

MIFÉRFIAK.HU

MiFérfiak

2023/04
1790 Ft

BENNE A

MiNők



A NAGY
BESZÉLGETÉS

LJASUK DIMITRY

REKLÁMSZAKEMBER,
FÜGGETLEN FILMES,
KÖRNYEZETVÉDELMI AKTIVISTA

BUSINESS PORTRÉ

Sárospataki Albert

A BILLINGO TECHNOLOGIES ZRT.
VEZÉRIGAZGATÓJA

ŐK NŐK

SZÁSZI *Noémi*

„POÉNGYÁRTÓ”



A hosszú élet és az egészséges
testsúly támogatására
C-vitaminnal és kapszaicinnal

**2 NOBEL-DÍJ
TÖRTÉNETE
1 DOBOZBAN**

**EZ
ERŐS
LETT!** *



Az étrend kiegészítő fogyasztása nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, változatos, vegyes étrendet és az egészséges életmódot! Goodwill Pharma Nyrt. 6724 Szeged Cserzy M. u. 32.

*A tablettát filmbevonata révén nem okoz csípő, égető érzést a szájban. A tablettát egészben, szétrágás nélkül bő vízzel ajánlott lenyelni.

 Goodwill

Kedves Olvasó!

Manapság alig van híradás, amelyben ne lenne szó a klímaválságról, fenntarthatóságról, a körforgásos gazdálkodásról vagy arról, hogy megöl minket a PET-palack és az egyéb műanyag szemét, de valami egy másik fronton nincsen rendben. Ugyan elhessegetem magamtól az általánosítást, de mégsem tudok elmenni a tény mellett, hogy a szemétszállítási rendszer módosulásával valami tényleg megváltozott, és nem feltétlenül a jó irányba. Legalábbis szűkebb hazámban nem, ahol eddig egy meghatározott napon korábban mindig tűpontosan elvitték a szelektívet – mostanság viszont úgy kell rohanni a kukásautó után némi információért, hogy miért húznak el a ház előtt dolguk végezetlenül. Egy biztos, jobban járok, mint Schwarzenegger ikonikus Kommandó című filmje első képkockáinak rövid életű szereplője, akinek nem integéssel, hanem egy Uzival válaszoltak.

Távol álljon tőlem, hogy elvicceljem a dolgot, és dicséretes, hogy telerakják a várost göngyöleg-visszaváltó automatákkal, miközben nyilván ezekről is gondolkodom valamit. Ugyanakkor ezzel a sárga kukák sorsa aligha oldódik meg. Ez a rövid szösszenet akkor suhant át rajtam, amikor hazafelé tartottam a **Ljasuk Dimitry**vel készített interjúról, aki amolyan szürke eminenciásként került viszonylag hirtelen a reflektorok elé. A Tisza védelmében készült dokumentumfilmje nemcsak többmillió nézettséget tudhat magának, hanem már több külföldi országban is bemutatták, és számos elismerést is kapott. A rivaldafényt mégsem ennek, vagy nem csak ennek köszönheti: A jó reménységziget című filmje engem levett a lábamról, ahogy a néhány oldallal később bemutatott **Sárospataki Albert** is. A Billingo vezérigazgatója azon ritka emberek egyike, aki egész életében más sem akart lenni, mint vállalkozó. A Cápák között legújabb nagy hala behúzta a tutit, valóra váltotta gyerekkori álmát, de kalandos utat járt be, amíg elérte célját. Ha van a két interjúalanyomban valami közös, akkor az a lélek és a spirituális attitűd, ami egészen különleges aurával veszi körül őket.



A két üzletember után folytassák a kikapcsolódást **Szászi Móni** történetével! A Besenyő család Kancácskáját Rojko Annamária mutatja be smink nélkül. Az ünnepek közeledtével a klasszikusokat is megidézzük **Farkas Krisztina** segítségével, aki „a Diótörőt állítja színre” kultúra rovatunkban. Ehhez a beszélgetéshez viszont hátulról kell elkezdeniük a lap olvasását. A címlap felé haladva **Vaszil Ági**től megtudhatják, hogy a bőrnek is van lélektana, **Dienes Angéla**val pedig a kiégést jártuk körbe. Az **Agnes Silka** legújabb kollekcióját egy rendhagyó keretbe foglaltuk **Kanizsai Tibor**ral, aki betekintést nyújtott az izlandi kampányfotózás mögé is. Természetesen ezúttal is utaztunk **Jurák Zsolt**tal, mégpedig Kambodzsa-ba. És ez még nem a jéghegy csúcsa: ugyanis bemutatunk egy olyan helikopteres csapatot, akik mellé ha egyszer majd beülnek, az biztos, hogy fehérenmű nem marad szárazon.

Kellemes karácsonyi ünnepeket és boldog új évet kíván a MiFérfiak Magazin csapata!



Barna András

Tartalom 2023/04



10 A NAGY BESZÉLGETÉS
A JÓREMÉNYSÉG NEVÉBEN
– LJASUK DIMITRY, REKLÁMSZAKEMBER,
FÜGGETLEN FILMES,
KÖRNYEZETVÉDELMI AKTIVISTA



26 UTAZÁS
KAMBODZSA
JURÁK ZSOLT

IMPRESSZUM

MiFérfiak Magazin, 2023/04 / LAPIGAZGATÓ: Kókény Roland / FŐSZERKESZTŐ: Barna András / KOMMUNIKÁCIÓ/PR: Bódis Réka / MUNKATÁRSÁK: Hilbert Péter, Balogh Róbert, Novák Ildikó / MŰVÉSZETI VEZETŐ: Nagy Orsolya / KIADÓ: Neppen Risk Kft., 1184. Budapest, Benedek Elek u. 11., miferfiak@miferfiak.hu / HIRDETÉS: miferfiak@miferfiak.hu / ÉRTÉKESÍTÉS: Árusításban terjeszti a Lapker Zrt. országos hálózatán keresztül a Relay, Inmedio hírlapüzletek, független áruhelyek és nagykereskedések, valamint az OMV üzemanyaghálózat kiemelt kútfjai, továbbá megrendelhető a kiadó email címén postai utánvétellel. Előfizetésben terjeszti a Magyar Posta Zrt. Postacím: 1900 Budapest. Megrendelhető az ország bármely postáján, a hírlapot kézbesítőknél, www.posta.hu WEBSHOP-ban (eshop.posta.hu/storefront), e-mailen a hirlapelofizetes@posta.hu címen, telefonon 06-1-767-8262 számon, levélben a MP Zrt. 1900 Budapest címen. Külföldre és külföldön előfizethető a Magyar Posta Zrt.-nél: www.posta.hu WEBSHOP-ban (eshop.posta.hu/storefront), 1900 Budapest, 06-1-767-8262, hirlapelofizetes@posta.hu / Belföldi éves előfizetési díj: 4800 Ft 4 lapszámra. Digitális formátumban elérhető és előfizethető a www.dimag.hu oldalon. / ISSN 2732-043X

44 BUSINESS PORTRÉ

SÁROSPATAKI ALBERT

A BILLINGO ZRT.
VEZÉRIGAZGATÓJA



38 TUDOMÁNY

DR. SZÁLLÁSI ÁRPÁD

A SEMMELWEIS EGYETEM
I. SZÁMÚ PATOLÓGIAI ÉS
KÍSÉRLETI RÁKKUTATÓ
INTÉZETÉNEK PROFESSZORA



MiNők

**
BENNE:

60 PORTRÉ
SZÁSZI MÓNICA
„POÉNGYÁROS”



78 PSZICHÉ

A KIÉGÉS

DIENES ANGÉLA
ROVATA



92 TREND

„AZ ÉLETED A STÍLUSOD”

AGNES SILKA



104 SZÉPSÉG

BŐRLÉLEKTAN

VASZIL ÁGI

Fotóink, írásaink és grafikáink, szerkesztési és tördelési megoldásaink önálló szerzői jogi védelem alatt állnak. Engedély nélküli felhasználásuk jogszabályba ütközik, és büntetőjogi felelősséggel jár. Az újságban megjelenő fotókat és írásokat sokszorosítani csak a kiadó hozzájárulásával lehet. Minden jog fenntartva. Kéziratokat és fotókat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza. A lapban megjelent hirdetések tartalmáért nem vállalunk felelősséget.

106 KULTÚRA

DIÓTÖRŐ

Hidrogén gyár

A Drift Energy biztos abban, hogy új katamarán-konceptiója pozitív hatással lesz a környezetre. Olyannyira biztos benne, hogy a hajó a Most Valuable Yacht, röviden MVY nevet kapta.

Az idei Monacói Yacht Show-n bemutatott új jövevény képes lesz zöld hidrogént előállítani, tárolni és szállítani a tengeren. Ennek a széndioxid-mentes üzemanyagnak az előállítására valódi értéket ad az MVY-nak a tengeri iparban és azon túl is, innen a hajó neve.

A brit start-up Robert Smith által alapított Shadowcat kérte fel a tervezésre, aki a katamaránok építésére specializálódott. Az általuk megálmodott MVY vitorlás jacht 58 méter hosszú, de, ami a legfőbb erénye, hogy évente több mint 154 tonna zöld hidrogént képes előállítani.

Hogyan működik? Az MVY a vitorlák mozgási energiáját felfogó turbinák segítségével termel villamos energiát. Ezt az energiát aztán zöld hidrogén



formájában tárolják a fedélzeten.

Amikor a tárolótartályok majdnem teljesen megteltek, a hajó egy kijelölt kikötő vagy hely felé veszi az irányt, hogy „kirakodjon”.

Az MVY nem csak a tengerészeti iparágat, hanem a kis szigetországokat is el tudná látni energiával. „Ez a kezdeményezés felszabadítja a valóban zöld hidrogénben rejlő lehetőségeket, bárhol és bármikor is legyen rá szükség, és skálázhatósága végtelen lehetőséget kínál a szigetországok és a tengerparti közösségek viszonylag rövid időn belüli energiaellátására” – mondta Jennifer Johnston Smith, a Shadowcat üzletfejlesztési igazgatója.



A Drift állítása szerint a technológia évente több mint 1600 tonna széndioxid-kibocsátást, 2050-re pedig egy gigatonna CO₂-t tudna csökkenteni.

Letaszítva a trónról

Új paprika tűnt fel, és ez a paprika kapta meg azt a megtiszteltetést, hogy a Guinness World Records a világ legcsípősebb chilipaprikájának nevezte el. A Pepper X megelőzte a Carolina Reaper-t ezért a címért – jelentette be a szervezet. Az Ed Currie és a PuckerButt Pepper Company által létrehozott Pepper X átlagosan 2,69 millió Scoville hőegységgel rendelkezik, amellyel egy paprika csípősségét mérik. *(Összehasonlításképpen, egy jalapeño mindössze 3000–8 00 SHU-t mutat.)*



A jalapeño egy görkorcsolya – mondta Currie, majd hozzátette – ezek a szuper csípős paprikák pedig úrsiklók.

Currie tizenkét éven át dolgozott a Pepper X tökéletesítésén, és a paprika nyolc-tizenkét generációját termesztette ki, hogy pontosan elérje a kívánt csípősséget és ízt. Ugyanakkor ezt nem szívesen osztotta meg a világgal, és csak akkor tervezte felfedni az új zöldséget, ha valaki megpróbálja felülmúlni a Carolina Reaper fűszerét, amelyet ugyancsak ő hozott létre, és amellyel



egy évtizeddel ezelőtt szintén elnyerte a Guinness-címet. Mivel idáig ez nem történt meg, így Currie úgy döntött, hogy most jött el az ideje, hogy megossa a Pepper X-et a világgal.

A chilinek csak egy másodpercig van földes íze, mielőtt átválna perzselő forróságba. Currie szerint ez a forróság három órán át tart, és további négy órán át tartó gyomorgöröcsökhöz vezet. „Egyszerűen örültem fáj” – mondta.

A Pepper X még így sem a gyenge szívűeknek – vagy a gyengébb nyelvűeknek – való. Currie nem ajánlja, hogy az alkalmi fűszerrajongók azonnal ráugorjanak a PuckerButt chipsesre, salsáira és mustárjaira, amelyek tartalmazzák a chilit. *(A „One Chip Challenge” után, amely állítólag egy*

tinédzser halálához vezetett, Currie azt mondta, hogy nem teszi elérhetővé a PuckerButt extra csípős chipseit gyerekeknek). Inkább azt javasolja, hogy kezdjük az enyhébb jalapeñoakkal és cayenne-ekkel, majd térjünk át a habanerókra, a szellempaprikákra és a még csípősebb fajtákra.

És bár a Pepper X csak most kapta meg az extrémebb minősítést, Currie már dolgozik a még csípősebb paprikák megalkotásán, bár nem sokat árult el arról a két jelölről, akik mellett döntött.

Szivárványhatás



A The Dark Side of the Moon 50. évfordulóját ünnepelve a Pro-Ject Audio Systems olyan lemezjátszót készített, amely tiszteleg a Pink Floyd nyolcadik stúdióalbuma előtt. Azok számára, akik emlékeznek a The Dark Side of the Moon ötven évvel ezelőtti megjelenésére, az tudja, hogy ez a korong fordulópontot jelentett a zenetörténetben. Az album figyelemre méltó világsikert ért el és nemcsak a zenéjéről, hanem a híres borítójáról is ismert, amelyen egy prizma látható, amely a fehér fényt elegánsan színspektrumra osztja.

Bár a Pink Floyd-rajongóknak tervezték, ez a lemezjátszó minden bakelitrajongónak szól. A Pro-Ject limitált kiadású lemezjátszója az Artist Series kollekciónak csatlakozik, hogy megemlékezzen erről a mérföldkőről. Az eszközt az teszi különlegessé,



hogy egy egyszerű kapcsolóval képes újraalkotni az ikonikus képet, mert miközben a lemez a tányéron pörög, egy LED-háttérvilágítású szivárvány az album borítójára emlékeztető vizuális elemet ad hozzá.

A Pro-Ject Audio Systems a tervezéshez kiváló minőségű anyagokat használt, hogy megragadja a műalkotás lényegét. A talapzat MDF-ből készült, egy sűrű és masszív anyagból, amely rezonanciaelnyelő tulajdonságairól ismert.

Továbbá – a már említett – LED-háttérvilágítású szivárványt is tartalmaz, amely közvetlenül utal Storm Thorgerson lemezborítójára és George Hardie prizmaképére. A formatervezési részletek, mint például a háromszög alakú tok és a meghosszabbított be-/kikapcsolókar, az eredeti illusztráció elemeit idézik. A lemezjátszó rugalmasságot kínál, lehetővé téve a felhasználók számára, hogy 33 és 45 fordulat/perc sebességgel is lejátszák a lemezeket, miközben a jelentős, 6 kg-os súlyának köszönhetően stabil marad.

Segéd munkások

Egy olyan birodalomban, ahol a technológia elképesztő ütemben fejlődik, a Figure AI Inc. a humanoid robotika terén elért jelentős előrelépésével sikerült címlapokra kerülnie. A vállalat nemrég áttörést ért el azzal, hogy a Figure 01 nevű humanoid robotját képessé tette a járásra. Ezzel csatlakozik azon vállalkozások egyre növekvő listájához, amelyek funkcionális humanoid robotok létrehozására töreksenek, és ez képesség később potenciálisan átformálhatja a munkaerő-gazdaságot.

A robot járóképessé tételéhez vezető út tele van összetett problémákkal, a Figure azonban úgy tűnik, sok mindent leküzdött. A cég által nemrégiben közzétett videó bemutatja a robot kétlábú mozgását és egy kulcsfontosságú tulajdonságát: a behajlított térdeket. Ez az anatómiai jellemző, amelyet más robotoknál is gyakran láthatunk, többek között az egyensúly jobb kontrollját segíti elő.

A robot kezei egy másik középpontban lévő kérdés. Míg a legtöbb rendszer még nem sajátította el a csuklós megragadás művészetét, a Figure úgy tűnik, hogy ezt a funkciót is szeretné kifejleszteni, bár a jelenlegi képességeit még nem hozták nyilvánosságra.

A Figure alig egy éve létezik, és máris figyelemre méltó növekedést ért el, a legutóbbi a vállalat 60 fős stábjával büszkélkedhetett. Az Intel Capital 9 millió dollárt fektetett be a robot fejlesztések felgyorsítása érdekében, ami tovább erősíti a vállalat kilátásait, és fontos lépést jelent a kereskedelmi forgalomba hozatal felé. Ez mindennek azonban csak az eleje, mert Intel Capital mostani befektetése után egy 70 millió dolláros A sorozatú finanszírozás követ majd.

Más, futásra vagy akrobatikára képes robotok építésére törekvő cégekkel ellentétben a Figure a pragmatizmusra törekszik. Robotjának elsődleges



küldetése, hogy hasznos legyen, kezdve a raktár jellegű környezetekben végzett feladatokkal. A végső cél az, hogy ez a prototípus az év végére hasznos munkát végezzen, megoldva a munkaerőhiányt és a potenciálisan veszélyes munkákat.

A Figure fejlődése olyan környezetben történik, ahol a humanoid robotok egyre nagyobb figyelmet kapnak. A Tesla bemutatta Optimus robotját, a Sanctuary AI bemutatta

hatodik generációs Phoenix robotját, a NASA pedig Valkyrie robotokat teszlet távoli műveletekhez. A Markets and Markets előrejelzése szerint a humanoid robotok globális piaca a 2023-as 1,8 milliárd dollárról 2028-ra 13,8 milliárd dollárra nőhet, 50,2%-os CAGR-rel.

Jelentős befektetésekkel, az olyan iparági óriásoktól, mint a Boston Dynamics és a Google Deepmind, elcsábított tehetséges csapattal és egy világosan meghatározott ütemtervvel a Figure jó helyzetben van ahhoz, hogy letegye a névjegyet a humanoid robotok fejlődő területén. Ezek után már csak az időn múlik, hogy sikerül-e elérnie magasra törő céljait, de egyelőre az első lépések hatalmas ugrásnak számítanak a vállalat és talán az egész humanoid robotika számára.

HIBTY

A TAG Heuer, a tekintélyes svájci óragyártó elkészítette születésnapjára kronográfját, a Carrera Chronograph Glassbox-ot, ami, az óraművészet remekműve, mert nemcsak a Carrera vonal szellemét viszi tovább, hanem a világ legdrágább órái között is lenyűgöző helyen szerepel.

A *pièce de resistance* a 39 mm-es, 18K 3N sárgaaranyból készült tok, amely a luxus és a teljesítmény tökéletes ötvözetét mutatja. Az arany örökségét tükröző tok 75% tiszta aranyat tartalmazó ötvözetből áll, amelyet fele-fele arányban ezüsttel és rézzel egészítettek ki. Ez az összetétel mélységet kölcsönöz a megjelenésnek, miközben biztosítja a tartósságot. Az ugyanebből a 18K 3N sárgaaranyból készült, kontrasztos fekete részmutatókkal ellátott számlap is, ami szintén klasszikus kifinomultságot sugároz.

Ezt a bonyolult kijelzőt egy kupola alakú zafírkristály védi, amelyet aprólékosan megmunkáltak, hogy akadálytalanul leolvasható legyen.

Ez a legújabb modell tisztelgés a korszak előtt, amikor Jack Heuer az 1970-es évek elején aranyórákat kezdett ajándékozni a legjobb autósportversenyzőknek, és a TAG Heuer motorsporttal



való régi kapcsolatát idézi. Ezek az órák nem csupán a teljesítmény szimbólumai, hanem a versenyzés nagy sebességű világában is elválaszthatatlan társakká váltak. Olyan legendák, mint Ronnie Peterson és Niki Lauda, akik ezeket a tekintélyes időmérőket viselték, tanúsítják a márka mélyen gyökerező jelenlétét az autósportversenyzői közösségben.

Az óra vonzerejét fokozza, hogy a számlap ívelt pereme megkönnyíti a 60 másodperc/skála leolvasását. Az óra mutatói és indexei Super-LumiNova bevonattal vannak ellátva, amely gyenge fényviszonyok között zöld színben világít a maximális láthatóság érdekében.



A kronográfnek a szíve a TAG Heuer házon belüli Heuer 02 óraműve. Ez a mechanizmus, amely a csavarozott zafír hátlapon keresztül látható, a TAG Heuer szinonimájaként ismert kifinomult mérnöki és formatervezési megoldásokat mutatja be, beleértve a kétirányú felhúzású oszcilláló súlyt is, amely javítja az óra pontosságát és időtartalmát. A nem lecsavarozható korona pedig hozzájárul az óra 100 méteres vízállóságához.

A kifinomult kialakítás befejezéseként az óra perforált fekete borjúbőr szíjjal párosul, amely teljessé teszi a vintage bájt. Az új TAG Heuer Carrera Chronograph Glassbox sárgaaranyból készült, 21 000 svájci frank áron érhető el.

HIPER- AUTÓ KÉT KERÉKEN?



A J.Laverick Aston Martin .iR a luxus, a kézművesség és az innováció csúcsaként jelenik meg, és két tekintélyes brit luxusmárka úttörő együttműködését jelzi. Ez a kerékpár a bizonyíték arra, hogy mi történik, ha a csúcskategóriás autópári

formatervezési elvek és a kerékpár egyedi kivitelezése találkozik. Minden J.Laverick Aston Martin .iR egyedi, kifejezetten a vásárló preferenciáira szabott, így a világ egyik legexkluzívabb és potenciálisan legdrágább kerékpárja.

Ez a rendkívüli országúti kerékpár, amely 3D nyomtatott titánból és bonyolultan formázott szénszálcsövek keverékéből készült, a könnyűség és az erősség páratlan egyensúlyát kínálja. Tervezési filozófiája kiküszöböli a látható csavarokat, zökkenőmentes és elegáns megjelenést biztosítva. Az Aston Martin tervezőcsapata által a kerékpáros világ úttörőjeként elismert kerékpár esztétikája az elit kerékpárok és a luxus sportautók világából egyaránt merít ihletet.

Marek Reichman, az Aston Martin ügyvezető alelnöke és kreatív igazgatója a .iR-t egy «titánium hiperautóhoz hasonlítja két keréken». Ez a leírás találoán tükrözi a kerékpár teljesítményképességeit és vizuálisan is feltűnő formatervét. A személyre szabhatóság döntő szerepet játszik a .iR vonzerejében. A tulajdonosok meghívást kapnak az Aston Martin Gaydonban (*Egyesült Királyság*) található központjába, hogy egyedi részleteket és kiviteletet válasszanak



a kerékpárjukhoz. Itt többek között az Aston Martin ikonikus színpalettájából, valamint a villák, a szár, a nyeregcső és a kormány különböző opcióiból választhatnak.

Az Aston Martin .iR árazási részleteit még nem hozták nyilvánosságra. Figyelembe véve azonban az exkluzivitást és a személyre szabhatóságot, valamint a többi J.Laverick kerékpár induló árát, jelentős beruházással számolhatnak. Ez a kerékpár talán nem éri el egy Aston Martin szuperautó végsebességét, de kétségtelenül a teljesítményre és a sebességre tervezték, felhasználva a 3 millió dolláros Aston Martin Valkyrie néhány dizájnelemét. Ez a keresztesezés közös esztétikai jellemzőket és mérnöki meglátásokat tartalmaz, mint például a 40 mikronos jelvények és a kerékpár kerekei, a szár, sőt még a fékdugattyúk sapkáinak és a menetes fenéktartónak a bonyolult részletei is.

Lényegében a J.Laverick Aston Martin .iR nem csupán egy közlekedési eszköz, hanem a luxus, az exkluzivitás és a két legtekintélyesebb brit luxusmárka közös öröksége. A kerékpár a kifinomultság és a nagy teljesítmény szimbólumának ígérkezik, akár csak a megalkotását inspiráló tekintélyes járművek és kerékpárok.

A NAGY BESZÉLGETÉS

LJASUK DIMITRY REKLÁMSZAKEMBER,
FÜGGETLEN FILMES,
KÖRNYEZETVÉDELMI AKTIVISTA

A JÓREMÉNYSÉG NEVÉBEN

Írta: BARNÁ ANDRÁS

képek: BALOGH RÓBERT, LJASUK DIMITRY

Hosszú percekig töprengtem azon, hogyan vezessem fel a Ljasuk Dimitryvel készült interjúmat, pedig amióta megnéztem a Jóreménység-sziget, majd a Tisza nevében című filmjét, azóta tudom, hogy meg akarom ismerni ezt az embert. Mielőtt a felcímrre pillantva bárki azt gondolná, hogy beszélgetőtársam titulushalmozó, téved. A neve utáni meghatározások életének egy-egy markáns fejezetét szimbolizálják, illetéknéppen a sor korántsem teljes és véges. Amit viszont egyetlen névjegykártyára sem lehet ráírni, az az a mély érzésű attitűd, ami jellemzi. Egy fantasztikus ember következik.



A tél első igazán zimankós napján találkozunk, bár a nap süt, a szél metsző – jut eszembe arról a pár percről, amíg fotós kollégámmal Dimitryre várunk. Gyorsan szedjük a lábunkat a második emeleti irodáig, ami aznap hibernált állapotban van, a kollégáim ma otthon dolgoznak – mondja vendéglátónk.

A fotózással kezdünk, ez kihívás lesz – olvassuk ki egymás tekintetéből, miközben körben analizáljuk a teret. Dimi, a filmes és maximalista, mindent megtesz az ügy érdekében, hogy megoldja az ingerszegény állapotot. Csak pislogok, mint hal a szatyorban, ugyanis szó szerint mindent megmozgat, hogy színt varázsoljon a terekbe: asztalokat mozgatunk, lebontjuk az ünnepi dísfényt, háttérter készítünk, képet veszünk le és plakátokat teszünk fel, hogy a hófehér falak életre keljenek. Közepes sikert aratunk, majd megbékélünk a helyzettel.



Közben mindenről is beszélgetünk, ebből sokszor kimaradok, mert a képhőmérséklet, az objektívek és a látószögek nem pont az én asztalom, de azért ennek farvizén a filmkészítés és a Tisza is szóba kerül. Elgondolkozom: édesapám Tiszabón született, gyerekkoromban millió történetet mesélt, szerelmese volt a folyónak, ahogy a nagyapám is, szóval akár genetikusan is belém lehetett volna kódolva, mégis csak felnőtt fejjel érintett meg a folyó és a Tisza-tó is, de már nem engedtem el. A genetika Dimitrynél jobban működött, mint nálam, viszont ahhoz, hogy ez nála és a filmjei által mementóvá váljon, hozzájárult egy szerelmi bánat is – de ez már többé-kevésbé a történet vége.

Barna András: Leningrádban születél, szovjet állampolgár lettél, majd voltál, ugyanakkor ukrán–magyar gyökereid vannak, igaz, nagyon korán – egyévesen – Magyarországra kerültél. A neved alapján, ha valaki nem ismer, nem is gondolja, hogy magyar vagy, ugyanakkor a Tiszáról készítesz dokumentumfilmeket. Tegyük rendbe a gyökereket, aztán meg minden mást is!

Ljasuk Dimitry: Édesapám ukrán, édesanyám magyar, mind a ketten leningrádi orvosi egyetemre jártak, ott szövődött közöttük a nagy szerelem, és én is ott születtem. Egyébként azért lettem Dimitry, mert akkoriban az Omega együttes Lénája nagy sláger volt, amit édesapám nagyon szeretett – imádtá a zenekart. Egyébként az anyai nagyanyám, aki kijárt hozzájuk, mindig vitt ki lemezeket, hogy édesapám meg-



ismerje a magyar popkultúrát, ha már később úgylis ideköltözik.

Tudott vagy megtanult magyarul? Mert ehhez azért nem ártott, ha tudja a nyelvet.

Egy szót sem beszélt magyarul korábban, de édesanyám és az anyai nagymamám – aki magyartanár volt – tanították, úgyhogy jó kezekben volt. Meg is tanult, bár mindig volt egy kis vicces akcentusa, ami viszont soha nem vált hátrányára, a beteget pedig nagyon szerették.

Milyen orvos volt?

Háziorvos, és a legnépszerűbb a városban, mindenki hozzá akart járni.

Tiszafüreden?

