

VIII. szám 1978

BARÁTNŐ

ára 4. — Kés, Magyarországon 10. — Ft



Leveleink...



Megjelenik évente ki-
lencszer — Kiadja a
Szlovákiai Nőszövetség
KB Živena kiadóvállala-
tata, 897 19 Bratislava,
Nálepkova 15 — Vezető
szerkesztő: Haraszt-
Mészáros Erzsébet —
Szerkesztőség 801 00
Bratislava, Martanovi-
čova 20 — tel. 549 25
— Ára 4,— Kés — Elő-
fizetési díj az I. félévre
20,— Kés, a II. félévre
16,— Kés — Szedés és
fotoretusálás: Východo-
slovenské tlačiarne, n.
p., 042 67 Košice, Šver-
mova 47 — Nyomja:
Polygrafické závody, n.
p., Bratislava-Krasňany
— Terjeszti a Posta
Hírlapszolgálatára PNS
— Megrendelhető bár-
mely postahivatalban
és kézbesítőnél. Csekk-
számom: 45913 —
A külföldi megrendelése-
ket a Posta Központi
Sajtközlési Szolgálatára
— PNS — Ústredná
expedícia tlače, Bra-
tislava, Gottwaldovo
námestie 48/VII. intézi
el — SÜTI 6/21 enge-
délyével. Magyarorszá-
gon terjeszti a Magyar
Posta. Előfizethető bár-
mely postahivatalnál,
a kézbesítőnél és a
Posta Hírlap Irodánál
(Budapest 1900, József-
nádor tér 1) — Elő-
fizetési díj egyéni, évi
90,— Ft. Példányonkén-
ti ára változatlan.
Csekkszámom: MNB
215-96162.

Cimlapunkon
Nádor Ilona felvétele

7–10 évesek

Molnár Éva, 076 53 Boľ 152, okr. Tre-
bišov, ČSSR
Balogh Edit, 5500 Gyoma, Lenin út 71,
Magyarország
Luboš Kubalec, 930 39 Zlaté Klasy —
Rastice, okr. D. Streda, ČSSR
Královics Ingrid, 941 22 Zemné 215,
okr. Nové Zámky, ČSSR

12–15 évesek

Szokol Szilvia, 937 01 Želiezivce, Gor-
kého 3, okr. Levice, ČSSR
Kadlicskó Éva, 7632 Pécs, II. ker.
Krisztina tér 2/2, Magyarország
Molnár Judit, 6090 Kunszentmiklós,
Kossuth L. u. 59/C, Magyarország
Diczkó Magdolna, 076 53 Boľ 136, okr.
Trebisov, ČSSR
Varga Zsuzsanna, 076 35 Somotor 228,
okr. Trebišov, ČSSR
Bakonyi Márta, 8192 Hajmáskér, Dó-
zsa, u. 11, Magyarország
Bokor Edina, 9730 Kőszeg, Hunyadi u.
15, Magyarország
Vigh Aranka, 5700 Gyula, Budapest
krt. 44/1, Magyarország
Zsigó Mária, 946 32 Marcelová, Hlavná
ul. 4, okr. Komárno, ČSSR
Bukovszki Attila, Kecskemét, Város-
föld 2,10/202, Magyarország
Horváth Nóra, 8192 Hajmáskér, Rákó-
czi u. 21, Magyarország
Lóránt Katalin, 8981 Gellénháza, Kos-
suth út 49, Magyarország
Kiss Éva, 2254 Szentmártonkátá, Tán-
csics M. u. 3, Magyarország
Borka Erika és Cserba Regina, 93576
Sazdice, okr. Levice, ČSSR
Szabó Krisztina, 5600 Békéscsaba, Mun-
kácsy u. 7, Magyarország
Csonka Zsuzsa, 2100 Gödöllő — Méh-
észt, Magyarország
Erdei Ilona, 3922 Tokharkány, Sport u.
3, Magyarország
Liszi Zsuzsa, 1149 Budapest, Egressy
út 74, Magyarország
Fedor Mária, 076 43 Čierna n/Tisou,
Boľany 150, okr. Trebišov, ČSSR
Bakaity Éva, 6725 Szeged, Kanizsai u.
11, Magyarország
Ladmer Mária, 5946 Békéscsaba, Alkotmány u. 76, Magyarország
Nagy Jolán, 2300 Ráckeve, Zrínyi M.
u. 11, Magyarország
Turós Zsóka, 3400 Cluj-Napoka, Cara-
giale Nr. 10, II/16, RRS
Bidécs Mária, 980 42 Rim. Seč, Rad-
novce 123, okr. Rim. Sobota, ČSSR
Hidvégi Zsuzsanna, 3390 Fűzesabony,
Landler Jenő u. 2, Magyarország
Harmati Erzsébet, 3390 Fűzesabony,
Maklári út 31, Magyarország
Polgár Judit, 7100 Szekszárd, Vincel-
lér út 63, Magyarország
Tóth Erzsébet, 076 35 Somotor-Bodrog
50. okr. Trebišov, ČSSR
Hanol Erika, 7100 Szekszárd, Ybl-lktp,
12, Magyarország
Orosz Anasztázia, 176 43 Čierna n/Ti-
sou, Boľany 173. okr. Trebišov, ČSSR
Fehér Anita, 7100 Szekszárd, Ezerjő u.
25, Magyarország

Tuboly Ágnes, 8800 Nagykanizsa, Kis-
rác u. 14, Magyarország
Drahoš Ágnes, 3770 Sajószentpéter,
Batthyányi út 20, Magyarország
Vajányi Jolán, 044 73 Buzica, Rešica
47, okr. Košice, ČSSR

16–19 évesek

Dencs Zsuzsanna, 3000 Hatvan, Tizes-
honvéd u. 4, Magyarország
Nagy György Ilona, 6922 Földeák, Ér-
mellék u. 11, Magyarország
Baráth Zsuzsanna, 6724 Szeged, Sárosi
u. 7/B, 317, Magyarország
Kovács Anna, 980 24 Padarovce 34, okr.
Rim. Sobota, ČSSR
Farkas Zsuzsanna, 2461 Tárnok, Temp-
lom út 3, Magyarország
Bence Ildikó, 2461 Tárnok, Béla út 45,
Magyarország
Dikó Gabriella, 5000 Szolnok, Dr. Sza-
na A. út 26, I/4, Magyarország
Recska Judit, 941 31 Dvory n/Žit. ul.
K. Zetkinovej 3, ČSSR
Székely Enikő, 4025 Debrecen, Dimit-
rov u. 2, I/13, Magyarország
Vendég Gabriella, 946 21 Velké Kosi-
hy, okr. Komárno, ČSSR
Galamb Piroška, 9700 Szombathely, Lé-
ka u. 1, Magyarország
Michalik Gizella, 945 01 Nové Zámky,
Murgašová 65, Ubytovňa Tesla, ČSSR
Vojtko Margit, 076 35 Somotor — Bod-
rog 101, okr. Trebišov, ČSSR
Kocsis Erika, 076 35 Somotor — Bodrog
52, okr. Trebišov, ČSSR
Guzi Aranka, 076 35 Somotor — Bod-
rog 63, okr. Trebišov, ČSSR
Holéczy Livia, 040 01 Košice, Branis-
ková 5, ČSSR
Farkas Margit, 925 42 Trstice 745, Hlav-
ná ul. okr. Galanta, ČSSR
Líktor Brigitta, 3013 Ecséd, Szabadság
u. 77, Magyarország

Magyarországi fiatal házaspár szívesen
levelezne és kötne ismeretséget cseh-
szlovákiai magyar házaspárral. Levele-
ket válthatnának magyar-román-orosz
nyelven. Címük: Zsonda István, 4027
Debrecen, Ibolya u. 13, II/9, Magyar-
ország.

Magyarul tudó fiatal házaspárral szer-
etnénk levelezni és barátságot kötni.
22 és 27 évesek vagyunk. Címünk:
Szabóné, Laurinyec Judit, 5600 Békés-
csaba, Egressy u. 31, Magyarország

Magyar nyelven szeretnénk levelezni
korban hozzánk illő házaspárral. 33–36
évesek vagyunk, két kisgyermek szü-
lei. Címünk: Horváth Tiborné, 8355
Vindorna-szőlős, Kossuth u. 33, Ma-
gyarország

Pedagógus házaspár (50 évesek) keres
levelező partnereket, akikkel szívesen
kötnének személyes ismeretséget is.
A levélváltás akár magyar, akár szlo-
vák nyelven folynhat. Címük: B. Kút-
na, 940 01 Nové Zámky, Nábrežná 131,
T/3, ČSSR.

Kedves Olvasóink!

Nincs olyan falu vagy városka, ahol évente egyszer — rendszerint késő ősszel, tél elején — ne szakítanának időt az idős emberek szépen megrendezett, ünnepi köszöntésére. Nőszervezeteink, a Vöröskereszt szervezete, a nemzeti bizottság — óvodások, iskolások körülveszik ilyenkor figyelmességükkel azokat, akik már elvégezték munkájukat, életük rájuk rótt feladatait teljesítve pihennek.

A társadalom tisztelgése ez előttük, a figyelem virágcsokra a nyugdíj mellé De a hozzátartozók — a gyermekek, az unokák — vajon az év többi napján hogyan törődnek az öregekkel?

Tele tapasztalatokkal, emlékké szépült életküzdelmükkel hányszor szeretnének segíteni nekünk. Elmondani, mi hogyan volt, mit hogyan csináltak? Két világháborút megélték, szemük láttára, kezük munkája által épült fel egy egészen új világ.

Nekünk építették fel, és most anyagiakkal ellátva ugyan, de mégsem találják már benne teljesen a helyüket... talán nem is a helyüket, sokkal inkább minket, gyermekeiket és még inkább unokáikat. Mások lettek a szokások, az életünket meghatározó értékrendek, mint az ő idejükben voltak.

Az ő fiatalokukban földben, lóban, tehénben mérték a falusi emberek álmát, vágját. Egy öltözet ünneplő ruha, egy pár csizma a fiatal emberszámba emelte... Egy ágy a beleváló dunnával, párnákkal elég kellett legyen a családalapításhoz, a házasságkötéshez. Aztán meg kellett szokniuk az egybeszántott barázdák nyomán közös tulajdonná váló föld szeretetét. A kocsiszín lebontását, a garázs építését. Szekrényeinkben a számtalan ruhát, cipőpolcainkon a tucatszámra sorakozó cipőket. Azt is, hogy gyerekeknek, unokának sok helyütt már autó az érettségi ajándék, a házasulandóknak ház, komplett bútor a nászajándék...

Közben halk szavukra, méltatlankodásukra, mesélésükre, hogy azelőtt jobban tudtak örülni egy új tálnak, párnának, mint a mai gyerekek az egész háznak — már oda sem figyelünk. A villanyfényvel, tévével ki-szorult a szobáinkból a téli szürkületnek csöndes mese-

szava, nagyszülők múltba révülő emlékezése. Gyermekeink magnót harsogtatnak, lemezt hallgatnak, nem az ő sok hasznos tanáccsal, élettapasztalattal elmondott szavukat.

De lassan mi is emlékezni kezdünk, mai idős emberek gyermekei... És korban, tapasztalatban öregedve, egyre jobban megértjük kedves szüleinket, nagyszüleinket, hozzátartozóinkat, ismerőseinket... Ilyenkor szeretnénk mindent bepótolni, amit eddig sietségünkben, dolgunkban, gondunkban, gyermekeinkkel törődve elmulasztottunk.

És eszünkbe jut a régi mese, amiben a szegény embert megkérdezték, miből él. Azt felelte, három garas a keresetem, de egyből élek. Mert egyből adósságomat fizetem, a másikat meg kölcsön adom.

Mi, mai felnőttek is a szegény ember tisztességével akarunk gazdálkodni életünkkel, keresetünkkel. Adósságunkat kell törleszteni: a minket fölnevelő idős emberekkel kell törődnünk, megadnunk nekik, amivel tartozunk. Munkájukért, szeretetükért, fölnevelésünkért, küzdelmes életükért. És kötelességünk, hogy előlegbe, kölcsönbe adjuk gyermekeinknek, amit kell: nevelést, ellátást, szeretetet. Mert csak így adható tovább a példa, példánk: hogy velünk szemben is törlesszék egykor a kölcsönt.

Szeretetből, türelemből, figyelemből gyűjtött, osztott „keresetünk”, vagyonunk — jó lenne, ha arányban lenne anyagi javainkkal, mert hiába lenne fényes házak sora, tele gyönyörű bútorokkal, drága kocsik a garázsban, ha nem melegítené benne egymást az emberek szeretete. És addig adjuk egymásnak, mindenkinek a gondoskodás és a hála virágait, amíg örülni tudnak neki. Többet ér az élőnek a jó szó, betegsége idején egy pohár víz, mint holtában a legdrágább síremlék.

Ezek a gondolatok jussanak eszünkbe, ha rohanunk, ha önző módon bezárnánk mások gondja előtt házuk kapuját... Talán nyugodtabb lesz központi fűtéses szobáinkban mindannyiunk álma...

A BARÁTNÓ SZERKESZTŐSÉGE

MAKRAMÉ falidísz

Két, nagyon egyszerű díszítésű kovácsvágási (rozsnói járás) gyűrősurcot (kötényt) mutatunk be olvasóinknak. Mindkettő kendervászonra készült szálszámolás után, itt keresztzúrással, vagy keresztnek nevezett, keresztöltéssel.

Az első surcnál (1. kép) a hímzés széthúzódik a ruhadarab teljes alsó felén. Mintaszerkezetét két vízszintes csíkra bonthatjuk. Az alsó szabályos csík igen szép, változó ritmusú, leveles-rózsás ismétlődő motívumokból tevődik össze, (a rózsákat gondolatban egy hullámlíniára fűzhetjük fel középpontjaiknál fogva). A felső minta szabályos csíknak nemigen tekinthető. Folyamatos összekapcsoló elem az egyes motívumok közt nincs, mégis a monogram betűi az alattuk szimmetrikusan elhelyezkedő nagyobb virágokkal és a



sarkas keret virágmotívumaival — ez utóbbiak mintegy kezdő- és végpontjai lehetnének a csíknak — az alsó csíkhhoz hasonló, változó ritmusú, elemeikkel szorosan egymáshoz kapcsolódó mintaszerkezetet képeznek.

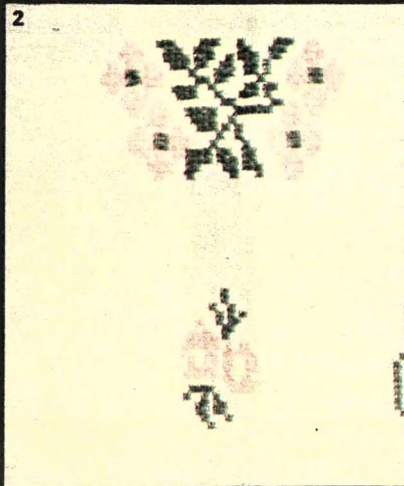
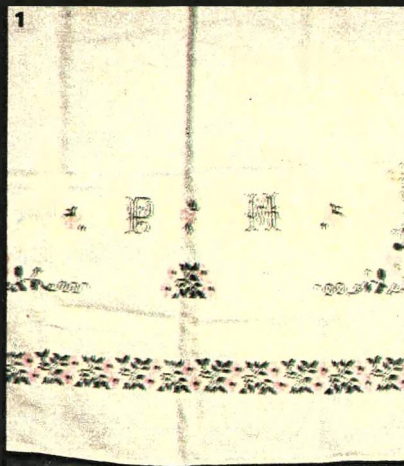
Főmotívum a monogram két betűje az alsó virágokkal. Ezek együtt szabályos háromszöget alkotnak. Figyeljük meg, hogyan ragadott ki a hímző az alsó csíkból egy motívumot s emelte önállóvá. (2. kép)

Töltőelemek a betűk közti kisvirágok és inkább annak tekinthetők — a jó érzékre valló ritmus szerint — a sarkas keret virágai is.

A mintaszerkesztés fő elve a szimmetria, mely egyben a szerkezet ritmusát is megadja. Nem tereli el figyelmünket erről a kellemes súlypontozásról a színek kombinációja sem, mely nagyon egyszerű, zöld és tüdőszínű.

A másik surc (3. kép) díszítésének erőteljességét — végletes egyszerűsége mellett az élénkpiros szín és a tömöttebb minta teszi. A hullámlíniás kapcsolódó tulipán csík a surc alsó szélén és a visszahajtott rész szélén ugyanabba az irányba hajlik. A minta egyszerűségéhez jól választott a dús kötésű rojtozás, amit Kovácsvágáson így mondanak: „ki van kötve”. A készítő keresztnevének kivarrása arról tanúskodik, hogy a ruhadarab fiatalabb száradunknál.

KOCSI ARANKA



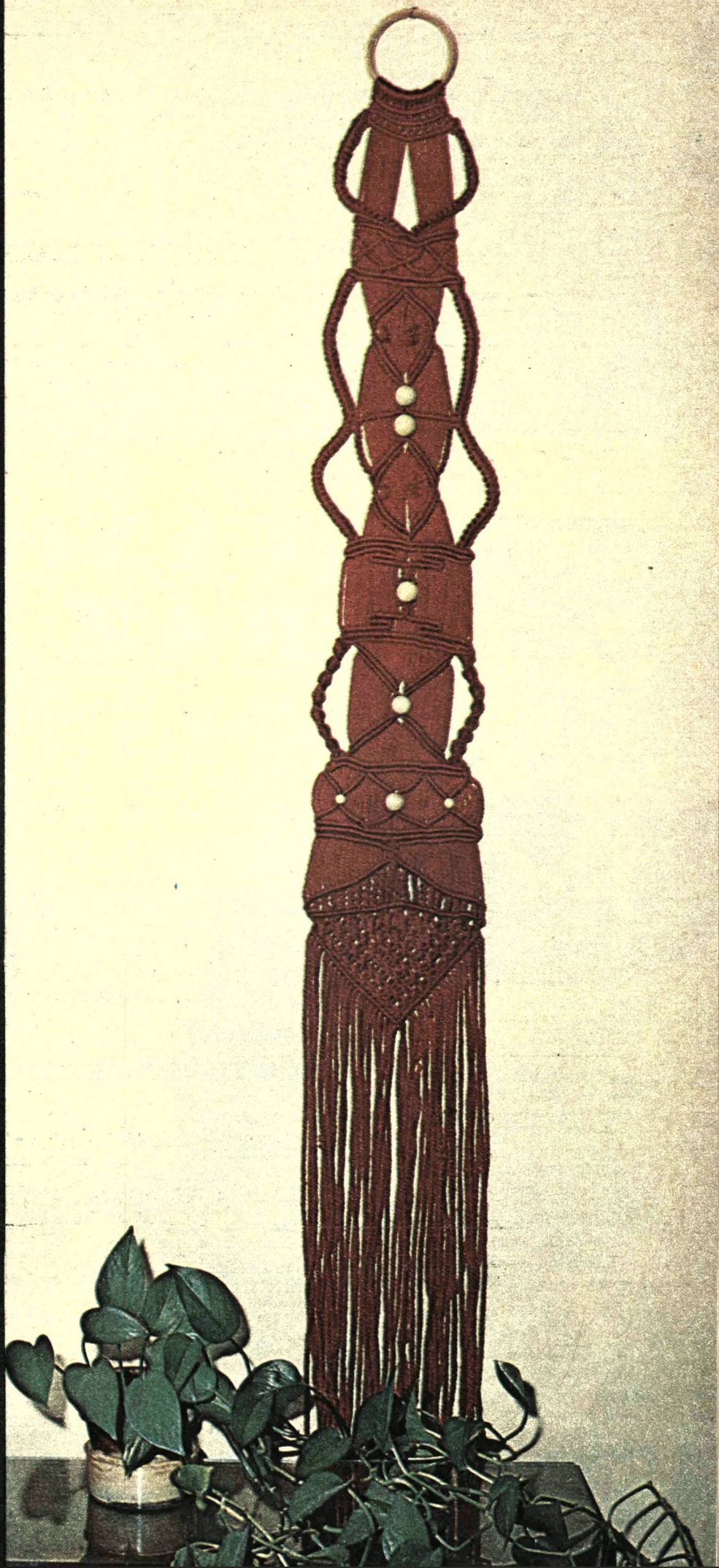
● Hozzávalók: 15 dkg piros Karavan fonal, fakarika (a bizsuüzletben kapható), 5 db nagyobb, 2 db kisebb fagyöngy.

