknak, s elfeledjük, hogy akkor maradunk emberek, ha kihúzott fokjaink helyére mi magunk építünk újat. És ez az igazi szabadság. Újíteni és megújulni, forradalmat robbantani. Ez az, melyet nem vehet el tőlünk senki. Létránk fokjait ugyan kihúzgálhatják, de lábunk alatt mindig ott lesz az az alap, melyre új állomásokat építhetünk. Ezt a képességünket senki nem veheti el.

Azt gondolom, hogy nekünk, fiataloknak kitüntetett feladatunk, hogy gondolkodásunk szabadságát megőrizzük. 1956. október 23-án sok magyar fiatal teljesítette küldetését, egyúttal megbízta a jövő generációit azzal, hogy hasonlóan cselekedjenek. A világot mi fogjuk megváltoztatni, és ez csak úgy lehetséges, ha új útvonalakat építünk, azokat hagyjuk lerombolni, és új ösvényeken indulunk el. És erre mindig lesz lehetőségünk. Hiszen a létra, melyre bátran építkezhetünk, itt marad a lábunk alatt.

Dékány Lea – Festészet

Rajzolni, festeni általános iskolában kezdtem el és már ekkor rendkívül magával ragadott az alkotás varázsa. Ahhoz, hogy 10 évesen olaj és ecset került a kezembe, természetesen nagyban hozzá járult az is, hogy édesapám szintén festett, és a családomban is többen foglalkoznak képzőművészettel. Ebben az időben kezdtem járni egy helyi festőművészhez, azért, hogy elsajátítsam a festészet technikáját. Óriási erőt és tudást adott, ahhoz, hogy kialakíthassam saját ízlésemet, valamint nagyon sokat jelentett a számomra az is, hogy mindig hitt bennem, és biztatott. 12 évesen nyílt meg az első tárlatom és azóta is számos önálló és társ kiállításon szerepeltek festményeim: Tolcsván, Szerencsen,

Sárospatakon és Budapesten. Elsősorban tájképeket, portrékat és csendéleteket szeretek festeni, de szívesen merülök el egy nonfiguratív alkotásban is. Képeimre a realista és az impresszionista irányzatok jellemzőek leginkább. Példaképem a magyar festők közül Munkácsy Mihály, kinek festményeinek színvilága, ecsetkezelési technikája már egészen kiskoromban lenyűgözött. Számomra a festés hobbi, örömforrás, kissé meditatív dolog, valamint egy olyan tevékenység, amely teljesen ki tud szakítani a mindennapokból. Sokat jelent nekem az is, ha képeimmel örömet, vagy egy-egy mélyebb gondolatot válthatok ki másokból.



Lehoczki Csaba – Egypercesek a 4-6-on

Mennyi felejthetetlen történet, hasizmot megedző poén, unokáknak elraktározott, talán még bölcsességet is magában hordozó sztori... Egy a közös bennük: szinte mindegyiket Budapest szívének mozgatórugója, a 4-6-os villamos ihlette. Ki ne hallana, olvasna szívesen egy-két, vagy akár több ilyen mendemondát. Ezen rovat célja, hogy egy kis mosolyt csaljon olvasója orcájára, és lehetőséget adjon, hogy mindenki kiadhassa magából 4-6-oshoz fűződő egypercesét.

Kezdetnek egy kedvcsináló az olvasásukhoz, buzdító az írásukhoz:

Jó tett helyébe jót várj!

Egy újabb, eddig unalmasnak tűnő nap, mely lassan estébe csap át. Az iskola átlagos volt, az események átlagosak voltak, átlagos az egész nap... Ma se fog sok minden történni, szerencsére az oktatásnak vége, fel is szállok a 4-6-ra, „húzok haza”. Meglepő, hogy egész sok az ülőhely, egyet el is tüntetek, leülök. Az emberek közepesen unott képpel nézegetnek, hol engem, hol telefonjukat, hol az elhaladó Blaha Lujza téri McDonald's éttermét (biztos éhesek). Néha hallok a megállókból játszott zenék hangját (újítás a BKV-tól?) a kinyíló ajtókon át. Magamba fordulva ülök, gondolkozván, hogy kéne feldobnom ezt a napot. Lehet, ez egy olyan nap, amit egyszerűen nem lehet feldobni sehog... Hoppá: egyszer csak furcsa hangokat hallok kb. 4-5 széknyre a hátam mögött. Egy hajléktalan hölgy, kicsit koszosabb ruhában, piroskás arccal, kedves mosollyal. Főszereplőnk figyelmesen szólítja meg az utazókat, anyagi segítséget kérve. Mindenki más-más reakciót indít egy ilyen, vagy hasonló jelenet. Bennem a következőket indította el: tudom, hogy én is sorra következem, így először is felmérem a helyzetet, átgondolom kb. mennyi időm van a találkozásig, mit fogok mondani, hogyan fogom megértetni vele, hogy sajnálom, átérzem a terhét, és tényleg, őszintén szurkolok neki, akarom, hogy jobbra forduljanak a dolgok, de

nem fogok pénzt adni. Ennek több oka is van, talán egy másik cikkben ki is fejthetem, de az, hogy sokszor vertek már át, hogy nem tudom biztosan, mi is lesz a pénz sorsa, illetve, hogy nincs annyi pénzem, hogy mindenkinek egyenlően adhassak (már ha van egyáltalán nálam készpénz) az indokok között szerepelnek. Egy szó, mint száz, felkészülök az udvarias, empátia dús, megbánó elutasításra. A hölgy sikeresen elér - sajnos mondanom se kell, a néni több volt a ruhán megbúvó alkoholszag, mint a NET madárszobrán a madármászás után -, majd felteszi kérdését, melyet túl sokszor hall manapság az ember. Válaszolok... Válaszomra a kedves mosoly irtózatossá, szemrehányó grimaszba megy át, és az eddig szimpatikus, kedves hölgy úgy ordít rám, hogy a villamos elejére festett kacaj lekókad. Ezt ordította: „Hát rohadt érdekes, hogy mindig csak a szegények segítenek a szegényeknek!”, majd elviharzott. Nagyon elszégyelltem magam. Bár még mindig vallom az előbb leírt hozzáállásom az ehhez hasonló helyzetekhez, mégis úgy éreztem, lehet, most kivételt kellene tennem, ez a hölgy tényleg nehéz helyzetben van. Felállok és elindulok, a hölgyhöz sietek, meg szeretném mutatni neki, hogy nem igaz az előbb ordított állítása. Meglátom a hölgyet – előttem 10-15 székkal ült le körülbelül -, de mi történik? Hirtelen egy – a villamos másik végéből jövő – hajléktalan úr jelenik meg, aki szemmel láthatóan – hasonlóan mindenkitől kéregetve – előbb fogja elérni főszereplőnköt, mint én. Az öreg úr tőlem 2-3 széknyre érte el a hölgyet. Nem veszi észre, hogy „egy csónakban eveznek”, így anyagi segítséget kér a hölgytől. Két széknyre állok, szájtátva nézem az eseményeket. Izgatott vagyok, hiszen lehet, hogy most megláthatom az igazi emberséget, a „furcsa” kettős érzelmeket generáló hölgy „a szegények segítik a szegényeket” elvét. Melegség töltötte el szívem, örültem, hogy én csíphetem el ezt a tömördek jóindulatot. Az öreg nő végig hallgatta az úr kérelmét, merev tekintettel ránézett, majd ennyi választ: takarodj innen, ez az én villamosom!

A Hársalkodó 16 évvel ezelőtt

