

Reményik László

Életbajnokok

**Szerkesztette
Fügedi Ubul**

Illusztráció
Doszkocs Zsuzsanna

A borítót Doszkocs Zsuzsanna rajzának felhasználásával
Durmits Ildikó készítette

Fotó
Vincze Szilvia
Az illusztrációkat és a fotót szkennelte
Parai Sándor

Hungarovox Kiadó
Budapest, 2002

© Reményik László, 2002
ISBN 963 9292 47 8
Hungarovox Kiadó Bt.
1137 Budapest, Radnóti Miklós utca 11.
Tel. /fax: 340-0859
Felelős kiadó: Kaiser László
Készült: Cartographia Kft. nyomdájában

A könyv kiadását támogatták:
Fővárosi Közgyűlés Kisebbségi, Emberi jogi és Vallásügyi bizottsága
II. kerületi Önkormányzat, Bencze B. György polgármester
Budapest Kőbányai Önkormányzat György István polgármestere
XIII. kerület Közművelődéséért Közalapítvány
XVI. kerületi Önkormányzat Kulturális és Sport Bizottság
Nemzeti Kulturális Örökség Minisztériuma
Aqua-Food Ipari Szolgáltató és Kereskedelmi Kft.
Hungaropharma Gyógyszerkereskedelmi Rt.
INTRANSZMAS
JVC Magyarországi Fióktelep
A könyv megjelenését önzetlen munkájukkal
elősegítették:
Cartographia Kft.
Reálszisztéma Dabasi Nyomda Rt.
Durmits Ildikó
Fügedi Ubul
Reményik László
Életbajnokok

TARTALOM

Előszó
Szendró Szabolcs: Volt egy álmom
Szabó András: Enyém a világ!
Weltner Györgyné: Csoportkép
Székely György: Egy a sok milliárd közül
Mányik Richard: Filip
Nemes Györgyné: A visszatérés ajándéka
László János: Formálódó álmokkép
Mecseki István: Sportszák
Legeza György: Mindig öröm a mozgás
Németh László: Akaraterővel és optimizmussal felvértezve
Kun Mihály: Egyszeriben más lettem
Bucsainé Kunfalvi Emese: Legalább egyszer
Simon Csaba: Legyőzött ősellenség
Dinya Imre: Soha nem ígértem meg
Németh Sarolta: Választott út
Szakács László: Szem előtt tartva
Dani Gyöngyi: Az új élet peremén
Hegedűs Béla: Megvalósult életcélok
Szarka Miklós: Sokat túrtam
Tóth Melinda: Erőpróbák sorozata
Szekeres Pál: A teljes jogú életért
Doszkocs Zsuzsanna: A három ismeretlen vigyázó
Kárpáti György: A három ujjal vezérelt élet

ELŐSZÓ

Mennyi értelme van az ember életének? Fogas kérdés, nem vitatom. Talán annyi, amennyit ki tud hozni belőle saját maga és mások épülésére. Adja magát a kérdés: Mitől van az, hogy ha összevetjük a Föld összes lakóját – vagy mondjuk csak a nagyjából hasonló egészségi állapotúakat – egyesek kevesebbet, míg mások többet tudnak kezdeni magukkal? Ember legyen a talpán, aki kimerítő feleletet ad erre. Nem szégyellem bevallani: sohasem koptatta zsebemet a bölcsék köve. Nem is baj. Élettapasztalatom mondatja velem: a kitűzött, távoli cél eléréséig vezető rögzös úthoz feltétlenül szükség van akaraterőre. Ezért a tevékeny embert mindig is a céltudatos törekvés fogja jellemezni.

Nem hiszem, hogy bárkit is helyes lenne mindenben példaképnek tekinteni. Önmagunk személyiségének megalapozásához és fejlesztéséhez célravezetőbbnek tartom, ha saját, belső értékeinkre és adottságainkra támaszkodva vágunk neki a nagybetűs Életnek.

Magabiztos léptekkel haladunk a felhőtlen valóságban. Ám a derült égből villám sújt a lábunk elé. Megtorpanunk. Az addig békésnek mutatkozó életfolyam egyszeriben tajtékos, kezelhetetlen árrá dagad körülöttünk. Ilyenkor kell hitet és erőt merítenünk a szemünk előtt fakadó forrásokból. A példa ereje annál hatásosabb, minél meglepőbb közegből származik. Általa megerősödve képesek leszünk újra harmonikus tájjá formálni vihar tépázta környezetünket. Ha valaki úgy érzi, hogy – még a fő áramlat kellős közepén is – stabil lábakon áll az életben, és ezért már most köszöni szépen az egészet, nem kér belőle egy cseppet sem, annak halkan súgom: olvasson el még néhány oldalt!

Nem vaktában indultam el feltáró utamra. Tisztán láttam magam előtt azokat a fő csapásirányokat, amelyeken eljuthatok a cél kapujába. Kopogtattam a kapun, és az szélesre tárult előttem. Pazar bőségre találtam. A sors szeszélye döntötte el, hogy kikkel hoz össze a több száz, remek sportember közül. Hat, jól körülhatárolható csoportjukat fontam össze a műben. Kik ők?

Biztosan közismert magyar sportolók! Tán még híres, külföldi versenyzők is vannak közöttük? Áh, dehogy is! Jóval közelebb vannak ők hozzánk, mintsem gondolnák. Könnyen elképzelhető, már szembe is sétáltak egyikükkel-másikkal kis honunk egyik, nevesincs utcájában. Minden bizonnyal elmentek mellettük észrevétlenül. Ha mégis rájuk tévedt futó pillantásuk, akkor se tételeznék fel, hogy róluk lesz szó.

Olyan remek emberekkel szeretném megismertetni Önöket, akik életük egyik húzóágává a testet és lelket egyaránt edző sportot választották. Náluk nem az eredmények az elsődlegesek, hanem az, hogyan képesek maradéktalanul – fizikailag és mentálisan – végrehajtani a változatos versenyszámokban megkívánt mozdulatokat, cselekvéseket. Olyan kimagasló emberi és sportteljesítményekről olvashatnak itt, amik megérdemelnek legalább egy elismerő hűmmögést.

Másról is szólnak e sorok. Ne legyünk kishitűek, ne mondjunk elhamarkodott véleményt másokról! Ha megvalósítjuk első, a helyzetünkben merésznek tűnő célunkat, már másként fogunk gondolni magunkra és a további lehetőségeinkre. Az élet teljességét csak adottságainkhoz és lehetőségeinkhez mérten szabad megítélni!

Mélyen magamba ittam a helyzetükön felülkerekedő Életbajnokok szavait. Hasonló élményeket kívánok Önnek is!

Reményik László
(remlac@freemail.hu)

VOLT EGY ÁLMOM

Szendrő Szabolcs (56 éves)

A gyönyörű szép gödöllői dombvidéken születtem, Máriabesnyőn. Családunk szabadidős programjait a környék adottságai határozták meg: szüleimmel és három testvéremmel gyakran fordultunk meg a lankákon. A kirándulásoknak praktikus haszna is volt: kutató szemekkel figyeltük az erdő alját, és ennek megfelelően gyakran került gomba az asztalunkra. Így hát természet szeretetemet szüleimnek és a falunkat körülölelő, dimbes-dombos tájnak köszönhetem.

Nagyon szerettem volna sportolni valamit, de nem atletizálhattam, mert a falu iskolájának nem volt tornaterme. A nyolc osztály után Budapestre, a Vasútgépészeti Technikumba kerültem. Ekkorra már a súlyemelés vált a kedvencemmé: szerettem volna nagyon erős legény lenni. Kitágult pupillával néztem a televízióban a súlyemelő világbajnokságot. A duzzadó karú férfiak iszonyatosan szenvedtek a hatalmas súlyok alatt, mégis csodálatos hatással voltak rám. Anyukámhoz fordultam: súlyemelő szeretnék lenni!

– Előbb tanuljál szorgalmasabban, kisfiam, utána majd meglátjuk! – felelte. Nekem azonban nemigen volt kedvem hosszabban és gyakrabban a tankönyvek fölé görnyedni. Mivel nem maradt más, vasúti sínt emelgetve és karhajlítások tucatjaival fejlesztettem izomzatomat.

Szerencsére az anyai szív idővel mindig megpuhul. A technikum második osztálya után, a nyári szünidőben, eljárhattam Gödöllőre súlyt emelni. Az edzőterem falai között hamar kiderült, hogy remekül megy a vasgyúrás – ettől persze még jobban belelkesedtem. Éltem-haltam hön vágyott sportoméért.

A nyáron a Keleti pályaudvarra jártam be szakmai gyakorlatra. Egyik nap valamiért elhúzódtott a munka. Futnom kellett a vonathoz, hogy el ne késsem az edzést. A szerelvény már elindult, és felém tartott. – Mindenáron el kell érnem! – zakatolt a fejemben. Felugrottam a gyorsuló szerelvényre, de elvitettem a mozdulatot, és visszazuhantam a földre. Pokoli fájdalmat éreztem: eltört a sípcsontom, ahol ugrás közben bevertem a vonat lépcsőjébe. Ez még nem is lett volna olyan nagy baj, de a kerék leszelt a sarkamból egy húszforintos nagyságú bőr- és húsdarabot. Összeszedtem a szétszóródott holmimat, és leültem a sínre. Kezemmel erősen elszorítottam vérző lábamat: a csont sokkal jobban fájt, mint a lenyesett sarkam. Szirénázva érkezett a mentő.

– Lehet-e majd ilyen lábra támaszkodva súlyt emelni? – kérdeztem az orvostól.

– Helyrehozzák a sérült részt, utána már semmi sem gátolhat meg abban, hogy tovább hódolj szenvedélyednek! – Megnyugodtam.

A Péterfi Sándor utcai kórházba kerültem, ahol szakszerűen összefoltozták a sarkamat. Teltek-múltak a napok, és én visszakerültem a műtőbe. Elaltattak. Amikor felébredtem a kórházi ágyamban, hallom, hogy az ágy szélén ott sírdogál a nővér.

– Mi a probléma? – fordultam felé.

– Térd alatt le kellett vágni a bal lábszárát! – szipogta, én meg vállat vontam.

Tisztában voltam vele, hogy olyat cselekedtem, amit nem lett volna szabad. Életfogytig tartó büntetést kaptam érte. Azért kellett amputálni az alsó lábszáramat, mert nem indult meg a vérkeringés a lábfejemben. Szüleimnek írásban kellett beleegyezniük a csonkolásba. Ahogy megtudtam, furdalni kezdett a lelkiismeret, pedig egy szó szemrehányást sem kaptam tőlük

felelőtlen viselkedésemért. Megpróbáltam szépíteni a baleset körülményeit, de hamar átláttak ritka szövésű szitámon.

Nem kellett mélyen eltöprengenem azon, hogy válhat-e még belőlem súlyemelő? De az is vitán felül állt, hogy továbbra is fogok sportolni. A kérdés csupán annyi volt: melyik, önállóan üzhető sportot válasszam? Még a kórházi ágyon üldögélve kitaláltam: kajakozni fogok! Példaképem Szalai Margit volt, aki úgy kajakozott, hogy combközéptől hiányzott a lába. Fél évvel a csonkolás után művétagot kaptam. Mankóval róttam a pesti flasztet. Különösebben nem zavart az állapotom, de az igen, ha át akarták adni az ülőhelyet a tömegközlekedési járműveken. Egy év kihagyás után folytattam, majd sikeresen befejeztem a középiskolát. Tizenkilenc éves voltam, amikor megvalósíthattam a kórházi ágyban kiötölt tervemet.

Protekcióval kerültem a BKV kajakosai közé. Már az első napokban nyíltan megmondta az edző: az izomzatod kialakult, ezért jelentős eredményekre ne számíts! Nem kedvetlenített el a jóslat. Naponta jártam edzeni a vízpartra. Mélyeket húztam a lapáttal a Duna vizében. Úgy látszott, hogy igaza lesz az edzőnek, mert az első évben csak utolsó előtti helyezéseket értem el. Én azonban szerettem választott sportomat, ezért továbbra is nagy kedvvel lapátoltam. Hittem benne, hogy megy ez még jobban is! Kitartó munkabírásomnak köszönhetően a harmadik év végére első osztályú versenyző lettem. Bár igazából egyesben szerettem volna indulni, mégis párosban vagy négyesben kellett vízre szállnom. A társas evezés közben rájöttem, hogy mások sikeréért jobban tudok küzdeni, mint a sajátoméért.

Erősnek már elég erős voltam, amikor lekerültem a kajakozók közé, de a kitartásomat jelentősen fejlesztette ez a sport. A legjobb eredményemet kajak négyesben értem el, amikor másodikká lettünk az országos bajnokságon. Figyelembe véve, hogy bármely hazai versenyen indul egy-két világ-, vagy olimpiai bajnok kajakozó, ez komoly fegyvertény volt.

Elmúltam 26 éves, mire megnősültem. Hamarosan megszületett a kisfiunk. Felmértem a család helyzetét, és pár napon belül úgy döntöttem, hogy abbahagyom a kajakozást. Hét évig üzött életformámtól búcsúztam el, hogy jó apuka lehessen. Az, hogy – legalábbis a feleségem szerint – mégsem vagyok jó apja gyermekeimnek, csak évek múltán derült ki, amikor már két fiunk volt. A megromlott párkapcsolatnak válás lett a vége.

Még nagyban kajakoztam, amikor kezembe került néhány, hegymászó élményekről beszámoló könyv. A tiszteletet parancsoló csúcsok és a környező, végeláthatatlan táj szépsége megragadta fantáziámat. Mélyen megérintett a csúcsra érkezés örömteli pillanatának leírása is. Egyre jobban incselkedtem a hegymászás gondolatával. A hiányzó lábam miatt azonban alkalmatlannak tartottam magam erre. Most nem volt előttem példakép, és a járatlan út vakvágánynak tűnt.

Gondolatban azért továbbra is foglalkoztattak a hegyek. Rájöttem, hogy a hegymászásban az embernek csak önmagát kell legyőznie – mást nem. Ráadásul a hegyet nem lehet két vállra fektetni: vitathatatlanul ő az erősebb. A bércek tetejére csak alázattal lehet feljutni. Ezek a felismerések az elevenembe vágtak, mert nem szerettem embertársaim ellen küzdeni. Még házas ember voltam, de már gyakran megcsörrent a kanál a konyhában. Az egyik ilyen alkalom után összekaptam magam, és elutaztam a Tátrába, túrázni. Tudni akartam, hogy mire vagyok képes egy szál magamban a hegyi ösvényeken, a meredek kaptatókon. Nem vallottam szégyent önmagam előtt, és ez sokat segített abban, hogy a legközelebbi kanálcsörgés után már gondolkodás nélkül tegyem be a meleg pulóvereket a hátizsákba.

Rákaptam a hegyekre. Első, jelentősnek mondható hódításom a Lomnici csúcs volt. Egy nap alatt jártam meg oda-vissza az utat, és út közben szemem valósággal itta a táj szépségét. Nagyon jól éreztem magam a csendben. A meredek, kapaszkodós részeken drótkötélbe

fogódzkodva húztam fel magam a könnyebben járható szakaszig. Az a boldogság, ami akkoriban megvolt – az igazi csúcselmény – azóta valahogy kikopott belőlem. Miért? Mert akkor éreztem meg először a tiltott gyümölcs ízét. Szász Svájc hegyei után Bulgáriában a Pirin bebarangolása alaposan hozzájárult hitem megerősödéséhez. Igenis, képes vagyok a hegyeken csatangolni!

Valahogy ekkortájt válhattam el feleségemtől. Új szerelmem az Alpok lett. Komolynak mondható, négyezer méter feletti csúcsok vártak rám. Három – a Breithorn, a Monte Rosa és az Obergaberhorn tetejére fel is jutottam Svájcban: ezzel szereztem meg magamnak a belépőt az igazi hegyek közé.

Hegymászás közben a lábprotézisem nem akadályozott különösebben. A meredekebb falakon csak úgy bizonyosodhattam meg arról, hogy jó-e a lépés, ha odanéztem. Mi tagadás, a tervezők nem kétezer méter szintkülönbség, vagy húsz kilométernél is nagyobb távolság megtételére fejlesztették ki a protézist. Vitathatatlan előnye volt viszont a műlábamnak a jobbal szemben, hogy egyszer sem fázott a hófödte és szélfújta csúcsokon.

Ha felértem a hegytetőre, mindig eszembe jutottak a könyvben olvasottak: mit érez a hegyászó a csúcsra érve? Nos, én annyira kimerültem addigra, hogy az elém táruló panoráma szépségének sem tudtam örülni. Ha meg sűrű köd ült a hegyre, nem is láttam belőle semmit. A tudat tett boldoggá: az, hogy ott vagyok, egyedül vagyok, megcsináltam!

Ekkor már mélyen belém ivódott, hogy a mászásnak akkor van vége, ha már visszaértem a kiinduló pontra. A csúcs mindig félúton van, és ezt ne feledje senki – pláne azok, akik kedvet kaptak a hegymászásra! A balesetek, tragédiák jó része a visszaúton következik be. Van, aki kienged ereszkedés közben. Nem koncentrálni annyira a lépéseire, mozdulataira, mint odafelé. Öreg hiba!

A túraélményeimen felbuzdulva úgy döntöttem, hogy megpróbálkozom a hegymászással is. Miért is ne? Elmentem a Bajcsy-Zsilinszky útra, a Hegymászó Szövetségbe. Az úrlapok mögött ülő akárkinek elmondtam, hogy tanfolyamra jelentkeznék, de van egy kis probléma.

– Mi lenne az? – kérdezett vissza az asztal túloldaláról.

– Hiányzik az egyik lábam!

– Ez bizony nagy probléma! – válaszolt kapásból. – Felejtse el a hegymászás gondolatát!

A könnyebb érthetőség kedvéért elmondom: a hosszú nadrágban nem látszott, hogy az egyik lábam művégtagban végződik. Gyorsan cikáztak fejemben a gondolatok.

– Akkor magashegyi turista szeretnék lenni!

– Azt is felejtse el! – jött a gyors válasz.

– Ha nem, hát nem! – vontam meg a mérleget. Én ugyan nem erősködöm tovább ezzel a szakemberrel. Számomra megfelelő alap volt a svájci Alpokban nyújtott teljesítményem. Képes vagyok rá – akkor is, ha nincs hivatalos, pecsétes igazolásom.

Jelentkeztem az OSC hegymászószakosztályába, ahová fel is vettek tagnak – bár nem minden előzmény nélkül. Első sziklamászó élményeimet ugyanis a Pilisben szereztem. Csobánka fölé magasodik az Oszoly-szikla. Alpesi túráim előtt többször is kimentem a függőleges falhoz tapasztalatot gyűjteni. Az OSC hegymászói rendszerint ott gyakoroltak. Látták, amint szakszerűen kapaszkodom fölfelé, és csak nagy sokára vált világossá előttük, hogy az egyik lábam műláb. Valósággal megdöbbenett őket, amikor ráébredtek, és amikor jelentkeztem, se szó, se beszéd, felvettek az OSC hegymászószakosztályába. Fél év próbaidő állt előttem. A kérdés

az volt a szakosztály tagjai számára, hogy tetszik-e nekik ez az ember, vagy sem? Hiába jó mászó valaki, ha emberileg nem jön ki társaival. Hegymászás közben a csapattársak annyira egymásra utaltak, hogy csak a felhőtlen viszonyban lévő embereknek van sanszuk az eredményes együttműködésre. Százszázalékos szavazataránnyal véglegesítettek a fiúk – ami persze egyáltalán nem jelentette azt, hogy mindenki velem akart volna mászni. Egyiküket-másikukat megkörnyékeztem, hogy jöjjön ki velem a Tátrába. – Sajnos, épp akkor nem érek rá! – motyogta az orra alatt. Aztán pár perc múlva hallom ám, amint másik, épkézláb társunkkal közös túrát beszél meg az általam ajánlott időpontra. Ez a hozzáállásuk akkor változott meg végleg, amikor részt vettünk itthon néhány közös mászáson. Láthatták, hogy teszem a dolgom úgy, ahogy az a nagy könyvben meg van írva! Ma már inkább hívnak mászótársnak, mintsem hogy nekem kéne partnert keresnem.

A hegy- vagy sziklamászás messze nem azt jelenti, hogy a vállalkozó kedvű természetimádó odaáll a kitűzött cél lábához, és lazán teszi a dolgát. Más és más mászótechnikát igényelnek a különböző hegyek, másként kell felkészülni a különböző túrákra. Sziklamászás előtt sokkal jobban kell erősíteni a kezet és finomítani a technikát, mint egyébként. Ez azonban semmiféle ördögösséget nem kíván meg. Kiváló terep hozzá a kőbánya. A kőfalon vízszintesen kell közlekedni jobbra és balra, amíg csak bírja az ember – vagy amíg le nem pottyan. Nem kell nagy magasságban edzeni, hogy ne kelljen biztosítani. Minél többet mozogtam ilyen, kőkemény környezetben, annál jobban láttam a bal lábammal is a lépéseket. A sziklamászás technikájának begyakorlására a Tátra a legalkalmasabb.

Ma már nagyon nehéz olyan sziklafalra lelni Európa hegyei között, ami ne lenne kiszögelve. Biztosító kapcsok ezrei díszítik őket, és a hegymászók között afféle búcsújáró helynek számítanak. A közkedvelt sziklák lábánál sorban állnak a csoportok, hogy feljuthassanak. A meredek mászásra kis hátizsákkal megyünk, a biztosító eszközök rajtunk lógnak. Van egy, beülőnek nevezett szerkezet: ennek a fülecskéibe akasztjuk a karabinereket, ékeket és minden más biztosító eszközt.

Ha 7-8000 méter magas hegyekbe készülünk, a felkészülés során elsősorban a láb erősítésére kell koncentrálni. Hihetetlen erő, szívósság és önfegyelem kell ahhoz, hogy a természet viszontagságaival dacolva elérhessük a célt.

Mindeközben természetesen dolgoztam. A vasútgépészeti technikum elvégzése után a Landler Jenő Villamos Vonal Főnökségre kerültem. Miniszterhelyettesi kérelemre vettek fel dolgozni a MÁV-hoz, karbantartónak – a vasút ugyanis csak egészséges mozgású és érzékszervű embereket alkalmazhat. Meg kellett küzdenem munkahelyemen azért, hogy elengedjenek előbb a kajakedzésekre, majd a hegymászó útjaimra. Sohasem húztam ki magam a munka alól. Ha kellett, árkot ástam és kábelt húztam bele, de ha oszlopot kellett mászni, akkor se bújtam más háta mögé.

A válás után a vállalat műhelyében aludtam – minden nap. Megszoktam, hogy az íróasztalon aludjak. A főnököm felajánlott egy díványt az egyik irodában – mondván, az kényelmesebb. Illően megköszöntem, de nem fogadtam el. Később már a fotólaborban aludtam, hasonlóképpen. Huszonöt évet dolgoztam a vasútnál, ami – mint az iméntiekből kitűnik – nem csak a második, hanem az első otthonom is volt. Második feleségemmel, Katalinnal három évvel a válásom után, 1981-ben kötöttük össze sorsunkat. Ezzel vége szakadt a munkahelyi éjszakázásnak – három évig tartott. Feleségemhez költöztem Székesfehérvárra, ahol lakótelepen éltünk hármasban, Katalin kislányával. Onnan utaztam naponta Budapestre, és ez igencsak szegényessé tette hétköznapijaimat. Feleségem úgy döntött, hogy felköltözzünk a fővárosba, Újpalota egyik panellakásába.

Katalin vált az igazi hitvesemmé. Kemény próba volt számára, hogy egy magamfajta hegyimádóval kell élnie, én viszont végeredményben neki köszönhetem, hogy megkaptam a lehetőséget, arra, hogy maradéktalanul kiélhessem szenvedélyemet. Nyugodtan mondhatta volna, hogy gyűjtsünk autóra vagy éppen házra, de nem tette. Ma már nem tudhatom magam mellett szeretett asszonyomat: 2000-ben meghalt.

Amikor már valóban felkészült hegymászonak tartottam magam, újra ellátogattam azokra a helyekre Európában, ahol annak idején turistaként jártam. Újra megmásztam azokat a hegyeket, de már a nehezebben járható oldalukról. Csapatban kapaszkodtunk, húzódkodtunk a falakon.

A hegymászásban a legfontosabb az összehangolt csapatmunka. Amikor falmászás közben összekötjük magunkat társunkkal, összeláncoljuk egymás életét is. Ez a fajta kapcsolat sokkal szorosabb, mint az átlagos házasság köteléke. Mászás közben tökéletesen, megkérdőjelezhetetlenül bízunk kell a másikkban.

Jelentős magasságnak számítottak a Szovjetunió területén meghódított 5-7000 méteres ormok. Első, tengerentúli utam Peruba vezetett – úgy 1985 táján. Nagy hatással volt rám az Andok. A hegyek nem nyúltak fel a kék égig, csak 5800 méterig, de nem is ez volt a fontos – sokkal inkább az út expedíciójellege. Nagy távolságokat kellett megtennünk a csúcsokig, és közben ismeretlen népek kultúráját láthattuk eredetiben, a helyszínen. A járatlan utakat járva kiderült, hogy a lábam a sokszor tízkilós hátizsák alatt sem rogyadozik. Se a jobb, se a bal. Sejtettem, hogy a perui út afféle választóvíz hegymászóéletemben. Utána már csak a világvégeire tartó utakra vágytam.

Az első, nemzetközi szinten is komoly eredményemnek a Garwal-Himalájában megtett utamat tartom. Úgy kerültem be az induló csapatba, hogy Babcsányi Gabi barátom az útra készülők előtt kijelentette: csak akkor megyek veletek, ha Szabolcs is jöhet!

Olyan sziklafal meghódítására indultunk, aminek tetejét emberi láb még nem érintette. Nem véletlenül volt még szűz! Nem rejtettem véka alá a gondolatomat: álomnak jó, de ha valósággá válik, az még jobb lesz! A hegy magassága 6800 méter, de ennek nincs semmi jelentősége. A sziklafal teteje – ahová fel akartunk jutni – 300 méterrel van alacsonyabban, mint a hegy-csúcs, de ennek sincs jelentősége.

Hatan vágtunk neki az útnak. Két, hármас csoportra osztottuk a társaságot. Én abban a csapatban másztam, amelyik tagjai a tervek szerint nem juthattak fel a csúcsra. Mind a hatan eljutottunk a fal kétharmadáig. Nekünk hármunknak ott véget is ért volna az utunk fele. A továbbindulásra kijelölt egyik társunknak azonban út közben eltörött a keze. Olyan erővel húzta maga felé a beakadt zsákját, hogy meglett a baj. Valakinek be kellett ugrani a kieső helyére. Teljesen egyértelmű volt a helyzet: én voltam a legrosszabb mászó hármunk közül. Elsőnek Babcsányi Gabi barátom került szóba, de kimerülési tünetek mutatkoztak rajta. Másik társamnak, Kraft Walternek a lábai kezdtek elfagyni – én meg ínhüvely gyulladással bajlódtam. Aki tudja, hogy ez milyen remek érzés, sejtheti, mit éltem át az elkövetkező kötélmászás során. Mert elvállaltam – de csak mint segítő. Mire felértünk az újabb szakaszon, újabb társunk dőlt ki a sorból. Ketten maradtunk Ozsváth Attilával. Nem volt mese: fel kellett menni! Ekkor már alig harmada volt hátra az útnak: három-négy napos mászás. Bár az induláskor erősen kételkedtem a sikerben, a világon elsőként mégis mi jutottunk fel Ozsváth Attila barátommal a Kedar Dome keleti oldalán a sziklafal tetejére!

A józan, paraszti ész és a régen olvasott útibeszámolók szerint is boldogságnak kellett volna előntenie a fal tetején. A valóságban pedig szétnéztünk a magasból Attilával, és tisztán láttuk, hogy ránk sötétedett. Fent ragadtunk hat és fél ezer méter magasban. A hőmérséklet mínusz

huszonöt fok volt. A szél csak enyhén fújt – ezért maradhattunk életben. Tudniillik, a hátizsákokat és velük az italt, csokoládét és minden egyebet is lent hagytunk egy sziklaperem zugába rejtve, mert felkapaszkodás közben éreztük, hogy nagyon lassít. Flaneling, pulóver és szélkabát volt rajtam. Azért csupán ennyi, mert a sok ruha erősen akadályoz a mászásban. Tizenegy és fél órán át dörzsöltük egymáshoz a hátunkat a sziklacsúcson. Hát – ez volt a csúcsmélységem.

Két napig ereszkedtünk. Akkor már örülni is tudtam annak, hogy életben maradtam. Nem véletlenül. Tudni kell, hogy mindig a hegy az úr! Hihetetlen adomány az élettől, ha valakinek sikerül feljutnia a világ mind a tizennégy, 8000 méternél magasabb hegycsúcsára, baj nélkül – és volt, akinek ez sikerült!

Millió veszély leselkedik a hegymászóra. Legyen továbbra is a Kedar Dome a helyszín: a sziklafal kétharmadánál voltunk Attilával, fölfelé menet. Egynapi, kemény munkával kicsákányoztam egy jégbarlangot a sziklafalból. A „munkahelyemre” egy 45-50 fok lejtésű jégfalon juthattam el a mászáshelytől. Attila egy kötelet feszített ki a mászóhely és a jégbarlang közé, hogy ne kelljen hágóvasat és más, biztosító eszközt vinnem magammal. Nem értem el kezemmel a kifeszített kötelet, ezért a jégbarlang oldalán lógó bivakzsákot ragadtam meg helyette. Eközben a lábam kicsúszott alólam, az erős mozdulattól pedig kiszakadtak a jégfalból a bivakzsákot rögzítő fülek. Csúsztam le a meredek jégen, és nem volt nálam semmiféle hegymászó eszköz – csupán egy tekercs kötél a hónom alatt. Mind a tíz körömöt belevájtam a jégbe, hogy megállítsam a csúszást – ami egyébként fizikai lehetetlenség. Száz százalékig biztos voltam benne, hogy meghalok. Csúszás közben nem észleltem semmi mást, csak azt, hogy Attila üvölt egyet: Szabcsi! – de úgy, mintha az utolsó kenetet adná fel. Ezzel el is köszönt tőlem. Szerencsémre, mielőtt a kritikus sebesség fölé gyorsultam volna, megváltozott alattam a felület: a jeget firnhó váltotta fel. Mélyen belevágtam tíz ujjamat és a bakancsom orrát: sikerült megállnom! Amint rémülten figyelő barátom észrevette, hogy stabilizáltam magam, kötelet dobott felém. Megragadtam az életmentő zsinórt, és felhúztam magam.

– Attila, honnan a fészkes csudából tudtad, hogy elkezdtem csúszni? Hiszen nem is láthattál!
– fordultam hozzá lihegve.

– Hát mert meghallottam az artikulálatlan üvöltésedet, hogy: Attilusz!

Egyáltalán nem emlékeztem rá, hogy bármit is kiáltottam volna csúszás közben. Megesküdtem volna mindenre, még az égiekre is, hogy a jéglejtőn a halál torka felé tartva néma maradtam. A lelkemből, torkomból felszakadó kiáltással tulajdonképpen én is elköszöntem barátomtól.

Az eset után meglepően gyorsan megnyugodtam. Talán azért, mert közben nem éreztem halálfélelmet – pedig egyébként, kajakozás közben esett már meg velem ilyesmi. A békás-megyeri gátat építették a Duna partján, és én az edző utasítása ellenére nem alulról, hanem felülről kerültem meg a készülő műtárgyat. Beeveztem a markolóhajó és a gát közé. Arra kaptam fel a fejem, hogy az ég felől valami nyikorgás hallatszik. Felnéztem a magasba, és láttam, hogy szétnyílik a markoló pofája, és kőzapor hull alá belőle. Tudtam: nekem most annyi! Ám a sok mázsa kő pár méterrel a kajakom mögött loccsant a vízbe. A stéghez érve kicsúsztam rá, a múltbam mellé, és úgy remegtem, mint a kocsonya. Az igazi halálfélelem volt: utána két napig csak arra tudtam gondolni, hogy másodszor is megszülettem!

A másik, nagy hegymászó élményem a szintén a Himalájában található Cho Oyu csúcs megmászása volt. Ez az út sem jött össze könnyen. 1987-ben beválogattak ugyan az első nyolcezer magyar Himalája-expedícióba, de az indulás előtt két hónappal a munkahelyemen

kezet fogtam egy 13000 voltos vezetékkel. Megrázó élmény volt. Alaposan összeégett mindkét kezem, aminek kórház és fél év betegállomány lett a következménye. A kezem úgy-ahogy rendbe jött, és újra nekifoghattam az edzéseknek. 8000 méter fölé akartam jutni! Három évvel később adódott lehetőségem a bizonyításra.

A felszerelésünket gépkocsi vitte a repülőtértől a tengerszint felett 4700 méterrel felvert alaptáborig. Onnan 2-3 napi járóföldre és ezer méterrel magasabban építettük ki az előretolt tábor – odáig vehettük igénybe a málhahordó jakok segítségét. Mivel a magyar hegymászók zsebe sosem dagadt a bankóktól, az út további részében már csak a magunk erejére hagyatkozhattunk – így sportszerű ez a heggyel szemben, és ez érvényes az oxigénpalackokra is. Sosem használnék oxigénpalackot: az azzal elért magassági teljesítményből nyugodtan le lehetne vonni akár ezer métert is. Nagyon fontos, hogy út közben akklimatizálódjunk a környezethez. Hozzá kell szokni az oxigénszegény viszonyokhoz. Nyolcezer méter felett a légnyomás – és vele a levegőben lévő oxigén – csupán harmada a megszokottnak. Mintha a tüdő csak a minden harmadik alkalommal belélegzett levegőt tudná hasznosítani. Embere válogatja, hogy képes-e megbirkózni a magashegyi körülményekkel. Van, aki sohasem lesz képes 6000 méter fölé jutni. Az emberi szervezet ezen a magasságon intenzíven vörös vértesteket kezd termelni, hogy a vér maradéktalanul meg tudja kötni azt a kevés oxigént, ami még van. Az óriási hátránya ennek a folyamatnak az, hogy besűríti a vért, és ez rontja a vérkeringést. A mínusz negyven fokban amúgy is gyorsan hűl a szervezet – erre tesz még rá néhány lapáttal a romló vérkeringés. Az élelmet is égési folyamattal bontjuk le, ezért a 6000 méter feletti oxigénhiány miatt a szervezet a táplálékot sem tudja úgy hasznosítani, mint a tengerszint közelében. Én különben is rossz evő vagyok, ezért általában 10 kilogrammal könnyebben térek vissza a hegymászásból, mint amennyivel indulok.

Tíznel is többen vágtunk neki a Cho Oyu meghódításának, és testvériesen megosztottunk a málhákon. Még három tábort kellett kiépítenünk 6200, 7000 és 7500 méter magasban.

A hegymászás azért tart sokáig, mert több nap kell, amíg kipihenjük a cipekedés és a táborépítés fáradalmait. Csak akkor szabad továbbindulni, ha a szervezet már akklimatizálódott. Az utolsó táborból elsőként Straub József és Koncz Ákos jutott fel a csúcsra egy osztrák hegymászó társaságában. Másodikként egy ötfős csapat indult útnak, és ők is sikerrel jártak. A harmadik csapat tagja volt dr. Nagy Sándor, Decsi István és jómagam.

Még el se értük a 7500 méteres tábor, de már elkerülte a szememet az álom. Izgatott, hogy képes leszek-e feljutni a csúcsra? Idegileg és testileg is megviselt a hegy. Az utolsó táborban sem tudtam elaludni. Viharos erejű szél fújt odakint, és féltem, hogy a szélsőséges időjárás megakadályozza a feljutásunkat. Reggelre valamelyest csillapodott az orkán, így már semmi sem gátolhatott meg minket az indulásban. Libasorban haladtunk az enyhe kaptatón. Én mentem elől, és a nem túl mély hóban tapostam a nyomot a többieknek. Körülbelül nyolcezer méternél járhattunk, amikor teljesen elkészültem az erőmmel. Úgy éreztem: egy lépést sem bírok megtenni. Nem éreztem fáradtságot, de a lábamat nem tudtam emelni. Két társam elé kerültem, de a nyomukban haladva valahogy csak utánuk eredtem. Már csak száz méterre voltunk a csúcstól, amikor észrevettem, hogy behomályosodott a szemüvegem. Megtöröltem a lapját, de továbbra is homályosan láttam. Kissé megemeltem a szemvédőt, és kiderült, hogy a jobb szememmel alig látok. Ez arra figyelmeztetett, hogy vészesen kezdenek kimerülni erőtartalékaim – viszont nagyon vonzott a csúcs, így újra társaim után indultam. Mire felértem a lapos tetőre, már csak fényt láttam a jobb szememmel. Nyolcezer-kettőszázegy méter magasban voltunk.

Boldognak éreztem-e magam a csúcselménytől? Hullafáradt voltam a Cho Oju tetején. Futballpálya nagyságú, lapos területen álltunk. Légvonalban körülbelül harminc kilométerre

látszott a Mont Everest. Két társam percekig gyönyörködött a szemet igéző látványban – én meg alig láttam tovább az orrom hegyénél. A kimerültségtől még később sem emlékeztem arra, hogy egyik társamat lefényképeztem a tetőn – mint ahogy arra sem, hogy engem is lefotóztak a csúcson. Öt percet időztünk ott, félúton. Lassú, kimért léptekkel indultunk vissza a táborba. A látásom egyre jobban elhomályosult, és szem elől vesztettem társaimat. Hétezer-hétszáz méter magasban lehettem. Megálltam. Már egyik szememmel sem láttam érdemben. Álltam és vártam, majd fél óra múlva elkezdtem kiabálni. Decsi Pista jött értem vissza a táborból. Csak akkor vettem észre, hogy közeleg, amikor már két méterre volt. Valami homályos foltnak láttam. Ez az alig látás még elég volt ahhoz, hogy követni tudjam barátomat a táborig. Fél órát bandukoltam vakon a Himalájában. Ahogy beértem a táborba, a társaim felhívták adóvevőn a csapat orvosát, hogy tanácsot kérjenek tőle – máig sem tudom, hogy milyen szereket kaptam. Három nap után végre jót aludtam, és másnap már láttam, amikor visszaindultunk a lenti táborba. Mivel mi voltunk az utolsó csapat, mire leértünk az alaptáborig, már elég tisztességes súly húzta a hátunkat. Ekkor valahogy nem nagyon szerettem a hegyeket...

Az eltelt, bő két évtized alatt a világ számos helyére jutottam el. Európát keresztül-kasul bebarangoltam. A volt Szovjetunióból jártam a Kaukázusban, a Pamírban, a Tien-Sanban és az Asanban. Voltam Afrikában és az amerikai kontinens déli és északi részén is. A végén pedig megadatott, hogy eljussak a Himalájába is.

Kétlábú emberként sohasem élhettem volna át azokat az örömeket hegymászás közben, mint így. Láttam egy dokumentumfilmet a tévében. Egy vak fiút tanítottak meg siklóernyővel repülni. Előbb az oktatóval együtt ugrott le a szikláról, majd idővel maga próbálkozott a feladattal. A földről rádió, távirányítással segítették a vakmerő legényt, aki a lebegésen kívül mást nemigen érezkelhetett. Amikor közel ért a talajhoz, jól láthatóan kalimpálni kezdett lábával a levegőben. Szerencsésen ért földet, és ekkor a kamera kíváncsi optikája ráközelített. Olyan öröm ült ki az arcára, amit egy látó ember sohasem élhetett volna át a levegőben.

Hegymászás közben feledhetetlen esztétikai élményekhez is jutottam. Már hosszú évek óta a nyakamban lóg a fényképezőgépem. A társaim azt hiszik, hogy nagyon jó fotós vagyok, a fotósok pedig azt, hogy nagyon jó hegymászó. Tudom, hogy egyik sem igaz. Szorgalmasan járom az országot, és diavetítéssel színesített élménybeszámolót tartok ott, ahová meghívnak. Könyv is készült az életemről, és szerencsére nagy keletje van (Szendrő Szabolcs – Németh Géza: Fél lábbal a csúcson). Eleinte még hittem benne, hogy akár példaképül is szolgálhatok a mozgássérülteknek. Évek múltán döbbsenem rá: nem is biztos, hogy igazam van. A hétköznapi tettei nem a kiugró teljesítményeken alapulnak. Az igazán bátrak a földön járnak, és nem a csúcsokat ostromolják. Az élet sokkal nagyobb nyugókat akasztott a nyakamba itt a civilizációban, mint a hegyek között. A sport nekem mindenféleképpen az életet adta és jelenti. Volt egy álmom, hogy sportoló szeretnék lenni – lett egy valóság: féllábú emberré váltam. Ennek ellenére mégis megvalósult gyermekkori álmom. Nem válhatott belőlem súlyemelő – és nem is baj, mert a hegymászás sokkal szebb sport. A hegymászás révén olyan barátokra tehettem szert, amilyenekre a „földszinten” nem bukkanhattam volna. Minél feljebb hágunk a hegyre, annál jobban fel kell öltözni. De mint emberek, teljesen levetkőzünk egymás előtt, mire felérünk a csúcsra. Ha máshol nem, de ott fent a magasban mindenki csak önmaga tud lenni. A Földön akkora emberek járnak, hogy az ember nem lát tőlük. Ha ott vagyok a sziklafal oldalában, akkorának érzem magam, mint egy porszem. Ha jön egy vihar, még akkorának sem. Ez a valós méretünk.