● Munkamenet: kötélhurok, kétoldali laposhurok, lánc- és hurokcsomózás.

A fakarikára 6,5 m fonalat kötélhurokkal ráerősítünk. A jobb oldali fonatra vízszintes hurokcsomót kötünk. A második sorban minden második fonallal vízszintesen hurokcsomót készítünk, amely az első ablakot alkotja. Az első és második sort megismételjük, de a csomókat jobbról balra kötjük. Egy sort vízszintes laposhurokkal készítünk, amelybe belekötünk 5,5 m-es fonalat. Mind a két oldalon 4 szállal 22 dupla csomót készítünk, amely a külső ablakocskákat alkotja. A közepén 20 száll marad. Azután ferde laposhurokat készítünk a szélétől a közepéig, amelyekkel dupla lapocsomózást alkotunk. Ugyanarra a vízszintes fonatra egy sor hurokcsomózást készítünk. Két ferde hurokcsomózású sossal alkotjuk a közepén a négyzeteket. Két sor vízszintes hurokcsomózással folytatjuk és mindkét oldalon 3 m hosszú fonalat (32 száll) adunk hozzá. Mind a két oldalon 4 fonallal

1. Tüdőszínű gyűrősurc
2. Virágokor (főmotívum) az első surc-ról
3. Tulipános gyűrősurc
4. Tulipánmotívum a második surc-ról

48 dupla laposcsomózást készítünk. Majd a közepén ismét négyzetet alkotunk dupla laposcsomózással. A négyzet elkészítése után a két középső fonatra ráhúzzuk a fagyöngyöt. A közepétől a széléig egy sort vízszintes hurokcsomóval készítünk. A sor szélétől a közepéig hozzávesszük a szalagot, a 25. dupla csomózást, a vízszintes hurokcsomózást és együtt kötjük. A közepén ráhúzzuk a gyöngyöt és a négyzetet megismételjük, de két fonallal a négyzet közepéig lánchurkot alkotunk. Azután két sort vízszintes kötélhurokkal. A szélétől a közepéig lánchurkot készítünk úgy, hogy a közepén 6 fonalat nem kötünk. Innen a széléig 7 lánchurkot kötünk, majd visszatérünk a közepére. A közepén 4 szálból két dupla laposhurkot készítünk, amelybe belefűzzük a gyöngyöt, majd ismét két dupla laposhurkot kötünk. Utána ellenkező irányba készítjük a lánchurkot, mint az utolsó öt sorban. Mind a két szélén hozzáadunk 2 m hosszú fonalat (36 szál). A széleken 6 szálból 40 lánchurkot készítünk. A középső szálaból a szélétől a közepéig 2 sor ferde kötélhurokba belefűzzük a 2 gyöngyöt. Ismét 2 sor vízszintes kötélhurkolást készítünk és a széleken 2 m hosszú fonalat hozzávesszünk (40 szál). A fonalakat 3 részre osztjuk — 12, 16, 12 — és mind a három részen két sor ferde kötélhurkot X alakba. A közepébe a kisebb részbe belefűzzük a kisebb gyöngyöt, a nagyobb rész közepébe a nagyobb gyöngyöt. Azután egész szélességben 3 sor vízszintes kötélhurkot alkotunk. A közepén 4 szálból dupla laposhurkot készítünk. A közepétől a széléig egy sor ferde kötélhurkot kötünk. Két-két szálból lánchurkot alkotunk: a szélén kevesebb, a közepén több a fonal, hogy az alsó rész kiegyenlítődjön. A motívumot egy sor vízszintes kötélhurokkal zárjuk, a szélén hozzáadunk egy-egy 1,5 m-es fonalat (44 szál). A következő sorban 4—4 szállal dupla laposhurkot készítünk. Minden következő sorban egy dupla laposhurokkal kevesebbet készítünk, míg egy dupla laposhurkok marad. A háromszöget dupla laposhurokkal zárjuk, s mindkét oldalon ferde kötélhurokkal. A fennmaradt szálakat kifésüljük és szükség szerint kiegyenesítjük.



A közelmúltban tudatunkba bekerült „táncház” szó nem új keletű. A ma élő hetvenes évek korosztály, ha nem is ebben a nyelvtani szóalakban, de rendszeresen találkozott vele. A faluközösségek fiatalosága a legtöbb esetben mulatságaikhoz kibérelt egy házat. (Leggyakrabban a pásztor házat.) Itt az illető közösség által meghatározott rendszerességgel találkoztak. Ezekben gyakrabban szórakoztak, mint a falu nagy multságain, ahol a megfogadott bandák zenéltek. A táncházakban akár egy dudás, citerás vagy hegedűs, esetleg a Kárpát-medencében ismert háromtagú banda (hegedű, kontra, bőgő) játszott.

Erdélyben, főleg a Mezőségben az ilyen jellegű házakat még ma is táncházaknak hívják. Némelyik faluban három, négy is van belőlük. A gyűjtések során Dél-Szlovákiában nem találkoztunk ezzel a kifejezéssel, de ami a táncház fogalmába tartozik, az itt is élő valóság volt. Errefelé dudaháznak, csordásháznak hívták.

A ma egyre inkább elterjedő táncházak újkeletűek. Kultúrházakban, ifjúsági klubokban tartják őket. Elsősorban a szórakozást, a néptánc nyelvének megismerését, igazi közösségek kialakulását szolgálja. S ami ezeknél is fontosabb, a anyanyelvi kultúra és a hagyományörzés, amelyeknek a mai táncházak otthont adnak.



TÁNC HÁZ

Vezeti:
QUITTNER JÁNOS

BEVEZETŐ A NÉPTÁNCMŰVÉSZETBE

Ha néptáncról beszélünk, elkerülhetetlen, hogy a táncművészet egyéb ágait ne említsük. Fejlődésük során ugyanis érintkezésbe kerültek, és így hatással voltak egymásra.

A tánc ősidők óta az ember érzéseinek, érzelmeinek kifejezését szolgálta. Gondoljunk csak az ősi harci táncokra, (legyvertáncok, igéző táncok), vagy egyéb szertartásokhoz kötődő vagy azokat szolgáló táncok sorára (tavaszköszöntő, első Nap ünnepe, kiske-vice, villózás, pillikzés). A társadalom fej-

lődése hozta, hogy az ember a szertartásokon kívül, saját maga szórakoztatására is alkotott táncokat.

E pár sor összegezéséként: A táncnéptáncokat két csoportba oszthatjuk. Az első csoportba a szertartásokhoz kötődő táncok tartoznak. A második csoportba a szórakoztató táncok (az ember saját maga szórakoztatására táncolja).

A legfontosabb szempont a táncok korábbi rétegződése, amely szerint a

ma is élő, vagy töredékeiben fennmaradt néptáncainkat típusokba tudjuk osztani. Dr. Martin György a Magyar tánc típusok és táncdialektusok című tanulmányában két rétegre osztja a néptáncot.

1. A régi táncok — amelyek gyökerei a XVII. századba nyúlnak. Ide tartoznak az előbb említett szertartási táncok, virtuskodó és eszközös férfítáncok, valamint a női körtáncok.

2. Az új stílusú táncok — amelyek kialakulása a XVIII. századra tehető, az virágkorukat a XIX. század végén érték. Ebbe a rétegbe tartoznak az elnépiesedett társastáncok, amelyek kialakulásának ideje a XIX. század vége és a XX. század eleje.

Az eddigiek során általánosságokban foglalkoztunk a néptáncokkal, de ezek az általánosságok teljes egészében vonatkoznak a magyar, a szlovák és az egész Kárpát-medence nemzetjeinek néptáncaira.

A Kárpát-medence néptáncjai, de főleg a magyar, a szlovák és az erdélyi (transzilvániai) néptáncok jellege improvizatív. Molnár István A magyar tánc hagyományok című munkájában a magyar néptáncokat így jellemzi: „... igazán magyar táncnak csak a kötetlen táncokat fogadjuk el. Ez azonban nem jelenti azt, hogy a magyar tánc rendszertelen. A magyar tánc a legrendszeresebb tánc, csak hogy belülről való a törvénye: Az egyén egész életének érzéseit közli abban a rendben, ahogy az a táncosnál jelentkezett.” Ez az idézet az összes fent említett improvizatív paraszttáncra is vonatkozik.

Sok éves kutatások bebizonyították, hogy az improvizatív jelleg, vagy a Molnár István szerint kötetlen, de rendszeres táncnak a belső törvényeit nem a véletlenség szabja meg, hanem a táncok rétegződései, a társadalmi csoportok és a kisebb társadalmi közösségek.

Ezekben a kisebb közösségek, falvak, néhány esetben kis-táji csoportok, a saját maguk táncéletét élték. A táncéletet ők maguk, a közösségből kiemelkedő egyének, a falu első táncosai szabták meg. A tánc-élet másik fontos tényezője a zenei kíséret. Ha a közösségben egy zenekar (banda) működött és tánc kíséret szolgáltatást csak ott folytatta, a táncélet kialakulása több egyedi vonást hordozott magán, mintha ugyanaz a banda több helyen játszott volna. Hiszen a zene — a primás és az első táncos — szabja meg az improvizatív jellegű táncok folyamatainak visszatéréseit. Ezzel együtt ők ketten szabják meg az illető közösség táncrendjét. (Folytatjuk)

BARÁTNŐK KLUBJA

Éneklő asszonyok a „világ közepében“



Úgy tudják a geszteiek (Hostová), hogy náluk a világ közepe. Az ötszáz lelket számláló kis falu egy mély völgyben fekszik, így lakói méltán hiszik, hogy innen nő a világ kifelé. Zoboralja magyarok lakta falvaihoz hasonlóan itt is mély gyökerei vannak a hagyományoknak. A kulturális életet a népdalokat, népszokásokat összegyűjtő éneklőcsoport fellépései jelentik.

A faluban már nincs iskola, a gyerekek Pogrányba (Pohranice) járnak. Az épület mégsem árvult el. Óvodát rendeztek be, ahová harminckét gyerek jár. A gesztei asszonyok többsége nyugodtan dolgozhat a szövetkezetben, vagy a közeli üzemekben. A falu lélekszáma szaporodik. Ma sem divat az egyke. Nem ritka az olyan család, ahol három—négy gyerek növekszik. Az itt élők a világ széljárásai ellen élnek: Kicsiként is meg akarnak maradni geszteieknek, ezért éneklik népdalaikat, őrzik szokásaikat, népviseletüket. A szó, amely szépen cseng szájukon a felnövekvő gesztei gyerekek legszebb, legértékesebb kincse — édesanyjuktól kapták örököül.

Az éneklőcsoport tagjai — Tóth Teréz, Belányi Veronika, Brath Margit, Belányi Etel, Brath Erzsébet, Boszorád Erzsébet, Belányi Mária, Brath Orsolya, Brath Jolán — hat éve énekelnek együtt. Sikereik között tartják számon a Zselizi Népművészeti Fesztiválon és a Tavaszi szél népdalverseny országos döntőjében való részvételüket. Ebben az esztendőben is bejutottak a Tavaszi szél országos elődöntőjébe. Műsorukban népszokásaik dalait éneklik. A telet űző, tavaszt hívogató kiszehajtás, a húsvéti tojásfestés, locsolás, a májusfaállítás után következett a „szentiványi tűzugrás”. Hogy mi volt ez? Így mesélik a gesztei asszonyok:

„Szép május utolsó vasárnapján készülődik a falu apraja-nagyja és megy a szentiványi tűz égetésire, de kivált a legények és a lányok. Nagyon készülődnek erre a napra a legények, hogy érdemes volt-e májfiát ültetni nekik. Ha színes pánlika van a májfián, akkor szereti őt a kislány és nemsokára boldog mátkapár lett belőlük. De ha nincs kiszalagozva a májfi, nem is vitte este a legény a lányt a táncba.”

Ezután az összehordott, elszáradt májfiákból megrakták a szentiványi tüzet, amelyet átugráltak a lányok és a legények. Közben ilyen nótákat énekeltek:

„Szentiványi tiszta búza,
ráhajlott a gyalogútra,
selyem szál a haja,
Magyar Ilona, haján főjő gyöngykoszorú.

Egyik ága hajlik
Göndör Sándor udvarába,
selyem szál a haja,
Magyar Ilona, haján főjő gyöngykoszorú.

Másik ága hajlik
Bíró Marcsa udvarába

Selyem szál a haja
Magyar Ilona, haján főjő gyöngykoszorú.

Így énekeltek ki egymást az eladó lányok és a házasulandó legények. Az így született szerelmek néha aztán megkeserítették a fiatalok életét. A gesztei asszonyoktól hallott legszebb dal erről szól:

Egy asszonynak két hajadon jánya,
egyik szegfű, másik majoránna,
megüzenem az édesanyjának,
szegfű jányát kösse bokrétának.

Rozmaringnak két féle szokása,
télen, nyáron zöld annak az ága,
leszakítom, kóróé változik,
s én szívem te rád várakozik.

Jányok, jányok, rólam tanuljatok,
katonaszeretőt ne tartsatok,
mer a katonának el köjjeny,
szeretőjét itt kell hagyni.

Jányok, jányok rólam tanuljatok,
a legénynek csókot ne adjatok,
mer az a csók nem esik javára,
könnyre csorog a bölcső karjára

A tavasszal sarjadó, nyárra felnövekvő búzával együtt aratásra már kiteljesedett a szerelem. A munka, a kenyérnek való learatása, kicséplése, magtárba hordása után az aratóbálok táncolói közötti már sok szerelmespár volt.

A gesztei asszonyok többsége ma is a mezőgazdaságban dolgozik. A szövetkezet állattenyésztése talán még meg sem lenne nélkülük. A táj, a föld meghatározza életüket. A gesztei nótafáktól, Boszorád Magdolna 84 éves és Boszorád Borbála 67 éves asszonyoktól tanulják a dalokat. Életük, sorsuk, a nyelvüket gazdagító természet bujkál ezekben. Míves nyelvezetük, tömör gondolatfűzésük az éneklő édesanyák szájából kapva gyerekeik anyanyelveként is élő marad:

Sej, erdő, erdő, de magas vagy,
sej, kisangyalom, de messze vagy,
sej, azt az erdőt levágtom,
sej, kisangyalom megláthatom.

Sej, kertek alatt árpa tarló,
sej, levetett engemet a ló,
sej, ha még egyszer levet a ló,
sej, nem köjjen nekem csak koporsó.

DUSZA ISTVÁN

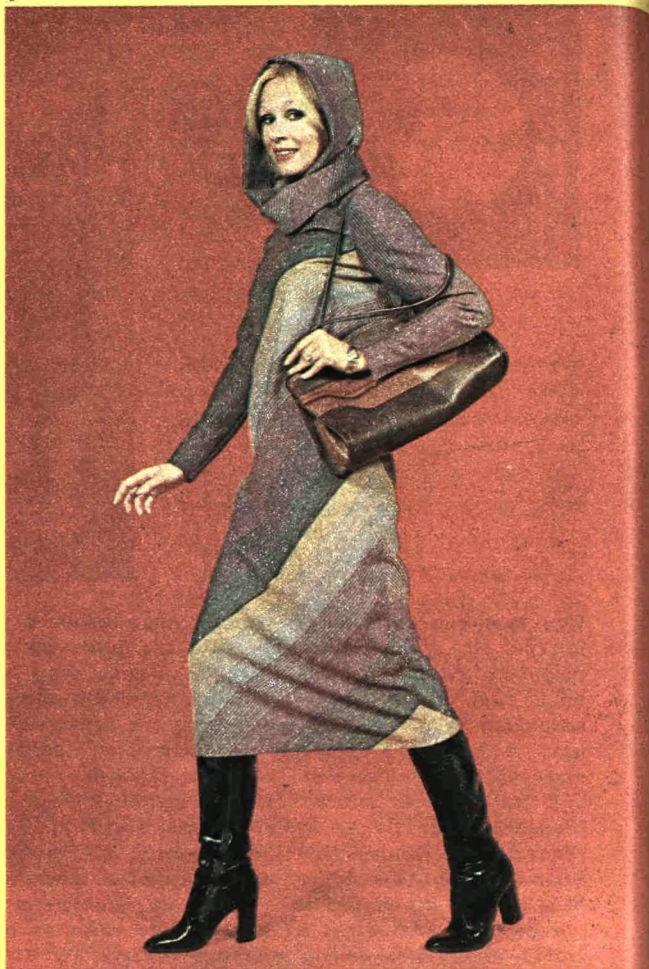
PESTI DIVAT

VENDÉGÜNK

A NŐK LAPJA

Illetve a közkezdelt hetilap fotóriportere, Nádor Ilona, akit megkértünk, hogy néhány fotó erejéig nyújtson egy kis ízelítőt olvasóinknak a budapesti őszi divatújdonságokból.

1



5 6



1. Kámzsagalléros, csuklyás ruha, ferdén szabott, csíkos anyagból. Megvarrhatjuk moherből, jerseyből vagy terylénből is.

2-3. Négy részből szabott szoknya és leberdzsekszerű blúz, illetve hosszú nadrág és kimonóujjas tunika, elütő színű, széles csíkdíszítéssel.

