

INGYENES

Kredenc

A Pécsi Hajnóczy József Kollégium diáklapja

2018/tél

magány





„A valódi magányosság nem feltétlenül korlátozódik csak a pusztá egyedüllétre”- Charles Bukowski szavait idézve veselkedünk neki az új lapszámunknak, melynek témája a sok embert érintő magány érzése.

Manapság még az internet mellett is érezhetjük magunkat magányosnak, hiába tartjuk napi szinten az interneten a kapcsolatot pár emberrel, akár barátokkal, akár családtagokkal. Véleményem szerint, az internet által eltűnik a személyes kommunikáció, hiszen az emberek egy közösségben is legtöbbször csak a telefonjukat nyomkodják, szinte csak az interneten élnek az életüket. A valódi közösségi terek ezáltal megszűnnek, elvesznek az emberek, akik számára még fontos a személyes találkozás, beszélgetés.

De ahogy a fenti idézetben is olvashatjuk, a magányosság érzése nem csak attól alakulhat ki, ha nincsenek barátaink, hanem attól is, ha nem találjuk helyünket a világban, nem vagyunk megelégedve önmagunkkal, vagy nem a megfelelő emberekkel vesszük körül magunkat. Ezért igyekeznünk kell megismernünk önmagunkat és a világot is, megkeresni benne a helyünket, ahol jól érezzük magukat és motiváltak vagyunk, megtalálni azt, ami érdekkel és kiiktatni a negatív tényezőket. A magányosságból is ki lehet lábalni, csak mint mindenért, ezért is tenni kell.

Jó olvasást kíván a Kredenc szerkesztősége nevében,

Erdős Anna

Impresszum

Főszerkesztő: Szluka Bernadett

Címlap, hátlap: Bödő Eliza, Dobszai Péter

Tördelő: Dobszai Péter

Fotók: Hajnóczy Kollégium Fotószakköre

Rovatok: : Leel-Össy Judit, Tóth Ágota Ráhel (Pro-Kontra), Jurinovic Réka (Feeling), Jáni Csenge (Fókuszban), Vadinszky Réka (Film), Meláth Brigitta (Story), Behán Júlia (Sport), Szekeres Bella (Így írunk mi, Így alkotunk mi), Palatinus Dóra (Így alkotunk mi), Mészáros Fanni (Körkérdés)Gálos Csanád (Érdekes), Kovács Brigitta (Kétnyelvű), Kásádi Krisztina (Feeling)

Szerkesztőség: Pécsi Hajnóczy József Kollégium - Kredenc
7633 Pécs, Türr I. u. 2.

kredencclap@gmail.com

Tördelés, nyomdai előkészítés: Pécsi Hajnóczy József Kollégium

Nyomdai munkálatok: Dekorsprint Kft., Pécs

Felelős kiadó: Dr. Barna Viktor

Megjelenik félévente 214 példányban.

Kredenc

31. szám

2018/tél



| | |
|------------------------------------|--------------|
| PRO/KONTRA | 4 |
| Ki tehet arról, ha magányos? | |
| FÓKUSZBAN | 5 |
| Magány, vagy segélykiáltás | |
| ÉRDEKES | 6 |
| Legyünk-e egyedül az Univerzumban? | |
| FEELING | 7 |
| Társas magány | |
| ÍGY ÍRUNK MI | 8 |
| Szekeres Bella versei | |
| SPORT | 9 |
| Gondolatok a sportról | |
| ÍGY ALKOTUNK MI | 10-11 |
| Grafikák | |
| FILM | 12 |
| A király beszéde | |
| KÖRKÉRDÉS | 13 |
| Körkérdés a magányról | |
| KÉTNYELVŰ | 14 |
| English | |
| KÉTNYELVŰ | 15 |
| Magyar | |
| STORY | 16-17 |
| Ház az erdő alatt | |
| FEELING | 18 |
| Egy magányos versről | |
| Instagram vs. facebook | |

Ki tehet arról, ha magányos?

PRO

A magány mindenki életében egy negatív dolog. Sajnos, az emberek gyakran lesznek magányosak, talán minden ember átesik legalább egyszer ezen az érzésen. A magánynak több oka is lehet. Ezeket az okokat fogom megvizsgálni.

Rengeteg ember önhibájából marad egyedül. Előfordul, hogy valakinek olyan a személyisége, amit nem mindenki tud azonnal kezelni. A gőgösség, illetve a figyelmetlenség a mások problémája iránt gyakran vezet ahhoz, hogy egy társaság kiközösítse az illetőt, vagy hogy egy idő után senkinek ne hiányozzon.

Máskor az állandó idegesség, álmatlanság, vagy a stressz olyan indulatok megjelenését okozhatják, amelyek fokozatosan a számukra fontos ember elvesztéséhez vezetnek. Más kérdés, amikor nem személyiségjellemző okozza a kirekesztettséget, hanem az, hogy az illető valamiért „kilóg a sorból”: öltözködése, származása, egyéni érdeklődése, betegsége miatt. Ilyenkor gyakran esnek a „másság” érzése miatt abba a hibába, hogy az őket ért csalódások után már kevésbé mernek megnyitni az emberek előtt.

Amikor valaki új helyre kerül, akár költözés, iskola- vagy munkahelyváltás miatt, szintén nehezen tud nyitni az újonnan megismert emberek, összeszokott közösség felé, pedig lehet, hogy nagyobb szüksége lenne rá, mint azt gondolja.

Sokszor előfordul, hogy valaki annyira belemerül a tanulásba vagy a munkába, hogy nem törődik senkivel és ezzel sok embert megbánthat. Ez főként a maximalista, munkamániás emberekre jellemző. Általában mire ezt észreveszi, már nehezen tudja helyrehozni a problémát, mert elfogynak körülötte az emberek.