ENYÉM A VILÁG!

Szabó András (41 éves)

Falun nőttem fel. Hétéves koromban kiderült, hogy szürke hályog rontja látásomat. Bár egy éven belül mindkét szememet megoperálták, a jobb szememre elveszítettem a látásomat. Csupán két osztályt végezhettem el a falu iskolájában, mert szemkímélés címén 1970-ben felkerültem Budapestre, ahol a Vakok Általános Iskolájának tanulója lettem. A nyári szünetet azért mindig otthon töltöttem. Imádtam focizni; barátaimmal rúgtuk a bőrt az utcán. Egyszer, ahogy a labdát kergettük, homok vágódott az arcomba. A kezemmel megpróbáltam kitörölni a szűrő érzést okozó szemcséket a bal szememből. Honnan tudhattam volna, hogy mézspor is van a homokszemek között? Iparkodásomnak az lett a vége, hogy a meszes homokot bele-dörzsöltem a szemembe. A krónikus gyulladás végleg megpecsételte sorsát – az enyémet is.

Megvakultam. Alig voltam 13 éves.

Nem éltem meg tragédiaként a látásvesztést: hamar túltettem magam rajta. Valahogy így: az egyik nap még láttam, a másikon meg nem: ennyi. Már évek óta a vakok iskolájában kop-tattam a padot. Nap, mint nap láttam az ott tanuló gyerekeket. Tudtam, hogyan élnek, és azt is, hogy milyen ügyesek. A tanulásban sem vetett vissza a látásvesztés, mert addigra már kiválóan elsajátítottam a Braille-írást és -olvasást. Gördülékenyen folyt tovább az életem.

Szüleim eközben otthon ették magukat. Nehéz lehetett elviselniük a rájuk szakadt fájdalmat. Ám amikor hazamentem a suliból, látták rajtam, hogy nem rendített meg a változás, és ez lassan oldani kezdte bennük az önmérsztés kínját.

Úgy gondolom, ilyen tragédia után sosem lesz képes megnyugodni egyetlen szülő sem – de talán megbékélhet a sorssal. Idővel az én szüleim is elfogadták, hogy nem látok. Az ominózus nyár végén visszautaztam Budapestre, és tovább tanultam az iskolában. Mivel akkor még nem volt csörgőlabda a suliban, ezért medicinlabdával tanultuk a gool-ball sportot. Továbbra is imádtam mozogni, ezért vállhatott kedvenc sportommá az állóképességet és ügyességet egyaránt megkívánó gool-ball.

Befejeztem az általános iskolát, és a Vakok Intézetének lakója lettem. Pezsgő KISZ-élet folyt az intézetben. A különböző ünnepeken és rendezvényeken megjelenő sorstársaimat elszántan terelgettem a csörgőlabda-edzésekre. Nem egyszer kilencen jelentünk meg az edző előtt. Az évek folyamán páran lemorzsolódtak, de a többiekből lett a későbbi csapat szilárd magja. Az őscsapat tagjai közül már többen felhagytak a versenyszerű sportolással, de edzeni továbbra is rendszeresen lejárnak.

Gyógymasször-tanfolyamra jelentkeztem, és szorgalmasan jártam atletizálni az Ifjúsági pályára, ám továbbra is a labda maradt a mindenem – és egyszer, egy külföldi versenyről valódi csörgőlabdával tértek haza atlétáink. Beindult a honi csörgőlabdaélet! Első, külföldi utunk Lőcsére vezetett, majd nem sokkal rá Szabadkára látogattunk. A jugoszláv út után úgy döntöttünk, hogy megalakítjuk a Wesselényi Miklós sportkör csörgőlabda-szakosztályát.

A roll-ball volt a gool-ball őse. A roll-ball játékot huszonnégy méter hosszú és tizenkét méter széles pályán, teremben játszották. A kapu hét méter széles volt, és öt főből állt egy csapat. A kapu előtt három, vak védőjátékos helyezkedett el. Mindegyikük lába alatt vastag szőnyeg, hogy vetődés közben ne üssék meg magukat. A középvonal közelében tartózkodott a két, gyengén látó társuk. Az ellenfél lövését ügyes vetődéssel háritó védő előreadta a labdát vala-

melyik gyengén látó csapattársnak. Az ő feladata volt a lövés: a 2250 grammos labda erőteljes elgurítása. Úgy tudom, ezt a játékot a vietnámi háború után találták ki az Egyesült Államokban, hogy a megvakult katonák aktívan sportolhassanak. Kiötlői azonban hamar ráébredtek, a védőjátékosok túl keveset mozognak a pályán, és a gólszerzés öröméből sem részesülhetnek. Nem érvényesül az eredeti cél, hogy a látássérült veteránok örömüket leljék benne. A kézenfekvő felismerés eredményeként továbbfejlesztették a játékot. Tizennyolc méter hosszúra és kilenc méter szélesre kurtították a pályát, viszont a kapu két méterrel hosszabb, és százharminc centi magas lett. A csapat három főre fogyatkozott. Függetlenül attól, hogy mennyire látnak a játékosok, mindegyikük átláthatatlan védőszemüveget kapott, a feladatuk pedig összetettebbé vált. Közös erővel hárították a lövést, majd utána bármelyikük megcélozhatta az ellenfél kapuját. Az új sport neve gool-ball lett.

A gólvonal előtt három méterrel egy jól tapintható, öntapadó szalag húzódik keresztül a pályán. A széles csík alá vastagabb madzagot ragasztanak, így az kézzel, de akár cipőtálpal is remekül tapintható. Védekezni csak ezen a háromméteres sávon belül szabad. A védősáv külső vonalától három méterre egy újabb csík következik; a kettő között van a támadózóna, és az elgurított labdának még a támadózóna külső vonala előtt talajt kell érnie. Ha csak azon túl kezd el gurulni, az ellenfél büntetődobáshoz jut. A felezővonalig hátralévő, további három méterre nem szabad belépni, mert azért is büntetődobás jár. Az alapvonal (gólvonal) és a védővonal között félúton – mindkettőtől másfél méterre – a két oldalvonalról egy-egy, másfél méter hosszú vonal nyúlik be a pálya közepe felé. Ezek a két szélsőjátékost segítik abban, hogy a vetődés után mihamarabb megtalálják pontos helyüket a pályán. A center két játékos-társa előtt helyezkedik el a küzdőtéren. Az ő eligazodását egy-egy, a védővonal közepénél, a keresztirányú csík előtt és mögött is fél méterrel felragasztott rövidke vonal segíti.

A mérkőzés tiszta játékidője kétszer hét perc, emiatt egy mérkőzés akár 40-50 percig is eltarthat. Az edző kérhet időt a játékvezetőtől, és természetesen cserélhet is. A csörgőlabda nagyjából akkora, mint egy kosárlabda: egy kilogrammal könnyebb – és kisebb is – a roll-ball labdánál, mióta egy nemzetközi verseny hatos döntőjében tizenegy, gól nélküli döntetlent játszottak a csapatok. Fel kellett pörgetni a játék ritmusát. A labda műanyag borítású. A felülete kissé rücskös, hogy egy kézzel is könnyen meg lehessen ragadni. Kézzel valamennyire össze lehet nyomni, de kirugózza a horpadást. Belsője nincs, viszont van rajta nyolc, apró lyuk – ezért hallható a labda belsejében lévő, apró lemezek zörgése. Gurítani, löni két kézzel is szabad.

A játékszabály előírja, egy játékos kettőnél többször nem löhet egymás után az ellenfél kapujára. Amennyiben harmadszorra is ő kerül lövőhelyzetbe, át kell adnia a szert valamelyik csapattársának. A labda birtokbavétele (uralása) után nyolc másodpercen belül löni kell, különben az ellenfél büntetődobáshoz jut. A büntetőt a csapatnak az a tagja lövi, aki azt megelőzően utoljára lőtt.

Említettem már, hogy ha a labda nem kezd el gurulni még a támadózóna külső vonala előtt, az ellenfélnek büntető jár. A kilenc méter széles kapura leadott lövést a vétkes játékosnak egyedül kell hárítania. Az ellenfél játékosa a saját térfeléről gurítja kapura a labdát. Bármennyire hihetetlen, de a büntetődobást el lehet hibázni! A nagyon sarokra célzott lövés könnyen elhagyhatja az oldalvonalat. A kiváló védő, ha időben kifüveli a lövés irányát és elég ruganyos, villámgyors vetődéssel megkaparinthatja a labdát. Persze, a lövő játékost sem kell féltetni! Vannak rafinált lövések. Bal felé fut el a játékos, de jobbra gurít. Rápörgetéssel is falsot adhat a labdának – ekkor az balra indul, de jobbra kanyarodik. Kegyetlenül gyors a gömbölyű játékszer. Ha egy nagy lövő elengedi a kezét, a csörgőlabda akár hat tizedmásodperc alatt is végigroboghat a pályán. A száguldó labda elérheti akár a 70 kilométeres óránkénti sebességet is!

Büntetődobás jár azért is, ha mérkőzés közben valaki hozzáér a védőszemüvegéhez. Ha azt a játék közben meg kell igazítani – mondjuk, mert elcsúszott vetődés közben, akkor azt a játékosnak kezét felemelve jeleznie kell, és a játékvezető megállítja az összecsapást. Ilyenkor az igazítást kérő játékos hátat fordít a pályának, a sípmester pedig odamegy hozzá, és megérinti a vállát: a játékos csak ezután igazíthatja meg a félrecsúszott szemüveget. A játék hevében előfordul, hogy a védőjátékosról lepattan a labda és visszagurul az ellenfél térfelére. Ilyenkor a bíró bemegy a játéktérre, és átadja a labdát az ellenfél legközelebb álló játékosának. Hasonló az eljárás, ha a csapattársnak átadni kívánt labda az oldalvonalon túlra gurul.

A folyamatos vetődések megkívánják a különböző testvédők – könyök-, térd-, sípcsont-, herevédő és egy speciális nadrág – alkalmazását. A nadrágot dupla, vagy akár tripla szivaccsal bélelik, hogy tompítsák az ütődéseket. A lábunkra teremben használatos, csúszásmentes sportcipőt húzunk. A szemüveget leginkább a sielőkéhez tudnám hasonlítani, csak éppen ennek üvegét feketére festik vagy leragasztják. A mérkőzések előtt – az egyenlő feltételek érdekében – minden játékos szemét külön leragasztják, és ezután kell felvenni a szemüveget.

A Sydneyben megrendezett paralimpia előtti négy hónapban 250 edzésünk volt. A hét minden napján készültünk – sőt, a hétvégéken naponta két edzést tartottunk.

Júniusban kezdtük, az alapozással. Az iskola konditermében súlyoztunk egyéni edzésterv szerint, alkalmanként 2-3 órát. Minden gyakorlatból négyszer tízet kellett végrehajtani. Az alapozás elején egyikünk sem nyomhatott a fekpadon ötven kilogrammnál többet. Aztán jött a negatívpad. Ezen a láb magasabban van, mint a fej, de itt is széles és szűk fogásváltásokkal kell kinyomni a súlyt – harminc-negyven fokos szögben. Az erőgépen a tarkónkhoz kell lehúzni a súlyt – ez a hátizmokat erősíti. Volt közöttünk egy olyan erős fickó is, aki ezt a gyakorlatot 80 kilós súllyal végezte. A mell előtti gyakorlatok következtek: le, illetve oldalról középre – ekkor már mindannyian verítékárban úsztunk, ám egyikünk sem berzenkedett. Maradtunk az erőgép mellett, de most már evezőpadként használtuk tovább. Utána lazításként hasra feküdtünk, a kezünket a tarkónkra kulcsoltuk, és hosszú percekig át libikókáztunk a hasunkon.

– Irány a mellgép, fiúk! – adta ki az ukázt az edzőnk. A két, a vállunktól jobbra, illetve balra lévő fogantyút vízszintesen kellett behúzni mellközépig – mindezt ötven-hetven kilogrammal terhelve. Nem maradhatott ki a szórásból a bicepszpad se. Az edzést – amúgy, a változatosság kedvéért – különböző, medicinlabdás gyakorlatok színesítették. Leültünk a dobófal elé. Kézbe vettük a háromkilós szert, és a tarkónk mögül nekihajítottuk – ezt teljes erőből kellett, és ebből is négyszer tíz dobás volt a penzum. Következő feladatként a mellünkől löktük el a labdát – érdemes volt megkaparintani, amikor visszapattant, mert különben mehattunk utána, keresni. A tuti labdaelkapás mellesleg reflexgyakorlatnak sem utolsó. Ezután edzőnk kegyesnek tetszett mutatkozni.

– Feküdjetek hanyatt, srácok! – és fekvő helyzetből felülve dobáltunk néhány sorozatot, a hasizmunk pedig kiválóan erősödött. A következő feladat annyiban tért el ettől, hogy a medicinlabda már a mellkasunkat nyomta, és a felülés után onnan kellett bikaerővel nekivágni a falnak.

A gimnasztika sem volt kutya! Rengeteget gyakoroltuk a vetődést: ezt iskolázásnak hívjuk. Guggoló, térdelő és álló helyzetből kellett jobbra-balra vetődni, felváltva. Az edző szavára vagy füttyjelére rugaszkodtunk el. Mindegyik testhelyzetből negyvenszer – mégpedig folyamatosan. Ezt a feladatsort a szokványos gimnasztikagyakorlatok tették teljessé.

Egy óráig tartott ez a fajta edzőmunka. Mindannyian tele tüdőből sóhajtottunk fel, amikor a szertárból előkerült a csörgőlabda. A technikai gyakorlás során lőnünk kellett, mint a nehéz-

tüzéreknek. De nem vaktában! Edzőnk előre megmondta, hogy hová célozzunk a labdával – bal kapufa töve, jobb kapufától befelé két méterre s a többi. Az egyszerűség kedvéért – egytől négyig – számokkal jelöltük a kapu részeit. Az edzőnknek csak annyit kellett mondania: „A kettes helyre tüzeljetek!” Egy-egy edzésperiódus után úszással tettük még változatosabbá az amúgy is sokszínű munkát – és persze futással is.

Egyik csapattársam sem lát. Mégis önállóan futunk a Városliget fái között. Az edző mellé jobbról és balról is beáll a csapat egy-egy tagja. A többiek mögéjük helyezkednek, és már indulhatunk is. Az edzőnk lát, mi meg ugyebár kiválóan hallunk. Az elől haladók nyakában nem lóg csengő, a hátukon nincs harsogó táskarádió. A léptek és a lihegés zaja azonban remekül útbaigazítja a hátul loholókat. A kocogás tempójánál gyorsabb iramban rójuk a köröket a Ligetben. Egy kör hossza 2200 méter. A kiinduló pontra visszaérve sprintelés következik: ekkor teljes erőbedobással rohanunk körülbelül 200 métert. Végig az úttesten futunk. Vágtázás közben is csoportban maradunk, de a feladatot önállóan oldjuk meg. Olykor – a biztonság okán – azért hátrapillant közben az edző.

Néha-néha lemegettünk edzeni az MTK-pályájára. Edzőnk beállt a futópályán az egyenes végébe, és hangjellel hívott minket. Itt már egyesével vágtáztunk: százméteres sprinteket futottunk, számolatlanul.

Remélem, a fentiekből kiderült, hogy komoly munkát végeztünk az edzéseken. Ebből a repertoárból a klasszikus gimnasztikával nem tudok megbarátkozni. Változó, hogy mikor mennyire fáradok el az edzések alatt. Volt, hogy öt kört is futottam a Ligetben, és nem voltam fáradtabb, mint máskor kettő után. Így van ez a kondizással is: Van, amikor kilencven kilókkal játszom, máskor meg az ötventől is szenvedek. Az viszont természetes, hogy az edzéseken mindannyian a játék után epekedünk.

Magyarországon két góllal sportkör van: a Vak Diákok és a Wesselényi Miklós. Az erőviszonyok kiegyenlítése érdekében vegyes a négy csapat – Telepes, Fortuna, Monstrum és Challenger – életkor szerinti összetétele. Egy-egy csapat jellemzően hattagú. Élünk-halunk a csörgőlabdasportért. Mindenáron fenn akarjuk tartani ezt a sportágat, ezért nemzeti bajnokságot rendezünk magunknak. Minden évben négyszer, kétfordulós sorozaton mérjük össze tudásunkat. A bajnokság reggel 9-kor kezdődik, és 16 óráig tart. Huszonnégy mérkőzés után dől el, hogy ki az adott évben a bajnok. A nemzeti válogatott teljes létszáma is hat fő, jelenleg azonban csak öten vagyunk. Várjuk, hogy beérjenek a tehetséges fiatalok. Szerencsére vannak!

Milyen egy meccs belülről? Nagyon izgalmas. Az első lövések hárítása után valamennyire megnyugszom. Minden idegszálammal a játékra koncentrálok. Nagyon kell figyelni, mert csak a neszekből és zörejekből készülhetek fel a lövések védésére. Száz százalékos otlétet kíván meg a játék. Mérkőzés közben folyamatosan buzdítjuk egymást. Ha szükségét érezzük, meccs közben helyet cserélünk – bár ennek az edzőnk nem szokott örülni.

Minden játékossal előfordul, hogy potyagólt kap. Zrikálás nem jár érte, legfeljebb odaszólunk: Máskor jobban figyelj! Az ember a játékban és a sportban is hibázhat. Ha ilyenkor durván, keresetlen szavakkal nekimennék a másoknak, én is hasonlóra számíthatnék, ha elnéznék egy lövést. Az ilyesmi nem szül jó vért.

Minden meccsre úgy megyünk, hogy na, most lenyomjuk az ellenfelet! Ha előző alkalommal kikaptunk tőlük, akkor – ha lehet ilyet mondani – még elszántabban állunk ki. A labda gömbölyű, és ezt mi is jól tudjuk. A nyugodt lelkiállapot elengedhetetlen a sikerhez. Nélküle nem lehet a szuper gyors lövések irányára koncentrálni, de zilált idegállapotban maguk a lövések sem kecsegtetnek eredménnyel.

Sydneyben öt-tízezer néző szurkolta végig a paralimpia csörgőlabda összecsapásait. Felemelő érzés ennyi ember előtt pályára lépni. Nem kell ahhoz látni, hogy az ember tudja: telt ház előtt játszik. Akkor is valósággal vibrál a terem, ha a drukkerok épp némán ülnek a lelátón. A mérkőzés kezdetére síri csendnek kell lennie. Csak akkor lehet tapsolni, füttyülni, egyik-másik csapatot biztatni, ha a labda játékon kívül van. A bíró csak akkor ad engedélyt a meccs folytatására, ha a publikum elnémult. A mérkőzések előtt a rendezők felhívták a nagyérdemű figyelmét, hogy kapcsolják ki a mobil telefonokat.

A játékoscsere meglehetősen érdekes művelet. Az edző jelzi a cserét a bírónak, és ő az első, adandó alkalommal megállítja a találkozót. Bejön a pályára, levezeti a lehívott játékost és átadja edzőjének, a kispadról felállót pedig a lecserélt játékos helyére vezeti. A játékos kezét ráteszi a kapufa tetejére, hogy a többi aztán ő maga rendezze el. Ezzel a roppant precíz segítséggel szerintem a játék komolyságát akarják kifejezni.

Amennyiben a kapufáról visszapattanó labda ráesik a védőjátékosra és róla jut a kapuba, az természetesen gól. Öngól az is, ha mondjuk egy célt tévesztett átadás gurul be. Nagy figyelmet igényel a goal-ball, és nem véletlenül alapeleme a játéknak a csend.

A center elsődleges feladata a védekezés. Szinte minden lövésre vetődni kell, hogy zárja a szöveget. Ebből következik, hogy a mérkőzés közben állandóan mozog. Ő a csapat irányítója. Vigyáznia kell, nehogy harmadszorra is ugyanaz a társa jusson lövéshez. Mivel a lövések több mint a felét ő szedi össze, belátása szerint adja, adhatja át a labdákat társainak. Figyelnie kell azt is, hogy hová lőnek a társak. Ha valamelyikük állandóan egy irányba céloz, akkor odaszól neki: Válts irányt! A két szélső a lövő ember. Általában rajtuk múlik, hogy hány gól terheli meg az ellenfél hálóját. Megcélozhatják az ellenfél kapuját nekifutás után, de guríthatnak helyből is – ez utóbbit nevezzük kontrázásnak. Fő előnye a gyorsaság: ezért több az esély arra, hogy lyukat találjunk a védőfalon, mert még nem ért vissza helyére a másik csapat lövő játékosa.

A sport elsősorban testi és lelki egészséget biztosított számomra, de biztonságot adott a közlekedésben is. Tempósan haladok az utcán. Fehér botot használok, de az ismerős utakon alig veszem igénybe. Az alig ismert, vagy járatlan vidéken óvatosabban lépkedek. A kisebb gödrök nem különösebben veszélyeztetik a bokámat és a lábamat: a reflexeim kitűnőek. Az edzettségem is megfelelő: képes vagyok korrigálni lépteimet, ha váratlanul akadály bukkan fel. Bátran közlekedem a városban, de azt feltétlenül meg kívánom jegyezni, hogy tízszer annyira kell figyelnünk a főváros útjain, mint tíz-tizenöt évvel ezelőtt. Kegyetlenül erős és zajos a motorizált forgalom, ráadásul manapság mintha kevésbé figyelnének a járművezetők a gyalogosokra, mint régebben.

A sport felkelti irántunk az emberek érdeklődését. Ez a figyelem nagyban elősegíti, hogy a látássérült ember ne szűküljön be sorstársai közé. A goal-ball révén rengeteg helyen fordultam meg a világban. Igaz, fizikailag semmit sem láthattam a különböző kontinensek városaiból, mi azonban másként jutunk élményhez, mint a látó emberek. A különböző országokban megismert hostessek közül még ma is tartom a telefonkapcsolatot a kanadai lánnyal. A koreai hostess zenélő képeslapot küldött karácsonyra a verseny után. Az edzőnk mindig láttatja velünk az országot, a várost, ahol épp vagyunk. Velencében vaporettoval utaztuk be a lagúnákat. Körbejártuk gyalogosan a Szent Márk teret, megnéztük a Dózsepalotát is. A helyi idegenvezetőnk elmesélte, hogy árvíz idején csak gumicsizmában lehet járni a téren. Ez akkor vált érdekessé, amikor a magyar rádió bementa, hogy a Szent Márk teret elöntötte az ár. Akkor egyből eszembe jutott, hogy mi is ott ettünk a kövezett téren csapattársaimmal – épp úgy, mint a világ többi turistája.

Szöulban az tetszett, ahogy a kereskedők vevőt akarnak fogni. Több cipőbolt is volt egymás mellett a föld alatt lévő utcában. Mustrálgattuk a lábbeliket: egyik boltból ki, a másikba be. A végén már a környék összes cipőboltosa körülöttünk tolongott. Egyre nagyobb árendeménnyel próbáltak visszacsalogatni minket áruval teli üzleteikbe. Végül fillérekért vásárolhattunk lábbelit.

Sydneyben rendkívül kedvesek voltak velünk az ausztrálok. Egyszer egy bevásárlóközpontban jártunk. A csarnok egyik végében étterem üzemelt, a másik felén szupermarket volt. Kis üveg söröket tettünk a bevásárlókocsi kosarába, és a pénztárosnő még a blokkolás előtt figyelmeztetett, hogy ha fogyasztásra visszük, akkor jobban járunk a hétdecisekkel, mert az alig drágább, mint a fele akkora palack. Megfogadtuk a figyelmes hölgy tanácsát, mert nem szuvenírnek szántuk... Még egy példa: a következő napon ugyanennek a bevásárlóközpontnak az éttermi részében sétáltunk, és füstölnivalót akartunk vásárolni az automatából. A jóakarátú helybeliek, amint meglátták iparkodásunkat, egyből felhívták a figyelmünket arra, hogy két üzlettel arrébb fél áron vehetünk cigarettát.

Több mint két évtizede üzöm a gool-ball sportot. Az évek folyamán valósággal összeforrtunk csörgőlabdázó barátaimmal. Amikor birtokba vehettem mostani lakásomat, elég volt egyszer szólnom a sporttársaknak. Jöttek és semmi perc alatt telepakoltuk lommal a megrendelt konténert. Egyik haverom nemrégiben költözött be új lakásába, és kellett neki még egy-két apróság. Addig telefonálgattunk ismerősöknek, barátoknak, míg akadt valahol egy fölöslegessé vált hűtőszekrény, meg miegymás. Amit tudunk, segítünk egymásnak.

Reggel hatra járok dolgozni. Telefonközpontos vagyok. Délután, ha módom és időm engedi, gyógymasszörködéssel egészítem ki keresetemet. Utána pedig irány az edzés! Mire hazaérek, már jóval elmúlt nyolc óra. Hétköznapokon semmi szabad időm nincs – és ez szó szerint értendő: teljesen be vagyok táblázva. Aki egyszer beszállt a sportolás mókuskerekébe, az többé nem képes kiszállni onnan. Igaz, időnként kibukom belőle. Olyankor a hétvége nagy részét átalszom: néha szükség van egy kis regenerálódásra is.

Az állandó elfoglaltságok közben eszembe sem jut, hogy nem látok. Szinte semmiben nem akadályozza életvitelemet a látás hiánya. Ha mégis van némi szabad időm, akkor szívesen sétálok barátnőmmel a Rákos-patak partján, vagy bevásárolni megyünk. Megszállott, mindenévő zenerajongó vagyok: gyakran fordulok meg a CD-t árusító üzletek környékén. Olvasni is imádok. Irodalmi érdeklődésemet leginkább hangos könyvekből elégítem ki. Csak annyi a kritérium, hogy a mű ne legyen elvont. A televízióban a természet- és a dokumentumfilmek kötik le leginkább a figyelmemet. És persze hűtlen lennék önmagamhoz, ha nem lennék állandó nézője a sportközvetítéseknek. Amíg mozogni bírok, addig biztosan sportolok is valamilyen szinten. Életem elévülhetetlen részévé vált az aktív mozgás. Jó elfáradni az edzés után, majd letusolni. De másnap ugyanolyan remek érzés újra együtt edzeni a fiúkkal. Ilyenkor csak egyre gondolok: enyém a világ!

CSOPORTKÉP

Weltner Györgyné Ivánkai Mária (68 éves)
(Jelnyelvi tolmács: Halász Gáborné)

Szüleim hallók voltak. Nagy egyetértésben és szeretetben éltek. Kilenc gyermekük született. Akinek göndör lett a haja, az nem hall – öten voltunk ilyenek –, míg egyenes hajú testvéreim kifogástalanul hallanak. E megmagyarázhatatlan furcsaságra az orvosi vizsgálatok sora sem derített fényt.

Hetedik gyermek voltam a családban, göndör hajjal. Vallásos szüleim már nem lepődtek meg. Nagy szeretetben és angyali békességben neveltek bennünket; imádtam őket. Anyukám megpróbált rábírní, hogy utánozzam szájmozgással az általa mondott szavakat: mama, papa. Ösztönösen másoltam le ajkának mozgását – akkor még nem fogtam fel, hogy milyen nagy jelentősége van a szájról olvasásnak. Nem csak szüleink, hanem halló testvéreink is sokat foglalkoztak velünk. A nagy szeretet eltompította az érzékelési különbségeket.

Amikor rosszul halló bátyáim elérték a tanköteles kort, Sopronba kerültek a Siketek Általános Iskolájába és Állami Intézetébe. Gyula bátyám öt, Imre bátyám nyolc osztályt végzett – én eközben óvodás lettem. Nem éreztem jól magam a pajtások között, órákon át sírtam-ríttam. Nem csúfoltak és nem bántottak, de annyira vágytam haza, testvéreimhez és szüleimhez, hogy nem volt maradásom. Szüleim látták szomorúságomat és kivettek az óvodából. Mai fejemmel már tudom, hogy nagy hiba volt!

Szülőfalum, Bana iskolájába íratlak be. Halló gyerekekkel tanultam együtt. Diáktársaim megértően fogadták siketségemet és nem csúfoltak érte. Én azonban képtelen voltam velük lépést tartani – nagyon hiányoztak az óvodai alapok.

Szüleim magántanárt fogadtak mellém. A tanító nénim Bőnyréten, tőlünk 20 kilométerre lakott, szüleim lovaskocsival hozták és vitték. Ennek a kedves és türelmes hölgynek köszönhetem, hogy megtanultam beszélni.

A II. világháború véres zivatarát, a német, majd az orosz megszállást nehezen vészeltük át. Az elsőszülött, nagyothalló Kálmán bátyámat ismeretlen helyre hurcolták el a világégés alatt. Szüleimet – és velük bennünket, gyermekeket – 1949-ben kitelepítettek a származásunk miatt. Utunk Budapestre vezetett.

Pár hónapig Budán húztuk meg magunkat, a lakás azonban szűkösnek bizonyult a népes család számára. Szüleim végül Csillaghegyen találtak megfelelő családi házra.

Gyula bátyám ötödiknek érkezett a világra. Ő már akkor eljött otthonról, amikor még nem is sejthettük, hogy néhány év múlva internálnak minket. Mire a kiszámíthatatlan politika baljós szele a fővárosba sodort minket, már jól kiismerte magát. Tőle tudtuk meg, hogy van Süket-némák Intézete – akkoriban így nevezték. A lehetőségek kapuján léptem be, amikor felkerestem szervezetünk központját. Rendezvények sora, sportolási és tanulási lehetőségek kínálták magukat csábítóan. Tizenhat éves voltam.

Beiratkoztam a nagyothallók iskolájába. Ötödik osztálytól folytattam tanulmányaimat. A tanárok szigorúak voltak, én pedig már eléggé érett tudatú nagykasas. A tanítóim kedveltek. Jó eredménnyel végeztem el a felső tagozatot. Ám hiába fejeztem be a nyolc osztályt: anyu nem akarta, hogy Teréz húgom egyedül járjon iskolába, és ezért még egy évet el kellett töltenem a sulipadban.

Az iskolai évek alatt rendszeresen bejártam a szövetség székházába. Társadalmi munkában segítettem az irodai dolgozóknak. Emszt Kálmánné titkár és Nagy Ernő szervező titkár tanított meg a jelelésre. Mindketten kiváló emberek voltak.

Az általános iskolai tanulmányaim folytatásával egy időben kezdtem sportolni a Siketek Sport Clubjában. Több lehetőséget is kipróbáltam. Az úszással kezdtem, majd kerékpároztam, röplabdáztam – a végén még az asztaliteniszezéssel is megismerkedtem. Kimondottan tetszett ez a változatos sportélet, de az egyesületben figyelmeztettek arra, hogy eredményesen csak egy sportot lehet üzni. Könnyű volt a döntés: az asztaliteniszt választottam. A játék szépsége mellett imponált az is, hogy ez igazából szellemi sport. Volt érzésem a pörgő ritmusú játékhoz, eredményesen ütöttem vissza a labdát.

Az edzőteremben ismertem meg leendő férjemet, aki előbb szakosztályvezető, majd asztaliteniszedző lett – 40 éven keresztül volt az. Ő sem hall. Házasságkötésünk után három évvel, 1959-ben született meg leánygyermekünk – hamar kiderült, hogy ő is hallás nélkül. Mivel nekünk a nem hallás természetes, gyermekünk állapotát sem fogtuk fel tragédiának. Tudtuk, hogy egyre jobb és bővülő lehetőségek segítik a hallássérült fiatalok fejlődését. Még pöttömke volt, amikor férjemmel cernára fűztük fel a kaucsuklabdákat és a fűzért felkötöttük a csillárra. Kedvelt játéka lett gyermekünknek a himbálózó pingponglabdák ütögetése. Bevált a tervünk: a későbbiekben is örömmel vette kezébe az asztaliteniszütőt.

Addigra elvégeztem a műszerésziskolát. A Beloiannisban dolgoztam 31 évig. Hűséges munkámért kitüntetést kaptam. A napi munka után hazasiettem, majd irány az edzés: a szabad ég alatt gimnasztikával melegítettünk be, és ezt követte a technikázás. Minden hétköznap volt napi négy óra edzésünk, a hétvégéken pedig versenyekre jártunk. Harminckét évig asztaliteniszeztam.

A csapatépítéssel kezdtük a munkát (kerületi másodosztály), és tizenhárom év kemény edzéseivel felküzdöttük magunkat a Nemzeti Bajnokság II. osztályába (ekkor, 1962-ben volt ötvenéves az asztalitenisz-szakosztályunk). Az épp csak beinduló sportkarrierem majdnem kettétört 1953-ban, amikor kis híján kitelepítették a családunkat Recskre. Az utolsó pillanatban a Siketek Szövetségének vezetői – Emszt Kálmánné, Nagy Ernő és Györe főtitkár – vetettek gátat az embertelenségnek: amnesztiát kaptunk.

Edzőnk kijelentette: Ha eredményesen szerepelünk a hazai bajnoki mérkőzéseken, akkor van rá sanszunk, hogy kijussunk a siketek olimpiájára. A lehetőség felettébb csábított. Ha szabad illet mondani, még nagyobb elszántsággal és fifikával ütöttük a kaucsukot, mint addig. Kétszáznegyszeres magyar válogatott lettem. Hétszer indultam a siketek olimpiáján 1957 és 1981 között. Milánóban két arany- és egy ezüstérmet nyertem, Helsinkiben egy aranyat és két ezüstöt, Washingtonban két aranyat, egy ezüstöt és egy bronzot, Belgrádban egy aranyat és egy bronzot, Malmöben két aranyat és egy ezüstöt, Bukarestben egy ezüstöt, és végül, Kölnben egy bronzérmet. Az Európa-bajnokságokon háromszor diadalmaskodtam, egyszer második, négyszer pedig harmadik lettem. Nemzetközi bajnokságokon háromszor győztem. Országos egyéniben tízszer állhattam fel a dobogó tetejére, párosban pedig huszonegyszer diadalmaskodtam.

Teréz húgom is remek asztaliteniszedző volt. Hatszor nyert aranyérmet a siketek olimpiáján. Lányunk is eredményes játékosná vált: egy arany- és két bronzérmet szerzett.

Legszebb sportemlékem Malmöhöz fűződik, ahol 1973-ban dobogóra állhatott női csapatunk. Az egyik svéd napilap címlapon hozta le családi fotónak is beillő csapatképünket. „Anyá, lánya, testvére, valamint az edző apa-férj” – írták a felvétel alá.

Sikeres sporttevékenységemért 1957-ben kormánykitüntetést, 1961-ben pedig a Magyar Népköztársaság Sport Érdemrendjének arany fokozatát kaptam meg Dobi Istvántól.

Versenyzőtársaimmal még ma is örülünk egykori sikereinknek, de mára már öröm is vegyült a szép emlékek közé. A törvény felhatalmazta a kormányt, hogy rendeletben határozza meg a paralimpiai játékokon, a siketek olimpiáján és más világversenyeken eredményesen szereplő versenyzők sportjáraadékát. A kormány (71/1999. május 21. sz. kormányrendelet) az 1984-et jelölte meg a jogosultság legkorábbi időpontjaként. Ez a szabály diszkriminatív – pedig a siketek számára már 1924-ben is rendeztek siketek olimpiáját! Versenyzőtársaimmal dicsőségek sorozatát szereztük hazánknak. Hála és megbecsülés helyett a kisemmizés lett osztályrészünk, pedig mi is felesküdtünk az olimpiai zászló alatt, mint az egészséges sportolók. Egykori versenyzőtársaimmal már a nyugdíjasok vékony kenyerét esszük. A siketségünkből adódóan sok a plusz kiadásunk, így mindannyiunknak igencsak jól jönne az aranyéremért járó havi 80 000, az ezüstéremért fizetett 60 000, vagy épp a bronzéremért adott 40 000 forint. Hiába kilincseltem a minisztériumban. Türelmesen végighallgattak ugyan, és még halvány ígéretet is kaptam, de érdemben semmit sem tettek az ügyünkben – és ez fáj!

A siketek és nagyothallók közül Magyarországon elsőként szereztem jogosítványt, 1967-ben. Svájcban és Spanyolországban is eredményesen szerepeltem nemzetközi autós ügyességi versenyeken. Harmincöt éve szervezem sorstársaim autóvezető-oktatását és autós klubéletét. A Hallássérültek Autó Klubjának elnöke vagyok. Évtizedeken át végzett társadalmi munkámért a Cházár András kitüntetés ezüst- majd arany fokozatát is megkaptam a SINOSZ-tól (Siketek és Nagyothallók Országos Szövetsége). A Magyar Autó Klub országos elnöksége nevében Hegedűs Oszkár nyújtotta át nekem a klub érdekében végzett, kiemelkedő tevékenységemért a Szent Kristóf Klub ezüst fokozatát.

Mi volt az előzménye mindennek? Egyik bátyámban – mint ahogy bennem is – igen erős volt az élni akarás. Sehogyan sem tudott megbarátkozni azzal a gondolattal, hogy nem vezethet járművet. Fittyet hányt az előírásokra, szerzett magának egy motorkerékpárt; le is felrobogott vele a városban – amíg fülön nem csípték a rendőrök. A jogosítvány hiánya – na meg a nem hallás – okán elkobozták tőle szíve vágtyát. Nagyon elkeseredett és elhatározta, hogy disszidál.

Sopronkőhát közelében vágott neki gyalogosan a határnak egy barátjával. Zimankós tél volt, süppedő hóval és befagyott vizekkel. A nehézségeket tetézte, hogy aláaknázott területen vezetett az útjuk (1955-öt írtunk). Váratlanul jég került a talpuk alá és beszakadt testvérem barátja alatt. Csak nagy küzdelem árán bírta kimenteni társát a fagyos vízből. Nem hagyta magára: a hóna alá nyúlt és szerencsésen átsegítette Ausztriába. A határsáv közelében apró falura bukkantak. A helybeliek el se akarták hinni, hogy a zöldhatáron át jutottak el hozzájuk a magyarok. A közeli csendőrségre kalauzolták testvéremet és barátját. Vallatni kezdték őket, mert azt hitték, hogy kémek. Aztán, amikor az egyenruhások rájöttek, hogy két valódi siketet faggatnak, fölöttébb elámultak. Akkor kémek sem lehetnek! – vonták le a „következtetést”, és szabadon engedték őket.

Linzbe kerültek. Hamar munkába álltak és a bátyám nemsokára motorkerékpáron indulhatott munkába. Pár év múlva már New York-ban volt. Na, mi van otthon? – kérdezte kissé kekeckedve az egyik levelében. Mert itt már autót is vezethetek, nem csak motort!

Ekkor fogtam bele teljes erőbedobással, hogy a siketek is szerezhessenek jogosítványt. Ha kellett, az amerikai példára hivatkoztam. Amikor kézbe kaptam a jogsit, és találkoztam az ismerős rendőrökkel, meg is kérdezték:

– Miért nem vezet, Marika?

– Hát, mert nincs autóm... – Akkoriban csak sorszám alapján lehetett autóhoz jutni, és rengetegen vártak Trabantra. Ahogy a rendőrök megtudták az okot, a segítségemre siettek. Eddig egyetlen balesetet sem okoztam!

Minden évben rendezünk autós ügyességi házibajnokságot a siketek napján. Közel harmincan szoktunk rajthoz állni. A mindenki által jól ismert rutinpálya akadályaival kell megküzdeniük a bizonyítani vágyóknak. Sok energiát emészt fel a versenyek szervezése, de örömmel teszem. Ezen a tanpályán oktatják autóvezetésre is a siket embereket. Az elméleti és a gyakorlati oktatásnál is elengedhetetlen, hogy kiválóan felkészült jelnyelvi tolmács jelelje az oktató szavait. A tolmács a vizsgán is segít. Évente 15-30 sorstársam jut jogosítványhoz.

A Siketek Sport Clubja új sportcsarnokának létrejöttét is elősegítettem. Nagyszabású adományszerző kampányt indítottam a médiában a magasztos cél érdekében. Büszke vagyok arra, hogy kezdeményezésem visszhangra talált. Egyik alapító tagja vagyok a Magyar Siket Sportérmesek Klubjának, és hat évig a klub alelnöke is voltam.