Igen, ott, de előtte sokfelé laktunk: Kisúj-

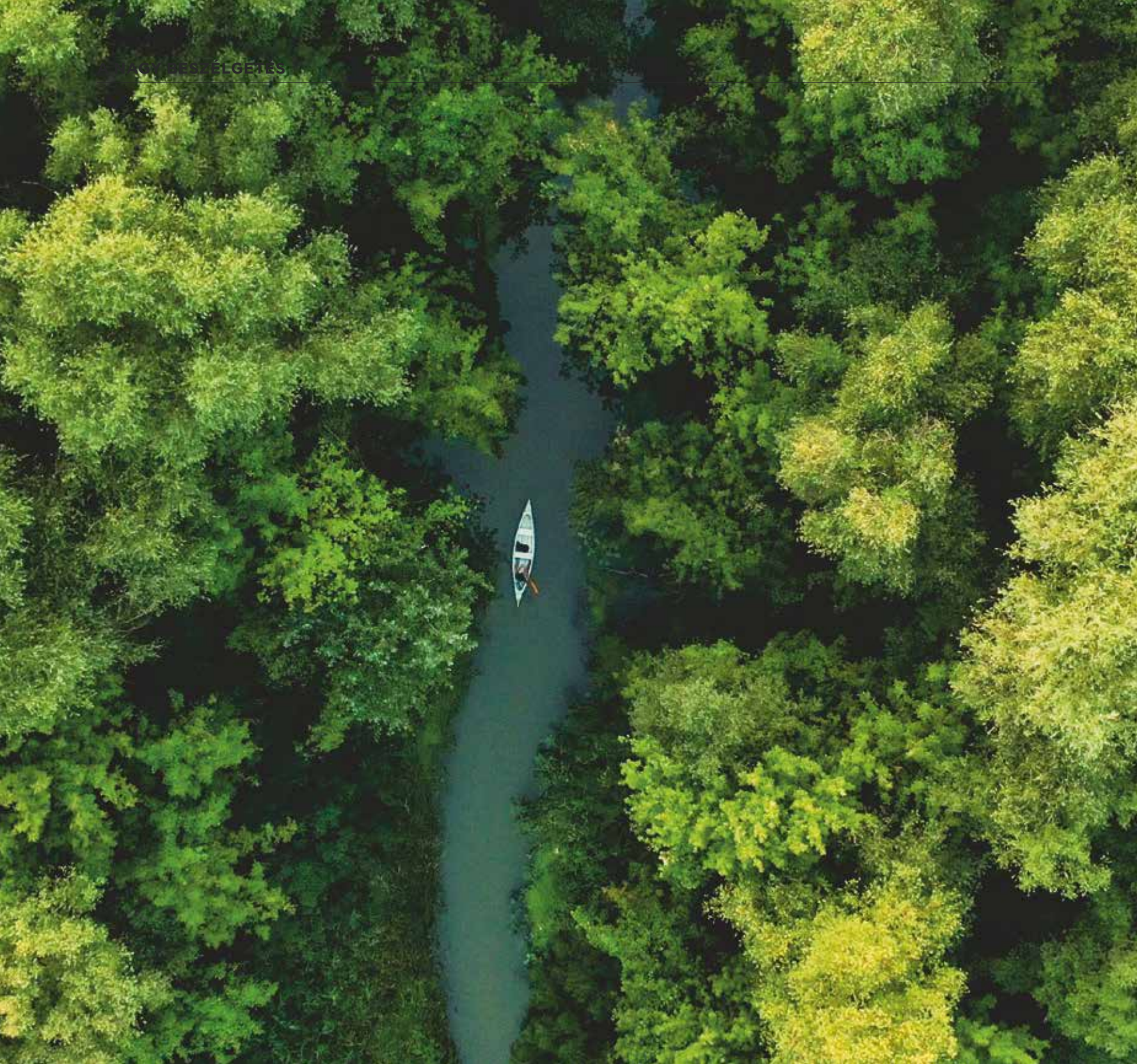
szálláson, Karcagon, Tatabányán, Pilisvörösváron, és végül Tiszaórvényesen építettük fel a családi házunkat. Talán nem véletlenül... Édesapámnak édesanyám mellett a második nagy szerelme ugyanis a Tisza volt. Rengeteg eljártunk kettesben a kiskörei víztározóhoz pecázni. Apám alakja és a Tisza bennem teljesen összeforrt, és valahányszor rá gondolok, mindig azok az idők idéződnek fel bennem.


Tinédzserkoromban egyébként nagyon kerestem a gyökereimet. Leningrádban születtem, szovjet állampolgár voltam a Szovjetunió összeomlásáig, ugyanakkor Magyarországon éltem, több városban, és emiatt több iskolába jártam. Soha nem találtam a helyem, ki is kö-

zösítettek a származásom, a nevem és a hajam miatt is, de ezek az atrocitások más oldalról meg is erősítettek engem. Azt is meg kellett tapasztalnom, hogy a sztereotípiák nemcsak gyerek-, hanem felnőttkorban is működnek. Sokszor meg kellett küzdenem azzal az úgynevezett „mással”, hogy nem úgy nézek ki, mint egy „magyar gyerek”.

Visszatérve gyökerek kereséséhez: amikor egy évig Amerikában éltem és honvágyam volt, akkor például nem a Parlament vagy egyéb látványosságok jutottak eszembe, hanem a folyó, akkor éreztem azt, hogy nem az ország embematikus szimbólumai hiányoznak, hanem valójában a Tisza, a Tisza-tó az én hazám. Ide

WILDEST PLACES





**EGY FOLYÓNAK NINCSENEK ELŐÍTÉLETEI, NEM
KÉRDEZI, HONNAN JÖTTÉL, KI VAGY TE ÉS MIT
AKARSZ, EGYSZERŰEN CSAK AD, BEFOGAD.**

húznak édesapám gyökerei, és az enyéme is, a Tisza az, amiről mind a ketten azt gondoltuk, hogy befogadott minket. Úgy érzem, hogy nekünk nagyon sokat adott, ezért amikor elkezdtem filmezni, tudtam, eljött az idő, amikor már én is vissza tudok adni valamit ennek a folyónak.



Kifejtenéd, hogy a befogadás mit jelent számodra?

Egy folyónak nincsenek előítéletei, nem kérdezi, honnan jöttél, ki vagy te és mit akarsz, egyszerűen csak ad, befogad. Amikor elkezdtem filmezni, azt láttam, hogy ezt a folyót nem becsülik meg a népek. Nemcsak a magyarok,

hanem a partján élő más nemzetek sem. Ezen próbáltam meg változtatni azzal, hogy filmeget, rövidfilmeket készítek. Szóval én nem a Tiszának mentem, hanem lementem a folyót filmezni. Mely utóbbit teljesen autodidakta módon tanultam meg, éppen ezért nagyon sok

időt és inspiráló dolgot kellett az elsajátításába belefektetnem. Mindent elolvastam és megnéztem, amit a szakmával kapcsolatosan lehetett, például nagyon sok amerikai masterclasst, ahol Scorsese és más rendezők tanítják a rendezést és a filmkészítést – nem feltétlenül csak a technikai oldalt, hanem filozófiát és a szenvedélyt is.

Rengeteget merítettem ebből. A filmezéseim során vettem észre azt, hogy milyen szennyezett a Tisza. E felismerés után kezdtem el természetvédelmi filmeket csinálni, aminek a csúcspontját A Tisza nevében című alkotás jelentette. Ezt később több országban is bemutatták, sőt az ukrán köztvében is.

Volt ennek bármilyen visszhangja?

Járt nálam egy ukrán forgatócsoport, akik dokumentumfilmet készítettek erről. Sok alapvető probléma került elő, ami az adott rendszer és Ukrajna hiányosságaiból fakad, mert nincs mondjuk szemétszállítás, nincsen szemétfeldolgozó, de ugyanakkora gond az edukáció hiánya is.

A magam részéről sok mindent megteszek azért, hogy ez változzon: elmegyek szemétszedésekre, előadásokat tartok iskolákban, egyetemeken, cégeknek, nagyon sok időt és energiát beletettem ezekbe már, olykor a magánéletem rovására is. Erre mondta azt a coachom: Dimitry, te céget is vezetsz, forgatsz is, és próbálsz teregetni meg menteni a Tisza ügyét, szóval két-három ember életét éled. Azt gondolom, hogy alapvetően én egy ilyen típus vagyok, ösztönösen segíteni akarok, ahogy a filmjeimmel is teszem. A Jóréménység-szigetben is meg akarom menteni az apám életét, ahogy a valóságban is meg akarom menteni. De én más embereken is segíteni akarok és a folyón is.

A Tiszán eltöltött idő erős kapcsolattal köt, és motivál, hogy tegyek valamit a folyóért, és fil-

meket csináljak. Némileg paradox állapot, hogy „félíg magyarként” – miközben teljesen annak érzem magam – akarok tenni valamit ezért a dologért, ráadásul a szennyezés nagy része Ukrajnából jön, ami számomra egy belső feszültséget is okoz.

Nyilván, mert arról a mai világban tudnánk...

Egyébként ezt a részt pont azért tettem bele, mert én ezzel tiltakozom. Nézzük csak meg a Fertő tó körül történeteket! Nem lehet mindig csak a pénz a legnagyobb úr.

anyás. Édesapám adta nekem a szenvedélyt és az élet szeretetét, édesanyám pedig a tudásvágyat, tisztességet és a segítő szándékot. Rajtuk kívül persze a nagyszülőktől is nagyon sokat kaptam. Én úgy töltöttem el a nyaraim vagy a téli szüneteim nagy részét, hogy elmentem Ukrajnába.

Édesapám majdnem az ország közepéről, egy kis faluból, Mizocsból származott, ahol a szülei földet műveltek, állatokat tartottak, tehát nagyon természetközeli életet éltek. Mellettük láttam azt, hogy az ember számára mennyire értékes és fontos a természet, a víz és az ember kapcsolata.

Honnan jött a bátorság, hogy a Jóreménység-szigettel egy mozifilmben is kiteljesedjél? Ráadásul azt a dokumentarista műfajt, amit te csinálsz, a moziba bevenni a filmes szakmában



A Jóreménység a te filmed, vagy csak vannak benne az életedből motívumok?

Hetven százalékban valóság, harminc százalékban fikció. Az apámmal kapcsolatos dolgok igen, a sziget és a kunyhó az nem teljesen, abban vannak szépítések. De a lényeg, hogy a szigetet nem adták el.

Édesapádról sok szó esett. Mesélnél édesanyádról, aki szintén szereplője a filmnek?

Édesanyám is orvos lett, az ÁNTSZ-ben dolgozott, ma már nyugdíjas, és van egy öcsém is, aki Ausztriában él és dolgozik. Én sokkal inkább apás voltam, az öcsém sokkal inkább

jártasabb emberek számára is elég kockázatos, a film hosszáról nem is beszélve...

Nagyon régóta szerettem volna mozifilmet csinálni, már gyerekként is művészmozikba jártam, ilyen típusú filmeket néztem. Lehet, hogy innen ered az, hogy mindig is szerettem volna nyomot hagyni az emberekben. Szeretném, ha a

filmjeimen elgondolkodnának, ha hatással lennének rájuk, ami után pozitív irányba indulnak el valamilyen területen. Azt gondolom, az a jó film, ami erre képes.

Mira Nair indiai rendező mondta egyszer: fontos, hogy a kezdő alkotók első filmje önmagukról szóljon, vagy arról a közösségről, ahol felnőttek, vagy arról a helyről, aminek a történetét el tudják mesélni. Mert ezen keresztül lehet legjobban megtanulni a filmkészítést és a történetmesélést. Tulajdonképpen én is ezt csináltam a különböző típusú filmjeimmel, amelyek döntő többsége a Tiszáról és a Tisza-tóról szólt, az ember és a természet kapcsolatáról. Amikor megtaláltam a szívet és kiköltöztem oda, már pontosan tudtam, hogy ez az a hely, ahol ezt a filmet én meg tudom csinálni. Miközben akkor még fel sem tudtam mérni, hogy mozifilmet csinálni milyen nehéz. Hatalmas fába vágtam a fejszém. Ha tudom, hogy ez mekkora munka, akkor bele sem kezdek – egyébként meg de... (Nevet.)

Kint is laktál fél évig?

Igen, 190 napig úgy, hogy teljesen kiszakadtam a világból. Küzdöttem az elemekkel, télen a hideggel, a metsző széllel, nyáron negyven fokban pedig együtt laktam egymillió szűnyog-

gal. Olykor nem nagyon volt mit enni. Szóval ez részemről vakmerőség volt, meg bátorság is – no meg valahol egy lehetetlen küldetés, de soha nem gondoltam erre, mert a belső motor mindig elindult, és vitt tovább. Aztán ha az ember ezt csinálja, akkor egyre erősebb lesz mindennap,



látja, hogy halad, történik valami, és kezd az egész egységé összeállni.

Mennyire dolgoztál magányos farkas-ként? Némelyik jelenet azt sejtette, hogy volt segítséged.

A film kilencven százalékában egyedül voltam, de nyilván akadtak olyan jelenetek, helyszínek, pályaudvar, étterem, amiket egyedül képtelenség lett volna megvalósítani. De ezeken kívül mindent én csináltam, én írtam a forgatókönyvet, én vágtam a filmet, én írtam az ösz-

szekötő szöveget, és még a drónfelvételeket is én készítettem. Rengeteget tanultam a filmkészítés ideje alatt.

Igazából a bemutató előtt ideges voltam, nem tudtam, biztosan jó-e, ha az életemből, a saját lelkemből ennyi mindent kiadok. Vajon nem fogja-e a közönség félreérteni? Nem gondolják majd azt, hogy egy magamutogató ripacs vagyok? Ilyen és ehhez hasonló gondolatok kavargtak bennem, és nagyon féltem, mert tudtam, hogy sérülhetek ettől. Szóval nem tudtam, hogy az emberek befogadják-e majd ezt a történetet, a tempóját, a mondanivalóját. Ma már nagyon boldog vagyok, hogy minden úgy alakult, ahogy reméletem.

Hányan látták eddig?

Majdnem harmincötezen, de fent van már egy jó ideje a Netfli-xen és a Filmión is, mindemellett hamarosan a film weboldalán is elérhető lesz tizenkétféle felirattal és angol nyelvű szinkronnal is. A független filmek közül egyedül az utóbbi éveket nézve a Magyarázat mindenre című film előzi meg az enyémet - ez úton is gratulálok Reisz Gábornak, nagyon jó és fontos filmet készített -, bár nekik volt szlovák támogatásuk, nekem viszont semmilyen nem volt, nem is kértem sehonnan és persze lehet nem is kaptam volna. Mindent egybevetve az utóbbi évek legsikeresebb valóban független filmje lett. Több díjat is

nyert a film, amiről azt is írták, hogy kultfilm-mé vált, ahogy maga a sziget is, hiszen létezik. Egy közösségi pihenőhelyet csináltam belőle. Működik, van könyvtár, vannak padok, virágok, és persze paradicsom is. Mindenki rendben tartja, és az egész Tisza-tavon ott van egyedül szelektív gyűjtő is. Boldog vagyok, mert a Jóreménység-szigetből egy nagyon szép történet lett, a közönség pedig felemelte az alkotást.

2018-ban készítettem el az első filmemet, de ha akkor valaki azt mondja nekem, vagy én mondom valakinek, hogy négy évvel később mozifilm fogok csinálni, az biztos, hogy bolondnak tart, de minimum naivnak. Egyébként sokszor valóban naiv vagyok, de szerintem kell az, hogy az ember néha okatlanul higgyen dolgokban, hogy belekezdjen, meg merje csinálni.

Ha most visszakanyarodunk az időben, mondjuk középiskolás korodban mennyire gondoltál arra, hogy milyen irányba menj? Éreztél késztetést bármilyen művészeti vonal, vagy akár a szüleid foglalkozása okán az orvosi pálya vagy más irány felé? Ezt már csak azért is kérdelem, mert a végzettségedet tekintve közgazdász lettél.

Az orvosi pálya látens módon megjelent, de mivel hosszú évekig volt vérfóbiám, például ha

elvágtam a kezemet, elájultam, szóval ez így nem lehetett opció. Egyébként furcsa, de a főbiám akkor múlt el egyik napról a másikra, amikor megmentettem egy ember életét, akit egy üveggel fejbe vágtak, és én leszorítottam a sérült artériáját.



Egyébként autótervező szerettem volna lenni, ezért is mentem ki az Egyesült Államokba, Los Angelesbe, de mivel nem tudtam finanszírozni a tanulmányaimat, ezért egy év után hazajöttem.

Ezek szerint jól is rajzolsz?

Igen. A mai napig festek, szobrászkodom, rajzolok, nagyon sok festményem van. Ugyanakkor a diákéveim óta a kereskedelem is érdekelt, árultam kukoricát, gyártottunk diszkólámpákat, hangfalakat az egyik barátommal, és alapítottam egy saját ruhamárkát is Salvarini

néven, aminek darabjait leginkább a főiskolán árultam. Szóval két alapvetés dolgozott bennem: a kereskedelmi és a művészi véna. Édesanyámnak az utóbbiról meg is jegyezte az egyik általános iskolai tanárom, hogy belőlem egyszer még kibukik a művész. Ami így is lett, mert az

alkotás folyamatában érzem magam a legjobban. Szeretek valami értelmeset létrehozni, legyen szó filmről, kétékezi munkáról vagy például egy szemétdarálóról, vagy egy önfenntartó lakókocsiról, amin már két éve dolgozom.

Akkor hogyan lett ebből a végén reklámügynökség?

2004-ben a Gábor Dénes Főiskolán még javában tanultam a programozást, amikor megalapítottam a cégemet. Ugyanis rájöttem, hogy én egyáltalán nem akarok programozó lenni.

Őszintén szólva csak azért mentem oda, mert a szolnoki főiskola nem jött össze, és húszévesen nem akartam földelni a felsőfokú végzettség megszerzését. Az igazsághoz persze a szülői és a nagyszülői nyomás is hozzátartozik, akik gyengéd erőszakkal terelgettek felé, mert nem akarták, hogy csak nekem ne legyen diplomám a családból. Ugyanakkor a saját cégem profiljához ez egyáltalán nem volt szükséges. A Gábor Dénest nem is fejeztem be, onnan átmentem a Heller Farkas Főiskolára, és ott fejeztem be a tanulmányaimat,



közgazdász lettem. Harmincéves voltam ekkor, és már öt éve működött a vállalkozásom.

Miért épp a reklámszakma?

Amikor hazajöttem Amerikából, azt gondoltam, hogy Magyarország a lehetőségek országa – mondom, naiv vagyok –, és vállalkozni akartam. Nem a pénz motivált a cégalapításkor leginkább csak az, hogy így szabadabb lehetek. A magam ura akartam lenni, és felelősséget akartam, üzletet csinálni, szolgáltatásokat eladni. Az első munkám a globalplaza.hu egy ár-összehasonlító weboldal volt, majd ez az irány alakult, fordult át az idők során reklámügynökségi tevékenységgé. Ma tulajdonképpen ezen a területen mindent



is meg tudunk csinálni, legyen szó kommunikációról, marketingkommunikációról. Sok nagy cég volt már a partnerünk, és sok nagy projekten vagyunk már túl. Tehát az elmúlt tizenkilenc évben sok mindenen átmentünk, és átvészeltünk három nagy válságot is.

A neved után rengeteg titulus sorakozik. Te hogyan aposztrofálsz magad?

Nem könnyű a kérdés. Alapvetően hosszú évek óta vezetem a céget, de a filmezéssel egy új korszak kezdődött, a környezetvédelmi filmezéssel pedig egy még újabb, ami más csatornákat is elindított. Viszont az előadásokból, a szemétszedésből és az ehhez kapcsolódó társadalmi szerepvállalásokból nem lehet megélni. Éppen ezért a céget a filmezés felé fogom elbillenteni, és ebbe az irányba fogok továbbmenni, mert ez és a környezetvédelmi tevékenység nagyon érdekel. A klasszikus reklámtevékenységet le akarom szűkíteni, és csak olyan cégekkel dolgozom majd együtt, ahol nincs „green washing”,



**TISZA-TÓ ZÖLD NAGYKÖVETE LETTEM,
A CÍM MELLÉ PEDIG ÍGÉRETET IS KAPTAM,
HOGY TÁMOGATNI FOGNAK A MISSZIÓM
HATÉKONYSÁGÁBAN**

és ahol komolyan gondolják a környezetvédelmet, a fenntarthatóságot. Ugyanis nem akarok hozzájárulni olyan dolgokhoz, amikről tudom reklámszakemberként, emberként, hogy ártanak. Mindemellett fel akarom hívni az emberek figyelmét arra, hogy ne vegyék meg azt, amire nincsen szükségük az élethez, ne halmozzanak fel feleslegesen, mert nem ez kell a boldogsághoz.

Nagyjából ezt sugallja a Jóreménység-sziget is, ahol azt mondd, hogy a kicsi is elég a boldogsághoz.

Minél egyszerűbb dolgoknak tudunk örülni, annál boldogabbak leszünk. Nem vagyok biztos abban, hogy a dúsgazdag emberek boldogabbak tudnak lenni azoknál, akiknek kevesebbük van, vagy egyenesen szegények. Minden a belső-től függ és attól, hogy kinek milyen a lelke. Az, hogy ma mindenki ennyire rohan és hajtja a pénzt, kiveszi az emberből a lelket és a boldogságot is.

Ha már érzelmesebb húrokat pendítettünk meg, adódik a kérdés: a szigeten eltöltött napokra visszagondolva ma mit gondolsz az ott eltöltött 190 napról? Volt más „rádöbbenés”?

Minden nap boldognak éreztem magam, pedig az égvilágon nem volt ott semmi ahhoz képest, ami Budapesten vagy egy urbánus környezetben körülvés. Nyilván egy társ hiánya, keresése, megértése, saját magam és mások elfogadásának gondolata is velem volt. De ez nem

rádöbbenés volt, sokkal inkább egy tartós elmélyülés önmagamban.

Keresési fázisban voltál akkor?

Tulajdonképpen igen, volt egy magánéleti elakadásom, szóval nem csak az édesapám elvesztését gyászoltam meg. Persze ez egy csomó kérdést is felszínre hozott, például azt, hogy mi-



ilyenek kell lennem ahhoz, hogy én társra leljek, vagy hogy fogadjam el a másikat.

Egyébként is jellemző rád, hogy önmagadba nézel?

Abban a sztereotípiában élünk, hogy a férfinak mindig erősnek kell lennie, mutatnia az utat, és persze nem sírhat. Mindezt azért, mert ezt várta-várja el a társadalom. Ebbe pedig na-

gyon sok férfi, az apám is, én is és még ki tudja hányan beleszaladunk, és nem tudjuk feldolgozni, megérteni, hogy mi van bennünk, a lelkünkben – mert nem mutathatjuk meg. Ezért a legtöbb férfi elutasító, ha például szóba kerül, hogy menjen pszichológushoz. Én is ilyen voltam, de később több dolgot is csak úgy tudtam feldolgozni, hogy elmentem pszichológushoz, coachhoz, és rengeteg olvastam és gondolkodtam. Nem hirtelen magamtól világosodtam meg, nem magamnak köszönhetem ezt, hanem korábbi párjaimnak, akik rásegítettek erre az útra és megmutatták, hogy van értelme magunkon dolgozni. Nagyon hálás vagyok nekik ezért! Ez vezet oda, hogy az ember jobban megértse a saját maga működését, illetve hogy a másik ember működését is. Csak így lehet esély arra, hogy boldogan éljünk, nem bezárkózva, tüskékkel felvértezve. Szóval a férfiaknak is kell foglalkozniuk a lelkükkel, nemcsak a nőknek.

Korábban már beszéltünk arról, hogy merre szeretnéd folytatni. Lehet egy Jóreménység-sziget 2. is?

Több nagyjátékfilmet szeretnék csinálni, van két félkész forgatókönyvem, vázlatom, történetem is. Nyilván ezekhez már több pénz is kell. A mikor és hogyan tehát még kérdéses. De folytatom a dokumentumfilm-készítést is, most éppen kettőn dolgozom egyszerre. Úgy érzem, a filmezésben tudok kiteljesedni igazán, éppen

ezért ezt megpróbálom átbillenteni abba az irányba, hogy finánciális oldalról is működni tudjon, ne csak egy küldetés vagy egy szenvedély legyen, hanem meg is tudjak belőle élni.

B. A. A filmjeid kapcsán hirtelen úgymond egy „látható ember” lettél. Ez a szó jó értelmében mit hozott neked a sikeren kívül, és milyen úton indított el?

A Tisza-tó zöld nagykövete lettem, a cím mellé pedig ígéretet is kaptam, hogy támogatni fognak a misszióm hatékonyságában. Ezzel egy időben be is mutattam egy prezentációt Tisza-tó, 2050 címmel, amiben hangsúlyos volt, hogy ezt a tavat csak az ember tudja elpusztítani azzal, ha teljesen körbeépíti, vagy ha a túl sok turistával megzavarjuk, tönkretesszük az ottani élővilágot. Ha meg akarjuk tartani a tó mostani állapotát, akkor szabályozásra van szükség, rendeletekre, nem pedig arra, hogy kiárusítsuk.

Több momentum is arra utal, hogy foglalkozol önmagaddal, dolgozol magadon. Ez jelent számodra egyfajta énidőt, vagy ezen felül van más is, amitől feltöltödsz?

Két olyan év van mögöttem, amikor nagyon sokat dolgoztam, ráadásul az üzleti életben is egy nehezebb időszakot élünk. Tudom, hogy ezt az életvitelt nem lehet vég nélkül folytatni, de az utóbbi időszak mégis olyan volt, mintha saját magamnak is meg akartam volna felelni, és volt önmagam felé is egy elvárás. Mintha elhoztam volna magammal a gyerekkoromból azt a vágyat, hogy figyeljenek fel rám. Ugyanakkor a filmjeim és a tevékenységem által megkapom a figyelmet és a szeretetet is, ami nagyon jó és motiváló. De időközben rájöttem: nem a sok ember, hanem egy ember szeretete számít, aki mellettem van és majd a jövőbeli családom, gyermekeim. Érzelmes ember vagyok, szerelmes típus, az érintés, az ölelés minden párkapcsolatomban dominált. Szóval az igazi feltöltődést az evezés, a biciklizés és a kirándulások mellett számomra azt jelenti, hogy értékes időt tudok eltölteni a társammal.

Viszlát a Tiszán!





AKADÉMIA
SPORTHOTEL BALATONFÜRED

* * * *

AKADÉMIA HOTEL**** BALATONFÜRED



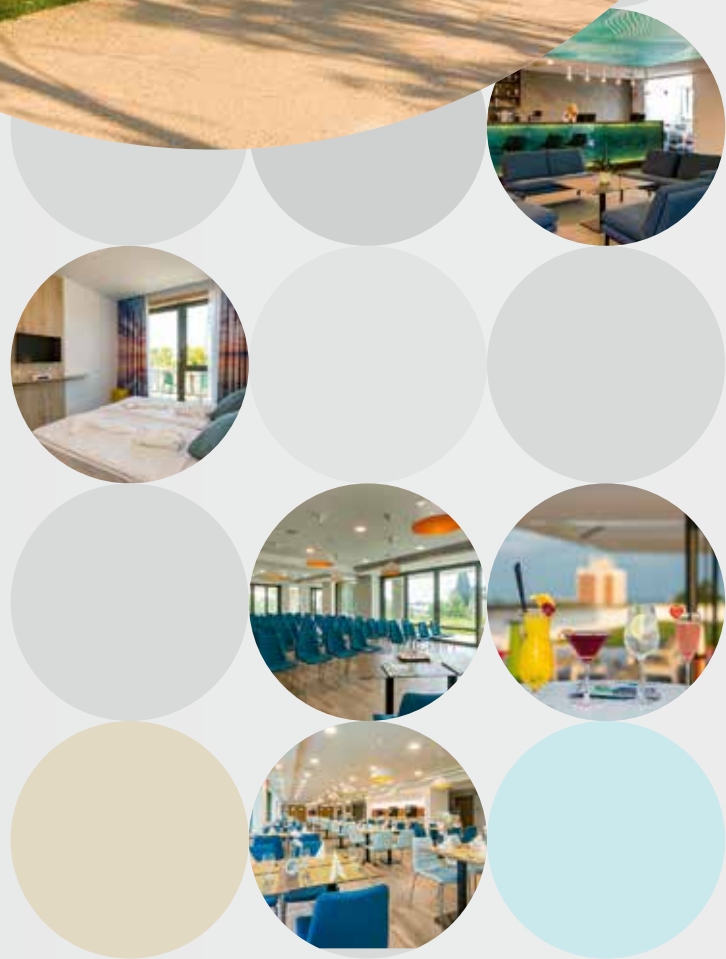
A Balaton északi partjának fővárosában Balatonfüreden a Tihanyi Apátságra lenyűgöző kilátással rendelkező modern, négycsillagos szállodánk csendes környezetben, közvetlen az uszoda mellett a városközponttól csupán 10 perc sétára található.