Összességében rengeteg oka lehet annak, amiért az emberek magányosak lesznek, éppen ezért kell odafigyelnünk arra, hogy a környezetünkben élő emberek felé nyitottak legyünk, és akikkel megértjük egymást, azokkal jó viszonyt ápoljunk. Hiszen sosem tudhatjuk, hogy melyik személy válik később egy olyan barátá, aki akármilyen rossz időszakból kiségethet majd minket.

Leel-Össy Judit

KONTRA

Kerek pereg kijelenteni, hogy a csak a környezetünk tehet a magányunkról nagyon nagy könnyelműség lenne. Ugyanakkor teljesen kizárva sincs. Hiszen pont a mai generáció az, amelyik a legmagányosabb, annak ellenére, hogy rengeteg technikai eszköz szolgál arra, hogy kapcsolatba maradjunk a környezetünkkel. Ma már bárkit elérhetünk néhány telefonnal, vagy pár kattintással, mégis elszakadtunk egymástól, nem figyelünk egymásra, nem törődünk a másikkal, pedig tengernyi lehetőségünk lenne rá. Ilyen szempontból helytálló az a megállapítás, miszerint a környezet nagyban befolyásolja, hogy az ember mennyire érzi magát magányosnak.

És itt van a kutya elásva. Miért is érezné magát valaki magányosnak, mikor számtalan társa veszi körül? Mert elszigetelődtünk egymástól, és a felszínes bájolgáson túl nincs valódi érdeklődés, érzelem. Nem fektetünk elég energiát abba, hogy feltérképezzük a másik ember lelkét, hogy igazán megismerjük őt. Letudjuk annyival, hogy hát ő más, ő furcsa, ő nem olyan, mint mi, és ezzel akarva-akaratlanul falat húzunk magunk és a másik ember közé, ami által ő nem fogja magát megfelelően értékelni, kívülállónak fogja érezni magát, és végül régi vagy éppen új barátként köszönti az elszigeteltség érzését. Ezért van ennyi magányos ember, akiket igenis a környezetük taszított ki és bélyegzett meg. És hiszem, hogy egy kis odafigyeléssel sokak életén tudnánk változtatni.

Tóth Ágota Ráhel

Magány, vagy segélykiáltás

Magány, egyedüllet... milyen hideg szavak. De mi a különbség köztük? Meglepően nagy. Egyedül lenni pozitív hatással is lehet az elmére, néha megnyugvást jelenthet, egy kis pihenőt a zavaros világban. Viszont magányosnak lenni lélekromboló.

Ha az ember magányos, akkor szemében a színek is fakóbbak, eltompulnak a külső zajok, ugyanis gondolatai hangosabbak, mintha fuldokolna önmagában. Hogy egyedül van-e, vagy társaságban, ez a fajta fontossági sorrend számára megszűnik létezni.

Hol van ilyenkor a segítség? Általában ez a folyamat észrevétlenül történik, a külső szemlélő csak a végeredményt látja, a mélypontot. Talán az ember nem mer segítséget kérni, vagy nem is akar, talán van valami kényelmes ebben az állapotban. Talán egy kis része meg élvezi is. Egy biztos, az ember társas lény, hosszútávon maradandó károkat okoz, egy be nem gyógyuló lelki sebet, ami kihatással lesz a további életére. És a körülötte lévők mit tehetnek? Fájdalmas felismerés, de be kell vallani, hogy nem sokat. Ez az elme játéka, egy belső harc, és a kívülálló, aki semmit nem lát ezekből a belső harcokból, nem tud ellene tenni. Főleg ha a másik nem is kér ebből a segítségből. Elsősorban önmagában kell rendeznie, helyrehoznia és megvívnia a saját csatáit.



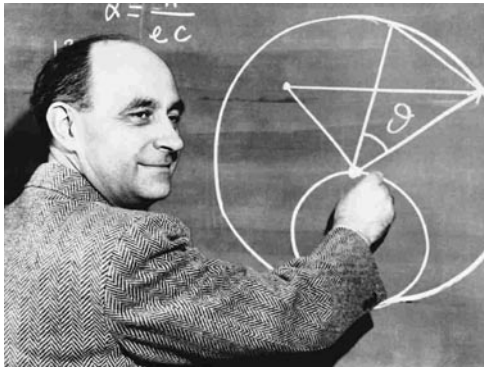
Persze, ez nem ilyen könnyű, rengeteg energia kell ehhez és annál is több lelki erő... és persze bátorság, önismeret. Belátni, hogy valami baj van, és szembe kell néznie vele.

Sokszor inkább a menekülőutat választja az ember, halogatja, vagy nem veszi tudomásul a problémáit. Pedig képes végigvinni ezt a háborút győzedelmesen, de néha meg saját maga sem hiszi el. Lehet, hogy vonzódik ehhez a fájdalomhoz.

Jáni Csenge

Legyünk-e egyedül az Univerzumban?

A kérdés minden emberben ott motoszkál: Van-e élet a Földön túl? A nap minden percében, a világ minden pontján figyelik az eget, azt várva, hogy az élet nyomaira bukkannak. A Fermi-paradoxon szerint talán jobb is, hogy nem látunk semmit.



Egyszerű a kérdés: Mi van, ha mégsem minden olyan egyszerű, mint ahogy azt gondoljuk? Talán van valami, számunkra ismeretlen, ami meggátolja a galaxis méretű élet kialakulását. De ez a valami még előttünk áll, vagy már leküzdöttük?

Az első lehetőség meglehetősen szomorú tényeket tár fel. Hogyha van egy határ előttünk, akkor azért nem látunk senkit, mert senki sincs odakint. Valahol, valamikor, valahogyan az összes civilizáció elbukott. Nem feltétlenül pusztultak el, de valahányszor megpróbálták a magasba törni, visszazuhanak. Ha nekünk mégis sikerül áttörni a csillagok közé, nem biztos, hogy egy üres világegyetem tekint ránk vissza. Könnyen lehet ugyanis, hogy a választóvonal még később van, és csak mire rájövünk, mi a csillagközi utazás titka, akkor derül ki, hogy valójában csak egy aprót léptünk egy végtelen hosszú társasjátékban.