Sohasem használtam hallókészüléket – nem lett volna értelme. Az asztaliteniszezés közben nem zavart, hogy nem hallok – a siketek olimpiáján a versenyzőknek tilos hallókészüléket használniuk. A férjemnek sokkal nehezebb dolga volt – neki az alapoktól kellett megtanítania az eredményes játékra sorstársainkat. Az edzősködés nagy türelmet és kitartást kíván. Tevékenységének méltó elismerése volt, hogy az ép versenyzőkkel felálló csapatok vezetői mind dicsőően szóltak szakmai munkájáról. Nem is csoda, mert 1957 és 1977 között a siketek között a világ legeredményesebb asztalitenisz-válogatottja a magyar volt! Mára a második helyre csúsztunk vissza – a japánok mögé.

Feszültté tett, ha férjem tanácsokat osztogatott nekem verseny közben a kispadról. Miután rájött erre, észrevételeit a szünetek idejére tartogatta. Más esetben is figyelmes és előrelátó volt. Amikor az Egyesült Államokba indultunk a siketek olimpiájára, egy állami edzőt kért fel a csapat összeállítására, nehogy azzal vádolják, hogy családjának és a rokonságnak kedvezett. A Washingtonban elért eredményünk után már senki sem kételkedhetett tárgyilagosságában.

Férfi és női egyéniben és a párosokban is általában 64-64 induló szállt harcba az aranyéremért. Minden felállásban részt vettem a versenyeken. Párosban remkeltem, egyéniben viszont csak az ezüstéremig szoktam eljutni. A kellő pillanatokban nem tudtam hideg fejjel gondolkodni, pedig jól alá tudtam nyesni a kaucsuknak, a tenyereim erősek voltak, és jól kombináltam a két ütésformát.

Külföldön járva a nyelvismeret nem okozott problémát, ha a többi ország siket sportolóival kellett kommunikálnom. Ha nem is egyezik teljesen a jelelés a különböző országokban, de azért nagyon hasonló, könnyen megérthető. Nehézség esetén körbeírjuk mondanivalónkat. Mivel sokfelé megfordultam a világban, rengeteg tapasztalatot gyűjtöttem sorstársaimtól, életlehetőségeikről. Többen közülük olyan lenyűgöző feltételek mellett éltek, dolgoztak és sportoltak, hogy bizony, elszorult a szívem, ha sivár hazai viszonyainkra gondoltam. Az elmúlt évtizedek alatt többször is biztattak külföldi letelepedésre, de soha nem inogtam meg. Az én hazám Magyarország, ott akarok élni! – feleltem mindig.

Nyugaton a világ legtermészetesebb dolga, hogy a siketek kedvéért feliratozzák a televízió műsorait. Ezzel szemben mi van nálunk? Valamikor még feliratozták a tévéhíradót – húsz percig. A televízióban vetítettek havonta két-három aláírásos filmet – de hol van az már? A mindennapok forгатagában épp úgy diszkriminálnak minket, mint sportmúltunk el nem ismerésével. Nagyon hiányoljuk a megbecsülést és a figyelmet!

Lányunk mechanikai műszerész lett, és az Orionban helyezkedett el. Munka- és asztaliteniszező társai is kedvelték. Mióta férjhez ment, egy óceán választ el bennünket. Három évvel az esküvő után megszületett unokánk, aki fiú és erősen nagyothall. Maholnap már tizenöt éves lesz, és integrált osztályban tanul. A tanórákon két halló tanár van jelen. Egyikük folyama-

tosan jeleli a siket vagy nagyothalló diákok számára a másik szavait. A segítség révén lépést tudnak tartani halló társaikkal, akik egyébként megtanulnak jelelni!

Vejem siket – alig hall. Talán nyugodtan mondhatom: a siketeknél is bevett szokás, hogy egymás között találunk társra. Szerintem ez így a jó, mert közös a probléma, és állapotunk nem okozhat félreértést. Öröm és megnyugvás számomra, hogy stabil anyagi helyzetben élhetnek Los Angelesben. Az is pozitívum, hogy a nem hallásuk miatt szinte semmiben sem szenvednek hátrányt. Ennek példaként a gépíró telefont említeném: ez akadálymentessé teszi a sorstársak gyors kommunikációját – és még az a nagy előnye is megvan, hogy az írásbeliség következtében megtanulnak helyesen írni. Amerikában létezik az operátorrendszer. Ha halló személlyel kíván kapcsolatba lépni a siket, akkor az operátor segítségét kéri. A nagyothalló leírja mondandóját a gépíró telefonon – ezt megkapja az operátor, és felolvassa a vonal túloldalán váró, halló személynek. Tőle szóbeli választ kap: azt legépeleli és elküldi a siketnek.

Ahogy annak idején a jogosítvány érdekében, most is útra keltem az ötlet magyarországi adaptálása érdekében. Bementem a Posta központjába, ahol türelmesen meghallgattak, és némák maradtak. A technika ugrásszerű fejlődése révén már küldhetünk SMS-t. Nekem fax- és gépíró telefonom van.

Előfordulhat, hogy az utcán meg kell kérdeznem valakit. Ha nem érti a szavamat (kellően figyelve meg lehet érteni, illetve következtetni lehet Marika mondandójára – a szerző megj.), akkor megismétlem a kérdést. Az emberek általában türelmetlenek – tisztelet a kivételnek. Az írásos közlést lehetőleg kerülöm.

Számtalan példát tudnék mondani olyan helyzetekre, amelyekben zavar a nem hallás. Hiába megyek el a lakógyűlésre: nem mindenki szájáról tudom leolvasni a mondatait. Amikor a sportjáradék ügyében jártam hivatalról hivatalra, észrevettem, hogy nem beszélnek velem szívesen. Mi, siketek egyszer a parlamentben is szót kaptunk, hogy elmondhassuk feszítő gondjainkat. Alig néhány percet beszélhattünk, aztán megköszönték, hogy megjelentünk. Pedig lett volna mondandónk bőven... de belénk fojtották a szót.

Való igaz, hogy szájról jól tudunk olvasni. Egyszer egyik társunkat megpróbálták rávenni a médiában, hogy mondja el, mit beszélt egymással két politikus az ülésteremben – a tévéközvetítés alapján. Nem volt hajlandó erre és nagyon helyesen tette. Azóta ha a kamera optikája az egymással susmusoló politikusok felé fordul, gyorsan a szájuk elé teszik a tenyerüket.

Jelzem, a politika is jó példa arra, hogy mi minden érdekelne még bennünket – csak hát nem jutunk hozzá. Hogy sokoldalúan megszerezzhessük az aktuális információkat, 500-800 forintért kéne újságot vennünk naponta. A kis nyugdíjunktól erre nem telik. De – mondjuk – a sportjáradékból már telne...! Férfjemnek nem is marad más lehetősége, mint hogy elbandukol a közeli könyvtárba, kiolvassa a napilapokat, és hazajöve informál a honunkban és a nagyvilágban történekekről.

Az évek múlását egyre jobban érzem magamon. Fáj a térdem és a könyököm is, és ebben a három évtizedes, aktív versenyzés is ludas lehet. A sportolás teljesen betöltötte az életemet. Általa barátokhoz és – tegyük hozzá – világra szóló eredményekhez jutottam. A drukkolás, az izgulás egymás sikeréért magával ragadott, lebilincsel. A változó taktika kidolgozása és alkalmazása is építően hatott egyéniségem fejlődésére. Sok emberrel találkoztam; láttam és megtapasztaltam a világot, ami gazdagított. Segített abban, hogy aktivizálódjam a siketek érdekében. További hozadéka a sportolásnak, hogy rengeteg barátot szereztem a nagyvilágban. Külföldi sorstársaimmal folyamatosan tartjuk a kapcsolatot faxon és személyesen is.

Ha megadatna egy napig, hogy halljak, akkor segítenék sorstársaimnak tolmácsolni, ügyet intézni. Ha pedig maradna még időm, szívesen hallgatnék zenét.

EGY A SOK MILLIÁRD KÖZÜL

(Aki úgy érzi, el kell mondania valamit az emberiségnek)

Székelgy György (56 éves)

1946-ban születtem. Egy, a Dunához közel álló, nagy, nyolcemeletes ház nyolcadik emeletén láttam meg a napvilágot. Akkoriban még romokban állt a város. A ház úgy emelkedett ki a romok közül, mint pusztából a magányos fa. Emlékszem, a szobáknak nem voltak utcára néző ablakai: tetőablakok voltak, az égre néztek. Amikor hó hullott, láthattuk a lassan szállingózó hópelyheket, ahogy betemetik az égre nyíló ablakot.

Nem kezdődött szerencsésen az életem. Kétéves koromban skarlátbeteg lettem: nagy vörhenyjárvány volt akkoriban az országban. Szüleim nem tudtak a betegségemről, és elvittek beoltatni. Az orvos nem győződött meg róla, hogy nem vagyok-e már fertőzött. A dupla adag ellenszérum ráment a vesémre. Amíg a többi gyermek számára az elkövetkező négy év a játék és a világra csodálkozás korszaka volt, nekem a kórház egyhangú világa jutott. Az orvosok azt mondták szüleimnek: alig van rá esély, hogy ilyen súlyos vesebántalomból bárki is felépüljön. Mit sem tudtam róla, hogy a halál árnyékában életem napjaimat.

A Bókay Gyermekklinika professzora dr. Gegesi Kis Pál volt. Akkoriban állítottak elő először vérből plazmát Magyarországon. A professzor úr megkérdezte édesanyámtól, hogy kipróbálhatják-e az újfajta kezelést a kisfián? – Veszíteni való úgy sincs! – tette hozzá. Anyukám rábólintott. A szervezetembe juttatott plazmának köszönhetően egyre stabilabbá vált a veseműködésem. A magas vérnyomás még okozott kisebb-nagyobb gondot, de szépen, lassan elfelejtettem a zűrös múltat, és a jobb élet felé fordultam.

Az általános iskola első osztályát magántanulóként, otthon végeztem el. A második tanév kezdetére annyit javult az állapotom, hogy szeptemberben már én is táskával a kezemben igyekeztem az iskolába. Addig a kórházban alkalmilag összeverődött gyermekközösség volt számomra az a világ, amiben alakíthattam, formálhattam személyiségemet.

Mivel jobbára mesterséges környezetben cseperedtem fel, megfelelő tapasztalatok hiányában léptem be az iskola kapuján. Az egyik, nyolcadik osztályos fiú behívott a tantermükbe, én meg mentem utána, a világra csodálkozás összes naivitásával. Bejött az óraadó tanító és meglepetten nézett rám. Elcsodálkoztam, amikor visszazavart saját osztálytársaim közé.

Édesapám pár évvel később meghalt – még esik róla szó a későbbiekben –, így édesanyám egyedül nevelte tovább engedetlen, magát kétségbeesve kereső kisfiát.

Magányos voltam és nem önszántamból. Egyszer, osztálykiránduláson hosszú, elnyújtott oszlopban mentünk éjszakai szállásunkra. Szokás szerint egyedül baktattam a csoportban. A hátam mögött egy páran beszélgettek. – Mi lenne, ha egy nagy közösséget hoznánk létre, bevonva azokat is, akik magányosak? – kérdezte egyikük. Hirtelen reménykedni kezdtem. Lehet, hogy nem leszek mindig egyedül? Lehet, hogy lesz baráti társaságom? A beszélgetés folytatódott: – Például itt megy elöttünk a Székelgy.

– Ő egy magányos farkas – mondta valaki, és olyan nagy-nagy csend lett körülöttem.

A kórházban töltött évek alatt alig fejlődött a fizikumom. A leggyengébb fiúk közé tartoztam az osztályban. Emiatt valamennyi, a gyermektársadalmat törvényszerűen jellemző kegyetlenséget el kellett szenvednem iskolás társaimtól. Közben elkezdtem vívni – a részletekről majd később szólok. A vívásban teljesen egyenrangú félként voltam jelen az edzéseken, majd a

versenyeken. A sport megadta azokat az önbizalmat növelő élményeket, amikről pedig már le is mondtam. Egészen a gimnázium harmadik osztályáig – amíg ki nem derült, hogy versenyszerűen sportolok – legalul álltam a gyermektársadalom kegyetlen hierarchiájában. Hogyan tudódott ki? Sohasem felejttem el. Középiskolás bajnokságon indultam. A nevezést az iskolának kellett leadnia. Tornából folyamatosan fel voltam mentve, hogy a gyerekkori betegségeből adódó fizikai elmaradottságom miatt ne legyen rosszabb az átlagom. Amikor jelentkeztem a tornatanárnőnél a nevezésért, rám csodálkozott:

– Hát te sportolsz?

Az sem volt rossz reklám, amikor az iskola úszóversenyén, ezer méteren hat hosszt vertem diáktársaimra. A sportnak köszönhetően szép lassan visszaszereztem elveszettnek hitt önbizalmamat.

Érdekes módon tanultam meg úszni. A régi Csaszi jártak velem szüleim. A fürdő egyik medencéje enyhén lejtős. Magamban pancsoltam a vízben, és ahogy egyre beljebb merészkedtem, egyszer csak elfogyott a lábam alól a talaj. Kalimpálni kezdtem a vízben, és már úsztam is. Minderről egy árva kukkot sem szóltam a medence partján tanyázó szüleimnek. Pár hónappal később felvetette apukám: – Milyen jó lenne, ha Gyurika megtanulna úszni! Ilyen előzmények után lettem a Rudas Fürdő úszóiskolájának tagja. Hosszú rúd végén volt egy hurok. Abba kellett belebújnom, hogy az úszómester által mutatott tempókat gyakoroljam a vízben. Nos, elkövettem egy hibát: szépen kiúsztam a hurokból.

– Hiszen ez a gyerek tud úszni! – hüledezett az úszómester.

Apukám nem tudott hova lenni a csodálkozástól. – Jó-jó, de hol tanult meg?

Édesapám fiatal kora óta vívott, ezért kard és vívósisak mindig volt nálunk otthon. Adta magát a lehetőség. Mutatott pár vágást, „vívott” velem a szobában... megszerettette velem a vívást. Teltek az évek, és már a nyolcadikat jártam, amikor elhatároztam, hogy komolyabban is megpróbálkozom vele. Első mesterem, Ozoray S. Zoltán olimpiai bajnok nagy tudású szakember volt, aki egy magán vívóiskolát vezetett. Hamarosan mégis úgy döntöttem, hogy inkább egy élvonalbeli egyesületben folytatom az edzésmunkát. Edzőim tehetséges vívópalántának tartottak. Az elkövetkező, bő évtized alatt a Honvéd, a Vasas, az MTK, majd a Budapest sportegyesület színeiben versenyeztem.

Fiatalon nősültem és gyorsan jöttek a gyerekek. Két fiú: Gyuri és András, öt év korkülönbséggel. Változatos munkakörökben dolgoztam: voltam segédmunkás, műhelyírnok, rakodómunkás, hordtam ki újságot, voltam nyomdában marató, írtam és fényképeztem újságoknak, hadd ne soroljam tovább...

Már első osztályú minősítésű versenyző voltam. Hétköznapijaimat az uszodában kezdtem. Utána irány a vívóterem, ahol kemény edzésmunkával telt el a délelőtt. Délről a sportállásomban tevékenykedtem, késő délután újra a vívóteremben edzettem, este pedig holtfáradtan zuhantam az ágyba. Minden hétvégén volt kardverseny – hobbiból viszont töröztem is, ami odáig fajult, hogy abban is első osztályú versenyző lettem.

Az akkori hazai élmezőny első húsz versenyzője közé tartoztam. Nemzetközi mércével mérve jó tudású vívónak számítottam, mert akkor a magyar kardvívás világszintű volt. Nemzetközi versenyen mérhető eredményem nem volt, de máig is büszke vagyok arra, hogy a páston megmérkőzhettem a világ nagy vívóegyéniségeivel. Pár név közülük: Pawlowski, Rakita, Nazlimov. Világ- és olimpiai bajnokok ők. Sportpályafutásom 1965-től egészen 1973-ig ívelt.

Most pedig visszakanyarodom a gimnáziumi éveket követő magánéletemhez. Olyan fiatalemberré váltam, aki nem szerette a kötöttséget, és nem tudta megszokni a magányt. Gyermek-

korom világa a szabad ég alatti játékon alapult. A Petőfi-híd budai hídfője közelében laktunk szüleimmel. Minden háznak megvolt a maga kölyökbandája, és ezek állandóan „háborúban” álltak egymással. Gyakran keltünk birokra ellenlábasainkkal, hogy eldöntsük, ki is a legény a talpán. Ha épp nem volt kedvünkre való a szilaj összegabalyodás, akkor a letört, méter magas gaz szárát lecsupaszítottuk, és azzal vívtunk remek csatákat a grundon. Várakat építettünk a sűrű gázban, saját területeket alakítottunk ki, és éltük a magunk gyermek-felnőtt perceit.

Éreztem magamban valami ösztönös szervezőkészséget – és emellett igényt, hogy kifejezzem mindazt, ami belül megfogalmazódik bennem. Egyre közelebb éreztem magamhoz a képi kifejezésformát. Első fényképezőgépem egy Pajtás masina volt, majd eljutottam a Zenit, Praktika színvonaláig. Gyermekkorom kedvelt hobbijává vált a fényképezőgépek kattintgatása egy-egy jó felvétel reményében. Ismerőseim közül többen is elismerően szóltak a képeim kifejezőképességéről. Emellett verseket faragtam, és a zene sokrétű hatása is lebilincselte. E sokféle érdeklődés végül is egyfelé mutatott. Filmrendező szeretnék lenni! – döntöttem a gimnázium után.

Jelentkeztem a Filmművészeti Főiskolára, ahonnét úgy vágta ki első alkalommal, ahogy csak lehet. Az ok persze bennem rejtett. Ijedt kisdíák benyomását keltettem a felvételi bizottság tagjaiban. A filmrendező szakra nem hirdettek minden évben felvételt, ezért csak pár év múlva próbálkozhattam újra. Bizakodtam, hogy az 5-600 jelentkező közül én is a befutók között leszek. Sikeresen túljutottam az intelligenciateszten. Ez volt a háromfázisú felvételi első próbája. A második próbatétel két szakaszból állt. Az elsőben egy félkész novellát kellett befejeznünk. A másodikban három, egyenként húszas csoportra osztották a még versenyben lévőket. Mindegyik társaságnak riportot kellett készítenie egy-egy partizánnal (Magyar Partizán Szövetség), majd a beszélgetésből kiindulva novellát kellett írni. A partizán beszélt 1919-ről és 1945-ről is, a végén pedig rákérdeztünk 1956-ra. Megtudtuk, hogy fegyvert sohasem fogott kezében a harcos múltú amazon. Ezek után már nem mertük megkérdezni, hogy akkor miért is tartja magát partizánnak? A három bajtárs hölgy egyike halkan megszólalt: – Hát, tudjátok gyermekeim... és elkezdett beszélni 1956-ról. Sivítva zúgtak el a lövedékek az ablakok előtt. Annyira félt a dörrenő robajoktól, hogy bebújt a zongora alá.

Na, én ebből írtam novellát. Egy epilepsziás lány történetébe ágyaztam a hallottakat. A fiatal lány magányosan él, és szeretett nagyapja faliképével társalog, vele osztja meg sajátos gondolatait. A lány számára egyedül a zongorázás ad lehetőséget az önkifejezésre. Kitér a forradalom. Gránátok robbannak a városban, véres csaták mindenfelé. A katartikus élmények hatása alatt a lány leül a zongora elé, és zenében oldja fel összes keserűségét. Míg átszellemlőn futtatta ujjait a billentyűkön, az egész család a hangszer alatt kuporog, reszketve. A novella végén a kislány meghal.

Csupán egyetlen kérdést tett fel a vizsgabizottság a novelláról: miért kellett meghalnia a lánynak? Azt válaszoltam, hogy szerintem egy olyan társadalomban, ahol az egészségileg vagy mentálisan más emberek osztályrésze csak a megkülönböztetés vagy az elzártság lehet (1975), a valóság csak a véget és a pusztulást jelentheti. Válaszomat nem fogadták el, és a harmadik próbálkozásom sem járt sikerrel. Az már más kérdés, hogy azóta sem sok minden változott ezen a téren.

Úgy vélem, egy szakmailag igényesen elkészített filmben csak minimális mértékű beszédet kell használni. Ha a kép nem tudja önnön erejével hüen kifejezni mindazt, amit a rendező szeretne elmondani a közönségnek, akkor ott nem stimmel valami.

Töretlenül vívtam még, amikor sportorvoshoz kellett mennem. A labor dolgozói a tölem levett mintát összecserélték valakiével, és olyan lehetetlenül rossz vesefunkciót mutattak ki, ami

láttán kész csodának tartották az orvosok, hogy még élek. Ezek után nem maradhattak el az alapos, mindenre kiterjedő kontrollvizsgálatok. A Sportkórház és a Belgyógyászati klinika számos vizsgálójában megfordultam, és itt is, ott is csupa negatív eredmény született. Ám voltam olyan botor, hogy mindkét egészségügyi intézetben beszámoltam gyermekkori veseproblémámról. Az orvosok szigorúan összehúzták szemöldöküket, és eltiltottak a további sportolástól. Értetlenül álltam a megdöbbenő fejlemény előtt. Tizenkét évig teljes erőbedobással vívtam...

Egyik napról a másikra fel kellett hagynom a kardozással. Lelkileg összeroppantam az övön aluli ütéstől. A válogatott, a nemzetközi szintű megmérettetés kapuja előtt húzták le a redőnyt az orvosok. A siker élménye helyett örvénylő, feneketlen mélységbe zuhantam, még csak nem is sejtve, hogy hol kötök ki a végén. Csak időleges gyógyír volt fájó sebemre, hogy barátaim mellettem maradtak a nagy nekibúsulás idején. Velük jártam keresztül-kasul az országot, készítettük számolatlanul a fényképeket. A fotókból pedig kiállítást rendeztünk. Szakmai berkekben csak úgy emlegettek bennünket: a négyek. Az első, zsánerképekből álló, de egységes tartalmú kiállításomat a szintézisen alapuló, tervezett és megkomponált képek követték. A harmadik, bennem élő fotókiállítás-forma megalkotásával még adós vagyok. Eddig tizenhárom kiállításom volt.

A sportolás kényszerű abbahagyása után néhány évvel (1976-ban) váratlan fejlemény akasztotta meg az életemet.

Amíg sportoltam, annak megfelelően éltem. Rengeteg folyadékot ittam, mivel az intenzív edzőmunka miatt sokat is vesztettem. Miután abbahagytam a sportot, jóval kevesebb folyadékot fogyasztottam. Romlani kezdett a vesefunkcióm, és ez három év alatt odáig fajult, hogy elkerülhetetlenné vált a dialízis. Úgy gondolom, ha az orvosok nem tiltottak volna el a vívástól, akkor az állapotom nem rosszabbodott volna (legfeljebb sok-sok év múlva). Épp az ellenkezőjét érték el, mint amit szerettek volna.

Nehezen viseltem a művesekezést. Idegileg teljesen összeroppantam. Édesanyám, feleségem és barátaim egyként álltak mellettem ebben a nehéz időszakban. Intenzív osztályra kerültem. Édesanyám és feleségem is a kórházi ágyam mellett töltötte a nap nagyobb részét. Az életben maradásomat köszönhetem nekik. Nekik köszönhetem azt is, hogy a körülmények dacára lehetett barátaimmal közös fotókiállításom Krakkóban.

De térjünk csak vissza kis hazánkba, ahol évi 5-600 vesebeteg halt meg akkoriban, mert alig volt műveseállomás és dializáló gép! Igaz, már végeztek vesetranszplantációt, de évente csak négyet-hatot: még kuriózumnak számított.

Békés éjszakai álmomat aludtam otthon, amikor arra riadtam, hogy vadul dörömbölnek az ajtón. A mentősök ébresztettek ilyen harsányan. Van számomra egy beültethető vese a klinikán, ha gondolom, tartsak velük! – mondták. Olyan rosszul lettem az idegességtől, amilyenre ilyen szituációban csak képes lehet az ember. Valahogy mégis beleugrottam a nadrágomba, felülre is kaptam valamit, és már robogtunk is a klinika felé. A nagy lendülettel induló folyamathoz tartozik, hogy édesanyám, feleségem és egyik barátom, (egy hölgy) is felajánlotta számomra egyik veséjét. A feleségem veséjének vizsgálata már a végső stádiumban járt, hogy véglegesen kiderüljön, átültethető-e szervezetembe, vagy sem. Ehelyett egy öngyilkos fiatal férfi veséje várt rám. Az operáció és a felgyógyulás komplikációmentes volt: másodszor is megszülettem. Talán nem véletlen, hogy minden szervátültetett megünnepli második születésnapját – én sem lógok ki a sorból.

Az új élet kissé letargikusan kezdődött: sorra haltak meg azok, akikkel együtt jártam művesekezésre. Az átültetett veséjű betegek jelentős része is meghalt. Rosszul viseltem a

barátok számának folyamatos apadását. Ne feledjük: a hiányos feltételek miatt 1977-ben és a rákövetkező években is naponta két ember halt meg vesebetegségben Magyarországon. Úgy gondoltam, tennem kell valamit betegársaim érdekében. Belekezdtem a művese-kezelés és szervátültetés magyarországi kórképének összeállításába. Riportokat és fényképeket készítettem kutakodó körutamon. Magánakcióm eredményét írásban kivonatoltam, csatoltam hozzá a felvételeket, és elmentem a Nemzeti Galéria akkori főigazgatójához, Pogány Ö. Gáborhoz.

– Szeretnék egy kiállítást ebből az anyagból! – tettem asztalára a dokumentációt.

– Tudnék ajánlani pár művelődési házat, ahol megvalósíthatná a terveit...

– Ez „ki van csukva!” – feleltem, és részletesen felvázoltam elgondolásaimat.

– No és a Galéria melyik termében szeretné bemutatni a fotóit? – kérdezte, miután figyelmesen végighallgatott.

Ez volt az első sikeres lépésem ügyünk érdekében. Jelentősen behatárolta további cselekvéseimet, hogy elvált tőlem a feleségem. Csak az volt némi gyógyír a fájó kudarcra, hogy amikor két fiúgyermekünknek választania kellett, hogy melyikünkkel kíván maradni, mindketten engem választottak. Hárman maradtunk – illetve négyesben: édesanyám teljes önfeláldozással viselte gondját felnőtt fiának és két, anya nélkül maradt unokájának. Hogy finoman fogalmazzak, még a béka fenekénél is mélyebbre szálltunk anyagilag. Fiú társaságunk azonban keményen dacolt a nélkülözéssel. Amikor kimásztam a válás okozta letargiából, megráztam magam, és hatalmasat léptem előre az életben: vállalkozó lettem. Fotóvállalkozást alapítottam, ami egy jól prosperáló GMK-vá nőtte ki magát. Abból egy kisszövetkezet jött létre, és máris 1987-et írunk. Többek között könyvkiadással és arculattervezéssel foglalkoztunk, de nyomdai részlegünk is volt – szinte száz lábon álltunk. Mi alapítottuk az Eötvös Kiadót. Könyvesboltunk is volt. Mi adtuk ki elsőként a Hitel című folyóiratot.

Így érkezett el a rendszerváltás időszaka. Nagyon komolyan vettem a beinduló politikai folyamatok támogatását. Segítettük kivétel nélkül minden, a rendszerváltást szolgáló írás megjelenését. Teret biztosítottunk számukra a nyomdánkban, a késztermék egy része pedig a könyvesboltunkba került. Részt vettem a fáklyás felvonulásokon, elmentem a tüntetésekre is. Sohasem felejttem el azt a március 15-ét, mikor édesanyámmal és kisebbik fiammal az egésznapos menetelés után, sok ezer emberrel felmentünk a várba. Édesanyám ott ment mellettem. Ránéztem fáradt arcára, összeszorított szájára, csillogó szemére... Ezekre az évekre szívesen emlékszem vissza.

Sajnos és megbocsáthatatlanul becsaptak minket. Az új hatalom részéről nemigen volt az más, mint bohóckodás. Lényegében alig változott valami. Rossz volt rádöbbenni, hogy kihasználták a jóhiszeműségemet. A kommunizmus és a kapitalizmus között csak az a különbség, hogy az utóbbi sokkal kifinomultabb eszközökkel zsákmányolja ki az embereket.

Rendszeresen jártam ellenőrző vizsgálatokra a klinikára.

– Gyuri, maga ügyis sportolt; nem lenne kedve részt venni a szervátültetettek világijátékán? – kérdezte egyszer az orvosom.

– Az meg micsoda? – kérdeztem vissza.

Elképedésem láttán hosszasan mesélt nekem a szervátültetett emberek sportjáról. A végén azért hozzátette:

– Vívásban nem lehet indulni.

Nem kellett sokáig győzködni: ráharaptam a csalira. Rajtam kívül még fél tucat szervátültetett gondolta úgy, hogy a sport mezejére lép (1987). Úszni amúgy is jól tudtam, a strandon pedig gyakran ragadtam meg a tollaslabdaütő nyelét, ezért úgy döntöttem, mindjárt két sportággal kezdek. Elballagtam a tornacsarnokba, ahol a tollaslabdaedzések folytak. Lazán álltam a háló elé: mit nekem az a kis ütögetés! Aztán, amikor hosszú percekig át egyetlen labdát sem voltam képes visszaütni az ellenfél térfelére, rájöttem, hogy a tollaslabdát sem lehet félvállról venni.

A szervátültetettek VI. Világjátékát Innsbruckban rendezték. Kis csapatunkkal tartott Járai és Alföldi tanár úr is. Versenyzőtársaimmal ugyancsak rácsodálkoztunk a minket fogadó, fantasztikus világra. Harminchat ország közel háromszázhatvan versenyzője vett részt a világjátékon. A sportolók közössége anélkül fogadott be minket, hogy előzőleg bárki is megkérdezte volna tőlünk: hát ti meg ki fia, borja vagytok? A sokféle szabdalt, kegyetlen világban olyan közösségre találtunk, ahol őszinte szeretettel és nyílt barátsággal fogadtak. Ausztriában derült ki, hogy a következő világjáték Szingapúrban lesz. Orvosaink rettenetesen elkeseredtek.

– Oda sok pénz kell! – jegyezték meg csüggedten.

– Mi lenne, ha mi rendeznénk meg a rákövetkező világjátékot? – vettem fel lelkesen.

– A Székely már megint álmodozik? – hallottam mindenfelől. Ez a kétkedő hozzáállás döntötte el bennem, hogy lesz Budapesten világjáték. Na meg egyesületünk, szövetségünk, és belőle majd kifejlődik egy, a magyar szervátültetett sportolók érdekében tevékenykedő, átfogó szervezet. Az ellenkezés remek táptalajul szolgált a bennem szunnyadó szervezői ambíciók megerősödéséhez. Hónapokon belül megalakult a Magyar Transzplantáltak Sport Egyesülete. Negyvenhat szervátültetett jött el az alakuló közgyűlésre. Innen ívelt – igaz, nem töretlenül – a magyar szervátültetett emberek sportmozgalma.

Talán nem közismert, de rettenetesen nehéz kirobbantani meleg otthonából a szervátültetett embert, hogy a kényelmes ücsörgés helyett a sportpályák mozgalmas világában találja meg új helyét. Még akkor is ádáz csatát kell vívni, ha saját példánkkal bizonyítjuk, hogy a sporttal javíthatja életminőségét és a teljesítmény önbizalmat növelő erejével könnyebben talál vissza az emberi közösségekbe.

Ha rájössz, hogy képes vagy elérni kitűzött céljaidat, újabb, akár még az előzőeknél is merészebb álmok megvalósításába fogsz belekezdeni. Aki megéri egyszer az akaraterjével szakított gyümölcs ízét, azt már nem lehet megállítani a maga választotta úton.

Ekkor még működött a kisszövetkezet, és részt vettem a politikai életben is. Az MDF ferencvárosi elnöke voltam és emellett tagja a nagyválasztmánynak is. Több mai, prominens politikai személynek adtam munkát; velük a mai napig tartom a kapcsolatot. Több, neves politikust juttattam be a parlamentbe. E szerteágazó ismeretség révén tudtam szerezni némi anyagi támogatást a szervátültetettek sportjához.

Ha nem is könnyen, de csak kijutottunk Szingapúrba (1989). Tollaslabdában és úszásban indultam a versenyen, ám ennél jóval érdekesebb, hogy végül is miként vált lehetővé a kiutazásunk. Időben elküldtük a nevezésünket, és jó előre lefoglaltuk a jegyeket – a kasszánk viszont üres volt.

– Nem lehet, hogy ne sikerüljön pénzt szerezni – hajtogattam magamban (akkoriban sem volt könnyű, de ma már lehetetlen).

Már csak pár hét volt hátra az indulásig. Elmentem a Nemzeti Egészségvédelmi Intézetbe, és kopogtattam az intézet vezetője, Frenkl Róbert professzor úr ajtaján. Előadtam jövetelem okát.

– Ha nem tudjuk venni ezt a lépcsőfokot, akkor a kudarc visszaveti a gőzerővel beindult kezdeményezést! – zártam programbeszédemet.

A Professzor úr támogatásra méltónak találta tevékenységünket, és megkérdezte, hogy mekkora összeg hiányzik? Addigra már annyira kifutottunk az időből, hogy banki átutalásra nem volt idő, ezért a hivatal nevében a Professzor úr fizette ki a repülőt és a szobafoglalást is. Bíztam benne, hogy ha tiszta szándékkal jót cselekszünk, Isten megsegít minket. A távolkeleti verseny után beléptünk a nemzetközi szövetségbe, és kértük a következő világjáték rendezésének jogát. Megkaptuk! Az első, budapesti világjátékot 1991-ben rendeztük.

Örök tanulságokkal szolgált a verseny szervezése. A részfeladatokat külsősöknek adtuk ki, és ennek az lett az ára, hogy nagyon ráfizettünk a lebonyolításra. Szervezőtársaimmal ugyanis arra törekedtünk, hogy minden, általunk rendezett verseny hozzon valamennyi hasznot az egyesület konyhájára, mivel az államtól sohasem kaptunk annyi támogatást a működésünkre, amiből gond nélkül fent tudtuk volna tartani magunkat. Azért nem lett nyereséges a budapesti világjáték, mert a nyereséget lenyelték a külsős cégek. Becsaptak minket.

Édesanyám halála nagyon megrendített. Gyuri fiam Amerikában találta meg boldogulását, míg kisebbik fiam, András még velem élt. Később egy társaság hatására elköltözött, és akkor végleg egyedül maradtam.

Az ezt követő világjátékok Vancouverben, Manchesterben és Sydneyben voltak (utóbbin ötvenhat ország közel kétezer versenyzőjével). Egy holland város következett volna (1999), de fél évvel a verseny előtt lemondott a játékok rendezéséről. A világszövetségben nagy pánikot okozott a hollandok lemondása. Felbolydult méhkasra emlékeztettek a jelenlévők. Indítványoztam társaimnak, hogy vállaljuk át a lebonyolítást.

Megkaptuk a rendezés jogát a világszervezettől. Négy hónap állt rendelkezésünkre, hogy megszervezzük a viadalt. Tanulva az 1991-es tapasztalatokból, semmit sem adtam ki a kezemből. Volt olyan cég, amely tízmillió forintot utalt volna át az egyesület számlájára, ha megkapja tőlünk a verseny lebonyolításának jogát: nemet mondtam. Külsősök nélkül hoztuk össze a világjátékot. Minden egyes feladatot azok oldottak meg kiválóan, akikkel a mai napig is együtt dolgozom az egyesületben. Az, hogy az illető profi vagy sem, az nálam nem számít. Mindenki szívvel és lélekkel, becsületesen tette a dolgát: nekem ez volt a legfontosabb. Tizenhat szállodával vettük fel a kapcsolatot, hogy minden érkező versenyzőnek legyen biztosított szálláshelye. A maratoni futásnak és az úszóversenyeknek a Margitsziget adott otthont. A tollaslabdaversenyt a Vasas SC sportcsarnokában rendeztük, míg az asztalitenisz csaták a BEAC csarnokában folytak. A kerékpárosok Csepelen rótták köreiket, az atlétikai verseny pedig a Népstadionban volt. Negyvenhat országból ezerkétszáz versenyző jött el hozzánk. A verseny kilenc napig tartott, és minden szempontból sikeresen zárult.

A fejlődés és az érdekvédelem előtérbe kerülése szükségszerűen hozta magával az egyesületnél fejlettebb forma igényét. Így jött létre a Magyar Szervátültetettek Országos Sport, Kulturális és Érdekvédelmi Szövetsége.

A szervátültetett emberek nagyon félnek a fertőzéstől. Életünk végéig olyan gyógyszereket szedünk, amelyek jelentősen csökkentik immunrendszerünk erejét, hogy az ne lökhesse ki a beültetett, idegen eredetű szervet: szervezetünk elvileg bármikor felléphet a beültetett testrészellem ellen. Folyamatos az a veszély is, hogy az immungyógyszerek károsan hatnak a többi, még egészséges, élettanilag fontos szervünkre. Sosem érezhetjük magunkat biztonságban. Ezt a kiszolgáltatott állapotot mégis lehet oldani. A közösségbe járás, az aktív elfoglaltság, a bekövetkező sikerek mind gyógyító erővel hatnak sebzett lelki világunkra.

Már az utolsó simításokat végeztük az anyagon, mikor feloldódott több mint tízéves magá-nyom. Megnősültem! Feleségem, Ili, szintén szervátültetett.

– Hogyan tovább?

A nyolcvanas évek végén felkeresett egy népszerű rádióműsor, az Embermesék riporter asszonya. Akkoriban még vezettem az általam létrehozott kisszövetkezetet, aktívan politi-záltam az MDF-ben, és elnöke lettem az akkor megalakult Transzplantáltak Egyesületének. A beszélgetés vége felé megkérdezte:

– Ön sikeres ember. Munkája a kedvtelése, jól menő vállalkozása van, úgy érezheti, tett valamit az életében, a gyerekei szeretik, és mégis, úgy érzem, mintha valami hiányozna?

– Minden, amit csinálok, csak ellentételezése egy váagnak, ami már sohasem valósulhat meg – válaszoltam. A bennem élő szavak, mondatok, képek, zenei motívumok összessége, amit el kell mondanom; és nem tudok. A minden este visszatérő szemrehányás: Ma sem valósítottál meg az álmaidból semmit! A tehetetlenség érzése. Tudja, amikor este leülök az íróasztalom elé, kinézek az ablakon, és körülvesz az éjszaka csendje, békéje, jönnek a hangok, a gondo-latok, úgy érzem, az életem értelme az lenne, hogy elmondjam mindazt, ami bennem él...

Ma, hosszú évekkel a fenti riport után, mikor magánéletem Isten segítségével rendbejött, és már régóta „csak” a Szervátültetettek Szövetségét vezetem, úgy érzem, itt az utolsó lehetősé-
ségem arra, hogy ledolgozzak valamit a felhalmozott tartozásból. Felelősséggel tartozom azért a tehetségért, amivel Isten megáldott. Nem tehetek, és nem is akarok mást tenni. Ameddig Isten erőt ad, vezetem a Szervátültetettek Szövetségét, a megmaradt lehetőségekkel pedig rég elnyomott álmaimból valósítok meg annyit, amennyit tudok.

FILIP

Mányik Richard (30 éves)

Emlékeim szerint az volt gyermeki lényem első tudatos elhatározása, hogy ha felnövök, lesz egy rettentő okos és szép kutyám. Nem lesz párja a környéken! Ahogy cseperedtem, úgy halványult ez a gyermeki fantáziával kiszínezett kép, hiszen egyre több, fontosabbnál fontosabb terv születik az ifjú ember fejében. A kutyák iránti rajongásom azonban megmaradt.

Tizenhét évesen két barátommal balesetet szenvedtünk. Autónk az egyik kanyarban megcsúszott, és lesodródott az útról. Arra a pár másodpercre azóta is tisztán emlékszem: A kerekek élesen csikorogtak, az autó egyik oldala lassan emelkedni kezdett, majd egy kis furcsa lebegés után hirtelen, recsegve-ropogva megpördült velünk a világ. Nagyon nagy csendre ébredtem. A kórházban többszörös csigolyatörést és gerincvelősérülést állapítottak meg. A műtét után több hónapos rehabilitáció következett. Talán a fiatal koromnak köszönhetően nem fogtam fel túl tragikusan a megpróbáltatásokat. Az idősebb sérülteket, akiknek volt már családjuk, egzisztenciájuk, sokkal jobban megtörte ez a kiszolgáltatott helyzet. Szerencsémre a gerincsérülés csak időlegesen bénította le testem nagy részét. Gyorsan elhagyhattam a kerekesszéket, és fél évvel a balesetem után már sétálva – igaz, két bottal – indultam haza a rehabilitációs intézetből. Lassan elhagyhattam a botokat is: éltem a fiatalok lendületes életét. Kertmoziban ismerkedtem meg Tündivel, akivel később egybekeltünk.