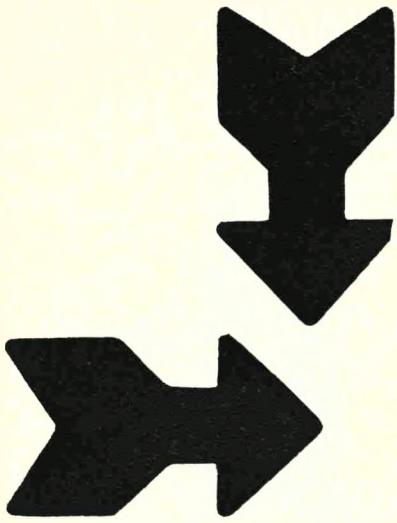
4. Részekből szabott kockás szoknya, háromnegyedes ujjú, sötétebb tónusú blúzkabáttal. A blúz felső gallérja a szoknya anyagából készült, elejét kenguruzseb díszíti.

5. Nadrágszoknyás jersey-komplé mintás felsőrészrel. Divatos kiegészítői a hosszú, megkötös sál (több csomót is köthetünk rá) és a sapka.

6. Eszterházy-kockás átmeneti kabát, raglán ujjal, állógallérral, bőrpaszpol díszítéssel.

7. Beige-barna kockás ruha, gazdagon húzott szoknyával, buggyos felsőrészrel. Az ugyancsak széles ujját keskeny mandzsetta fogja össze. A zseben ferdén futnak a kockák. A ruha anyagából készül a siltes sapka is.

8. Az előbbi modellhez tervezték a gombolás nélküli, paszpolozott paletoszerű kabátot is, amelynek bő ujját alul nem varrjuk össze.



BIZALMAS BESZÉLGETÉSEK

... Öt éve vagyok özvegy, közben férjhez ment a lányom, megnősült a fiam, én egyedül maradtam. Szeretem a gyermekeimet, sok örömem van az unokáimban, mégis gyötör a magány, hiányzik mellőlem a társ. Talán akadna is valaki, de félek, hogy barátaim, ismerőseim megszólnak, kigúnyolnak...

Megoldatlan társadalmi problémáink sorrendjében — sajnos — előkelő helyet foglal el a magányosok gondja. Nemcsak a hetvenen felüli és még öregebbeké, hanem a 45—55—60 éveseké, azé a középnemzedéké, amelyhez tartozók még vagy munkaviszonyban vannak, vagy a nyugdíjas kor első éveit próbálgatják hasznossá és elviselhetővé tenni.

A társtalanság sok nő és férfi életét teszi szomorúvá, sőt olykor értelmetlenné is, mert az ember csak ideig-óráig érzi jól magát egyedül. Nagyon kevés azoknak a száma, akik önként vállalják az egyedüllétet, a nagy többség csupán kényszerből marad társtalan. Bár már vannak különféle társadalmi próbálkozások, hogy magányosok szórakozást, partnert, társat találjanak, az elért eredmények még mindig távol vannak a kívánalomtól. Igaz az is, hogy maguk az érdekelték sem élnek eléggé az ismerkedés lehetőségeivel, idegenkednek a társas összejövetelektől, klubok látogatásától.

A magányosok kisebb csoportját alkotják azok a nők és férfiak, akik nem érzik elviselhetőnek az egyedüllétet és nem igénylik a társat. Azok az egye-

dül élő nők, akik nem voltak férjnél, nem neveltek gyermeket, megszokták az egyedüllétet, olyan életvitelt alakítottak ki maguknak, hogy társas igényüket kielégíti a baráti kör, nem is akarnak és nem is tudnák már megszokni egy másik ember állandó jelenlétét. És akadnak férfiak is, akik felett elshantak az évtizedek és nem alapítottak családot, nem is hiányolják azt. Így érzik jól magukat, morzsolják életüket kisebb-nagyobb örömmel, bánattal tarkítva.

De a nagy többség — nők és férfiak egyaránt — nehezen viseli az egyedüllétet, társra vágyik. Ezekért az emberekért alakultak a klubok, rendeződnek a társas kirándulások és összejövetelek, lehetőséget adva az ismerkedésre és közeledésre. A társra találás nem könnyű és nem egyszerű dolog; különösen nem az érett korú embereknél, amikor már nő és férfi egyaránt kiforrott egyéniség, megvan az elképzelése és igénye is a másikat illetően. Mindenki él egy bevallott vagy titkolt mérce, hogy milyennek szeretné a társát, s ez egyformán vonatkozik a külső és belső, szellemi és jellembeli tulajdonságokra.

Az élet delelőjére érkezett nő társa olyan férfi lehet, aki még észreveszi és megdicséri a jó frizurát és a szép ruhát, aki élvezni tudja az otthon varázsát, meglátja a friss virágot a vázában, örömmel ül le a szépen terített asztalhoz és köszönetet mond az ízletes ebédért. Akinek még hajlékony a keze a simogatóra, karja az ölelésre. Akivel

még lehet összekarolva sétálgatni, barátokhoz járni szórakozni, beszélgetni vidám és komoly dolgokról; akivel lehet még együtt örömezni minden szépnek és jónak, amit az életből még közösen meg tudnak szerezni az „őszi napokra”.

És aki okos férfi, túl a „delelőn” szintén megkeresi magának azt a nőt, akiben megtalálja mindazt, ami a férfi életét kellemessé, széppé és nyugodttá teheti. Az a férfi, akinek az ötödik X után van bátorsága szembenézni a tükrevel és tudomásul venni a ráncosodó arcot, a szem alatt jelentkező zacskókat, a kopaszodó fejet és a hajlásba induló tartást; el tudja rendezni magában a könnyörtelen tény is, hogy elmúltak az ifjúság éveit és „öszül a vén betyár”, jó lesz okosan gazdálkodni és nem elpocsékolni a hátralévő egy-két évtizedet.

Letagadhatatlan, hogy a legtöbb ember — akár nő, akár férfi — bizonyos évek elteltével szeretne fiatalabbnak látszani tényleges koránál. Ez mindaddig helyes is, ameddig nem válik neveltségessé öltözködésével, viselkedésével, egész magatartásával. Mert a kárminvörös köröm, a túl dekoltált ruha, a farmernadrág vagy emeletes cipő lehet bármilyen divatos is, nem a jó ízlésű hatvanéves nő kellékei még akkor sem, ha karcsú és jól ápolt.

De nem kevésbé komikus az sem, amikor a fél évszázadot megünnepelt pocakosodó, vagy éppen hajlott hátú férfiak kacérkodva próbálják meghódítani a

„huszonéves” fiatal nőt, elhitte önmagukkal, hogy sikerük személyi varázsuk eredménye. Hiúságuk nem bírja el az őszinteséget, hogy sikerük pénztárcájuk tömörségétől vagy társadalmi pozíciójuktól függően lesz tartós vagy rövid. Aztán amikor bekövetkezik a csalódás és az ifjú hölgy célja elérése után továbbáll, a cserbenhagyott „gavallér” dühösen szidja és hűtlenséggel vádolja élők és holtak női nemzedékét.

Szinte érthetetlen, hogy okos, intelligens férfiak „klimaxos korukban” — amelyet ugyan a legtöbben tagadnak — mennyire elveszítik józan ítélőképességüket és elhitetik önmagukkal, hogy egy ragyogó fiatal teremtés önzetlenül őket válassza szerelme tárgyául még akkor is, amikor ott vannak körülötte a remek fiatal férfiak. Nem akarják tudatosítani, hogy a fiatal csak a hozzá illővel tud szívből kacagni, nekilendülve rohanni a kifulladásig és lázasan összesimulni a szerelem hevében. Nemcsak tanulmányok sokasága, még a nóta is azt mondja, hogy „nem való bokréta gyűrött süveg mellé”...!

Ezért nélkülözhetetlen és fontos tényező a társkeresésben az önismeret, mert a megfelelő társra találás nem „szerencse” dolga, hanem a megfontoltság, őszinteség eredménye.

Boldognak tudhatja magát az, aki nem ismeri az özvegyesség keserves kínlódását, és szerencsésnek az, aki felválthatja az egyedüllét vergődését a társra találás örömeivel. Akiben soha nem volt, vagy régen elfelejtett érzések születnek újra, a ragaszkodás, féltés, aggodás a másikért, biztos tudata az összetartozásnak, megfoghatatlan gyönyörűsége a szeretetadásnak és viszonzásnak. A vonzalom, ragaszkodás, a szeretet-szerelem, nem a fiatalok kiváltsága; minden nemzedéknek egyforma jussa. Természetesen más a megnyilvánulása a huszon- és más az ötvenéves ember szerelmének, de az összetartozás lehet még erősebb, mélyebb.

Miért ne lehetne boldog két ember — aki egymáshoz tudja illeszteni gondolatait, életfelfogását, aki egy összenézésből is

megérti egymást, aki a félszavak értelmét is felfogja — ötvenhatvan éves korában? Miért lenne nevetséges az, ha a már nem fiatal pár becézgeti, simogatja egymást, összesimulva táncol, vagy uram bocsáss, búcsúzáskor meg is csókolja egymást?!

Ha nem figyelnének gúnyolódo árgus szemek, nem beszélnének csipkelődő nyelvek, nem adnának mézes-mázás, irigység diktálta tanácsokat „jóakarók”, sokkal több embernek lenne bátorsága partnert keresni, társat választani.

Akinek életében nem okozott keserűséget a magányosság érzése, aki nem töltött egyedül szilveszteri éjszakát vagy nem ült egyedül karácsony este, az kellene megértse, hogy a másik asszony is vágyódik a kedves szó, a simogatás, az ölelés után; a másik férfi is igényli az otthon melegét, a társ gondoskodását, közelségét.

Sok évszázados beidegződött-

séget kellene közös összefogással megszüntetni, hogy teljesen megváltozzon a társadalmi szemlélet a társkeresés, a társra találás problematikájában.

Ne érje gúnyos mosoly és kajánkodó, izléstelen megjegyzés azt a nőt aki „valaki kedvéért ad magára”, és ne legyen a cimborák heccelődésének céltáblája az a férfi, aki olykor-olykor hiányzik a kártyapartiból, mert éppen „randevúra” sietett.

A magányosok klubja sok szórakozást biztosít tagjainak, a kirándulások és összejövetelek kellemes órák, délutánok vidám hangulata mosolyt csal az arcokra, vidámságot a lelkekbe; de a legértékesebb eredmény mégis az, ha egymásra találnak férfiak és nők, segítenek egymásnak feloldani az életkedvet felőrölő magányosságot és kialakítani egy több örömet, értelmet adó közös életet.

BÁBA PIROSKA



A GYÜMÖLCSKÁSA TULAJDONKÉPPEN ÉRETT GYÜMÖLCSBŐL, ÁTTORT, FINOM GYÜMÖLCSVELŐ, MELYET CUKORRAL VAGY CUKOR NÉLKÜL CSÍRÁTLANITUNK. A GYÜMÖLCSÖT NYERSEN VAGY FŐTT ÁLLAPOTBAN TÖRJÜK ÁT FINOM SZITÁN. TÉSZTÁRA VAGY KENYÉRRE, KÜLÖNFÉLE HIDEG ÉTELEK, GYÜMÖLCSHAB ÉS GYÜMÖLCSFAGYLALT KÉSZÍTÉSÉHEZ HASZNÁLJUK.

NAGYON EGÉSZSÉGES ÉS TÁPLÁLÓ, FŐKÉNT KISGYERMEKEK SZÁMÁRA, NEKIK BEFŐTT HELYETT ADHATJUK.

A GYÜMÖLCSKÁSA KOZVETLEN FOGYASZTÁSRA IS ALKALMAS. KÉSZÍTÉSÉHEZ ÉRETT ÉS EGÉSZSÉGES GYÜMÖLCSRE VAN SZÜKSÉGÜNK. GYÜMÖLCSKÁSÁT MINDENFAJTA GYÜMÖLCSKEVERÉKBŐL KÉSZÍTHETÜNK.

Készítsünk gyümölcskását

A gyümölcskása tulajdonképpen érett gyümölcsből áttört finom gyümölcsvelő, melyet cukorral vagy cukor nélkül csíráltatunk. A gyümölcsöt nyersen vagy főtt állapotban törjük át finom szitán. Tésztára vagy kenyérre, különféle hideg ételek, gyümölcs-hab és gyümölcs-fagylalt készítéséhez használjuk. Nagyon egészséges és tápláló, főként kisgyermek számára; nekik befőtt helyett adhatjuk. A gyümölcskása közvetlen fogyasztásra is alkalmas. Készítéséhez érett és egészséges gyümölcsre van szükségünk. Gyümölcskását mindenféle gyümölcsből vagy gyümölcskeverékből készíthetünk.

GYÜMÖLCSKÁSA ALMÁBÓL

Gyümölcskása készítésére legalkalmasabb az alma és a körte. A hullott gyümölcsöt is felhasználhatjuk; ebből a hibás részeket kivágjuk. A gondosan megmosott almát egészben, ketté- vagy negyedekre vágva, az edény kb. egynegyedéig vízzel feltöltve főzzük. Eleinte az almát pároljuk, s ha levét engedett, fedő nélkül puhulásig főzzük. Nem szabad túlságosan szétfőznünk, mivel a kása igen híg lenne. A főtt almát forrón finom szitán áttörjük. Gyümölcskása készítésére savanykás és lédús almafajták a legjobbak. A körtét savanykás almával keverjük, mivel a körtének magában nincs jellegzetes íze. Az almából vagy körtéből, esetleg ezek keverékéből készített gyümölcskását kétszerre-háromszorra sűrítjük. A csíráltatott és kihűtött kása egy kicsit megkocsonyosodik; sütemények bevonására vagy töltésére használhatjuk. Ez a legolcsóbb és egyben legízletesebb kenhető gyümölcskása.

CSIPKEBOGYÓKÁSA

Ez a gyümölcskása magas C-vitamin tartalmával tűnik ki, ezért különösen gyermekek számára előnyös. Egyéb gyümölcskások vitamintartalmát is dúsíthatjuk vele. Érett és kemény csipkebogyóból készítsük! Feldolgozás előtt eltávolítjuk a csipkebogyó magvait és a magokat körülvevő szórkepleteket, ezek ugyanis rontanak a kása minőségét. A tisztítás eléggé fáradtságos. Először késsel levágjuk a szárát és a csészelevelek maradványait, azután a gyümölcsöt hosszabban kettévágjuk és késsel kikaparjuk belőle a magvakat és szórkepleteket. A kettévágott csipkebogyót vízbe merítjük. Az így megtisztított csipkebogyót vízzel 10–15 percig, vagyis puhulásig főzzük, azután vagy finom szitán áttörjük, vagy gyümölcsőrlőn megőröljük. A gyümölcsvelőt gyorsan kásaszerűvé sűrítjük, s 1 kg kására 15–20 dkg cukrot adunk.

SOMKÁSA

A vadon termő som rendkívül nagy C-vitamin tartalmú. A somkását elsősorban gyermekeknek adjuk,

esetleg egyéb gyümölcskásához keverjük, s így mérsékeljük a savanyú ízt. A somot ugyanúgy dolgozzuk fel, mint a csipkebogyót, fontos, hogy puha vagy sokáig tarolt somból készítsük.

ZÖDSÉGGKÁSÁK

A gyümölcskásához vagy a gyümölcskeverékből készült kásához zöldségkását adhatunk, hogy növeljük a gyümölcskása A-, B- és C-vitamintartalmát. Ha gyümölcsöt keverünk a zöldségkásába, томpul a zöldség íze. Legkedveltebb és legértékesebb a sárgarépából, a piros paradicsomból és az édes pirospaprikából készített zöldségkása.

A megmosott és megtisztított zöldség sárgarépát felszeleteljük és pároljuk. Ezután finom szitán áttörjük, vagy gyümölcsőrlőn néhányszor megőröljük. A sárgarépakása savanykás gyümölcsből készített kásával keverhető. Külön nem szoktuk feldolgozni, mivel kevéssé savanyú és igen sokáig kellene csíráltatnunk. Mivel a sárgarépa hosszú ideig tarolható, friss sárgarépakását bármikor készíthetünk.

Piros paradicsomból a kását úgy készítjük, mint a paradicsomvelőt. A paradicsomvelőt a főzés után külön csíráltatjuk vagy az egyidejűleg készülő gyümölcskásával elkeverjük.

A friss pirospaprikát sem lehet hosszú ideig tárolni. Ezért a paprikaidény végén értékes konzervet készíthetünk belőle. Külön fogyaszt-hatjuk, vagy igen értékes anyagként egyéb gyümölcs- és zöldségkása, esetleg ezek keverékébe adhatjuk. Feldolgozására az érett, húsos édes pirospaprika alkalmas. A magvak és a szár eltávolítása után néhány percig vízben főzzük, míg megpuhul. Utána rozsdamentes késsel apró darabokra vágjuk és rozsdamentes szitán áttörjük. Ha közönséges gyümölcsőrlőn dolgozzuk fel, rendszerint kellemetlen kesernyés ízt kap. Paradicsomból készült kásába vagy sűrűbb paradicsomvelőbe szoktuk keverni. Az ilyen keveréket kilogrammonként 8 dkg cukorral édesítjük, 1,5 dkg sót adunk hozzá és 2–3 gramm citromsavval ízesítjük. Főzéssel a keveréket kissé besűrítjük és azonnal előmelegített üvegekbe töltjük. Ajánlatos ezt a kását vízfürdőben csíráltatni: a félliteres üvegeket 90 foknál 35 percig, a literes üvegeket 90 foknál 60 percig csíráltatjuk.

A paradicsom- és paprikakását különböző arányban keverhetjük; jobb azonban, ha a paprika van túlsúlyban. E készítmény ízét friss piros- és édes fűszerpaprikával feljavíthatjuk, a piros zöldségpaprikához hasonlóan dolgozzuk fel. Étőlaj és párolt őrölt hagyma hozzáadásával is finomíthatjuk és javíthatjuk ízét.

Az így készített kását kenyérre kenve fogyaszthatjuk, vagy ízesítőként levesekbe, gulyásokba stb. használhatjuk.



Őszi csemegék

ALMA KÖNTÖSBEN

Hozzávalók: 20 dkg liszt, 20 dkg vaj, só, citrom, 10 kisebb alma, 20 dkg barackíz.

Leveles vajtészta készítését, vagy készen üzletben vásárolunk. Az almát meghámozzuk, a szőr felől a magházat eltávolítjuk, megtöltjük barackizzal vagy cukorral összekevert őrölt dióval. A kész vajtészta vékonyra kinyújtjuk, négyszögletes kockákra vágjuk, közepére helyezzük az almákat, négy sarkát felül összehajtuk, összenyomjuk, a tetejére kis kerek kiszúrt lapot teszünk, megkenjük tojással és sütőben szép pirosra sütjük. Vaníliás porcukorral beszórjuk.