Talán vannak kint más, értelemes lények, csak túl fejletlenek vagyunk ahhoz, hogy észrevegyük őket.

És pont ettől vált a kérdés paradoxonná. Nem tudjuk kikövetkeztetni, mi a válasz, és csak akkor tudhatjuk meg, amikor már átéltük.

A másik lehetőség azonban sokkal biztatóbb. Ha tényleg átléptünk ott, ahol mások elbuktak, már nincs több akadály előttünk. Azt teszünk, amit akarunk, mert már semmi sem gátol meg minket. Ebben az esetben is üres lenne az űr, de az emberiségnek már semmi aggodalomra nem lenne oka, csak a felfedezésre kéne összpontosítania. Nem lennének más civilizációk, talán maga az élet sem létezne máshol. Mi pedig, a legelső, és talán az utolsó, hozzáfoghatnánk egy teljes galaxis megismerésének.

Végezetül pár szó a civilizáció fokairól. Nikolai Kardashev, orosz asztrofizikus megalkotott egy skálát, ami egy társadalom szintjét vizsgálja, különböző szempontok alapján. Egy nulladik szintű civilizáció nem létezik. Nincsenek se tagjai, se felépítése. Az első fokon álló civilizáció képes az anyabolygójának minden csepp energiáját felhasználni. Mi még nem értük el ezt a szintet, a különböző csillagászoknak megegyező véleménye van: a Föld jelenleg 0.72-nál tart. Ez egyben azt is jelenti, hogy már közel állunk az első szinthez. Egy első szintű társadalom akkor lép fel a második fokra, amikor a csillagrendszere minden bolygójának és a napjának is elszívja az energiáját. Ennél kezdődnek az olyan civilizációk, amiket csak a legbátrabb sci-fi írók mernek papírra vetni. A 3. szint emberi ésszel már-már felfoghatatlan, ugyanis ez már-már magába foglalná egy egész galaxis energiáját. Nagyon kevés ilyenre találunk utalásokat és még kevesebbet nevezhetnénk többnek gyenge próbálkozásnál.

Mindenesetre ezek közül a változások közül egyet sem várhatunk a mi életünkben, hiszen a csillagászat mindig évmilliókban számol.

Gálos Csanád

Társas magány

Hogy mi is az a magány? Véleményem szerint nem lehet pontosan megfogalmazni, vagy ha igen, elég nagy fejtörést okozhat nekünk. Rengeteg oldalról meg lehet közelíteni a kérdést. Ahány ember, annyi megközelítés (szemszög). Az biztos, hogyha eszünkbe jut ez a szó, nem pozitív jelzők jutnak róla eszünkbe. Nemde?



Az emberiség és a világ furcsa paradoxona, hogy miközben mindent egyre könnyebben elérünk és megkapunk, csillogóbbnál csillogóbb áruk várnak ránk a boltokban, egyre jobban elmagányosodunk. Érdekes, hogy míg az élet nem kínált ennyi lehetőséget, a gyerekek többet voltak a szabadban és nem voltak ennyire stresszesek a mindennapok, a magánynak nem ezt a formáját ismerték az emberek, és nem találkoztak vele nap, mint nap ilyen nagymértékben.

Én ezt a témát most a kapcsolatok szempontjából szeretném megközelíteni, mert ha hisszük, ha nem, a magány nagyon sokszor a kapcsolatainkba ékeli be magát. Rengeteg ember él olyan párkapcsolatban, ahol nem érzi jól magát, mert magányos.

De vajon miből ered ez a magány? A mindennapi veszekedések, a gyakori lelki terror és a fizikai bántalmazás is elhidegítheti a kapcsolatokat.

Az ember a nap végére már teljesen egyedül érzi magát, egymaga marad a gondolataival. Már nem tud hová menekülni. És ha elég bátor ahhoz, hogy szembenézzen önmagával, rájön, hogy azért maradt rabja egy ilyen kapcsolatnak hónapokig, vagy akár évekig, mert félt. Félt, hogy egyedül marad. Pedig a magány sokkal rosszabb az egyedüllétnél. Kevés dolog van, ami jobban pusztítja az emberi lelket, mint a társas magány, ennek ellenére vannak, akik egy egész életet leélelnek ilyen körülmények között. Ráfogják a családra, a közös gyerek(ek)re, vagy az életkorra.

Nagyon fontos, hogyha társas magányban élsz, merj változtatni! Merj boldog lenni és kilépni a börtönből, amiben benne vagy. Persze, ez félelmetesen hangzik. Mi lesz, ha nem lesz melletted senki? Mi lesz, ha nem lesz támaszod és még magányosabbnak érzed majd magad? Csupán annyi hogy megtanulsz majd csomó olyan dolgot, amire eddig nem volt módod. Ne feledd, az egyedüllét nem egyenlő a magánnyal. Egyedül az embernek lehetősége van összebarátkozni azzal az emberrel, akivel a legtöbb időt tölti: Önmagával. Önállóbbá válsz, megtanulsz felelősséget vállalni, megbecsülsz majd mindent, ami a Tiéd. Ugye jobban hangzik, mint a magány?

Elfogadás vagy beletörődés? Ez is csak döntés kérdése. Ha beletörödsz az egyedüllétbe, és egy értéktelen embernek tartod majd magad, akkor nagy az esély, hogy ilyenné is fogsz válni. Ha sokáig leszel ebben a helyzetben egy idő után a környezeted is csak sajnálni fog, mintsem értékelni. Ha viszont úgy döntesz, hogy e helyett valami újat hozol ki az életedből, akkor garantáltan élvezni fogod az életet. Hiszen ne feledd: A boldogság egy képesség, amit semmilyen külső körülmény nem tud elnyomni, ha nem hagyod.

Jurinovics Réka

Szekeres Bella versei

Utolsó lélekzet

Egy pillanat!
Ez már az utolsó,
többé nem fogod hallani,
nem fog zavarni,
csak, hogy megnyugtassalak.