Már-már kezdtem elfelejteni az egész kálváriát, mikor két évvel a talpra állásom után egy kontrollvizsgálaton megállapították az orvosok, hogy egy ciszta alakult ki a gerincvelőmben. Lassacskán romlani kezdett az állapotom. Eleinte csak enyhén húztam az egyik lábamat, majd egyre bizonytalanabban éreztem vele a talajt. Kezdett nehezemre esni a járás. A ciszta növekedett, és lassan kezdte elnyomni az idegeket. Öt évvel a baleset után újabb műtétek kellettek állapotom folyamatos romlása miatt. Ezért a nőülést is halogatni kellett. Úgy gondoltam, ha kerekesszékbe kényszerülök, nem vágok bele a házasság kalandjába. Nem szerettem volna egy másik ember életét „megnehezíteni”. A sors fintoraként a műtét után nem kerültem ugyan kerekesszékbe, de az állapotom tovább romlott. Már csak két könyökmankóval tudtam menni. Az esküvőnkön ezért fel sem vetődött, hogy táncoljunk, mert még az annyira egyszerűnek tűnő álldogálás is nehezemre esett. Egy szuszra mindössze pár tíz métert tudtam megtenni, és utána hosszasan pihennem kellett. A mézeshetek pontosan két hónapig tartottak, ugyanis ismét kórházba kellett vonulnom, Németországba. Karlsbad-Langensteinbachban töltöttem el három hónapot. A számtalan vizsgálat eredményeként megállapították, hogy újabb ciszta alakult ki a gerincvelőmben. Ez már jóval feljebb, a nyaki részen nyomta az idegeket. Átszállítottak a heidelbergi egyetemre, és egy elvezető csövecskét ültettek a gerincembe, hogy utat nyisson a felgyülemlett folyadékknak. Németországban láthattam, hogy a kerekesszékbe kényszerült ember is élhet (a lehetőségeihez képest) teljes életet. Míg idehaza alig-alig látni mozgássérülteket az utcán, addig odakint ez teljesen megszokott. Ahogy az egyetemre érkeztem, alám is kerekesszéket toltak. A hatalmas rehabilitációs intézményben szinte sehová sem bírtam volna eljutni a mankóimmal.

Naponta jártunk gyógytornára és kezelésre. A kúra monotonitását kirándulásokkal oldottuk: sokat csavarogtunk abban a szép kis faluban, ahol az intézmény volt. De arra is volt példa, hogy néhány kedvesnővérrel kiegészülve, átugrottunk vacsorázni a közeli Franciaországba.

Élveztem a kerekesszék nyújtotta szabadságot. Nem is csoda, mert az évek múlásával a betegség egyre jobban beszűkítette a mozgásteremet. A kerekesszék, a mankó elhagyása telje-

sen új távlatokat nyitott előttem. Egyszer, a parkban megláttam egy gyönyörű németjuhász kutyát. Kerekesszékes haladó gazdája mellett bandukolt. Kimondottan hivatalosnak tűnt hámjában, vöröskeresztes jelvényével. Kérdezgetni kezdtem, hogy milyen segítségre képes a betanított eb. A hallottak teljesen megleptek, hiszen addig én még csak a vakvezető kutyákról hallottam. Magyarországra hazatérve azonnal nekiláttam, hogy felkutassam a honi lehetőségeket. Sajnos, sehol sem tudtak érdemben segíteni. Közben újra hosszabb vizsgálatssorozatra kényszerültem. Öcsém hozott be a kórházba egy kutyás újságot. Legnagyobb meglepetésemre az egyik cikk arról szólt, hogy megalakult Magyarországon a Kutyával az Emberért Alapítvány, amelynek célja, hogy mozgássérülteknek segítő kutyákat neveljen fel és adjon át. Azonnal felvettem velük a kapcsolatot. Hamarosan rendszeres látogató lettem az iskolában. Láthatam az első segítőkutyák felcseperedését, okosodását.

A blökiket egy civil kutyaiskola megosztott területén, Budaörsön képezték ki. A sulit távolabbi részén nagy örömmel rohanganak kutyák és gazdáik a különféle akadályok között. Álmélkodva néztem az egymásra utalt párosok produkcióját: jó mókának tűnt. Megtetszett ez az agilitynek nevezett, kutyás ügyességi sport. Félszegen kérdeztem meg Mártit, az alapítvány fő kiképzőjét, hogy lehet-e ezt a sportot segítőkutyával üzni? Nagyon megörült szándékomnak, és megnyugtatóan, hogy csak előnyünkre válna, hiszen így még jobban megtanulhatjuk egymás jelzéseit.

Elérkezett az idő, hogy a kiképzett kutyák gazdára leljenek. A kiválasztásnál figyelembe vették sportolási ambíciómat, és Filipet kaptam. Temperamentumos kutya; szereti a kihívásokat. Már az átadás előtt elkezdtük vele és Erzsikével (Filip nevelőszülőjével) az agility alapjainak elsajátítását. Ez a kutyás sport leginkább a lovas díjugratásra emlékeztet. Mérleghintán, palánkon, kúszó alagúton és szlalomban kell végigvezetni a kutyát. Minél gyorsabban, a lehető legkevesebb hibával. Az egyszerűbb akadályok után a kuszodákkal ismerkedtünk. Filip eleinte félt a sötét, hosszú alagúttól, de a kedvemért végül mégis gyorsan átnyomult rajta. Utána hosszú ideig ha egy ilyen kuszóakadály közelébe került, akkor még kéretlenül is belerohant, annyira fellelkesült, hogy sikerült legyőznie a félelmét.

Ezután következett a karikaakadály megtanulása. Eleinte folyton átszaladt alatta, de amikor rájött, hogy csak akkor kap labdát és dicséretet, ha átugrik rajta, megértette a feladatot. Belefogtunk a palánk, a palló és a hinta tanulásába. Ezeket zónaakadályoknak hívják, mert a le- és felmenő részükön egy-egy kis területet más színnel jelölnek. Erre a felfestett részre a kutyának legalább az egyik mancsával rá kell lépnie. A végére maradt a legnagyobb kihívást jelentő akadály, a szlalom.

Tizenkét rudat helyeznek el a pályán, egymástól hatvan centire. Ezek között kell cikcakkban átfutnia a kutyának. Ezt az akadályt nagyon sokáig kellett gyakoroltatni Filippel, mert nehezen értette meg, hogy mit is kell tennie. A betanulás után a rutinszerzés következett. Minden héten legalább egyszer eljárunk gyakorolni a kutyaiskolába. Az akadályok minden versenyen más-más sorrendben követik egymást: ez teszi érdekessé és egyben bonyolulttá az agilitysportot. A felállított akadályok térbeli elhelyezkedésére és sorrendjére csak a futam előtt derül fény.

A gazdik öt percet kapnak a pálya bejárására, hogy megtalálják a maguk és kutyájuk számára legideálisabb vonalvezetést. Tovább egyikük sem tartózkodhat a területen.

A versenyek hangulata roppant egyedi. Minden rajthoz álló gazdiról lerí a feszültség, ami óhatatlanul átragad a kutyára is. A szervezők általában kacifántos vonalvezetésű pályát építenek. Nagyon oda kell figyelni a kutya irányítására, mert ha nem az előírásnak megfelelő sorrendben veszi az akadályokat, akkor kizárják. Több mint fél éves tanulás után indultunk el először versenyen. A kezdő kategóriában viszonylag kevesen vesznek részt. Egyszer ezüst,

máskor bronzérmét nyertünk. Győzelmi esélyeink abban a pillanatban foszlottak szerte, amikor átkerültünk a következő osztályba, ott ugyanis már rengeteg a versenyző, kerekesszékekkel pedig csak én indulok. Természetesen jóval lassabban haladok a pályán, mint a többiek. Speciális helyzetemből adódóan a megszokottól eltérő módon kell irányítanom Filipet, hogy valamelyest lépést tudjunk tartani a többiekkel. Leginkább a szűken kialakított pályát kedvelem, mert azon nem kell sokat hajtanom a széket.

Amikor mi kerülünk sorra, Filipet a rajtvonalhoz állítom, én pedig elkerekkezem a harmadik-negyedik akadályig. Amikor felhangzik a rajtjel, elindítom négylábú társamat és ráirányítom az akadályokra. Mivel a kutya fürgén szedi a lábát, hamar utolér, és nem sokára már csak a „hátát” látom. Megpróbálom követni – már amennyire képes vagyok rá. Ilyenkor meg kell osztani a figyelmet, mert az előttem lévő akadályokat is kerülnem kell. Megesett már, hogy nagy igyekezetemben felborítottam egyiket-másikat. Ha van rá lehetőségem, akkor a zónaakadály előtt megállítom, és szinte testközelből vezetem rá a palánkra, a pallóra és a hintára. A karikával nincs gond, mert azt önállóan is megbízhatóan teljesíti, a szlalomnál viszont nagyon kell figyelnem. Ha rossz szögből érkezik a pályaelem elé a kutya, akkor nem látja pontosan, hogy hol kezdődik az akadálysor. Hajlamos arra, hogy a második, harmadik karónál fusson be a rudak közé, ami persze hibapontot eredményez.

Számtalan más, apró, de annál fontosabb mozzanatra is figyelni kell a verseny közben; ezek mind befolyásolják kettőnk sikerét. A jó teljesítés érdekében rengeteget kell gyakorolni, és minden lehetséges alkalommal indulni kell a versenyeken.

Sokáig fel sem vetődött bennem a kérdés, hogy hányan űzhetik még ezt a sportot a nagyvilágban kerekesszékesek? Aztán fordult a kocka, és érdeklődni kezdtem. A legtöbben az Egyesült Államokban vannak, de Franciaországban és Németországban is népszerű az agility.

2002-ben Gyulán rendezik meg a III. Keverék Agilitybajnokságot. A szervezők úgy gondolták, hogy életre hívják a Paragility kupát is. Felkértek, hogy segítsen munkájukat. Nagy örömmel vállaltam el a feladatot, hiszen nálunk ilyen verseny még nem volt. Jó lehetőség lesz ez a viadal arra, hogy hozzám hasonló adottságú versenyzőkkel mérhessem össze tudásomat. Érthető módon az, hogy saját közegemben versenyezhetek, óriási inspiráló erővel hat rám.

A sport nagyban hozzásegített ahhoz, hogy megbékéljek egészségi állapotommal. A németországi rehabilitációs kezelésről hazaérve újból keserűen tapasztaltam, hogy mennyire elégtelenek itthon azok a feltételek, amiknek az egyenlő esélyeket kéne szolgáltatniuk. Amerre járok, mindenhol lépcső. Hivatalos ügyeimet is a családtagjaimnak kellett intézniük: Jó példa erre, hogy még az orvosi rendelőbe sem tudtam bejutni. Azt hiszem, ha nem győződöm meg előtte saját szememmel arról, hogy kerekesszékekbe kényszerülve is lehet tartalmas életet élni, akkor belőlem is könnyen válhatott volna megkeseredett ember. Betegségem ama szakaszában, amikor a mozgás már nehezemre esett, alig mozdultam ki a házból. Ha pedig mégis kimerészkedtem, az emberek jól megbámultak ugyan, de szó nélkül mentek el mellettem. Talán nem akartak megbántani a kérdéseikkel? Nem vagyok kezdeményező típus, ezért egyre többet kuksoltam otthon. Miután megkaptam Filipet, minden megváltozott körülöttem. A kutya láttán szóra nyílt az addig némának tűnő emberek szája. Beszélgetünk, és ebből olyan ismereteket kapnak, ami jótékonyan hat mindannyiunkra. A mai napig meglep, mennyire megváltozott minden.

Filip három és fél éves, belga juhász kan. Imádja a teniszlabdát. Ha tehetné, egész nap csak futna utána, és hozná vissza az ölembe. Ám az is igaz, hogy nagyon szeret dolgozni. Eleinte riadtnak tűnt, és szolgámód szaladt hozzám, ha megmozdultam. Talán attól félt, hogy mellőlem is elkerül? Most, több év elteltével is ugyanúgy pattan és jön velem, mintha össze

lennénk kötve. Sok időt, energiát és figyelmet kellett fektetnem ebbe a kapcsolatba, hogy ilyen kiválóan együtt tudjunk működni. Egyebek között meg kellett tanulnom, hogy megfelelően használjam azt a több mint ötven vezényszót, amit már ismert. Hála a kölcsönös szimpátiának, napról napra jobban megértettük egymást. Már nem próbáltam görcseimmel birkózva kiülni a kerekesszékekbe, hogy eljussak az ágytól a csörgő mobilhoz (amit mindig rossz helyen hagyok). Nem kellett segítséget kérnem akkor sem, ha az asztalon felejtettem a tv távirányítóját, vagy ha fáztam, és takarót kívántam volna magamra húzni. A segítségemre sietett akkor is, ha a fürdőkádban jutott eszembe, hogy nem érem el a három méterre lévő törülközőt. Mellettem termett akkor is, ha elgurult mellőlem a kerekesszék, amikor az ágyra csusszantam, és akkor is, ha nem tudtam felvenni az elgurult aprópénzt vagy a leejtett kulcsot.

Lecsúszott a kerekesszékem a járdáról, és elakadt a házunk melletti homokpadon. Megkértem Filipet, hogy hozza ki a telefont a házból. Bizonytalanul adtam ki az utasítást, mert addig még egyszer sem gyakoroltuk, hogy a házból hozzon ki valamit. Nagy lelkesen benyitott, és az újsággal a szájában tért vissza. Ékes szóval elmagyaráztam a farkát csóváló kutyának, hogy én a telefont kértem. A dolgos kedvű eb visszaszaladt, és nemsokára megjelent egy könyvvel. Rájöttem, hogy Filip az éjjeliszekrényem tetejét lomtanánítja – a telefonom is ott szokott lenni. Tovább kértem tőle a mobilt, ő pedig engedelmesen hordta ki egymás után az újabb újságot, a kenőcsöt, két kispárnát, a kosarat, a szerszámos ládát és cipőimet – páratlanul. Miután már a saját etetőtálját is kihozta, leállítottam az egyre nagyobb lendülettel serénykedő blökit. Szorult és kínos helyzetem ellenére nevettem, és megdicsértem Filipet. Végül is feleségem anyukája jött át a szomszédból, mert gyanúsak találta a látottakat.

Amint kiszabadultam a kényszerű fogságból, első dolgom a mobil felkutatása volt. Az étkezőasztal közepén hagytam. Rögvest megértettem, hogy miért nem hozta ki Filip. Először is nem vehette észre az asztal közepén árválkodó telefont, mert az túl magasan volt. Másrészt – illedelmes kutya lévén –, eleve nem szokott az ebédlőasztalon kutakodni. Tanultam az esetből: azóta fix helye van a készüléknek.

Hétvégén edzésekre, versenyekre járunk. De nem unatkozunk a többi napon sem. Heti rendszerességgel járnak hozzánk kutatók az ELTE etológia tanszékéről. Azt tanulmányozzák, hogyan működik a kutya elméje. Filipnél is a problémamegoldó képesség érdekli őket. Az egyik kísérlet roppant érdekes volt. A mobilt kellett elhozatnom Filippel. Átmentem egy másik szobába, és onnan kértem a telefont. A kísérletvezető azonban látványosan zsebre vágta a készüléket, úgyhogy a kutya nem tudott megfelelni óhajomnak. A megelőző kísérletekben mindig a helyén volt a mobil, ezért könnyen és gyorsan hozta. Most eleinte bökdöséssel jelezte az etológusnak, hogy nagy szüksége lenne az elvett tárgyra – nem kapta meg. Berohant hozzám, és kérdően nézett. Továbbra is ragaszkodtam a telefonhoz. Erre kiszaladt és „üzletet kötött” a kutatóval. Bevitt neki egy, a közelben fellelt tárgyat, és cserébe megkapta a telefont. Boldogan rohant hozzám, szájában a mobillal. A kísérlet elején a kutatók úgy állapodtak meg, hogy a kísérletvezető átadja a mobilt Filipnek, mihelyst a kutya valami jellegzetes, újszerű viselkedést produkál – erre a csereberére azonban egyáltalán nem számítottak; ilyesmire sohasem tanítottuk. Hasonló viselkedést korábban csak emberszabású majmoknál figyeltek meg. Feladatul kaptam az etológusoktól, hogy vezessek naplót Filip viselkedéséről. Nagyon jó érzés, hogy én is segíthetek másoknak.

Filip naplója címmel rendszeresen írok a Nemzetközi Kutya Magazinba: a kutya szemszögéből adok hírt kalandjainkról. Másfajta elfoglaltságot is szerzett nekem Filip: a Kutyaival az Emberért Alapítvány munkatársaival rendezvényekre járunk, és bemutatót tartunk a mozgássérülteknek. Fontosnak tartom ugyanis, hogy minél több sorstársam ismerkedjen meg ezzel a nagyszerű lehetőséggel. Az elmúlt évek alatt Filip szinte észrevétlenül megváltoztatta

az életemet. Új kapukat nyitott a világra. Önállóságot adott nekem, emellett új kapcsolatokat, életkedvet és a sport lehetőségét.

Újságírók szavazatai alapján Magyarországon a 2000. év kutyája Filip lett. Az elveszettnek hitt, gyermekkori álmom is valóra vált általa. Sőt...

A VISSZATÉRÉS AJÁNDÉKA

Nemes Györgyné, Marika (52 éves)

Pilis községben születtem. Két és fél éves koromban fogadtak be az óvodába, a bátyám mellé. A figyelmes óvónőnek hamarosan feltűnt, hogy az értünk jövő anyukámat még két méterről sem ismerem meg. Szüleim nem tévóváztak: azonnal Budapestre utaztak velem. Így kerültem a II. Szemészeti Klinikára, a Mária utcába. Az alapos vizsgálat kiderítette, hogy a látásomat öröklött szürke hályog gyengíti. Az orvos úgy vélte: minél előbb megoperál, annál jobb. Ennek megfelelően hároméves koromban mindkét szememet műtötték. Sajnos, a szürke hályog újra és újra elhomályosította a látásomat. Kamaszkoromig minden évben be kellett feküdnöm a kórházba, újabb műtetre. A beavatkozások azonban továbbra sem hozták meg a várt eredményt, sőt, újabb bonyodalmat okoztak. Felborult a szemem addig egészséges vízháztartása, és zöld hályogos szembeteg lettem. A glaukóma jóval veszélyesebb betegség, mint a szürke hályog. A kialakult, kórosan magas szemnyomás romboló hatása, a folyamatos oxigénhiány következtében a látóideg fokozatosan elsorvad. Tíz éven keresztül állandó vendége voltam a klinika műtőjének. Kamaszkorom ideje alatt még két szaruhártya-átültetésen is átestem.

A folyamatos kudarcok ellenére sem éltem meg tragédiaként a műtéti beavatkozások sorát. A nővérek csodálták nyugodt természetemet. Elég volt egyszer mondaniuk: a műtőbe kell menned, Marika! Szó nélkül kaptam magam, és bátran felsétáltam a második emeletre, az előkészítőbe. Megszoktam a kórházat, és ez nem is csoda: gyermekkorom jelentős részét a klinika vastag falai között töltöttem el. Bal szemem látását nyolcéves koromban veszítettem el. Öt évre rá a jobb szememre is megvakultam.

Még óvodás voltam, amikor új helyre költöztünk a faluban. Abban az utcában, ahol az új házunk állt, mindössze három család lakott. Nem leltem barátokra a környéken. Csendes, magának való kislány voltam. Igazi barátom a rádió lett. Lelkesen hallgattam a gyermekműsorokat, de a kabaré alatt sem lehetett elcsábítani a készülék mellől. Még ma is meleg szívvel gondolok vissza az Egri csillagok rádiójátékra. Feledhetetlen élménnyel ajándékozott meg a két főszereplő, Bodrogi Gyula és Törőcsik Mari élethű játéka.

Hamar elszaladtak a gyermekévek. Szeptember elején megragadtam az iskolatáska fülét. A község általános iskolájába íratlak be szüleim. A tanító néni az első padba ültetett. Nemsokára megismerkedhettünk a betűvetés rejtelmével. Szemem gyengesége miatt rendszeresen rárajzoltam a betűket a füzet vonalaira, a tanító néni azonban nem hívta fel szüleim figyelmét arra, hogy rossz látásom miatt nem tudok megfelelni az első osztály követelményének. Ehelyett fekete pontokkal értékelte a teljesítményemet. Hiába próbáltam eleget tenni elvárásainak, nem sikerült. Kikerültem az iskolapadból. Éveket töltöttem el otthon, mindenféle suliólmény nélkül. A szemészeti klinikán dolgozó orvosok mondták el szüleimnek, hogy van egy speciális iskola Budapesten az alig látó és a nem látó gyerekek számára. Tízéves koromban íratlak be a Vakok Általános Iskolájába. Jó, leginkább kitűnő tanuló voltam. Nem tehetséges, hanem szorgalmas tanulóként tekintettek rám tanáraim. Ez a közismereti tárgyak mellett a zongorázásra is állt.

Hatodik osztályos tanulóként kerültem a sport közelébe. Akkor már egyik szememmel sem láttam. Első, igazán nagy tettemnek azt a gyakorlatot tartom, amikor szabályos lábkulccsal és kézfogással felmáshztam a tornaterem plafonjáról lógó kötél tetejére. Egyáltalán nem féltem a magasban. Épp bőrrel úsztam meg az ereszkedést is. A sikeres gyakorlat után örömteli érzés

bujkált bennem. Horzsolásmentes lábakon álltam meg Dosek Lajosné testnevelő tanár előtt, aki elégedett volt teljesítményemmel, és ettől a perctől intenzíven foglalkozott velem. Két másik lány, Eszter és Ilonka is felhívta magára a figyelmét. Nagyjából egykorúak voltunk: osztálytársaim alig látók voltak. Ervina néni hamarosan kivitt minket a felnőttek atlétika-edzésére. A Bosnyák tér közelében lévő Ifjúsági pályára jártunk. Az ottani benyomások és élmények inspiráló erővel hatottak ránk; egyre jobban iparkodtam a testnevelésórákon.

Az általános iskola tornatermét gazdagon felszerelték tornaszerekkel. A látássérült gyerekek a bordásfal, gerenda, talajszőnyeg, gyűrű, svédaszekrény mellett különböző nagyságú és fajtájú labdákkal is edzhettek. Én főleg a gerendát élveztem. A szert a bordásfallal párhuzamosan állították fel. Bátran kapaszkodtam fel rá. Megálltam, és a kezemmel megragadtam a tőlem hajlított kartávolságnyira lévő bordásfalrudat. Óvatos léptekkel haladtam a magasban. A gerenda hosszú rúdja alá vastag bukfencszőnyeget tettek a huppanás tompítása érdekében. Az ügyesebb és bátrabb gyerekek hamar elengedték a biztonságot adó kapaszkodót, és úgy araszolgattak előre. A vállalkozó kedvűek közül az lett a győztes, aki eljutott félútig. Felettből hasznos volt elsajátítanunk ezt a bátorságot és ügyességet egyaránt megkívánó lépéssort. Így vált koordinálttá a mozgásunk, és amikor a fehérbot használatát kezdték tanítani, kiegyensúlyozott lépéseinkkel bátran vettük az elénk kerülő akadályokat. A svédaszekrény begyakorlása a távolugrás technikájának elsajátítását segítette. Korántsem helyből kellett felugrani a többrészes szekrény tetejére. Minden gyerek más és más távolságból szaladt neki a szernek. Amikor a roham végén a szekrény elé értünk, egyikünk fejében sem fordult meg, hogy le-taperolja. Amint kezünkkel megérintettük a tetejét, máris hopp, és elrugaszkodtunk a talajtól. Nem segített ugródeszka a rugaszkodás ívének megdobásában. A kellő időpontban csak annyit mondott a tanár, hogy: Vigyázz! Ez jelentette azt, hogy ugorni kell. Csodálatos érzés volt a levegőben! A sikeres gyakorlat bátorságot adott.

Ezek a tornatermi foglalkozások lettek későbbi sportpályafutásom alapjai.

Az első nemzetközi versenyem színhelye Berlin volt, 1967-ben. Kislabdadobásban indultam a két ország viadalán. A legnagyobb dobásomnál 32 méterre szállt el a labda, és ezzel első lettem.

Igazából nem szeretek számadatokkal előhozakodni. Az általam elért eredmények ugyanis eltörpülnek a nagy sportolók teljesítményei mögött. Még akkor is, ha 17 évesen a 164 centiméter magasságomhoz csupán 46 kilogramm volt a testsúlyom.

Vendéglátó barátaink nagyon figyelmesek voltak. Közös látogattunk el a berlini állatkertbe. Bemehettem az óriás teknős lakhelyére, és megfoghattam a hulló páncélját. Olyan volt, mint egy kőhalom. Meg se moccant. Vadmacskakölyköt is simogathattam. Aztán bevittek minket a madárházba, ahol a tenyerünkbe szórt magokból csipegettek a pihetollúak. Ezek az emlékek nagyon kedvesek nekem.

A következő évben indulhattam a moszkvai szpartakiádon is. Akkor még csak vonattal utazhattunk a versenyekre; repülőgépre csak később futotta. Nem unatkoztam a másfél napos úton, mert a csapat összeszokott, vidám társaság volt. Történeteket és vicceket meséltünk egymásnak. A házigazdák szinte minden sportágban olyan élversenyzőket állítottak ki, akik magasan felülmúlták a más országból érkezők eredményeit. Emlékszem arra a szovjet lányra, aki megnyerte a hatvanméteres síkfutást. Pillekönnyű volt, és 8,70 másodperc alatt ért célba. Ezzel a fantasztikus idővel bő másodpercet vert a második helyezettre – 60 méteren ez óriási különbség! Mivel a honi sportkörben kevés vak lány atlétizált, ezért a szpartakiádon mindegyik atlétikai számban indulhattam: futásban, távolugrásban, súlylökésben és kislabdadobásban is. A hatvan métert 10,10 másodperc alatt futottam végig. A kislabdát harminc méternél távolabb

hajítottam el. A távolugrás során 340 centiméterre repültem a homokba – a súlylökés eredményére már nem emlékszem. De másra igen! A szovjet súlylökő hatalmas termetű lány volt. Jóízűen felnevetett, amikor megtudta, hogy én is indulok a magam 46 kilójával. Odajött hozzám, laza mozdulattal a karjába kapott, és dajkálni kezdett, ahogy a kisbabákat szokták. Mindenki jót nevetett – én is.

A nyolcadik tanév után Debrecenbe vezetett az utam. Zongoratudásom gyarapítása végett a Kodály Zoltán Zeneművészeti Szakközépiskola tanulója lettem. A sporttól nem szakadtam el: tömegsport szinten továbbra is edzettem.

A Vakok Intézetében laktam, ahol kárpitos szakmunkástanulókat is képeztek. Két évfolyamnyi gyengén látó fiatal ismerkedett leendő szakmájával. Tanárostól befogadtak maguk közé a testnevelés órára. Öröömöm ennek ellenére nem lehetett teljes, a tanár ugyanis nem tudta, hogyan kell a vakokat testnevelésre oktatni. A legjobb példa erre a távolugrás: míg Pesten beszólással jelezte edzőnk az elugrás helyét, addig a debreceni tanárnak erről a fajta segítségnyújtásról fogalma sem volt. Emiatt a távolugrást nem tudtam gyakorolni. Viszont kitartóan futottam a fiúk oldalán – és dobtam elszántan a kislabdát, ha módom adódott rá. Jeles eredménnyel érettségiztem, és felvettek a debreceni Zeneművészeti Főiskolára. Sajnos, ott csak egy évig tanulhattam, mert a tanév végén eltanácsoltak az intézményből. Nem tudtam olyan eredményesen szerepelni és vizsgázni, mint amire a tanórákon képes voltam. Alapvető szakmai hiányosságokra hivatkozva kötöttek útilaput a talpamra. Egyik barátom a következőképpen fogalmazott rólam: Te nem vagy jó művésznek, mert nem vagy elég tehetséges – tanárnak viszont jó lennél, de nem vagy elég talpraesett. Középiskolai éveim alatt Ungár Imre tanár úr volt a fő támogatóm. Első főiskolai évem kezdetén hunyt el a kiváló zenepedagógus, zongoraművész. Talán az ő hiánya is közrejátszott abban, hogy kipenderítettek a zongora mellől. Nagy bukásként éltem meg, hogy nem tanulhattam tovább a főiskolán. Utólag abban látom kudarcom legfőbb okát, hogy a vakodában tanító zongoratanárom Debrecenbe küldött továbbtanulni. Úgy gondolta: nem árt, ha vidéken is megismerkednek a vakokkal. Lendítenem kellett volna a vakok hírnevét – nem sikerült. Budapestre visszakerülve itt is felvételiztem a Zeneművészeti Főiskolára, de a felvételin ugyanazzal a tanárnővel találtam magam szembe, aki Debrecenben segédkezett az eltávolításomban.

Telefonkezelőként kezdtem el dolgozni a fővárosban. Első munkahelyem az Országos Műszaki Könyvtárban volt. Öt évet húztam le ott. Utána bekerültem a Vakok Szövetségébe, ahol eleinte szintén telefonkezelőnek alkalmaztak, majd áthelyeztek a nyomdába. Mind a mai napig ott dolgozom: a Braille-újság előállításában segédkezem. Nem csak a fővárosba tértem vissza Debrecenből, hanem a sportpályára is. Régi versenyzőtársaim örömmel fogadtak vissza. Akkor már huszonhét éves voltam. Hétfőn és csütörtökön jártunk edzésre – munkaidő után, öttől hétig. Körülbelül tizenöten gyűltünk össze alkalmanként a salak szélén. Az atlétika-edzéseken mindig több volt a férfi, mint a nő. Gimnasztikával kezdtünk, ami után rövid sprintek következtek, majd hosszabb futás. Ezután előbb az ugró-, majd a dobószámokat gyakoroltuk. Az edzést levezető futással zártuk, és jókedvűen álltunk a zuhanyrózsa alá. Összeszokott társaság lévén, edzés után – főleg nyáron – a csapat nagyobb része gyakran telepedett le a közeli vendéglő egyik asztalához. Folyt a beszélgetés, a sztorizás és a viccelődés. Na meg a sör, le a szomjas torkokon. Ma már sajnálom, hogy nem tartottam sporttársaimmal, barátaimmal a szórakozóhelyre. Visszahúzódó kis nyuszi voltam.

Sportpályafutásom újrakezdése után leginkább kétoldalú viadalokon vettem részt. Csehszlovákiában, Bulgáriában és a Német Demokratikus Köztársaságban versenyeztem, és rendre jól szerepeltem.

Aki még sosem látott vakot önállóan futni, ugrani, nem is tudja elképzelni, hogyan megy ez a valóságban, úgyhogy szeretnék erről néhány szót szólni. Kezdem a 60 méteres síkfutással, ahol a segítségre a rajt előtt és futás közben is szükség van. Tegyük úgy, mintha épp versenyen lennénk! Közvetlenül a rajtvonal előtt vagyok. Ekkor a tőlem körülbelül negyven méterre álló Ervina néni kéri, hogy mutassak irányt. Az edző hangja felé mutatok, de nem egy szál ujjal, hanem két, nyújtott karral. Ha két, párhuzamosan előre nyújtott karommal nem sikerül mérnöki pontossággal befognom a célig vezető egyenest, ahol az edzőm áll, akkor jobbra, vagy balra vezényszóval segít a pontosításban. Miután belőttem az irányt, féltérde ereszkedem. Mindkét kezemet közvetlenül a rajtvonal elé kell letennem. Nem is olyan egyszerű feladat ez! Ha az ujjaim nem kerülnek egy vonalba a salakon, és nincsenek párhuzamban a rajtvonallal, akkor ferdén rajtolok el. A rajtpisztoly hangjára indulok. Az edzőm továbbra is velem szemben áll, nem sokkal a képzeletbeli célszalag előtt, és „jó-jó” vagy „gyere-gyere” biztatással jelzi, hogy jó felé futok. Ha a nagy iparkodás közben eltérek a helyes iránytól, akkor: „vigyázz jobbra” vagy „vigyázz balra” útbaigazítással lát el. Mindig a jelzett irány felé kell korrigálnom. Ahogy egyre közeledek az edzőmhöz, ő a célvonal felé hátrál. Nekem már csak annyi a teendőm, hogy lélekszakadva átrohanjak a célon.

A sprintszámokban a vakok egyedül futnak, mert különben zavarnák egymást. Értelemszerűen a 100 méteres síkfutás is úgy zajlik, mint rövidebb testvére. Később aztán bejött versenyszámnak a 400 méter is. Mivel ebben már nem csak egyenest kellett futni, hanem két félkört is, ezért a táv teljes hosszában rászorultunk a segítségre: a kísérő kezét fogva futottam. Megmondom őszintén, hogy nem rajongtam a 400 méteres síkfutásért. Kötöttnek éreztem magam a kísérő miatt. Egyedül futni viszont teljesen más érzés: a vágtaakat szárnyalásként éltem át!

A többi atlétikai számban is nélkülözhetetlen a külső segítség, így a távolugrásnál is jelentős szerep jut az edzőnek. Minden versenyzőnél más és más az ideális nekifutás hossza. Bemértem magamnak a megfelelő távolságot, és jelnek letettem a tornaszákomat a rajthelyre. Az ugrás után senkinek nem kellett visszakísérnie: a salak mellett, a fűvön sétáltam vissza a zsákig. Az edzőm persze tudta, hogy ballábas vagyok: arról kellett elrugaszkodnom a kellő pillanatban. A megfelelő időben kellett kimondania az: „Egy-két-há-négy, hopp!” vezényszavakat: pontosan kellett jelezni az ugrás helyét. Többször is előfordult, hogy jóval a deszka előtt rugaszkodtam el, de arra is volt példa, hogy beléptem. A szabálytalan gyakorlat természetesen a mi esetünkben is érvénytelen volt.

A dobószámokban is fontos az irány helyes megadása. Nem célszerű összevissza hajigálni a különböző dobószereket a pályán. A szektort elhagyó dobás nálunk is érvénytelen kísérlet. Klasszikus dobószámaink a kislabdadobás, a súlylökés és a füleslabdadobás voltak. Talán sokan felkapják a fejüket: mi az, hogy füleslabda? Ezt a versenyszámot Csehszlovákiában találták ki. Medicin méretű labdára hosszú fület varrnak: Azzal pörgetjük meg magunk körül a szert, hogy elhajítsuk. A műveletet leginkább a kalapácsvetéshez tudnám hasonlítani. A későbbiekben megismerkedhettem a gerelyhajítással és a diszkoszvetéssel is: ezek a kislabda- és a füleslabdadobást váltották ki. A szerváltás idején úgy 30 éves lehettem. Nehezen álltam át az új gyakorlatokra. A gerelyhajítással még úgy, ahogy megbarátkoztam, de a diszkoszvetéshez pontosan dobásirányba kellett fordulni, és ez már nehezen ment. Talán ez volt az oka annak, hogy nem tudtam megkedvelni.

Harmincöt éves koromban hagytam abba az aktív sportolást. Úgy éreztem, hogy az eltelt évek alatt igényem és tehetségem szerint kisportoltam magam. Döntésemben közrejátszott az is, hogy kisebb szívrendellenességet vettek észre nálam. Szerencsére, mint később kiderült, ez

nem szívalapon fejlődött ki, hanem idegkimerültség okozta. Rájöttem, hogy nem kell tartanom a fizikai megterhelés szívemet károsító hatásától.

Aki egyszer megszerette a sportot, és tehetsége is volt hozzá, annak életvitelén sokat formált a rendszeres sportolás. Mit jelent a látássérült ember számára a sport? Mindenekelőtt azt felelném rá, hogy ugyanazt, mint az ép embernek: testi és lelki egészséget. Ezek a jótékony hatások a vak ember életében meghatározóvá válnak. A sport elősegíti a mozgáskoordináció fejlődését, amitől könnyebben és bátrabban mozgunk az utcán – lelkiekben pedig erőt ad a mindennapok nehézségeinek leküzdéséhez. Hogy saját életemből hozzak erre példát: hatalmas kudarcént éltem meg, hogy elbocsátottak a főiskoláról. Lelkileg teljesen összetörtén tértem vissza Budapestre. Hogy életcéloom kudarcba fulladt, azonnal férjhez mentem – egy olyan emberhez, aki épp az utamba került. A Vakok Szövetségének balatonboglári üdülőjében ismerkedtünk meg. Elhamarkodott döntés volt; a házasságkötés után pár hónappal elváltak útjaink. Huszonhét éves voltam ekkor. Ebben a duplakudarcos időszakban hatásos lelki segítséget kaptam sportoló barátaimtól. Vigasztaltak és szebb a jövővel biztattak. Az edzőnk is a szárnya alá vett, ami szintén jólesett.

Jelentősen megváltozott az életem, amikor megismerkedtem jelenlegi férjemmel. Gyuri a Wesselényi Sport Körben sakkozott, és még ma is ott játszik. Akkor ismerkedtünk meg, amikor egy atlétikaversenyen mértük össze tudásunkat a német sportolókkal, Budapesten. Az első találkozás után hónapokon át telefonon tartottuk a kapcsolatot. Néha bementem a sakk-edzés végére a szövetség székházába, és a folyosón vártam Gyurira. Az edzés után kimentünk sétálni a Városliget fái közé. Talpraesettsége és határozottsága mellett víg kedélye is nagyon megtetszett. Ő sem volt rest, és gyakran kilátogatott hozzám az Ifjúsági pályára. Egy év múltán úgy döntöttünk, hogy egybekelünk. Harmincegy évesen mentem másodszor férjhez.

Nem akartunk gyereket. Ennek legfőbb oka öröklődő szembetegségemben keresendő. Nagymamám és apukám látását is alaposan meggyengítette a szürke hályog, és nem akartam, hogy ez a sorozat folytatódjon. Több szemorvostól is azt hallottam utólag: kollégájuknak meg kellett volna várnia, hogy betöltsen a tizennyolcadik életévemet, és csak utána lett volna szabad a szememhez nyúlnia.

Életem kedves emléke marad az a közel egy évtized is, amíg a szövetség Homérosz kórusában énekeltem, mint szoprán. Legkiemelkedőbb fellépéssorozatunknak a tíz előadásból álló, másfél hetes finnországi körutunkat tartom: templomokban és vállalati kultúrtermekben léptünk fel.

Peskó György karnagy úr kiváló dirigensünk volt. Talán érdekes lehet, hogyan is irányíthat valaki olyan kórust, aminek tagjai nem, vagy alig látnak. A dobogóról először megadta a kezdő hangot, utána rendszerint beszámolta a taktust. Ez olyan segítség volt nekünk, mint a látó kórustagoknak a pálca és a beintés. Fontos volt, hogy a szólamokat pontosan memorizáljuk. A kórusvezető a próbákon újra és újra elénekeltette velünk szólamunkat. Nem egyszer szembeállította a próbaterem színpadán a férfi- és a női kart, hogy jól hallják a másikat – nagy trükkje volt ez a karnagy úrnak! A próbákon igazán keményen dolgoztunk, és ennek köszönhetően a koncertjeinknek sohasem volt izzadságszaga. Könnyedén, gördülékenyen énekelünk. A kórus alakuló létszáma körülbelül nyolcvan fő volt, de mire tagja lettem, ez úgy a felére csökkent. Ma már nincs Homérosz kórus – csak az emlékekben.

A testedzésnek még manapság is jelentős szerepe van életemben. Otthonomban rendszeresen nyúzom az evezőpadot, pörgetem derekammal a hulahoppkarikát. Nem csak az egészség megőrzéséhez fontos, hogy fitt legyek: női hiúságom is megköveteli a két eszköz rendszeres

használatát. Ezeknek köszönhetően sikerült megőriznem sportos alakomat. Jó a testtartásom és a megjelenésem is – legalábbis így érzem.

Tíz-húsz évvel ezelőtt, amikor még lelkesen énekeltem a Homérosz kórusban, sokkal nagyobb volt a közbiztonság Budapesten, mint manapság. Este is félsz nélkül mertem közlekedni az utcán; nem kellett tartanom senkitől. Manapság viszont adódik egy-két kellemetlen eset. Már kértek tőlem pénzt a troli megállójában, ahol a fehér botommal váraкоztam.

Kissé más: húszéves koromban sem fordult elő velem olyasmi, amit ötvenéves fejjel kellett megélnem – randit kértek tőlem kora reggel az utcán. Csak kapkodtam a fejem. Még ilyen jól nézek ki? Persze, kellemes történetekről is be tudok számolni. Gyakran köszönnek kezécsókolommal az ismerős trolibuszvezetők, amikor felszállok a jármű első ajtaján. Már az is megesett velem, hogy a piros lámpánál várakozó trolibusz csupaszem vezetője rám dudált, és kinyitotta az ajtót, hogy ne kelljen elbattyognom a kereszteződés túloldalán lévő megállóba.