ALMA VANÍLIAKRÉMMEL TÖLTVE

Hozzávalók: 10 db közepes alma, 15 dkg cukor, citrom. A krémhez: 4 tojás, 6 dkg liszt, 0,5 l tej, barackíz, vanília.

Az almát meghámozzuk, magházát eltávolítjuk, és cukros, citromos vízben óvatosan, hogy szét ne főjön, megfőzzük és melegen tartjuk. Közben lábasban 2 cm magas rizs-, vagy darafelfújtat sütünk. A cukorból, tojássárgájából, liszttel, tejjel simára keverve, vaníliakrémet főzünk. A felfújtat kerek

tálra borítjuk, tetejére rakjuk a lecsurgatott almákat, megtöltjük vaníliakrémmel, egy-egy cukrozott cseresznyét teszünk a tetejére, leöntjük hígított, meleg barackizzal.

ALMA TEJSZINHABBAL

Hozzávalók: 10 db kis alma, 15 dkg cukor, citrom, 20 dkg ribizlizselé, 4 dl tejszín.

Az almát meghámozzuk, a magházat eltávolítjuk, citrommal bedörzsöljük és cukros-citromos szirupban óvatosan megfőzzük s hidegre tesszük. Ha kihűlt, lecsurgatjuk, bevonjuk ribizlizselével, megtöltjük vaníliás cukorral ízesített tejszínhabbal. Az almák nagyságának megfelelő piskótalapokat szúrunk és ráhelyezzük az almákat. Készíthetjük csak ribizlizselével töltve és megszurkálhatjuk megtisztított, hosszú darabokra vágott mandulával.

TÖLTÖTT KÖRTE

Hozzávalók: 5 db nagy körte, 15 deka cukor, citrom, 20 dkg barackíz, rum. A krémhez: 3 tojás, 12 dkg cukor, 4 dkg liszt, 3 dl tej, vanília.

A körtét meghámozzuk, alulról eltávolítjuk a magházat, citrommal bedörzsöljük, cukros-citromos szirupban megfőzzük és melegen tartjuk. A cukrot,

lisztet elkeverjük a tojássárgákkal, vaníliás tejjel felöntjük és felforraljuk. A körtét lecsurgatjuk, a krémmel megtöltjük és ráhelyezzük a körte nagyságának megfelelően kiszúrt és vajban megpirított kalács- vagy fehérkenyer szeletekre. Tálra rakjuk és leöntjük hígított rummal ízesített barackizzal.

RIZESES KÖRTE

Hozzávalók: 6 közepes nagyságú körte, 5 dkg rizsből főzött tejberizs, 2 dkg mandula és vaníliamártás.

A gyümölcsöt meghámozzuk, magházától megtisztítjuk, és kevés forró vízben puhára főzzük. Utána szitára szedve jól lecsurgatjuk és az üreget megtöltjük hideg tejberizzel, amibe még melegen mazsolát kevertünk. Üvegtálra helyezzük és sűrű vaníliamártást öntünk rá. Az almák tetejét tejszínhabbal díszítjük. Jól lehűtve tálaljuk.



Az ősz a vadászatok ideje. Ilyenkor nemcsak a vadászok családjának asztalán, hanem az üzletekben is gyakrabban található vadhús, vadszárnyas. Nagyanyáink sok jó receptjét mi is kipróbálhatjuk. Változatossá tesszük vele az étrendet, ünnepélyesebbé a vasárnapi ebédet.



Hozzávalók: 2 db fácán, 10 dkg szalonna, 1 dl tejföl, 2 dl fehér bor, 2 dl zsírtalan húsleves, 10 dkg vegyes zöldség, 1 kis fej hagyma, 1 gerezd fokhagyma, 1 babérlevél, só, bors, majoránna, 2 db citrom, 5 dkg vaj, liszt, mustár, capri-bogyó, 10 dkg zsír, paradicsompüré.

A megtisztított fácánokat szárazra töröljük, és megtűzdeljük. Megsózzuk, belsejüket kevés borssal, majoránnával fűszerezzük, egy kis darab citromhéjat teszünk bele és forró zsírral leöntve, forró sütőben 8–10 percig sütjük, míg szép színt kap. Kivesszük és zsírjában megfannyasztjuk a szeletekre vágott vegyes zöldséget, hagymát, fokhagymát, babérlevelet és egy mokkáskanálnyi paradicsompürét belepirítva visszatesszük bele a fácánokat. Megsózzuk, borsozzuk, fehér bort öntünk hozzá, fedővel letakarva, közepmeleg sütőben pároljuk. Időnként megforgatjuk, hogy egyenletesen puhuljon meg mindenütt. Kevés zsírtalan húslevesvel engedjük fel. Mielőtt teljesen megpuhul a hús, kivesszük és felszeletelve tűzálló táltra tesszük. Levéről a felesleges zsírt leszedjük, megszórjuk 1–2 kanálnyi liszttel, néhány másodpercig pirítjuk, majd húslevesvel és fehér borral felengedve, fedővel betakarva felforraljuk. Reszelt citromhéjat, egy mokkáskanálnyi mustárt, 10–12 szem összevágott capri-bogyót teszünk bele és 8–10 percig forraljuk, míg mártás sűrűségű lesz. Ekkor finom szűrőn átszűrjük, beletesszük a tejfölt, simára keverjük, utána sózzuk és citromlével ízesítve habverővel elkeverjük benne az elmorzsoltsolt vajat, ráöntjük a fácánra, fedővel betakarjuk és készre pároljuk. Azonnal, forrón adjuk asztalra; citromszeletekét és vajon párolt petrezselymes rizst külön tálalunk hozzá.

TOLTOTT VADKACSA, HASÁBBURGONYÁVAL ÉS VÖRÖSKÁPOSZTÁVAL

Hozzávalók: 2 db vadkacsa, 30 dkg sovány sertéshús, 30 dkg libamáj (vagy egyéb szárnyasmáj), 15 dkg gomba, 4 tojás, 15 dkg császárhús, 10 dkg kacsavagy libazsír, 10 dkg vaj, só, törött bors, majoránna, hagyma, piros paprika, zöldpetrezselyem, 2 tojássárgája.

A megtisztított vadkacsákat leperzselyjük, kiborítjuk, belsőrészeit eltávolítjuk, tisztára mossuk, és szárazra töröljük. Belsejüket megsózzuk, kevés durvára tört borssal, majoránnával fűszerezzük. Elkészítjük a tölteléket: a császárhúst kockákra vágjuk és megpirítjuk. Az apróra vágott hagymát megfannyasztjuk benne, majd hozzátesszük a kockákra vágott libamáját és gombát, megsózzuk, borsozzuk, megszórjuk vágott zöldpetrezselyemmel és erős tűzön megpirítjük. Megszórjuk kevés piros paprikával és levesszük a tűzről. A húst megőröljük és hozzátesszük 2 kockákra vágott kemény tojást, majd a felolvasztott vajat, a pirított gombát és májat, a 2 egész tojást és 2 tojássárgáját, megsózzuk, borsozzuk és nagyon jól összekeverve megtöltjük a kacsát. Tepsibe téve ráöntjük a libazsírt, közepmeleg sütőben időnként locsolgatva ropogásra sütjük. Párolt vöröskáposztával és hasáburgonyával tálaljuk.

Hozzávalók: 5 db fogoly (lehetőleg fiatal!), 15 dkg vaj, 2 dl tejszín, 1/2 dl konyak, hagyma, liszt, zöldpetrezselyem, 1 citrom, só, törött bors, fenyőmag, zsírtalan húsleves.

A megtisztított foglyokat kívül-belül megsózzuk, belsejükbe egy kevés zöldpetrezselymet, csipetnyi törött borsot és 1–2 szem fenyőmagot teszünk. Lábaikat lekötözzük, melléteszünk egy kis fej felvágott hagymát, leöntjük vajjal és közepmeleg sütőben puhára pároljuk kb. 15–20 percig. Közben zsírjával meglocsoljuk. Ekkor kivesszük a foglyokat és hosszában félbevágjuk, mellüket felszeleteljük, és tűzálló tálon melegre tesszük. Zsírját felengedjük egy kevés húslevesvel, a konyakkal és a tejszínnel, és gyors tűzön felforraljuk. (A hagymát eltávolítjuk belőle). Kevés vajat és lisztet összegyúrunk és ezzel a mártást habverővel keverve erős tűzön besűrítjük. Ha elérte a kívánt mártássűrűséget, utána sózzuk, egy kevés finomra reszelt citromhéjjal és citromlével ízesítjük és finom szűrőn átszűrjük. Tálalás előtt még egy darabka elmorzsoltsolt vajat habverővel gyorsan elkeverünk benne, és a mártással bevonva a foglyokat azonnal tűzforrón adjuk asztalra. Külön vajás, petrezselymes rizst tálalunk hozzá.

NYÚLGERINC SZŐLŐVEL

Hozzávalók: 1,50 kg nyúlgerinc, 15 dkg füstölt szalonna, 7 dkg vaj, 2 dl fehér bor, 1/2 dl konyak, 7 dkg zsír, 2 dl tejföl (nem savanyú), 1 dl tejszín, 40 dkg szőlő, só, egész bors, hagyma, fokhagyma, szegfűszeg, kakukkfű, borókamag, zöldpetrezselyem.

A megtisztított nyúlgerincet megborsozzuk. Ráteszünk egy kis fej apróra vágott hagymát, hozzátesszünk egy gerezd finomra tört fokhagymát, a megmosott zöldpetrezselyem szárát csomóba kötve, egy szem szegfűszeget és 3–4 szem borókamagot durvára összetörve, 1 babérlevelet és egy kevés kakukkfűt. Ráöntjük a bort, és megszórjuk 20 dkg szétmorzsoltsolt szőlőszemmel. A fűszeres borban állni hagyjuk egy napig a hűtőszekrényben, néha megforgatjuk a húst, hogy a fűszerek mindenütt érjék. Majd a húst leöblítjük, leszárítjuk és füstölt szalonnával megtűzdeljük. Megsózzuk, borsozzuk, a felhevített zsírban megsütjük. Ha szép színt kap, mérsékelt hőfokú sütőben 10–12 percig sütjük, míg félangolos. Közben a fűszeres bort feltesszük főni és felforraljuk. Ha a fele elforrt, hozzátesszük a 2 mokkáskanálnyi lisztet és az 1 dl-nyi borral simára kevert tejfölt és ezt a forrásban levő mártásban habverővel simára keverjük. Tovább forraljuk fedővel letakarva. Közvetlen tálalás előtt a nyúlgerincet tűzálló táltra tesszük, a húst lefejtve csontjáról felszeletelve visszahelyezzük rá, melléteszünk a 20 dkg-nyi szőlőszemeket és a meglangyosított konyakkal leöntve meggyújtjuk. A mártásba beletesszük a tejszínt, ezzel is felforraljuk, finom szűrőn átszűrjük, belemorzsoljuk a vajat, habverővel simára keverjük és bevonjuk vele a nyúlgerincet és a szőlőszemeket. Néhány másodpercre sütőbe tesszük és forrón tálaljuk — külön tálon burgonyafánkot adunk hozzá.

KEDVENCSEM: a libasült

Ki ne szeretné a libasültet? Ez az ingyencfalat főleg októberben, novemberben kerül gyakrabban az asztalra, amikor a libák már meghízta, vágásra készek. A levágott kővér libát megtisztítjuk, a nyakbőrét a nyak tövénel körülvágjuk, lenyúzzuk, hogy tölteni lehessen. A lábakat levágjuk, a szárnyakat és a combokat a forgónál kimetszük. Azután a libát felbontjuk. A nagy testű hízott libát legjobb a hátánál felbontani. Éles késsel végigvágjuk a gerincet, így nem sértyük meg a májat a kiemeléssel. Bonthatjuk úgy is, hogy a mellrészt két oldalon elválasztjuk a hátrésztől, így a háta egészben marad. A belekről a zsírt leszedjük. Ezt is mint a májat hideg vízben áztatjuk.

Azán következhet a sütés-főzés.

LIBASÜLT

A libacombokat, amelyeken a bőrt rajta hagyjuk, besózzuk, bőrét bevagdaljuk, lábasa tesszük, egy pohár vizet öntünk alá; mellé tehetünk egy gerezd fokhagymát, egy kis fej vöröshagymát, és lefedve lassan puhára pároljuk. Közben levélen öntözgetjük. Ha már egészen puha a hús, zsírjára sütjük, és forró sütőben megpirítjuk.

Hasonlóan készítjük el a mellhúst és az egészben hagyott hátat. Párolt vöröskáposztát, párolt gombócot vagy zsírban sült hasáburgonyát és szilvakompót adunk mellé.

VAGDALT LIBAMELL

A mellecsontokról a libahúst leszedjük, megdaráljuk. Tejben áztatott zsemlet, sót, borsot, egy kis fej reszelt és világosra pirított hagymát; egy egész tojást, 1–1 szál reszelt sárgarépát és petrezselyemgyökeret adunk hozzá. Jól kidolgozzuk, ha kevés a hús, darálhatunk hozzá még

Én így
csinálom





és finomra vágott zöldpetrezselyemmel fűszerezük. Tálaláskor tetejére libatepertőt szórunk és — ha szeretjük — sült vérrrel körítjük.

SÜLT LIBAVÉR

Ha a libát otthon vágjuk le, a végét edénybe felfogjuk. Egy zsemle héját lereszeljük, belsejét apró kockákra vágjuk, mély tálba helyezük a liba vért erre csurgatjuk nagyon vigyázva, hogy toll vagy más szennyeződés ne hulljon bele. Feldolgozásig (legfeljebb egy napig) hidegen tartjuk.

5 dkg zsiradékban egy nagyobb fej hagymát vékony szeletekre vágva, sárgára megfonnyasztunk, a vért 1 cm-es kockákra vágjuk és a hagymás zsiradékban 5 percig sütjük. Megsózzuk, ízlés szerint borssal vagy paprikával, esetleg kevés majoránnával fűszerezük. Körítésnek burgonyapürét, savanyúságot adunk mellé.

TÖLTÖTT LIBANYAK

A töltött libanyakat a levessel együtt készítjük. A nyakról lehúzzuk a bőrt, a keskenyebb végét be- kötjük. A liba darabjaiból ízes vagdálékot készítünk: kevés főtt húst, kis darab sült májat, tejben áztatott fél zsemlet, egy apróra vágott főtt tojást és egy nyers tojást keverünk bele. Sóval, borssal, apróra vágott zöldpetrezselyemmel, majoránnával ízesítjük. A töltelékkel megtöltjük a libanyakat, a végét bevarrjuk és a levesbe téve 20–30 percig főzzük. Utána kivesszük és a pecsenye zsirékában mindkét oldalát pirosra sütjük. Tálalhatjuk melegen és hidegen, vékony szeletekre vágva. Körítjük vele a ludaskását is.

PIRÍTOTT LIBAMÁJ

A májat kis kockákra vágjuk. Olajban finomra metélt hagymát világosra piritunk. Hozátesszük a májat és erős tűzön gyors piritással, óvatosan kevergetve öt percig sütjük. A végén sózzuk, kevés paprikával vagy borssal fűszerezük, azonnal tálaljuk. Petrezselymes, sós vizben főtt burgonyát adunk mellé.

10–15 dkg sertéscomb. A húst vízszahelyezzük a mellsontra, jól rányomkodjuk és tojásfehérjével bekenjük. A lenyúzott mellbőrt nem olvasztjuk ki, hanem a zsírjától jól megtisztítva, ráborítjuk a húsrá, cérnával gyengén átkötözzük. Úgy sütjük, mint az egészben sült kacsát, forró sütőben. Levél időként locsolgatjuk. Egy óra alatt elkészül. Nem vágjuk fel azonnal, 10 percig pihentetjük. Keresztben szeleteljük fel. Rizsre vagy hasábburgonyára helyezzük, saját levéllel leöntjük.

LUDASKÁSA

A liba vastag szárnyát, a nyakcsontját, a lábát, a fejét, a szívet, és a zúzat leforrázzuk, megtisztítjuk, 1 1/2 liter vízben, 25 dkg levezöld-séggel, sóval, borssal, lefedve főzzük, amíg a hús megpuhul. Vigyázunk arra, hogy a hús ne legyen nagyon puha. 30 dkg rizst 3 dkg libazsíron üvegesre szárítunk, húslével felengedjük (háromszorosa legyen a lé a rizs tartalmának), s befedve addig pároljuk lassú tűznél, amíg a rizs megpuhul. Belekeverjük a húst (a zúzat, a szívet szeletekre vágva),

Az előző számban olvastam, hogyan lehet a sonkát gyorsan és izletesen elkészíteni. Nekem szintén megvan a „bevált” módszerem, melyet ajánlhatok olvasóinknak. A sonkafőzésem titka az alufólia, mellyel a hús íze, leve megmarad.

Az alufóliából akkora darabot vágok ki, melybe jól becsomagolhatom a húst. A végét, szélét szorosan összefogom, hogy a húslé még véletlenül se

csuroghasson ki. Ezt a csomagot beleteszem a forró vízbe, úgy hogy az egészet ellepje. A sonka nagyságának megfelelően másfél-két óra hosszat főzöm. Kibontás után a hús puha, lédús és izletes.

Ha a csirkéből komplett ebédet akarok készíteni, de kevés idő áll rendelkezésemre, akkor a tepsi alját megrakom hasábokra vágott tisztított burgonyával. Megsózzom és egy picit vizet öntök alá. A bur-

gonyára rakom a felszeletelt csirkét. A hússzeleteket megsózom, cury borssal bedörzsölöm és mindegyik szeletre egy kiskanálnyi vajot teszek. A sütőben fél óra alatt a burgonya puhára, a hús ropogósra sül.

Gyermekeim kedvence a kompótos puding. Ha nem érek rá süteményt sütni, ez helyettesíti a vasárnapi édességet. A tejporos pudingporból pudingot főzök. Üvegtányérok alá

SALÁTÁK

CÉKLASALÁTA

Hozzávalók: 1/4 kg cékla, 1 alma, 1 burgonya, 15 dkg párizsi, 1 fej hagyma, ecet, olaj, só, bors, cukor.

A megfőtt, kis kockákra vágott céklát összekeverjük a hámozott, kockára vágott almával, a főtt összevágott burgonyával, a karikákra vágott hagymával és a kockára vágott párizsival. Megsózzuk, borsozzuk, és leöntjük olajos-ecetes kissé cukrozott salátalével.

GOMBASALÁTA

Hozzávalók: 25 dkg gomba, citromlé, 1 evőkanál fehér bor, 4 szem bors, 1 babérlevél, 1 dl tejszín, 1 kis fej hagyma, só, bors, cukor, 1 fej saláta.