Nyugodt vagyok,
többé nem zajongok,
szemeimet többé nem
nyitogatom, s Te nem
is látod.

Nem lopok
tőled levegőt, szívhatod
kedved szerint romlott tüdődbe,
s majd Te is megkapod egyszer
utolsó lélekzeted.

Magány

Újra csak nevetnek
És bámulnak
Nem vesznek emberszámba.

Belefulladtam a magányba
És egyedül
maradtam egy sötét szobában.

A mélybe leránt
Ezer meg ezer
Hideg reszkető fehér kéz.

Nem tudok kitörni,
Nem enged,
Szögesdrótként körém tekeredik.



Nemlétező

Tejfehér gyöngyszem lelkedben csituló némaság,
Hallgatag szád halovány pírja lelkembe vág,
Nem szólsz hozzám csak hallgatunk,
Szemeidben veled szembe bámulok,
Elveszek abba a feneketlen mélységbe,
Melyet elém csillogó szemeid tárnak,
S a nemlétező érintés arcomon végigsimított.
Mint fűszálon egy csepp harmat várok az indulásra,
Gyengéd játékos az elmémet átjárja,
Bíztató szavaid vállamat fogva bátorítanak,
Indulásra készlet csupalélek pillantásod
És csak egy rövid búcsú, mely nekünk megadatott

Kérdések?

Eszméletlenül boldognak lenni?
Eszméletlenül szomorúnak lenni?
Mit jelen pontosan boldognak lenni?
Mit jelent pontosan szomorúnak lenni?
Milyen lehet veled együtt sétálni?
Milyen lehet egyedül magányban járni?
Kezed melegen simul-e tenyerembe?
A szél hidegen siratja-e szemeimet?
Vajon látni foglak-e földi létben?
Vajon az volt-e az utolsó ölelésed?

Gondolatok a sportról

A sport az ember életének szerves része. Célja a testedzés, versenyzés, a szórakozás, eredmény elérése, emellett az egészséges életmódhoz is elengedhetetlen.

Akinek komoly céljai vannak a versenysport terén, fontos, hogy minél előbb, már gyermekkorban elkezdjen rendszeresen mozogni képességei fejlesztése érdekében. A hiperaktív gyermekek számára a rendszeres testmozgás nem csupán az energia levezetésére szolgál, bár kétségkívül abban is nagyon sokat segít. Edzés segítségével fejlődik a gyermek mozgáskoordinációja, csapatsportok gyakorlásával pedig a hiperaktív gyermekek könnyebben be tudnak illeszkedni az iskolai közösségekbe is. Vannak olyanok, akik kemény edzések árán érik el azt, ami másnak vele született tehetsége. Szerintem fontos minden sportolási lehetőséget megragadni, mivel egyfajta rendszert ad, mely a tanulásban és majd a jövőben is jól jöhet. Svédországban arra jöttek rá, hogy a tanulók teljesítménye 30 százalékkal attól függ, hogy rendszeresen sportolnak-e.



Nagyon sok sport van a mai világban, amit igazából akár hobbiként is lehet űzni, ilyen pl. a futás, a kerékpározás, az úszás, a TXR, vagy a jóga.

Ezek a mozgásformák általában nincsenek pontos edzésidőpontokhoz kötve, így bárki nyugodtan űzheti ezeket. Sokan unalmasnak tartják ezeket, hiszen vannak, akik több veszélyre, adrenalinra vágnak, azok extrém sportokat űzhetnek.

Sok extrém sportoló nem érzi hol a határ, mivel az ilyen embereknek nincs halálfélelmük akkor, amikor például kiugranak egy 150km/h-val haladó repülőgépből 3000-4000 méter magasságból, vagy mikor több mint 100 m magasan házról-házra ugrálnak, szaltóznak át a parkoursok. Ilyen adrenalin növelő sportok a tandemugrás, bázisugrás, ejtőernyőzés, vadvízi evezés, hegymászás.