Mostanság kezdek megismerkedni és egyre jobban megbarátkozni a számítógéppel. A munkaköröm is egyre jobban megköveteli a fejlett technika használatát. A géphez csatlakoztatható Braille-nyomtató nagyon megkönnyíti a pontírású nyomtatványok előállítását. Megpróbálok lépést tartani a rohanó világgal. Sportemberhez méltón.

FORMÁLÓDÓ ÁLOMKÉP

László János (23 éves)
(A beszélgetésben részt vett Temesvári József edző)

Nyolc hónapra születtem. Világrajöveletem nagyban megnehezítette, hogy a köldökzsinór a nyakam köré csavarodott. A hosszan tartó, oxigénhiányos állapot kihatott szellemi fejlődésemre. Többet nem tudok születésemről, mert hiába faggattam anyut, ennél többet nem volt hajlandó elmondani róla. Néhány éve kezembe került a születésemről kiállított zárójelentés. Elolvastam, de újat nem tudtam meg belőle.

Már óvodás koromban is befelé fordultam. Képtelen voltam kapcsolatot teremteni társaimmal, ha pedig hozzám szólt valaki – akár felnőtt, akár gyerek – robbanni tudtam volna az idegességtől. Édesanyám hiánya szorongóvá tett.

Bátyám tíz évvel idősebb nálam. Születését és fejlődését nem gátolta semmi. Megpróbált értelemmel szóra bírni. Gyakran beszélt az emberi kapcsolatok fontosságáról. Máskor meg kézen fogott, és elvitt sétálni. Próbálta oldani magányomat. Tanítgatott az illedelmes válaszadásra is: így egyengette utamat az élet (nekem) amúgy is göröngyös útján.

Elérkezett az iskolakezdés. Félszegen léptem a terembe. Teltek-múltak a hónapok, és nem lett barátom. Az órai feladatok alól minduntalan kivontam magam. Diáktársaim úgy tekintettek rám, mint valami idegenre. Tanítóm szemében is inkább szálka voltam, mint szeretetet és törődést igénylő gyerek. A tanulásban sem tudtam lépést tartani a többiekkel. A tanév vége felé már a napnál is világosabb volt, hogy nem felelek meg a követelményeknek. Az iskolában azt tanácsolták, hogy anyu vigyen el pszichológushoz, és kérje ki a véleményét.

A szakember a felülvizsgálat alapján azt javasolta, hogy anyu írasson át a kisegítő iskolába. Az okot egyértelműen a hosszú, oxigénszegény állapotban látta. Nehéz lehet egy édesanyának tudomásul venni, hogy gyermeke mentálisan sérült. Csak hosszas vívódás után döntött.

Szeptember elején már a Váci út 57. szám alatti kisegítő általános iskola felé indultam el. Bántott az előállt helyzet. Továbbra is szerettem volna olyan ügyes és nyitott lenni, mint a régi diáktársaim. Zavart, hogy a felnőttek erre alkalmatlannak tartottak. Tudatom mélyén erősen dolgozott a kirekesztettség érzése, és még zárkózottabbá tett. Ám gyermeki berzenkedés ide vagy oda, hamar rá kellett jönnöm, hogy nem másíthatom meg a felnőttek döntését. Úgy, ahogy beletörődtem.

Enyhén sérült gyerekekkel jártam egy osztályba. Nyolcan voltunk. Sokat köszönhetek dr. Czellenk Ferencné tanítónak. Kapcsolatot tudott teremteni velem, és felkeltette érdeklődésemet a tanulás iránt. Ahogy ráéreztem odaadó, önzetlen szeretetére, megmozdult bennem a tettvágy. Osztályelső lettem, és iskolai szinten is a jó tanulók közé tartoztam. Már mindegyik tantárgyat kedveltem, mert értettem a lényegüket.

A sikerélmények azonban alig oldották bennem a feszültséget. Két, nem várt esemény ugyanis teljesen semlegesítette a megszerzett örömforrás tápláló erejét. Meghalt szeretett nagymamám, és ekkor tudatosult bennem igazándiból, hogy elváltak a szüleim. E kettős sorscsapást tetézte, hogy úgy éreztem, kevésbé szeretnek otthon. A lelki teher bénított. Mohón vágytam szeretetre és törődésre – de hiába, mert anyu és a bátyám is naphosszat dolgozott. A tanítás után egyre többet csavarogtam az utcán.

Nagymamám halála után úgy éreztem, szétesett körülöttem minden. Szerencsére időben észrevette anyukám, hogy a délutánok nagy részében az utcakövet koptatom. Megpróbálta megértetni makacs fejemmel, hogy az általam választott út legfeljebb a börtönkapuhoz vezethet. Hatott rám az intelem, és a csellengéssel töltött időt a tornatermi mozgással váltottam ki. Három évvel a kisegítő iskolába kerülésem után éreztem először úgy, hogy jó döntés volt, amikor anyu átíratott ebbe a suliba. Ekkorra már ki tudtam vonni magam a káros hatások alól.

Harmadik osztályos lettem. Kértem anyut, hogy írasson sportszakkörbe. A váltás eredményesnek bizonyult. A mozgásban megtaláltam azt a lelki nyugalmat, ami után mindig vágyódtam. A testnevelő tanárom odafigyelt rám, és ez is nagyon jólesett. Sok sport közül választhattunk. Lehetett focizni, zsinórlabdázni, kosárlabdázni, később asztaliteniszezni is. Annyira oдавoltam a mozgásért, hogy mindegyiket kipróbáltam, és valamennyiben eredményes lettem.

Testnevelő tanárom Giflo Péter volt. Bejelentette az asztalitenisz szakkör megalakulását, és meg is hívott oda. Hobbi szinten ütöttem a kaucsukot: a sportkörü foglalkozás edzésnek nem volt nevezhető. A testnevelő tanárok sportversenyeket szerveztek a budapesti kisegítő iskolák tanulóinak. Péter bácsi engem is benevezett az asztalitenisz-versenyre, ahol nyolcadik lettem. Ennél jóval sikeresebben szerepeltünk fociban, mert megnyertük a bajnokságot. Kosárlabdában épphogy lecsúsztuk a dobogó tetejéről. A zsinórlabdában – röplabda – viszont szintén mi diadalmaskodtunk. Ezt a remek sorozatot egészen a nyolcadik osztály végéig tudtuk hozni. A tanárain messzemenően figyelembe vették, ha edzőtáborozás vagy tétmérkőzések után fáradtan jelentem meg a suliban. Hagytak időt a tananyag pótlására, és nem nyúztak agyon az első napokban.

A felső tagozat évei alatt a jó tanulmányi eredmények és a sportsikerek lelkesítő hatása együttesen már képes volt kibillenteni a letargikus állapotból. Sikerült bebizonyítanom – és nem csak magamnak –, hogy igenis képes vagyok a fejlődésre, ki tudok tűnni társaim közül. Nagyot változtam: már én kerestem a kapcsolatokat, kezdeményeztem. Megtanultam kommunikálni osztálytársaimmal.

Az általános iskola utolsó évében a Magyar Értelmi Fogyatékosok Sportköre (MÉS) meghívta iskolánkat az országos asztaliteniszbajnokságra. A magam játékelgondolása és nem létező technikai tudásom csupán a nyolcadik helyhez volt elegendő. Pár héttel a verseny után a Hársfa SE elnök asszonya – Angyal Józsefné – megkereste a testnevelő tanáromat. Megkérte, hogy csináltassanak nekem útlevelet, mert Belgiumba utazhatok a Magyar Értelmi Fogyatékosok asztalitenisz-válogatottjával.

A felkészülés időszakában ismertem meg Temesvári Józsi bácsit, aki felkészített minket a versenyre. Már az indulás előtt tisztában voltunk azzal, hogy tudásunk és rutinunk is nagyon messze van még külföldi sorstársainkétól. Mi, fiúk érem nélkül, de tapasztalatokkal tértünk vissza a versenyről. A női csapat és a női páros ezüstérmes lett, így a siker sem maradt el. Mindannyian lelkesek voltunk: a magyar értelmi fogyatékos sport első két érmét szereztük meg. A búcsúzásakor abban maradtunk edzőmmel, hogy majd keressük egymást.

Bátyám – Potor Attila – már javában dolgozott. A tanulásban és a munkában is sikeres ember volt; szobafestő-mázolóként kereste kenyerét. Felnéztem rá, és én is szerettem volna olyan lenni, mint Ő! Elkezdtem gondolkodni: mit kéne tennem ahhoz, hogy én is sikeres lehessek? Testvérem arca szinte kivirágzott a boldogságtól, ha a megrendelők elismerően szóltak munkájáról. Ilyenkor madarat lehetett volna fogatni vele. Ezt az örömet szerettem volna átélni én is. A példakép erejét növelte az is, hogy testvérem kiváló fizikumú, rendszeresen sportoló

fiatalember volt. Kispályás labdarúgásban többször is megnyerték a kerületi bajnokságot. Volt már példa- és jövőképem is, de a hitem fénye még alig pislákol.

Soha nem volt kérdés, hogy miért tekeredett nyakam köré a köldökzsinór. Otthon sem volt téma, mintha mi sem történt volna. Bátyám viszont gyakran élcelődött velem az állapotom miatt. Zavart, hogy nem tart képesnek olyan, alapvető célok elérésére, mint amiket ő már megvalósított. Ez a heccelődés ösztönzött: csak azért is megmutatom, hogy el tudom érni azt, amit magam elé tűztem!

Gyermekkorom két alapvető, meghatározó jelentőségű élménye egyaránt a szülői olimpiához kötődik. Küzdelmes, magával ragadó labdarúgómérkőzéseket láttam a tévében. Talán még a lázba hozó meccseken is túltett hatásában, hogy negyedik helyezést ért el az asztalitenisz-versenyen Klampár Tibor.

A mai napig visszatérő álmom: A dobogó tetején állok, és tiszteletemre felcsendül a magyar himnusz. Ebből az álomképből még egyszer sem derült ki, hogy melyik sportágban és milyen versenyen sikerült győzőm. Ennek realitása fel sem vetődött bennem gyermekként.

Az általános iskola után kereskedelmi szakmunkásiskolába kerültem. Továbbra is éltemhaltam a sportért. Fociztam, kosaraztam és asztaliteniszeztem a suliban. Már a második félévet végeztem, amikor megkeresett régi testnevelő tanárom. – Újra meghívást kaptunk az országos asztalitenisz bajnokságra a MÉS-től – mondta. – Szeretném, ha részt vennél rajta.

Örömmel vállaltam el az újabb megméretődést. Még a verseny elkezdése előtt közhírré tették a szervezők, hogy aki jól szerepel, az részt vehet Portugáliában a nemzetközi versenyen. Kategóriámban második lettem Tóth Andris mögött. Mai fejemmel azt mondom, hogy a mutatott játékom és a technikám egyenesen csapnivaló volt. Ennek ellenére meghívott a bő keretbe Temesvári Józsi bácsi – egy év után találkoztunk újra. Hogy miért nem előbb? Tartottam attól, hogy nem tudnám összeegyeztetni a tanulást és a versenyszerű sportot. Nem szerettem volna, ha az asztalitenisz a tanulás rovására ment volna.

Egy hónap intenzív edzőmunka következett. Elszánt voltam, és óriási akaraterő hajtott. Éreztem, hogy sokat fejlődöm, és azt is, hogy Józsi bácsi fantáziát lát bennem – a szorgalmam miatt. Türelmes volt még akkor is, ha nem sikerült végrehajtanom, amit mondott. Kedvesen biztatott: Fog az menni Janikám, csak gyakorold szorgalmasan!

Az előzetes tervek szerint négy-négy fiú és lány utazott volna Portóba. Mivel azonban csak két lány került a csapatba, hat fiú kelhetett útra – ez volt a szerencsém. A férfi-, a női csapat és a vegyes páros is bronzérmet szerzett.

A verseny után gyökeresen megváltozott az életem. 1996 szeptemberében határozottan letettem voksomat az asztalitenisz mellett. Hallgattam Józsi bácsi javaslatára, és intenzív edzésekbe kezdtem. Hetente háromszor gyakoroltunk, plusz minden második hétvégén – szombaton és vasárnap is – reggel kilenctől este hétig edzettünk! Megtanultam, hogyan fogjam helyesen az ütőt, és a tenyeres mellett már a fonákütéssel is tudtam operálni. Kezdett kialakulni a technikám – ám ekkor közbeszólt a fájós térdem. Porcleválással megoperáltak, és utána közel három hónapig nem edzhettem. Május volt, mire újra csatasorba állhattam.

A kihagyás nem kedvetlenített el. Alig három hónap volt hátra az Európa-bajnokság kezdetéig. Sem edzőm, sem én nem fűztünk vérmes reményeket a viadalhoz. Kevés volt a hátralévő idő a megfelelő mentális és fizikai felkészülésre. Egy év után csak reménykedni mertünk a jó szereplésben.

Stockholmban rendezték az Európa-bajnokságot. Négy, négyfős csoportban, körmérkőzéssel dőlt el, hogy ki jut a nyolc közé. Hogy finoman fogalmazzak, csont nélkül léptem tovább.

Ennek megfelelően a legjobb négy közé kerülésért az egyik csoportmásodikkal kellett mérkőznöm. Lengyel ellenfeletem – a nevére már nem emlékszem – simán, 2:0-ra vertem. A döntőbe jutásért újra egy lengyellel kerültem össze. Edzőmmel alaposan kielemeztük Skorbut játékát. Az első szettet 24:22-re elveszítettem. A másodikban 21:18-ra diadalmaskodtam. A döntő játszmában 22:20-ra kaptam.

A rutin hiányzott a győzelemhez. A lengyel srác velem egyidősforma. Látszott rajta, hogy annak, amit tud, már évek óta birtokában van. Amire képes volt, azt százszázalékosan hozta. Amikor a vesztes csata után elindultam az asztaltól, az járt a fejemben, hogy elszúrtam a meccset – az utolsó játékrészben elrontottam egy tuti labdamenetet. Nem lett teljesen keserű a szám íze a vereségtől. Ahhoz képest, amit előzetesen vártunk, a harmadik hely szinte győzelemmel ért fel.

Nagyon jó érzés volt fellépni a dobogóra. Edzőm arca szinte kicsattant a boldogságtól, amikor a nyakamba akasztották a bronzérmet. Boldog voltam, és örültem az éremnek – ez talán nem látszott rajtam, mert az érzés a lelkem mélyén hevített. Életem addigi legszebb perceit éltem át a dobogón. Kitüntető és felemelő érzés volt még az is, hogy a kontinensviadalon én vihettem a magyar zászlót. Férfipárosunk– Csibor Zsolt és Szabó Attila – aranyérmet nyert.

A verseny után észrevettem, hogy csapattársaim egyre jobban figyelnek a szavamra. Tiszteltek a gyors fejlődésért, és őszintén örültek az elért eredményemnek is. Erős volt a csapatszellem, és már én is köztük tartoztam.

A Svédországban elért siker híre szélesebben szárnyra kapott itthon. Diáktársaim „sorban” álltak előttem, hogy gratulálhassanak. Nem egy eljött a következő csapatmérkőzésre, hogy lásson játszani. Sőt még arra is megkértek, hogy tanítsam meg őket pingpongozni. Ez mind nagyon jólesett.

Anyukám és bátyám már akkor is rettenetesen örült, amikor Belgiumba utaztam, mert még egyikük sem járt külföldön. Igazán büszkéek a Svédországban elért harmadik helyezésem után lettek rám. Még jobban elmélyítette bennem a siker értékét bátyám figyelme: egy gyönyörű nyaklánccal ajándékozott meg. Anyu városszerte hirdette, hogy van neki egy remek asztaliteniszező fia, akivel egy kiváló edző foglalkozik. Amikor a markába nyomtam a bronzérmet, elsírta magát – a mai napig sem tudja másként kifejezni az érzelmeit. Józsi bácsi többször is találkozott édesanyámmal és nevelőapukámmal. Szüleim szavaiból kicsengett: nagyon féltenek attól, hogy egy esetleges lelki törés erősen visszavet a fejlődésben. Féltettek a depressziótól – a nagy pszichés terhelés miatt. Egyre nagyobb követelményeket támasztott edzőm és a MÉSZ – de én magam is.

1997-ben Józsi bácsi úgy gondolta, hogy csapatunknak az ép asztaliteniszezők között is el kéne indulnia. A kerületi másodosztályból egy év alatt feljutottunk az elsőbe. Négy évvel később, a BVSC 5. csapatában már a budapesti másodosztályban versenyeztem.

Ehhez a sporthoz is elengedhetetlen a kiváló fizikai és mentális felkészültség. A villámgyors ütésváltásokhoz, a taktikai elemek változtatásához játék közben komoly állóképesség kell. Ennek a kihívásnak nekem is meg kell felelnem, ha eredményeket akarok elérni. A győzelem vágya továbbra is hajt, és ezzel saját mentális állapotomat is fejlesztem.

A szabályváltozás óta pörgősebbek lettek a mérkőzések. A labda átmérője két milliméterrel nagyobb lett, és ettől valamivel lassabb a játék, de mivel már csak tizenegy poénig tart egy szett, azon belül sok taktikázásra már nincs lehetőség. Edzőm szerint a kétoldalú játékomnak és az akaraterőmnek köszönhetem, hogy sikerült eljutnom odáig, ahol tartok. Vertem már meg egykori NB I-es és régi válogatott játékosokat is a hazai mezőnyben. Elmondhatatlanul sokat köszönhetek edzőmnek, aki szívvel-lélekkel mellettünk áll.

A nyári szünidő egy hónapját reggeltől estig a BVSC asztaliteniszcarnokában töltöttem. Kondizás és technikázás folyt reggel kilenctől délután ötig-hétig. Ilyen rákészülés után vettem részt a budapesti Európa-bajnokságon 1998-ban. Csapatban másodikká, míg párosban ötödikké lettünk. Az egyéni küzdelmekben újra összekerültem Skorbuttal. Két sima játszmában kikaptam tőle, és ötödik lettem. Szerettem volna bizonyítani a hazai közönség előtt, de sajnos, nem sikerült.

A verseny után meghívtak Franciaországba, a világbajnokságra. Egy hónapunk volt a felkészülésre. Jól jöttek a kerületi bajnokság mérkőzései, és a kéthetes edzőtábor is. A magyar versenyzők közül egy fiú és egy lány vehetett részt a párizsi versenyen. A kísérőnk és a mindenesünk is Józsi bácsi volt.

A sorsolás után bizakodtunk edzőmmel, hogy akár a döntőbe is beverekedhetem magam. A körmérkőzéseken csoportelsőként jutottam túl, és az elődöntőben újra Skorbut lett az ellenfelem. Imponálónan szép játékkal 2:0-ra vertem (21:15 és 21:16). Bejutottam a döntőbe. Az első szettet könnyedén nyertem, és a másodikban is nyeresre álltam (13:7). Ekkor történt velem valami. Edzőm azt mondja ilyenkor, hogy beremegett a kezem. Végül is mindegy, hogy minek nevezzük – a lényeg az, hogy csúfosan kikaptam.

Pedig annyira jól ment a játék a világbajnokságon, hogy szinte végigsziporkáztam a mérkőzéseket. Erőnlétiileg remekül bírtam, technikailag megvalósítottam edzőm utasításait – mindaddig, amíg be nem remegett a kezem. Hiába állhattam a dobogón egy fokkal magasabban, mint valaha is: csalódott, letört voltam.

A kudarcot csak némileg feledtette Párizs varázsa. Edzőnk észrevette, hogy a lengyel sportolók utcai ruhában gyülekeznek a szálloda portája előtt. Odament hozzájuk, és a keze ügyében lévő papírlapra felvázolta a világváros néhány, építészeti jelképét. Barátsággal bólintottak a gyülekezők, és Józsi bácsi megkönnyebbülten felsóhajtott, mert egyedül nem mert volna nekivágni a párizsi metrórengetegnek. Eljutottunk a főbb nevezetességekhez, és szaporán kattintgattuk a fényképezőgépet.

A pénzszűke miatt a többi csapatnál egy nappal később érkeztünk és egy nappal előbb utaztunk el a világvárosból. Ekkor még csak reménykedtem, hogy az eredményem alapján meghívják Sydneybe, a paralimpiára, amin a világ tizenkét legjobb férfi versenyzője indulhat asztaliteniszben – a nők közül pedig nyolcan.

Versenyzés szempontjából sűrű év volt 1999. Szlovákiában kontinensbajnokság volt, ahol a férfi párosunk ezüstérmes lett, én pedig ötödik. Alig telt el néhány hónap, és már Lisszabonban voltunk, a világbajnokságon. Férficsapatunk és a férfipáros is második lett. Nem sikerült előrébb lépnem az Európa-bajnokságon elért eredményemhez képest, mert kikaptam a későbbi győztestől, és ezzel újra ötödik lettem.

Határtalan öröm fogott el, amikor értesültem róla, hogy indulhatok a paralimpián. Nemcsak fogadkoztam, hogy mindent megteszek a már annyira áhított győzelemért, de katonás fegyelemmel készültem is rá. Ekkor nem várt esemény következett be: szerelmes lettem. Edzőm sasszemét persze nem kerülte el a változás. Időben figyelmeztetett: Nem vagytok egymáshoz való! Én viszont szerelmes voltam, mint a nagyágyú, és egyre lazábban látogattam az edzéseket. Józsi bácsi „elővette a vaskezét”, és olyan keményen markolt meg vele, hogy kénytelen voltam észhez térni. Fél évig tartott a felemás szerelmi állapot, aztán újra csatasorba álltam. A paralimpia előtt egy hónappal kikértek a munkahelyemről. Minden nap volt edzés reggeltől estig.

Furán fog hangzani, de csak akkor hittük el igazán, hogy részt vehetünk a paralimpián, amikor már leszállt velünk a repülőgép Ausztráliában. A buszon eufórikus érzés fogott el. Hatalmas öröm volt már annak pusztá tudata is, hogy olimpikon vagyok. Abban a csarnokban versenyezhetek, ahol alig egy hónapja a világ legjobbjai vívták csatáikat!

Egy héttel az ünnepélyes megnyitó előtt, október 12-én hajnalban érkeztünk meg. Elfoglaltuk szobáinkat az olimpiai faluban, megreggeliztünk, majd irány az edzés! Minden áldott nap gyakoroltunk, kétszer két órát. Felkészülésemet a mozgássérült magyar asztaliteniszezőkön kívül még egy-egy szlovák, nigériai, angol és ukrán versenyző is segítette.

Október 27-én voltak a csoportmérkőzések, 29-én pedig a végküzdelmek. Ez a késői kezdés azért volt előnyös, mert így számtalan versenyre ellátogathattunk, és a városnézésre is bőven maradt időnk. A megérkezésünk napján elkezdett fájni a fogam – pedig még otthon rendbehozattam. Két nap múlva irány a fogorvos! Időpontot kaptam az orvostól. Két nap múlva, amikor a kezelés után kiléptem a rendelő ajtaján, mellém száguldott Józsi bácsi. – Gyere gyorsan, Janikám, városnézésre megyünk! – A magyar konzulátuson jelentkezett egy helybéli magyar család: vállalták, hogy honfitársaiknak megmutatják a várost, és vendégül látják őket. Alighogy a friss hírek végére értünk, megjelent egy ausztrál rendőr, aki kifogástalan magyarsággal szólalt meg. Elkísért bennünket a ránk váró családhoz. Keresztül-kasul bebarangoltuk autóval a várost. Elmentünk az állatkertbe is, ahol meg lehetett simogatni az állatokat. Élőben láthattam a delfinek játszadozását. Öt alkalommal indulhattam városnézésre, ebből kétszer jártam a kínai negyedben. Csupa nyugodt, kiegyensúlyozott embert láttam.

A sportszarnokokban a hangulat egyenesen fenomenális volt. Mivel munkaidőben voltak a versenyek, ezért leginkább iskolások foglaltak helyet a lelátón. Az apróságok kitettek magukért, és hangosan buzdították a nekik szimpatikus versenyzőket. Nagy meglepetésemre, amikor a döntőbe jutásért játszottam, a közönség fele magyarul drukolt. Lengedeztek a hatalmas nemzeti színű zászlók, sikeres ütéseim után megszólaltak a kürtök. Elmondhatatlan érzés volt mindezt megélni, tapasztalni! A szlovák és az osztrák mozgássérült versenyzők is nekem drukkoltak.

A legjobb játékosok Európából érkeztek. Ukrán, spanyol, lengyel és a portugál versenyzők adták a mezőny krémjét. Remek formában versenyeztem, jó passzban voltam. Az elődöntőben ki mást kaphattam volna ellenfélnek, mint a már jól ismert Skorbutot. Az első játszmát meggyőző játékkal 21:16-ra nyertem, a másodikat ő hozta 21:15-re. A döntő szettben már 17:14-re vezettem, amikor kísérteni kezdett a múlt. Újra én szerválhattam – mint annak idején a világbajnokságon –, amikor beremegett a kezem, és 22:20-ra elbuktam a döntő játszmát. Edzőm tehetetlenül ült a kispadon – még tudott volna tanácsot adni, de már tele volt piros lappal.

A mérkőzés után hatalmas embergyűrű vett körül. Te voltál a jobb, neked kellett volna a döntőbe jutni! – hangzott mindenfelől. Tizenhét éves lányok tolongtak körülöttem autogramért. Ekkor már éreztem, hogy nem tudom felszívni magam a bronzcsatára, pedig az edzőm megtett minden tőle telhetőt. Talán ott van a hiba, hogy legbelül még mindig azt hiszem: jobb nálam a lengyel fiú. Azóta is kérdés, hogyan lehetne kiküszöbölni a játékból ezt a holtponzt? Talán pszichológushoz kéne fordulnom. A bronzcsatára már teljesen leeresztettem. Mi más következhetett volna: negyedik lettem.

Az IPC (Nemzetközi Paralimpiai Bizottság) betett nekünk. Mivel a spanyol értelmi fogyatékos kosárlabdacsapatban több ép sportoló is pályára lépett Sydneyben, és így elsők lettek, versenyeiről kizárta az értelmi fogyatékos versenyzőket. Ez nem más, mint a kollektív bűnösség elve! Ez a döntésük fájón érintett, mert azóta rajtam kívül álló ok miatt jó néhány

versenyen nem indulhattam el. Miért nem lett volna elég, ha csak a vétkes nemzetet büntették volna meg keményen? A MÉSZ azt javasolta a nemzetközi szövetségnek, hogy csak a bűnös csapatot sújtsa ítéletével. Az INAS (Értelmi Fogyatékosok Európai Sport Szövetsége) Lengyelországnak adta az idei kontinensbajnokság rendezési jogát. Töretlen hittel és akaraterővel arra készülünk edzőmmel, hogy célt érjünk a versenyen.

Az edzésmunkával eltöltött évek eredménye jól lemérhető rajtam. A fejlődésnek azonban folytatódnia kell, mert újabb és újabb célok lebegnek a szemem előtt. Fel kell gyorsulnia a játékomnak. Az erőnlétemet is fejlesztenem kell, hogy minden labdának utána tudjak menni. Továbbra is töretlen a kapcsolatom az edzőmmel, és biztos számíthatok rá a jövőben is. Hét évvel később kezdtem el asztaliteniszezni, mint ahogy szokás. Szeretném bizonyítani, hogy már ledolgoztam a hátrányomat, és előre tudok lépni... – a tavalyi porcleválás operációja után most érzem az erős terhelés fájdalmait a lábamban. A következő lépcsőfok a Budapest I. B osztályba jutás. Onnan pedig NB III-as vagy NB II-es csapathoz szeretnék szegődni.

Környezetem már mint elismert sportolóra tekint rám. A hétköznapiakban viszont eddig csak problémát okozott nekem a sport. Munkahelyi főnökeim nem nézték jó szemmel az edzőtáborozásokat és a versenyek kieső idejét, és emiatt már kétszer váltanom is kellett. Életem anyagi oldala is hiányos. Alig keresek többet a minimálbérnél, a sportból pedig nem jutok jövedelemhez. Egy elfogadható asztaliteniszütő 30 000 forintba kerül, évente többször kell borítást cserélni rajta, és itt még nem érnek véget a kiadások. A Wesselényi Sport Közalapítványtól nemrégiben anyagi támogatást kaptam.

Röviden összefoglalva: A sportolás nekem az életet jelenti! Ettől kaptam emberi tartást: van célom, van miért küzdenem. Sorstársaimnak – főleg gyerekeknek – bemutatókat tartok az ország legkülönbözőbb szegleteiben. Szeretettel vesznek körül az apróságok, és nem egy közülük példaképnek tekint.

Svédországban az eredményhirdetés után mesélte el nekem Józsi bácsi, hogy asztaliteniszezésem kezdetén az edzőteremben jól megnézett magának az egyik kollégája. Esetlen mozgásomat és technikai hibáimat látva megkérdezte: Minek foglalkozol vele? Úgysem lesz belőle jó asztaliteniszező!

Én viszont tudom: Életre fog kelni a visszatérő álmkép!

SPORTZSÁK

Mecseki István (47 éves)

Huszonöt éves koromban lettem cukorbeteg. Hogy sokasodjon az amúgy sem kis baj, hamarosan teljesen leállt a hasnyálmirigyműködésem, és emiatt nem képződött inzulin a szervezetemben. Az orvos felvázolta a lehetséges szövődményeket, én pedig szó nélkül elfogadtam a javaslatát. Az egyenletesebb vércukorszint érdekében az akkori kezelési szokásoktól eltérően, napi két adagra bontva – reggel és kora délután – adtam be magamnak az inzulint. Ennek hatására szervezetem cukorszintje stabilizálódott, és tünetmentessé váltam. Továbbra is a Magyar Autóklub sárgaangyalaként dolgoztam az utakon. Cukorbetegségemet nem szégyelltem, de nem kötöttem se a barátok, se a munkatársak orrára. A rendszerváltás után tartós, gyógyíthatatlan betegség néven adókedvezményt kaptak a cukorbetegségűek. Főnököm meglepve értesült kiváltságos megtakarítási lehetőségemről. – Hogyan tudtad megbulizni, hogy stramm ember létedre igénybe vehesd a cukorbetegnek járó adókedvezményt? Összeköttetés, netalán pénz? – érdeklődött reménykedve. Mindössze jó kapcsolat kérdése... – feleltem.

Teltek-múltak az évek. Már tizennégy éve voltam cukorbeteg. Forró nyári nap hevítette az M1-es autópálya bitumenjét. Gumit cseréltem egy lerobbant teherautó kerekén. Ez eléggé megterhelő tevékenység: patakokban folyt rólam a veríték. Váratlan esemény hagyta velem abba a munkát: elment a látásom. Mindössze erős narancssárga színt láttam magam előtt, és a közepében egy hatalmas, fekete folt éktelenkedett. Olyan kétségbeesés tört rám, ami tán még a halálfélelemnél is rosszabb. Megkövülten álltam. Riasztották a mentőautót, és az a Rókus kórházba robogott velem. Ott gyors és precíz orvosi vizsgálatral fényt derítettek a látásvesztésem okára.

Az évek óta meglévő cukorbetegség rugalmatlanná tette a hajszálvékony szem erek falait. Nem bírtak ellenállni a belső nyomásnak és megpattantak. Bevérzett a szemfenék. A hamarjában elkezdett lézerkezelésekkel sikerült megállítani a vérzést. Elkezdődött a nagyon lassú gyógyulás. Már sötét- és világosszürke árnyakat láttam magam előtt. A látásvesztés teljesen lehetetlen helyzetbe sodort. Abszolút önállótlaná váltam. Az elején még a lakásban sem mertem egymagam közlekedni, és még a pohár vizet is úgy kértem.

Amíg az ember birtokában van a látás csodálatos képességének, bele sem gondol abba, hogy mi is lenne nélküle? A kényszerhelyzet azonban nagy úr! Sosem voltam gyámoltalan fickó. Ezért, ahogy javuló lelkiállapotom engedte, elspekuláltam, milyen praktikákkal tehetnék szert a kellő önállóságra. Már nem kértem meg a feleségemet, hogy nyomja rá a fogkrémet a kefére. Elindultam a családi ház feltérképezésére. A kezemet magam elé tartottam, és számoltam a lépéseket, a lépcsőfokokat. Már nem araszolgatva botorkáltam a házban, hanem totyogtam. Kezdttem fejlődni. A Rókus kórházból időközben átirányítottak az István kórház diabetológiai szemeszetére, ahol a csodálatos Palágyi Deák Ilona doktornő kezdte el a szinte kilátástalan munkáját. Feleségem minden nap bekísért a gyógyintézetbe, letett az ambulancián, és úgy indult dolgozni. Egész napomat a kórházban töltöttem; az inzulint is ott adtam be magamnak. A munka után pedig jött értem az asszony, és együtt indultunk haza. Fél éven át volt ez hétköznapi elfoglaltságunk. Helyreállító és karbantartó kezelést kaptam, ami lassú javulást indított be. A vérző ereket sikerült stabilan lezárni, és a vérömleny alig-alig érzékelhetően, de elkezdődött felszívódni. Először csak homályos árnyakként érzékeltem magam körül az embereket és a tárgyakat, majd egyre jobban kitisztult a látásom. Szűk éven belül már egyedül

mentem kezelésre a kórházba, hogy feleségemet mentesítsem a napi kétszeri kitérőtől. Megfontolt léptekkel haladtam a járdán, hiszen a villanyoszlopot és a hirdetőtáblát már felismerem ugyan, de látásom a biztonságos, önálló utcai közlekedéshez még igencsak gyengécske volt. Az aluljáró lépcsője előtt megálltam, kezemet a homlokomra téve látványosan gondolkodtam, és közben lázasan tapogattam a talpammal: így kerestem meg a lépcsősor elejét. Óvatosan haladtam lefelé. A végén, amikor már nem volt több lépcsőfok, mindig léptem egy nagy „üreset”. Ejnye, no – mondtam, és mérgesen néztem a földre. Különböző, elterelő mozdulatokkal próbáltam álcázni, hogy rosszul látok. Ez vagy sikerült, vagy nem. A múlt hónapok alatt egyre jobban kitisztult a látásom, aminek nem csak én örültem tiszta szívemből, de a doktornő is. Száz esetből jó, ha egy embernek sikerül visszaadni a látását az erek szétgyulladásának után – vallotta be másfél évvel a bevérzés után. Ez akkor történt, mikor megláttam a szemén a sminket: fekete ceruzával húzta ki az alsó és a felső szemhéját. Mindketten elégedettek voltunk. A bevérzés nem rongálta meg jelentősen a látóideget, ezért térhetett vissza a látásom a bevérzés felszívódása után. A bal szememmel akkor már a vizustábla hosszú számsorának a felét el tudtam olvasni – a jobbal, sajnos, semmit. Mélyen elgondolkodtam sorsom szerencsés alakulásán. Rájöttem, hogy mennyire nem becsültem azt, ami van! Nem éreztem addig a látás mérhetetlen értékét. Ettől fogva erős empátiával és őszinte csodálattal gondoltam a fehér bottal közlekedő emberekre. Talán furán hangzik, de igaz szeretetet érzek irántuk. Soha nem jutott eszembe átráncigálni őket az úttesten, ha láttam, hogy elkél a segítség. Helyette megbeszéltük a segítségnyújtás módját, és igazodva a nem látó ember igényéhez, úgy segítettem, ahogy kérte.

Cukorbetegségemet ez alatt a Szent István Kórház II. bel osztályán tartották kordában. Diabéteszkezelő orvosom, dr. Vörös Péter főorvos nem értette, hogyan pattanhattak meg a szememben lévő erek. Magam is elgondolkodtam rajta. A munkám erős fizikai igénybevétellel járt. Az inzulinnak köszönhetően a cukrom a normális érték felső határa körül stabilizálódott. A fizikai munka szénhidrátot vesz el a vérből. Minél intenzívebb a munkavégzés, annál többet. Az energiafálgó, erős fizikai munka hatására az egészséges emberben a hasnyálmirigy inzulintermelése leáll. Mi történt az én esetemben? Itt fordított a sorrend: adott az inzulin, ehhez kell étkezni. Minden reggel beadtam magamnak egy-egy gyors és lassú lebomlású inzulinadagot. Ezt keringtette a szervezetemben a véráram. Ehhez jött az étkezéssel bevitt szénhidrát – mindez precízen az orvosi elvárásnak megfelelően. Mit kellett volna tennem ahhoz, hogy ne pattanjanak meg az ereim? Az én válaszom az, hogy mindennap folyamatos, egyforma ritmusú fizikai munkát kellett volna végezni. Ezt azonban a gyakorlatban nem lehet megvalósítani. Az inzulin adagolását erre a tökéletesen egyforma, napi folyamatra találták ki, és ez mit sem ér az izgó-mozgó embernek. Véleményem szerint annál az ominózus gumicserénél úgy 4-5 mmol/l-rel eshetett le a vércukrom. Ilyen vészhelyzetben könnyen behipózhat a beteg. Ennek elkerüléséhez reggel kilenc-tíz mmol/l-re kellett volna beállítani a cukorszintemet, hogy legyen miből leadni napközben, az intenzív fizikai munkával.

A látásvesztés miatt munkaképtelenné váltam, és a családi orvos elindította a leszázalékolást. Flottul ment az ügy, és nem sokára havonta üdvözölhettem a pénzes postást. Nyugdíjas életem kezdő szakaszában két éven át jártam lézerkezelésre. Már teljesen felszívódott a bevérzés, amikor Vörös doktor – aki kiváló nephrológus is – ekképp szólt hozzám: Baj van, mert jelentősen megugrott a kreatinin szintje a vérben!

Mindenki ismeri, mi a vese szerepe a szervezetben. Működése során mindent a vérből von ki, és a kiválasztott anyagot továbbítja a megfelelő helyre. A vese mindenkori állapotát hűen tükrözi kétféle, a vérben található mérgeanyag (a kreatinin és a karbamid) mennyisége. Káliumszegény diétával sikerült visszafogni a mérgeanyag-mennyiség emelkedését. Sajnos, ez csak átmeneti eredmény volt, mert azután elszabadult a pokol. Két évvel a kreatinin meg-

jelenése után annyit rosszabbodott a vesefunkcióm, hogy szükségessé vált a művesekezelés. A romló egészségi állapotom félre nem érthető jelzésekkel szolgált. Leragadtak az izmaim. Az ízületeim (csukló, boka, térd, kéz) mozgása olyan érzéssel járt, mintha elfogyott volna a kenőzsír a mozgó gépalkatrésről. Szárazon dolgoztak a csuklók, recsegték, ropogtak. Egyre kevésbé bírtam a mozgással járó fájdalmakat. Leguggolni már nem tudtam, mert félig guggoló helyzetben olyan erős fájdalmak törtek rám, hogy inkább eldőlttem oldalvást. Betegségem eme stádiumában javasolta Vörös főorvos úr, hogy csináltassam meg a fisztulaműtétet. Ezzel a karhajlatban, Y alakban összevarrnak egy artériát és egy vénát, amitől olyan erős lesz a nyomás ebben az érben, hogy az megfelelő mennyiségű vért juttathat a művesegépbe. A betegség eme szakaszában már mérhetetlenül fáradt voltam. Csak nagy lelki tusakodás árán tudtam rávenni magam, hogy megmozdítsak valamit magam körül. Egyre jobban elhatalmasodott rajtam a tehetetlenség érzése. Az orvosok ugyan javasolták, hogy próbáljak meg minél többet mozogni, és én meg is akartam felelni, de képtelen voltam rá. Elkezdődött a művesekezelés az István kórházban, a Fresenius dialíziscentrumban. Sok betegársammal ellentétben nekem ez valóságos megváltás volt. Az első fél év méregtelenítése után szinte újjászülettem. A kétnaponta végzett kezelés az elfogadható érték közelébe állította be a vérem kreatininszintjét. A vizeletet is teljes mennyiségben kiválasztotta a vesém. Kétnaponta öt-öt órát töltöttem a művesegépen, így azokra a napokra megvolt az elfoglaltságom – pláne, ha hozzászámítom az oda- és visszautat is. Ennek ellenére sem volt vitás, hogy bőven megéri a ráfordított idő és energia, mert a kezelés tünetmentessé tett.