A gombát megtisztítjuk és egy pohár vízben (amelybe egy evőkanál citromlevet, 1 evőkanál fehér bort, 4 szem borsot 1 babérlevelet teszünk) 5 percig főzzük. Közben a salátát megmossuk, leveleire szedjük, elosztjuk 4 tányérba. Felverjük az 1 dl tejszínt, hozzáadjuk a reszelt hagymát, egy kanál citromlevet, megsózzuk, borsozzuk. A kihűlt gombát felszeleteljük, ráhelyezzük a salátákra és leöntjük a tejszínnel.

GÖROGSALÁTA

Hozzávalók: 1/4 kg zöröshagyma, 2 n.ros és két zöldpaprika, egy csomó retek, 1 uborka, petrezselyemzöldje, 20 dkg juhsajt, 1 evőkanál ecet, 2 evőkanál olaj, 2 evőkanál ketchup, só, bors.

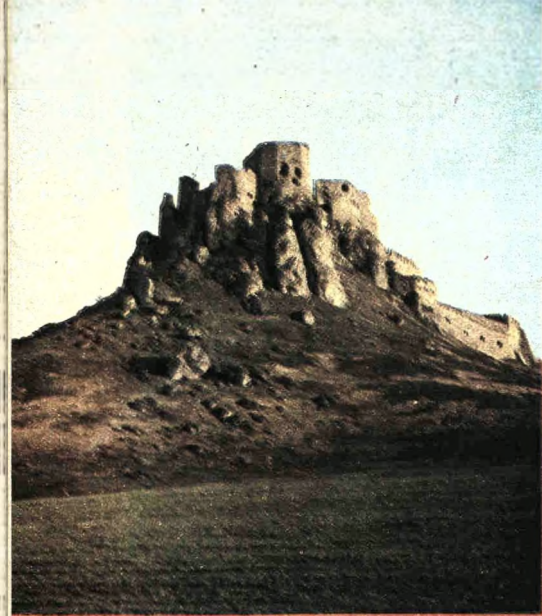
Az igen vékony karikákra vágott hagymát összekeverjük a kis kockákra vágott uborkával, a vékony csíkokra szelt paprikával, a karikákra vágott retekkel és az összevágott juhsajttal. Leöntjük az ecetből, olajból, ketchupból készített, sóval, borssal ízesített salátalével. A tetejére petrezselyemzöldet szórunk.

babapiskótát rakok és a kompótot megöntözöm — eper, barack, körte — levéllel. Rárok a gyümölcsöt, majd leöntöm a kész pudinggal. Tetejére tejszínhabot teszek, amit reszelt csokoládéval szórok meg. Tíz perc alatt elkészül a nagyon finom édesség.

Az oldalt összeállította:

H. Zsebik Sarolta

**A SZLOVÁK
IDEGENFORGALMI
KORMÁNYBIZOTTSÁG
ÉS A NŐ
SZERKESZTŐSÉGE
KÖZÖS
VERSENYE**



A SZEPESI VÁRROM, AMELY SZLOVÁKIA EGYIK LEGNAGYOBB ROMJA

A Tátra-alja egyik legnagyobb központja, egyben a leghíresebb történelmi városa Késmárk (Kežmarok). A város nevének eredete nincs tisztázva; egyesek szerint a Käsemarkt (Sajtpiac) elnevezésből származik, valószínűbb azonban az, hogy a tiroli telepések adták a helynek az Eismark (Jég-határörvidék) nevet. A harmadik változat sem valószínűtlen, amely szerint a központ „császári határörvidék” (Kaisermark) volt. Magyarul mindenesetre Késmárknak kell ejteni.

Már a XII. században is volt itt egy nagyobb település, melynek lakói többségében szászok voltak, és kézművességből, kereskedésből éltek. A tatárjárás idején a település teljesen elpusztult, de ugyanerre a helyre épült az új, amely Nagy Lajostól szabad királyi városi jogokat kapott, 1463-tól pedig már pallosjog is illette a várost. A fekvése miatt is nagyon fontos vár (hadászati szempontból is) sokat szenvedett, egyúttal azonban nagy harcok is folytak „kegyeiért”. A történelem folyamán legtöbbször a haladó erőket támogatta, azok oldalára állt: Zápolyait, Thököly Istvánt; majd a Rákócziaknak fogadtak hátsó támogatást a császáriakkal szemben. Tűzvész is többször pusztított a városban, 1741-ben még a vár is szinten teljesen a tűz martalékává vált.

A vár egyébként 1190-ben apácázárdának épült, 1348-ban a kereszties lovagok birtokába került, míg 1441-ben a husziták foglalták el. Ők építették ki erődítménnyé, s közel húsz évig innét uralkodtak a környéken. Mátyás király foglalta vissza tőlük a várat s ajándékozta Zápolyai Imrénének. A mohácsi vészt követően a lengyel Laszki Jeromos birtokába került, akitől Thököly Sebestyén, gazdag kereskedő vette meg, s fiával Istvánnal reneszánsz stílusú palotává alakította át. Thö-

köly Imre bukása után a bécsi udvar lefoglalta a várat, a benne levő tárgyakat Bécsbe szállíttatta, s ezután kaszárnya, de még raktár is volt a vár. A felszabadulás után a szlovák állami műemlékvédelem restauráltatta, s ma olyannak láthatjuk, mint a Thökölyek idejében volt. A várban a Honismereti Múzeum állandó kiállítása is látható.

Késmárkon a sok látnivaló közül még kettőt említünk: a Szücsök kapuját, az egykori erődítmény egyetlen hiteles maradványát, valamint az evangélikus fatemplomot, amely vasszögek nélkül épült 1690 és 1717 között, jelenleg Szlovákia legnagyobb fatemploma a nagypalugyival (Paludza) együtt.

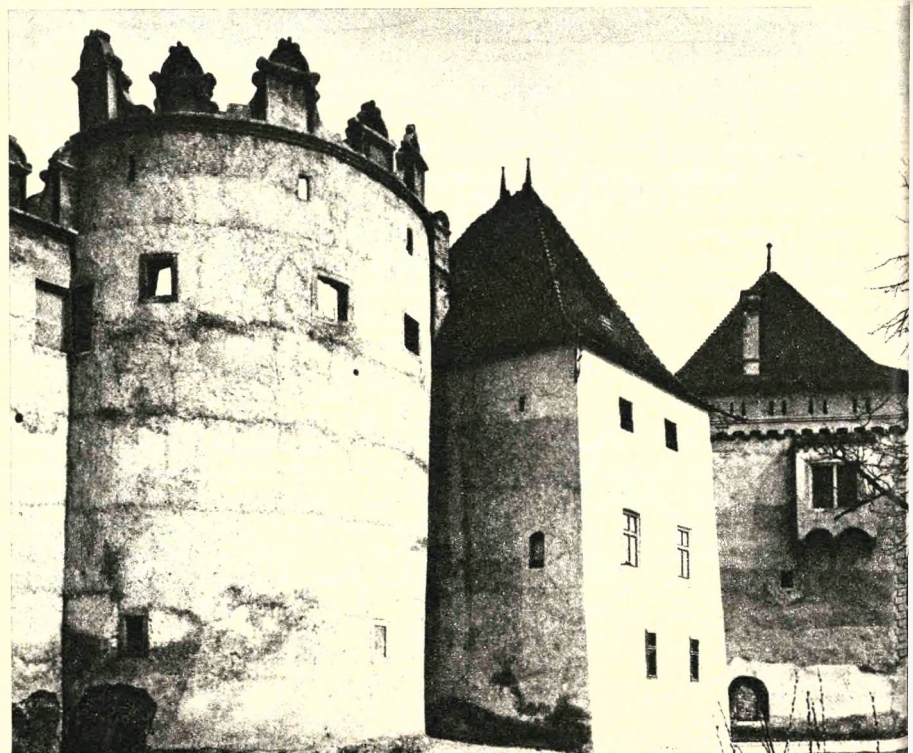
A Szepestés legrégibb politikai központja viszont Szepesváralja (Spišské Podhradie). A lakosság foglalkozása — melynek nagy részét a szászok tették ki, miután II. Géza ide telepítette őket, Mohács után pedig tömegesen vándoroltak a vidékre — hosszú ideig a vár lakóinak kiszolgálása volt, s csak néhány kézműves és kereskedő telepedett le Váralján. A XV. században Zsigmond király ezt a szepestési várat is eladta a lengyel királynak.

A vár romjai a várostól keletre, mintegy 600 méter magas gránit-tetőn emelkednek. 1113-ban kezdtek építeni az Árpádok a királyi várispánság székhelyéül, valamint

az északi gyepe védelmére. Első parancsnoka Borisz, II. István féltestvére volt. Tatárjárás idején a vár csak félig pusztult el, hogy hatalmas méretekben épüljön újjá. Később Csák Máté kaparintotta meg, egy ideig a husziták is uralták, akiket Hunyadi László ostromolt ki a várból. Mátyás király adományozta a Zápolyaiaknak. Itt született Zápolyai János, a későbbi János király. 1528-ban aztán I. Ferdinánd hada foglalta el, így került a Thurzók és a Bátoriak kezébe, s közben, 1703 és 1710 között, csak a kurucok uralták leégéséig, 1780-ig. Azóta ez a vár Szlovákia legnagyobb várromja. — is —

A KÉSMARKI VÁR EGYIK BEJÁRATI KAPUJA

A KÉSMARKI VÁR RÉSZLETE, ELŐTÉR-
BEN AZ ERŐDÍTMÉNYRÉSSZEL, AMELY-
NEK TORNyai RENESZÁNSZ STILU-
SÁK



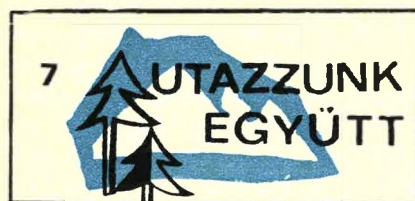
ZUNK EGYÜTT!



1. KÉRDÉS

A Szepesség és Tatra-alja legnagyobb ipari központjai közé tartozik Poprád. Melyik ipari terméke a leghíresebb?

7. KÉRDÉSCSOPORT



2. KÉRDÉS

Igló (Spišská Nová Ves) a felszabadulás után fejlődött igazi központtá. Jelenleg járási székhely. Milyen ipari ágazatok fejlődnek ebben a városban a legnagyobb ütemben?



FÉRJEK ISKOLÁJA

FÉRJSZEREP, APASZEREP

Átkozottul jól érzem magam a társaságában. Kopasz homlokán néha felszaladnak a ráncok amikor ásít, fogatlan száját fülig kanyarítja a nevetés. Kimeresztett szemével perceként képes egy bizonyos pontra nézni. Erről a pontról aztán kiderül, hogy egy falon remegő fényfolt, amelyet a késő délutáni nap festett oda. Álmában néha felnevet, vagy felsír. Olyankor átsuhan agyamon: milyen erők kényszerítik erre. Álmodik – állapítottuk meg egy éjszakai neszezése után, majd gondolkodni kezdtünk: Egy ilyen kisgyerek? Hogyan is tehetné? Vagy talán mégis? Elvégre mindennel ellátjuk, élvezni szeretetünket, érzi, milyen fontos a számunkra, amikor törődünk vele...

Tehát az érzés. A létfenntartás ősi kényszerével, természetadta ösztöneivel érzi és megkülönbözteti a jót és a rosszat. Kialakulatlan tudatát még az érzések helyettesítik. Külső megnyilvánulásaiiban viszont már egyre inkább a később létrejövő tudatosság sejlik. A nevetés, a sírás egyszer kifejezői lesznek a tudatával felfogott dolgok nyomán feltörő érzelmeknek. Úgy vélem, itt kezdtük megérteni a pszichológusok véleményét: A gyermek érzelmi világát meghatározza az első életév, vagyis mennyi szeretetben, gondoskodásban volt része. A hasfájós fiunk minden hangos szónál,

vératlanul feltörő nevetésnél összerезzent. Nem tudom elképzelni, hogy ilyen ingerek szüntelen ismétlődése milyen következményekkel járna egy védekezni nem tudó parányi embernél.

Az ember ösztönei, érzései is nevelhetők, ugyanúgy mint az értelme, hallása, látása. Erről jut eszembe, hogy már leírtam néhány gondolatot az apaszerepre való nevelésről. Úgy vélem, az már végképp csak elméletben képzelhető el, hogy egy kisfiút az apai ösztönökre is neveljünk.

Feleségem terhessége idején, amikor a babakelengye beszerzése volt egyik központi problémánk, furcsa véleményeket hallgathattunk: „A rózsaszín rugdalózó, a mintás pólyahuzat nem fiúnak való, illet csak lányokra adnak. A fiúknak kék színű ruhácskákat vegyetek.” Valahol itt kezdődik az a fajta nevelés, amelynek eredményeként a lányok apró edényeket, babakocsit, a fiúk autót, építőjátékot kapnak majd ajándékba. Ráadásul a fiúkban kinevelődik a szégyenérzet, mert „babával játszani nem illik fiúnak”. Kérem senki se értsen félre! Nem a gyerekek saját nemiségükkel való megismertetése ellen szólok. Csakhát a kicsik leggyakrabban a tiltásokból, a rászólásokból tudják meg, hogy ők fiúk, vagy kislányok, akiknek ezt szabad, azt pedig nem. Kialakul

a szégyenérzet, amely végigkíséri a fiúkat a felnőtté válásig, s gyakran odáig vezet, hogy az apaságot is szégyelnivalónak, nyűgnek, férfihez nem méltónak tartják.

Fiunk rózsaszín rugdalózóban feszít, a piros babakocsiban, ami tudniillik, szintén „lányoknak való”. Csakhát ki a fene tudatosít ma illet, amikor az utcán farmernadrágos, fiús frizurájú mamák sétálnak az apróságokkal, bordó öltönyös, hosszú hajú apukák tologatják a babakocsikat. S főleg ki tudatosít előítéleteket, változtatásra szoruló nevelési szokásokat!?

Hiedelmek, vélemények, intelmek, amelyek a lányoknál a biológiai adottságokon túl létrehozzák az anyai ösztönöket, a fiúknál az apai ösztön biológiai megalapozatlanságát méginkább elmélyítik. Kezdődik a babakocsi színével, a fiúknak-nem-való babakocsi, folytatódik a nemi különbségek titkolásával, s bezárul a családban a nők egyoldalú megterhelésével.

Mindezt elkerülendő: Jóízűen mosolygok, ha a lift előtt állva megdicsérik a szomszédok a kerek arcú fiunkat, hogy „de helyes kislány”, csak azért, mert rózsaszínű a rugdalózója. Mindketten úgy véljük, megtettük az első lépést, hogy fiunk neveléséből kirekesszük az előítéleteket.

DUSZA ISTVÁN

Nyaraltunk. S mint általában a kezdők, mi is rosszul választottuk meg az időpontot, egy héten át hiába lestük az eget, csak nem akart kisütni a nap. Néhány lépésre a hidegen csillogó tó. Fölöttünk makacs felhők. A kamrában gumicsónak, a tízéves nagyfiú vágya. (Aztán az utolsó napon, amikor végre szélcsend volt, s ő evezhetett, szíve szerint az egész családot magával vitte volna). Unatkozni természetesen nem lehetett. Hiszen már a szomszédok is meg lehetőségek voltak.

Az egyik család kora reggel érkezett — természetesen autón. A mama kipakolta a kocsit, be a konyhába, délig elő sem került, akkor összetrombitálta a gyerekeket, ebéd, mosogatás, uzsonnokészítés, mosogatás, csomagolás, egy kis veszekedéssel fűszerezve, mert Bübüke még halászna, elvégre apa megígérte, hogy ma igazán, de egészen biztos elviszi — nodekisfiapuciolyanfáradtörülhogyélnepiszkálalmégittis. S apuci „valóban” olyan kimerült, hogy amint megjöttek, lefeküdt, csak enni kelt föl, aztán vissza az ágyba. Estefelé végre újra autóba ültek, és irány haza, nehogy elkéssék a filmet, a fociközvetítést, a sorozatot, a krimit, mert akkor „holnap nem jövünk, én békességet óhajtok”.

A másik szomszéd szintén gépkocsin érkezett — gyermektelen házaspár. „Istenünk a kert!” jelszóval léptek fel ségterületükre, ahová ha átgurult a labda, reszketve som-

csa, puha barnaságba, mert „Tyutyulinak olyan sürgős volt, hogy képzeld el, drágám, hirtelenjében azt sem tudtam, mit csináljak vele, hová szeladjunk”.

Számunkra a nyaralás valóban szabadság volt, nem kényszerpihenő, amit nem tudunk hogy elütni, nem korlátlan, vademberi élet, a „Ki a civilizációból!” zászlaja alatt. A gyerekek is mi is kiéptünk a kellek, a muszájok nyügéből, a hétköznapi néha monoton zsarnokságából. Felfedezés, tapasztalat, vigasz volt számunkra az egyhetes vakáció. Nem kormányoztunk, nem dirigáltunk, s nem is kormányoztattunk, dirigáltattunk, nem ellenőriztük egymást, a három gyereket, szabadok voltunk. S ez a szabadság, bizalom, boldogságot szerzett a gyerekeknek is. Nem kellett időben kelni, a nagyfiú, ha magányra vágyott, egyedül is elcsatongolhatott, s talán éppen ezért ment el ritkán. Reggelente nem kellett búcsút vennem lányomtól, hogy a mama munkába megy, majd délután együtt megyünk hintázni. S itt nem is hiányzott neki a hinta. Este boldogan bújt a fiókágyba, dudliját hangosan csattogtatva, kipirult arccal aludt, hogy reggel ágyamba bújva kérje jussát, a kakaót. Aztán hozza az előző nap összegyűjtött érdekes köveket, amelyek olyanok, mint a ház, a kenyér, a tojás, a fül, s olyan tenyérbe simulók, olyan simogatni valók.