H-8230 Balatonfüred, Horváth Mihály utca 66.

+36 20 378 7428

info@akademiahotel.hu

www.akademiahotel.hu



KAMBODZSA

Írta: BARNA ANDRÁS *képek:* JURÁK ZSOLT

Ha a nyakamba akarnám venni a világot, akkor minden bizonnyal csak az utolsó úti céljaim egyike lehetne Kambodzsza, de talán azt is meg merném kockáztatni, hogy eszembe sem jutna ez az ország. Nem gondolom, hogy a megállapításom általános érvényű, de szinte majdnem biztos vagyok abban is, hogy ezzel a hozzáállással nem vagyok egyedül. De mint oly sokszor, ezúttal is bebizonyosodott Jurák Zsolt utazási tanácsadónk jóvoltából, hogy Kambodzsza esetében is félre kell tenni a valós vagy vélt félelmeinket és előítéleteinket. Még akkor is, ha a 20. század második felének véres történelme, a Pol Pot rezsim alaposan lerontotta az ázsiai ország megítélését.





PUB STREET

BUY ANY 2 BUCKETS
DRAFT BEER \$1.00
HOUSE SPIRIT \$2.00

SEE US AT THE BAR
PARTY TIME
WELCOME BARTENDER
WANTED

Kambodzsáról elsősorban a hetvenes évek híradásai jutnak eszembe. Bár ez idő tájt még leginkább csak a szünidei matinék kötöttek le, ha olykor belefutottam az esti híradóba, akkor abban Vietnám és Kambodzsza szörnyű eseményei egészen biztosan benne voltak. Ráadásul ekkor még mindent csak fekete-fehéren sugároztak, ezért valahol nem csoda, ha a térségről enyhén szólva is borús emléképeim maradtak.

Hogy őszinte legyek, csodálkoztam is Zsolt kambodzsai felvetésén, ahogy azon is, hogy utazási tanácsadónk már legalább tíz alkalommal járt már ebben az országban. Látogatásai tehát túlmutattak a kalandkeresésen, mégpedig azért, mert itt mindig van valami újabb felfedeznivaló – mondja. Talán ez az oka annak, hogy a cikkhez kétszáznál is több képből kellett válogatnunk, amiből sajnos csak egy töredékük kerülhetett be a cikkbe a fizikai korlátok miatt.

Barna András: Miért menjek Kambodzsába?

Jurák Zsolt: Azért, mert nagyon szép ország, és noha kis túlzással egy hét alatt be lehet járni, egy igazi kalandtúra, mindemellett van szép fehér homokos tengerpartja is, szóval tökéletesen ki lehet kapcsolódni. Ha nem feltétlenül ez utóbbi a cél, akkor önmagában Kambodzsába



nem érdemes elutazni, de kihagyni sem lehet, mert igazi kuriózum. Éppen ezért az ide látogató turisták zöme kombinálja ezt az országot Laosszal, Thaifölddel vagy Vietnámmal.

A bevezetőmben is megemlítettem, hogy te már tízszer is megfordultál itt. De miért utaztál ide ilyen sokszor?

A látnivalók vonzottak. De betartottam a fokozatosság elvét: először három, aztán öt, majd hét napra mentem, és mindig összekötöt-

tem valamelyik másik országgal. Később azért tolódtak ki a látogatásaim, mert mindig fel lehet fedezni újabb és újabb dolgokat. Egyébként a Kambodzsába utazóknak nem is a főváros az első számú úti céljuk, hanem Sziemreap és Angkor ősi épületegyüttese, amelyek, ha más-honnan nem, a Tomb Rider című filmből mindenki számára közismertté válhattak. Amikor a képeimet válogattam, akkor óriási kontrasztot láttam az első és az utolsó utazásaim között,



mert mára gyönyörűen ki van építve ennek a helynek a környezete. Amikor anno újra felfedezték, szó szerint le kellett fejteni róla az őserdőt, 200 négyzetkilométeren tisztították ki a területet a feltárásakor. Egy-két helyen azonban meghagyták azokat a hatalmas gyökereket, amelyek az évszázadok során keresztül-kasul átszórták ezeket az épületeket. A legenda szerint Angkort elveszett városnak hitték, ám ez valóban csak legenda, a vörös khmerek tudtak a léte-



zésről, sőt egy időben a kisebb épületeket földművesek lakták. Az újbóli felfedezését egy bizonyos Henri Mouhot-nak köszönhetjük, és bár nem ő volt az első európai, aki megtalálta, de ő adott először hírt róla.

Egyébként két dologról híres vagy hírhedt Kambodzsa: az egyik az említett Angkor, a másik pedig a Pol Pot rendszer véres és gyötrelmes időszaka, amelynek emlékét ma már nagyon sok kegyhely őrzi.

Bennem is egy borús kép él erről az országról.

Rengeteg film készült a Pol Pot rezsimről, talán a legemblematikusabb közülük a Gyilkos mezők (*The Killing Fields*). A helyszín egyébként közvetlenül a főváros, Phnompen mellett található. Mementó-

ként meghagyták azokat az óriási krátereket, ahová ezrével ölték bele az embereket a vörös khmerek. A halottak emlékét a Toul Sleng múzeum is őrzi. Az egykori háromemeletes középiskolát szintén a vörös khmerek alakították át börtönné és tulajdonképpen vesztőhellyé is. Elképesztő és drámai helyszíneket lehet látni, amelyeket meghagytak az eredeti mivoltjukban, és persze fotókat is a rezsim kegyetlen és szadista tetteiről. Egy biztos: kell ide egy ideg-



rendszer, ha valaki végig akarja nézni. Az országban számos helyen találkozni emlékhelyekkel. A legutóbbi utazásom alkalmával Battambang tartományba is ellátogattam, ahol szintén van egy emlékhely, egy hegy tetején egy nagy barlanggal, amit szintén vesztőhelynek használtak, és a környezetében az utókor szobrokba formálta az ott történt rémtetteket.

Ez az időszak nagyon beleégett a kambodzsai történelembe, hiszen a mostani generáció szüleit valamilyen szinten érintették a vörös khmerek vérengzései. Egyébként az említett Gyilkos mezők című filmet például a sziemreapi szállodánk mozitermében minden este le is vetítették azok számára, akik kicsit jobban bele akartak látni Kambodzsa történelmébe.

Ez a kegyetlen múlt mennyire érezhető az utca emberén?

A legkevésbé sem lehet érezni rajtuk, kedvesek, mosolygósak, mint amilyenek általában

az ázsiaiak. Ugyanakkor ezek a helyek megkerülhetetlenek, ha ide látogat az ember, de ezek voltak Kambodzsa szomorú részei.

Adja magát, hogy megmutasd az ország jobbik arcát.

Phnompenben, a fővárosban mindenképpen érdemes elidőzni, hiszen a csodálatos tereket és a gyönyörűen felújított királyi palotát mindenképpen meg kell nézni. Ugyanakkor az országban nem a főváros a nagy „ attrakció”, hanem az említett Sziemreap. Én voltam többek között hajós út keretében is Kambodzsában, ami Sziemreap mellől indult, és végighaladt a vidéki Kambodzsán. A hajó időnként kiköt, ki lehet szállni, és akkor az ember azonnal belesöpren a vidéki élet mindennapi valóságába. Az egyik ilyen megállónál elvittek minket ökrös szekérrrel egy falusi iskolába is. Elmondani nem tudom

azt szeretetettel, ahogy ezek a gyerekek fogadtak minket, fűrtökben lógtak rajtunk. Nagyon felemelő és egyben megható élmény is volt. Ezen a hajóúton jutottunk el olyan falvakba is, ahová egyébként hétköznapi turistaként egészen biztosan nem jut el az ember, hiszen messze van mindentől, egy izolált helyen, és ide csak úgy juthat el az ember, ha egy megfelelő helyi idegenvezető neki ezt megszervezi. Mindenképpen megérte, mert az a három nap, amíg ez az út tartott, egy életre szóló élményt adott.

Milyen volt maga a hajó?

Egy vietnámi illetőségű hajótársasággal voltunk, a Jahannal. A folyami hajók mindig exkluzívak, ez is az volt, annak ellenére, hogy nem túlzottan nagy, talán 10-11 szoba volt rajta. De a személyzet olyannyira odafigyel az utasokra, hogy amikor felszálltunk, akkor például a cipőinket elvitték és kipucolva hozták vissza, és ez

csak egy példa a tökéletes kiszolgálásra. Az úti élményeken túl elmondhatom, hogy ezen a hajón a mai napig is élő barátságokat kötöttem.

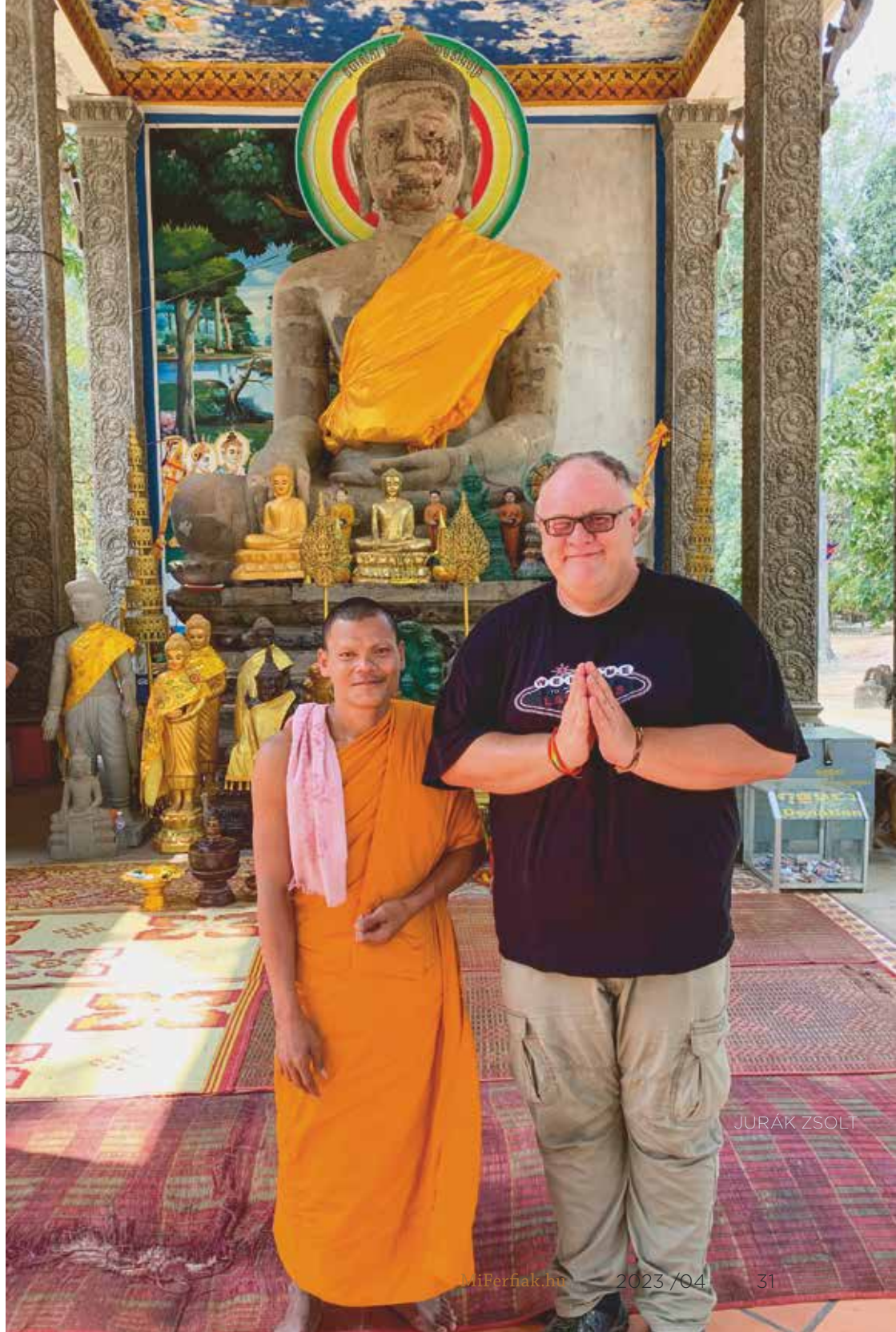
Bár azok az idők már elmúltak, de korábban hajóval utazni biztonságosabb volt, mint a szárazföldön. Ma már nincs ilyen probléma, legutóbb én is így mentem már a fővárosból Sziemreapbe. Az odáig vezető út egyébként teljesen eseménytelen, egy hely kivételével: egy olyan faluban jártunk, ami arról vált ismertté, hogy „extrém állatokat” sütnek-főznek és szolgálnak fel, például ilyen a tarantula pók is, amit egy édes-savanyú mártásban készítettek el. Ezekhez képest a hernyók és minden más tücsök és bogár egészen normálisnak tűntek. Az ottani emberek azt mesélték, hogy az elnyomás időszakában kényszerültek rá ezekre a vad és extrém ételekre. Ugyanis a falvakat felégették, termelni, állatokat tartani nem tudtak, és csak ily módon jutottak fehérrjéhez.

Nem minősíteném a kényszer szülte gasztronómiát, de érdekel, milyen volt a tarantula.

Botrányosan rossz. Én a lábával kezdtem, de a potroháig nem jutottam el, mert annyira guszustalannak találtam.

Ott tartottunk, hogy ez volt az egyetlen látnivaló Sziemreapig.

Nagyjából hat órát buszoztunk Sziemreapig, ez tulajdonképpen Angkor kapuja, és ekkor itt volt a szállásunk is. Angkorra legalább két napot rá kell szánni ahhoz, hogy mindent meg tudjon nézni az ember. Egyébként ahhoz képest, hogy





Kambodzsa milyen olcsó, itt a belépőjegyeket igen borsos áron adják. A háromnapos jegy akkor 65 dollárba került, ami több, mint az idegenvezetés díja. Ez utóbbi kikerülhetetlen, hiszen egy városnyi területről beszélünk, aminek csak úgy nem lehet nekivágni, pontosabb nem érdemes. Csodálatos az egész, nyilván nekem a Tomb Rider forgatási helyszíne tetszett a legjobban, ahol a teret behálózták a gyökerek. Sajnos a Pol Pot rezsim alatt rengeteg szobrot lefejeztek, rengeteg templomot megsemmisítettek, elképesztő pusztítást végeztek. Elkéserítő a látvány és a tudat, hogy amit a természetnek évszázadokon át nem sikerült elpusztítania, azt egy rezsim két-három év alatt megtette, vagy legalábbis hatalmas károkat okozott.





A legutóbb kambodzsai utamon arra kértem az utazási irodát, hogy az eddig látottakon kívül vigyenek el olyan helyekre is, vagy legalább javasoljanak olyat, ami korábban nem volt turistalátványosság, vagy tipikusan nem számított annak. Ennek köszönhetően utaztam egy úgynevezett bambuszvonaton is. Az bambuszvonal ötletét – mint oly sok minden másét is az országban – szintén a kényszer szülte. Mivel a háború óta vidéken nem járnak vonatok, ezért a szállítást egy öszvérmegoldással próbálták megkönnyíteni. A jármű egyszerűbbnél is egyszerűbb: néhány négy kerékre rögzített pallóból áll össze, a szerkezetet pedig egy benzinmotor hajtja. Kipróbáltam. Ugyan nem volt egy sín-

kanszen, de ahhoz viszont elég gyorsan ment, hogy féljek rajta, hiszen körben nyitott volt és kapaszkodni sem lehetett semmibe. Mivel csak egy sín pár van, ha két vonat szembetalálkozik egymással, akkor szét kell szedni azt, amelyiken kevesebben ülnek. Így járt a mi vonatunk is, szét kellett szedni, meg kellett várni, míg elmegy a másik, és utána újból összerakni.

Egyébként ezen a vidéki úton egy nagyon szimpatikus idegenvezetőnk volt, akit megkértem, hogy vezessen be a környék gasztronómiájába is, már ha van ilyen.

Rosszat sejtek...

Én egészen addig nem sejtettem, amíg el nem mesélte, hogy az itteni emberek előszeret-

tel fogyasztanak patkányt. Utunk alatt egy sor olyan „étkezde” mellett haladtunk el, ahol kizárólag csak grillezett patkányokat készítettek.

Bevállaltad?

Azt gondoltam, hogy itt az ideje ennek is. Az íze nagyjából a csirkehúsrá hajaz, ugyanakkor csak a combján van ehető mennyiség, az állat többi része tiszta csont. A kutyák tehát mindenképpen jól járnak. De hogy mondjak valami jót is: nem ez jellemzi Kambodzsa gasztronómiáját, ugyanis az országnak elképesztően finom a konyhája. Siemreapben van egy kedvenc helyem, oda mindig elmegyek, ha itt járok. Egy idős bácsi a „séf”, és mindent, amit wokban meg lehet csinálni, ő mesteri módon elkészít.



Mindez két dollárba kerül, amiért nemcsak fantasztikus ételt kap az ember, hanem rendesen jól is lakik.

Ha már így felhoztad, ejtsünk szót arról is, hogy általánosságban milyen a kambodzsai konyha. Jellemzően olyan, mint a többi ázsiai országban?

Igen, kicsit hasonlít mindenre, ugyanakkor mégis megvan az egyedi íze. Például imádom

a curryket, amit itt biztosan kókuszdióban szolgálnak föl, vagy a különféle sült rizseket is, ezeket pedig egy ananászban szervírozzák. De nemcsak a körítés pazar, hanem az ízek és a mennyiség is. Ha az ember megeszik egy ilyen ananászos sült rizst három dollárért, utána egészen biztosan nem fog mást kérni. Amit még nagyon szeretek, az a thai fagyí, amit egy jéglapon készítenek el, az itt még sok helyen elérhető,

ellentétben Thaifölddel, ahol egyre ritkábban. Idehaza is volt ilyen, ha jól emlékszem, de már régen nem találkoztam vele. Pont azért, mert nagyon szeretem az ottani konyhát, ezúttal elmentünk egy főzőiskolába is.

Sziemreapben van egy utca, amit Pub Streetnek hívnak, és ahol óriási az éjszakai élet, hiszen Angkor miatt rengeteg a turista. Itt van a masszázstól kezdve a szórakozóhelyekig minden. Egymást érik

a különböző kategóriájú hotelek, ahol még egy ötcillagos is simán megfizethető árú, ahogy az éttermek is. Szóval itt a szegény ember is gazdagnak érezheti magát, hiszen ha valaki nagyon be akar kajálni, akkor ezt tíz dollárból simán megteheti. Persze Kambodzsában is lehet jó drága éttermekben enni, mi is kipróbáltunk egy ilyet, nagyon finom volt itt is minden, és a hatalmas választékban még tatárbifsztek is szerepelt



az étlapon. Ennek ellenére azt gondolom, hogy az utcai street foodoknál nem kell jobb.

Ha Sziemreapben megnéztünk és megettünk mindent, merre megyük az irányt?

Sziemreaptól nem messze terül el a Tonle Sap tó, amin rengeteg úszó bambuszsziget van, némelyike kisebb város nagyságú, áll rajtuk katolikus és buddhista templom, iskola, szó-

val szinte minden. Az emberek itt jellemzően a halászatból élnek, de ha nem találják meg a számításukat, vagy nincsen elég hal, akkor egyszerűen továbbállnak. A szigetekre hajóval lehet eljutni, mi is béreltünk egyet, a kölcsönző legjobbját, amit ők VIP-nak neveztek, de semmivel sem volt másabb, mint a többi, legfeljebb újabb volt.

Most először mentem el viszont egy kambodzsai cirkuszba, ami inkább egy akrobatikus performance, mint a klasszikus értelemben vett cirkusz, állatokkal. Mivel az árak itt is nagyon barátiak, ezért a VIP szektorba váltottam meg a jegyemet, amihez járt egy palack hideg víz, egy legyező, de ami talán a legjobb volt benne, hogy mögöttünk volt a klíma. Maga az előadás

fantasztikus volt, ezért mindenkinek ajánlom, aki rászánja magát egy kambodzsai útra, hogy iktasson be egy ilyen cirkuszi programot is, mert ez szintén egy olyan kuriózum, amelyet máshol nem lát az ember.

Az interjú elején azt mondtad, hogy nemcsak a kalandvágók és kihívást keresők országa Kambodzsza, hanem azoké is, akik pihenni vágnak.

A történelmi részek után mindenképpen érdemes ellátogatni a tengerpartra. Nagyon szép fehér homokos részeket találunk itt, meg merném kockáztatni, hogy például Szihanukvil és környéke szinte a Maldív-szigetekkel vetekszik. Itt több kis sziget is van hatalmas luxus szállodákkal, ahol 4-500 dollár egy éjszaka, de vannak itt villák és víz fölé épített bungalók is. Tehát aki luxusnyaralásra vágyik, ahol akár komornyik is jár a szobához, azt is megtalálja Kambodzsában.

Szinte minden beszélgetésünkben megemlíted, hogy ebbe vagy abba az országba miért térsz vissza. Kambodzsában immáron tíz alkalommal voltál, miért mentél ennyiszor vissza?

Részben azért, mert mindig találtam valami olyat, amit meg akartam nézni. Például amikor márciusban legutóbb ott jártam, akkor elég szép listát állítottam össze. Fel akartam ülni a



bambuszvonalra, fel akartam menni arra a helyre, ahol Pol Pot rezsim áldozatainak állítottak szobrokat, és persze kíváncsi voltam a cirkuszra és a főzőiskolára is. Most már elég sok mindent láttam, megismertem ahhoz ebből az országból, hogy a privátban utazók számára is tudjak a kötelező látnivalókon kívül más programokat is ajánlani. Hozzá kell azonban tennem, hogy Kambodzsza sem való mindenkinek, hiszen aki ide elmegy, nagyon sokszor összefut a történelem lenyomataival. Tehát én inkább a ka-

landvágóknak, izgalmakat kedvelőknek ajánlom ezt az országot. De most is azt mondom, mint a beszélgetésünk elején, hogy érdemes körút keretében – mondjuk Vietnámmal, Thaifölddel, Laoszal – kombinálni egy kambodzsai látogatást.

Sokszor szóba került a pénz és az is, hogy itt nem kell túl nagyra nyitni a pénztárcát – eltekintve a luxus szállodáktól – ahhoz, hogy jól érezzük magunkat. Mennyire kell kinyitni, ha el akarunk tölteni itt mondjuk egy hetet?

Ha valaki privátban szeretne utazni, úgy, hogy van külön sofőr, idegenvezető, akkor fejenként nagyjából 800 dollárba kerül. Ha valaki nem akar ennyire személyre szabott szolgáltatást, akkor a feléből ki tud jönni – plusz a repülőjegy.

A magam részéről továbbra is javasolom, hogy Kambodzsát egy körutazás keretében érdemes megnézni, főleg annak, akinek mondjuk csak két hete van. Erre a két hétre fel lehet építeni egy olyan programot, amiben kétszer soha nem leszünk egy helyen, és minden fontosabb látnivalót meg tudunk nézni, amit a környező országok valamelyikében és Kambodzsában kell.



HOTEL FIT
HÉVÍZ

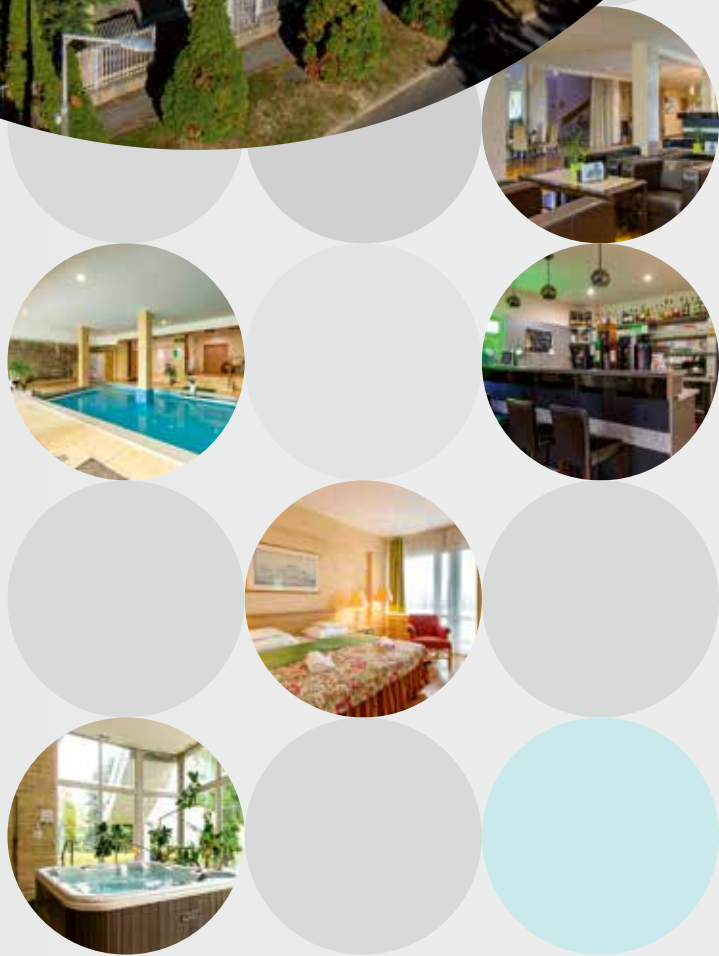
FIT
HOTEL
HÉVÍZ



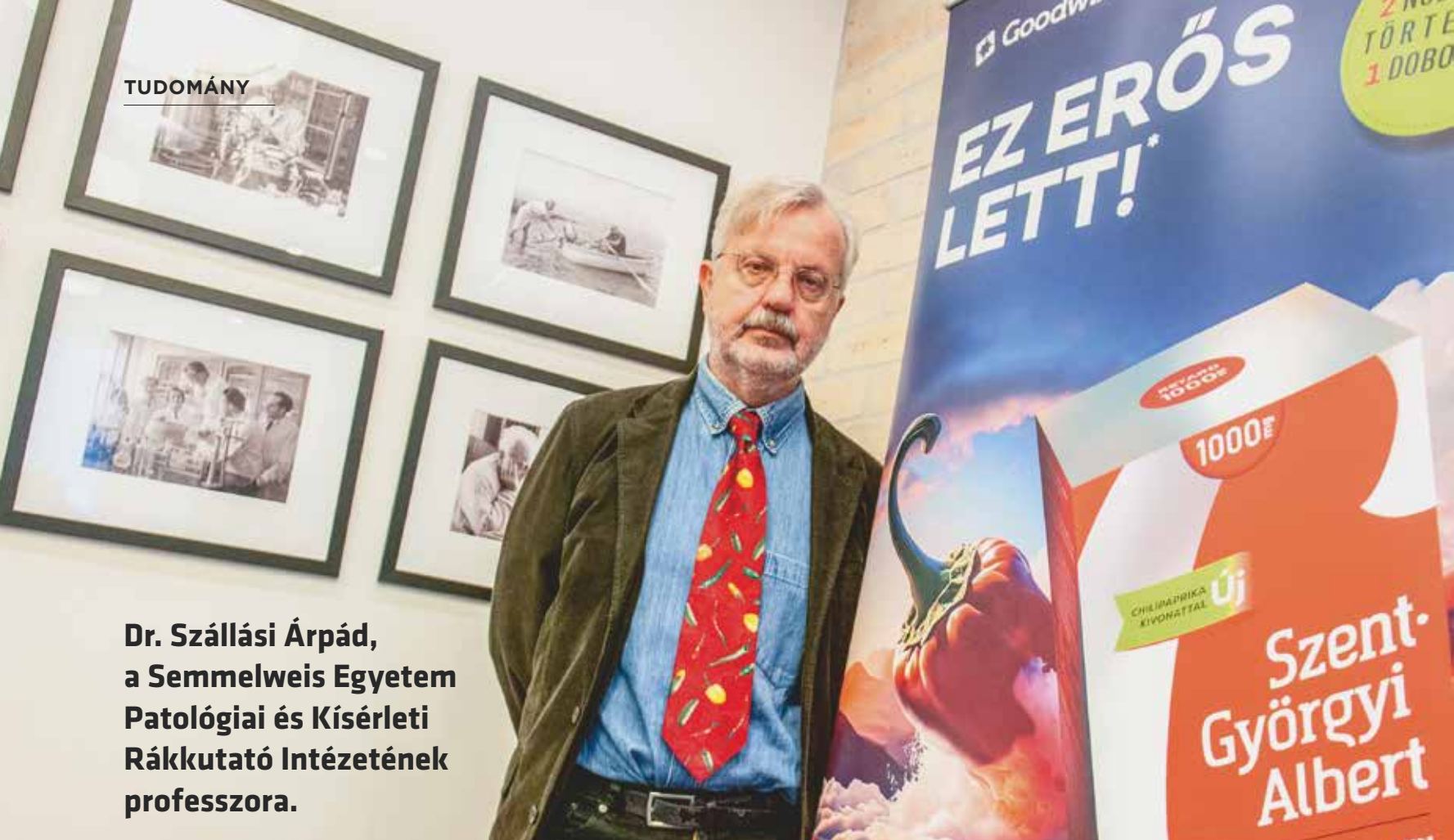
A fürdőváros központjában, 300 méterre a hévízi termáltótól található a családis hangulatú gyógyszálloda 52 barátságos, erkélyes és klimatizált szobával, étteremmel, bárral és wellness részleggel várja vendégeit. A Hotel FIT Hévíz kiválóan alkalmas a gyógyulni vágyók, városlátogatók és az üzleti céllal érkező vendégek számára egyaránt.