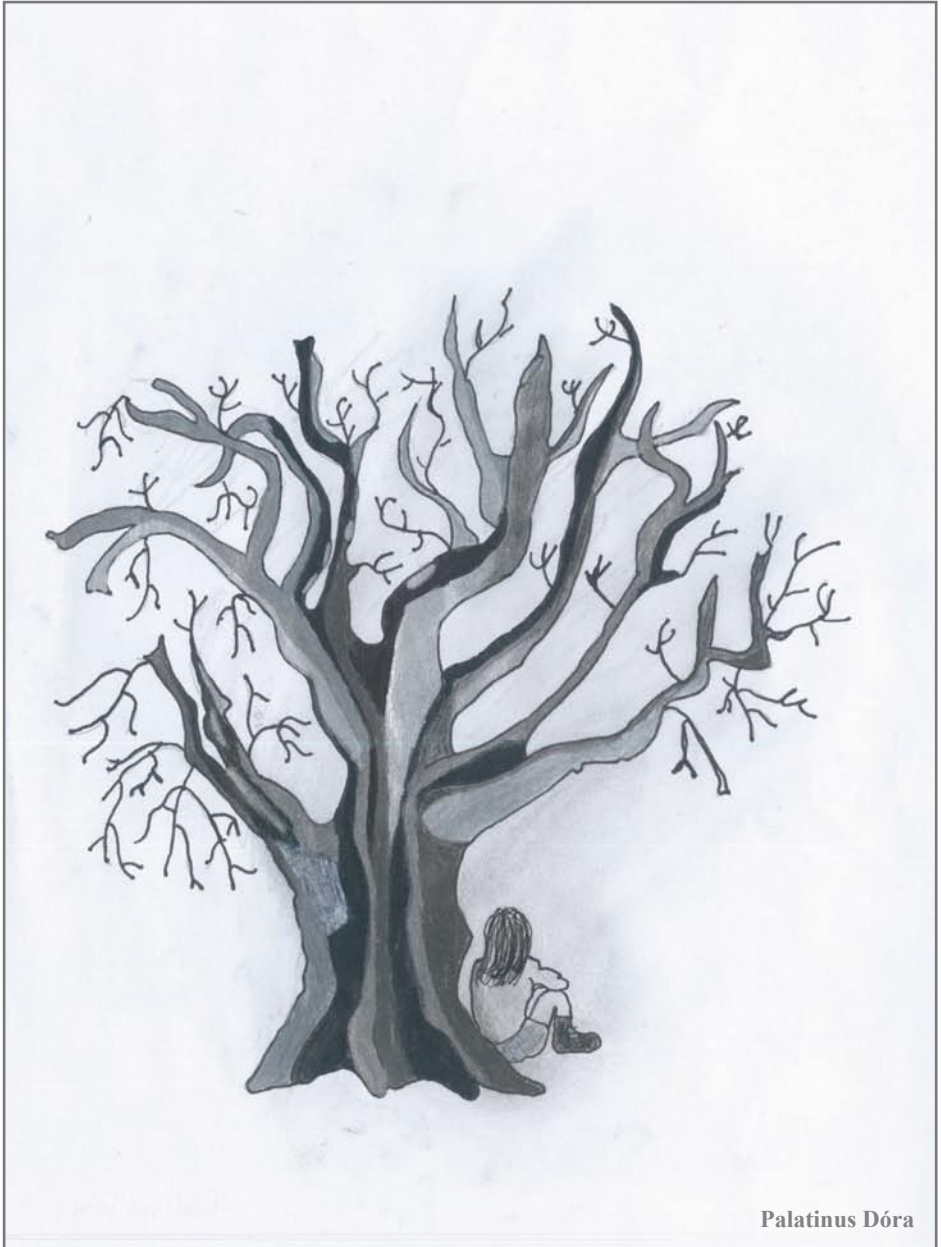
Én jobban szeretem a csapatsportokat, különösen a labdasportokat, amihez elengedhetetlen a labdaérezék és az állóképesség. Fontos benne az összedolgozás, hisz nem egy emberen múlik a meccs kimenete, a siker, hanem az egész csapaton. Ilyen például a kézilabda, futball, röplabda, amerikai futball. Nagyon sok egészségügyi előnye van annak, ha valaki sportol, például csökkenti a stresszt, csökkenti az asztma súlyosságát, megelőzi a betegségeket és a csontritkulást, csökkenti a magas vérnyomást, segít ízületi gyulladás esetén. Az elhízás megelőzésében és kezelésében is kiemelt szerepe van a rendszeres testmozgásnak. Segítségével elégethetők a felesleges kalóriák, így azok nem rakódnak le a szervezet zsírraktáraiban, illetve a testsúlycsökkentéshez szükséges kalóriadeficit előállításában a diéta mellett a sport is fontos tényező.

Sok előnye van a rendszeres testmozgásnak, használjuk ki azokat!

Behán Júlia Gréta

Szekeres Bella





Palatinus Dóra

A király beszéde

Lapunk aktuális témája a magány. Biztos vagyok benne, hogy már mindannyiunkat elfogott ez az érzés, még a legextrovertáltabb extrovertáltakat is.

Szóval, mivel az e félévi topik egy ilyen mélyreható és egyeseknek talán fájdalmas téma, egy olyan filmmel készültem, ami pont nem erről szól.



Először is egy kis törté, mert tudom, hogy mindenki annyira szereti; a film VI. György brit király, a későbbi II. Erzsébet (a mostani brit királynő, tudjátok, aki olyan, mint egy aranyos macskás néni a szomszéd lakásból) édesapjának beszédhibájáról és annak leküzdéséről szól. A király egyébként trónra lépése előtt a york-i herceg címet viselte, és eredetileg az Albert Frigyes Artúr György névre hallgatott. 1923-ban vette feleségül Elizabeth Bowes-Lyont, akitől 2 lánya II. Erzsébet és Margit hercegnő született.

A történetben még fontos szerepet kap Lionel George Logue, aki György király beszédterapeutája, és haláláig jó barátja volt.

Meg persze Churchill. De róla mindenki tudja ki volt, nem? De.

Lépünk is tovább, ennyi törté elég volt mára.

A történet röviden annyi, hogy György király, aki akkor még Albert herceg volt, dadogott. Ez a beszédhiba pedig nem éppen előnyös egy olyan embernél, aki akkor a világ egynegyede fölött uralkodó személy második legidősebb fia.

Ebből kaphatunk egy kis ízelítőt a film első pár jelenetében. Elég kínos pillanatok ezek a nézőknek, hát még a királynak. Utána rögtön kapunk egy kis ízelítőt az akkori logopédia elég érdekes módszereiről...

Érthető okokból a hercegné nincs igazán megelégedve az eredménnyel, így más megoldás után néz. Ekkor bukkan rá Louge-ra, akihez rögtön be is küldi a férjét. Ám a herceget az ausztrál (merthogy Louge ausztrál volt) furesza módszerei nem igazán győzik meg. Telnek a hónapok, és a herceg meglepő módon még mindig dadog. Így kénytelen visszatérni a doktorhoz.

És itt indul be a film. Márha ezt lehet mondani egy történelmi drámánál.

De a sztoriból elég ennyi. Jöjjön egy picit a technikai háttér.

A filmet először David Seidler írta meg, színpadi forgatókönyvként, aki gyerekkorában maga is dadogott, és a darab megírása előtt évekig kutatott Louge és logopédiai módszerei után. Seidler 2005-ben kapott egy ajánlatot, hogy írja át művét, ám ezúttal vászonra.

Louge szerepét a szintén ausztrál Geoffrey Rush kapta, György király szerepét pedig Colin Firth.



Érdekesség még, hogy a yorki-hercegnét játszó Helena Bonham Carter párhuzamosan forgatotta a Harry Potter és a Halál Ereklýéit, ahol Bellatrix Lestrange-et alakította.

A végén még annyit elmondanék, hogy ha teheted, nézd meg. Ha nem, akkor is.