GREDEL ÁGOTA

Szemünk fényé

a gyermek

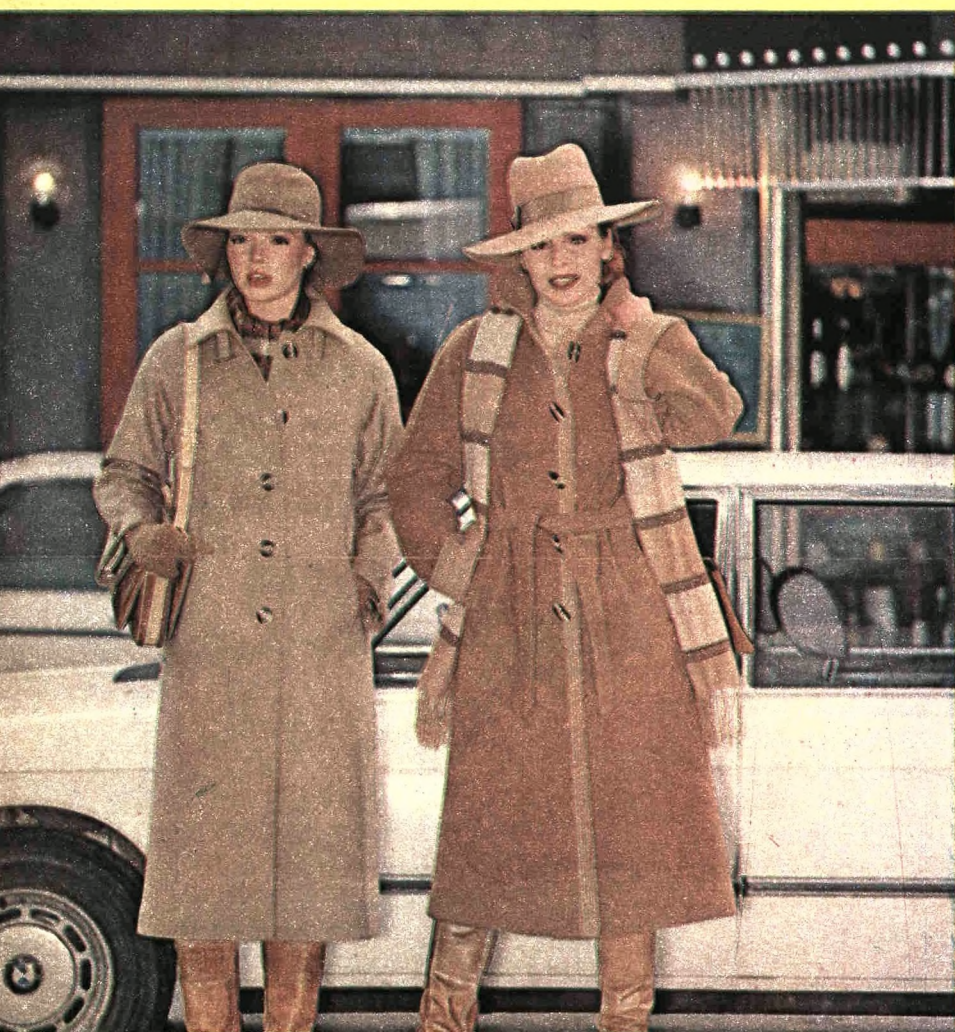
foraltak át a srácok, mert „kisfiam, ez volt az utolsó eset, ez nem játszótér, tessék vigyázni, különben baj lesz”. Itt körömmollóval nyírták a meghatározottnál magasabbra nőtt fűszálakat.

A harmadik szomszéd? Utolsó délelőtt derült fény a kilé- tere, amikor levittük a csónakot, odáig nem tudtuk, hogy a vízpart, a lejáró magánterület, ahová gyerekeknek, különösen az olyanoknak, akik napjában háromszor is lemerészkednének a tóhoz, tilos betenni a lábukat, mert késhegyre menő viták alakulhatnak ki a közösségi szellemről.

Azért mi bátran, szabadon üdültünk. Jókat mulattunk a Bübüke-családon, a fűszálmadákon, ha úgy tartotta kedvünk, este nem néztünk tévét, hanem verset olvastunk a gyerekekkel, sőt vettük a fáradságot, leballagtunk velük a tóhoz, versenyezni, ki hajítja messzebb a követ, ki dob több békát — lehetőleg a legkevésbé szabályos kővel. S mi több, labdázni is merészeltünk! A két nagyobbik, a fiúk azon igyekeztek, minél ügyesebben hajítsák föl az erkélyre a pattogó rémet, mely fűszálakat tapos el. Lányunk reggelként boldogan ráncigálta elő a háromkerekűt, hogy körutat tegyen rajta a kertben, ahol semmire sem kellett vigyázni, ahol nem kellett „ültetvényt” óvni. Az erkély nálunk autópálya volt, nem magánszektor, ahová gyerek nem tehetette be a lábát. Útjukat nem keresztelték kovácsoltvas napernyők, enyhet adó sörös-, boros — vagy konyakosüvegek, nem boríthattak ki jégkockákkal telt edényeket, nem törhettek „jujdeszép” porcelán étkészletet.

Természetesen a nagy mérkőzéseket a réten vívtuk, amíg meg nem jelentek a sátorozók, s nem léptünk valami fur-





HŰVÖS

IDŐBEN

Legfőbb ideje, hogy átnézzük ruhatárunkat, megvan-e mindennünk, amire a hűvösebb időben szükségünk lesz. Ha nincs, szerezzük be minél előbb, nehogy felkészületlenül érjen minket a hideg. Méteráru boltjainkban nagy választékban kínálják a téli öltözékre alkalmas flaus, cibelin, kordbársony, tweed, düftin anyagokat, melyekből az alábbi modelleket megvarrhatjuk.

1. Kordbársonyból vagy düftinből készülhet ez az elől gom-

bolós, zsebes leberdzsek, alul kötött passzéval. Kiegészítői a hosszú nadrág, pulóver, kockás-siltes sapka és a jó meleg mohair sál.

2. Kimonó ujjas, állógalléros kabát hamis gombolással, megkötős övvel. Akinek illik, svájci sapkát viselhet hozzá.

3—4. Két flaus kabát. Az egyik egyenes szabású, bevarrott ujjú, bevágott zsebekkel, a gallér alatt csatos pánttal. A másik

modell kimonó ujjas bő kabát, világosabb színű, tűzött gomboláspánttal, mandzsettával és galléralátéttel.

5—6. Még két leberdzsek fiataloknak, sportoló nőknek. Az ejtett vállú modell anyaga széles bordázású kordbársony, elütő színű csik díszíti. Hogy jobban tartsa a meleget, az aljába zsinórt fűzünk és elől megkötjük. A másik modell düftinnel vagy ballonnal kombinált kordbársony, villámzáras csukódással.



A has- és ülőizom erősítését szolgálja ez a gyakorlat. Letérdelünk és nyújtott karral támaszkodunk a talajon. Törzsünket oldalra fordítva egyik lábunkat nyújtva hátralendítjük. Ugyanezt megismételjük a másik lábunkkal is ötször-hatszor.



Térdelőhelyzetből, nyújtott karral, most oldalra lendítjük a lábunkat. Azután visszahúzzuk és a másik lábat lendítjük. A gyakorlatot tízszer-tízszer ismételjük meg.



Karizom erősítő gyakorlat a következő: Ujjunk a talajra. Lábunkat nyújtva feszítsük meg. Bal karunkat a magasba lendítjük, a jobbra támaszkodunk, törzsünkkel kissé felemelkedünk a talajról. Mindezt nyújtott lábbal. Ugyanezt a másik oldalra is. A gyakorlatot ötször-tízszer végezzük el, kinek mennyire futja az erejéből.

Felhúzott térdekkel ülünk, kezünkkel átfogjuk a térdünket és bölcöszerűen ringunk.



A talajon a bal oldalunkra fekszünk, a könyökünkön támaszkodva jobb lábunkat a magasba lendítjük néhányszor, majd fordítva fekszünk és a másik lábbal végezzük a lendítést.



Végül még egy has- és lábizom-erősítő gyakorlat: Álljunk alapállásba. Jobb lábunkat lendítsük magasba és a bal kezünkkel érintsük meg lehetőleg nyújtott felsőtesttel. Ugyanezt másik lábbal, másik kézzel.

A gyakorlatok elvégzése után lazításképpen végezzük néhányszor ki- és belégzést. Válgék egészségükre!

MINDENKI

MÁSKÉPPEN SZÉP

Mindenki másképp szép: más arcápolást igényel, más arckikészítés illik neki, eltérő kozmetikai tanácsokra van szüksége... Akik már felkeresték a kozmetikai szalont, azok tudják, mit kell tenniük. Akik viszont nem jutnak hozzá, vagy egyéb panaszaik vannak, kérdéseikre szívesen adunk szakmai tanácsot.

Elsőként Komjáth Katalin olvasónk kérdésének teszünk eleget, aki azt írja levelében: „Nincs alkalmam kozmetikushoz járni, mert talunkban nincs, és sok elfoglaltságom miatt nem utazhatok ezért városba. Tudom, hogy jó minőségű krémeket, arcvizeket lehet vásárolni, de nem tudom, milyen kellene az én arcbőrömre. Hogyan lehet megállapítani, hogy kinek milyen bőre van?”

— Ha nincs mód arra, hogy kozmetikus állapítsa meg, milyen típusba tartozik, egy kis türelemmel maga is elvégezheti a próbát. Először is tudni kell, hogy milyen bőrtípusok vannak:

Normális bőr: Sima, finom pórusú, rugalmas, jó vérellátottságú, megfelelő érzékenységgel. **Száraz bőr:** Vékony, áttetsző, finom pórusú, gyakran pikkelyes, könnyen kivörösödik. Hajlamos az erecskék kipattanására és grízszemekre.

Zsíros bőr: Nagy pórusú, gyakran mitesszeres, zsírosan fénylő.

Vegyes bőr: Az orr körül, az ajkon zsírosan fénylő, az arc és a szem körüli részek szárazak.

A bőr típusát a következőképpen állapíthatjuk meg: Tisztítsuk meg arcunkat arcvizel vagy arctejjel, majd öblítsük le langyos vízzel. Egy óra elteltével selyempapírdarabokat illesztünk a homlokra, orra, arcra és az ajakra.

Öt perc múlva vegyük le. Víz- vagy zsírfoltok lesznek rajta. Ha a papíron a folt változatlan, zsíros a bőrünk. Ha bőrünk száraz, akkor a papír is megszárad, a víz elpárolog. Kutasi Júlia és Boldogi Márta azt panaszolják, hogy a nyári szabadságolás után „megcsúnyult” a bőrük, és szeretnék minél előbb „helyreállítani” a hibákat. Mit tegyenek?

— Valószínűleg a sok víz, napfény, szél érdessé tette arcbőrüket. Ezért szükséges a puhító és a bőr nedvességét visszaadó kezelésmód. A pakolások és borogatások a bőr ápolásának igen régi módszerei. Igazi csodaszerek és bárki számára elérhetők: gyógyfűvek,

gyógyföld, élesztő, tej, túró, méz, gyümölcs, zöldség.

Hatásuk sokrétű: élenítkik az arcot, nyugtatják és kisimítják a bőrt, fokozzák a vérellátást. Hetente egyszer alkalmazhatjuk. Az arcmasszázs a vérellátás fokozásával megóvja a bőr fiatalosságát és rugalmasságát. Általános érvényű szabály, hogy bármely kozmetikai eljárás alkalmazása előtt a bőrt meg kell tisztítani.

A legegyszerűbb módszer: végigtöröljük arcunkat egy szellet uborkával, paradicsommal, őszibarackkal, vagy más gyümölcscsel, az évszaknak megfelelően. Az uborka hidratálja a bőrt, bármely bőrre alkalmazható, megfelelő formában. b, Az őszibarack és a paradicsom az izzadási hajlamos bőrt jól ápolja.

c, A sárgarépa — táplálja borsonyossá teszi a bőrt. Most néhány recept, azonnal ki is próbálhatjuk!

Tág pórusú bőrre — kitűnő hatását a kaporviz. 20 gr friss kaprot 1 liter esővízben 1/2 óráig főzzük. Aztán jól átszűrjük és 50 gr glicerint adunk hozzá. — Pár nap múlva a pórusok összehúzódnak és a bőr fénytelen lesz. A kaporviz arcunkon fehériti a bőrt.

Zsíros bőrre

Érett, kimagazott és meghámozott paradicsomot összezúrnunk. Keményítőt vagy talkummal (gyógyszertárban kapható) megfelelő sűrűségűre keverünk és az arcunkra kenjük.

Száraz, hámlásra hajlamos arcot kezeljük uborkalével. 250 gr uborkaléhez töltünk 1 kanál olajat — a keverékkel kenjük be az arcot, majd fél óra múlva langyos kamillaforrázattal mossuk le.

Ubrakapakolás száraz bőrre

A fereszelt uborkát étolajjal és talkummal habos péppé keverjük.

Sárgarépa vagy őszibarack pakolás

A szétzúzott sárgarépa-hoz vagy őszibarackhoz tejszínt vagy tejfölt keverünk.

Amikor pakolást alkalmazunk az arcra, fekvé maradjunk, teljes nyugalmi állapotban, csukott szemekkel. A szemünkre bőrvizes vattát tehetünk 15—20 perc múlva langyos vízzel lemossuk a maszkot, majd hideggel átöblítjük és végül bekrémizzük.

Szakmai tanácsadó:
VARGA IRMA, kozmetikus



1

2



— Micsoda pazar villa! — Állnak meg irigykedve az idegenek a valóban villára emlékeztető családi ház mellett. Hatalmas erkély, úszómedence, gondozott pázsit, bokrok, pompás virágok. Mindez egy házaspár munkája. Nem sok pénz, hanem jó ötletek, gazdag fantázia, kő, téglafal, fa, beton kell hozzá.

1. A földszinti helyiséget nappalinak rendezték be. A polcok és az alacsony szekrénykék a szekrényfalat helyettesítik. A valódi kandalló mellett barátságos „beszélgetősarok”. Fával borított lépcsők vezetnek az emeletre, a hálószobába és a műterembe.

2. A tetőszerkezet alá épített hálószobában is mindennek funkciója van. A falba épített kis polcokon jól mutat a futóvirág és a kisebb dísz tárgyak. A makramé is házi készítésű. Az érdekes virágállvány egyedi darab ugyan, de bárki elkészítheti.

1a) A mini szekrényfalban jól mutat a televízió — nem a „család szeme fénye”. Apró, izléselesen válogatott dísz tárgyak kerültek a tetejére.

1b) A kisszekrények a térelválasztó szerepét is betöltik.



1a

1b

**AZ OTTHON
VARÁZSA**



MIÉRT SZÉP ?

TÓZSÉR ARPÁD

A költő kérdéz

Thioridazintól
keserű szájjal
kérdzem magam s a
négy falat:
Hol kezdődik a
vonal, mit húztam,
s mért itt szakad meg,
ha megszakad?
Kiben moccan meg
először mérgem?
Kit rúgtak gyomron,
hogyan kezdett?
Melyik ükömé
volt a kin, mely
bennem jelenség:
félelem lett?

Mi az ember? Kör —
felelt Alcun.
Mi hát az ember?
Ver a szívem.
Ájulat köröz
gyökerekként
össze-szétfutó
ereimben.
Mi hát az ember?
Kör egy körben,
lét a létben, de
mért egy véle?
Mért kell lehunynom
szemem örökre,
hogy beláthassak
magam szemébe?

A költő nem felel

A költő nem felel,
a költő kérdez.
Kérdzem hát: vajon
kiláthatok-e
én magamból?
Hallgathatok-e
kifelé, túl
idegzörgésen,
szívzajon?

A költő nem felel,
a költő kérdez,
kitört fogai
közül is beszél.
Keresi magát a
rásütő napban,
szájában felforr
a szél.
Keresi magát
a végtelenben,
de melle elé
négy fehér
fal áll,
s az ablakban is
magát keresi,
de vasrácsot
talál.

S papírlapokként
galambok hullnak,
vért lökő szívük
szétrobbant
cékla.
Keresi magát
fában, fűben,
de minden néma.

A Tózsér alkotta én-kép alakulásának fontos dokumentuma az a két rokon tárgyú és formájú szöveg, **A költő kérdez** és **A költő nem felel**, amiknek a szerző, lám, rokon címet adott, s amiket második kötetében (**Kettős úrben**, Tatra 1967) főhelyen, a kötet legvégén egymás mellé is helyezett. Irni persze korábban, valamikor 1965–66 fordulóján írhatta őket, mert először, némileg eltérő változatban az **Irodalmi Szemle** 1966. márciusi számában jelentek meg. Mi most az újabb a kötetbéli változatokkal fogunk foglalkozni.

A két „kérdező” vers elődarabja a **Credo ut intellegam** (Hiszem, hogy értsem) című ciklus második részében, a hatvanas évek elején, a költő pár évig tartó iránykeresésének folyamatában, egy rövid művészi válság után született meg. Első sorai őrzik is a válság oldódásának emlékét, s elárulják, hogy Tózsér versnemző faktora az indulat volt: „Kijött a helyzet, öslény a partra, / hozza a versem csészeajka. / Eljött az idő a versírásra, / kizöldült mérgem, mint a sáska...” Ebben az átlagosnál hosszabb szövegében fordul Tózsér első ízben, vérmérsékletének gyökerét kutatva, mélyebb önismeretre vágyva, a család múltja felé, s itt talál rá a fogalomra, mely későbbi lírájának egyik kulcsa lesz: „A szavak megint sorba állnak, / csikorognak és trombitálnak, / megkínóznak és élni hajtnak, / Szavak, nem: **sorsok, szóhatalmak...**” A fogalom, amelyből Tózsér magát értelmezi, a sors a végzet: „Sorsok, dühök, színek: sorsom. / Véres rongyok a málnabokron...” Más egykorú és későbbi szövegei is jelzik, hogy létszemlélete ekkortájt rendeződik át. A folyamat elején a **Credo ut intellegam** mellett a **Mogorva csillagot**, későbbi szakaszából az **Ebredést** említeném, ahol a szabadság és a determináció feszültségét más irányból és más értelemben ugyan, de még élesebb fogalmazásban veti föl: „pusztul bennünk a mindenhatóság, / s jön a determinált valóság”. Ugyanezt a gondolatot az elemzésre kiszemelt két verssel még tisztábban összecsengő változatban fejezi ki a **Képletek a napon** harmadik szakasza: „Az egyik romházban fiatal költő / pusztul: a mindenhatóság. / Sarokba küldi: **saját magába** / a determinált valóság.” Más szóval a hatvanas évek közepére olyan Tózsér-hős áll előttünk, aki elsődlegesen egyfelől eredete (az átöröklés), másfelől létföltételei határoznak meg, akit tehát két determináció szorít vissza magába.

A **Credo...** annyiban különbözik a két új, kérdező szövegtől, hogy ott az alany még csak egy vérmérséklet magyarázatát kereste az átöröklésben (a végzetben), míg az utóbbiak, elsősorban **A költő kérdez**, már a testi-lelki gyötrelmekre keresik benne a magyarázatot. **A költő nem felel** a kínjai által bekerített, a determinációk által „saját magába” szorított alany kitérés kísérleteit és azok kudarcát foglalja nyelvi képekbe.