H-8380 Hévíz, Kossuth Lajos u. 76.
+36 30 153 7378
info@hotelfitheviz.hu
www.hotelfitheviz.hu

 **hotel & more**



TUDOMÁNY



Dr. Szállási Árpád,
a Semmelweis Egyetem
Patológiai és Kísérleti
Rákkutató Intézetének
professzora.

„EGY CSÍPŐS TÉMA”

– 36 ÉV A NEMZETKÖZI KAPSZAICIN
KUTATÁSBAN

Írta: BARNA ANDRÁS képek: BALOGH RÓBERT

Akorábban a rákutatásban dolgozó Dr. Szállási Árpád látóterébe először egy amerikai ösztöndíj során került az erőspaprika alkaloidja, a kapszaicin. Nem túlzás azt állítani, hogy terület kutatása azóta igazi szakmai szerelemmé vált számára. Harminchat éve dolgozik a kapszaicin-kutatásban, szakmai elismertségét jól fémjelzi, hogy karnyújtásnyi távolságra került a Nobel-díjhoz is. A most következő beszélgetésben nem csak a kapszaicint ismerhetjük meg, hanem egy kicsit őt is.

Dr. Szállási Árpád 65 éves, Debrecenben született, édesapja orvos, orvostörténész, édesanyja bőrgyógyász. Tízéves koráig a családjával Kesztölcön élnek, majd Esztergomba költöznek, ferences diák lesz. Noha bölcsész pályára készül, édesapja gyengéd, de határozott nőgatására mégis az orvosi egyetemet választja, ahogy a testvére is. A Debreceni Orvostudományi Egyetem elvégzése után édesapja nyomdokaiba lép és orvostörténészettel kezd el foglalkozni.

Később azonban munkássága a rákutatás felé fordul. Ennek kapcsán ismerkedik meg az Amerikai Nemzeti Rákkutató Intézetben dolgozó Peter Blumberggel, aki ösztöndíjat ajánl neki. 1987-ben kezdi meg a munkát az Újvilágban, majd 1992-ben visszatér Európába és másfél évig egy olaszországi gyógyszergyár kutatójaként dolgozik, de rájön, hogy ez nem az ő világa és munkásságát a svédországi Karolinszka Intézetben folytatja.

Az USÁ-ban eltöltött évek alatt Peter Blumbergnél a kapszaicint kutatta, munkássága elmélyítésének okán ezért 1996-ban visszatér Amerikába, hogy James Krause laborjában molekuláris biológiát tanuljon. Célja klónozni a kapszaicin receptort, azonban kollégája, David Julius, amerikai érzékszervi fiziológus megelőzi: Julius 1997-es Nature közleménye negyedszázaddal később a San Franciscó-i Kaliforniai Egyetem kutatója számára az Orvosi és Élettani Nobel-díjat jelenti.



Ez egy kicsit kedvét is szegi, ezért orvosbaráti hatására 1998-ban honosítja orvosi diplomáját, majd végigcsinálja a rezidensképzést patológiából, illetve laboratóriumi orvostudományból. 2003-ban szakvizsgázik és ezzel együtt hematopatológiából szakvizsgát szerez. 2004. és 2018. között gyakorló orvosként dolgozik New Jersey állam egyik nagy, egyetemi oktató kórházában patológusként és a vérellátó orvosigazgatójaként.

Honvágya nagyban hozzájárul ahhoz, hogy

harminckét év után hazatérjen, több helyre is hívják is, de ő Budapest mellett dönt. 2018. óta a Semmelweis Egyetem Patológiai és Kísérleti Rákkutató Intézetének professzora, a svéd Pila Pharma nevű biotechnológiai cég tudományos tanácsadója és nem utolsósorban 2022-ben a világon legtöbbet idézett három magyar tudós egyike. Tudományos munkásságában továbbra is a kapszaicin receptort, más néven a TRPV1-t kutatja.

A népi orvoslás már régóta tudja, hogy egyes zöldségeknek és gyümölcsöknek jótékony hatása van, elég csak a fokhagymára, vöröshagymára, gyömbérre gondolni. A paprika már adott nekünk egy értékes vitamint és most itt van egy másik hasznos összetevője, a kapszaicin, ami a paprika erősségeért felel. Az erőspaprikának jellemzően értágító hatást tulajdonítanak, valóban csak erről van szó? Mit tud még a kapszaicin?

A kapszaicin nagyon sok mindent tud, attól függően, hogy hogyan találkozunk vele. Egy csípős halászlében elfogyasztva, vagy beveszünk egy kapszulában - olyanban például, amit a Goodwill Pharma is gyárt a C-vitaminnal együtt -, vagy rákenjük a kezünkre, esetleg befecskendezik a térdünkbe, ha az éppen fáj, vagy a legdurvább, amikor az ember a szemébe kapja, hiszen a rendőrség paprika spray-t használ tömegoszlásra.

Induljunk el a kályhától: az emberek tudják, hogy mi az a kapszaicin? Érzésem szerint tízből ötven biztosan nem.

Szerintem még ennyien sem és ez így van számos más természetes hatóanyaggal is. Aki szereti a fokhagymát, az nem tudja, hogy abban allicin van, ami a TRPA1 csatornára hat (ez a csatorna a kapszaicin receptor TRPV1 közeli rokona), de lehetne sorolni a végtelenségig. Minden fűszernövénynek, amit elfogyasztunk, megvan a maga hatóanyaga, de az, hogy ez milyen receptorra hat, azt viszonylag kevesen tudják.

A kapszaicin talán egy kicsivel más, mint többi, amit az is fémjelez, hogy ezért 2021-ben Nobel-díjat is adtak, aminek voltak magyar vonatkozásai is. Ez annak idején nagy médianyilvánosságot is kapott. Mindennek ellenére nem gondolnám, hogy az emberek nagy többsége ismerné a paprika erősségeért felelős kapszaicint.

Az orvostudomány mióta foglalkozik a kapszaicin kutatásával?

Nem egyszerű a kérdés. Az erőspaprika az Újvilág ajándéka, ami Kolumbusz Kristóffal került Európába, Magyarországra pedig nagy valószínűséggel a törökök hozták be. Hogy a népi orvoslás mikor kezdte használni, azt nem tudjuk, azt viszont igen, hogy Apáczai Csere János 1655-ben megjelent magyar nyelvű enciklopédiájában már ír arról, hogy a magyarok és a rácok is szeretik az erőspaprikát. És arról is, hogyha a parasztembernek fáj a foga vagy egyéb

más fájdalmai vannak, akkor összetöri a paprikát és rákeni fájó területre, mert tudja, hogy ennek fájdalomcsillapító hatása van.

A modern kapszaicin-kutatás az 1970-es évekre nyúlik vissza, ez viszonylag fiatal történet. Ekkor három területen indultak meg a kí-



sérletek, Amerikában, ahol felületi kezelésként fájdalomcsillapításon, Olaszországban, ahol a migrénes fejfájáson, és Angliában, ahol pedig az inkontinencia kezelésén volt a fókusz. Migrénre és inkontinenciára már vannak jobb gyógyszereink, de a kapszaicin mint potens fájdalomcsillapító továbbra is klinikai használatban van.

A pályafutásod során hozzád mikor kopogtatott be a kapszaicin?

Sok évvel ezelőtt azt vésték kőbe, hogy ugyan nem minden gyulladáskeltő anyag rákkeltő, de minden rákkeltő anyag egyben gyulladáskeltő is. Ez hosszú időn keresztül elfogadott dogma volt és amikor a vegyészek új, rákkeltő anyagokat kerestek, akkor az adott vegyületeket egérbőrön tesztelték. Ahol pozitív eredményt kaptak, vagyis az egér bőre kipirosodott a gyulladás következtében, ott tovább vizsgálták az anyagot, ahol nem, ott ignorálták. Egy német csoport 1975-ben próbált egzotikus növényekben új rákkeltő anyagot találni. Ennek kapcsán elkezdtek egy Euphorbia resinifera nevű kaktuszszzerű növényről foglalkozni, ami egyetlen helyen él a világon, Marokkóban, az Atlasz hegységben. Ebben találtak egy olyan anyagot, ami sok ezerszer hatékonyabb gyulladáskeltő volt, mint az akkor ismert legerősebb tumor promotor vegyület, amit később elneveztek resiniferatoxinnak, amiről egyébként kiderült, hogy nem okoz rákot.

1987-ben, amikor kikerültem Amerikába Peter Blumberg laboratóriumába, elmesélte nekem mindezt és azt is, hogy érdemes lenne kipróbálni, hogy ez a vegyület hogyan hat. De mivel ez egy rákkutató intézet volt, ezért ezzel a marginális témával senki nem akart foglalkozni. Én Magyarországról kerültem ki oda, fel sem merült bennem, hogy ellentmondjak a főnökömnek. Elkezdtem ezzel foglalkozni és kiderült, hogy a vegyület gyulladáskeltő hatása pont olyan,



mint kapszaiciné. Ennek köszönhetően került át a fókusz a rákkutási területéről egy teljesen másra témára, a fájdalom és a gyulladás területére.

Miért jó gyulladáskeltő anyagot keresni, kutatni?

Nagyon egyszerű a magyarázat. A legtöbb gyógyszer, amit a használunk, a természetből jön. A gyulladáskeltő anyagok, azért gyulladáskeltők, mert valamiféle biokémiai, celluláris mechanizmust használnak. Ha megismerjük azokat vagy azt a receptort, ami fájdalomkeltéshez szükséges, akkor a gyógyszergyárak ki tudnak fejleszteni olyan anyagokat, amik specifikusan ezeket a receptorokat gátolják.

Mi tesz a szervezetünkben a kapszaicin?

Nagyon fontos alapvetés, hogy hogyan alkalmazuk a kapszaicint. Ha most arról beszélünk, amit megeszünk, akkor azzal anno Kolozsváron Hőgyes Endre kezdett el először foglalkozni, aki saját magán és tanársegédjén kísérletezett. Akkor ugyan még a kapszaicint nem ismerték, csak az erőspaprika kivonatot, amit megittak, ennek a tapasztalatait jegyezték fel, többek között például azt is, hogy az erőspaprika „kétszer csíp.”

Amikor viszont valaki hosszú időn keresztül erőspaprika-tartalmú ételeket fogyaszt, akkor már teljesen más hatásról beszélünk, például kiderült, hogy a kapszaicinnek van egyfajta gyomorvédő hatása is.

Közbevetőleg: érdekes, mert azt gondolnánk, hogy ami erős az mar is.

A nyelvünkön csíp, viszont a gyomorba lekerülve olyan hormonok termelődését indítja be,

DR. JÓJÁRT FERENC A GOODWILL PHARMA NYRT.
VEZÉRIGAZGATÓJA ÉS DR. SZÁLLÁSI ÁRPÁD PROFESSZOR



amelyek védőhatásúak. Emellett elpusztítja azt a Helicobacter nevű mikroorganizmust is, ami nagyon sok gyomorbetegségért felelős. Továbbmenve: amikor innen átjut a bélcsatornába, ott befolyásolja a baktérium flóra összetételét. Erről még nem sokat tudunk, de ez a jövőben nagyon fontos tényező lesz. Az biztos, hogy a bélben lévő baktériumok felhasználják mindazt, amit megeszünk. Ennek folytán termelnek olyan lebomlási termékeket is, ami a szervezetnek jó és bennünket egészségessé tesz és olyanokat is, ami viszont betegé. Az, hogy ebből a két baktériumtáborból melyik van túlsúlyban, az hatással van az egészségünkre. Például az, hogy ki kövér és ki nem, vagy ki diabéteszes és ki nem, az nagymértékben attól függ, hogy kinek-kinek a beleiben milyen baktériumok élnek. Erre csináltak egy egérkísérletet is: két egér közül az egyiket felhízalták, a másik „normál” súlyú volt. Majd a sovány egér székletéből baktériumokat izoláltak, ezt beadták a kövér egérnek, aki ezután lefogyott. Ez ma már nem idegen gyakorlat: fekális transzplantációnak hívják. Erre

ráfűzve: sokan mondják azt, hogy kapszaicinnek jótékony hatása lehet abból a szempontból, hogy nem hízol el, nem lesz diabéteszed, nem lesz magas vérnyomásod, ab ovo sokkal egészségesebb profilod lesz. Ez valószínűleg annak a következménye, hogy a kapszaicinnek olyan hatása van a bélflórára, ami segíti azoknak a baktériumoknak a felszaporodását, amire az embernek szüksége van, ugyanakkor gátolja azokat, amik viszont károsak.

Ez nyilvánvalóan nem jelenti azt, hogy át kell essünk a ló túloldalára és erőspaprikát erőspaprikával ennünk. De kell, hogy az erőspaprika, illetve eredendően a kapszaicin a napi étrendünkben szerepeljen bármilyen módon?

A mértékletesség mindenre igaz. Van egy úgynevezett terápiás tartomány, ameddig ez hasznos, ha pedig valaki e fölé megy, az viszont már káros. Hosszú távra szóló prospektív kapszaicin kutatások még sajnos nincsenek, ami viszont van, azok retrospektív epidemiológiai vizsgálatok. Három ilyen nagy kutatás létezik, az egyik Kínában, a másik Olaszországban, harmadik Amerikában készült. Retrospektíve az tudták meg a kérdőív kitöltőitől – többszázres mintát kell érteni ez alatt –, hogy akik rendszeresen esznek erőspaprikát – tehát legalább egy nap egyszer –, azok tovább élnek, alacsonyabb a vérnyomásuk, kevesebb közöttük a diabéteszes és a rákos is. Tehát szignifikáns összefüggést találtak az egészség és a csípőspaprika fogyasztás

közt. Azt viszont, hogy ez direkt kapszaicin hatás-e, még nem tudni. Lehet, hogy ez kapszaicin hatás, de az is lehet, hogy a kapszaicin szeretetéhez más genetikai felépítés társul. Hiszen sokan egyáltalán nem szeretik a csípős ételeket. Az tehát kijelenthető a már említett adatok alapján is, hogy az erőspaprika vagy kapszaicin rendszeres fogyasztásának minden valószínűség szerint jótékony hatása van az egészségünkre.

Harminchat éve kutatod, hova futhat ki kapszaicin jövője?

A kapszaicinnek, mint fájdalomcsillapítónak, most éljük a reneszánszát. Amikor David Julius megklónozte a receptort, akkor az egészségügyi ipar elment abba az irányba, hogy egy tablettával, úgynevezett antagonistával, blokkolják a receptort és ne kapszaicint használjanak, ami az egész érzőideget kikapcsolja. Kiderült, hogy ezeknek a tablettáknak sok a káros mellékhatása. Ezért most megint az a vélemény, hogy tabletták helyett használjanak kapszaicint. A fájdalomcsillapító hatása már most megkérdőjelezhetetlen, de rengeteg klinikai vizsgálat van folyamatban.

A rákkutatástól indultál el, aztán teljesen másfelé vitt az élet, mondhatni véletlenek sorozatának köszönhető, hogy a kapszaicint kezdted el kutatni. Visszatekintve mit gondolsz a pályafutásod ezen alakulásáról?

Amikor elkezdtem, akkor kapszaicinnal nagyon kevesen foglalkoztak. Amit Peter Blumberggel megcsináltunk Amerikában, az nagyon fontos volt.

Amikor David Julius megtartotta a beszédét a Nobel-díjról, kiemelte, hogy három ember



volt, akinek a munkásságából kiindulva elkezdett a kapszaicinnal foglalkozni. Az egyik Jancsó Miklós farmakológus professzor volt Szegeden, aki felfedezte a kapszaicin deszenzitiváló, fájdalomcsillapító hatását. A másik Szolcsányi János Pécssett, aki Jancsó kutatásait részben továbbvitte, és később előállt azzal a koncepcióval, hogy van egy kapszaicin receptor, noha ezt ő még nem tudta bizonyítani. Harmadikként pedig len minket említett meg Peter Blumberg. A resniferatoxin kötődési és az autoradiográfiás vizsgálatokkal mi igazoltuk egyértelműen, hogy van egy specifikus kapszaicin receptor az állatokban és emberekben is.

Kérdésedre visszatérve: ebből a szempontból nem sajnálom, hogy másfelé vitt az élet, részben

ezért is foglalkozom ezzel még mindig. Nagyon szeretném, ha ennek eredményeként kijönne egy sor hasznos gyógyszer. Részben azért is vagyok a Goodwill Pharmánál, mert ők is ezzel foglalkoznak és nagyon szeretném, ha itt Szegeden lenne ebből valami, ahonnan ez a kutatás 1940-es években Jancsótól elindult. Arról nem beszélve, hogy orvostörténeti szempontból is nagyon szép dolog lenne, hogyha hetven év után ez a téma visszatérne ide.

Sajnos az orvostudományban nem sok olyan téma van, amiről elmondhatjuk, hogy ez egy igazi hungaricum. A kapszaicin kutatás gyökerei Szegeden vannak, és az 1960-as évekig szinte csak magyarok foglalkoztak kapszaicin kutatással. Sok olyan magyar kutató van, akik a téma megismeréséhez nagyon sokban hozzájárult. Említsünk meg néhány nevet: Jancsó Gábor és Pórszász János Szegeden, illetve Barthó Lóránd és Mózsik Gyula Pécssett.

Kevés dolog van, ami hozzánk fűzhető, de az biztos, hogy az egyik legjellegzetesebb, legérdekesebb és legfontosabb az a kapszaicin, ami nem melleleg Szegedhez is köthető.

Ha nem kutatod, akkor alkalmazod?

Van személyes kapcsolatom a kapszaicinnal, mert világletemben szerettem az erőspaprikát, szóval mindig teszek a húslevesembe, szeretem, ha csípős és erre ráfűzve szeretem a kínai, indiai konyhát is. Nyilván ez még kevés lett volna ahhoz, hogy elinduljak ezen a vonalon kutatás szintjén, hiszen alapvetően a rákkutatásból indultam el, de így alakult és számomra ez azóta nem egy csípős téma.

A „KELJFELJÁNOS”

A közreadott történeteimben sokszor elsütött klisé a népmesei motívum, és ezúttal sem tudok jobb hasonlatot kitalálni Sárospataki Albert életútjára. A Billingo Zrt. vezérigazgatója ugyan nem a szegény ember legkisebb gyerekeként indult el szerencsét próbálni, de harminchét éves korára már annyi próbatételen van túl, hogy azt bármelyik 21. századi vitéz megirigyelhetné. Ha Albert DNS-ének kettős spiráljában van egy harmadik csavar is, akkor az a vállalkozás iránti szűnni nem akaró vágya, ami már tizenöt évesen rávitte erre az útra. Az RTL üzleti show-műsorának legújabb Cápáját hallgatva nem csoda, ha azt érzem, hogy fiatal kora ellenére szinte már két ember életét élte.

Írta: BARNA ANDRÁS *képek:* HILBERT PÉTER

Alberttel a belvárosi Continental Hotel lobbijában találkozunk. Noha ismeretlen ismerősként rázunk kezet, többszöri telefonbeszélgetésünk közvetlensége miatt úgy érzem, száz éve ismerjük egymást. Keressük a helyünket a hatalmas nyüzsgő térben, majd

egy kávézó szegletben találjuk meg a nyugalom szigetét, ahova leülünk beszélgetni.

Albert sportos fiatalember, a maga százkilencven-valahány centijével tekintélyt parancsoló is, bár ez a karizma a retorikájában nem köszön vissza, inkább spirituálisnak érzem. Nem

tévedek nagyot – tudom meg később. Kicsi izgalmat vélek rajta felfedezni, pedig aligha rutintalan nyilatkozó; kitanulta ezt is, ahogy az előadói készséget, vagy minden mást, amibe eddig belefogott. A pályafutásom eddig megismert legnagyobb autodidaktája és önképzője,



aki a célja érdekében olyan eltökéltséggel képes fókuszálni egy adott dologra, amilyennel ritkán találkozunk az ember. Saját bevallása és a barátai szerint is egy igazi „keljfeljancsi”, nem volt egyetlen mélypont sem, ami megtörte volna, pedig előfordult, hogy a luxusban fürdőzést a műanyag lavór váltotta. De ahogy egy népszerű kultúrfilmekben mondták: olyan nincs, hogy nincs. Olykor tizenkilencre is lapot lehet húzni, mert mindig lehet mindent másként csinálni.

A most következő gondolat talán mindenkinek a végére kívánczokra, de Albert élete eddigi leghosszabb interjóját adta – jegyezze meg búcsúzásakor –, amiben önmagából legalább olyan felkészült volt, mint minden másból eddig, amit csinált. Ennek köszönhetően a szokásosnál is részletesebb életút következik, amely elkísér bennünket a gyűjtőszünetektől egészen a Billingo vezérigazgatói székéig. Döljenek hátra!

Barna András: Nagyon korán fogtál vállalkozásba, alig voltál tizenöt éves, ami önmagában is figyelemfelkeltő dolog. Ha ez a tevékenységed ilyen korán kezdődött, akkor honnan indul a te történeted?

Sárospataki Albert: A gyűjtőszünetektől, ami négyéves koromban kezdődött. Az édesanyám varrónő volt, többek között plüssállatok is készített. Rengeteg díszszalagot használt, és ezeket kezdtem el gyűjteni – ne kérdezd, miért. Elképesztő mennyiség lett belőle, de ez el is indított bennem egy folyamatot. Hat-nyolc évesen már kagylók, érdekes kövek színesítették a repertoáromat, mindenkitől, aki ezt tudta ró-

lam, ezt kaptam ajándékba, ezzel gazdagították a készletemet. Később melléjük jöttek a telefonkártyák, bélyegek – ezekből több ezer volt –, majd a régi papírpénzek, érmék és jelvények, történyhüvelyek, törtények is.

Mi van most a padlásodon?

Bár nagyon régen felhagytam a gyűjtögetéssel, de a szalagokon, csigákon és a köveken kívül szinte minden megvan a mai napig is.

Tízéves koromban aztán jött egy újabb kedvenc: borokat kezdtem el gyűjteni, és tizenhárom éves koromra már 150 darabos készletnél tartottam.

Értettél bármit is a borokhoz, vagy mi alapján szelektáltál?

Egyáltalán nem értettem hozzájuk, csak arra törekedtem, hogy minél különlegesebbek legyenek – legalábbis számomra mindenképp –, de arra soha nem gondoltam, hogy ezekből valaha érték lehet.

Amiket eddig felsoroltál, azokhoz már egy kisebb raktár kellhet. Hol tartottad ezeket?

Mindent, amiről eddig meséltem, a szobámban őriztem, ami szerencsére tényleg viszonylag nagy volt, meg nyilván elég zsúfolt is, tele vitrinel és szekrénnel, hogy elférjenek az ereklyéim.

A szüleid mit szóltak a hobbidhoz?

Támogatóak voltak, mert látták, hogy ez nálam valódi szenvedély, és örömet lelem a tárgyaimban. Egyébként mindig is jó gyerek és diák voltam, rendmániás, ugyanakkor ezzel a hobbival egy kicsit különc is. Nekem minden

hétvégémből úgy telt el egy nap, hogy a gyűjteményem összes darabját egyesével megfogtam, portalanítottam, és ezáltal teljesen bele tudtam élni magam a helyzetbe. Kifejezetten ügyeltem arra, hogy a szobám és minden, ami ott van, makulátlanul tiszta legyen. De nem csak nézegetni szerettem őket, igyekeztem a lehető legtöbbet meg is tudni az adott tételről. Például rengeteg olyan telefonkártyám meg bélyegem volt, amelyeknek tudtam a konkrét történetét.

Ha most elvicedem a dolgot, akkor azt mondom: vállalkozásokat is lehet gyűjteni, legalábbis egy bizonyos nagyság fölött. Hogy jött nálad ez a „vállalkozósi”?

Bármennyire is furcsának tűnik, de ezt is valahol ennek a szenvedélyemnek köszönhetem. Ugyanis a rengeteg holmi mellett, amit gyűjtöttem,

MÁR NYOLCÉVESEN ARRÓL ÁBRÁNDOZTAM, HOGY NEKEM LESZ EGY PLÁZÁM, EGÉSZEN PONTOSAN HARMINCÖT BOLTTAL – AZT IS TUDTAM, HOGY MILYENEKEL –, ÉS MINDEGYIKET ÉN ÜZEMELTETEM.

Innen indultak el bennem azok a gondolatmorzsák, amelyek később meg is határozták az életemet. Ráadásul mindig több ötlet forgott a fejemben, mindig több dolgon gondolkoztam, és ez az attitűd máig végigkísér.



Mi inspirált ilyen fiatalon erre?

A szüleim hihetetlen lelkesedése nagyon tett nekem. Szépen fokozatosan fejlődtek, az elején édesanyám még csak plüssállatokat varrt, később pedig már mindenféle gyapjúterméket készített. Édesapám Ajkán dolgozott a bányában villanszerelőként, egy idő után pedig ő végezte a termékek értékesítését és a szállítását is.

Tízből kilenc embert biztos, hogy a pénz motivál, ezért kezdene bele bármibe.

Te hogy voltál ezzel?

Soha nem azon járt a fejem, hogy én majd valamikor milliomos vagy milliárdos leszek, már a kezdetek kezdetén is a teremtés, az alkotói vágy motivált, és az, hogy nagy dolgokat tudjak megvalósítani. Mindig csak nagyban tudtam gondolkodni, aminek jó példája, amit

már említettem, hogy gyerekfejjel sem egy kisboltot képzeltem el magamnak, hanem egy egész plázát, amelynek az összes üzletét én viszem. Folyamatosan több síkon gondolkoztam, ami jellemző volt a gyűjtőszenvedélyemre is: nemcsak telefonkártyákat gyűjtöttem, hanem sokféle tárgyat egyszerre. Nyilván voltak az enyémtől jobb és gazdagabb gyűjtemények egy-egy tételből, de ott, az én közegemben, amit csi-



HA VALAMIRE FÓKUSZÁLOK, AMIBEN HISZEK, AKKOR ADDIG MEGYEK, AMEDDIG INFORMÁLISAN A LEHETŐ LEGJOBB, VAGY A LEGJOBB LESZEK.

náltam, az kiemelkedő volt, és erre a mai napig büszke vagyok.