Az örömömbe azonban nemsokára ürmöm vegyült. Egyre kevesebbet tudtam pisilni. Újra katasztrofálissá vált a helyzet. Megittam két liter folyadékot, de már egy csepp sem távozott el belőlem. A vér egy ideig befogadta a megivott folyadékot, de miután telítődött vele, kinyomta azt a szövetekbe. Ödémás lettem. Még a legnagyobb kánikula idején sem ihattam napi egymásfél liternél többet. Ebben benne van a leves, a joghurt és az ivólé is. A dializálógépek ekkor már nem csak méregtelenítésből kellett jelesre vizsgáznia, hanem folyadéklevételből is. Eggyé váltam a művesegéppel; nélküle már nem maradhattam volna életben. Lelkiekben teljesen összetörtem (1999 vége). Nem érdekelt senki és semmi. Kezdtém lemondani a további harcról. Már nem voltam hajlandó saját lábamon a kezelésre menni. A RENDEPOSZOLGÁLAT gépkocsiját vettem igénybe – ezzel szállították kezelésre a még ülőképes vesebetegeket. Az egyik alkalommal elbeszélgettem barátommal és betegársammal, Marinyák Gáborral – illetve panaszkodtam, sajnáltam magam, és elárasztottam őt bánatommal. Csendesen mesélte, hogy húszéves kora óta vesebeteg. Új vesét is kapott már, de azt tizenegy hónap múlva kilökte a szervezete. A sikertelen transzplantáció óta már hatodik éve járt dialízisre. Tízszer jobban megszenvedte a betegségét, mint én.

Elszégyelltem magam. Mit hülyéskedsz, István! – szólt rám Gábor. Tudsz úszni...? Gyere le a Fradi uszodájába! A Magyar Transzplantáltak Sport Egyesülete bérli a pályát. Ott a helyed, közöttünk!

Csak kapkodtam a fejem az ötlettől. – Nem bánom! – feleltem, és a következő edzésnapon lementem az úszók közé. Megcsapta orromat az uszoda eltéveszthetetlen, ismerős illata.

Kilencéves koromig amolyan csont-bőrforma voltam, ám zörgő vázam ellenére eleven kölyökként éltem napjaimat. Testnevelő tanárom egyszer kézen fogott, és levitt a Császár uszodába.

– Itt van ez a gizda kisfiú – mondta Mezei Pista bácsinak (Kacsának, a római olimpián részt vett magyar vízilabdaválogatott kapusának), a Budapesti Építők úszóedzőjének. – Faragjál embert belőle, mert tönkreteszi a tornaórákat. Minden gyerek röhögögöröcsöt kap, ha meglátja rövidnadrágban!

Pista bácsi rábólintott: így lettem úszópalánta. A magam tehetsége szerint szeltem a vizet, és a jó szemű edző hamar rájött, hogy soha nem leszek úszófenomén. Négy év múlva (hetedik koromban) át is kerültem a vízilabdázókhoz.

Mielőtt rátérnék az új sportág taglalására, szólnék pár szót az úszóedzések hozadékáról. Négy év folyamatos és aprólékos edzőmunkája minden gyerekből embert teremt! A rendszeres úszás komoly, érett kamasszá tett. Megtanultam, hogy mi a feladatom az életben. Az iskola után irány haza, ebéd, majd tanulás, mert délután ötre már az edzésen kell lenni, és pár ezer métert le kell gyűrni a medencében. Fáradtan hazabotorkálok, és bezuhanok az ágyba. Vicikvacak gyerekből izmos, tudatos fiúvá serdültem. Mindenemmé vált a sport. Már harcos vízilabdázó voltam. Az egyik edzésen beállított a kapuba Pista bácsi. Tettem a dolgomat, ahogy tehetségemtől telt. Szenzációs érzéked van, Pista fiam! – szólt a mester az edzés végén, és attól fogva, mint kapusjelöltre tekintett rám. Patyi György volt akkor a BVSC vízilabda-edzője. Hozzá kerültem az építőktől, és a vasutas csapatban ifjúsági és junior válogatottságig vittem.

Mindig és mindenben a maximumra törekedtem. Úgy láttam, hogy a nagyválogatottságig nem tudom fokozni a teljesítményemet, mert sokkal tehetségesebb kapusok is vannak a mezőnyben, és ők Molnár Endre nyugdíjba vonulása után esélyesebbek a válogatottságra. Talán ennek a felismerésnek is szerepe volt abban, hogy szögre akasztottam az úszónadrágot. Másfelé terelődött a figyelmem. Még be sem töltöttem a huszadik születésnapomat, amikor megnősültem, és nevelőapja lettem egy ötéves, feleségem első házasságában született kislánynak. Évi csodálatos gyermek, és bebizonyítottuk a világnak, hogy a szeretet, a családi összetartás nem mindig a vér szerinti rokonságon múlik.

1976-ban született Gábor fiunk, aki 1981-ben, csontrákban meghalt. Úgy érzem, hogy a tragédia feldolgozásában és mentális túlélésében nagyon sokat számított, hogy a sport megtanított küzdeni és kitartóvá tett. A rettenetes idegi terhelésnek tudható be, hogy megbetegedtem. Ennek első figyelmeztető tünete volt a mérhetetlen szomjúság, a sok vízivás, a gyakori pisilés. Hirtelen fogyni kezdtem, és kettős látásom alakult ki. Az orvosi vizsgálat és a labor egyértelműen kimutatta, hogy cukorbeteg lettem. Mint tudjuk, az idő halványítja a múlt emlékeit. Újra idillinek mondható családi életet éltünk feleségemmel, Györgyivel és gyermekünkkel. Családi házat építettünk Érden, és az alsó részében autószerelőműhelyt alakítottam ki. Másodállásban pofoztam helyre a behozott járgányokat, mivel főállásban sárga angyal voltam.

Anyagilag is a csúcson voltunk. Már középiskolás koromban is rajongtam a lovakért és a lósportért. A nyolcvanas évek második felében már nem volt drága hobbi a lovaglás. Jól látszott, hogy kezdik kimenteni a vagyont a téeszekből, és ennek eredményeként könnyen lehetett lovaglási lehetőséget találni. Mivel a lányunk is imádta a lovakat, együtt lovagoltunk Törökbálinton a barátainknál. Talán van, aki nem tudja, hogy a lovaglás intenzíven megmozgatja az ember összes izmát, porcikáját. Két-három órás tereplovas után egy kezdő lovast szabályszerűen ki kell emelni a nyeregből, mert saját erejéből képtelen leszállni. A hátsó idomításához kiváló kondíció kell. Nem csak az istálló körüli teendőkre gondolok: a lovat futószáron is kell futtatni. Nem mondhattam a lónak, hogy Gizi, fuss nyolc kilométert az erdő körül, addig elszívok egy szál cigit! Nekem is futnom kellett, kezemben a szárral. Társadalmi munkában helyrepofoztuk barátaimmal az egykor szebb napokat látott istállót. A közeli és távolabbi környékét is kulturálttá tettük. A legkülönbözőbb embereket hozta össze a lovak szeretete: volt köztünk fogorvos, fogtechnikus, bíró, autószerelő, manöken és szélhámós. Rendkívül összetartó, baráti társasággá kovácsolódtunk mi, lóbarátok. A lovaknak és a körjük sereglett embereknek köszönhetően nagyszerű éveket éltünk meg családommal.

Nemcsak a lovakhoz, de a labdákhöz is vonzódtam. Olyan helyen laktunk Érden, ahol sok volt a fiatal házaspár. Gyakran verődtünk össze futballmérkőzésre – utcán is, teremben is. A tét sör vagy üdítő volt. Elszántan kergettük a bőrt: azok a buli meccsek igazi presztízscsaták voltak. A tollaslabda-ütőt is gyakorta vettem kézbe. Akkor már a lányok és az asszonyok is színesítették jelenlétükkel az utcácska mozgalmas világát. Ezekben az években csak amatőrként sportoltam, de az is olyan pluszt jelentett – nem csak számomra, de az egész családnak –, hogy nem tudtam volna meglenni nélküle.

A rendszerváltás után vége szakadt a lovaglásnak. A pénz vette át a főszerepet; ennek léte vagy nem léte határozta meg az emberek helyét az életben. A látásvesztésemről (1994) pedig már szóba sem jöhetett semmilyen sport – legalábbis két éven át, mert utána rákaptam a dartsjátékra. Szenvedélyemmé vált a dobálós sport, amit ugyancsak amatőrként űztem. A közeli vendéglőben volt két dartsgép, oda gyűltünk össze, mi, barátok, hogy hódoljunk közös szenvedélyünknek. Kora délután tértünk be a hangulatos helyiségbe, és három-négy órán át dobáltuk a kis nyilakat. Mire abbahagytuk, majd' leszakadt a karunk az izomláztól. Egy-egy alkalommal több, mint ezerszer hajítottam el a kis dárdákat. Az itt rendezett, területi versenyen óriási küzdelemben maradtam alul a döntőben, így ezüstérmes lettem. A hajigálásnak az vetett véget, hogy el kellett költöznünk Érdről. Az orvosom ugyanis jó előre figyelmeztetett, hogy hamarosan művesekezelésre szorulok. Próbáljuk úgy alakítani az életünket – tanácsolta –, hogy ha módunk van rá, költözzünk be Pestre. A családi ház körüli teendőket már nem leszek képes ellátni a jövőben – érvelt. Megfogadtuk a jó szándékú tanácsot, és Budapestre költöztünk (1998).

Az itt vásárolt, kétszobás lakástól könnyen el lehetett jutni az István kórházba. Ez alapvető szempont volt a lakás helyének kiválasztásakor. Két éven át folyamatosan romlott a vérképem, és már csak a RENDEPO autójával voltam hajlandó vesekezelésre járni. A hemoglobinszintje 170-ig normális egy férfinál, nekem akkoriban 90 volt. A mozgás már annyira nehezemre esett, hogy leültem a fenekemre a tévé képernyője elé, mert azon kívül már nem maradt más perspektívám az életben. Ekkor beszélgetett el velem az úszásról barátom, Marinyák Gábor.

Az újév első napjaiban lementem körbeszimatolni a népligeti uszodába. Úgy hatott rám a víz illata, mint kiöregedett huszárlóra a csatába hívó kürt. Uszodaszagot fogtam, mégpedig jó erőset. Elemi erővel húzott magához a medence. Elbeszélgettem az edzőnkkel: Pécsi Annamáriával, aki tetőtől talpig átfésült szemével, és levonta a konzekvenciát: Jó bőrben van, István! Itt a helye, közöttünk!

Lelkesen mentem haza. Felpezsdített a régi, szép idők emléke. Sportszákomban dobtam az úszógatyát, és az edzés napján nagy elánnal siettem az uszodába. Edzeni akartam – mint veterán korú – az egészségemért. A vízbe csobbantam, és a legkímélőbb úszásnemben – mellúszásban – nekivágtam a távnak. Mire elértem a medence falát, úgy éreztem, rögtön szörnyethalok. Nem kaptam levegőt a kimerültségtől. Látni is csak karikákat láttam. De nem ötöt, hanem jóval többet. Annyira kikészültem, hogy alig bírtam megkapaszkodni a medence végén, a fogódzkodóban. Hadd ne mondjam, hogy milyen tempóban másztam ki a medencéből. Kösz, nekem ennyi bőven elég! – mondtam a mellém lépő edzőnek. – Megyek haza!

– Viszlát! Jól van, István! – felelte egykedvűen Ani, a kiváló edző és pszichológus. – Tényleg gyenge legény maga. Jobban teszi, ha a fotelben ül, és azzal erősíti tovább magát! Beteg ember, az a feladata, hogy jó nagyokat nyögjön!

– Hát a jó édes... dolga, hogy nyögjön, de nem az enyém! – dohogtam magamban. Közben a sporttárs-sorstársak is odaúsztak a medence fala mellé.

– Mi a baj, István?

– Szinte belehaltam ötven méter után a medencébe – feleltem.

Ekkor szólalt meg Csongi (Csongrádi Laci, négyszeres Európa-bajnok), a legjobb úszó közülük.

– Hát akkor Te igazi úszózseni vagy hozzám képest, mert amikor én két évvel ezelőtt lejöttem ide, és nekivágtam az első hosszúnak, már féltávnál meg kellett kapaszkodnom a kötélben, mert nem bírtam tovább. Beúsztak értem a partról, és kimentettek. Ehhez viszonyítsd a mai teljesítményedet, és annak megfelelően dönts, ahogy ma úszok!

Edzőm közben meglobogtatott kezében egy rám szabott úszótervet. – Ha eljutsz nyolcszáz méterig az edzésen, akkor az már valami! – Úgy döntöttem, hogy folytatom. Egy-két hét múlva már háromszáz méter felett teljesítettem. Újabb hetek teltek el, és megdupláztam az előző távot.

Áttérhettem a gyorsúszásra. Az első mérések egyikén ötvenhét másodperc alatt úsztam le az ötven métert – rettenetesen gyenge idő, de önmagamhoz képest jó volt. Nem csak a bőrömből, de a medencéből is majdnem kiugrottam, annyira örültem a hihetetlenül jó eredménynek. Ani, a pszichológus edző jól tudta, hogy állapotomhoz képest ez az idő valóban remek.

Ekkortájt történt, hogy nyitott a sportdiplomácia, mert olyan versenyt szerveztek az Európai Unió égisze alatt, ahol a transzplantált sportolók között a dializált vesebetegek is rajthoz állhattak. Az Európa-bajnokságot Athénben, 2000. október 6-16. között rendezték.

A Magyar Szervátültetettek Szövetségének vezetője – Székely György – tetőtől talpig ember. Már több mint húsz éve él donorvesével.

– Gyerekek! – szólt hozzánk. – A művesekezelteknek nincs szintidő. Aki úgy érzi, hogy a teljesítményével nem égeti önmagát, azt delegáljuk az athéni versenyre!

A váratlan bejelentés után – ha lehet ilyet mondani – még lelkesebben úsztunk az egészségünkért, mint addig. Annyira remek lehetőség a transzplantált és a művesekezelt emberek számára is a sport, hogy hasznosabb elfoglaltságot el sem tudnék képzelni magunknak. Baráti társasággá forraszt össze bennünket, üzzük bármelyik formáját is. Nem csak a magunk egészségéért hajtunk, hanem a közös siker érdekében is.

A verseny előtt Ajkára utaztunk edzőtáborba. Naponta kétszer volt úszóedzés; a táv alkalmanként kétezer méter. A köztes idő egy része atlétikázással telt. Gimnasztikáztunk, kézsúlyoztunk, és a vége felé már napi két kilométert futottunk. Ahhoz képest, hogy nemrég még bele akartam fulladni a medencébe... nem is olyan rossz, amit produkálni tudok! – vélekedtem. Ekkor azonban még fogalmam sem volt róla, hogy utazom-e Athénbe? Az utolsó napon hirdettek csapatot, és az én nevem is elhangzott. Két számban: mell- és gyorsúszásban neveztek.

A művesekezelésre szorulóknak repülőgéppel utazhattak Görögországba, míg a transzplantált sportolók busszal tették meg a távot. Mivel a Balkánon dúló harcok miatt Bulgária felé kellett kerülniük, több mint két napig zötykölődtek az utakon. A művesekezelésre továbbra is szükségünk volt, ezért Reé József doktor úr megszervezte számunkra a kinti dializálást.

Az úszóversenyeket az érkezésünk utáni napon rendezték. A gyorsúszás döntője késő délelőtt volt. Két görög versenyző között kellett úsznom. Úsztam, ahogy erőmtől tellett. A benyúláskor fogalmam sem volt róla, hogy hányadikként csaptam be a célba. Felnéztem az eredményjelző táblára és láttam, hogy második lettem, öt század másodperccel az első mögött. Hihetetlenül boldog voltam, hogy a kevésbé jó számomban sikerült ezüstérmet szereznem. Mi lesz

mellúszásban? Azt a döntőt kora délután tartották. Ebben az úszásnemben az úszó ütemet veszti, ha kinéz oldalra. Ennek megfelelően nem kukucskáltam se jobbra, se balra. Helyette is úsztam, mégpedig gözerővel! Erősen zihált a tüdőm, amikor megérintettem a falat. Kábultan néztem a lelátó felé, és láttam, hogy rettenetesen ujjong a magyar tábor. Csak utána pislanítottam az eredményjelző táblára. Első: István Mecseki, hetes pálya! Először elcsodálkoztam, majd mérhetetlen öröm kerített hatalmába. Az, hogy az olimpiai uszodában sikerült nyernem, még pluszként adódott határtalan örömhöz – ezek a reakciók azonban elég lassan jöttek elő bennem, mert a célba érkezve oxigénhiányos állapotba került az agyam az erőfeszítéstől.

A csúcserzés az, amikor az ember felállhat a dobogóra, és az már részletkérdés, hogy melyik fokára. Ezt a kiváló eredményt természetesen a művesekezelt veterán korosztályában értem el. Amikor felléptem a dobogó tetejére, akkor már volt időm, hogy elgondolkodjam a múlt sűrű eseményein. Súlyos beteg lettem, és szinte már feladtam a reményt. Sokat köszönhetek transzplantált sporttársaimnak, akik buzdítása, segítsége nélkül nem tudtam volna ezt elérni. Egy művesekezelt legyőzte önmagát! Ezek a gondolatok futottak át fejemben, amíg fel nem hangzott a magyar himnusz első taktusa, és el nem kezdett kúszni az árbocrúd teteje felé a nemzeti színű zászló. Azt az érzést, ami akkor hatalmába kerített, szóval nem tudom visszaadni. Az biztos, hogy könnyel telt meg a szemem (miként most, a történetet felelevenítve is...).

2000. október 16-án érkeztünk vissza Budapestre. Másnap felhívtam Kalmár tanár urat. Ki is ő? Magyarországon még nem rutinszerű műtéti eljárás a vese és a hasnyálmirigy egyszerre beültetése. Ilyesmit csak a Pécsi Orvostudományi Egyetem Transzplantációs osztályán végeznek, dr. Kalmár Nagy Károly vezetésével. A hasnyálmirigy beültetése azért nehéz, mert rendkívül nehezen hozzáférhető helyen van a szervezetben. A műtéti eljárás rendkívül komplikált – a vesebeültetés ehhez képest kismiska. A régi, nem működő vesét nem bolygatják meg az orvosok, mert a donorvesét a hasüreg tág terében helyezik el. Már várólistán voltam – sőt, június 9-én már volt riasztásom. Eljutottam a teljes előkészítésig, de sajnos, a hasnyálmirigy alkalmatlannak bizonyult. Nehéz pillanatok voltak. Szóval, felhívtam az orvosomat, hogy beszámoljak a kontinensbajnokságon elért eredményemről. Figyelmesen végighallgatott és gratulált. Már majdnem letettem a kagylót, amikor a tanár úr arra biztatott, hogy kezdjek csomagolni, mert megvan a donor. Szeretnék mihamarabb túl lenni a műtéten! – adta meg a végszót. A világ legboldogabb embere voltam akkor! Egyáltalán nem féltem az elkövetkező napoktól. Optimista voltam; hittem az operációban. Minden erőmmel akartam, hogy sikeres legyen. Racionálisan már hónapokkal a telefonbeszélgetés előtt végiggondoltam a lehetséges fejleményeket. Leültünk otthon a családdal. – Három elvi lehetőség van – kezdtem bele. – Nem sikerül a műtét, és ott maradok a műtőasztalon. Borzasztó rossz lesz nektek, de én már nem tudok róla. Második variáció: sikerül a műtét, de a szervek nem kezdenek el működni. Ezzel minden marad a régiben. A harmadik variáns az, hogy sikerül a műtét, és a beültetett szervek beilleszkednek. Bízunk benne, hogy ez jön be! – zártam le a lehetőségek taglalását.

Nem mindennapi módon jutottam a két, létfontosságú szervhez. Súlyos közlekedési balesetet szenvedett egy húszéves fiatalember. Még életében úgy rendelkezett – bár a transzplantációs törvény senkit sem kötelez erre – hogy szerveit az orvostudomány használja fel a leendő életek megmentésére! Súlyosan megsérült, és csakhamar agyhalott lett. Mesterségesen tartották életben. Megérkeztem Pécsre, a kórházba. Gyorsan kivizsgáltak, majd művesegépre tettek. A dialízisről egyenesen a műtőbe vittek. Legalább tízórás műtét előtt álltam. Elaludtam! Hét nap után tértem magamhoz. Valahol tudat alatt már soknak tűnt a sötétség. Lovakkal kapcsolatos emlékek foszlányai voltak a fejemben, amikor magamhoz tértem. Reggel volt; a tudatom teljesen tisztának tűnt. Körbenéztem az intenzív osztályon – döbönt arcok meredtek rám. Észrevettem, hogy mindenki tekintete megakad rajtam. Nem törődtem

vele. Kijelentettem: Sürgősen el kell mennem oda, ahova a király is gyalog jár. Többen is el-siettek volna az ágytálért, de utánuk szóltam. – Gyalog megyek! Őt cső volt belémkötve; a végükön zacskó fityegett. Ujjaim köré fektettem őket, és némi díszkísérettel elhagytam az intenzív osztályt. Tíz métert kellett megtennem a kitűzött célíg. Olyan volt nekem az a rövid-táv akkor, mintha a Mount Everest tetejére kellene felmásznia egy egészséges halandónak. A visszaút már lényegesen kevesebb energiát vett ki belőlem, mint odafelé.

A transzplant osztály csodálatos: asszisztensek, ápolók, orvosok összeszokott, betegcentrikus gyógyító csapata. Sok érdekességet tudtam meg családtagjaimtól erről és az elmúlt hétről. Elmondhatatlanul örültünk a találkozásnak. Hihetetlen iramban gyógyultam, annak ellenére, hogy a műtétet követő első hat nap alatt kétszer is a klinikai halál állapotába kerültem, és leállt közben a veseműködésem is. Ez huszonegy napon át tartott, majd, ha nehezen is, de beindult. Több mint másfél év után először a klinikán pisilek. Nem mondhatok mást: csodálatos érzés volt! Szerencsére a szívreállásokat mindenféle agykárosodás nélkül úsztam meg – ugyanis ennek ellenkezője is benne volt a pakliban.

Mire hazakerültem a kórházból, mindkét, beültetett szerv kiválóan működött. Hogy továbbra is gördülékenyen végezhesék feladatukat, az immunrendszeremet le kellett gyengíteni – a normális 10-20 %-ára. A kezdeti gyógyszerdózisok igen erős hatásúak, de ki lehet bírni. Jellemző mellékhatásai a bőrkiütések, a viszketegség, a testszőrzet erősödése. Eleinte hetente kellett kontrollvizsgálatra utaznom Pécsre. Gondoltam egy merészet, és vonatra szálltam. A cseppfertőzés ellen orvosi maszkot húztam a szám elé, és mintás kendőt (hobósat) kötöttem fölé. A kendő láttán különnek vélhettek az utasok, de ha maszkkal látnak meg a kupéban, hanyatt-homlok menekültek volna. Három hónap után már csak kéthetente kellett vonatra szállnom. Februárban erős kilökődési folyamatot állapítottak meg a vérképből az orvosok. Szteroidkezelés alá vetettek, és megakasztották a folyamatot. Ma már csak hathetente kell megjelennem kontrollvizsgálaton, és ez már így is marad.

Április közepén voltam féléves transzplantált. – Most már nyugodtan lemehet az uszodába! – mondta a tanár úr. Az első ötven méter után tíz másodpercet szusszantam, majd megfordultam, és úsztam még nyolcszáz métert.

Ma már rendszeresen kondizok az edzéseken. A fél év kihagyás alatt pocakot eresztettem. Az úzásnak is köszönhető, hogy újra a koromhoz képest jó alakú, edzett emberré váltam. Időeredményeim jócskán javultak athéni teljesítményemhez képest. Aztán 2001 végén két, borsó nagyságú epekövet fedeztek fel az epehólyagomban az orvosok. Január 8-án operált a tanár úr Pécsen a kövekkel, és egyúttal egy kisebb sérvet is a helyére tett. Alig két hete vagyok itthon. Finoman, de kezembe vettem már a súlyzókat. Hétfőn már mehetek az uszodába. Az előkészületeket már megtettem: a fürdőnadrágom régóta a sportzsákban van.

Köszönettel tartozom életemért, állapotomért:

Dr. Kalmár Nagy Károly transzplantáló orvosnak, dr. Baumann János intenzív o. orvosnak, a POTE Transzplant. osztály dolgozóinak, dr. Palágyi Deák Ilona szemész orvosnőnek, dr. Vörös Péter diabetológus, nefrológus főorvosnak, dr. Hering Andrea dializáló főorvosnőnek, a Fresenius műveseállomás dolgozóinak, dr. Ökrös István háziorvosnak, Vajda Tünde asszisztensnek, dr. Dallos Gábor transzp. klinikai orvosnak, a Transzplant Klinika koordinátorainak és Pécsi Annamária úszóedzőnek.

MINDIG ÖRÖM A MOZGÁS

Legeza György (44 éves)

Tanulni nem, de mozogni annál inkább szerettem. Felnőtt fejjel már sajnálom, hogy a focival és a lébecolással töltött idő egy részét nem olvasásra szántam. A kimaradt gyermekirodalom hiányát mind a mai napig érzem. Pár hónapja jártam gimnáziumba, amikor afférom támadt egy második osztályos fiúval. A nézeteltérés vége az lett, hogy pofon vágott. Zokon vettem az ütleget, és ezt elpanaszoltam a negyedik osztályba járó bátyámnak, és testvérem elővette a verekedős kedvű fiút. Amikor újra találkoztam a „megnevelt” sráccal, megfenyegetett.

– Jövőre már nem jár ide a bátyád, akkor majd számolunk!

Alacsony, vézna kamasz voltam. A vészjósló szavak félelmet ébresztettek bennem. Elkezdtem erősíteni a fizikumomat, hogy felkészülten állhassak a reváns elé. Reggelente, ahogy kipattant szememből az álom, nyúltam a kézi súlyzó után, majd tornacipőt húztam, hogy fussak néhány kört a környéken. Ehhez pluszként nagykamasz fejlődésem is beindult. Szemmel láthatóan megerősödtem, mire második lettem. Többször is szóba került közöttünk a megverekedés; Számtalanszor kijelöltük a bunyó időpontját és a helyszínét – még a párbajsegédek is megneveztük, hogy el ne fajuljon a kakaskodás. A beígért csata végül elmaradt, a napi rendszeres testmozgás viszont életem részévé vált.

Édesapám példája nyomán lelkeszi pályára készültem. A gimnázium után a görög katolikus hittudományi főiskolára jelentkeztem, Nyíregyházára. A felvételi után azonnal besoroztak katonának. Akkor még huszonnégy hónap volt a sorkatonai szolgálat a kispapoknak – annak ellenére, hogy a többi egyetemi és főiskolai hallgatónak csak 11 hónapot kellett letöltenie. Abban az időben az egyházi személyek vagy az annak készülők a társadalom nem kívánatos elemeinek számítottak. Ideológiai megfontolásból úgy vélték, hogy a vallás, mint csökevényes emberi kellék fokozatosan elszorvad a szocializmus építése során, és – ezt igazolandó – mindent meg is tettek elszorvasztásáért.

Hátrányos megkülönböztetésben volt részünk a katonaság alatt is, amit hűen tükrözött az állomány összetétele is. A mi alakulatunkban a különféle okokból nem kívánatos elemeket gyűjtötték össze, ezért katonatársaim között szép számmal voltak büntetett előéletűek és közönséges bűnözők is. Az ötvenes években kuláknak vagy reakciónak bélyegzett emberek gyermekeit is az első lépcsős egységekhez sorozták be – persze, voltak olyan fiatalok is, akik csak pechjükre kerültek oda.

Vasárnap délután volt. Többen ültünk a vaságy szélén. Őrségváltásra készülődtünk társaimmal. Huszonnégy óra szolgálat várt ránk egy löszerraktár körül. Mindkét őrparancsnok jelen volt a helyiségben. Az őrségváltásig hátra lévő perceket beszélgetéssel mulattuk. Nem sokkal azelőtt a település vasútállomásán a század egyik őrmestere részegen hadonászni kezdett szolgálati pisztolyával. Halálra rémítette a várakozó utasokat. – Akár öt év börtönt is kaphat érte! – vélekedtünk.

– Hogyan lehetett képes ilyenre? – hitetlenkedtem. Ekkor a velem szemben ülő, szolgálatban lévő őrparancsnok a pisztolytáskája felé nyúlt. Előhúzta a fegyverét, és csőre töltötte.

– Elhiszed, hogy én is megmerem tenni? – és rám fogta a stukkert.

Nem tudtam mire vélni a helyzetet. Kíváncsi voltam rá, hogy vajon kibiztosította-e a pisztolyt? Fél méter távolságból néztem farkasszemet a pisztolycsővel. A biztosító szeg felé

akartam lesni, de az őrpapácsnok félrebillentette a fegyvert. Hatalmas durranás hallatszott! Felpattantam az ágyról. Automatikusan a gyomromhoz kaptam, és visszarogytam a priccsre. Fel akartam rakni a lábamat az ágyra, de már nem voltam rá képes. Társaim végigfektettek az ágyon. Az járt a fejemben, hogy mennyire legyengíti az embert az a vacak fémgolyó.

A papácsnokom ezalatt szolgálati pisztolyával és a jelen lévő, beosztott katonák közreműködésével lefegyverezte a magáról megfélemezett őrmestert. Valaki letépte rólam a zubbonyt, hogy szabaddá váljon a lőtt seb. Sötét, rózsaszín szegélyű lyuk tátongott a mellkasom táján. Vér nem folyt belőle. Alig kaptam levegőt. Cefetül éreztem magam. Mivel egy kispap társam is jelen volt, megkértem, ne csak mentőt hívjanak, hanem lelkészt is. Egyáltalán nem féltem a haláltól. De mégis csak jobb, ha az utolsó pillanatban nincs magára utalva az ember. Ezért szerettem volna Isten szolgáján keresztül az Úr oltalma alatt állni, ha netán mégis elszólítana.

Abban az évben előfordult már más, kirívó eset is a laktanya falai között – mindkettő szintén görög katolikus kispappal. Egyiket úgy megverték katonatársai, hogy egész életére szellemi fogyatékos lett: az ütlegek hatására súlyos vérellátási zavar állt elő az agyában. A másik fiút is alaposan elverték a körletben, de neki sikerült épen megúsznia a társai „duhajkodását”. Ma már gyakorló lelkész és többgyermekes apuka. A három eset mögött tendenciát vélek felfedezni. Senki sem válik szívesen áldozattá. Pláne nem értelmetlenül! Nincs rá bizonyítékom, hogy tudatos, előre kitervelt összeesküvés áldozata lettem volna. Ehhez talán a Történeti Hivataltól kellene adatokat kérni. Valószínűsíthető, hogy a vallás visszaszorításának szándéka húzódott meg a szörnyű sorozat mögött. Ezt támasztja alá az is, hogy az őrmester mindössze egy év börtönbüntetést kapott. Fél év után, jó magaviseletére hivatkozva, kiengedték. Vissza került a honvédség állományába, ugyanabba a rangba és beosztásba, mint előtte volt. Továbbra is embereket bíztak rá felettesei, pedig egyszer már tökéletesen bizonyította alkalmatlanságát. És mégis... Sohasem keresett meg személyesen, de más módon sem, hogy bocsánatot kérjen tetteért.

A kórházban egyértelművé vált, hogy tüdőlővést kaptam. A golyó közvetlenül a jobb mellbimbó alatt hatolt a testembe. A tudómet teljesen elöntötte a vér – ezért esett annyira nehezemre a légzés. A kórházi ágyban lábadozva azon morfondíroztam, hogy milyen otrombán fogok kinézni a Balaton partján, nyáron, a hasamon látható orvosi „hímzéssel”. Meg sem fordult a fejemben, hogy más irányba is fordíthatja sorsomat a belém eresztett golyó. Biztató levelet kaptam a püspökömtől. Továbbra is szeretettel várnak rám. Ott a helyem a kispapok között!

Csak hónapokkal később derült ki végérvényesen, hogy kerekesszékhöz kötve kell leélnem az életemet, a lövedék ugyanis megsértette a gerincvelőt is. A rekeszizomtól lefelé teljesen megszűnt minden izommozgás és érzés. Pár hónappal később beszéltem a püspökömmel. A szavaiból egyértelműen kitűnt, hogy ilyen állapotban az egyház már nem tart rám igényt. Óriási csalódást és mély fájdalmat éreztem. Az egyház vezetői is csak emberek... meg más-különbben is: nem lehet mindig átlátni Isten akaratát!

Az életmentő műtétet végző orvos ekképpen búcsúzott: – Igaz, hogy már nem fog olyan kecsesen táncolni, mint eddig, de még fog...!

Nem szabad túlzott illúziókat elültetni az emberi lelkekben! – felelem neki. Mégis azt kell mondjam, hogy szerencsés utat jártam be állapotom feldolgozásában. A rehabilitációs intézetben rengeteg, kerekesszékes sorstársra bukkantam. Segédeszközükből ülve gördültek a világban. Két, három, öt éve. És még mindig nem tudnak felállni, hogy ropják a táncot. – Én sem fogok többé csörögni a parketten! – világosodott meg bennem. Ha voltak is még

illúzióim, hamar túltettem magam rajtuk – de elszánt maradtam. Mindent meg fogok tenni annak érdekében, hogy a lehetőségeimen belül öntevékeny emberré váljak.

Persze, sok álmatlan éjszakám volt. A rám törő, keserű gondolatok nem egyszer fordultak önsajnálathoz, sírásba. Fél évig tartott ez a lelki tusakodás. De közben már előre is tekintettem – és ekkor kaptam meg az elutasítás szavait a püspöktől. Az első levélre emlékezve kihallgatást kértem az egyházi vezetőtől, hogy szót ejtsünk a továbbiakról. – Majd a szüleivel megbeszélem! – szólt a válasz. Már nem tekintett egyenrangú félnek. Inkább afféle, gyámoltalan gyereknek, aki még nem tud dönteni a saját sorsáról. Innentől tisztában voltam még el sem kezdődött, papi „karrierem” végével. Mellesleg, a püspök nem kereste meg szüleimet.

A Magyar Néphadsereg elismerte saját felelősségét. Ezzel elvben felmentették tette súlya alól az elkövetőt. A jogi furfanggal megírt határozat szerint „katonai kötelemekkel összefüggő balesetet szenvedtem”. Ez köznyelvre fordítva annyit jelent, mintha a katonai élettel természetesen együtt járna, hogy a szolgálatban lévő katonát megtámadják és életveszélyesen megsebesítik. Ezzel a határozattal mindössze annyi bajom volt, hogy sértette az igazságot. A továbbiakban viszont a honvédség mintaszerűen teljesítette vállalt kötelezettségeit. Az állapotomból fakadó, plusz kiadásokat is fedezik (mind a mai napig). Mivel kerestem a kiutat a tétlenségből, átnéztem az ELTE bölcsészkar tanszékeinek listáját. Tudtam, hogy kerekesszékekkel akadálymentesen be lehet jutni a kar épületébe. A pszichológia szakot szemeltem ki. A gimnázium biológia tananyagából és néhány pszichológiai alaplumból készültem fel a felvételre, sikeresen.

Korlátozott mozgásom az egyetemi évek alatt nem okozott alapvető gondokat. Csupán akkor kerültem bajba, ha másik intézménybe kellett menni órára. Ilyenkor gyakran találtam magam szembe a lépcsősorok leküzdhetetlennek látszó akadályával. Évfolyamtársaim azonban segítségemre siettek, ha kellett. Megragadták kerekesszékemet, és felcipeltek a magasba. Van erről egy érdekes, nehezen feledhető emlék. A pszichológiára rendszerint több lány jár, mint fiú. A mi csoportunkban is így volt. Nem egyszer megesett, hogy csak lányok jöttek el az élettanórára, márpedig abba az épületbe csak lépcsőn lehetett bejutni. Nem maradt más megoldás: megragadták a kocsimat és felvittek. Elmondhatom, hogy a szó szoros értelmében a tenyerükön hordták a lányok! Persze, visszafelé is le kellett küzdeni az akadályt. Már csak pár lépcső volt hátra, amikor megbillent a kocsi a kezükben, és én kizuhantam. A lányok sikítva gyűltek körém.

– Nem történt bajod, Gyuri?

Dehogya is... Tetszett, hogy körülajnároztak! Egyáltalán nem éreztem magam megalázva.

A tanárok semmilyen formában sem különböztettek meg évfolyamtársaimtól. Meglepő és hasznos volt, hogy egyenrangú félként kezeltek. Ezzel nagyban hozzájárultak ahhoz, hogy mihamarabb fel tudjam dolgozni az állapotom miatt kialakult kisebbségi érzésemet. Sem a személyiségem, sem az életpályám nem fog kettétörni azért, mert baleset áldozatává váltam! Megerősödtem, és egyben hitet is kaptam évfolyamtársaimtól és tanáraimtól, akiknek köszönéssel tartozom a közösen eltöltött évekért. De ugyanilyen hálával gondolok szüleimre, testvéreimre, mert ők is sziklaszilárdan álltak mellettem, és biztattak a nehéz időkben.

Szaktudásomat gyakorolva tapasztaltam meg, hogy másképp is lehetett volna. A súlyos sérülteket környezetük gyakran úgy kezeli, mintha kisbabává fejlődtek volna vissza. Gátolják önállóságukat, és sokszor lehetetlenné teszik, hogy újra szuverén embernek érezhessék magukat. A szükségtelen kiszolgálás, a mindenáron pátyolgatás idővel csecsemővé torzítja az emberi életre hivatott sérültet. A szülő nem gondol bele, hogy mi lesz gyermekével, ha ő már nem lesz?

Rájöttem, hogy valóban Isten képmását, Jézus arcát viselem magamon. A bénák, sánták és a szegények támasza volt Ő. Életszentségre felhívó jellé vált számomra a balesetem. Valahol hallottam: Isten azáltal mutatja meg szeretetét, hogy mekkora szenvedést ró ránk. Valaki mondta is nekem, hogy engem nagyon szerethet Isten – ez persze lehetett ironikus megjegyzés is.

Azokon a könnyes éjszakákon már végleg elsirattam, hogy valaha is átéljem a szerelem lángoló érzését. Hol van az a nő, aki szemet vetne rám? Pedig igen.

Alig telt el egy év a balesetem után. Szüleimnek volt egy nyaralójuk a Balatonnál. Az egyik szobát bérbe vette egy hölgy, aki gimnazista lányával érkezett nyaralni. Beszélgetni kezdtem a csinos lánnyal, és ő a lehető legtermészetesebben fordult felém. Csakhamar szoba került közöttünk a tétlenségre kárhozott pingpongasztal is. Kaptam a vissza nem térő alkalmon, és nemsokára már vidáman pattogtattuk a kaucsuklabdát. Nem csak emberileg találtunk egymásra: életem egyik legboldogabb időszaka volt az a pár hónap rámutatott, hogy számomra is rejlik még lehetőség az életben.

Erre az időszakra esett, hogy Hycomat gépkocsihoz jutottam. Bárhová el tudtam jutni vele. Már senkire sem szorultam rá: újra szabadnak érezhettem magam. Végleg hitet és erőt kaptam ahhoz, hogy kezembe vegyem sorsom alakítását. Leutaztam Lentibe, hogy meglátogassam egyik katonatársamat. Távolról láttam azt az embert, aki egykor belém lőtt. Portaszolgálatot látott el. Ekkor már felvettek az egyetemre, és e sok élmény doppingoló hatásaként újra úgy éreztem: kitárult a világ! Ahogy elkezdődött a tanév, úgy ért rá egyre kevésbé a barátnőm. Ritkultak találkozásaink. Rájöttem, hogy nincs értelme erőltetni a kapcsolatunkat. Nem viselt meg a viszony elmúlása, és nem fájt a kialudt szerelem sem. Megadatott, hogy átéljem azt az érzést, amiből hitet merítettem a továbbiakra.

Kisebbségi talajvesztés és álmokeresés jellemezhetett a későbbiekben. Vágytam a családi fészek melegére. Egy kétgyermekes leányanya mellett kötöttem ki. Állapotomból adódik, hogy a hagyományos módon nem lehet gyermekem, de én erősen vágytam a teljes családra. A fellobbanó szerelem mellett a kínálkozó lehetőség is afelé terelt, hogy elkötelezzem magam a lány mellett. Házasságunk első felére azonban félre nem érthetően bizonyította, hogy nem vagyunk egymás mellé valók. Ezt a törést sokkal nehezebben dolgoztam fel, mint a balesetem-ből adódó változásokat.

Igazi mélyrepülésbe kezdtem. Abban reménykedtem, hogy ha kiszabadulok volt környezetemből, képes leszek rehabilitálni magam. Ezért mentem vidékre: Újszászra, egy pszichiátriai intézetbe. De nem úgy, mint beteg, hanem mint pszichológus. Bö két évet töltöttem el ott. Rövidesen rájöttem: azzal, hogy elmenekülök balsikerem helyéről, még nem tudok megszabadulni a bennem kavargó érzésektől.