Vadinszky Réka

Körkérdés a magányról

Az ünnepek és az év vége közeledtével újra előtérbe kerül a magány és a magányosság kérdése. Ebben a két hétben, kizökkenve a megszokott hétköznapiokból, felerősödik a „sehova és senkihez nem tartozás” érzése.

A magányról elgondolkodva ezek a szavak jutottak eszembe: egyedüllét, barátok nélküliség, szeretethiány, szeretetlenség... A másik fogalom, mely számomra idetartozik, a kirekesztettség. Erről a hátrányos megkülönböztetés jut eszembe. A kirekesztettség érzése az iskolai életben mindennapos. Az okok lehetnek: az öltözködés, külső-belső tulajdonságok, eltérő anyagi helyzet, esetleg etnikai, vallási hovatartozás.

Néhány kortársammal beszélgettem a magányról, magányosságról, kirekesztettségről, hogy megtudjuk, ők hogyan vélekednek a témáról, érezték-e már magukat magányosnak, hogyan védekeznek ellene.

Először egy szerkesztőségi társamat kérdeztem meg, hogy érezte-e már magát kirekesztve vagy magányosnak, hogyan élte meg, és kihez fordult ilyenkor.

„Ha magányos vagyok, általában ráírok a barátnőimre és szervezünk valamilyen közös programot. Ha nem érnek rá, akkor elfoglalom magam. Könyvet olvasok, vagy zenét hallgatok, esetleg a kutyámmal foglalkozom. Éreztem már magam kiközösítve, ilyenkor olyan volt, mintha az egész világ ellenem lett volna. Nagyon magányos és depressziós voltam.” (Kásádi Krisztina)

„Szerintem a magány egy olyan érzés, ami akkor alakul ki, ha az ember úgy érzi, hogy nincs mellette, vele senki, nem támogatják, és nem segítik az illetőt. Én általában nem szoktam magam magányosan érezni, mert amikor nincsenek a közelemben a barátaim vagy a családom, akkor is tudom, hogy

szeretnek engem, és segítenek mindenben, ha arról van szó. Ha mégis előfordulna, eszembe jutnak az előbb elmondott dolgok, és rájövök, hogy nem vagyok magányos. Még nem kiközösítettek ki, de aki ilyen helyzetben van, biztosan nagyon rosszul érezheti magát, és több dolgot megtennék azért, hogy ez ne alakulhasson ki a közösségekben.” (K.B. ANK)

„Ha magányos vagyok, akkor unatkozom, zenét hallgatok, elzárom a világot magamtól. És azt érzem, hogy engem senki nem szeret. De igazából csak nagyon ritkán vagyok magányos. Igen, voltam már kiközösítve, és nagyon rossz érzés. Rossz látni és érezni, hogy kizárnak téged. Nem mondanak neked semmit, és ők nagyon jól elvannak, te meg csak úgy vagy egymagadban, és ez nagyon nagyon szörnyű érzés.” (K.E.)

„Olyan dolgokat csinállok, melyekhez nem kell társaság. Például olvasok vagy tanulok. (Szoktam írni is, de az ritkább) (N.D.)

Ha alaposan végig gondolom, néha én is beleesek a hibába, hogy kiközösítek másokat, úgyhogy nem ítélem el a kiközösítőket, viszont szeretnék ezen változtatni.

Szerintem az embereknek kell a magány is. Magadat is el kell tudni szórakoztatni, mert nem lehetsz mindig valakivel, és a magány után jobban értékeled a társaságot. Viszont van egy egészséges határ, aminél ha többet vagy egyedül, nehezen fogsz tudni kommunikálni embertársaiddal (tapasztalat). Ja, és az embereket gyakran a ruhájáról szokták megítélni. Ez is tapasztalat. És nincs olyan ember, aki nem! Ezzel csak azt tudjuk kezdeni, hogy adunk az öltözködési szokásainkra.

Egy idézettel zárom a cikkemet: „Kolduló szívnek az ész ritkán ad alamizsnát.” (Kun Erzsébet)

Mészáros Fanni

Testosterone girl

How can we get to despair from one mere question? For example do I want somebody to love? This sentence is interesting, unpleasant and sad at the same time. You know, I think I'll never fall in love because I don't want to... but in the meantime I trust that Destiny won't let this happen. Have you heard „Don't fence in” from Bing Crosby? Maybe you haven't, but the message of the song is clear.

Nowadays I am getting lonelier as it's getting colder outside. HM! Maybe it's perfect like this and so di I... I am a hero, I am skillful, I am brave, I can be serious like a heart attack and I am dominant. If I tell a man I want him, he just gets embarrassed and I need to ask this question 'cause they're too shy to ask... to act!

So are woman strong enough to fight for their lives? What if Sleeping Beauty wakes up and leaves everything behind then just build a life for herself? I know some women who create a lot of amazing things by themselves and they didn't need any help at all. But somehow they stayed empty or kind of disappointed. I believe that a man and a woman can co-operate, that they can fit together. And somewhere, deep in my heart, I do wish a man was on my side.

„Every woman wants to be rescued.”-said one of my friends as we were talking about this topic. In my opinion it is very sad and disappointing.Do we really need a Prince Charming to rescue us? ...Someone who makes us complete. Whom we could tell „You're all that matters to me.”

And what if I don't let a man to save me? Here he comes, such a perfection, but somehow I back up and I don't give him a chance at all. I'm scared of intimacy and this trusting-people-thing isn't



my resort either. Maybe I shouldn't be too much of a carrierist, control freak egoist jerk. You know, even if you have problems with others you are not perfect either. You could change but actually you don't want to. And that's the reason I stay alone, I am such a narcissist, stubborn person...and the worst is that I like it!

Brigitta Kovács

Tesztoszteron lány (Egy zaklatott elme vallomásai)



Hogyan juthatunk el a kétségbeesésig egyetlen puszta kérdéstől? Mint például, szeretnék valakit szeretni? Ez a mondat érdekes, kellemetlen és szomorú egyszerre. Tudod, szerintem sosem fogok szerelembe esni, mert nem is akarok, de közben bízik a sorsban, hogy ezt nem fogja megengedni. Hallottad a „Ne keríts be”-t Bing Crosby-től? Talán nem, de az üzenet egyértelmű.