Szerintem a gyűjtőszenvedély olyan, mint egy drog, amiről az ember soha nem tud lejönni. Vagy mégis?

Budapesten jártam középiskolába, ahol kollégista lettem, a fővárosi lét pedig számomra egy teljes paradigmatváltást hozott. Magyarpolányban éltünk, egy kis faluban Ajka

mellett, ahova bemenni is élménynek számított, Veszprémbe, a megyeszékhelyre elutazni pedig még különlegesebb eseménynek. Budapestre eljutni már olyan volt számomra, mintha ma New Yorkba utaznék. Nem csoda, hogy amikor felkerültem, akkor a fókusz hirtelen máshová helyeződött, a gyűjtőszenvedélyem pedig a perifériára szorult.

Közvetőleg: milyen középiskolába jártál?

Tulajdonképpen édesapám sugallatára – aki szintén ugyanebbe az iskolába járt – elektrotechnikusnak tanultam, de egy percig sem érintett meg a szakma. Ráadásul én egészen más és nagy dolgokról álmodoztam, és vállalkozásokról, amelyekben nem láttam a helyét a reléknek és biztosítéktábláknak.



Mi került a gyűjtőszendély helyére?

A zenei világ. Elkezdett érdekelni a diszkózás, ami teljes mértékig be is szippantott, megtanultam bakelitlemezzel diszkózni. A szüleim segítségével tudtam venni felszerelést, lemezjátszókat, hangfalakat. Péntekenként, amikor hazajöttem, abból állt a hétfvége, hogy Veszprém megyei kiskocsmákban, vendéglátóhelyeken zenéltem, diszkóztam. Az idő előrehaladtával egyre népszerűbb lettem, a végére egyre nagyobb termeket béreltünk, ahova akár háromszáz ember is elfért. Ez akkoriban nagy szám volt, vidéken meg pláne – igaz, a világ is más volt. Mindeközben nagyon figyeltem a diszkóvilágot, ahol ekkor jelentek meg a lézertechnikák. Mivel ez egy drága dolog volt, a szórakozóhelyek nem engedhettek meg maguknak sajátot, legtöbbször bérelték ezeket a felszereléseket. Tizenöt évesen gondoltam egy nagyot, és elhatároztam, hogy én is beszerezek egy ilyen készüléket, és lézershows-t tartok majd. A vidéket céloztam meg, mert úgy gondoltam, hogy ezt az üzletet ott nagyon jól fel lehet majd építeni.



Nekem interjúm kívül említetted, de itt még nem került szóba, hogy van két testvéred, egy öcséd és egy húgod. Nyilván ők még kisebbek voltak, de később miként nézték a te vállalkozói léted nyiladozását?

Igazából nem foglalkoztatta őket a dolog, más habitusok, mind a ketten gasztroirányba mentek. Az öcsém mesterszakács, aki nagyon magas színvonalon műveli a szakmáját, és jelenleg külföldön dolgozik, a húgom pedig cukrász lett, mostanság leginkább édesanya.

A lézerbiznisznél tartottunk.

Édesapám besegített a berendezés finanszírozásába, én pedig elkezdtem járni a Balaton-

parti diszkókat. Szépen elindult a dolog, számos szórakozóhelyen csináltam lézershows-t. Jó kapcsolataim alakultak ki, és ennek köszönhetően lehetőségem lett egy-két nagyobb helyen is diszkózni, így tudtam a zenei karrieremet is építeni. Szóval úgy telt el ez a néhány év, hogy hétközben Budapesten a sulit, hétfévente

pedig vagy diszkóztam, vagy lézershows-t csináltam, vagy egyszerre mind a kettőt. A Pesten eltöltött hétköznapok viszont újabb fordulatot hoztak.

Hogyhogy?

Tizenöt évesen százkilencven centi és hatvanöt kiló voltam, mindenki csak pálcikának csúfolt. Elegem lett, elhatároztam, hogy változtatok ezen. Elkezdtem konditerembe járni, és közben azon járt az eszem, hogy szedhetnék fel néhány kilót. A kollégium mellett működött egy sportolókra szakosodott, speciális étrend-kiegészítőket árusító bolt. A szó szoros értelmében mindennapos vásárlójuk lettem, idővel pedig

minden árujukat úgy megismertem, hogy kívülről fújtam a tömegnövelő és fehérjetermékek összetevőit. Persze az eladóknak is tetszett a motiváltságom, meg az is, hogy jó sok mindent el tudtak nekem adni. *(Nevet.)* Ebből a végén az lett, hogy a napom része lett ez az üzlet. Délelőtt iskola, utána egyből be a gyúrósboltba, már az ebédemet is odarendeltem, majd elmentem edzeni, és a nap végén haza a kollégiumba. Egy idő után szinte az üzlet részévé váltam, olyan voltam, mint egy alkalmazott, hozzáadott értéként pedig kezdtem egyre izmosabb lenni, egyre jobban éreztem magam a bőrömben, ami helyrerántotta az önértékelésemet is. Ez a hétközi életforma odáig vezetett, hogy tizenhét évesen elhatároztam, hogy nyitok egy ilyen üzletet. Nem volt könnyű átvinni a családon, de ismét mellém álltak, aminek köszönhetően megnyithattam Ajkán egy ugyanilyen profilú boltot.

Nem vállaltad túl magad?

De. Hétköznapra ugyan volt egy alkalmazottunk, de hétvégén én vittem az üzletet, este pedig diszkóztam. Ebből az életvitelből nagyjából sejteni lehet, hogy a tanulásra enyhén szólva nem sok idő maradt. Ennek ellenére nem voltam rossz tanuló.

BÁR MINDIG A MAGAM KIS VILÁGÁBAN ÉLTEM, ÉS TIZENNÉGY ÉVES KOROMTÓL, HA NEM IS HIVATALOSAN, DE VÁLLALKOZTAM, AZ AJKAI ÜZLET VOLT AZ ELSŐ, AMINÉL MÁR SZABÁLYOS KERETEK KÖZÖTT MŰKÖDTÜNK.

Minden alakult a maga módján egészen addig, amíg Micimackó után szabadon: meg nem jelent egy kis fekete felhő felettünk, és egy koncepció helyzet nem állt elő.

Hogy kell ezt érteni?

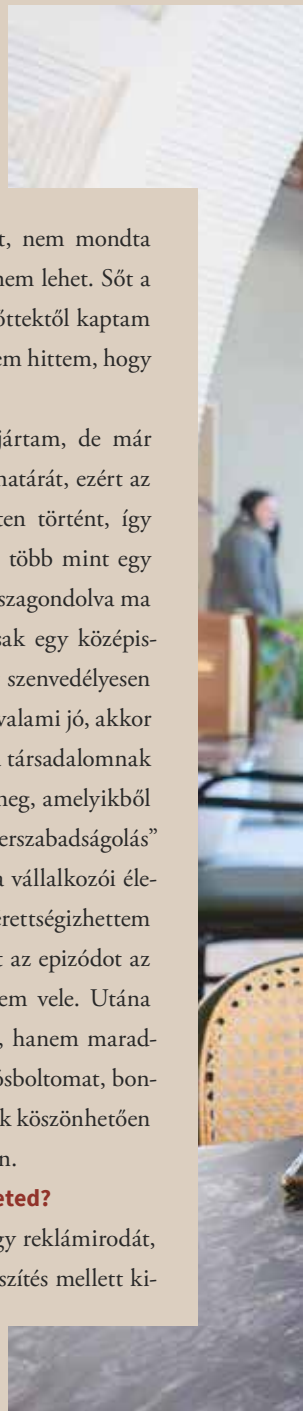
A tizenhat éves öcsémre azt mondta egy srác a faluban, hogy füvet adott neki, ennek okán házkutatást tartottak nálunk, és ekkor találták meg – mondjuk nagyon nem kellett keresni – az évek óta a vitrinemben őrzött lőszereimet is. Ezért én is fókuszba kerültem, hiszen a megannyi hadtörténeti tárgy gyűjtése – mint kiderült – már büntetőjogi kategóriába esett. Miközben alig tizenéves gyerekként számomra ez nem volt több annál, mint a jelvények, bélyegek vagy telefonkártyák jelentette ereklyék. Nem melles-

leg azt sem tudtam gyerekként, nem mondta nekem senki, hogy Albert, ezt nem lehet. Sőt a gyűjteményem nagy részét felnőttektől kaptam – volt köztük egyenruhás is. El sem hittem, hogy ez az egész velem történik.

Ugyan még középiskolába jártam, de már éppen átléptem a nagykorúság határát, ezért az elmarasztalásom is ehhez mérten történt, így a végeredmény, hogy valamivel több mint egy évet vett el az életemből. Így visszagondolva ma is szurreális az egész, hiszen csak egy középiskolás diák voltam, aki mindent szenvedélyesen gyűjt. Ha a börtönéletben lehet valami jó, akkor ebben az volt, hogy az életnek, a társadalomnak olyan perifériáját ismerhettem meg, amelyikből rengeteget tanultam. A „kényszerszabadságolás” szerencsére soha nem érintette a vállalkozói életemet, igaz, emiatt csak ősszel érettségizhettem le. Soha nem tagadtam meg ezt az epizódot az életemből, igaz, nem is kérkedem vele. Utána már nem mentem vissza Pestre, hanem maradtam Ajkán, és csináltam a gyúrósboltomat, bonogattam a szárnyaimat, és ennek köszönhetően ismét elindultam egy új csapáson.

Volt egy korszakalkotó ötleted?

Az üzlet mellett csináltam egy reklámirodát, ahol a klasszikus szóróanyag-készítés mellett ki-





találtam, hogy a pizzásdobozok tetejét reklámfelületként értékesítem. Annyira tetszett ez az ötlet, és annyira egyedinek tartottam, hogy már azt is kiszámoltam, hogy ha az egész Dunántúlt leterítem, akkor én leszek a pizzásdobozok királya, mert az összes pizzéria nálam fogja venni a dobozokat, és persze mindenki majd nálam akar hirdetni. Az volt az üzleti terv, hogy a vendéglátó egységeknek tíz forinttal olcsóbban adom a dobozokat, mint mások, a veszteséget pedig a befolyó hirdetésekkel kompenzálom, amiből hat fért rá a doboztetőre. Néhány pizzériával sikerült is megállapodnom, de a hirdetésszervezés kínkeservesen ment. Ha jól emlékszem, akkor mindössze csak két ilyen szériát tudtam megcsinálni, mert annyira nem ment az akvizíció. Sőt a végén már szinte csak az édesapám ismeretségi köréből akadtak hirdetőim, ők is csak azért, hogy a kelletténél ne csalódjak nagyobb.

Hogy tudtál ennyi lovat megülni egyszerre?

Mindig úgy, hogy a hangsúlyt áttettem az éppen a fókuszban lévő projektre. Amikor a gyúrósbolt ment, akkor egyre kevesebb lett a diszkózás, később, amikor az üzlet leszálló ágba került, akkor a reklámirodára fordítottam nagyobb figyelmet. Viszont bármibe belefogtam,

azt teljes mellszélességgel csináltam, és töviről-hegyire kitanultam, amit a későbbi életem során mindig valamilyen módon fel tudtam használni.



Úgy érzem, a reklámirodád sem volt túl hosszú életű.

Az üzletemet bezártam, a reklámiroda megadtam, ezért kitaláltam, hogy – ha már a szüleimnek varrodája van – létrehozok egy babzsák-márkát. Ez így is történt. Egyébként ebben az

időben ez egy nagy divat volt. Nagyjából tizenkétféle modell szerepelt a kínálatomban, amit igény szerinti színösszeállításban tudtunk elkészíteni. Elkezdtem a nyakamba venni a bútor-

boltokat, akik nyitottak voltak, de mindenhol csak bizományba tudtam ezeket kihelyezni. Nem volt rossz üzlet, a problémát csupán a szállítási jelentette, mert a kombi autómba is legfeljebb kettő fért bele. A költségek elvitték hasznot, úgyhogy gyorsan rájöttem, hogy ezt így nem

éri meg tovább csinálni. Nagyjából egy év után nem láttam értelmét tovább foglalkozni vele.

Mindig magányos farkasként csináltad, amit csináltál, vagy volt társad?

Húszéves koromig egyedül, majd a babzsák után ismét jött egy világmegváltó ötlet, amit már egy barátommal együtt kezdtünk el.

Mi volt ez az ötlet?

Belekezdünk buszos utaztatások szervezésébe, amiket szórólapokon vagy újságokban hirdettünk meg. Tulajdonképpen először csak kipróbáltuk, hogy mekkora ebben a fantázia, majd 50-50 százalékban alapítottunk rá egy céget. Először csak egy buszt béreltünk, majd kettőt, hármat, és egyre csak nőtt az igény, úgy-hogy körülbelül egy év elteltével már harmincöt buszunk ment napi szinten. Ez nagyjából másfél milliárdos árbevételt hozott már a második évben. A cég is felfutott, egyre több alkalmazottat foglalkoztattunk, bekerültem elit vállalkozói körökbe. Elképesztően jó érzés volt, de nemcsak az elismerés, hanem az is, hogy huszonegy évesen meg tudtam venni az akkori legújabb 5-ös BMW-t, amilyenje Ajkán rajtam kívül csak egy embernek volt.

Hatalmas eufória lett úrrá rajtam. Nagyobb lett a cégem, mint a szüleimnek valaha is volt, és sokkal nagyobb forgalmat csináltunk, mint ők bármelyik évben. Nagyon nagy számaink voltak és jöttek is, és nem hittem el, hogy ez ilyen könnyen megy. Szóval még horgászni is volt időm. *(Nevet.)*

Nem csipkedted magad?

De. A növekedési pálya egyik kulcsa az volt, hogy szinte mindent hitelre vettünk, mert akkor a bankok hitelezési politikája, illetve az adózási rendszer ezt lehetővé tette. Ezért nem volt kérdés, hogy inkább buszokba fektettünk az áfabefizetés helyett. Ez egyébként teljesen valid üzletpolitika volt. Ennek következtében viszont örültem nagy hitelállományunk halmozódott fel, a családjaink minden ingatlana be lett terelve. És ekkor jött a 2008-as válság, ami nagyon hamar leradírozta a céget, mert az emberek már nem akartak utazni. Szerintem ez volt az első olyan szektorok egyike, ahol a vásárlóréteg teljesen behúzta a féket.

Csak sejtem a végét... Hogyan éltétek ezt meg?

Nagyon fiatalok voltunk, és csak reménykedni tudtunk abban, hogy ennek gyorsan vége lesz. Kezelnünk igazából nem tudtuk a helyzetet, és ennek egyenes következményeként 2009 első felére gyakorlatilag teljesen összeroppant a vállalkozás, mindenünket elvesztettük, a bankok mindent vittek. Mindemellett és tölem függetlenül a szüleim vállalkozása is a válság áldozatául esett, ami teljes csődbe vitte a családot, nyárra az áramunkat is lekapcsolták, gyertyával vilá-

gítottunk, és csak azért volt meleg vizünk a kádban, mert az éjszakai áram, amivel a bojlerünk ment, az megmaradt. Nagyon nehéz időszak következett, állandóan azon sakkoztunk, hogyan éljük túl. Az ember egy ilyen kritikus helyzetben alaposan átértékel egy csomó mindent.

És most nem jött egy világmegváltó ötlet?

Nagyon vissza akartam térni az üzleti világba, ezért a legtriviálisabb dologhoz folyamodtam: kölcsönkértem kamatra. Amikor aztán vissza kellett adni, és az adott tevékenységeből nem jött be annyi, akkor mástól kértem kölcsön, és ez így ment egy jó darabig. Ez az életvitel rosszabb és veszélyesebb volt, mint tizenkilenc-re lapot húzni, Damoklész kardja állandóan ott lógott a fejem fölött, hiszen még olyan is előfordult, hogy heti 10 százalékra kaptam csak kölcsönt.

Billingó

Mért a Billingó? • Megoldások • Általános • Árak • Segítség • Blog • Regisztráció

Mért a Billingó? • Hírek/más

Ar-érték arányban verhetetlen.

A hazai piac legszínesebb szolgáltatáspalettája már az ingyenes verzióban is.

DE BÁRHOGY IS ALAKULT, SZÁMOMRA AZ VOLT A LÉNYEG, HOGY A KÖLCSÖNÖKET MINDIG IDŐBEN VISSZAADJAM, MERT CSAK EZZEL TUDTAM MEGŐRIZNI A HITELESSÉGEMET. AZ ADOTT SZÓ VOLT A VALUTÁM.

Szerettek is velem üzletelni, és ma visszatekintve azt mondom: a hitelességem és a szavam tudott kiemelni engem a válságból.

Gondolom, a kölcsönökkel valamit megpróbáltál újramegteremtetni.

Nagyon nehéz volt önmagam hitét újra megtalálni, mert nagyon magasról estünk le nagyon mélyre. Mindenfélével próbálkoztam. Először veterán autók restaurálásával, amiket Hollandiából hoztam és egy társammal együtt újíttunk fel, aki egyébként egy restaurátordinasztia tagja volt. A kész kocsikat aztán külföldre adtam el, jellemzően Svájcba vagy Németországba. Nem volt egy gyors forgású dolog, de elég szép pénzeket lehetett rajta keresni. Emellett elkezdtem egészségmegőrző termékek értékesítésével is foglalkozni. Ebben az időben jelentek meg és fejlődtek nagy magasságokra az olyan kuponos cégek is, mint a Kuponvilág vagy Lealkudtuk.hu. Én is itt kezdtem el a termékeimet értékesíteni, és menet közben egyre jobban kiismertem a rendszer logikáját is. Később el-

adtam a veterános vállalkozásomat, hogy ebbe tudjam forgatni a pénzem. Már annyira jól ment, hogy sok helyen bekerültem a top értékesítők közé, de mégsem volt felhőtlen az örömöm, mert még mindig nyomott a hitelállományom, ami ekkor olyan negyvenmillió forint lehetett. Tehát még jócskán deficitben voltam.

2012-re még jobban felfutott a dolog, olyannyira, hogy már egyes televíziós csatornákon is értékesíteni tudtam, a TV Shophoz hasonlóan. Az év végére minden adósságomat visszafizettem, sőt jelentősen fejlődni is tudtam, vettem három lakást és egy jó autót is. Ekkorra már mindent magam mögött tudtam hagyni, visszatértem abba a helyzetbe, amit akkor éltem meg, amikor a buszos vállalkozás dübörgött. A cégem már egymilliárdos árbevételre ért el, és ez a rákövetkező évben tovább növekedett.

Nem gondolom, hogy az eseted általános, de nem is ritka, hiszen nagyon sokan estek nagyon nagyot a válság hatására vagy a vállalkozói lét bármilyen okából olyan mélyre, ami után soha nem jöttek egyenesbe. Te a sok kockázat ellenére vagy mellett, a saját füledet fogva húztad ki magadat ebből a helyzetből. Nem gondolnám, hogy minden azon múlt, hogy jókor voltál jó helyen. Minek tudod be ezt a dolgot?

Ha mélyponton voltam, akkor semmi máson nem gondolkodtam, csak azon, hogyan tudom még jobban csinálni a dolgaimat, hogy tudok még jobban optimalizálni, hogy tudok még néhány százalékot innen-onnan kiharcolni, ho-

gyan tudok még nőni. Mik azok a lehetőségek, amikor egyből kettőt vagy hármat, vagy ötszázat lehet csinálni. Szinte mindig látom, hogy egy adott dolog hova tud kifutni, és innentől csak az hajt, hogy ezt elérjem. Ehhez egy jó nagy adag kitartás kell, fókusz és alázat. Nyilván minden nem sikerülhet, de ilyenkor pont az a megoldás kulcsa, hogy nem szabad önsajnálta bevetni. Nem arra kell koncentrálni, hogy milyen szerencsétlen és rossz vagy, hanem meg kell találni azokat a legfontosabb pontokat, amik előre tudnak vinni. Ha kellett, nagyot kockáztattam, de összeszorítottam a fogam, és mentem előre. Talán ezért is mondják rám a barátaim, hogy olyan vagyok, mint egy keljfeljancsi, mert mindig talpra állok.

Visszatérve: hova futott ki ez a vállalkozás, és miért hagytad abba?

2013 végére már közel két és fél milliárdos árbevételre könnyelhettünk el, a termékkör is jelentősen bővült, több mint 20 tévécsatornán voltunk jelen, és Romániában is terjeszkedtünk. Az ottani jelenlét azonban nem bizonyult sikeresnek, így ezzel felhagytunk. Eközben kaptunk felvásárlási kéréseket, aminek hatására elindult a cég megvételére egy hosszabb tárgyalás, ahol végül az utolsó pillanatban nem született megállapodás. Időközben az árbevétel az egyik húzótermék kiesésével jelentősen csökkenni kezdett, ami odáig vezetett, hogy be kellett zárni a boltot. De ekkor már több lábom álltam, számos más vállalkozásban is voltak érdekeltségeim. Benne voltam pénzügyi vállal-

kozásban, cafeteriautalvány-üzletben, építettem egészségügyi szűrőbuszokat, és így lett később a Billingó is.

Ők hogy kerültek a képbe?

A korábbi üzleteimhez digitális rendszereket, weboldalakat és webáruházakat kellett készíteni, ezeken egy soproni kis informatikai manufaktúra csapatával dolgoztam együtt. A megrendeléseik jelentős százalékát én hoztam, a kapcsolat szoros volt, nagyon jóba letünk. Tulajdonképpen 2013-ban ők találták ki a Billingót, ami nem volt más, mint egy önmaguknak írt számlázási program, amit az hívott életre, hogy az akkori piacon nem találtak maguknak megfelelőt. Még annyira fapados volt, hogy sztorózni sem tudott, de néhány ügyfelüknek azért már kiajánlották „próbaüzemre”. 2014 márciusában viszont mindenki számára elérhetővé tették előfizetéses rendszerben. Ez már egy lényegesen fejlettebb változat volt, tulajdonképpen ekkor keresztelték el Billingó névre is.

Mivel sokat jártam hozzájuk, gyakorlatilag nemcsak a program születését, hanem a fejlődését is láttam, ennek okán javasoltam, hogy ezt próbáljuk meg nagyban is csinálni. Még ebben az évben alapítottunk rá közösen egy céget. Elindult az építkezés, finanszíroztam a fejlesztést, kialakítottam egy struktúrát, és létrehoztunk rá egy ügyfélszolgálatot is. Ennek ellenére nagyon nehezen épült a vállalkozás, egy év után ugyan már ezer ügyfelünk volt, de a 4 milliós árbevételt sem értük el. Az üzleti modell úgynevezett freemium volt, ahol a termék egyik fele fi-

zetős volt, a másik fele pedig ingyenes. Ekkorra már több számlázó versenytárs is volt a piacon – összesen hatvanöt, ezt egyszer megszámláltam –, amiből online számlázóprogramból is több volt már, ahol a számlázz.hu is már tíz éve működött. A legnagyobb konkurenciát mégsem



csak ez jelentette, hanem a kézi számlatömb. A vállalkozók jelentős része ezt használta, tehát a fogadói oldalt kemény munka volt megnyerni. A Billingóval egy nagyon zsúfolt szegmensbe érkeztünk, sokan nem is értették, miért látok ebben fantáziát.

Mit lehet egy ilyen cseppet sem könnyű helyzetben csinálni?

Azt tudtuk, hogy a figyelmet kell felhívni magunkra, ezért kitaláltuk, hogy mi a hivatalos protokoll helyett tegezni fogjuk az ügyfeleinket. Ez nagyon megosztó húzás volt, sokan megsértődtek, de sokan voltak olyanok is, akik imádták. Egyébként a tegező retorika akkor kisebb fajta szentségtörésnek számított a pénzügyi és könyvelési piacon, miközben ez ma meg már gyakorlat. Tulajdonképpen ennek a devianciának a szellemében kommunikáltunk és csináltunk tovább a reklámokat is. Nagyon vékony jégen jártunk, mert nem tudtuk, hova fut ki a dolog, hiszen amilyen eséllyel elsülhet jól, ugyanígy rosszul is. Mindeközben elkezdett kialakulni egy Billingoközösség. Az általunk választott stratégia, ami a különködésre épült, egyre inkább körvonalazta az identitásunkat, ami egyre inkább láthatóvá tett bennünket. Nyilván ahhoz, hogy valaki minket válasszon, nemcsak a marketing volt a fontos, hanem az is, hogy technológiában is nagyon mást hoztunk. Így kialakult rólunk egy összkép, ami azt tükrözte, hogy vagányak, merészek, innovatívok vagyunk, technológiában és az ügyfélszolgálatban is mások vagyunk, mint a többiek. Ez hozta el azt a sikert, hogy 2017–18-ra már mi voltunk a második legnagyobb online számlázóprogram a piacon. Az nem vitatható, hogy a jogalkotói akarat is segítette ezt a folyamatot, ugyanakkor mindenkinél egyfelé lejtett a pálya. Mára a Billingopénzforgalmi intézménnyé fejlődött, a munkánkat hatvankilenc díjjal ismerték el.

Ez fantasztikus, és olyan szakavatottan beszélsz erről az egész területről, hogy az ember azt gondolná, egész életedben számvitelesként dolgoztál. Kitanultad menet közben?

Az összes eddigi vállalkozásomnál – beleértve a Billingót is – arról a területről, amit éppen csinálok, én mindent tudni akarok. Ha valamire fókuszálok, amiben hiszek, akkor addig megyek, ameddig informálisan a lehető legjobb, vagy a legjobb leszek. A tudásvágyam ellenére az érettségi után mégsem szereztem meg a diplomát, noha felvettem a Modern Üzleti Tudományok Főiskolájára. De akkor már olyan jól ment a buszos cégem, hogy egyszerűen untam és nem érdekelt. Azóta is, ha bármibe belevágtam, azt magam tanultam meg és ki, teljesen autodidakta módon.

2011 bizonyos szempontból egyfajta fordulatot hozott az életembe, innentől váltam igazán tudatosná, hogy felépítem magam. Azóta elképesztően sok tanfolyamon, coachingon és képzésen vettem részt, rengeteg szakirodalmat, illetve önismereti könyvet elolvastam. Ez a tudatos gondolkodás annyira az életem részévé vált, hogy nagyon megszerettem a tanulás azon részét, ami hozzám tesz, és általa több lehetek, éppen ezért maximalista lettem ebben a kérdésben.

Sorba vettük az életrészeket, amelyben túl a nagy sikereken és csalódásokon az is jól kirajzolódik, hogy a családi kohézió nagyon erős. Felőtt emberként ez a minta tovább öröklődött? Már csak azért is kérdezem,



mert a vállalkozói életviteled semmiképp nem szokványos.

Nem voltam sohasem kicsapongó, hosszú kapcsolataim voltak. A felségemmel éppen most leszünk tíz éve házасok, és 13 éve vagyunk együtt. Két gyerekünk van, kiegyensúlyozott az életünk, de azt jól érzed, hogy az én vállalkozói attitűdöm egyáltalán nem szokványos vagy családbarát modellt képvisel. Nagyjából egy-két



éve jöttem rá arra, hogy az nagyon nem jó, ha hét napból hetet dolgozom, napi 15-18 órában. Nekem az elmúlt tizenkét évem csak a munkáról szólt, és nem telt el úgy nyaralás, hogy ne nyitottam volna ki a számítógépet. De eljött a pillanat, egyre fontosabb lett, hogy legyen idő a szeretteimre és legyen idő magamra is. Ezért ma már nagyon ügyelek arra, hogy meglegyen a munka és a magánélet egyensúlya.

Mi motiválta ezt a munkamániát, a pénzt?