Az intézet egy mesés arborétum közepén álló kastélyban működött. A hatalmas parkban volt egy kis lak, azt kaptam meg szolgálati lakásnak. Lényegében a munkahelyemen éltem, laktam. Hiába tettem le a lantot a napi nyolc-tíz óra munka után – ha be is csuktam magam mögött az ajtót, a betegek gondja-baja továbbra is foglalkoztatott. Közben pedig egyre jobban vágytam vissza a fővárosba, a nyüzsgő életbe.

Még Budapesten éltem, amikor beindult a mozgássérültek kosárlabdasportja. Tizenöt, speciális kerekes széket szerzett be Svájcból a MALÉV. Hozzám is eljutott a hír, hogy csapatot verbuválnak. Elkezdtem kosarazni. A kosárlabda a mozgássérültek egyik alapsportja. Életünk minősége függ ugyanis attól, hogyan tudjuk kezelni a kerekes széket. A kosárlabdázás remekül megtanít a hajtasra, a fordulásra és a gyorsításra. Ügyessé tesz. A szabályok tulajdonképpen azonosak a hagyományos kosárlabdáéval. Egyezik a pálya mérete és a palánk

magassága is. Lényegében annyi a különbség, hogy kétszer nyúlhatunk a hajtókarikához, ha ölben van a labda: ezután le kell pattintani. Ez többször is ismételhető. Csapatonként öt-öt fő van a pályán. A kocsikkal ugyanúgy tilos ütközni, mint ahogy a két lábon szaladó játékosok sem tehetik.

Sok-sok gyakorlás kell ahhoz, hogy az ember technikásan gördüljön a pályán. Ezeket az idővel rutinszerűvé váló mozdulatokat kiválóan lehet kamatoztatni az utcai közlekedésben is. Mivel nekünk jóval alacsonyabb testhelyzetből kell kosárra dobni, mint a két méternél is magasabb centereknek, a mi mérkőzéseinken fele annyi kosár esik, mint a nagymenőkén. A mi dobóteljesítményünk körülbelül 20-30 százalékos. Mivel a mozgássérült játékosok mozgásképesége igencsak különböző, ezért az egyes játékosok – mozgásképesességüktől függően – több vagy kevesebb pontot érnek. A törzsizomzattal nem rendelkező mozgássérült egy pontot, míg a teljesen ép játékos négyet. A pályán lévő csapat összpontszáma tizenhárom és fél lehet. Igazából ebben rejlik a taktikázás lehetősége. Ha van egy kevésbé mozgékony, de remek játékszervező, ő lesz az irányító, és több, „jó” mozgású csapattárs kísérelheti meg a pontszerzést.

Két éve kosárlabdáztam már, amikor Újszászra kerültem. Úgy éreztem, nem tudnék megenni a kosárlabda nélkül. Belekezdtem a csapatépítésbe, ami azzal kezdődött, hogy felmértem a környéken lakó mozgássérültek helyzetét, állapotát. Alapfontosságú szempont volt a kerekesszék önálló használata. A megyei nyilvántartásban utánanéztem Szolnok és Újszász környékén élő sorstársaim címének, majd útra keltem gépkocsimmal. Egészen meglepő esetekkel is találkoztam. Egy kertes családi ház lakótere a félemeleten volt. A mozgássérült férfi négykézláb mászkált a lakásban, mert nem volt kerekesszéke. Sem ő, sem szülei nem tudták, hogyan lehet kerekesszékhez jutni! Az idős szülők csak nagy nehézségek és fáradság árán tudták levinni a kertbe harminc év feletti gyermeküket, ezért hetente csak egyszer jutott ki a házból a jobb sorsra érdemes, felnőtt fiú. Ráadásul a szülők restellték gyermeküket a falusiak előtt. Ennek tudható be a csúszó-mászó férfi iskolázatlansága. Nekem kellett felvilágosítanom a szülőket, hogy hol és hogyan írathatják fel a kerekesszéket.

Igencsak elgondolkodtam: vajon hogyan végzi munkáját a körzeti orvos? Nyilvánvalóan nem vagyunk képesek betegjogaink maximális érvényesítésére. De hogy akinek emberi és munkaköri kötelessége lenne, hogy odafigyeljen a bajba jutott emberre, és nem teszi...? Mivel a kereső utam nem csak kudarcok sorozatából állt, sikerült összehoznom a csapatot. Beindultak az edzések. Jó kedvre derültek a sikerélményhez addig alig jutó sorstársak. Ám a két év kevés volt ahhoz, hogy a megalakult csapat erős egységgé kovácsolódjon. Miután visszaköltöztem Budapestre, a nagy erőfeszítések árán összehozott kosárlabdacsapat széthullott.

Köteles Lászlót a pesti kosárlabdaélet beindulásakor ismertem meg. Azzal egy időben kezdődött el a kerekesszékes futás is. Urbancsok György volt a zászlóshajónk. Már akkoriban is sokat rágtam a fülemet Laci, hogy próbáljam meg én is. Mivel Pestre visszaköltözve nem találtam magamnak állást, rábólintottam a megújított ajánlatra.

Köteles Lászlóról tudni kell, hogy nemcsak bábáskodott a magyar mozgássérültek sportjának születésénél, de felvirágoztatásának és népszerűsítésének is élharcosa volt. Urbancsok Gyuri pedig kerekesszékű futóként a világbajnokságig vitte.

A szárnypróbálgatás időszakában még nem tekintettem távoli célnak a versenyszerű kerekézést. Addig folytatam – gondoltam –, amíg nem találok munkát. Az első maratonira 1989-ben, az IBUSZ versenyén vállalkoztam. Mindössze pár hónapot készültem rá. Nem lehet feledni a verseny közben és után kapott lelkes buzdítást, ütemes tapsot, azokat az elismerő vállveregetéseket! De a negyvenkét kilométer teljesítésével járó iszonyú kint és fájdalmat sem. Három

óra húsz perc körüli idővel értem be. Megviseltem, de egyben felszabadultan gurultam át a célon. Boldog voltam, hogy sikerült, és büszke voltam magamra. Mivel nem készültem fel kellően a versenyre, erős ínhüvelygyulladás alakult ki az alkaromban. Iszonyatos fájdalommal járt minden mozdulat. Legyen elég ennek érzékeltetésére annyi, hogy heteken keresztül kínlódás volt felhúzni a nadrágomat. Ezek a tapasztalatok kellettek ahhoz, hogy teljes energia-bedobással ráhangolódjak erre a sportra. A jövedelmemből tisztességesen meg tudtam élni, ezért vált lehetővé, hogy „főállású” sportolóvá váljak.

Hogyan hajtom a kerekesszéket? Sajátos módon. Ha menet közben megfognám a hajtókarikát, azzal le is fékezném a lendületét, mert nem lehet olyan gyorsan utánanyúlni, mint ahogy az forog. Vastag bőrből készült, a bokszban használatoshoz hasonló kesztyűt húzok a kezemre. A fémből készült hajtókarikát a hátsó kerék küllőire rögzítették. Mivel a fém felülete sima és kemény, ezért gumival vonom be. Az ujjaimat a tenyeremre zárom, és a középső ujjperceimmel belebokszolok a hajtókarikába. Az óra számlapját analógiának véve úgy két-három óránál veszem fel a kerék mozgását. A kezemet végignyomom a karikán, és négy-öt óra táján nyomok bele teljes erővel. Hét óra tájt lendül ki a kezem a körmozgásból, és kezdődik előlről. Ezt a mozdulatot kell számtalanszor ismételnem ahhoz, hogy haladni, száguldani tudjak az úton. A csapásszám a sebességtől és terepviszonyoktól függően 60 és 110 között van percenként.

Egy évvel az első maratonom teljesítése után rendezték a Bécs-Budapest szupermaraton futóversenyt, amit a tévén figyeltem. Láttam a futók elcsigázott arcát, meg a halvány mosolyt is, amikor már szusszantak egyet a célba érkezés után. Felötlött bennem: miért ne indulhatnánk el mi is ezen a versenyen a kerekesszékeinkkel? Köteles Laci barátomnak is megtetszett az ötlet. Egy év állt rendelkezésemre az alapos felkészüléshez. Heti három-négy edzéssel készültem; ezek össztávja 80-100 kilométer (pár évvel később már 200-250 kilométer) volt. Állóképességet és türelmet igénylő sport ez. A szupermaraton teljes hossza háromszázhatvanöt kilométer. Ekkor már túl voltam három maratonon (a harmadikat már két óra húsz perc alatt teljesítettem).

A kerekesszéket „tankernek” becéztük, mert házilag összeeszkábált, nehéz járgány volt. Ezzel a kocsival vágtam neki. A verseny ötnapos. Az első szakasz a Bécs és Sopron közötti 90 kilométer, a második a leghosszabb: a Sopron-Győr távolság a maga 120 kilométerével, a harmadik – a Győr és Tata közötti hatvan kilométer – már barátságosnak tűnik. A leginkább embert próbáló a Vértes meredek kaptatóinak sora – ez a 65 km-es, Tata-Budakeszi szakasz. Az utolsó etap, a Budakeszi és a Hősök tere közötti félmaratoni már afféle örömfutás. Egyedüli kerekesszékesként indultam a versenyen. Huszonkét óra körüli idővel teljesítettem a távot (a legjobb időm azóta 19 óra tizenöt perc).

A második Bécs-Budapest versenyre már sikerült anyagi támogatóra lelteni. A felajánlott összegből speciális versenykocsit vásárolt az egyesületem. Ez 1992-ben körülbelül húszhavi átlagkeresetbe került.

Az időeredményt nagyban befolyásolja az időjárás. Volt rá példa, hogy a Bécs-Sopron távot ellenszélben kellett megtenni. A szokásos, óránként húsz kilométeres sebesség helyett jó, ha tizenháromat tettem meg óránként. Teljesen elkészültem az erőmmel, mire befutottam Sopronba. Máskor meg erős hátszél támogatott, olyannyira, hogy hat óra alatt tettem meg a Sopron és Győr közötti távolságot.

A domborzati viszonyok is jelentősen befolyásolják a sebességet. Jó példa erre a Vértes. Az első tíz kilométert, ami csak felfelé vezet, hetvenöt perc alatt tudom teljesíteni. Szinte a végkimerülésig jutok, mire felérek a tetejére. Itt, Gyermely közelében van egy kritikus pont,

ahol valós veszély a hátraborulás lehetősége. Meg is történt egyszer, méghozzá az én hibámból: nem jól állítottam be a székem súlypontját.

Hétszer teljesítettem a Bécs-Budapest szupermaratont. Erre vagyok leginkább büszke a sportmúltamból. A nemzetközi versenyeken nem tudtam kimagasló eredményt elérni. A legjobb eredményem a maratoni távon egy óra negyvenkilenc perc alatt van – ezzel a középmezőnyhöz tartozom: a nemzetközi élmezőny ezt másfél óra alatt teljesíti. Jelenleg öten üzzük a kerekesszékes futást Magyarországon. Jó lenne, ha sokkal többen lennénk. A kétmillió lakosú Szlovéniában körülbelül ötven kerekesszékes futót tartanak számon.

Nem véletlenül vagyunk ennyire kevesen kis hazánkban. Fájó momentum a sportpályafutásomnak, hogy az eltelt, bő évtized alatt nem sikerült kialakítani a sportág anyagi támogatásának rendszerét. Többnyire saját zsebemből álltam a felkészülés és a verseny költségeit. Mai árakon számítva évente négy nemzetközi és 10-15 hazai verseny felkészülési és versenyköltsége hétszázezer és egymillió forint között van. Egy pár hajtókesztyű például 24 000 forintba kerül, és ebből évente legalább három kell. A nemzetközi kerekesszékes versenynaptárban csak egyszer találkoztam a Bécs-Budapest távnál hosszabb távú versennyel. Ezt az ezer kilométeres versenyt a Sinai-félszigeten rendezték. A tíznaposra tervezett, nem mindennapi futásra az egyiptomi szervezők engem is meghívtak. Kacérkodtam az indulás gondolatával, de a sivatagi viadal költségeit nem az én zsebemre méretezték.

Való igaz, hogy alig van reklámértéke a mozgássérültek sportjának – ezért is nehéz támogató vállalkozókat találni. A gazdasági rendszerváltás után már rájöhetnének a hazai cégek marketingszakemberei, hogy a cég arculatához hozzátartozik a jótékonykodás is. Nem kellene alábecsülni az erkölcsi hasznót!

Segítő személyzet nélkül elképzelhetetlen lenne egy ilyen verseny. A szupermaraton egy-egy szakaszán fejenként legalább négy liter vizet mindenképpen elfogyasztunk versenyzőtársaimmal. Energiával a verseny előtt kell feltölteni a szervezetet. Út közben maximum banánt vagy pár falat csokoládét eszem. Mikrobusszal kísér bennünket Köteles Laci, és folyamatosan ingázik közöttünk. Húsz-harminc kilométerenként még akkor is mellénk gurul, ha nem kértünk segítséget.

Nyaraimat a Balaton partján töltöm, ahol rendszeresen szerveznek úszóversenyeket, így Balatonfüred és Tihany között is. Mivel a felsőtestem edzett, úszni meg tudok, miért is ne próbálkoznék meg a 3600 méter leúszásával? Első alkalommal 1995-ben teljesítettem a távot, két óra negyvenöt perc alatt. Akkor még csak mellúszásban tempóztam. Aztán – annak ellenére, hogy lábam nem tudom mozgatni – megtanultam a gyorsúszást, és alaposan meg is javítottam első időmet. Legutóbb már csak másfél órára volt szükségem (a győztes negyvenöt perc alatt ért át). A hatezer induló közül ezerötsházadikként értem partot. Korosztályom tagjai közül kétszáznegyvenen indultak el – hatvanadik lettem közöttük.

Közvetlenül a tó partjához gurulok kocsimmal. Kezem segítségével könnyen ki tudok ülni belőle. A stégről a lépcsőn araszolva haladok be a vízbe úgy, hogy lábamat magam előtt pakolgom. Már rég nem figyelem a körülöttem lévő emberek arcát. Néha egyik-másik barátom megkérdi, hogy nem zavarnak-e a bámuló pillantások? A természetes emberi kíváncsiságnak tudom be, hogy alaposan megnéznak az emberek, amint belecsúszok a vízbe. Semmi kivétnivalót nem találok benne, hogy kielégítik ezt a kíváncsiságukat.

Az első maratonfutás sikerélménye után erősödött meg bennem igazán a sport iránti rajongás. Mozgássérült vagyok ugyan, mégis a mozgásban keresem és találok meg az örömet. Látványosan unalmas, egyhangú sport a hosszútávfutás. Mégis, mi a szép benne? Egy-egy táv után csodálatos, kellemes fáradtság hatja át egész testemet. Az, hogy nap, mint nap teljesítem a

magam elé kitűzött célt: remek érzés. Keményen meg kell küzdenem, szenvednem érte, és ez még értékesebbé teszi az így kapott, lelki békét.

A szenvedés nemesíti az embert. Benne van az aszkézis szépsége – bár ezt a kifejezést a huszadik század embere nem szerette. Nemcsak azzal, hogy az önsanyargatás és a lemondások révén formálja, neveli személyiségünket, hanem – keresztényi értelemben – Krisztushoz hasonlóvá, krisztusivá válik általa az ember. A szolidaritás számos, csodálatos példájával találkoztam futásaim során. Így például a legutóbbi Bécs-Budapest szupermaratonon, ami nem feledhető. Az élen futó versenyző rosszul lett. Lezuhant a vércukra. Az őt követő versenyző utolérte, de nem előzte meg – csak miután ellátta. Odament hozzá, és a saját készletéből életre keltette teljesen alélt társát, pedig jelentős előnyre tehetett volna szert. Ez az igazán nemes küzdelem, amikor nem csak a saját teljesítményünk fontos, hanem a másiké is, egész életre szóló erőforrás számomra. Akkor is lehet győzni, ha az életben nem taposunk át mindenen és mindenkin!

Az intenzív sportolásnak köszönhetem, hogy a magas vérnyomásom rendbe jött, és már a vesém is sokkal ritkábban rakoncátlankodik. Lényegesen kevesebb gyógyszert szedek manapság, mint amikor még nem sportoltam. Úgy érzem, a rendszeres sportolás mind testben, mind lélekben egészségesebbé tett.

Az újdonságok még 44 éves koromban is elragadnak. Egy új sportág hódít a kerekesszékesek között, a kézicikli. Alacsonyan, a földhöz közel, lábaimat előre nyújtva, felsőtestemet kissé hátradöntve foglalok helyet a háromkerekű járműben. A sportszert láb helyett kézzel kell hajtani, még hozzá párhuzamos karmozdulatokkal, a pedál forgatásával. Ilyen módon akár óránként harmincöt kilométeres sebességre is fel lehet gyorsítani a kéziciklit. Megvalósulni látszik régi nagy álmom: egy hosszú távú triatlon. Egy „vasember” viadal három számból áll: háromezer-nyolcszáz méter úszás, száznyolcvan kilométer kerékpározás és egy maratonfutás – szünet nélkül.

Köteles Laci, aki elragadtatott indulatokkal űz, hajt minket a versenyeken, rendre úgy buzdított a mikrobusz volánja mögül: – Hajtsatok! Hajtsatok! – Aztán a névnapján egyik sporttársam egy marék hajcsatot nyomott a kezébe: legyen neki, ha már ennyire kiabált érte!

AKARATERŐVEL ÉS OPTIMIZMUSSEL FELVÉRTEZVE

Németh László (56 éves)

Tolna megyében, Ozorán születtem. Az 1848-as szabadságharc idején Csapó Vilmos és serege ennél a falunál állította meg csellel Jellasics bán egyik, túlerőben lévő oldalvédjét: Illyés Gyula az Ozorai példa című költeményben emlékezett meg erről. Gyakran játszottam barátaimmal a falusi házak körül. Élveztem a játék felhőtlen izgalmát a szabad ég alatt, mégis rendre hazasiettem még a sötét leszállta előtt – akkor még nem tudtam, hogy milyen a jó látás. Az iskolában derült ki szemem gyengesége. Szemüveg került az orromra. Segítségével már ki tudtam venni a táblára írt számokat és betűket. Jó eredménnyel fejeztem be az általános iskolai tanéveket, mégsem tanultam tovább. Tisztában voltam vele, hogy a középiskolában diáktársaim hathatós segítségére szorulnék, és ezt semmiképp nem akartam. Helyette inkább elmentem dolgozni apukám mellé a Mecseki Állami Erdőgazdaságba. Egy évig voltam segédmunkás a kubikusok között. Teljesítményük alapján kapták fizetésüket a kemény fizikai munkát végző emberek. A hús ivóvíz nem fogyhatott ki a kupákból. A vízfordás azonban nem töltötte ki teljesen a munkaidőmet. Előbb megtanítottak főzni a földvájók, majd rám bízta az estebéd elkészítését. Azóta is szívesen veszem kezembe a fakanalat, és nem vallanék szégyent egyetlen konyhatündér mellett sem.

A karomat húzó napi munkától megszabadulva rendszerint könyv után nyúltam. Imádtam olvasni! Kisgyermekként még az sem zavart szüleim házában, hogy a petróleumlámpa gyér fénye mellett kellett kibogarásznom a betűket a könyvlapokról. A kubikusok szálláshelyén már volt villanyvilágítás. Ott, a 100 wattos égő sziporkázó fénye mellett vettem észre, hogy nem látom a Magyarország története könyv lapjain a betűket. Nagyon megijedtem! Szüleimmel Pécsre utaztunk, és elmentünk a Szemészeti Klinikára. A gyakorlott szemorvos hamar megállapította a diagnózist: farkasvaktság, az ideghártya elszíneződése és csőlátás korlátozza látásomat. Nyílt szóval még azt is a tudomásomra hozta, hogy előbb-utóbb megvakulok. Nem hittem ugyan el, de azért alaposan rám ijesztett. A klinikán javasolták, hogy keressem fel a Vakok Szövetségének dombóvári csoportját. Így is tettem.

– Mit szeretnél dolgozni? – érdeklődött a titkár.

– Géplakatos, műbútorasztalos vagy lakatos szeretnék lenni! – soroltam vágyaimat. Az asztal túloldalán ülő sorstárs elnevette magát: ezek a szakmák vakon nem sajátíthatók el. A kefékötő, kosárfonó, telefonkezelő és gyögymasszőr szakmák között választhattam. Tanácstalan voltam. A titkár – mivel az iskolában jó tanuló voltam – a gyögymasszőr tanfolyamot ajánlotta.

Felkerültem Budapestre. A Vakok Intézetében laktam 1964 és 1969 között. Sikeresen elvégeztem a tanfolyamot. Elég nagy voltam már ahhoz, hogy komolyabban tervezsem a jövőmet. Feltámadt bennem a tudásvágy, és úgy döntöttem, hogy gimnáziumba megyek. A Teleki Blanka gimnáziumban, a dolgozók esti tagozatán kezdtem meg tanulmányaimat. Rendíthetetlen szorgalommal bújtam a könyveket. A matematika vagy a fizika tananyagát akkor még fel tudtam olvasni nem látó tanulótársaim számára. De egyre jobban gyengülő szemem a történelem vagy a magyar irodalom betűtengerével már nem volt képes megbirkózni. Eltelt négy év. Sikeresen leérettségiztem, és a továbbtanulás lebegett a szemem előtt – de közbejött a szerelem. Hamarosan megházasodtam. Nem sokkal rá megszületett kislányunk: nagy örömkre mindkét szeme egészséges volt.

Hadd kanyarodjam vissza az időben ahhoz a pillanathoz, amikor felkerültem Budapestre! A Vakok Intézetében sorstársaim közül többen szenvedélyesen sakkoztak. – Tarts velünk! – invitáltak maguk közé. Így jutottam el a Vakok Szövetségébe, ahol sakkszakosztály is működött. Gyermekkoromban megismerkedtem a sakk alapjaival, sőt, némi jártasságra is szert tettem. Hogyan lehet nem látva sakkozni? Az általunk használt tábla mérete pontosan megegyezik a látó emberek táblájáéval. A fekete mezők azonban, ha csak egy picit is, de kiemelkednek a fehérek közül. Az összes négyzet közepén lyuk van. A bábok talpába vert csap beleillik ezekbe a furatokba, ezért a figurák mindig stabilan állnak. A fekete bábok fejében kis szög van, ami lehetővé teszi, hogy érintéssel könnyen rájuk ismerhessünk. Ha egy látó sakkozó megérint egy figurát, akkor azzal lépnie kell. Mi viszont megtapinthatjuk a bábokat – akár mindegyiket is – anélkül, hogy lépünk kéne velük. Viszont, ha felemelünk a helyéről egy figurát, akkor azzal már lépni kell. Érvényes és egyben visszavonhatatlan lépésnek az számít, ha leteszem a bábót a mezőre, és elengedem. Ha a báb csapja már benne van a furatban, de a figurát még nem engedtem el, akkor még léphetek vele máshová. A lépéseket pontírással jegyzeteljük. Amikor nem látó játékos sakkozik, leveszik a sakkóra üveglapját, hogy kitapint-hassuk a mutató állását.

Az első háziversenyen elindultam, és a nyitó parti után vesztesként álltam fel a tábla mellől. A kudarc azonban nem keserített el: összeszedtem magam, és a hátralévő játszmákat sorra megnyertem. Két és fél pont előnnyel végeztem az élen. Feldobott a siker. Sakktudásom gyarapítása érdekében szorgalmasan bújtam a szakkönyveket és az újságok pénzdíjas sakkeladványait. Többször is megörülhettem a száz forint nyereménynek. Harmadosztályú versenyzővé fejlesztettem magam, de az egyhelyben ücsörgés nem volt az én világom.

Intézeti haverjaim közül többen átjártak sportolni a Vakok Általános Iskolájának tornatermébe. Velük tartottam én is. Elkezdtem atletizálni. A gyógymasször-tanfolyam és a gimnáziumi tanulmányok közben nem tudtam kellő időt és energiát fordítani az edzésekre – utána azonban annál inkább.

Nem voltam tehetséges sportoló. De nagyon nagy akaraterőm volt! Hogy elérjem kitűzött célomat, sokkal többet kellett dolgoznom az edzéseken, mint tehetséges társaimnak. Rettentőes elszántsággal vettem magam az atlétikaedzések sokféle gyakorlatába. Ha a futópálya köperemét frissen meszelték, a fehér csík segítségével eleinte még tudtam követni a pálya vonalát, a látásom azonban folyamatosan romlott. Előedzőként gyakran körbe kellett meszel-nem a futópálya szélét. A meszet és a pemzlit a gyógymasször fizetéséből vásároltam. Volt olyan sportolótársam, akinek elég volt három kört futnia ahhoz, hogy meglegyen a kellő edzettsége. Nekem hatszor, vagy akár tízszer is körbe kellett loholnom a pályát ugyanazért az eredményért. Szerencsére a kitartással nem álltam hadilábon. Heti két alkalommal keményen dolgoztunk az edzéseken. Feleségem is a Wesselényi sportkörben atletizált, és sportszerete-tünkkel hamar beoltottuk cseperedő kislányunkat is, aki tornázni kezdett. Ügyes, tehetséges tanítványnak bizonyult, és a szöuli olimpia előtt válogatottjelölt lett. Részben lábsérülése akadályozta meg abban, hogy kiutazhasson az ötkarikás játékokra.

Nagyon jól emlékszem első külföldi versenyemre, amit Szabadkán rendeztek. Az edzőm bizalma annyira feldobott, hogy megnyertem a helyből távolugrás versenyszámot. Roppant büszke voltam első babéromra. Nemzetközi versenyek sora következett: Csehszlovákiában, Lengyelországban, Bulgáriában és a Német Demokratikus Köztársaságban élő, látássérült sportolókkal mérhettük össze ügyességünket. Hosszú idő után első nyugati utunkra is sor került: a Német Szövetségi Köztársaságba utaztunk el. Sportpályafutásom csúcusaként 1984-ben részt vehettem a New Yorkban rendezett Fáklya játékokon. Közel 80 ország versenyzői indultak a viadalon, ahol ötpróbában is számot adhattam tudásomról.

A pentatlon számai: 100 méteres síkfutás, távolugrás, diszkoszvetés, gerelyhajítás és 1500 méteres síkfutás. A százméteres síkfutás felelevenítésével kezdem a sort. Fényt még láttam, de az már vajmi kevés volt az önálló futáshoz. Két edző segített a futásban. Egyikük a rajtvonaltól körülbelül hatvan méterre állt előttem, míg kollégája a célban helyezkedett el. Előbb a közelebb, majd a célban álló edző hívó hangja felé futottam. Eldördült a rajtpisztoly, és én már megint rosszul kaptam el a rajtot. A futás volt az erősségem, nem a rajtolás. A végén így is alig maradtam el a legjobb időeredményemtől, mégsem voltam elégedett – még annak ellenére sem, hogy eleve combizomszakadással érkeztem a versenyre (ezt hazaérkezésem után megoperáltattam).

Következett a távolugrás. Huszonöt méter tíz centiről futottam neki a homokágnak. Edzőm „gyere-gyere” biztatással segített, hogy a nekifutásom egyenes legyen. Ugranom az „egy-két-há” beszámolás végén kellett. A diszkoszvetéshez nem volt szükségem külső segítőre. Beálltam a dobókörbe, és felvettem a dobásirányt. Ettől kezdve már csak rajtam múlt, hogy milyen távol fog talajt a szer. A gerelyhajítás sem kívánt különösebb segítséget – de ez már korántsem igaz az 1500 méter síkfutásra. Ez a majdnem négykörös szám igazi erősségem volt. Futás közben egy körülbelül fél méter hosszú szalag végét markoltam – a másik vége egy látó, nálam jobban futó segítő kezében volt. A segítő nem futhatott előttem: mellettem kellett szaladnia. Azt a pár szót, ami ahhoz kellett, hogy jelezhessem, mikor akarok gyorsítani, vagy ahhoz, hogy megértem, mikortól kell balra kanyarodnom, mindig a kiutazás előtt tanultam meg. A kísérő futó a szavakon felül csupán annyi segítséget adhatott, hogy ha előznöm kellett, akkor kezével meglökte a kezem fejét a 100 méteres síkfutástól eltérően ugyanis 1500 méteren több versenyző fut egyszerre a pályán. Önmagamhoz híven megnyertem a záró számot. Huszonhét versenyző indult a pentatlon versenyen. Hatalmas boldogság öntött el, amikor megtudtam: második helyezést értem el a Fáklya játékon! Mindössze pár ponttal maradtam el a győztes jugoszláv sráctól. Bár fűtött a visszavágás vágya, de a Rómában, 1985-ben rendezett Európa bajnokságon is ő állhatott fel a dobogó tetejére. Ismét ezüstéremmel tértem haza.

Amikor megtudtam, hogy nagy ellenfelem Jancsics nem indul az 1986-os világbajnokságon Göteborgban, megdobbant a szívem. Nagy lehetőség előtt álltam. Kicsit magamat is okolhatom amiatt, hogy elszalasztottam a kínálkozó, világbajnoki aranyérmet. A verseny előtt nem sokkal két hetet töltöttem el Svájcban, és a nyaralás alatt kissé elengedtem magam. Az edzésekből is kimaradtam. Sajnos, időközben megromlott viszonyunk feleségemmel. A válásunk kezdete is erre az időszakra esett. A csapat azonban már két héttel a világbajnokság kezdése előtt kint volt Göteborgban. Talán még lett volna esélyem, hogy bepótoljam az elmaradt edzőmunkát, de olyan pocsék, esős volt az idő a verseny kezdetéig, hogy az atlétikapálya csak úszóedzésre lett volna alkalmas. A pentatlon versenyen 120 versenyző indult – hatodik lettem.

Akár meg voltam elégedve elért eredményemmel, akár nem, rengeteg munka feküdt benne. Munkaidő után indultam edzésre – hetente már ötször. Az atlétikai edzéseket tavasz kezdetétől egészen a hideg idő beálltaig a Bosnyák tér közelében lévő sportpályán tartották. A zimankó ideje alatt a Vakok Iskolájának kiválóan felszerelt tornatermében gimnasztikáztunk. Télen-nyáron napi 3-5 kilométert futottam csapattársaimmal a Városligetben. Ezzel azonban nem elégedtem meg! A második emeleten laktunk. A hétvégeken naponta ötször egymás után, afféle pótdzúsként felszaladtam a tizedikre. Útközben éberem füleltem, nehogy nekirontsak egy lefelé igyekvő lakótársnak. A bemelegítő edzés után visszatértem a lakásba, és nekigyürköztem a fekvőtámaszoknak. Naponta ötször, alkalmanként 60-70 karhajlítással erősítettem. A kilencvenes évek elejétől előszeretettel gyakoroltam a légiós fekvőtámaszt. Talán nem mindenki számára ismerős ez a gyakorlat: egy fekvőtámasz után egy guggolás következik, majd két karhajlítás után két guggolás, és így tovább. Akkor már betöltöttem negyvenedik élet-

éveimet, de sikerült eljutnom tizennyolcig. Hogy mennyire kimerítő a légiós fekvőtámasz? Érdemes kipróbálni!

A helyből magasugrás versenyszámban is próbálkoztam – ebben egy lépés után kell elrugaszkodni a talajtól. A Fáklya játékon, 135 centimétert teljesítve ötödik helyezést értem el. Olasz színekben induló versenyző nyakába akasztották az aranyérmet – tizenöt centiméterrel bizonyult jobbnak nálam. Az edzettségemnek köszönhetően még 48 éves koromban – nyolc évvel New York után! – is megugrottam a 135 centit. Végül a helyből hármassugrás versenyszámot említeném, ahol idehaza én voltam a csúcstartó 815 centiméteres eredményemmel; a világcsúcs 851 centiméter. A világversenyeken mindig a legjobb hat között voltam.

Feledhetetlen élmény volt a légiút New Yorkba. Atlétikacsapatunk együtt utazott a mozgássérült sportolókkal és a gool-ball csapattal. A svájci hegyek felett repültünk. A gool-ball csapat edzője váratlanul felugrott a helyéről.

– Odanézzetek, fiúk! Milyen szépek a hegyek! – kiáltotta lelkesen. A látványba belefeledkezett mester megfedkezett róla, hogy a légikisasszony helyéről pattant fel – az pedig abban a pillanatban, amint felugrott róla, felcsapódott a fotel háttámlájához. Miután a száz kilogrammnál is súlyosabb Feri bácsi kigyönyörködte magát az ablaknál, visszaült – volna – a helyére. Keze-lába égnek meredt, amint nagyot huppant a repülőgép padlójára. Többen is segítségére siettünk, de a ránk törő hahota miatt nem voltunk képesek megbirkózni a szó szoros értelmében nehéz feladattal.

Hasonlóan maradandó emlék a Fáklya játékok megnyitó ünnepélye. Több ezer néző tapsolta végig, ahogy a sportolók bevonultak a stadionba. Ott volt az amerikai elnök, Ronald Reagan is, és én örömmel integettem a lelátó felé. Hasonlóképpen fantasztikus volt a záróünnepély sokszínű varázsa. Kis fáklyát adtak a kezünkbe a szervezők. A mozgássérült sportolókkal vonultunk együtt. Ők meséltek nekünk áradozva az eléjük táruló, csodaszép látványról. Sajnos, én még a kezemben lévő fáklya lobogó lángját sem láthattam.

A versenyek ideje alatt, de a sportpályáktól távol is történt egy és más. Egyszer, a szálloda mosdójában meghallottam, hogy egyik, gool-ball játékos barátom megérkezik a szomszéd fülkébe. A két teret elválasztó fal alatt viszonylag széles rés tátongott. Átnyúltam a mit sem sejtő haver lába felé. Megragadtam hatalmas termetű barátom izmos lábszárát, és kutya módjára elugattam magam. Mivel tudtam, hogyan reagál, ha magához tér az álkutyaharapás okozta rémületből, pillanatokon belül futásnak eredtem – de nem a vakvilágba! Ismertem az emeleten a közlekedő utak elhelyezkedését és irányát, ezért egy körbeszaladható rész felé inaltam. Barátom bőszen kergetni kezdett, és futás közben mérgesen kiáltozott utánam. Tudtam: mindenáron el kell kerülnöm, hogy a keze közé kaparintson – no de az én leg-sikeresebb számom az 1500 méter volt!

Egy másik, feledhetetlen sztori Tóth István edzőhöz fűződik. Mérhetetlenül türelmes ember volt, és nagyon szerette a kislányát. Akármerre jártunk a világban, mindig vett neki valamilyen játékot. Ráadásul szinte kötelező volt, hogy valamennyien megnézzük, megcsodáljuk az új portékát. Az ismertető után még a játék működési elvét is kívülről kellett fűjnünk. Aztán az egyik, mozgássérült versenyző hozzányúlt a folyosón egy hamutartónak látszó tárgyhoz. Elviselhetetlenül éles és hangos szírénezés kezdte tépázni érzékeny dobhártyáinkat. Az egész emelet szinte egy emberként rohant a tűzlépcső felé, és a riasztás után pár perccel meg is jelentek a hotelben a tűzoltók. Pista eközben angyal nyugalommal gyönyörködött a legújabb játékban.

– Pista, te nem jössz? – kiáltottunk vissza, az ajtó felé tolongva.

– Hová? – kérdezett vissza nagy csodálkozva.

Egyetemisták és katonák segítettek nekünk a városban. Buszokkal hoztak-vittek minket a világvárosban. Ám megesett az is, hogy az egyik, gyengén látó, csörgőlabdás fiúval nekiálltunk stoppolni a széles autótú mellett. De amíg elértük a nekünk kellő sztrádat, jó pár más autótúton átkeltünk – mégpedig toronyiránt! Arra, hogy milyen veszélyeket vállaltunk fel a robogó autók között szalomozva, csak a kézjelzésünkre megálló kocsiba ülve eszméltunk rá. A néger hölgy egészen a szálláshelyünkig fuvarozott minket országúti cirkálójában.

A városban állt az a két ikertorony, amiknek azóta a fanatisták nekivezették az eltérített repülőgépeket. Mi is jártunk az egyik tetején. Az edzőnk lenézett, és részletesen mesélt az elé táruló látványról. Az utcán elhaladó autóbust alig hangyányinak érzékelté, a járdán sétáló embereket pedig nem is látta a magasból.

A hazaút is tartogatott meglepetést. Állítólag százévenként egyszer zúdul akkora égi áldás a metropoliszra, mint amekkora épp indulásunk napján árasztotta el a várost. A szálloda portása azt láthatta, hogy a hotelt elhagyva a kezünkben visszük a lábbelinket, a nadrágunk szárát pedig magasan felhajtogattuk. Fél lábszárig érő patakon átgázolva jutottunk el a buszig, aminek alját addigra már tisztára mosta a bösz áradat. De hiába vitt volna ki minket a reptérre, mert a légikikötő nem fogadott és nem is indított járatokat. A figyelmes és egyben rugalmas amerikai kísérőnk autóbustos városnézést iktatott be külön programnak. Keresztül-kasul autóztunk New Yorkon. Látó kísérőinknek volt miről mesélniük út közben. Bolyongtunk a városban, a repülőtér pedig továbbra sem üzemelt – így aztán szálláshely után kellett néznie a buszon tartózkodó, amerikai szervezőnek. A Swissair légitársaság által üzemeltetett Ritz Hotel előtt állt meg városnéző bustzá avanszált járművünk. Hótt elegáns helyen találtuk magunkat: a hall pihepuha szőnyegére alig mertünk rálépni. Az egész berendezés olyan tipp-topp volt, hogy a szobával és a mosdóval ismerkedő edzőnk szeme-szája tátva maradt.

– Az életben többé nem leszek ilyen elegáns környezetben! – állapítottam meg. Már épp hozzákezdtem a táskám kicsomagolásához, amikor nagy hirtelen berontott az amerikai szervező, és lelkesen közölte: irány a repülőtér! Mi tagadás, csak némi habozás után pakoltuk vissza a holmit. Tizenegy óra késéssel emelkedett fel a kifutópályáról a Boeing.

Nagyon jó volt az Egyesült Államokban, de még annál is jobb érzés volt hazatérni. Kivándorlási céllal soha, semmilyen körülmények között sem hagynám el Magyarországot! Kibírhatatlan fájdalom lenne elszakadnom az ismerősöktől, barátoktól és a családomtól.

Alig húszéves koromban nem azért kezdtem el sportolni, hogy anyagi hasznot húzzak belőle, hanem azért, mert jól esett, és kívántam a testedzést. Nagyon sokat köszönhetek a sportnak. Az egészségemet is, meg azt is, hogy épp bőrrel úsztam meg egy-két utcai kalandot. Farkasvakságom lévén, naplemente után már csak a közvilágítás és a gépjárművek fényeit láttam az utcán. Az edzés után hazafelé indultam. A troli ablakain kiszűrődő fényfolt méretéből megállapítottam, hogy egy 72-es várakozik a piros lámpánál.

– Na ezt még elérem! – döntöttem el, és uccu neki! Szaladni kezdtem a megállóhely felé. A talpammal éreztem ugyan, hogy emelkedőn rohanok fel, mégsem fékeztem. Áttörtem az útlezáró korlátot, és már repültem is a mélybe! Csővezetékét fektettek az út szélén: annak az árkába zuhantam le. Máig sem értem: fejfelé lefelé estem, mégis talpon értem talajt! A gödör fala útközben megdobott. Talpra álltam. Kezemmel végigtapogattam csontjaimat. Nem törött el semmim, viszont a kabátom és a nadrágom több helyen is elszakadt. Se baj. A lényeg, hogy nem törtem össze magam. Nehogy részegnek nézzenek az arra vetődő gyalogosok, a kezem ügyébe került táskámból elővettem a fehér botot, és felálltam a cső tetejére. Élénken füleltem ki a gödörből.

Egy férfi jött felém a járdán. – Van ott valaki? – kérdezett le a mélybe.

– Igen! – feleltem sóhajtván.

– Nincs semmi baja, jóember?

– Nincs! – válaszoltam kurtán. A táskámat és a fehér botomat a segítőkész gyalogos útmutatása alapján tettem fel egy párkányszerű kiszögellésre, ami úgy középúton lehetett a felszín felé.

– Várjon egy kicsit! – mondta a figyelmes gyalogos. – Elmegyek segítségért!

– Addig sem tétlenkedem! – gondoltam. Kezemet és lábamat erősen megfeszítettem a gödör két oldalán. Nagy küzdelmek árán feltornáztam magam a táska és a fehér bot mellé. Ezalatt megérkezett az árok széléhez a póterő is. Kidobtam a holmimat a gödörből, és felnyújtottam a kezemet. A két segítőnek mélyen le kellett hajolnia, hogy elérjenek: legalább négy méter mélyről kerültem ki – többé-kevésbé épp bőrrel.