Mostanában egyre magányosabb vagyok, ahogy odakint húll az idő. Hmmm! Talán ez így tökéletes és én is... hős vagyok, ügyes vagyok, bátor vagyok, olyan komoly lehetek, mint egy szívroham, és

domináns vagyok. Ha azt mondom egy férfinak, hogy akarom őt, ő csak zavarba jön, és ezt nekem kell megkérdeznem, hisz ők túl nyuszik, hogy megkérdezzenek... hogy cselekedjenek!

Tehát elegendő a nők ahhoz, hogy maguk harcoljanak az életükben? Mi van, ha Csipkerózsika felkel, mindent maga mögött hagy, és aztán kiépít magának egy életet? Ismerek néhány olyan nőt, aki sok elképesztő dolgot hozott létre magától, és nem volt szükségük segítségre, egyáltalán. De valahogy mégis üresek, olyan csalódottak maradtak. Hiszek abban, hogy egy nő és egy férfi tud együttműködni, hogy passzolnak egymáshoz. És valahol a szívem mélyén azt kívánom, bárcsak itt lenne velem...

„Minden nő azt akarja, hogy megmentsék.”- mondta egy barátom, ahogy épp erről a témáról beszélgettünk. Az én véleményem, hogy ez rendkívül kiábrándító, de másrészt, kell nekünk Szőke Herceg, hogy megmentsen minket? ...Aki kiegészít minket. Akinek azt mondhatjuk -”
„Te vagy nekem minden, ami számít.”

És mi van, ha nem engedem a férfiaknak, hogy megmentsenek? Ottjön ő -micsoda tökéletesség-, de valahogy visszalépek, és nem adok egyetlen esélyt sem a srácnak. Félek az intimitástól és ez a „bízzak az emberekben” ízé sem az én asztalom. Talán nem kellene olyan karrierista, irányításmániás, kemény, egoistának lennem. Tudod, még ha vannak is problémáid a többiekkel, magadban is vannak hibák, amiket megváltoztathatnál, de gyakorlatilag nem is szeretnéd. És ezért maradok egyedül, annyira, de annyira nárcisztikus és makacs vagyok... és a legrosszabb, hogy ez tetszik!

Kovács Brigitta

Ház az erdő alatt

Sötét volt, egyedül sétáltam egy elhagyott erdőben. Ne kérdezd, miért tettem. Pontosan én sem tudnám megmondani. Talán csak egy kis magányra vágytam a nagyváros nyüzsgése után. Félelmetesnek kellett volna lennie. Vaksötét volt, furcsa zajok hallatszódtak, de mégsem féltem. Csak nyugodtan lépkedtem tovább, egyre beljebb a rengeteg közepe felé. Hirtelen halottam egy az eddigieknél nagyobb zajt, talán egy ág törhetett el, vagy zuhanhatott le a már idős fáról, mert az nem bírta tovább tartani a törzsére nehezedő súlyt. Még mindig nem féltem, csak haladtam egyre messzebb az ismert világtól az ismeretlenbe.

Egyszer csak kiugrott elém egy hófehér nyuszi a sötétségből. Nem ijedt meg tőlem, csak meredt rám aranyos kis szemével. Közelebb ugrált a lábamhoz, majd megfordult, és elindult. Pár métert arrébb ugrált, majd hátrafordult. Úgy éreztem, követnem kell, a nyuszi nyomába eredtem. A fehér kis állat továbbment, nem sokkal később megérkeztünk az erdő közepére.

Egy is körben nem voltak fák. Így a hold pont megvilágította a sötétség közepét. A nyuszi beugrált arra a pontra, ahova a hold sütött, majd felugrott háromszor. A harmadik ugrás után eltűnt. Kerestem, szólítottam, de nem jött elő. Ekkor úgy döntöttem, kíváncsiságból én is megteszem, mait új útitársam tett. Felugrottam háromszor, majd az utolsó szökkenésnél feltárukt alattam a föld, és a mélybe zuhantam. Valami puha, mohaszerű képződményre estem, melynek furcsa, rózsaszínes árnyalata volt. Odalent már nem a sötétség uralkodott, de nem is a fény. Pont annyira volt világos, hogy magam körül még nem láttam, mi van, vagyis hogy mi lehet. A sötétből szökdéceléseket hallottam. Azt hittem, hogy a nyuszi tér vissza, ám tévedtem, egy őz volt. Ő sem ijedt meg tőlem, hanem közelebb jött, és az orrával megpiszkálta a kezem. Megsimogattam,



majd elindult ugyanarra, ahonnan jött. Én pedig követtem az újabb sejtelmes, rejtélyes sötétbe. Ahogy egyre beljebb mentünk, egy teremben találtam magam. Nem is terem volt, inkább egy furcsa hely. Nem láttam biztosan, van-e oldala, de sejtettem. Végül is a föld alatt vagyunk, valahol kell lennie valami falnak, ami elválasztja a helyet a föld rétegeitől.

Ezen a helyen rengeteg furcsa dolgot láttam. Nagy részüket nem értettem, hogyan lehetséges. Például azt, hogy a föld alatt miért vannak fák. Az egész hely olyan volt, mint egy kiskert. Rengeteg növény volt ott. De a legszokatlanabb mégis, hogy világos volt. Pedig nem láttam nyílásokat, lámpát vagy bármit, mai fényt adhatna.

Miközben körbenéztem, az őzike észrevétlenül eltűnt. Már éppen befejeztem a bábémszokodást, mikor valaki kedves hangon a nevemen szólított: „Emma, Emma!”