Volt időszak – a 2008-as válság után –, amikor fontos volt a pénz, mert nem volt. De ma a pénzre én úgy tekintek, mint a jól elvégzett munka melléktermékére. Számomra sokkal nagyobb motivációt jelent valamit alkotni, valami olyan különlegesen csinálni, amit más nem mert vagy tudott megoldani, vagy nem képes az adott dologban nagyban gondolkodni. Mindig

az hajt, hogy miként tudok olyan dolgokat megcsinálni, amire más nem gondol, vagy még nem mert hozzányúl. Mi számos olyan piacformáló dolgot csináltunk akár a Billingónál, akár más cégeimnél, amikről adott időszakban mások nem gondolták, hogy meg lehet csinálni. Engem ezek hajtanak, és tudom, hogy képes vagyok olyan dolgokra, amikre más nem – én ebben tudok példát mutatni másoknak, legyen az vállalkozó vagy magánember. Ha te jó dolgokat csinálsz, és arra fókuszálsz, hogyan tudsz adni a vállalkozóknak, és tudsz küzdeni valamiért, ami nem öncélú, akkor leszel valójában sikeres. A Billingóban mindez megvan, hiszen ott azért küzdünk és dolgozunk, hogy a vállalkozói versenyképességet növelni tudjuk.

Kanyarodjunk vissza a munka és magánélet egyensúlyához! Ezen hogyan változtattál, mi a recepted?

Általában korán kelek, ilyenkor meditálok, sportolok, és utána mindig olvasok is. Heti egy könyvet nagyjából ki is olvasok, leginkább önismerettel foglalkozó témában, ami szintén motiváló, mert nemcsak nő a tudásom általuk, hanem folyamatosan be is épül a mindennapjaimba.

Eddig nem vettem észre rajtad, hogy spirituális lennél, de az utóbbi megnyilatkozásaidban ez a vonal felfedezhető. Az vagy?

Dátum szerint ez 2017 óta része az életemnek, de semmilyen eseményhez vagy bármi más magasztos dologhoz nem köthető, és nem



A BESZÉLGETÉS HELYSZÍNÉT A
HOTEL CONTINENTAL BIZTOSÍTOTTA
CONTINENTALHOTELBUDAPEST.COM

is térítettek meg. Attól a pillanattól fogva van így, amikor elkezdtem megérteni, hogy nem a pénzért dolgozom, hanem magasabb rendű dolgokért. Ez volt a vízváltás bennem, és innentől kezdve csak a spirituális lételem mélyítem az önismerettel, és ennek megfelelően gondolkodom. Éppen ezért alapvetés, hogy minden negatív energiát kizárok az életemből, és azt sem engedem meg magamnak, hogy másokra rosszul gondoljak. Tudom, hogy ez most furcsán hangzik, de szerintem pont azért vagyok sikeres, mert én ezeket a dolgokat megértettem.

Ez akár tökéletes végszava is lehetne a beszélgetésünknek, de mivel egy olyan üzleti show-műsorban, a Cápák közöttben leszel vagy lehetsz befektető, amit nagyon sok ember lát az RTL-en és ami másról sem szól, csak vállalkozókról és vállalkozásokról, mit gondolsz majd erről Cápaként?

Én 2017-ben lezártam mindent, ami nem a Billingt támogatta. Annak, hogy teljesen ez került a fókuszba, meglett az eredménye, ami látszik a fejlesztésekben, a számokban és díjakban is. De ma már nem akarok mindent én

megoldani. A műsorban elsősorban olyan csapatokhoz csatlakoznék, amelyekben minden megvan, ami ahhoz kell, hogy sikeresek

legyenek, csak még mondjuk szükségük van valamennyi pénzre ahhoz, hogy tényleg el tudják érni a céljaikat. A tudásomat és minden olyan tapasztalatomat, ami előrébb vihet, amiken én már keresztülmentem, szívesen megosztom tehetséges emberekkel. Új Cápaként azt gondolom, hogy be tudok hozni ebbe a közegbe egy olyan fiatal vállalkozói szemléletet, szellemiséget, ami nem jobb vagy rosszabb, mint másoké, csak egyszerűen más, amivel persze egyfajta irányt is mutatnék, hogy így is lehet gondolkodni.

Nyiss az új lehetőségekre!

A teljesen elektromos Kia EV9.



Movement that inspires



A kép illusztráció. Jelen hirdetés nem minősül ajánlattételnek, célja kizárólag a figyelem felhívása. Részletek a www.kia.com oldalon.

A Kia EV9 elektromos energia fogyasztása, 99,8 kWh kapacitású akkumulátor csomaggal, 20,2-22,8 kWh/100 km (WLTP mérési ciklus alapján). Kombinált CO₂ kibocsátása 0 g/km. A megadott fogyasztási és károsanyag-kibocsátási értékek a hatályos jogszabályok által meghatározott mérési eljárás [(EU) 2017/1153] szerinti mérésekből származnak. A fenti értékek meghatározása az RDE (ang.röv.:Valós vezetési feltételek melletti kibocsátás) vizsgálattal kiegészített új WLTP (ang.röv., könnyűgépjárművekre vonatkozó, világszinten harmonizált vizsgálati eljárás) szerinti mérési ciklussal történt. Az adatok tájékoztató jellegűek, egyes konkrét mérési eredmények ezektől eltérhetnek, különbségeket mutathatnak.



SZÁSZI MÓNKA, A L'ART POUR L'ART
LÉGITÁRSASÁG POÉNGYÁRTÓJA

A poéngyártó színre lép

írta: ROJKÓ ANNAMÁRIA fotó: BALOGH RÓBERT, SZÁSZI MÓNI

Különleges alkalom, amikor az újságíró egy megtermékenyített petesejttel és egy női lóval beszélgethet egyszerre. Abszurd és vicces volt a helyzet, amikor Szászi Mónival, a L'art pour l'art Légitársaság egyik poéngyártójával, Zigóta és Kancácska megformálójával – smink nélkül – megvitattuk az élet nagy kérdéseit. Később azonban, mielőtt túlságosan elkomorodtunk volna, gyorsan áttértünk sokkal érdekesebb és személyesebb témákra. Az igazi interjút ezen a ponton kezdtük el.

Rojkó Annamária: A kreativitásod már az óvodában megnyilvánult? Vidám és vicces kislány voltál?

Szászi Móni: Az oviban szerintem nem voltam vicces, csak egy riadt gyerek, nagy szemekkel, csúnya cipőben; ezen azért nem lehet órákig kacagni. A Magyar Televízió óvodájába jártam

– anyám a tévénél dolgozott – a Szabadság téri székház elől minden nap busszal vittek minket a hűvösvölgyi óvodába. Esernyő volt a jelem, eleinte ezzel elégedett voltam, de amikor megtudtam, hogy a többieknek milyen szimbólum jutott, akkor a sajátomat nagyjából a létrával soroltam egy kategóriába. Fogalmam sincs, ki

adta nekem éppen az esernyőt... biztosan az az óvo néni, aki be akart minket zárni a kerti kisházba. Azt mondta, hogy összedöntöttük az indiánsátrat, ám ez aljas rágalom volt. Nagyon megijedtem, mert végiggondoltam, hogy mit fog szólni az anyukám, ha engem nem visznek vissza a busszal.



Valójában mi történt a sátorral, magától dőlt össze?

Szerintem igen. Egy vacak, botokkal ki-támasztott kis textilsátor volt. És akkor jött Magdi néni, aki nem feltétlenül lehetett ép elméjű, mert nekünk, a négyéves gyerekeknek azt mondta, hogy „bezárlak titeket, és soha többé nem mehettek haza”. Végül a saját óvónénink megnyugtatót, hogy ez hülyeség, és nem fog-nak bezárni. Azóta sem tudom, hogy az a nő miért foglalkozott gyerekekkel, mindenesetre megörökítettem a portréját egy dalszövegben.

Az általános iskola is ilyen erős nyomo- kat hagyott benned? Igaz, a L'art pour l'art Társulat közönsége már az óvodai emlékei- den is jól szórakozik...

Az Áldás utcai általánosba jártam, ahol nagyon jól éreztem magam. Akkoriban még kicsi volt, barátságos, és nem számított olyan budai versenyistállónak, mint mostanában. Emlékszem, azért az ódon épületben mégis akadt olyan terem, ami félelmetesnek tűnt..., de lehet, hogy inkább az óra volt rémisztő, amit ott tartottak.

Az Áldás utcai sulis valóban kultikus hely. Ott játszódik Bosnyák Viktória Klott Gatya, ne fárassz című ifjúsági regénye is, ami egy nagydarab, szőrösszívű tesi tanár és az ötödikesek kalandjairól szól. A könyvben Békés utcai iskolának hívják; ismered?

Nem hallottam róla, de jó lenne tudni, hogy az alakját vajon melyik tornatanárról mintázta.





A címszereplő neve alapján nem a Lujza néni-ről. Felső tagozatos koromból emlékszem egy iskolai ünnepségre, ahol előadtunk egy tanárparódiát. Szeretettel készült, nem lett botrány belőle. Én írtam és rendeztem, de nem szerepeltem benne. A háttérben szolgáltattam a hangkulisszát egy nagyon régi kis magnóról, ami nehezen indult el, nem lehetett pontosan kezelni, és halkán szólt. A másik eszközem egy fúvós-billentyűs triola volt, amin ugyan nem tudtam játszani, de azért próbáltam. Az egyik jelenetben felrobbant a kémia tanárnő, akinek Csontrakéta volt a beceneve. A „detonáció” alatt különböző zajok és zörejek hallatszottak a színpalak mögül, miközben ő eltűnt egy hintőporfelhőben. Amikor kötéssel a fején ismét megjelent a színpadon, megszólalt az I am Iron Man a Black Sabbath-tól. A jelenetnek óriási sikere volt.

Abban az időben félénk voltam, és fel sem merült bennem, hogy színpadra lépjek. Bevallom, bár a színházat most is nagyon szeretem, de szívesebben dolgoznék kizárólag a túloldalon.

Mindent szeretek a színházban! Például a szagát, ami kívülről újnak hat, hátulról azonban kicsit büdös, sőt néha koszos is, ám a színpadi játékból mégis egy csoda születik.

tikáztam és kivétel nélkül az összeset utáltam. Mindenhol megpróbálkoztak a versenyezéssel, de ez soha nem jött össze. Szétszadiztak minket... Rendszerint úgy fejeztem be az edzéseket, hogy egy zsámolyra föl- és leugrálásokat kellett végeznem. A mozgásból mára a jóga maradt. Tíz éve kezdtem egy októnál, emellett otthon is gyakorlom. Elég sokat tanultam már a jógáról, a saját testről és általában az emberi testről, ezért nemrég – kedvesen, szépen és finoman – a cimboráimnak is elkezdtem jógaórákat tartani.

Az általános után milyen szempont szerint választottál középiskolát?

Az én legfőbb szempontom az lett volna, hogy többé ne kelljen már iskolába járni, de ezt nem sikerült érvényesítenem. Nehezen viseltem, hogy egy gimnáziumban kell rostokolnom, bevallom őszintén, hogy ehhez nem volt kedvem. Másképp képzeltem el a jó világot. Abban az időben még nem született meg Harry Potter, mert egyébként sokkal szívesebben tanultam volna a varázslóiskolában. Így azután teljesen mindegy volt, hogy hová vesznek fel. Végül a Toldyba jelentkeztem, ahol nagyon jó volt az osztályközösség. A harmadikat és a negyediket azonban már esti tagozaton végeztem el, mert – ezen nincs mit szépíteni –, kirúgtak az iskolából. Nem voltam rossz, csak öntörvényű; egyszerűen nem fértem be a megszabott keretek közé.

Sokáig ez így is volt, hiszen dalszöveg- és jelenetíróként alapember vagy, de a szereplők közé csak Nagy Natália távozása után álltál be.

Most nem csupán az írásra gondolok, mert szeretek egy kicsit részt venni a rendezésben is.

Diákként jártál valamilyen különóra, zongorára, sportra vagy bélyeggyűjtő szakörbe?

Sporttagozatos osztályba jártam, emiatt szertornáztam, később atletizáltam, kosárlabdáztam, kézilabdáztam, ritmikus sportgimnasz-





*„Másnap utaztam
a buszon, és
két srác
mondogatta
egymásnak
a poénjaimat.
Hihetetlen jó érzés volt,
hogy az embereknek
ez ennyire tetszik.”*

Akkoriban el lehetett helyezkedni 16 évesen?

Sőt, kötelező volt, mert kmk-snak (közveszélyes munkakerülő) minősítették az embert, ha nem volt állása. Az első munkahelyem a Múzeum körúti Központi Antikvárium volt. Emlékszem, egyszer betelefonált valaki, és egy almanachot keresett. Nem merem bevallani, hogy fogalmam sincs mit akar, inkább azt mondtam neki, hogy „hát az sajnos most pont nincs”. Ma már bánom az egészet, szóval ha az illető olvassa ezt az interjút –, kérem bocsásson meg.

Az érettségi után lekerült rólad az iskolarendszer utolsó béklyója is. Végre szabadnak érezted magad?

Hát, kb... Attól kezdve olyasmivel foglalkozhattam, amit nagyon szerettem; a TV-nél bábkészítőként dolgoztam. Az óbudai díszletgyártó üzem bábműhelyében készítettük azokat az alkotó fantáziát igénylő kellékeket, amelyeket a különböző műsorokhoz, tévéjátékokhoz- és filmekhez rendeltek. Éppen akkoriban kerültem oda, amikor Süssit kreálták, sőt a hátán lévő zöld félgömbökben nekem is benne van a „művészi kreativitásom színe-java”. Négy évig dolgoztam a bábműhelyben, közben nagyon fiatalon férjhez mentem, majd megszületett a lányom. Tündéri volt, imádtam, s noha mindent megtettem érte, nem voltam kellőképpen felnőtt a feladathoz. Nem igazán alakultak jól a dolgok,



ezért gyorsan elváltam. Talán sosem fogok teljesen felnőni, határozottan impulzív személyiség vagyok. Általában jellemző volt rám, hogy soha semmit nem képzeltem el hosszú távra.

Vajon Pethő Zsolt, a férjed mit mondana erre a kijelentésre?

Vele már húsz éve együtt vagyunk, szóval ezt a kapcsolatot már biztosan nem fenyegeti veszély.

Később „érett felnőtt” vált belőled?

Hát, nem... Viszont közben született egy unokám, aki most már két éves és a szüleiivel Svédországban él, de gyakran találkozunk.

Valaha úgy képzeltem, hogy majd rengeteget bohóckodok neki, azután rájöttem, hogy ő nem feltétlenül erre vágyik. „Rendes” nagymama vagyok, aki tisztába rakja, megeteti, leviszi sétálni, és nem enged meg neki többet, mint amennyit a szülők megengednek. Ettől függetlenül, zseniális a humorérzéke, és okos gyerek. Tudom, hogy mindenki ezt mondja a saját unokájáról, de az enyém tényleg okos.

Visszatérve a kérdésre, amikor beléptem a L'art pour l'art Társulatba, akkor tudtam meg, hogy vannak még olyan emberek, mint én, akik ugyanannyira „használhatatlanok, semmire se jók, soha nem lesz belőlük semmi”. Szuper érzés volt, hogy végül összejöttünk, és együtt nem lett belőlünk „semmi”!

Hogy történt ez a „zsák a foltját” találkozás?

Otthon voltam a gyerekekkel, amikor a barátnőm, Laár Györgyi – akivel együtt járunk gimibe – megkeresett, hogy nem lennék-e öltöztető helyette a L'art pour l'art Társulatban. Igent mondtam, és egy ideig én voltam a fellépők öltöztetője. Akkor ismertem meg őket, később bábokat készítettem nekik, meg kellékeket, fejdíszeket. Ez 35 éve történt. A barátaimnak és a társulatnak kedvtelésből a mai napig készítek különböző tárgyakat. Gyártottam mindenféle kalapokat, bábokat, legutóbb például egy hatalmas kalapácsot, amivel engem vertek fejbe egy jelenetben.



„Úgy érzem, hogy a L'art pour l'art szellemisége ugyanaz maradt, és ezen a jövőben sem kívánunk változtatni.”

Az évek során egyre közelebb és közelebb kerültél a társulathoz.

Szépen lassan, mint a farkas a mesében, aki a lisztes lábát bedugja az ajtórésein, beférkőztem a kecskegidákhoz. Amikor az első Besenyő család jelenet megszületett, már ott voltam. Az én ötletem volt, hogy a korábbi figurák csatlakozzanak egymáshoz, és alkossanak egy családot. A szöveget együtt írtuk. Ültünk a lakásomon, ötleteltünk és nagyon sokat röhögünk. Abban az időben az Egyetemi Színpadon léptek fel és járták az országot. A Besenyő család akkor robbant be a köztudatba, amikor a műsorukat leadták a tévében. Másnap utaztam a buszon, és két srác mondogatta egymásnak a poénjaimat. Hihetetlen jó érzés volt, hogy az embereknek ez ennyire tetszik. A tévéstudióban előadni a



műsört egész más műfajt jelent, mint élőben a publikum előtt. Aki látott minket a tévében, és utána nézett meg a színházban, azt mondta,

hogy „Úristen, hát ez sokkal jobb”. A tévében ugyanis sajnos nincs rögtönzés, röhécselés, és nem kerülünk közvetlen kapcsolatba a kö-



zönséggel. Tíz-tizenöt évvel ezelőtt – Litkai Gergelynek köszönhetően – a Bábszínházban rendezett élő előadásokból is fölvettek néhányat. Gergő a Comedy Central programigazgatójaként azt mondta, hogy meg kell őrizni a műsorokat az utókornak, nehogy úgy járjunk, mint Hofi Géza, akinek a pályája utolsó tíz évéből alig maradtak fenn archivált felvételek. Jelenleg

a Marcibányi Téri Művelődési Házban játszunk, de ha nyílna egy lehetőség a L'art pour l'art Légitársaság előadásának föl vételére, mi igent mondanánk. Ha egy producer olvassa a Mi Férfiakat, innen üzenjük neki: Kedves hölgyem vagy uram, máris jöhet, boldogan fogadjuk.

A társulatban történt személyi változások, Galla Miklós, Nagy Natália, Laár

András távozása és Stefanovics Angéla érkezése hogyan hatott a műsorotokra?

Úgy érzem, hogy a L'art pour l'art szellemisége ugyanaz maradt, és ezen a jövőben sem kívánunk változtatni. Most már magam is igazat adok Zsoltnak, aki egyszer azt mondta, hogy ezt a világot továbbadhatjuk majd másoknak. A tagok tehát cserélődhetnek, mindig újak is jönnek, de valahogy ez az egész történet maradhatna egyben, és ez igazán jó lenne. Szerintem minden változás inspiráló. Amikor Galla kikerült a társulattól, törtük a fejünket, hogy ki kerüljön a helyére, és a Holló Színház tagjaként ismert Pethő Zsolt jelöltsége megkérdőjelezhetetlen volt.





Natália kiugrása után a fiúk – közel egy évig – hárman vitték a Winnetou című előadást, ez alatt kiderült, hogy ehhez a fajta színpadi játékhoz nem árt egy nő.

Folyamatosan kapacitáltak, hogy lépjek be a társulatba. Kijelentettem, hogy „az van kizárva”, én introvertált ember vagyok, távol áll tőlem a színpad. Végül addig-addig nyúztak, amíg elkezdtem hülyéskedni, és csináltam két figurát, Zigótát és Kancácskát.





Olyan jól sikerültek, hogy amikor megmutattam őket, a többiek azt mondták: Isten hozott! A Vastyúk is talál szeget című műsor volt az első, amiben szerepeltem.

Laár András távozása után mindhárman tudtuk, hogy továbbra is négyen szeretnénk folytatni. Nagyon sokat gondolkodtunk, hogy ki az a személy, aki kikezdetlenül közénk való. A legutóbb csatlakozó Stefanovics Angélát – aki fantasztikus teremtmény – Robi (Dolák-Saly Róbert) hívta meg. Kapacitáltuk, hogy a világhálón elhíresült Anszelika Habpatron alakját ültesse át a műsorba, ő azonban úgy döntött, hogy inkább új jeleneteket hoz. A saját figurái mellett közös alkotásaink is születtek az előadásban. Rövid időn belül kiderült, hogy Angéla minden szempontból tökéletes választás volt. Megfigyeltem, hogy örömmel jön, szeret minket, vagy – tudjuk, hogy kiváló színésznő – lehet, hogy csak mímeli, de akkor nagyon jól csinálja. Az új felállásban L'art pour l'art Légitársaság néven játszunk. András alapító tag volt, ezért a távozása után az előzőhöz hasonló hangzású, más nevet választottunk. A tavaly ősze bemutatott előadásunknak nincs címe, egyszerűen az új nevünket írtuk a plakátra. A következőnek már lesz, de még titok.

Hogy állsz az énekléssel?

Műsoronként egy-két dalban szerepelek, de finoman szólva, nem vagyok énekesnő. Mindenesetre szeretek énekelni – hogy ezt a közönség is kedveli-e vagy sem, az már legyen az ő problémájuk. Egyébként nem én, hanem a figurák énekelnek, és ez a tény másképp veszi

ki magát, mintha Szászi Móniként állnék ki a színpadra danolászatni.

Zigóta önmagában is abszurd szerep, mert ezzel a névvel ő mégis egy nagyobbacska lány...

Eredetileg úgy képzeltem, hogy megmarad az egyedfejlődés kezdeti szintjén, mert tudjuk, hogy a név kötelez, de aztán az történt, hogy ez a gyerek okos lett. Miután megszületik egy figura, megszólal a saját hangján, és az lesz belőle, aki lenni akar. Így azután gyorsan „átképeztem”, hogy a Zigóta nevet a családjától kapta, akik azt képzelték, hogy ő megmarad ezen a szinten. A szereplőink karaktere nem változik, olyanok, mint a rajzfilmfigurák. Pl. a folyamatosan haldokló Anti bácsi sem fog meghalni soha. Maximum olyan halált hal, mint időnként az egér a Tom és Jerry-ben, tehát lapos lesz, majd leesik a falról és föltöltődik.

Mekkora stábbal dolgoztok?

Mindenkivel együtt összesen kilencen vagyunk. A technikai személyzet tagjai (hangtechnikus, világosító, berendező, öltöztető és a menedzser, aki a sofőrünk is) cimborák, a teljes csapat egy közös baráti társaságból alakult. Ez egy nagy stáb, de sok jelmezzel, külön díszletekkel dolgozunk, úgyhogy mindenkinek jut feladat.

Kaptok visszajelzéseket a közönségtől?

A Facebook oldalunkon és az életben is jönnek a kommentek, a tapsok vagy esetleg a csöndek. Egy új bemutató után az első tíz előadást biztosan átírjuk a reakciók alapján.



A nézők véleménye nem mindig egyezik a miénkkel. Előfordul, hogy amit mi nagyon frappáns jelenetnek gondoltunk, és a próbák során végigrohogtunk, az nem jön be a közönségnek. Természetesen személyes találkozások alkalmával is jelzik, hogy mi az, ami különösen sikert aratott. Engem nagyon ritkán ismernek fel, mert nem úgy nézek ki az utcán, mint Kancácska. Közel sem tudok olyan bőkezűen bánni rúzzsal, mint ő. De ezt egyáltalán nem bánom, mert jobban szeretek inkognitóban kukkerolgatni, hallgatózni és egyáltalán létezni. Zsoltot azonban mindig megismerik. Amikor például közösen vásárolunk és valaki odalép

hozzá, én gyorsan eltűnök, olyankor beesek a tejes pultba, vagy a konzervek közé dugom a fejem, mint egy strucc.

Említetted, hogy már javában dolgoztok a következő előadáson. Elárulnál olvasóinknak néhány kulisszatitkot?

A bemutatót jövő őszre tervezzük. Ez lesz az első igazán nagy közös munkánk az új felállásban. Eddig a tapogatózás időszaka zajlott, sok udvariaskodással. Mára azonban elég jól megismertük egymást, szabadon áramlanak az ötletek. Folyamatosan rohögünk, sorra születnek az új figurák. Izgalmas, abszurd és nagyon vicces lesz, ennyit elárulhatok. Én már nagyon várom.

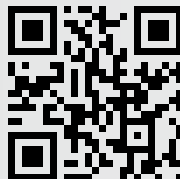


LŐVÉR ****
HOTEL
SOPRON
operated by 

LŐVÉR HOTEL **** SOPRON

Sopron legszebb részén, az erdők közvetlen szomszédságában található a Hotel Lővér. Ébredjen minden reggel madáracsicsérgésre, kezdje a napot gyönyörű fenyvesek látványával! 180 szobánk erdőre néző kilátással rendelkezik, részben balkonos. Családosok számára ideális választás lehet összenyitható szobáink egyike.

9400 Sopron, Várisi út 4.
+36 30 099 4201
info@hotellover.hu
www.hotellover.hu



hotel & more



Megtisztulás

írta: BARNA ANDRÁS fotó: MÉHÉSZ MÓNIKA, ARCHÍV

Ha Mész Mónikának van karmája, akkor az egészen biztosan valamilyen kapcsolatban van a megtisztulással. A Clean Up Grand Service alapító tulajdonosának társult vállalkozásaiban ugyanis szinte alig van olyan, amiben ne jelenne meg ez a tevékenység. A nemrég megnyitott Megtisztulás szalonja azonban egy egészen más dimenzióba helyezi ezt a képet.



Az Indiából eredő karma fogalma tökéletes szimbóluma lehetne Mész Mónika Megtisztulás szalonjának. A karma ideája zanzásítva azt fejezi ki, hogy csak tőlünk függ, hogy mit törté-

nik majd velünk, hiszen minden tettünk visszahatást von maga után. Ha ezt lefordítjuk a hétköznapi tevékenységeinkre akkor ebben sok minden más mellett az egészségmegőrzés kulcsfontosságú elem.

Noha Mész Mónikának más irányban épült a karrierje, a fókusz soha nem került le az egészséges életmódról. A Megtisztulás szalon megnyitása egy „rég új ötlet” továbbgondolása volt, amelynek inspirációját a Iyashi Dôme japán szaunaágy



jelentette, ami a felkelő nap országának orvoslását hozta el a 21. századba. A Iyashi Dôme – amit részletesen megismerhetnek a következőkben – köré épülnek azok további egészségmegőrző szolgáltatások, melyek nemcsak a megtisztulást hozzák el a vendégek számára, hanem egy kicsit az énidőt is.



Barna András: Többször beszélgettünk már és tudom, hogy az életedben mindig ott volt és van a sport ma is. Ezzel kapcsolatban is elindultál egy úton, most viszont a Megtisztulás szalonnal egy más irányba fordultál.

Méhész Mónika: Az ép testben ép lélek egy alapvetés számomra, ezért is indultam el korábban a sport koncepcióval. Ez egy olyan program volt, ami a negyven feletti nőknek nyújtott alternatívát és egyfajt speciális mozgáskultúrát.

Aztán a COVID megakasztotta ezt a fejlődési folyamatot, de nem tettem le a folytatásról. Mindeközben megismertem a Iyashi Dôme japán szaunaágyat, ami valóban más irányba fordított az egészségmegőrzés útján. Ugyanis ez egy fantasztikus eszköz és terápia, ezért döntöttem úgy, hogy erre építék fel egy üzleti mo-



dellt, egy szalont. A Megtisztulás szalonban a Iyashi Dôme mellett olyan további eszközök vannak, amiket korábban és most is rendszeresen használok. Így túl a tudományos hatásain, személyes megtapasztalásaim vannak, a Body Space vákuumos fekvő bicikliről, oxigénterápiás gépről vagy a Bemer matracról, amiből a legmodernebb változatot használhatják a vendégek, de emellett bérelni is lehet. Ugyanakkor a szalon kialakításkor nemcsak az volt a cél, hogy gépekkel tegyük tele. A másik nagyon fontos szempont az intimitás megteremtése volt, ezért

is egy lakásból alakítottuk ki ezt a stúdiót, így a sejtmegújító terápiák mellett a személyes figyelemnek is nagy hangsúly jut.

A Iyashi Dôme-ot a szakma – például a természetgyógyászok – már jól ismerik, viszont talán szélesebb körben kevésbé. Mit tud ez a szauna és ez a terápia?