Az önkifejezés kényszeréből születik meg az egyén és a közösség művészete, az ilyen alkotásokban válik az egyed és a közösség hangja artikulálttá, s ez a közlés mód kapcsolja be őket a kultúrák kommu-

nikációs rendszerébe. Az önismeret a ki vagyok? hol élek? honnan jöttem? milyen vagyok? miért vagyok, aki vagyok? kérdések fölvetésével kezdődik. Már az így megfogalmazott kérdések elárulják, hogy a művész s általa a közösség ráébred a másoktól tanult tartalmak és esz-közök s az önnön helyzete közt levő szakadékra, s kezdi kialakítani hiteles én-tudatát. Nehéz, sokszor kegyetlen kereső munka ez, leszámolásokkal, szembenézésekkel, amelyen az európai irodalom egyik első nagy drámahőse, Oidipusznak magát nem kimélő önkereső nyomozómunkája volt. Több véletlenül, törvényszerű, hogy az érett görög irodalom első reprezentatív hőse kérdező ember, mi több, olyan jellem, aki az igazságot, identitása föl-kutatását életénél is többre tartja, s a több arcú fogalmak megtisztításának a közösség főnmaradása érdekében önnön életénél nagyobb jelentőséget tulajdonít.

Lássuk először **A költő kérdez** című versét.

A cím némi vitát és némi programot is rejt magában. Vitát nyilván egy Illyés-vers címével (**A költő felel**, Illyés Gyula **Kézfogások** című kötetének végén, 1956-ban), noha ez csak a felülete a replikának. Valójában a programadó költészettel, főleg saját korábbi romanticizmusával számol le benne Tózsér, aminek leg-reprezentatívabb terméke az 1958-as **Férfikor**.

A költő kérdez alanya már nem az társadalmi hős, aki minden embertársa nevében igényli a forradalmak ígérte jogokat, tehát aki körül virtuális közösségek tömörülnek, hanem beteg, magányos ember, aki csak magához fordulhat elizigításért: „Thioridazintól keserű szájjal / kérdezem magam s a négy falat...“ Az említett orvosság, a Thioridazin a pajzsmirigy túltengés ellenszere, s Tózsér pontos költői információját egyrészt új, civil lírai magatartását erősíti, másrészt mint egy zenei téma irányt szab a versnek, miközben elég ritka és misztikus ahhoz, hogy önmagánál többet jelentsen.

Az általános téma fölvetés után három konkrét kérdés következik most már; mindhárom az átöröklésben, tehát a végzettségben keresi az alany bajaira a magyarázatot. Meg kell jegyeznünk, hogy a három tünet (a düh, a hányás, a félelem) a főt említett kör tünetcsoportjába tartozik, de az is fontos körülmény, hogy hárman együtt mint az akarat, fiziológiai és lelki terület megnyilvánulásai az egész személyiséget kelepcéjükbe fogják. Itt megint a **Credo ut intellegam** soraira kell emlékeztetnünk az olvasót: „Sorsok: a Tózsér-had furcsa népek. / A Sándorok: vértolulások szenvedélyek. / Sérlemek, jaj, nagy a számlám, / ökölnyi lyuk dédapám koponyáján...“ A jelenség rangjára emelt félelem aztán a régmúlt homályába vesző pástor-ös egyszeri rémületével szembesítve liránk ismerőjének önmagában is lehetővé tenné, hogy a vers megszületését datálja. Líránknak az ötvenes évek végétől közel egy évtizeden át egyik fő motívuma a történelmileg meghatározott félelem volt. Általa a Tózsér-vers már kiáradt az egyszerűség medré-

ből, s átcsapott az általános értelmezés mezejére.

A Nagy Károly kori bölcselő meghatározása az emberről („Mi az ember? Kör...“) egybevág Tózsér fönt idézett fogalmazásával, a „saját magába“ utasított ember képevel. A többi sorban döbbenetek, ingtag állapotok kifejezése után megint az önmagába zárt lét motívumát rögzíti, de kibővítve az átöröklés, az egész és a rész időtlen-teretlen egységének, a végzettségnek gondolatával: „Kör a körben, lét a létben, de mért egy véle?“

A négy zárósor gondolati-képi ereje megrázó. Ha az ember önmagába zárt egység, mint a kör, akkor ez a befelé zárttság a szem és az érzékek kihunyásával lesz a legteljesebb. Érzékeink a „kör“ külső peremén helyezkednek el, ott a külvilágot tapogattják, tehát életünkben valamiképpen mégis nyitva marad a kör. Még következetesebben, a végső kegyetlenségig, ez a négy zárósor is ugyanazt a gondolatot fogalmazza meg, amit a **Kiáltás**: „Világom egyre öntörvényűbb – / a-hogy kinom nő, úgy fordul vissza / világra szabott őt érzékstervem, / s mint a csigacsáp, magát tapintja“. A halál az ember legfölkétesebb introvertált állapota, benne a legteljesebb a zárttság.

A magát és a falakat kérdezőgető alanytól a zárókérdésig s minden részletében logikusan kidolgozott út vezet. A vers négy soros szakaszokban épült meg, s két-két szakasz zárószóra, főleg szerkezettagoló funkcióval, összecseng. Az első nyolc sor általánosan, a második nyolc sor konkrét lebontásban veti föl a kérdéseket. A harmadik az Alcun-féle meghatározáson túl közérzeti szövegmezőt alkot, végül a negyedik a válasz és a kérdés filozófiai kibontása a végkövetkeztetésig. Minden ilyen nyolcsoros mezőt, mint mondtuk, négy-négy sorra bonthatunk nemcsak zeneileg, hanem értelem szerint is, jóllehet inkább csak olyanféle viszony van közöttük, ahogyan az összetett mondat fő- és melléktagja, vagy az általános és a konkrét, a törvény és a jelenség aránylik egymáshoz.

A vers párdarabja, **A költő nem felel** a determinációt oldó kísérletek kudarcait fogalmazza át. Ez a szöveg is vitával és programszerű kijelentéssel kezdődik, két színvonalú formájában: „A költő nem felel, / a költő kérdez“ – aminek külön, irodalmi nyomatókat ad a tény, hogy ez a vers is a kötet legvégére került, mint Illyés említett költeménye. Az alany alaphelyzete itt is olyan, mint az előbbi versben, az egyén itt is beteg és magányos, betegsége zárja őt körül, s az a kérdés, hogy érzékei át bírnak-e törni ezeken a gátakon: „Kérdezem hát: vajon / kiláthatok-e én magamból? / Hallgathatók-e kifelé, túl / idegzörgésen, / szívzajon?“

A vers formája rokon az előzővel, de lazább. Rím szerkezetük azonos, de a nyolcsoros periódusok első és második felének szótáza az utóbbi szövegben eltér egymástól, a periódusok vége itt következetesen, minden új periódussal rövidebb. A második periódus, a kidolgozási rész a verskezdő sorpár megismét-

lésével indul, de mindjárt olyan új elemet is csatol hozzá a költő, amely a fiziológiai-leléktani mellett egy másik értelmezési lehetőséget is ad a szövegnek, külsőt, történelmit: „kitört fogai / közül is beszél“.

A következő négy-öt soros szakaszok egy-egy ellentétes mondat szerkezetből állnak, párhuzamos rendben. Sémájuk ez: **Keresi magát** (valahol), **de...** Ez a „valahol“ vagy „valami“, amiben magát keresi, kint van, az őt bezáró körön kívül. A vers első megjegyezni való mozzanata ez a kontraszt, magában a vizsgált versben, a szándék és a kudarc között. négy periódusban. A másik kontrasztot, korszakközi érvénnyel, a **Férfikor** kínálja, kozmikus terével, ahol az alany a birtokos természetességével mozog, sőt, amit szellemi anyagcseréjébe épít: „A mindenséget magamba szedjem, / de sórászénre essen szét bennem.“ Emitt, új verse szerint az életadó naptól saját pusztító láza vágja el, a „végteletentől“ s az „ablakon“ túli látványtól betegsége s az adott világ korlátai. Személyisége kifelé áradna, mint korábban, de kiszorul a világból, bezugorodik. Mint az egész folyamatot összegezõ verse, a **Szülföldtől szülföldig** mondja, pár évvel később: „...leszakadozott rólam / udvarom, házam, / rétjeim eldobva (...) Lemálltak rólam a golycsok, / szándék, szülföld, halál, / minden amiben látható voltam. / Csak kezud érzi, hogy vagyok. / Testből kihúzott / végső suhintás...“, azaz testtelen hang- és fénytütemény.

A záró periódust leelőtt városi galambok képe nyitja, s ez a hullás sugallat. A zárókép szerint az alany állapotára a természet sem rezonál.

Ars poétikus értelmezésében a vers azt mondja el, hogy a költő milyen anyagban tudja magát kifejezni, és milyenben nem. Korábbi képanyagából már kivált, régi fogalmaival nincs többé kapcsolata. A vers a megismételt kapcsolatteremtő vagy még inkább kapcsolat-megújító kísérletek és kudarcok együttes fölmutatásával tragikus hőst állít elénk, harccal és elbukással, a pozitív eszmény és a negatív valóság, a múlt és a jelen kontrasztjával a tózséri versalany világán belül.

Ezekben az ellentétekben tetten érjük és tanulmányozhatjuk azt a folyamatot, amelyben a költő és általa irodalmunk megvált az eltanult tartalomtól és eszközöktől, s önálló útra lépett. Megvált, mégpedig nem önkényesen elhatározásból, nem szélsőesen, hanem külső és belső determinációk nyomására, egyszerűen azért, hogy helyzetének leírására megtalálja a hiteles nyelvet, a szavakat és a képeket, igaz akart lenni, ezért lett identikus, és ezért szép.

AHÁNY HÁZ

ANNYI SZOKÁS

Mi emberek is ahányan, annyifélék vagyunk. Mindegyikünknek van valamilyen szokása, kedvtelése, sőt uram bocsá' hóbortja is. Az egyik beismeri, bevallja is. Az egyik tiltakozik, tagadja. Mert ugye, azért egyetlen tökéletes lény mégis akad a Földön. Van közöttünk olyan, aki szeret vendégeskedni, olyan, aki szeret vendégségbe járni és olyan is, aki szívesen teszi mind a kettőt. Az ember társas lény, szüksége van rá, hogy időnként lazítson, kikapcsolódjon, baráti társaságban elbeszélgessen egy pohár üdítő ital, egy csésze fekete meg valami izletes fog alá való csemege mellett. De... A vendéglátókat és a vendégségbe járókat több kategóriába lehet osztani. Soroljunk fel közülük néhányat.

Vendéglátó I. (Ő is, mint a többi, belebotlik az utcán régi munkatársába, barátjába, komájába, ismerősébe.)

— Hogy vagy... felénk sem ütöd az orrod. Jelentkez nálunk... gyere, gyere... Várunk!!!

Meghívott I. Rászánja magát. Jön, Csenget. Vár. Megint csenget, vár. Ha jobban odafigyelne, talán észrevenné, hogy a kitekintő lyukon mozdul valami. De ő a lábtörölt nézve, beletörödvé dünyyögi: — Rosszkor jöttem, nincsenek otthon, pedig milyen szeretettel hívtak...

Vendéglátó II. — Ha arra jársz, nézz be hozzánk...

Meghívott II. — Arra jár, becsenget, hallja, hogy bentől vidám társalgás szűrődik ki. A háziaknak vendégeik vannak. A házigazda tétován invitálja. Neki nem számít. Ő erre járt, hát felugrott. Hiszen hívták. Vagy nem?! Kalapját a fogasra akasztja és magabiztosan indul befelé az ismeretlen társasághoz.

Vendéglátó III. — Gyere el, megiszunk együtt egy csésze feketét...

Meghívott III. Szívesen fogadja a meghívást. Már régen megitták a feketét, de a háziak még nem jutottak szóhoz. Mert ő elmeséli, hogyan készített kétéves korában vízből és homokból kacsalábon forgó várat, hogyan vágta le a borotvapengével a hét-

fejű sárkánynak és személyes elienségeinek fejét és közben hol egy pohár italt, hol egy fogvájót, telefonjegyzéket kér a háziaktól, hogy ébren tartsa őket. A reggeli kávé után szedi a sátorfáját és megy a munkahelyére új erőt gyűjteni...

Vendéglátó IV. Nagy örömmel szorongatja régi barátja kezét: — Na most megvagy! Hát szabad így hitegetni az embert?! Mióta ígérgeted, hogy feljössz? Most nem menekülsz... Meglátod, hogy fog Mancika örülni...

Meghívott IV. A sok unszolás, örökharag fenyegetés után beadta a derekát. Felkocogta a iépcsőn. Ajtónyitás. Mancika csavarokkal a hajában. Meglepődik, de nem nagyon örül. Azért illően tessékeli beljebb. A házigazda üveget vesz elő. — Anyukám, hozz már egy kis harapnivalót!... Dehogy sietsz, ha már egyszer itt vagy... ugyan, kérlek, majd megvacsozunk együtt és azután hazamehetsz... a munka megvár, a család is... igyunk még egy pohárkával. Proszit... Ugye, remekül tud főzni az én asszonykám... Várj még, most jön a kávé... ugyan kérek, hol van még az éjfél... Porom fejfájás ellen? Látod, az nincs. De lemegek veléd a szolgálatos patikába... és visszajössz! Mert ha már egyszer megkaparintottalak...

Egyelőre ennyit a „diszszemléből”. Ezzel persze még távolról sem merítettük ki a témát. Következő számunkban bemutatunk néhányat a vendéglátók és meghívottak kellemes fajtájából is. Szeretnénk, ha olvasóink segítségünkre lennének és megírnák: milyennek képzelik az ideális vendéget?

A legjobb válaszokat könyvvel jutalmazzuk.

A Barátnő V. számában közölt kérdés helyes megfejtése:

Az ismerkedés nincs időhöz, hejhez, korhoz kötve, csak illemszabályokhoz. Az üdülőhelyen például a legegyszerűbb az étkezésnél ismerkedni, ahol az asztaltársak bemutatkoznak egymásnak. Vagy a közös szórakozóhelyen, ahol a férfi táncra kérheti a nőt.

Könyvjutalomban részesülnek:

Adorján Lászlóné, Nadasd (Magyarország).

Bial Júlia, Óbást (Stará Bašta).

Basko János, Nagyida (Velká Ida).

Szabó Reni, Komárom (Komárno).

B. Kútna, Érsekújvár (Nové Zámky).

A nyerteseknek gratulálunk és várjuk további megfejtéseiket. Címünk NŐ szerkesztősége, 897 36 Bratislava, Martanovičova 20.

Szeretnék szép lenni

A szépséghibák, az arcbőr rendellenességei között vannak olyanok is, amelyek bármelyik életkorban felléphetnek. Ilyenek első sorban a bőrfesték rendellenességei, mint a szeplő és a májfolt. A szeplőről már korábban, egyik tavaszi számunkban írtunk, most hadd szóljunk röviden a májfoltról, amelyet a bőrből levő festékszempcsék túlzott felhalmozódása okoz. Halványítani — mint a szeplőt — ezt a szépséghibát is lehet. A legártalmatlanabb és talán a leghasznosabb háziszser a savanyúgyümölcs-pakolás, a már ismerttetett arcmaszok paradicsomból vagy uborkából.

A bőrfesték keletkezését gátolja ugyan néhány vegyi anyag is, mint a higany vagy egyes erős hatású szerves anyagok, de ezeket csak orvosi utasításra szabad használni, mert az érzékeny bőrön könnyen gyulladást okoznak.

A festékrendellenességnek a fordítottja is előfordulhat. A festékhány. Ez teljesen világos, soha le nem barnuló folt a bőrön, amit élen csak kevéssé látszik, de nyáron, a leburnult bőrön élesen elüt. Sok esetben ahogy kiülakul, minden felderíthető ok nélkül, ugyanúgy el is múlik. Gyógyítani nem lehet. Kozmetikailag azonban kendőzhetjük napfény nélkül barnító folyadékkal, ami a szaruréteget festi meg és így néhány napig nem kopik le.

További bőrrendellenességek a szemölcsök és az anyajegyek.

Bármelyik életkorban keletkezhetnek ezek is, igaz, hogy az adott személy szervezetében erre már régen megvolt a készség, az öröklött telep, csak nem nyilvánult meg. A szemölcs, anyajegy, gyűjtőfogalom, mert vírus-



fertőzéstől, a valódi szemölcsöktől kezdve a bőr kötőszövetéből kiinduló kisebb-nagyobb nyeles, leelőző csomócskáig benne van minden. Elkülöníteni csak szakorvos tudja egymástól és kezelésük is a diagnózistól függ.

A növekedő vagy szarusodó szemölcsökkel forduljunk minél előbb orvoshoz, mert amikor még aránylag kicsinyek, könnyű ezeket eltávolítani és alig látható heg marad. Soha ne próbáljuk eltüntetni őket házi módszerekkel! Még a kozmetikusnak sem szabad hozzányúlni, mert vannak olyan szemölcsök is, amelyeknek a kiegészése, elektromos levétele a sejtek burjánzásához, rosszindulatú daganathoz vezet. Ilyenek első sorban a sötét, kékesfekete színű szemölcsök, anyajegyek. Ha a szemölcs törülközős vagy más dörzsölés közben leszakad, akkor is menjünk azonnal orvoshoz, hogy a problémát megelőzzük.



NIVEA
Creme

Astrid

A NIVEA CREME

nappal védi bőrünket, éjszaka ápolja...

A NIVEA krém ideális bőrápoló szer. Euceritot tartalmaz, amely biztosítja a bőr zsírosságát, nedvességét, megtartja üdeségét. A NIVEA krémet egész éven át felnőtt és gyermek is használhatja.



ZÖLDSÉGTERMESZTŐKNEK

TÁROLJUNK VESZTESÉGMENTESEN

November elején a félig vagy egészen kifejtett, virágzó karfioltöveket gyökerestől és teljes levélzettel felszedjük; pincehőmérsékleten felfüggesztve 2—4 hónapig károsodás nélkül is tárolhatjuk, sőt a félig kifejtett virágok ez idő alatt duplájára duzzadnak, nőnek.

Ellenőrzéskor a leveleket figyeljük meg. Először általában a külső levelek kezdenek sárgulni, fonyadni, majd a belsők. Ha már a belső levelek is fonyadnak, a karfiolt fel kell használni! Az eltarthatóság legfontosabb követelménye, hogy a növényen szabad sebrész ne legyen. Gyökerestől felszedve, a torzsánál zsinagra kötve és felfüggesztve a normálisnál nagyobb vízvesztés nem következik be. A felfüggesztéssel a légzés biológiai lehetőségét biztosítjuk.

Az őszi káposzta eltartására több módot alkalmazhatunk. Hasonlóan a karfiolhoz, a káposztatöveket teljes kifejlődés után vagy pillanatában tövestől és borítóleveleivel együtt felszedjük és pincehőmérsékleten tároljuk. Jobb, ha felfüggesztjük, de ha gúlabarack, majdnem olyan eredményt érünk el. Hogy a felfüggesztést, vagy a gúlat választjuk-e, az a mennyiség-



től függ. A gúlat havonta át kell rakni és a sérült, megfeketedett, romlott töveket el kell távolítani. A káposzta ilyen körülmények között júniusig is biztosan eltartható.