Megfordultam, és egy barátságosnak tűnő anyóka állt mögöttem. Még mindig nem félttem, bár nem tudtam, hogy honnan tudhatja a nevem. De szerencsére nem kellett kérdeznem, tudta, mi érdekel legjobban. Így azt mondta:

-Tudom, hogy sok kérdésed van, és én már nagyon vártam, hogy végre elmondhassam. De tudod, én már idős vagyok, szóval menjünk be a házikómba, és egy levendulatea mellett elmeséltem az egészet.

Ahonnán az idős asszony kijött, két fa között volt egy ösvény. Kavicsokkal volt teleszórva és levendulák nyíltak mellette. A néni útközben szedett egy csokorral a növényből, majd elértünk a házhoz. Apró kis építmény volt, egy faház. Úgy tűnt egyetlen helyiségből áll az egész, ám amikor beléptünk, nagy meglepetés ért. Tágas, otthonos terek fogadtak. Amíg én körülnéztem, az anyóka vizet forralt a teáához, majd mikor készen lett, szólított, hogy üljek asztalhoz. Bátortalanul, de nagyon kíváncsian léptem oda. Helyet foglaltunk a fából kifaragott, díszes körasztal mellett. Majd mesélni kezdett: „Olyan boldog vagyok, hogy itt vagy. Nem is tudod, hogy milyen régóta várom ezt a pillanatot, de végre eljött. Gondolom, sejtésed sincs, hogy ki lehetek.” A fejemet ráztam. „Gondoltam, nem is baj. Honnan is tudhatnád? Még csak öt éves voltál, amikor mindenki azt hitte, hogy meghaltam. De mint láthatod, élek., és most boldogabb vagyok, mint valaha. Gondolom, furcsának találsz, hogy valaki egy kis mesebéli alagsori erdőben él. De muszáj volt. Odafönt nem volt boldog, nyugodt életem, amilyenre mindig is vágytam.

Egy nap, gondoltam sétálok egyet, hátha kitiszdul a fejem, és megnyugszom. Nem szándékosan jöttem erre. csak hívott a rengeteg. Aztán ideértem a hold fényének lábához. Majd elaludtam. Nem tudom pontosan, hogy mikor ébredtem fel, csak annyit, hogy idelent tértem magamhoz. A kis nyuszi



mellettem ült az őz társaságában. Madárcsicsergést hallottam. Kiléptem az ajtón, és nem tudtam, hogy hol vagyok, nagyon megrémültem, kerestem a kijáratot, de nem találtam sehhol.

(folytatás következik)

Meláth Brigitta

Egy magányos versről

Bár tudom, hogy a verselemzés nem éppen újságírói műfaj, de mivel a magány témája rengeteg műfajban megjelenik: film, zene, könyv, úgy érzem, hogy érdemes a téma kapcsán beszélni a versekről is. Csokonai egy versét fogom megvizsgálni, és bármilyen meglepő, nem A magánossághoz című. A mű eredetileg A füredi parton címet viselte, jelenleg a tihanyi Echóhoz címen ismerjük.

Csokonai rokokó verseiben az élet és a szerelem többnyire összekapcsolódott az idillel, a játékosággal és az örömmel. De ennek a versnek a műfaja elégikus óda, mivel rengeteg szomorúság van benne, viszont a költő dicsőíti az Ekhót, mely a tihanyi visszhang megszemélyesítése. A versben a rokokó mellett szentimentalista elemek is találhatóak leginkább az érzelmek középpontba állításával. Az érzelmek főként a magány és a szomorúság vetületében jelennek meg: „Nincsen, aki lelkem vígasztalja, /Oly barátim nincsenek”. A magány érzése két szinten tör felszínre, egyrészt a természetben, ahol a költő társra lel, illetve a társadalomban, ahol a középpontban az egyedüllét és a szerelemvesztés van.

A két záró versszakban a lehetséges jövőt a természet „társaságában” megélt, a halálig önként vállalt, bölcs, ám fájdalmas magányt mutatja be. Megjelenik mellette egy olyan utókor eljövetele, amelyben a költői érdem elismerést nyer.

Azért lehet mindenki számára fontos a vers, ha a magány témájára gondol, mert látszik az érzésekből a kiút, a sötét halál képe mögül felsejlik a remény, melyben az utókor részei lehetünk, egy boldogabb időben emlékezhetnek ránk.

Kásádi Krisztina

Instagram vs. facebook

Nem is tudom, hogy mióta az életem része a közösségi média, de már ott van a mindennapjaimban az instagram és a facebook is. Káros szenvedély? Meglehet. Sőt.. De nem bírnám elengedni. A „drogom” lett, mint minden mostani tinédzsernek, korombelinek.

Emlékszem, mikor felkapott lett a facebook, mindenki oda volt érte. Nekem, ha jól emlékszem, alsós koromban már volt profilom. Akkor még nagyon a hatása alatt voltam az internet világnak. Az idő múlásával egyre több időt töltöttem vele, de később a platform átalakult. Egy hirdetésekkel telerakott szemét lett. Már nem kötött le annyira, és úgy tudom, hogy ezzel nem voltam egyedül.. Nem sokat kellett várni és felbukkant az olyan jól ismert instagram, ami még most is a virágkorát éli. Személy szerint a megszállottja vagyok, és inkább ezt választanám, mint a facebookot. Azonban ennek is van hátulütője, mint minden másnak. Ez a közösségi oldal tönkretett, és szerintem sok más embertársamat is. Hogyan történhetett ez? Instán mindenki posztolja, hogy milyen tökéletes, kialakult egy mintakép, hogy hogy kellene kinéznie minden srácnak és lánynak. Mindenki olyan akar lenni, mint ezek a „műemberek”, de ez lehetetlen. Ezeket a képeket látva rájövünk arra, hogy nem vagyunk tökéletesek, hogy nem mi vagyunk a legjobbak, és nem tipikus modell alkatú emberek vagyunk. Ezzel leromboltuk az önbizalmunkat, és nap mint nap tovább romboljuk.

Ezek a közösségi oldalak már az életünk részei. Meg kell tanulni külön választani a virtuális és valós világot.

Kásádi Krisztina



vagány

WAR