A Iyashi Dôme története háromszáz évvel ezelőtt indult el Japán déli részéről, ahol az emberek a forró vízű források melletti homokba ásták be magukat, így készítették izzadásra a testüket és szabadultak meg a bennük lévő toxinoktól. Ez az évszázados méregtelenítő eljárás – amit „Suno Ryohonak” hívnak – adta az alapötletet Shogoro Uemura professzor számára a japán szaunaágy kifejlesztésére.

Az Iyashi Dôme a szervezetre történő jótékony hatását, eredményességét a méregtelenítés, karcúsítás és öregedés lassítása terén ma már tudományosan is bizonyították. Ennek is köszönhetően a Iyashi Dôme-ot a világ 30 országának számos klinikája, exkluzív szállodája, SPA- és wellness-központja alkalmazza terápiás jelleggel.

Miről van itt szó, miben különbözik ez az ágy a finn típusú szaunától?

Ellentétben a finn szaunákkal, ahol a levegőt melegítve izzad az ember, itt a test belülről melegszik. A Iyashi Dôme a szervezetet belülről

melegíti fel, ezért az ágyban nincsen több 40 foknál, mégis úgy izzad benne az ember, mint ha egy 90 fokos hagyományos szaunában ülne. Egy kezelés alkalmával akár 1200 ml izzadságot veszthetünk és eközben 600 kcal-t is eléget a szervezet.

Mit tesz a testtel ez a hőterápia?

A Iyashi Dôme kezelés – ami 30-40 perc – tulajdonképpen egy hőszokk. A szervezet a belső melegedés hatá-



sára egy lázas állapotot szimulál, aminek következtében a testünk immunválasza a hatszorosára emelkedik és a hőszokk fehérjét termel, ami kijavítja a sérült sejteket, az egészségeseket pedig regenerálja. A terápia a testünk minden porcikájára kiható: méregtelenít, hozzásegít ahhoz, hogy a nehézfémek távozzanak a szervezetből, elősegíti a zsigeri zsírokból történő fogyást, kisimítja a bőrt. A kezelés során az alfhullámoknak köszönhetően pedig segít a tökéletes



relaxáció elérésében, ami oldja a stresszt – mindezt fáradtság és kockázatok nélkül, hiszen a kezelés nem terheli meg a szívet.

Nagyon fontos, hogy a Iyashi Dôme nemcsak arról szól, hogy félóra befekszünk egy kezelésre, a szeánsznak része az illatok, a zene és tudásátadás is. Ez utóbbi okán dr. Futó Gábor – aki a hőterápia és hőterápiás kezeléseket hazai szakértője –, rövid előadásait a hőszokk fehérjék jótékony hatásairól kezelés közben is meghallgathatják a

vendégeink. Tulajdonképpen a hőszokk fehérje hétköznapi napokban is termelődik bennünk, ha lázasak vagyunk vagy akkor, ha például lefutunk 20 kilométert, de ezek csak ideiglenes hőterápiás állapotok.

Milyen terápiás gyakoriság javallott?

Jellemzően heti egy alkalom az ideális gyakoriság, de aki mondjuk azért jön, hogy gyorsabban fogyjon, az kétszer is ellátogat. Ez mindig attól függ, ki miért, milyen ok miatt jár

hőterápiára. Számosan regenerálódásért vagy rehabilitációs céllal jönnek el hozzánk vagy éppen azért, mert a természetgyógyász javasolta.

A kezeléseket ritmikusságában jól tetten érhető, hogy a rendszeresség emelt szinten stabilizálja a hőszokk fehérjét, ezáltal pedig magasan tartja az ellenálló-képességünket. Miután ez egy stimulált állapot, egy e körben végzett tanulmány szerint három nap kezelés-kihagyás után a szervezet visszaáll az eredeti szintjére. Ha valakinek csak egészségmegőrzés vagy regenerálódás a célja, annak elég a heti egy alkalom.

Tudom rólad, hogy te örök nyughatatlan vagy. Ennek okán sejteni vélem, hogy most is megvan már a „tovább” a fejedben. Jól érzem?

Ami a közeli terveimet illeti, a jelenlegi terápiaikat még nyirokmasszázs géppel szeretném kiegészíteni. A távolabbi víziómban pedig már egy komplexebb dolgot szeretnék megvalósítani, a mostani kezeléseket mellé szeretnék behozni szakorvosi háttérrel is. Ez a vonal nem beavatkozásokkal foglalkozna, hanem preventív és tanácsadás jelleggel működne és mindazokra a területekre fókuszálna, amik főleg a nőket érintik. Ebben a jövőképeben természetesen ismét visszatérne a sport és talán egy kis jóga stúdió is.

MEGTISZTULÁS SZALON

ahol a belső
harmónia,
szépség és
egészség
találkozik



Szolgáltatásaink:

- IYASHI DÔME
japán szauna ágy
- Body Space
Vakum Therm
fekvőbicikli
- Legújabb generációs
Bemer matrac



MEGTISZTULÁS
SZALON

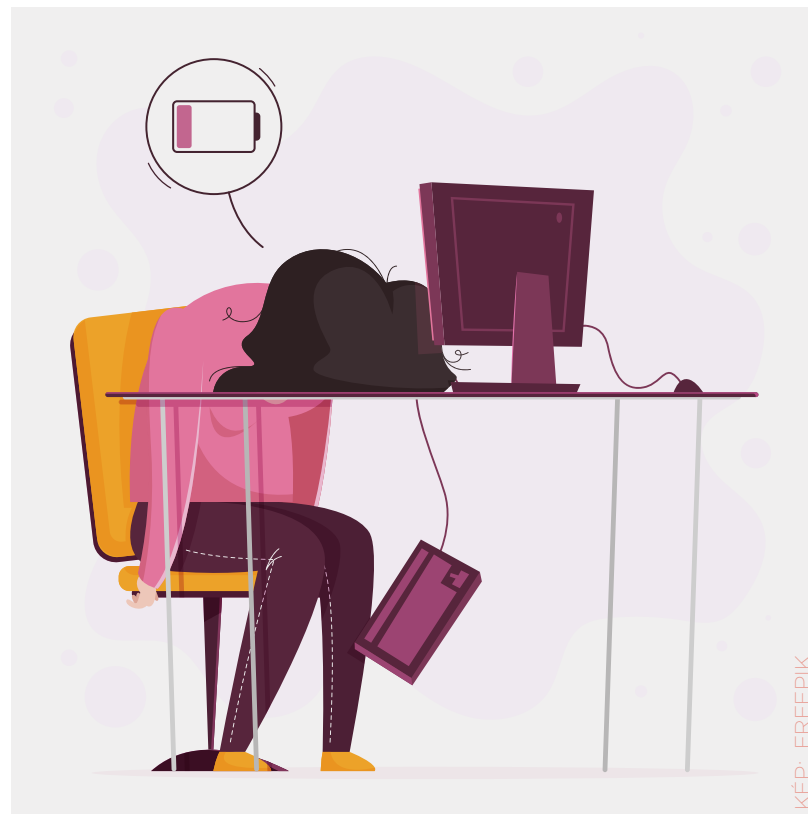
**Bejelentkezés és
további információ:**

06/20-973-6425
megtisztulas.hu





A kiegészés



írta: BARNÁNDRÁS *fotó:* KOHUN WORKS *illusztrációk:* FREEPIK



A cikkünkben boncolgatott terület manapság slágertémának számít. A kiégés (burnout) még jó néhány évvel ezelőtt javarészt csak a humán területeken dolgozók nemkívánatos keresztje volt, ma viszont lassan népbetegségnek számít. A burnoutszindróma sunyi, alattomos, lassan kifejlődő folyamat, de vannak intő jelei, amelyeket konstatálva tehetünk azért, hogy ne számoljon ránk az élet. Ezeket a kiégésre utaló ismérveket tettük górcső alá állandó pszichológus szakértőnkkel, Dienes Angélával.

Az év vége közeledtével remélhetőleg eljön egy olyan időszak, amikor egy kicsit talán már hátradőlhetünk. Egy rövid időre elengedhetjük a dolgos hétköznapokat, és egy csendesebb pillanatban nemcsak arra koncentrálhatunk, hogy mit fogadunk meg a jövőre nézve, hanem azon is végigtekinthetünk, hogy milyen volt a mögöttünk hagyott tizenkét hónap. Némileg sztereotípiának tűnik, hogy csak az év legutolsó időszaka alkalmas erre, miközben bármikor megtehetjük, ha úgy érezzük, valami nem stimmel körülöt-

tünk. A kifáradás, a motiváció elvesztése – hogy csak két dolgot említsek előzetesen – utalhat arra, hogy a kiégés előszobájába léptünk.

Némileg paradox, de a „teljesen ki vagyok égve” megnyilvánulás ma már a közbeszéd része, a megállapításnál viszont sajnos nem jutunk tovább: kimondjuk ezt a mondatot, majd ugyanúgy végezzük a dolgainkat, ahogyan korábban – legalábbis addig, amíg el nem érünk a falig.

A burnout régóta velünk élő jelenség. Az első ehhez kapcsolódó cikk 1969-ben került ki Harold B. Bradley tollából, mégis a téma igazi

felszínre kerülése Herbert Freudenberger német–amerikai pszichológusnak köszönhető. Freudenberger „Staff Burnout” című cikkében a maga és kollégái megtapasztalása alapján definiálja az állapotot: akkor beszélhetünk kiégésről, amikor az ember elveszíti a munkájával kapcsolatos motivációját, különösen akkor, ha a nagy fokú elkötelezettség nem hozza meg a várt eredményeket.

Noha a kiégés legtöbbször a munka kapcsán kerül szóba, hiba lenne azt hinni, hogy a magánéletben nem fordulhat elő.

Barna András: Nem árulok el kulisszatitkot azzal, ha elmondom, Dienes Angélával mindig jó előre megbeszéljük, mi legyen az éppen aktuális téma, amit körbejárunk. A mostani témajavaslat viszont a korábbiakhoz képest spontán jött. Volt valami oka, amiért azt mondtad, hogy a kiegészéssel foglalkozunk?

Dienes Angéla: Azért javasoltam, mert az elmúlt időszakban több kliensem keresett meg azzal, hogy valami nincsen rendben vele, és szeretné megfejteni az okát – és mint utóbb kiderült, mindegyikük problémája a kiegészésre utalt. A kiegészést nem könnyű beazonosítani, éppen ezért nem mindenki-ben fogalmazódik meg, hogy ő esetleg ebbe az állapotba került – noha abban van. A szindróma sokféleképpen meg tud jelenni, és akár már fiatal korban is, szóval nem kell, hogy valaki harminc-negyven éves pályafutást tudjon magamögött. Rengeteg tünet utalhat rá, nemcsak az, hogy az ember úgy érzi, elfáradt, és már nincs annyira kedve csinálni azt, amit kell.



Ha ez egy sokdarabos kirakós, akkor hogyan írnád körbe ezt az érzést?

Azt gondolom, talán az a legjobb, ha inkább skálázzuk a dolgot, mert a kiegészésnek fázisai vannak, és jellemzően (de nem minden esetben) azzal szokott kezdődni, hogy valaki nagyon megfeszített tempóban kezd el dolgozni, és nagyon szeretne bizonyítani. Tehát nem úgy indul, hogy valaki nem tud teljesíteni vagy

teljesen motiválatlan, hanem pontosan az ellenkezője történik: valaki nagyon sok energiát tesz bele a munkájába, mindemellett nagyon elkötelezett és lojális. Éppen ezért a perfekcionista a legveszélyeztetettebbek, azok, akik azt, hogy elég jók-e, a munkahelyi teljesítményük alapján is mérik.

Idővel azonban ebben a megfeszített tempóban az ember elkezd egyre kevésbé figyelni



KÉP: PVPRODUCTIONS/FREEPIK

magára, és egyszer csak azon kapja magát, hogy rádöbben, milyen régóta nem állt fel az asztalától, milyen régóta nem evett, nem ivott, és sorolhatnám. Ez ugyan még nem a kiégés, csak az előszobája, de ezután akár viszonylag gyorsan megjelenhetnek az első fáradásos vagy pszichoszomatikus tünetek, annak jeleként, hogy a test már kezd ellenállni. Ez is elindíthat egy sor dolgot, például hangulati, alvási, evésbeli prob-

lémákat okozhat, és a folyamat további részeként pedig kezd lemerülni az immunrendszer is.

Azt talán kevesen tudják, hogy ilyenkor az ember visszahúzódóvá válhat, távolodhat a környezetétől, ingerlékeny, cinikus lehet, esetleg beszólogat mindenkinek.

Emiatt elkezdhet egy fal kialakulni közte és a munkatársai között, így aztán már nehezen tud kapcsolódni hozzájuk. Ez továbbgyűrűzhet egészen odáig, hogy saját magától is eltávolodik valaki, vagy kiüresedett állapotba kerül.

Ez a folyamat elvezethet a depresszióig?

A kiégés nem egyenlő a depresszióval, de a depresszió lehet következménye a kiégésnek, kétségtelenül átcúsíthat valaki ebbe az állapotba. Ha visszatérünk a korábbi skálás példához, akkor kijelenthető, hogy rendkívül gyakran a kiégés egy nagyon jó teljesítménnyel szokott kezdődni, majd fokozatosan elmozdul motivátlanságba, kiüresedésbe, extrém esetben pedig depresszív állapotba.



Amikor a kiégés szoba kerül, akkor ezt a fogalmat valahogy mindig a munkával kapcsolják vagy kapcsoljuk össze, miközben szerintem a magánéletben vagy egy társas kapcsolatban is ki lehet égni.

Pszichológusként tökéletesen egyetértek azaz, hogy például a szülői szerepben is ki lehet égni. Egy háziasszony, egy édesanya miért ne élhetné meg azt a mentális, emocionális változást, amit más a munkahelyén megél? Hiszen igazából csak a feladat jellege különbözik, de maga az, ami megtörténhet velünk, ha nehézségekbe ütközünk, vagy ha a helyzet túlmutat a kapacitásunkon és/vagy a kompetenciáinkon, esetleg sok negatív visszajelzést kapunk, ugyanúgy elvezethet a kiégéshez.

Mégis az az érzésem, mintha erről ritkábban esne szó, mégpedig azért, mert az ember szülőként „nem engedheti meg magának”, hogy kiégjen.

A társadalom felől nézve az, ha felvállaljuk a kiégést szülőként, kellemetlenebb, mint mondjuk felvállalni azt, hogy kiégtem a munkában. Ez feltehetően annak tudható be, hogy a jelenség sokkal elfogadottabb és ismertebb munkahelyi kontextusban. De ettől még ez egy nagyon releváns dolog, főként extrém helyzetben, amikor nagy terhelés nehezedik valakire, mert például egyedül maradt egy vagy több, még rosszabb esetben problémás gyerekekkel.

A szülői kiégés tehát egy nagyon is valós jelenség ilyenkor jellemzően már nem tudok elég figyelmet fordítani a gyerekekre, ami távolságot képez közte és köztem, ezáltal tovább rontja a helyzetem, és egy ördögi körhöz vezet.





Milyen faktorok játszanak még szerepet a kiégésnél?

Ha valaki erősen demotiváltnak érzi magát a munkájával kapcsolatban, holott korábban ez nem volt így, érdemes körbejárni a problémát, és feltenni a kérdést, hogy mi vezetett idáig, majd áttekinteni a folyamatot. Hasznos azonosítani azokat a tényezőket, amelyek szerepet játszhatnak a motiváció elvesztésében – az embernek nagyon nincsen kedve bemenni dolgozni, és már a kisebb feladatok is nyugnek tűnnek, valamint elkerülő módon minden mással foglalkozik, éppen csak a munkával nem. A folyamat későbbi szintjén az enerváltság mellett akár ingerlékenyebb is válhat, majd ennek folyamányaként a kollégáihoz sem tud vagy nehezebben tud kapcsolódni – és ez már a kiégés fázisa. Ha az embernek ellenszerként nincsenek olyan töltődési pontjai, amelyek segítenek elviselni mondjuk a nagyobb munkaterhelést, vagy az hosszú távon is fennáll, akkor rá is léptünk a kiégés felé vezető útra. Ha tudatos valaki, akkor még a legelején elkaphatja a folyamatot, azt a pillanatot, amikor úgymond „nem kívánatos módon” túlteljesít vagy később, amikor kezdenek megváltozni a munkával kapcsolatos érzései. Szóval érdemes

KÉP: FREEPIK



KÉP: DRAZEN ZIGIC / FREEMPIK

Ha valaki otthon van a mindfulnessben és a relaxációs technikákban, meg egyébként ügyesen húz határt a munka és a magánélet között, és nemcsak a munkában éli meg a teljesítményét, hanem csinál mást is, bármit, azaz másban is megéli magát, akkor az nagyon erős védelmet nyújt

a munkahelyi krízisekkel vagy elvárásokkal szemben.

a többiek között. Ez az attitűd egyáltalán nem segíti azt elő, hogy a dolgozók jól érezzék magukat a munkahelyükön. Nyilván persze nem lehet általánosítani, hiszen a nagy cégek közül sokan próbálnak tréningekkel segíteni a stresszkezelésben. Az ilyen és ehhez hasonló programok igyekeznek támogatni a munkahelyi jóllétet, ami nyilván egy preventív megoldás a kiégés ellen.

Milyen védekező mechanizmusoknak kell bekapcsolniuk, ha észleljük magunkon a jeleket, amelyek akár a kiégés felé visznek bennünket?

Először is nagyon fontos, hogy valaki le tudja-e tenni a munkát, amikor le kell. A másik, hogyha valaki nemcsak a munkában tudja megélni a produktivitását, hanem másban is, például a magánéletében egy hobbitban, akkor ezek mind a kiégés ellen viszik az embert. Az is kijelenthető, hogy ha valakinek vannak jó stresszkezelő technikái vagy tud bizonyos relaxációs módszereket, akkor az védőfaktor lehet, mert erősíti a toleranciát.

Ugyanilyen erős védelmet jelenthet, ha valakinek van egy támogató családi környezete, egy szociális védőhálójája, amelyben feltöltődhet, és akkor ez segíteni fogja abban, hogy ne a kiégés felé tartó úton járjon. Természetesen a hosszú távú túlzott terhelés mindenkit megvisel, tehát sokszor egészen egyszerűen ezt az alapproblémát érdemes megszüntetni.

Mi lehet a „pirula”, ha már benne vagyunk ebben a helyzetben?

Az itt a kulcskérdés, hogy lehet-e definiálni a kiégés tényezőit, az okait. Ha megvan, hogy mitől „undorodik” már az ember, és mi okozná nála a demotiváltságot, akkor innen már el lehet indulni a kikecmergés lehetőségei felé.

Ha ezt a problémakört egy nagy szervezet munkatársaként vetítem önmagamra: akkor meg kell néznem, hogy abban a szervezeti egységben hol lehetnek azok a pontok, amelyek megterhelőek számomra.

Még pontosabban fogalmazva: hol vannak azok a faktorok az adott struktúrában, kultúrában, ezen belül abban a pozícióban, amelyben én dolgozom, amik stresszt okoznak számomra, ezen belül hol vannak azok az egyéni tényezők, ahogy ezekre reagálok. Ezen lehet-e javítani



KÉP: DRAZEN ZIGIC / FREEPIK

mondjuk stresszkezeléssel, relaxációval vagy önfejlesztéssel azért, hogy ne ugorjunk minden apróságra, és emellett tudjunk elengedni nem fontos dolgokat, jobban be tudjuk osztani az időnket, vagy éppen tudjunk prioritizálni. Amikor ez az úgymond „felmérés” megvalósul,

akkor lehet új irányokat kijelölni, és eldönteni, hogy merre kell továbbmennünk, elég-e csak önmagunkban rendet tennünk, vagy érdemes éppen más munkakört, részleget választanunk a cégen belül vagy kívül, mert ha nem ezt tesszük, akkor elindulunk a kimerülés lejtőjén.

Páratlan moziélmény a nappaliban

A Sencor újdonsága, az SLE 55US801TCSB típusú tévé kivételes élményt nyújt a szórakozni vágyók számára, mert igazi moziélményt hoz el a magyar nappalikba.

Kétség nem fér hozzá, hogy a készülékkel UHD-minőségben, 4K-felbontással élvezhetik a felhasználók a különféle sorozatokat, filmeket. A mozi élmény a rendkívül éles és részletgazdag képnek köszönhető. 55", azaz 139 cm-es képátlójához nagy, 3840 x 2160 pixeles UHD felbontás társul. A széles 178° betekintési szög, mellett kiváló, 250 cd/m² fényerővel, valamint hipergyors, 8,0 ms válasszidővel rendelkezik.

A tökéletes hangzásról pedig a két beépített Dolby Digital Plus hangszóró gondoskodik és nem hiányozhatnak a hangszínszabályozó módok sem. A kiemelkedő dizájn révén bármelyik nappaliban hamar látványossággá válik a Sencor UHD-tévéje. Egyszerűen jó ránézni. A készülék alján lévő talpak nagy stabilitást biztosítanak, de szükség esetén akár falra is szerelhető, így a hálószobák kedvence is lehet.

Okosfunkciók tárháza

A készülék számos smart funkcióval van felvértezve. Az egyik legfontosabb, hogy gombnyomásra érhető el olyan népszerű fizetős és díjmentes videómegosztó, illetve streaming szolgáltatások, mint például a Netflix, a Disney+, a Spotify, vagy a Youtube. Az akadozásmentes videómegtekintési élményről a 2,4 GHz-es wifi modul gondoskodik. A felhasználóbarát kezelőfelület, valamint a gyors böngészés komfortos és kényelmes felhasználói élményt biztosít minden időben. Mindez a webOS-rendszer érdeme, amely lehetővé teszi a 360 fokos VR-tartalmak megtekintését is. A Magic Remote távirányítótól közlekedhetünk és rá is közelíthetünk a virtuális valóság felvételeire.



A felhasználók mindemellett olyan funkciókat vehetnek igénybe, mint például a több nyelvű menürendszer, a teletext, az időzítő funkció, a hotel mód, vagy a gyerekzár is. Rendelkezésre áll még az AI ThinQ és az Amazon Alexa hangasszisztense is.



Minden kimenetel lehetséges

A Sencor újdonsága rendkívül sokoldalú. Ezt jól tükrözi, hogy számtalan készülékek csatlakoztatható. Többek között három darab HDMI, két darab USB-kimenet, egy 3,5 mm Jack HDMI fülhallgató csatlakozó, valamint egy optikai kimenet is rendelkezésre áll a hátulján. Az USB-csatlakozó segítségével külső digitális hordozó segítsé-

gével filmek és képek, illetve zeneszámok játszhatók le a legnépszerűbb és leggyakoribb fájlformátumokban. A készülék működését az 1,5 GB ROM és 8 GB RAM segíti elő. A szabványoknak megfelelően DVB földi, Kábel TV, valamint műholdas tunerrel egyaránt használható.

Tűpontos képének és térhangzásának köszönhetően tehát a család aprajagya kiváló minőségben követheti nyomon a kedvenc karakterek, hősök és szereplők kalandjait. Kétség nem fér hozzá: a Sencor új UHD tévéje élettel és élménnyel tölti meg a nappalikat. (X)

LÉGIPARÁDÉ

Szöveg és kép: HELIFORCE



Repülős berkekben mindenki ismeri Imreh Lajost, becenevén Lujót, ám a civil életben sokaknak ismeretlen lehet. 18700 manuálisan repült órájával az egyik legtapasztaltabb aktív helikopterpilóta Magyarországon, de a világon is kevesen képesek azokra a - fizika törvényeit is meghazudtoló - mutatványokra, amelyet ő hajt végre a levegőben.



Pályafutása több mint 50 éve kezdődött az MHSZ-nél, a MÁV Budakeszi Repülőklubjában, vitorlázó gépen. A típussal háromszor nyert Gemenc kupát és több nemzetközi versenyen is képviselte hazánkat a magyar vitorlázó műrepülő válogatott tagjaként.

Évtizedek óta kápráztatja el akrobatikus figurákkal és látványos pirotechnikai elemekkel tarkított nappali és éjszakai bemutatóival a hazai és nemzetközi légiiparadék látogatóit, valamint azokat a szerencséseket, akik már repültek vele. Ugyanis nemcsak szórakoztatni szeret, hanem lehetőséget biztosít arra, hogy mások is megízleljék azt, ami neki és csapatának is rabul ejtette a szívét.



Húzott már helikopterrel wakeboard világbajnokot, lógott már a gépre erősített speciális kötélén artistaművész, de a világhírű mentallistával, Danny Blue-val is volt már közös projektje. Ezek jellemzően mind olyan feladatok voltak, amit az országban csak ő vállalt el, tízből kilenc pilóta visszautasította a felkérést. MI2-

helikopterével számos hazai és külföldi mozifilmben is felbukkantak már, de ezidáig ő az egyetlen helikopterpilóta, akinek engedélyezték, hogy átrepüljön a Lánchíd alatt, majd ezt megismételhette a szegedi Belvárosi híd alatt is.

Nyughatatlan természete hajtja, hogy állandóan keresse az új ötleteket és hogy a különle-

ges programokra nyitott nagyközönségnek is megmutassa, hogy mire képesek hű társával, a MI2-essel. A gép már önmagában is a magyar légi közlekedés egyik ikonja, amit érdemes legalább egyszer közelről is megcsodálni. Két gázturbinás hajtóművel rendelkezik, maximum felszállótömege 3,7 tonna, maximális sebessé-



ge pedig 220 km/óra. Ugye megvan az az érzés, amikor a szíved a torkodban dobog, ezerrel lüktet a vér az ereidben, tombol az adrenalin, pattanásig feszül minden porcikád, és az agyad totál kikapcsol? Na valami ilyesmi élményre kell készülni Lujó mögött az extrém helikopterezés során, amire garantáltan élete végéig emlékezni fog, aki egyszer kipróbálja.

Ha még mindez nem lenne elég, Európában egyedül csak náluk - a HeliForce csapatánál - elérhető a HeliBungee szolgáltatás, azaz a bungee jumping helikopterből. Ez egy 600 méteres magasságon - a világ leghosszabb, 110 méteres kötélevel - végrehajtott ugrás, amely egy olyan adrenalinbomba-élmény, amit csak a legbátorbabak vállalnak be. Jellemzően a felkészítés során még mindenki nagyon mosolyog, aztán amikor a helikopter elkezdi emelkedni, egyből az adrenalin is az egekbe szökik. Miután elérik a 600 méteres magasságot, mehet a nagy ugrás és jön a megközelítőleg 6-8 másodperces szabadesés, amely egy olyan életre szóló élmény, ami



leírhatatlan. A szabadesés után már csak annyi a dolgunk, hogy a gép ereszkedése közben gyönyörködjünk a lélegzetelállító panorámában, ahol úgy érezzük, hogy az egész világ a lábaink előtt hever.

Érdekesség, hogy HeliBungee ugróinak 65 százaléka hölgy... hogy ennek mi lehet az oka, Uraim, azt az önök fantáziájára bízunk, a lehetőség mindenesetre nyitva áll, hogy utánuk csináljuk!

Amikor Lujó és csapata épp nem bemutatókon repül, a háttérben akkor is nagyon komoly munka folyik. Az élmény-szolgáltatásokon kívül a pilóta és csapata gyakorlatilag mindennel foglalkozik, ami helikopterrel végrehajtható. A mezőgazdasági tevékenységektől kezdve, a speciális – egyéb módon nem kivitelezhető – teheremelésen át, szükség esetén akár katasztrófavédelmi feladatokkal is.

Önmagában a reptéren lenni sem mindennapos dolog, hiszen sokan életünk során csak a nagygépes repüléssel találkozunk egy-egy üzleti út vagy nyaralás során. A kisgépes repülés teljesen más világ, hihetetlen sztorikkal, amelynek nagyon is megvan a maga varázsa, és csak keveseknek adatik meg, hogy belekóstoljanak.

Ki tudja, talán Imreh Lajoshoz és a HeliForce csapatához hasonlóan minket is megcsap a kerozingöz, aztán nem szabadulunk.