A sárgarépa és petrezselyem tárolása a szakszerűen elvégzett szedéssel kezdődik. A zöldséget ásóval kiássuk úgy, hogy a gumók ne sérüljenek meg. A válogatáskor a sérült és fertőzött gyökereket eltávolítjuk, csak a szép, egészségeseket tisztítjuk meg és tárol-

juk. A petrezselyem tárolására nyirkos homokot használjunk rétegezve, vagyis egy réteg homok, egy réteg zöldség, ezt ismételve, amíg a tárolandó készlet tart. A sárgarépánál ugyanúgy járunk el, csak itt nem nyirkos, hanem száraz homokot használunk!

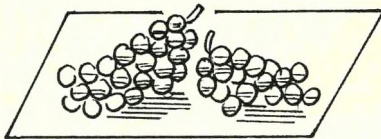
SZŐLŐTERMESZTŐKNEK

A SZŐLŐTÖKÉK TAKARÁSÁRÓL

Házikertekben, háztáji szőlőkben a szőlőtökéket takarását már a szüret után ajánlatos megkezdeni. Kötött talajokon a takarást az őszi esőzések előtt tanácsos befejezni, mert a sáros talajjal körülvett rügyek befülledhetnek. Homokos talajon nedves állapotban is takarható. A talaj megfagyása után sem kötött, sem homokos talajon nem takarhatjuk a szőlőtökéket.

A takarással megvédjük a tökéket törzsét, vesszőinek alsó 3—4 rügyét a téli fagyoktól és az ólmos esőktől; a talajt mélyen fellazítjuk, ezáltal az őszi és téli csapadék befogadását valamint raktározását segítjük elő. A talajt fagy hatásának tesszük ki, ezzel szerkezetét javítjuk és a következő évi művelését is megkönnyítjük.

A szőlőtökéket házikertekben kapá-



val, háztáji és keskeny sorközi szőlőültetvényeken pedig traktor vontatású fedőkével takarjuk. A földréteget bakhátasan, tetején vályúszerű képződmény nélkül húzzuk fel a tökére. A ferde szög olyan legyen, hogy a föld kiszáradása után se omoljon le.

Hegy- és domboldalakon takaráskor a bakhátakat mindig a lejtő irányába keresztbe kell vezetni, hogy a téli csapadékot jobban megtartsa a talaj és az eróziót is így akadályozzuk meg.

A takarással egyidőben tápanyagpótlásként szerves trágyát és a műtrágyák közül a szuperfoszfátot, kálisót juttatjuk a talajba.

A szőlőtöke felszínű gyökerei a talajban 25—50 cm mélyen helyezkednek el, ezért a trágya is ebbe a talajrétegbe kerüljön.

Keskeny sortávolságú házikert és háztáji szőlőültetvényeken a sorközöket fedés után kapával vagy fogatos ekével elmélyítjük, a szerves trágyát az így keletkezett barázda alá juttatjuk. A szuperfoszfátot és kálisót rászórjuk a bakhát oldaláról lehúzott kevés földre, ősszel ideiglenesen, tavasszal a nyitáskor végleg letakarjuk.

A trágya talajba juttatása igen költséges. A szőlőültetvények talaját szerves trágyával nem évenként, hanem háromévenként trágyázzuk. Kötött talajú szőlőültetvényeket minden harmadik évben összesen 300 mázsa istállótrágyával vagy ennek megfelelő egyéb szerves trágyával dúsítjuk. A homokos talajú szőlőültetvényeket pedig kétév-

ként 200—250 mázsa istállótrágyával gazdagítjuk.

A szuperfoszfátot és a kálisót a szerves trágya évében a szerves trágyával együtt juttatjuk mélyen a talajba. Egyrészt azért, mert a trágya csak nedves környezetben hat és a talaj felszínéhez közel nem biztosítható, másrészt a tápanyagok egy része gyorsan megkötődik a talajban és csak az a tápanyag vehető fel könnyen, mely a gyökerek közelébe kerül.

HÁZINYÜLTENYÉSZTŐKNEK

VEDLIK A NYÚL

A szőrváltás annál jobb, minél rövidebb idő alatt folyik le. A környezet, például az, hogy nyitott vagy zárt állatban tartják-e az állatokat, kedvezően vagy kedvezőtlenül hat a szőrösére.

Természetes, hogy a vedlés a levegős, nyitott istállóban elhelyezett állatokon jobb és könnyebb, mint a meleg istállóban. Ezenkívül az előbbieknél szőrzete jobb és sűrűbb, prémjük tehát értékesebb. A tartás és gondozás, valamint az állatok egészségi állapota is szerepet játszik. A beteg állatok majdnem mindig vedlenek.

A szőrösere a kedvező előfeltételektől függően, átlagosan 5—6 hét alatt befejeződik.

A vedlés az állati szervezettől nagy erőfeszítést követel. Így érthető, hogy a házinyulak e kritikus időben nagyon fogékonyak a betegségekre. A vedlés alatt ezért jól kell takarmányozni a nyulakat és fokozottan védelmezni a hideggel szemben. Kerülni kell a takarmánycsere, a környezet megváltoztatását, különben megáll a vedlés, s ez — főleg a színes nyulak esetében — nagyon kedvezőtlen.

Az olajtartalmú (lenmag, napraforgó, kendermag stb.) takarmányokkal a vedlés serkenthető. A mézben gazdag takarmányok (lucerna, lóhere, csalán) szintén fokozzák a szőrösere. Ilyen hatása van a vedlés kezdete előtt és a vedlés alatt hetenként kétszer-háromszor, lágy eleségbe kevert kénvirágpornak is.

HALÁSZOKNAK

CSOMÓKÖTÉS VÉKONY ZSINÓRON

A horgászok sokat bosszankodnak a zsinórszakadás miatt. A zsinórszakadás legtöbbször a csomózásoknál következik be. A műanyag zsinóron kötött csomó a zsinór teherbírását csökkenti, olykor 50—60 százalékkal is. Különösen vonatkozik ez a 0,30-as és annál vékonyabb zsinórokra. A vékony zsinór a csomózásnál keletkező keresztvezéseknél valósággal elvágyja önmagát.

Mi tehát a teendő? Szerelésünk összeállításánál — néhány egyszerű típus kivételével — nem kerülhetjük el a csomókötsést. Gondoljunk csak az előké hurokjának (fülének) és a főzsinór hurokjának kötésére.

Egyszerű megoldást ismertetünk olvasóinkkal, mellyel a csomózás okozta zsinórszakadások minimálisra csökkenthetők. A hozzá való kellékek: 1 db kb.

4–5 cm hosszú, kis átmérőjű műanyag csövecske. Ennek jól megfelel a kerékpár világításához használt egy-, vagy több erű, kis átmérőjű dróthuzal műanyag szigetelése. Először gondosan vizsgáljuk meg, hogy ép-e, vagy horzsolts, töredezett a szigetelés. Legbiztosabb erre a célra új huzalt használni. A már említett hosszúságot körülvágjuk a dróton, majd lehúzzuk róla. Utána győződjünk meg arról, hogy elég ellenálló-e a műanyag csövecske. Ezt közepes húzásnak kitéve próbáljuk ki. Ha kissé megnyúlik, de nem szakad el, akkor megfelelő.

Ezek után a kötendő hurok hosszúságának megfelelően kétszeresre fogjuk a zsinórt és egy darabka zsinór segítségével áthúzzuk a műanyag csövön. Utána egy sima csomót kötünk a műanyagcsövön, és jó erősen meghúzzuk. Hogy a fül szabad vége a csövön ki ne csúszhasson, két-három hurokkal biztosítsuk a fűszál közbefogásával.

Ezt a módszert csak 0,30-as vagy annál vékonyabb zsinórok csomókötésénél célszerű alkalmazni. Erősen igénybevett „kibolyhódott” zsinóroknál nem sok eredményt érhetünk el vele, ezért az ilyen zsinórvégeket a szerelés összeállításakor el kell távolítani.

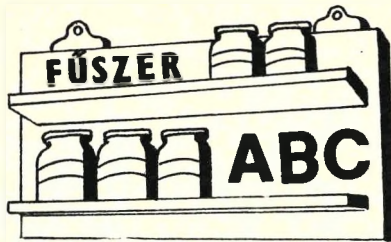
VIRÁGOK A LAKÁSBAN



Ősszel, amikor az erkélyen, kertben levő virágokat behordjuk a lakásba, úgy érezzük, még hiányzik valami, ami teljessé tenné téli lakásdíszünket. A virágüzletben nézelődünk; mi az ami még nekünk nincs, s ami a mi lakásunkban is jó környezetre találna. Mielőtt megvásárolnánk egy-egy szobanövényt, vegyük figyelembe lakásunk fény- és hőmérsékleti viszonyait. Bármely lakásba — ha csak nem túl sötét — található jól tenyésző növény.

Lehetőleg megbízható helyen vásároljuk a szobanövényeket! Csak abban az esetben vegyük meg a növényt, ha a földlabdát — körben a cserép mentén, a föld felületén is — a gyökerek már jól átszöttek. A szoba szárazabb levegőjén a növény csak akkor tud megbirkózni a számára kedvezőtlenebb viszonyokkal, ha fejlett, nem frissen bolygatott gyökérzet segíti ebben.

Még ilyen előkészítés után is fokozott, figyelmes gondozás szükséges az első napokban. Előfordulhat, hogy eleinte a lakásban az új növény (különösen a puha, nagyobb vagy dús levélű) többet párologtat, mint amennyi vizet a gyökérzet fel tud venni. Ha az alátétányérokban állandóan vizet tartanánk, a gyökérzet akkor sem tudna többet felszívni, de könnyebben rothadna a gyökere. Az új növényt úgy gondozzuk helyesen, hogy a földjét nyirkosan tartjuk, de nem öntözzük túl. A leveleit naponta permetezzük szobahőmérsékletű vízzel, nem állítjuk napra, vagy télen a fűtőtest közelébe, de huzatos helyre sem. Két-három hét alatt a növény az új környezethez alkalmazkodik és szépen fejlődik tovább a lakásban.



BORS

A legismertebb és legáltalánosabban használt fűszer az egész világon. A feketebors erősebben csípős ízű, míg a fehérbors a kevésbé csípős ízű és enyhébben aromás. Ízlesnek megfelelően minden ételhez adható, kivéve az édes ételeket. Így például levesek, főzelékek, saláták, húsételek, páclevek, halak ízesítésénél egészen vagy durván öröve használjuk. Nagyon jó alapíz ad például a borsos marhahúsnak, piritott májnak, tojásos gombapaprikásnak, vagdalt húsféléknek stb.

Ennek a fűszernek nemcsak ízesítő, hanem étvágyerjesztő hatása is van. Használatára azonban ügyelni kell, mivel izgató hatása miatt a májat, epét, vesét, végbelet stb. megtámadhatja. Diétás előírásoknál borspótló keveréket használunk, (borsikafű).

BORSCS: 30 dkg marhahúst hideg vízben, nyitott kuktában felteszük előfőzni. Közben kevés forró zsíron zöldséget piritunk, csontlével feleeresztve néhány percig pároljuk, majd a húshoz öntjük. Teszünk bele 20 dkg gyalult káposztát, ugyanannyi gyalult céklát, megsózzuk, késhegynyi törött borssal, babérlevéllel, kis doboz paradicsompürével ízesítjük. A húst kiszedjük és apró kockára vágva rakjuk ismét vissza a levesbe, majd a kuktát lezárva



forrás után még fél óráig főzzük. Tálaláskor egy kanál tejfelt tegyünk a tányérba.

BORSOS TOKÁNY: 60 dkg sovány marhahúst és 5 dkg füstölt szalonnát kisujjnyi vékony szeletekre vágunk. A szalonnát kisütjük és 1

nagyobb fej apróra vágott hagymát megfonnyasztunk benne. Hozzáadjuk a húst és átsütjük, majd kevés vízzel felengedve megpároljuk. Fűszerezünk paradicsommal, zöldpaprikával, egy késhegynyi törött borssal. Így lefőde puhára pároljuk, majd zsírjára sütjük. Ekkor hozzáadjuk a kisütött szalonnadarabokat, pár percig ezzel is sütjük. Aki sürbben szereti a levét, a zsírját sütéskor kevés liszttel meghintheti.

DUBARRY ÍSZELET. Szép szelet sültnek való marhahúst szalonnával megtűzdelünk, bedörzsöljük sóval és borssal, olajban mindkét oldalán megsütjük. Feleresztjük húslével és lefedve sütőben puhára sütjük.

ÉDES KOMÉNY

Mostanában mind gyakrabban látjuk feltűnni a fűszerpolicokon. Nagyon egészséges fűszer, mely főzelékek, saláták, halételek, szószok, marinádok, teasütemények, likőrök ízesítésére használható. Adagolásánál azonban ügyelni kell atható aromája miatt.

Kiváló emésztést senkentő, étvágyjavító, szélhajtó, görcsoldó, izjavító, vízelhajtó, tejszaporító hatású. Csecsemők szélhajtó teájának és egyéb teakeverékeknek is fontos alkotórésze.

RAGULEVES GOMBAVAL. 2 csirkeaprólékhoz veszünk 10 dkg gombát. Az aprólékat puhára főzzük, közben zsíron üvegesre piritunk vörshagymát és a gomba, valamint zöldségek hozzáadása után kevés vízben az egészet megpároljuk. Ha puha, akkor megszórjuk pirospaprikával, apróra vágott petrezselyemzölddel és ráöntjük a puhára párolt aprólékat. Egy fém teartatóba teszünk 1 gyömbérgyökeret, 1/2 szerecsendiót, 1 makkáskanál édes koményt és majoránnt, és a levessel főzzük 5–10 percet. Tálaláskor a tányérba 1–1 kanál tejföltre szedjük a levest.

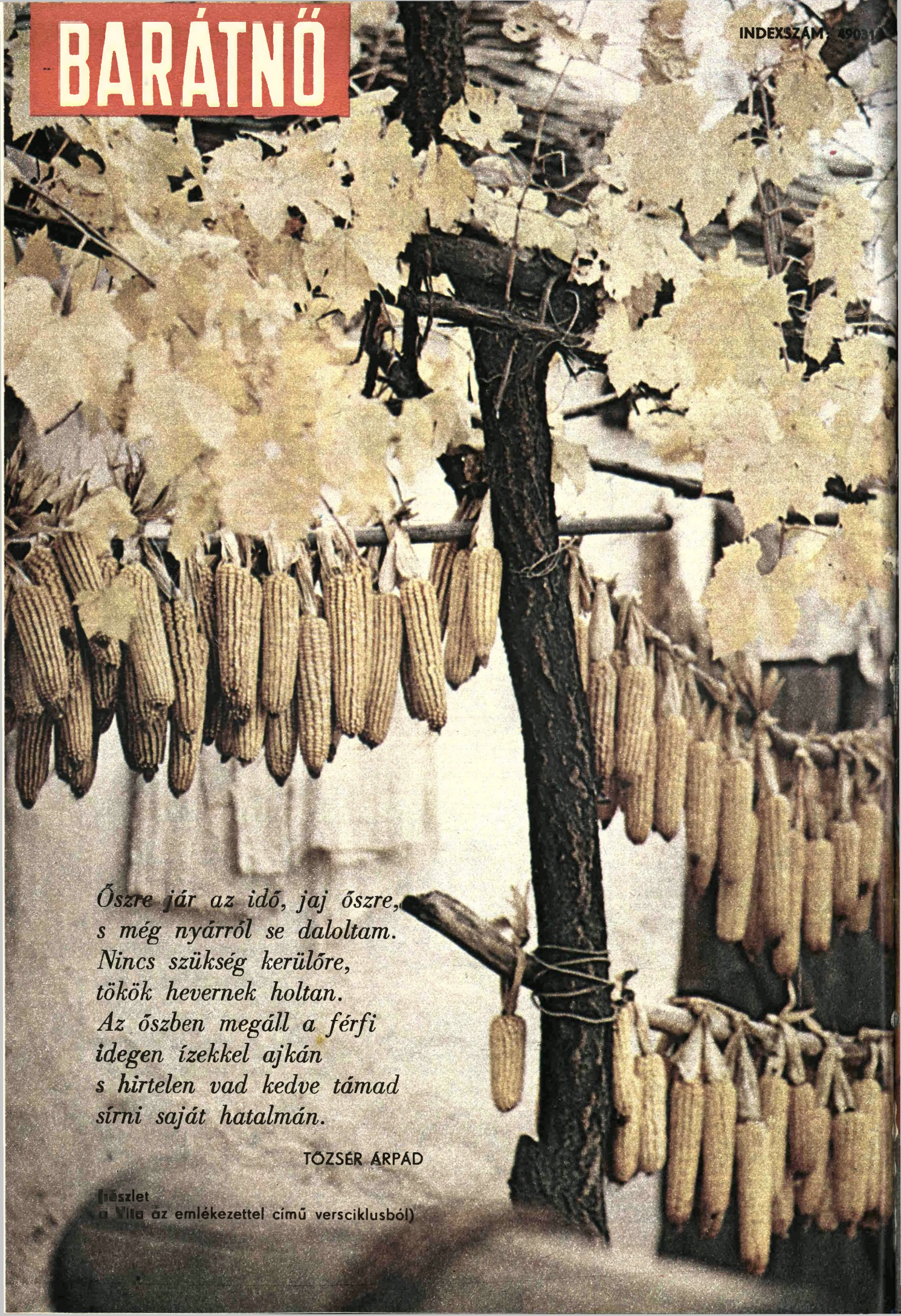
GYÓGYTEA GYERMEKEKNEK. 1 deka édeskoményt 2–3 percig főzzük, majd 10 perces állás után leszűrjük. Napjában többször fogyasztható.

FAHÉJ

Ismert illatos konyhafűszer. Egyike a legrégibb ízesítőknek.

Őrölt állapotban mézeskalács, almáslepény, rétes, diós piskótátészta, zsírban sült fánk, rizsételek, tejes ételek, míg egész állapotban befőttek, kompótok, gyümölcslevesek, mártások, forralt borok és egyéb italok készítésénél használják.

FAHÉJAS LINZER. 10 dkg cukrot, 15 dkg vajot 25 dkg liszttel elmorzsolunk, fűszerezünk 1 gr fahéjjal, 2 gr szegfűszeggel, csepp sóval, késhegynyi szodabikarbónával és jól elkeverjük, 1 tojással, 1/2 dl tejföllel. 1/2 citrom levével, 3 dl rummal gyorsan összeállítjuk és 20–25 perces pihentetés után kisütjük.



*Őszre jár az idő, jaj őszre,
s még nyárról se daloltam.
Nincs szükség kerülőre,
tökök hevernek holtan.
Az őszben megáll a férfi
idegen ízekkel ajkán
s hirtelen vad kedve támad
sírni saját hatalmán.*

TÓZSÉR ÁRPAD

Fröszlet

in Vltta az emlékezettel című versciklusból)