Heliforce.hu



„Az, életed A STILUSOD”

írta: BARNA ANDRÁS fotó: SILKA



KANIZSAI TIBOR, KANIZSAI SILKA ÁGNES

Ágnes Silka kollekciói rendre teret kapnak lapunkban, és ez a hagyomány ezúttal is folytatódik. Most azonban az oldalakon átívelő „divatbemutatóban” lesz egy kis csavar is. Ez alkalommal ugyanis nemcsak a fantasztikus ruhakölteményekben gyönyörködhetnek olvasóink, hanem betekintheznek az izlandi kampányfotózás kulisszái mögé is. Ebben a különleges, „országnyi méretű” backstage-ben Ágnes fia és tulajdonostársa, Kanizsai Tibor lesz az idegenvezetőm, aki évek óta szervezi és koordinálja ezeket a cseppet sem szokványos turnékat.



Tiborral az Andrássy úti szalonban találkozunk. Az üzletben a fénygömbökbe álmódott fagyöngy-dekoráció már az ünnep hangulatát közvetíti. Izland vulkánokkal és gejzírekkel tarkított földrajza jól rímelt a kampányfotózás helyszínválasztásával, ezért is döntöttünk az ország mellett immáron másodjára – kezdi a visszatekintést Tibor. – A táj kietlensége ezúttal is olyan fantasztikus hátteret festett a fotók köré, hogy nem volt kétséges számunkra, hogy visszajövünk, hiszen megannyi kiaknázatlan lehetőség vár még itt ránk – majd hozzátette: –, és egy izlandi fotózást csak egy izlandi fotózással lehet felmúlni.

Barna András: Induljunk el a kályhától: mikor szoktátok eldönteni, hogy melyik lesz a következő fotózási helyszín?

Kanizsai Tibor: Erre most nagyon konkrétan emlékszem: amikor márciusban hazafelé jöttünk a Seychelle-szigeteki fotózásról, a repülőgépen. Szinte még be sem fejeztük az előző projektet, de már azon gondolkoztunk, hol lehet majd a következő.

Miért döntöttek ismét Izland mellett? Hiszen ott már jártatok egyszer...

A legfontosabb cél mindig az, hogy fejlődjünk és próbáljuk felülmúlni önmagunkat, ez esetben a tavalyi téli kampányfotózásunkat,



amikor eléggé magasra tettük a lécet. Egy évvel ezelőtt olyan szürreális dolgokat csináltunk meg és vittünk véghez, és a varázslatos közeg annyira magával ragadta a stábot, hogy ez igencsak feladta a leckét. Akkor jöttünk rá, hogy ha Izlandot akarjuk felülmúlni, akkor ez csak Izlandon lehetséges. Ezt viszont csak még alaposabb szervezéssel, még több munkával és talán olyan helyszínekre való eljutással tudjuk valóra váltani, ahova korábban a helyismeret hiányában nem jutottunk el. Ezért felfogadtunk egy helyi idegenvezetőt, aki némileg paradox módon magyar volt. Alapvetően abban teljesen biztosak voltunk, hogy olyan helyeken akarunk fotózni, ahol tavaly nem, már csak azért is, mert teljesen más hangulatú anyagot akartunk készíteni, hiszen a mostani kollekciónak egészen más a mondanivalója is. Talán kevesen gondolják végig, és kevesen tudják, hogy mély érzelmi kötődés van a ruhák és a képi anyag között.



Kinek a kezében összpontosul a lebonyolítás operatív része? A tiedben?

Most már évek óta én rendezem le ezt, és ez idő alatt kellő rutinra is szert tettem. Tudom, hogy mik azok a szempontok, feladatok, amikre figyelni kell, és milyen hibákat nem szabad elkövetni. Ma már megvan a kellő szintű tapasztalatom, ami szükséges ahhoz, hogy egy ekkora stábot felelősségteljesen ki lehessen utaztatni a világ másik oldalára. Másfelől imádom ezt csinálni, imádom szervezni – mások szerint nem is csiná-

lom rosszul –, és talán éppen ezért sem akarom kiengedni a kezeim közül ezt a dolgot. Másfelől pedig azért sem, mert egy ekkora csapatban kell, hogy valaki teljesen átlássa a helyzetet, amolyan showrunner legyen és az adódó kérdésekre mindig válaszokat tud adni. Mindazonáltal viccesen sokszor szoktam mondani: az én szerepem a stábben a „leghaszontalanabb”, hiszen nem én vagyok a fotós, a fodrász, a sminkes és nem utolsósorban a modell sem, akik az összégészet nézve a legfontosabb szereplői egy ilyen projektnek.

Említetted, hogy a ruháknak mondanivalójuk van. Ezt kifejtetted?

Amikor ez az interjú megjelenik, nagyjából akkor indul el a kampányunk, melynek címe, üzenete, „Az életed a stílusod”, és fókuszában az elfogadás áll. Ez egy sokakat foglalkoztató téma manapság, de legtöbbször üzleti és marketing-szempontról foglalkoznak vele a cégek. Mi más oldalról fogtuk meg ezt az egészet, ami túlmutat a pusztán nemi identitás kérdésén, sokkal szélesebb körben tekintünk erre, mélyebbről

jön, és ezért mondtam azt is, hogy sokkal érzelmesebb oldaláról közelítettük meg ezt a témát. A kampányunk középpontjában is ez áll, és a helyszínválasztás is ennek szellemében történt.

Egyedi ruhákat készítünk, hiszen minden ember más, nincsen két egyforma alkat, és kinek-kinek más színek állnak jól, hogy csak két szempontot említsek. Mi tökéletesen személyre szabjuk a ruháinkat. Nemcsak a kreáció kifogástalanságán van a fókusz, hanem megmutatjuk azt is, hogy az egyedi viselet a belső energiák kiszabadításáról, a lélek megmutatásáról is szól. Ha párhuzamot akarok vonni e filozófia és Izland között, akkor azt mondom: ott éreztem meg azokat az energiákat, amiket ez a szellemiség tükröz. Ez a sokadik dolog, ami nagy szerepet játszott abban, hogy ismét visszamenjünk Izlandra.

Olyan átszellemülten beszélsz, hogy szinte már azt gondolom, nem is a ruhákról beszélünk, hanem valami sokkal magasztosabbról.

Van ebben némi igazságod, hiszen az említett kampányunk, az „Az életed a stílusod” is valahol erről szól. Négy elemre épül föl: a földre, a vízre, a tűzre és a levegőre, s melléjük négy karakter társul, mindnek mondanivalója van, és egy olyan üzenete, ami a szó valós és átvitt értelmében is nyomot hagy a világban, és nem fel-

tétlenül csak materialista vagy fenntarthatósági, hanem lelki és érzelmi oldalról is. És ha most visszatérünk Izlandhoz, akkor azt látjuk, hogy ezeknek az elemeknek az essenciája mind ott van ebben az országban – a tűz a vulkánok, a víz a vízesések, a föld elképesztő textúrái által. A táj magával ragadja az embert, és túl intuitívna sem kell lenni ahhoz, hogy bárki bele tudja élni



magát ebbe a – némi képzavarral élve – valós álomvilágba. Ehhez persze kétségtelenül szükség van arra, hogy hagyjuk magunkat önmagunkban elmélyülni, és persze arra is, hogy olykor térjünk le a megszokott turistaútvonalokról.

Az emberek az egyértelműséget szeretik. Szerinted átmegy ez az üzenet?

A csapatunk ezen dolgozott, ami már nyilván egy kommunikációs és marketingkérdés is. Ugyanakkor az egész kampány akkor fog értel-

met nyerni – és nagyon bízunk ebben –, ha jól át tudjuk adni az „Az életed a stílusod” szlogent és annak üzenetét.

Az említett négy elemhez ismérvek kapcsolódnak: az egyikhez a sors, a másikhöz a szív, harmadikhoz a komfortzóna, a negyedik pedig a materialista dolgokat szimbolizálja. Nagyjából minden ember ebből a készletből gazdálkodik a mindennapjaiban – persze eltérő arányban és hangsúllyal. Ennek a négy elemnek az ismeretőjegyeiből áll össze az ötödik elem: a Silka.

Ez az érzület, aminek a kivonatát most felvázoltad, megjelenik a kollekció egyes darabjaiban is?

A kampány üzenete, az irány megfogalmazása anyuval közös döntés volt. Innentől kezdve az ő számára, aki a ruhákat alapvetően megálmodta, szinte elkerülhetetlen volt, hogy ezek az

elemek visszaköszöjenek a kreációiban, és az is, hogy ebbe „Az életed a stílusod” lényege és karakterei belesimuljanak.

Egyébként egy ilyen fotózásnak az operatív része miből és hogyan áll össze?

Millió apró, látszólag evidens dologból, de a világ másik végén nem hagyhatasz nyitott kérdéseket, hiszen nincsen helyismereted és a környezet is idegen. Szóval a szervezés részében ugyanolyan mértékben nyom a latban, hogy ki





vegán és ki nem, mint az, hogy az egyes helyszínek között milyen autókkal kell közlekednünk, vagy hogy mindenkinek legyen biztosítása. Ez utóbbival sajnos élnünk is kellett, hiszen anyut az egyik fotózási helyszínen ledobta a ló. Egy ilyen projektben egy emberként dolgozunk, segítjük egymás munkáját, kicsit olyanok vagyunk, mint egy felhőben repülő seregélyraj. És ez jó, nem is lehetne felelősségteljesen másként csinálni, mert itt mindenkinek mindenkire vigyázni kell.

A másik nagyon fontos dolog és szempont, hogy a mi ruháink egyediek, nem technikai darabok, és főleg nem izlandi környezetre lettek tervezve, vagy arra, hogy mondjuk egy gleccser tetején sétáljon benne a modell. Nyilván abszurd, hogy valaki egy jégmezőn túsarkúban áll, ahova mások szöges bakancsban mennek. Mi ezeket a darabokat azért viszük egy ilyen helyszínre, mert ott látványosak, és ott látjuk bele azokat az emóciókat, amiket megfogalmaztunk. Tehát számomra Izlandon például az volt az egyik fő szempont, hogy ne kelljen mondjuk két órát gyalogolnia a tizenegy fős stábnak – amelynek nagy része lány –, mire eléri a kiválasztott helyszínt. De a leg gondosabb logisztika és tervezés ellenére is történhetnek balesetek vagy nem várt események.

A lovasbalesetre gondolsz?

Arra is, aminek minden pillanata szó szerint beleégett a retinámba. Kipróbált lovakkal és lovászokkal voltunk együtt, akik számtalan olyan eseményen asszisztáltak már, ahol fotóztak,

most a ló mégis megijedt a derítő visszavert fényétől, és megbokrosodott. A szerencse a szerencsétlenségben az volt, hogy amikor anyu leesett a lóról, akkor egy füves részre esett. Ha mindez

anyád a sérült. És láttam a stábon, és nagyon jólesett, hogy megértik ennek a pillanatnak az érzelmi jelentőségét. Csak akkor lélegeztünk fel némileg, amikor láttuk, hogy nem túl nagy



öt méterrel odébb történik, nem ússza meg két bordatöréssel és zúzódásokkal. Egy ilyen helyzetben hiába vagy te a csapatfőnök, nem tudod érzelmileg félretenni azt, hogy itt a saját édes-

a baj, a sérülések nem életveszélyesek. A mentő – nem tudom, hogy csinálták – tíz perc alatt megérkezett, miközben a kórház, ahová elszállították, másfél órára volt.

A másik idei nagy kaland – persze ilyenre többé-kevésbé lehet számítani Izlandon – a vulkáni aktivitás fokozódása volt. Mindenkin érezni lehetett, hogy ez most komoly aggodalomra ad okot. Mi sem voltunk nyugodtak, hiszen nem lehetett tudni, hogy miként érinti majd a hazautazásunkat. Elképesztő volt belegondolni, hogy még két nappal korábban Grindavíkban voltunk, azon a településen, amelynek lakóit később villámgyorsan evakuálták.

Azt a szokásos módon, már hazafelé eldöntöttétek, hogy hol lesz a következő kampányfotózás helyszíne?

Nem, rendhagyó módon ezt már ott eldöntöttük. Ugyanis pont a vulkánkitörés miatt számos utat lezártak, ezért nem a sziget szélén, hanem a belsején mentünk keresztül, és olyat arcát láttuk meg Izlandnak, hogy kétség sem férhet hozzá, a következő fotózásunk is újból itt lesz. De ha nagyon meggondolom, még annyi szépség van itt, hogy többször is visszajöhetünk ide fotózni úgy, hogy soha nem leszünk kétszer ugyanazon a helyen.





RESIDENCE BALATON
CONFERENCE & WELLNESS HOTEL

RESIDENCE HOTEL *****SUPERIOR SIÓFOK

Szállodánk a modern exkluzivitás hangulatát ötvözi a családi, vagy páros kikapcsolódás élményeivel a Balaton déli partjának fővárosában, Siófokon.

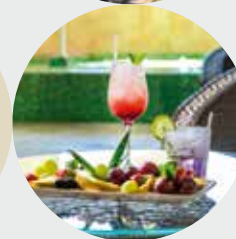
A parttól mindössze 100 méterre fekvő hotel közel 700 négyzetméteres wellnessközponttal, kültéri és beltéri pezsgőfürdővel, szauna programokkal, egyedülálló wellness szolgáltatásokkal és páratlan gasztronómiával gondoskodik a vendégek kényelméről egész évben.

8600 Siófok, Erkel Ferenc u. 49.

+36 84 506 840

info@rhb.hu

www.rhb.hu



A kényelem új korszaka köszöntött be a háztartási gépeknél

Az okostelefonok manapság már nemcsak szórakozásra, hanem a mindennapi élet menedzselésére alkalmasak. A különféle alkalmazások révén taxit, ételt rendelhetünk velük, de fizetésre és menetjegy vásárlásra is használhatjuk őket. Újabban pedig már a háztartási gépeinket is kezelhetjük velük, ami egy új, komfortosabb és kényelmesebb korszak hajnalát jelenti.



A japán gyökerekkel rendelkező európai márka, a Sencor már régóta dolgozik azon, hogy kényelmesebbé és praktikusabbá tegye a különféle háztartási gépek kezelését annak érdekében, hogy megkönnyítse a háztartás vezetését. Éppen ezért olyan applikációt tett elérhetővé, amely biztosítja a készülékek internetes kapcsolat segítségével történő irányítását is.

„A Sencor Home alkalmazás gyökerei a Tuya okos otthoni platformból indulnak ki. A közös együttműködésnek köszönhetően az otthon használt gépek, így például a légkezelést, a hűtést, a fűtést, vagy a padlóápolást szolgáló

eszközök egyetlen egy alkalmazás segítségével kezelhetők” – hangsúlyozta Lucza András, a Sencor SDA Divíziójának vezetője.

Legfontosabb előnyei

A Sencor Home alkalmazás használata számtalan előnnyel jár. Egyrészt lehetővé teszi, hogy a világ bármely pontjáról vezérelhessék a felhasználók a háztartásukban megtalálható okos készülékeket, másrészt pedig Android és iOS operációs rendszereket használó okostelefonokon egyaránt fut, vagyis nincs szükség kényeszerű kompromisszumokra. „A Sencor Home applikáció használatához egyszerűen csak le kell tölteni az alkalmazást és az ott található menüből csak ki kell választani a magyar nyelvet. Ezután már tetszőleges számú Sencor okos eszközök adhatók hozzá a wifi, a ZigBee vagy a Bluetooth kapcsolat segítségével az applikációban található készüléklista révén” – tette hozzá a szakember.

Az alkalmazás könnyen áttekinthető és felhasználóbarát menüvel rendelkezik. Mindemellett lehetővé teszi többféle készülék egyidejű irányítását az előre megadott paraméterek alapján. Az applikációban továbbá számos működési paraméter, így például a mobilklíma hűtési hőmérséklete, vagy a páramentesítő estén a helyiség páratartalma is könnyedén ellenőrizhető.

Folyamatosan bővülő választék

A Sencor Home alkalmazásban jelenleg ötféle robotporszívó és mobilklíma áll rendelkezésre, mindemellett egy-egy oszlopventilátor, konvektor és páramentesítő is irányítható már ezzel az applikációval. „A Sencor ugyanakkor folyamatosan bővíti a rendelkezésre álló kínálatot, ennek köszönhetően a márka felhasználói mindössze egyetlen egy alkalmazással, kényelmesen, akár a kanapén ülve irányíthatják kedvenc készülékeiket” – hangsúlyozta Lucza András.



IIMAGE
SKINCARE

2023 karácsonyi kollekcio



Hozzon boldogságot a limitált kiadású ajándécsomagokkal, amelyeket arra terveztek, hogy örömet okozzanak és eredményeket biztosítsanak.

Bővebb információ: www.imageskincare.u



Bőrlélektan

írta: VASZIL ÁGI



Az ünnepek és az év vége közeledtével sokan vetünk számot magunkkal. Mi az, amit megvalósítottunk mi az, amiben fejlődtünk, honnan indultunk és hova jutottunk? De vajon elgondolkozunk-e azon, hogy mennyi valóban tartalmas időt töltöttünk magunkkal?

Az öngondoskodás nem merülhet ki a napi, életbenmaradáshoz szükséges tevékenységekkel, mert ahogy mondani szoktam: a testünkre szánt idő fontos, mert ez egy olyan „kenőcs”, ami – ha rövid időre is – feledteti a múltó időt.

A szépségipari piacon a karácsonyi ünnepek közeledtével mindig megnő a forgalom. Még azok a nőtársaim is felkeresik ilyenkor a szépségműhelyeket, akik egyébként nem sok figyelmet fordítanak kozmetikai szempontból magukra az év többi napján. Az ünnepek köze-

ledtével viszont mindenki igyekszik önmagából kihozni a legjobb formáját. Ekkor hirtelen a nők nagy többségének fontos lesz, hogy szép legyen a haja, az arca.

Talán ma már közsímsert, hogy bőr a testünk legnagyobb szerve. Szőrtüszőket, verejtékmi-

rigyeket, vérereket, érzékelő- és idegsejteket tartalmaz. A testünk elsődleges védővonala. Olyan mintha egy nagy kabátként ölelne körbe minket. Az emberi test azonban minden művészetek felett áll, mert mással össze nem hasonlítható ragyogása van. Bőrünk illata, tapintása egyedi burkot emel körénk, ami a légészrevételemből kommunikál, mert kémikus mozgása többet rejt minden szónál.

Ha például a „meglátni és megszeretni” elcsépelet frázisát kivesszük a hétköznapi szófordsulatok kavalkádjából, rájövünk, hogy az életünk egyik legnagyobb igazságával állunk szemben.

Ugyanis e kijelentés nem más, mint a szépségünk kisugárzása. A szépség látványa legyen az bármi – egy festmény, egy épület, vagy csak egy kívánatos őszibarack, amibe belekapaszkodik a reggeli harmat –, a legkellemesebb érzéssel tölt el bennünket. Felkelti a vágyakozást, a vágyak következtében pedig az érintést.

Az élet egyik szépsége az, hogy bár sok mindent elveszíthetsz, de azt sosem, amit magadnak adsz. Amint ezt megérted rájössz, hogy életed valódi minősége abban rejlik, ahogy azt éled.

A magunkkal való törődés a fiatalosság megőrzésének egyik titka. A hétköznapi rohanásban viszont hajlamosak vagyunk megfélemezni magunkról. Az élet mókuskerekét hajtva kiragadunk napokat az életünkből, hogy ünnepezzünk. Ehhez díszbe öltöztetjük magunkat, jó esetben a szívünket, majd ott folytatjuk, ahol abbahagytuk.

De ha az önmagunkkal való törődésre nem csupán esztétikai szempontok szerint tekintenénk, ha a fiatalos arc nem csupán a külvilág csalfabájának tükré lenne, akkor a prioritások sorrendjében kissé előrébb sorolódna bőrünk ápolása.

Vallom, hogy minden mindennel összefügg. A testi jólét hatással van a lelki jólétünkre, a lelki jólétünk pedig a testi jólétünkre. Ezért is fontos, hogy időt szakítsunk önmagunkra, a bőrünk ápolására az év többi napján is.

Aki tudatosan áll a magával való törődéshez, sokkal tudatosabban áll a létezéshez. Ez az egységben gondolkodás ad lehetőséget a testi-lelki egészségben gazdag és energikus élet megéléséhez.

A bőrrel való érintkezés nem csak a másokkal való interakciót jelenti, magában foglalja, tükrözi önmagunk szeretetét is. Az érintéssel járó öngondoskodási gyakorlatok, például a bőrpolási rituálék vagy a gyengéd arcmasszsok beépítése napi rutinunkba, mind-mind pozitív hatással van mentális egészségünkre.

Az önmagunkkal való kapcsolódás és az öngondoskodás e pillanatai lehetőséget biztosítanak arra, hogy néhány percre lelassuljunk, átéljük a pillanatot, megtapasztaljuk az önszeretet és az önellfogadás érzését. Fogadjuk el tehát az érintés gyógyító erejét, és fedezzük fel újra, milyen csodálatos hatással van ránk és emberi kapcsolatainkra!

„Ma van az a holnap, amittől olyan sokat vártunk tegnap. De ha nem teszel semmit, akkor ez a nap is egy tegnap marad.”





Diótörő Karácsonyra

írta: FARKAS KRISZTINA fotó: FARKAS KRISZTINA, ARCHÍV



Karácsony és színház. Meglehetősen sok karácsonyi témájú színdarab, prózai vagy zenés előadás található többnyire már november végével kezdődően a színházak műsorán, hiszen hálás a téma: a hó, a feldíszített fenyőfa, az ajándékot – kultúrafüggően - hozó Jézuska/Mikulás és a rengeteg díszcsomagolt doboz igen látványosan megjeleníthető a színpadon. E nagyon sok darabból mégiscsak egy van, aminek a címéről szinte mindenki azonnal tudja, hogy miről is van szó – és érdekes módon ez egy balett: a Diótörő.



Mélyen fájlalva kijelenthető, hogy még a színházba járók komoly hányada sem néz balett-előadásokat. Valami okból az emberek többsége meg sem próbált soha beülni egy balettra, hogy kipróbálja, „hátha tetszik”. Az mégis szinte mindenkinek nyilvánvaló, hogy ha Karácsony este játszódó darab, akkor Diótörő. Igen, a diótörő

figura a Karácsony egyik szimbóluma, de itt egy olyan műről van szó, ami egyáltalán nem a nagy tömegek műfaja. És az is igaz, hogy a tévécsatornák változatos karácsony esti műsorának hála tényleg minden évben több különböző változat is fellelhető a kínálatban, de akkor is meglepő, hogy alig van gyerek, aki ne nézett volna bele rövidebb-hosszabb időre valamelyik közvetítésbe.

Miért válhatott egy egyszerű mese, a Diótörő és Egérkirály ilyen közismertté? Csajkovszkij zenéje miatt? A tényleges csodavilág miatt, ami a látványt jellemzi? Az igazi, klasszikus meséje miatt, ahol a jó elnyeri méltó jutalmát és mindenki boldog örökön-örökké, vagy legalábbis, míg fel nem ébred? Egyesével mindegyik állítás igaz még legalább egy-egy tucat műre. Mit tud



mégis ez a darab, hogy több mint százharminc éve elvarázsol gyermeket és felnőttet egyaránt?

A tények: 1892. december 18-án Szentpéterváron indult világhódító útjára Pjotr Iljics Csajkovszkij E. T. A. Hoffmann Diótörő és Egérkirály című meséjére komponált zenéjével és Marius Petipa koreográfiájával a Diótörő című balett a Mariinszkij Színházban. 1927. december 21-én az mű bemutatásra került a Magyar Királyi Operaház színpadán is. Azóta sincs olyan december, hogy legalább az Operaházban, de az országban több város színpadán is fel ne csendüljenek a karácsonyi időszakhoz elhagyhatatlanul hozzátartozó dallamok.

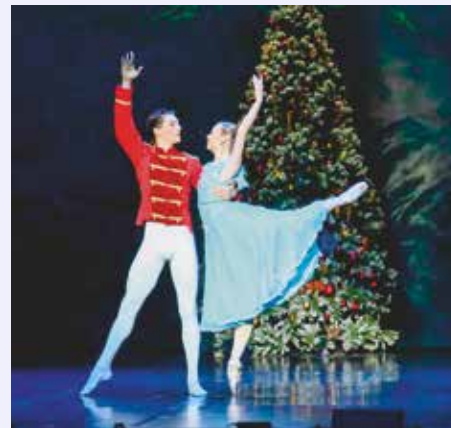
Majdnem száz évvel a magyarországi bemutatót követően, 2019. decemberében a Budapesti Operettszínházban is színpadra állították a klasszikus mese kis mértékben modernizált változatát ifj. Harangozó Gyula rendezésében és koreográfiájával. Azóta is, ha eljön a Karácsony,

műsorára tüzi a Színház a Diótörőt. A mű valamivel rövidebb az eredetnél, Mária hercegnő új nevet kapott, Klára hercegnő lett és egy mondhatni geggel megjelennek az előadásban a mai gyerekek rajongott figurái is, mégsem bomlik meg velük az idősík, kifejezetten kedves, új színt adnak csupán a darabhoz.

Horányi Eszter balettművész, Klára hercegnő egyik megformálója figyelemre méltó, lelkesevéssé és hivatásteretetről is árulkodó gondolatain talán át is sejlik a darab sikerének a titka:

„Általában az első balett, amivel a gyerekek találkoznak, az a Diótörő és egy kislánynak látni a kék tűtűt... Az a szerep, az a variáció, a pas de deux, azt én sose hittem volna, hogy valaha eltáncolhatom, úgyhogy amikor megkaptam, sírni tudtam volna a boldogságtól. Ez egy nagyon-nagyon kedves-kedvenc szerepem annak ellenére, hogy rengeteg munka van vele. Persze mivel nincs? De ezzel

van a legtöbb, a legkisebb mozdulat, a mimika, a játék benne... Rajtunk, szólistákon itt nagyon nagy felelősség van, mert ránk figyel fel talán először a kislány, aki nézi és nekem ezt „el kell neki adnom”. Úgy kell felmennem minden nap a színpadra, hogy megszerettessem vele ezt az egész szakmát. Ennek ellenére – vagy talán épp ezért – már a próbafolyamattól kezdve egyszerűen imádom!”



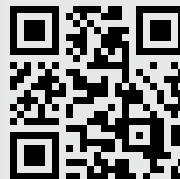


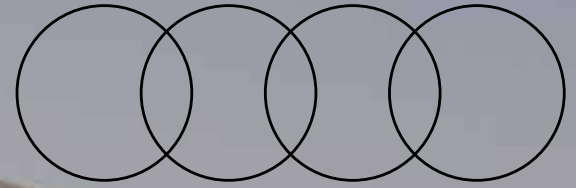
OXIGÉN FAMILY HOTEL

OXIGÉN FAMILY HOTEL ***** NOSZVAJ

Noszvaji gyermek- és bababarát szállodánk kristálytisza noszvaji levegővel, 100+1 gyerek- és bababarát szolgáltatással, gyermek all inclusive ellátással, babaanimációval, színes programlehetőségekkel, családi wellness birodalommal, kalandparkkal és élmények tengerével várja a pihentető felüdülésre vágyó családokat.

3325 Noszvaj, Szomolyai út
+36 36 563 300
info@oxigenhotel.hu
www.oxigenhotel.hu





Progresszív technológia, lenyűgöző esztétikával.

**Az új Audi SQ8 – magával ragadó stílus.
A fejlődés, amit érzel.**

Az új Audi SQ8 modell kombinált üzemanyag-fogyasztása: 12,0–12,8 l/100 km, kombinált CO₂-kibocsátása: 272–291 g/km. A megadott értékek a típusjövahagyás során rögzített, gyári felszereléssel kerültek megállapításra, és a hirdetés feladásának időpontjában érvényesek. A nevezett értékek WLTP szerint mértek, nem egyes járművekre vonatkoznak, nem részei a tájékoztatónak, hanem a különböző járműtípusok összehasonlítására szolgálnak a 715/2007/EK rendelet jelenleg érvényes előírásainak megfelelően. Ezen értékeket egyes többletfelszereltségek, tartozékok, valamint a vezetői szokások és egyéb, nem technikai jellegű tényezők (pl. környezeti feltételek) is befolyásolják. A képen látható gépkocsi illusztráció, és többletfelszereltségeket is tartalmazhat. A tájékoztatás nem teljes körű, további részletek a márkakereskedésekben!