Volt egy másik, hasonló eset is. Gool-ball edzésről tartottam haza, és a szokásos, sebes tempóban haladtam a járdán. A Hungária körutat épp felújították. Én a fehér bottal a kezemben iparkodtam a buszmegálló felé, lendületes léptekkel – egyenesen egy gödörnek, amiről mit sem sejtettem. Amikor éreztem, hogy az egyik lábam a mélybe csúszik, a másikkal reflexszerűen akkorát rugaszkodtam, amekkorát csak bírtam. Átugrottam a gödröt. Erre a teljesítményre csak azért lehettem képes, mert évtizedek óta edzésben voltam. A túloldalon gondoltam csak bele: mi lett volna, ha nekiugrom a gödör falának, szélének? Az elrugaszkodás pillanatában ugyanis fogalmam sem volt róla, hogy milyen széles az árok. Ruganyosságomnak köszönhetően karcolás nélkül úsztam meg a bátor szökellést, de amikor átgondoltam a váratlan eseménysort, a rám törő stressztől teljesen leizzadtam.

Miért tettem le voksomat a csörgőlabdasport mellé is? Amikor 1980-ban megalakult a gool-ball szakosztály, akkor azonnal jelentkeztem a csapatba. Ez a játék ügyességet, ruganyosságot, kiváló erőnlétet és jó hallást követel. Sokkal összetettebb, mint az atlétika. Remekül kiegészítette, majd pótolta az alapsportágat. Aztán teljesen abbahagytam az atletizálást, aminek igen egyszerű oka van: volt feleségem az egyik, atletizáló társammal kötötte össze a sorsát. Ettől fogva már elvi okokból nem jártam oda edzésre. De az intenzív sportolástól nem akartam elszakadni, tehát a gool-ball edzéseket továbbra is látogattam.

A szöuli paralimpián negyedik lett csörgőlabdaválogatottunk, de úgy érzem, az eredményhirdetés után nekünk kellett volna győztesként felszállnunk a repülőgépre.

Miért mondom? Országok nevét most nem említem. Szóval, sejtettük mérkőzés közben, hogy az ellenfél egyik játékosát lát. Ez még nem is lett volna baj, mert a szemet takaró, átláthatatlan szemüvegben játszottunk. De a srác mérkőzés közben a karjával egy parányit félretolta a szemüveget. Utána már magabiztosan vetődött a lövéseinkre. A későbbi világversenyek alatt fény derült a paralimpián érmet nyert csapatok centerjátékosainak turpisságára. Ezeket a játékosokat kizárták a további versenyekből, és így országuk válogatottja jelentősen meggyengült.

Atlantában is ránk járt a rúd. Akkor már a leragasztott szemre kellett feltenni a védő és egyben takaró szemüveget. Az első ellenfelünk meglepően erősnek bizonyult – olyannyira, hogy egyetlen, bekapott góllal kikaptunk tőlük. Az ellenfél centere nem egészen fair módon vett részt a küzdelemben. Edzőnk sasszemének már Szöulban feltűnt az említett játékos inkorrektsége – szerintem a fő ludasok, az igazán sportszerűtlenek azok az emberek, akik nem úgy ragasztották le a fiú szemét, ahogy az illetett volna. Az utánunk következő mérkőzéseken már nem volt módja a trükközésre a gyengén látó játékosnak. Meg is lett az eredménye: minden meccsükön legalább fél tucat gólt kaptak. Az első mérkőzésen elszenvedett vereségünknek köszönhetően azonban nem kerültünk be a legjobb hat közé, pedig – tudásunk alapján – dobogós helyezést érdemeltünk volna. Így be kellett érniük a hetedik hellyel. Nem mindegy!

A sportolás nem csak az állandóan jó kondíciót biztosítja, de más hozadéka is van – itt mindenekelőtt a csapatszellemet emelném ki. A góllövő csapatban mindannyian érdeklődő emberek vagyunk, miként atletizáló barátaim is. Ha valamelyikünknek megtetszett egy, a Vakok Szövetségének hangos könyvtárából kölcsönzött könyv, akkor azt ajánlotta csapattársainak is. Nyugodtan elmondhatom magamról és sportoló társaimról is, hogy olvasott emberek vagyunk. A test edzettsége mellett a szellem is megkívánja, megköveteli magának a frissességet.

A sportról szólva említettem már, hogy sohasem a pénzszerzés vágya lebegett a szemem előtt. Az élet azonban úgy hozta, hogy a New Yorkban elért ezüstérmémért már én is megkapom az államtól azt az összeget, ami az olimpián ezüstérmet nyert, egészséges sportolóknak már régebb óta jár. Nem jön rosszul a havi járandóság. Sokat jelent számomra az anyagi biztonság. A stabil, kiegyensúlyozott anyagi helyzet lelki és szellemi nyugalmat ad. Negyven év munkaviszony után nyugdíjba mentem, de ahogy előtte, azóta sem tudok unatkozni. Lányom viszonylag messze lakik tőlem. A gyáli buszvégállomásig még el tudnék menni, de utána már bajban lennék. A fehér botos ember számára a buszvégállomás után nincs megbízható támpont. Ennek ellenére hetente egyszer találkozom az unokámmal. Ilyenkor örömmel kapom karjaimba a csöppséget. Félve mondom ki: talán nagyobb örömet lelem a kétéves apróságtól, mint szeretett lányomban.

A gyógymasszőr szakmám mellett mindig is szerettem barkácsolni. Nem csak saját villanybojlerünket szedtem darabokra – és javítottam meg! – hanem másokét is. Nem szaladok el, ha alapvető villanyszerelési munkákról van szó. A lakásomban egyik vízcsap sem csöpög. Tizenöt négyzetméter lambériát raktam fel az előszoba falára és a bejárati ajtóra. Megnézte ezt egy asztalos ismerősöm, és felhívta a figyelmemet, hogy máskor ne vágjam röviden a sarkokat. Amikor lányomnál lambériáztam, már jobban odafigyeltem a sarkok kialakításánál a vágáshosszra. Beépített szekrényt is készítettem már. A lakásomat magam tartom tisztán. Akár látó barátnőm jön el hozzám, akár más, látó ember, mindig megkérem őket, hogy mondják meg, ha nem elég alapos valahol a takarítás. Mosok, vasalok, főzök magamra. Azért nincs számítógépem, mert akkor kevesebb időm maradna olvasni. Most napi 3-4 órában hallgatok könyvet, és úgy érzem, az amúgy különösen hasznos technikai eszköz megfosztana ettől a kedves elfoglaltságtól.

Nagy kőművesmunkát végeztek a lakásomban: teljes felújítás volt. Hatalmas nejlonzásokban gyűlt a sitt. Lehajoltam az egyik, alaposan megpakolt zsákhoz, hogy levigyem a kapu elé.

– Csak nem te akarod lecipelni a sittet? – kérdezte a kőműves. – Azért van itt a segédmunkás, hogy elvégezze a nehéz munkát!

– Jól van – gondoltam magamban. Feltettük az egyik, törmelékkel teli zsákot a segéderő hátára – ő meg azon nyomban összerogyott a teher alatt. – Mégiscsak jobb lesz, ha az én hátamra teszik – mondtam a kudarcba fulladt kísérlet után. Ketten emelték és tették a hátamra a tömött nejlonzsákot. Lesétáltam vele a második emeletről, és letettem a kapu mellé.

Ne lepődjön meg ezen senki, méghozzá a következő miatt: leguggoltam az edzésen, és „brahiból” két, száz kilogrammnál is súlyosabb sporttársam ült a nyakamba. Mindketten megkapaszkodtak a bordásfal rúdjaiba. Ötször álltam fel velük.

Sajnos, ma már alig vetődik le egy-egy fiatal a különböző edzésekre, pedig én a folyamatos sportolásnak köszönhetem jó fizikai állapotomat, a csörgőlabdának pedig a kifinomult hallásomat. Jó szívvel ajánlom fiatal sorstársaimnak is a testet és lelket egyaránt edző sportot. Szeretettel várunk Benneteket!

EGYSZERIBEN MÁS LETTEM

*Kun Mihály (62 éves)
(Jelnyelvi tolmács: Fábián Melinda.)*

1940. március 2-án születtem, Békés megyében. Édesapám pékmester, édesanyám háztartásbeli volt. Pár évesen felfigyeltem a zene sokszínű hangjára: gyakran fújtam a szájharmonika apró lukaiba, vettem kezembe a tangóharmonikát. Ismerkedtem a hangszerekkel. A II. világháború zaja megtörte a formálódó gyermekzenét. Baljósan sivítottak fel a harci repülőgépek, százával hullottak a mázsás bombák. Robbantak az átkok, nem nézve senkit és semmit. Testvéreimmel a zene csendes, léleknyugtató varázsával próbáltunk ellenszegülni a háború zúgó örületének. Aztán hatalmas detonáció robaját hallottam, és az erős légnyomás beszakította mindkét dobhártyámat. A kedves muzsikaszó egyszeriben elillant, soha nem hallható távolságba került tőlem. A csend tébolyító volt: szinte eszemet vesztettem.

Édesapám eközben az olasz fronton szolgált. Csak három évvel a II. világháború befejezése után térhetett haza a hadifogságból. Beszámolt a sok elesett és életben maradt magyar és más katona embertelen sorsáról. Nagyot csalódott, de azt mondta: történhet bármi, az élet egy percre sem áll meg!

Hallásom elvesztése nem várt fordulatot hozott az életemben. Kimondottan vad, teljesen kezelhetetlen kölyök lettem. Mint egy szilaj, fékevesztett bika. Nap mint nap elvertem a szomszéd gyermekeit. Makacsul ellenkeztem mindenkivel, és amikor tehettem, rosszkodtam. Mindezt az állapotom miatt éreztem, tehetetlen düh váltotta ki belőlem. Mivel az évek múlása nem gyógyított, én sem változtam meg. Bátyám ekképpen foglalta össze véleményét: neked teljesen mindegy, hogy kivel verekedsz, csak verekedhessél! Volt benne valami – teszem hozzá így, annyi év távlatából. Kemény öklű csibész vált belőlem.

Nem véletlenül kerültem a Vasas SC ökölvívó palántái közé: a bunyót épp nekem találták ki. Vehemensen vettem magam a küzdelmekbe. Papp László is figyelemmel kísérte szárnypróbálgatásomat. Megtetszett neki a karakánságom, de – mint mondta – túl rövid a karod, fiacskám! Sem intenzív mozgással, sem technikával nem tudtam pótolni a centik hiányát. A ringben sem hazudtoltam meg magam. Néha idejekorán, máskor meg „állj” után lendült ütésre az öklöm. Alaposan meggyűlt velem a bírók baja. Egyedüli siket voltam az ökölvívók között. Mivel nem hallottam, és rendre elszántan vettem magam a küzdelembe, a bíró speciális módon jelezte nekem a mérkőzés megszakítását: meglökött. Ilyenkor viszont az esett meg – nem is egyszer –, hogy én kaptam jókora maflást. Nem egyszer hatalmas monoklival a szemem alatt jöttem le a ringből. Apám három év múltán azt mondta: hagyd abba a bunyót, fiam, mert nem csak siket leszel, hanem hülye is. Tizenkét éves voltam, amikor felhagytam az ökölvívással.

Eközben persze iskolába is jártam. Első osztályosnak „halló” iskolába kerültem, ahol egyfolytában csúfoltak a többiek: süket vagy, hülye vagy! Mivel ötéves koromig hallottam, a szájuk mozgásáról kiválóan le tudtam olvasni a mondottakat. Csoda-e ezek után, hogy a tanítás után nyakon csíptem az engem sértegető, megalázó diákokat, és alaposan elagyabugyáltam őket. Naná, hogy az egész perpatvarnak az lett a végső kicsengése, hogy én vagyok a hibás, mégpedig mindenért. Apám naponta leszidott. Gyakran éreztem „lapát” kezét a hátsómon. A se hossza, se vége szidalmaknak, a fenyegetéseknek az lett a vége, hogy gyógy-pedagógiai iskolába íratlak át a szüleim. Hiába lettem az Alkotás utcai sulis tanulója: továbbra sem hallottam. Itt is sok békát kellett nyelnem a gyerekek szája miatt. A „halló” iskolában

sehogyan se ment a tanulás. A másik suliban az volt a véleménye az igazgatónak rólam, hogy értelmes gyerek vagyok.

– A szellemi képességeivel nincs baj: ez a gyerek nem ebbe az iskolába való – mondta szüleimnek. Újra iskolát váltottam, és a nagyothallók közé kerültem. A Röck Szilárd utcai suliban kezdtem, majd annak megszűnte után a Kazinczy utcába, a zsidó templom közelébe kerültem át. Akármerre tanultam a városban, mindenhol a csúfolódó gyerekek céltáblája lettem. Már rutinosan egyenlítettem ki a vaskos számlákat: „borravalót” mindig hagytam az ócsárolók képén. Odáig fajult a helyzet, hogy már javító-nevelő intézettel fenyegettek. Közben a tanítók intenzíven próbáltak a lelkemre beszélni, és ennek végül meg is lett az eredménye.

Érdekes módon történt. Október eleje volt, és uszodába mentünk. A nyitott medencéhez úszónadrágban mentem ki az öltözőből, amin persze megütköztek a diáktársak. Ennél is jobban elcsodálkoztak azon, hogy alaposan lemaradtak mögöttem a huszonöt méteres medencében. Nem nektek való az úszás! – mondtam nekik harsányan, ahogy kiszálltam a medencéből. Győztesként nézhettem társaim szemébe. Renomémm lett előttük. Mindazonáltal az úszást nem tartottam férfias sportnak. Arra viszont mindenféleképpen jó volt, hogy kioltotta belőlem a tüzes vadságot.

Felkértek a siketek sportegyesületétől, hogy ússzak náluk versenyszerűen (ekkor hagytam abba az ökölvívást). Első trénerem Láng Ferenc mesteredző volt (1952-1954). Az úszásban is ki akartam tűnni, ezért precízen végrehajtottam utasításait. Első, jelentősnek mondható versenyem (a siketek országos úszóbajnoksága) a nemzeti sportuszodában volt. Ahány számban csak indultam, mindegyikben országos csúccsal nyertem. A következő versenyeken már halló gyermekekkel is meg kellett küzdenem. Két év után felfigyelt szorgalmamra és addigi eredményeimre az utánpótlás válogatott edzője. Kerettag lettem a hallók között. Már két helyen edzettem, ami még jobban elősegítette a fejlődésemet. Ennek igazolására csak annyit mondanék el, hogy 1955-ben már a 100 és 200 méteres gyorsúszásban, valamint a váltóban is én tartottam a világcúcsot a siketek között, és 1955-ben az ipari tanulók országos úszóbajnokságán bajnok lettem – a hallók között.

A siketek olimpiájára készültünk (Milánó, 1957). A siketek sportolási lehetőségeire jellemző volt, hogy az útiköltségtől a sportfelszerelésig mindent saját zsebből kellett állnunk. A Vörös Meteor Egyesületben úsztam. Edzőm, Galambos Ernő (1954-1965 között) jó barátságban volt Marosán Györggyel. Ernő bácsi elpanaszolta a vezető politikusnak, hogy a nincstelenség könnyen megghiúsíthatja olimpiai részvételünket. Fedezem a költségeket – mondta Marosán –, de elvárom tőletek, hogy eredményesen szerepeljeteek Milánóban! Az ötezer dollárt kellőképp megháláltuk. Egyéni eredményem: 400 m gyorsúszásban ezüstérem, 100 m gyorsúszásban és 100 m hátúszásban aranyérem. Emellett a 3x100 méteres vegyesváltóban, a 4x100-as gyorsváltóban és vízilabdában is aranyérem. Hazaérkezésünk után Marosán meghallgatta az eredményeinket, majd kijelentette: – Akkor mégsem dobtuk ki azt a sok dollárt az ablakon! Köszönöm fiúk, jó munkát végeztetek! – Fényes eredményünknek köszönhetően továbbra is számíthattunk az állami támogatásra, ami bizony nagy szó volt akkoriban is.

1959-1960-as években élővízben is megmértem magam. Dunai folyamúszás – 15 km – után ezüstérmet akaszthattak a nyakamba (hetvenkét induló közül), és a csapatversenyt is a Siketek Sport Clubja nyerte. Balaton-átúszó versenyen is indultam (Balatonfüred és Siófok között): 15 km volt a táv, és a negyvenöt induló közül ott is második lettem. Ugyanabban az évben Balatonfüred és Tihany között is rendeztek egy toátúszó versenyt, amin a Siketek SC csapatban ismét aranyérmet nyert – és én is részese voltam a diadalnak.

A „halló” ifjúsági úszóválogatottban négyen voltunk siketek. Tulajdonképpen azért hívtak meg minket, hogy vízilabdázót faragjanak belőlünk. Laki Károly volt az edző. Ő később Kubába ment, majd visszatért Magyarországra – többet nem tudok róla. Ha a vízilabdában a bíró meg akarja állítani a meccset, akkor felemeli a kezében lévő zászlót és sípol. Természetesen előfordult, hogy a nagy igyekezettel úszó siket játékos nem figyelt a medence szélén lengető játékvezetőre, és továbbúszott. Ilyenkor a halló játékosok fröcskölni kezdték, illetve oldalba lökték a „figyelmetlent”.

A siketek csapatával a Budapest I. osztályban játszottuk bajnoki meccseinket. Nemzetközi mérkőzésen Bernben (1959), Koppenhágában (1961), majd Helsinkiben, a siketek olimpiáján vettem részt. Eredményes sportolója voltam a helsinki olimpiai csapatunknak: 4x100 m vegyes váltóban ezüstérmes, míg 100 m gyorsúszásban, 4x100 gyorsváltóban (világcsúccsal) és vízilabdában aranyérmes lettem. A döntőben Hollandia válogatottja ellen 9:3-ra diadal-maskodtunk. Nagy dicsőség volt a dobogó tetején állni. Az eredményhirdetésen felvonták a magyar zászlót, eljátszották a nemzeti himnuszunkat – a csapat zöme énekelte. Négy évvel később az Egyesült Államokban rendezték a siketek olimpiáját. Bár jó formában voltam, ezen mégsem vehettem részt – mivel megsérültem.

Az MTK ellen játszottunk bajnokit. Az ellenfél egyik játékosa véletlenül visszarántotta a karomat, és izomszakadást szenvedtem. Csak nagy gyötrelmek árán tudtam kievickélni a partra. Fél éven keresztül képtelen voltam felemelni a karomat. Meg akarták operálni, de nem engedtem. Amondó voltam: akkor inkább abbahagyom a válogatott szintű vízilabdázást.

Jelzem, a halló játékosok egyébként is igen durvák voltak velünk. Szerencsénkre nem hallottuk, hogy miket mondanak ránk. Edzőnk örökké azon gondolkodott, miképpen is teremthetne békességet közöttünk.

Aztán én is megpróbálkoztam az edzőséggel (1965-1967): az Európa-bajnokságra készítettem fel a siket úszókat. A stockholmi viadalon minden férfi versenyszámot a magyar sportolók nyertek meg. A női versenyzők korántsem szerepeltek olyan eredményesen, mint a férfiak – de azért így is mi térhettünk haza a legeredményesebb csapatként. A baj csak az volt, hogy a nagyothalló szakosztályvezetővel sehogyan sem értettünk szót. Leginkább szakmai kérdésekben voltunk homlokegyenest ellenkező véleményen. Azt sem tudod, hogy nyitott, vagy zárt tenyérrel kell-e úszni – mondtam neki, meg mindazoknak, akik szakmailag kritizáltak. Erre fel kidobtak (elég sok konfliktus van a nagyothalló és a siket, illetve „csak” a siket emberek között is ezen a területen). A belgrádi olimpiára már halló edző készítette fel a csapatot.

Fiatalember lévén egyre többet forgolódtam a lányok körül. Elsőnek egy siket házaspár halló lányát szemeltem ki magamnak. Tán mondanom sem kéne, hogy Ibolya gyönyörű szépség volt. Jól megértettük egymást, ezért az sem volt gond, hogy Debrecenben lakott. Tartottuk a kapcsolatot. Fülíg szerelmes lettem, mígnem egyszer váratlanul utaztam le a cívisvárosba, és halló fiúk társaságában szórakozva találtam szemem fényét. Ráébredtem, hogy nincs esélyem nála. A barátság megmaradt közöttünk, de a mélyebb kapcsolattól tartózkodtam.

Leendő feleségemet már régóta ismertem. Kitűnően jelelt, míg nekem bizony voltak nehézségeim a jelbeszéddel. Néha megkértem a sporttársakat, hogy segítsenek be a kommunikálásba, és bizony, sokszor megtréfáltak. Ám egyre jobban figyeltem a jelelést, és hamarosan már nem szorultam segítségükre (a nagyothallók iskolájában nem szabad jelelni). Édesanyám módfelett aggódott azon, hogy siket lány lesz a feleségem. Apám viszont nem törődött vele: – Azt csinálsz, fiam, amit akarsz! – Húszéves voltam, amikor megnősültem (aki szép nő szemébe néz, gyorsan elveszíti a fejét). Feleségem a siketek csapatában asztaliteniszezett. Hasonló napi és heti időbeosztást követelt meg tőlünk a sport, így konfliktusmentesen éltünk. Nem véletlenül

kerültünk egymás mellé az életben: közös volt az érdeklődési körünk. Szorgalmas teremtés volt az asszony, nyugodtan nevezhetem házitündérnek. Hamarosan megszületett lányunk, aki kifogástalanul hall (már van két unokám: ők is ép hallásúak).

Már nagyobbacska volt a lányom, amikor a bolgár tengerparton nyaraltunk – amúgy családosan. Annyira szerettem volna úszni vele a tengerben, de az istennek sem akart bejönni a vízbe. Rimánkodhattam volna napestig, az is hiába való lett volna. Értetlenül álltam az eset előtt, és csak jóval később tudtam meg, hogy miért iszonyodott annyira a víztől. Rendszeresen Balatonalmádiban nyaralt az anyósomnál. Az udvaron labdázott, és a pattogó labda belepottyant a fedetlen kútba. Milyen az ötéves gyerek? Addig „ügyeskedett” a kerek kút kávéja körül, amíg le nem zuhant a mélybe. Szerencse volt a szerencsétlenségben, hogy bár a kút alját mély iszap borította, víz alig volt benne. A szomszédból átsiető fiatalember ereszkedett le kötélre, és hozta fel onnan a kislányomat. Csak akkor tudtam meg, amikor egyszer azt mondta nekem az anyósom: A lányodból sosem lesz úszóbajnok! – én pedig rákérdeztem, hogy miért nem? Nos, igaza lett: valóban nem lett úszóbajnok a gyerekből – viszont érdekelt a korcsolyázás. Imádott korizni, de csak úgy, minden kézzel fogható eredmény nélkül – a korcsolyázás meg csak vitte a pénzt. Végül abbahagyta a sportot: helyette angolul, franciául és oroszul kezdett el tanulni, de egyikből sem vizsgázott le. Jelenleg sportérem- és serlegboltja van.

Igazából nem a hallás hiánya zavar a legjobban, hanem a „szemem”! Hogyan kell ezt érteni? Ugyanis, annyi h.... autóvezető van az utakon, hogy az már egyenesen kétségbe ejt. Harminckét éve vezetek, de a közlekedési szabályokat mindig betartottam. Sokszor heccelődtek velünk, hogy süketek ülnek a volán mögött, de állítom, lenne mit tanulniuk tőlünk a halló gépjárművezetőknek. Nekünk sokkal jobban kell figyelni, hiszen egy csomó dolgot nem hallunk meg. A siket vezető autójának kötelező tartozéka a három tükör. Nagy forgalomban fárasztó a vezetés, mert száz szemmel kéne figyelni, de a három tükörrre is csak kettő jut. Ennek ellenére még egyetlen balesetet sem okoztam. Az viszont már megesett, hogy a közlekedési lámpa zöld jelzésére behajtottam az útkereszteződésbe, és oldalról belém jött egy személykocsi. Az ütközés következtében megbillent a Skoda 100-asom. A kezem kikerült a járműből, az autó felborult. Karom és több bordám összetört. A kiérkező rendőr összevissza hadonászott az orrom előtt, mire a fejébe igazítottam a sapkáját. Maradjon már csendben – mondtam neki, nem látja, hogy vérzik a karom! Máskülönben sem én vagyok a hibás, mert a piros lámpánál hajtott belém a másik. Mérgező voltam, durván beszéltem a rendőrrel, és kijelentettem: csak a rendőrkapitányságon vagyok hajlandó folytatni. Megérkezett a mentőautó, hordágyra tettek, majd kórházba kerültem. Szerencsére a feleségem minden baj nélkül úszta meg a balesetet.

Sok mindent köszönhetek a sportnak. Elsőnek az egészséget és az egészséges életszemléletet említeném. Az is fontos, hogy embert faragott belőlem, és sikereket értem el általa – még-hozzá szép számmal Végeredményben feleségemet is a sportnak köszönhetem, és így gyermekünket is! Igaz, ma már fájnak az ízületeim, és gyötör a reuma. Mindmáig fájó, talán soha be nem hegedő seb a lelkemben, hogy az államtól csak azok a „fogyatékos” sportolók kapnak sportjáraadékokat, akik 1985 után nyertek olimpiai érmet. Az ép és egészséges sportolóknál nincs időbeli megkötés: akkor is kapják, ha netán 1936-ban nyertek. Sajnos, Magyarországon még manapság is különbséget tesznek ember és ember között a sportban. Pedig nekünk, fogyatékosnak kikiáltott embereknek amúgy is sok hátrányt, méltánytalanságot kell elszenvednünk az életben. Jó lenne már, ha minket is emberszámba vennének, és nem csak a futottak még kategóriájába sorolnának (az olimpiai aranyérem után jelenleg havi nyolcvanezer forint sportjáraadék jár)!

Mivel kerestem meg a kenyérre valót? Szerszámkészítő lakatosnak tanultam. Első és egyben utolsó munkahelyem a MOM volt, ahol harminckét évet húztam le (1989-ben, amikor a céget felszámolták, rokkantnyugdíjba mentem). Ha nem veszítettem volna el a hallásomat, akkor muzsikus vagy katonai repülőtsízt szerettem volna lenni. Egyébként, ha lehetőséget kapnék rá, hogy egy napig halljak, nem kívánnék élni vele. Ötvenhét év alatt megszoktam a csendet, és megbékéltem vele. Apám éveken át járt templomba, és imádkozott azért, hogy visszanyerjem a hallásomat. Nem rajta múlt, hogy nem sikerült.

LEGALÁBB EGYSZER

Bucsainé Kunfalvi Emese (36 éves)

Békés, kiegyensúlyozott gyermekéveket hagytam magam mögött. Nehezen tudtam eldönteni az általános iskola vége felé, hogy mi is szeretnék lenni. Végül úgy döntöttem, hogy jobban járok, ha szakmát adó iskolában tanulok tovább, mintha gimnáziumba mennék. A ruhaipari szakközépiskolában azonban hamarosan rájöttem, hogy a varrás robotja nem lesz életcélom. Ennek ellenére – vagy talán éppen ezért – a Könnyűipari Műszaki Főiskolán tanultam tovább. Ruhaipari üzemmérnök lettem, de hiába dolgoztam gyártás előkészítőmodellezőként: a munkámban nem leltem örömet. Ezt az érzést erősítette az alacsony bér is. Hamarosan rájöttem: több lábon kell állni ahhoz, hogy boldogulhassunk az életben. Beiratkoztam a Külkereskedelmi Főiskolára, és otthagytam addigi munkahelyemet. Egy nevelőintézetben vállaltam munkát, ahol hátrányos helyzetű fiúkat tanítottam varrni. Nem volt irigylésre méltó feladat, de ezt még el tudtam látni a tanulás mellett. Asszony voltam már, mire elvégeztem a Külkereskedelmi Főiskolát.

Nem halasztottuk a gyermekáldást. Nehéz volt megélni, hogy három terhességem is elvetélt. Férjemmel nagyon szerettünk volna gyermeket, ezért nem adtuk fel. Nőgyógyászmom javasolt egy pirulát, amit előírászerűen szedtem is. Újra teherbe estem. Örömöm szinte határtalan volt, amikor megtudtam, hogy hármas ikreket várok. Néha kisebb szúrásokat éreztem a jobb oldalbördám tájékán. Nem értettem az okát, de nem tulajdonítottam neki különösebb jelentőséget. Még akkor sem, amikor már sűrűbben nyilallt. Azt sem értettem, miért tör rám hullámokban az éhség? Még meglepőbb volt, hogy eközben alig ment le a falat a torkomon: étvágytalan voltam. Ez a feloldhatatlan állapot zaklatottá, feszültté tett, de mindezt a terhesség mellékhatásának tudtam be, és amennyire tehettem, nem foglalkoztam vele.

Elpanaszoltam fájdalmaimat a nőgyógyászmomnak, de ő sem figyelt fel rájuk. Nem hagytam annyiban. Felkerestem a családorvost. Figyelmesen végighallgatott, majd beutalt az SZTK-ba. A vérvizsgálat kimutatta, hogy valami nem stimmel a májam körül. Az első lelet eredményét a kontrollvizsgálat megerősítette. Valami miatt megnagyobbodott a májam! – tudtam meg.

Elteltek karácsony békés napjai, és túl voltunk már az óévbúcsúztatón is. Az ünnepek alatt egyre fokozódott a szűrő fájdalom, ezért az év első munkanapján újra felkerestem a nőgyógyászt, és megmutattam neki a leleteket. Három hónapos terhes voltam ekkor. A gyors és alapos orvosi vizsgálat kiderítette, hogy a máj működését teljesen tönkretette a lelkesen szedett gyógyszer hatására kialakult trombózis. A kivezető vénák szinte teljesen elzáródtak. A hasam megtelt vízzel. Ez a pangó folyadék is a májműködés zavarának jele volt.

A nőgyógyászatról a László kórházba kerültem. Azért irányítottak át oda – ráadásul a trópusi betegségek osztályára – mert vélelmezhető volt, hogy valami fertőzés következménye, ami velem történt. Az orvosoknak azonban csak egy korábbi, észrevétlenül lezajlott hepatitis E fertőzést sikerült kimutatniuk. Visszakerültem a nőgyógyászatra. A magzatok eközben szépen fejlődtek, de egyre inkább terhelték a gyengén működő szervezetemet. A terhesség tizen-negyedik hetében a hasam akkora volt, mintha már a szülés előtt állnék. Két hét vizsgálódás után komor arccal álltak elé az orvosok. Az életfontosságú szerv krónikus betegsége miatt annyira leromlott egészségi állapotom, hogy meg kell szakítani a terhességet – tudtam meg. Előzetesen persze gondoltam erre az eshetőségre is. Alaposan átbeszéltük férjemmel az előállt és a várható helyzetet. Az a legfontosabb, hogy minél előbb meggyógyuljak! – döntöttük el. Fájó szívvel mentem a műtőbe.

A küret után lecsapolták a hasamban felgyűlt, körülbelül 3 liter vizet. Alaposan felborult a szervezetem egyensúlya. A máj enzimértékei jelentősen megemelkedtek, a GPT 1000 fölé emelkedett. Az állapotom válságosra fordult (ezt a szüleimtől és a férjemtől tudom), és az intenzív osztályra kerültem. Az orvosoknak sikerült úrrá lenniük a helyzeten. Sok infúziót kaptam, és tíz nap múlva elhagyhattam az intenzív osztályt. Sok jóval azonban továbbra sem biztattak, és a májátültetés szükségességét kezdték pedzegetni. A transzplantációs klinikán nyitott májbiopsziát végeztek rajtam: felvágták a hasfalamat, és úgy vettek mintaanyagot a májamból. Innen már a belgyógyászatra kerültem, ahol vizsgálatok hosszú sorával tisztázták, hogy alkalmas-e a szervezetem a nagy operációra. Közben az én feladatom az volt, hogy minél jobban megerősödjek. Ekkorra már szerencsére megszűntek a szűrő fájdalmak. Helyettük a türelmetlenség időszaka jött. Mikor lesz donor szerv? Sikerül-e a beültetés? Emellett aggasztott a hasamban újra és újra felgyülemelő víz is. Vízhajtó tablettákat kellett szednem. Naponta vettek vért, hogy ellenőrizhessék a májam állapotát. Ahelyett, hogy a születendő babák miatt izgulhatott volna a család, már miattam aggódtak. Ebben a kiélezett helyzetben a keresztényi neveltetésem során szerzett hitem nyújtott vigaszt. Elvette a tragédia élet.

Mivel a májvizsgálat átültetésre alkalmasnak minősített, várólistára kerültem. Biztam benne, hogy időben jutok donor szervhez és az problémamentesen épül be szervezetembe. Nem nagyon érdeklődtem a transzplantációval kapcsolatos tudnivalók után: fel sem vetődött bennem, hogy a helyzetem igencsak kétesélyes. Szüleim viszont útnak indultak, hogy révbe jutott sorstársra találjanak. A példa mindig pozitív, lelkesítő erejű.

Négy hónap után, áprilisban térhettem haza a kórházból. Az orvosok kímélő életmódot javasoltak. A nap nagy részét varrással és olvasással töltöttem az erkélyen. Néha megzavarta ezt az idillt a rám törő éhségroham – ez persze továbbra sem jelentette feltétlenül azt, hogy éhes is lettem volna, de állandóan feszültté tett. A férjemnek sokkal több türelemre volt szüksége, mint addig bármikor. De bármit is kértem tőle, ő mindenben segített. Annyira odafigyelt sebzett lelkiállapotomra, hogy mindig kirukkolt valamilyen érdekes, hétvégi programmal. Elutaztunk a délegyházi tavakhoz, megfordultunk Ráckeven és a Velencei-tó partján is. Sorra felkerestük régen látott rokonainkat – igazán nem volt okom panaszra. A hirtelenjében mozgalmassá vált, szabad élet az újdonság erejével hatott az addigi mókuserék után. Az emberek szeretettel fordultak felém.

Tombolt a nyár, és én mindössze tizenhárom deciliter folyadékot ihattam naponta. A vízhajtó tablettákat továbbra is szednem kellett. Nem véletlenül említem meg most, hogy férjemmel gyakran eljártunk úszni a Lukács fürdőbe. A forró napokon örökös szomjúság gyötört, de nem ihattam többet a megszabottnál. Ezért volt fontos számomra a fürdő. A sok víz láttán nem gyötört annyira a már-már kibírhatatlan szomjúság. Óvatosan úszkáltam a medencében: ezzel is erősítettem fizikumomat a műtetre. Üdített és nyugtatott is a fürdőzés. Emellett megtettem minden tőlem telhetőt, hogy karbantartsam állapotomat. Reflexológushoz is jártam, hátha a kezeléstől jobban működik a nyirokrendszerem. Májkímélő étrendet állítottam össze, és rákaptam a gyógyteára is – Ez az életmód annyira belém ivódott, hogy a mai napig kitartok mellette.

A nagy probléma miatt változott az életszemléletem is. Nem szabad leragadni a betegség gondolatánál! Rá kell találni arra a hajtóerőre, ami még a feneketlennek tetsző gödör aljáról is kilendít! Szakmámból adódóan hímezni kezdtem. Törekedtem arra, hogy minél színesebb legyen a kész munka. A szemem előtt születő hímezés, a színterápia vidámabbá tett. De arra is jó volt az aprólékos, sok figyelmet igénylő kézimunka, hogy hasznosan foglaljam el magam.

Igazán szép és kellemes nyaram volt – bár tudom, hogy szüleimnek és férjemnek korántsem voltak annyira békések és felhőtlenek ezek a forró hónapok, mint nekem.

Evezőstúrára készültünk barátainkkal. Már mindent összecsomagoltunk a másnapi induláshoz, amikor este tizenegykor megcsörrent a telefon. Az ügyeletes orvos hívott a klinikáról. – Emese, van egy máj, kell-e magának? – Megremegtem a hír hallatán, de mindez semmi volt ahhoz képest, ahogy apukám és a férjem izgult az autóban, amikor bevittek a kórházba. Az orvosok tárt karokkal fogadtak. Vért vettek, majd ultrahangra vittek. Letusoltam, és már mehettem is a műtőbe. Úgy éjjel egy óra lehetett, szeptember 21-én. Istenem, most segíts meg! – fohászkodtam csendesen a műtőasztalon.

Az intenzív osztály üvegkalitkájában tértem magamhoz. Rengeteg csövecske lógott ki a testemből. A számon oxigénmaszk volt. Pontosan nem tudom, de talán két nappal a műtét után ébredhettem fel. Mint később megtudtam, a szokásosnak mondható nyolc helyett 10-12 óráig tartott a transzplantáció, mert a trombózis miatt ki kellett tisztogatni az ereimet. A menetrendnek megfelelően gyógyultam – mármint orvosi szempontból. Az én nézőpontomból nem egészen úgy történt, mint azt gondoltam volt. Amikor a három-négy napos fekvés után felkeltem és talpra álltam, szinte összerogyott alattam a lábam. Meglepett ez a nagy erőtlenség, mert a műtét előtt úgy éreztem, hogy a körülményekhez képest kiváló kondícióban vagyok! Csak az operáció után kérdeztem meg, hogy ki volt a donor? Egy harmincöt év körüli, győri asszony máját kaptam meg. Többet nem tudok róla. Ha megtudhattam volna az elhunyt családjának a címét, tán megkerestem volna őket – bár ki tudja, mit váltott volna ki belőlük a megjelenésem. Szervezetem befogadta a máját. A műtét helye fájt ugyan, de más eredetű fájdalom már nem gyötört. Lélekben is elfogadtam az új helyzetet.

Munkát nem vállalhattam a műtét után, mert időnként elzáródott az epevezetékem. Három éven át rendszeresen be kellett feküdnöm a kórházba – legalábbis remélem, hogy csak eddig, mert nemrég megműtötték az epevezetékemet, és ez remélhetően végleg megszünteti az elzáródásokat. A múlt bajaiból már csak egyvalami maradt meg: továbbra is hajlamos vagyok a trombózisra. Mindennap vérhígító injekciót kell beadnom magamnak, hogy megmeneküljek egy újabb kálváriától. Úgy tűnik, életem végéig szükség lesz a napi injekciózásra, és nem válhatok meg az immunszuppresszív gyógyszertől sem.

Még a kórházi ágyat nyomtam, amikor egyre nagyobb belső készletessel fordultam betegtársaim felé. 1995-ben volt Magyarországon az első májátültetés. Én két évvel később kerültem a műtőasztalra: ez volt hazánkban a harminckilencedik ilyen transzplantáció. A kontrollvizsgálatok alatt egyre több sorstársat ismerhettem meg. Megbeszéltük kórházi tapasztalatainkat, közös töről fakadó élményeinket, és beszámoltunk egymásnak a napi eseményekről is. Információkat cseréltünk a gyógyulás gyakorlati tennivalóiról, de segítettünk egymásnak a betegség mentális feldolgozásában is. Ebben a közegben hallottam először az MTSE-ről (Magyar Transzplantáltak Sport Egyesülete). Mivel betegségelem előrehaladott stádiumában az úzás fizikailag és mentálisan is sokat segített rajtam, úgy döntöttem, hogy ha van rá mód, akkor úszni fogok!

Körülbelül egy évvel a műtét után mehettem először az uszodába, ahol barátian fogadtak. Beszéltem az edzővel (Pécsi Annamária), aki örömmel vette elhatározásomat. Azért is jó volt, hogy úszóedző irányításával kezdtem neki a sportnak, mert addig csak evickéltem a medencében.

Hetente két edzésünk van. A remek lehetőség egyetlen szépséghibája, hogy a Fradi uszodáját reggel fél nyolctól kilenc óráig vehetjük igénybe. Nem kellemes dolog korán kelni, de nagy öröm, hogy egészségesnek érzem magam, és használhatjuk az uszodát. Ahogy a kisgyerekeket

tanítják úszni, úgy tanított Ani engem is a szabályos tempózásra. Sokat gyakoroltatta a helyes levegővételt is. Előbb a mellúszás, majd a hátúszás technikáját sajátítottam el, és manapság már a gyorsúszás mozdulatainak csiszolásánál tartunk. A következő lépcsőfok az úszás gyorsítása lesz. Az edzéseken akár két kilométert is úszom. Mivel a transzplantáltak számára az uszoda egyfajta találkahely is, új arcok is felbukkannak a medence szélén. Az újonnan érkezők általában gyorsan ismerősökké válnak, a hírek meg jönnek-mennek, ahogy az lenni szokott. Az uszodában hallottam először a budapesti világjátékról, és arról is, hogy az MTSE évente több, országos rendezvényt szervez. Én a sportot elsősorban egészségem megóvására szolgáló eszköznek tekintem: nem vagyok eredménycentrikus. Ennek ellenére szívesen készültem a versenyekre, mert lehetőséget kaptam, hogy részt vegyek a Transzplantáltak XII. Világjátékán.

Röviddel az úszás elkezdése után jelentkeztem kerékpározni is. Gyermekkoromban apukámmal és öcsémmel gyakran bicajoztunk ki a Dunához, a Kopaszi-gátra. Máskor meg elkerekeztünk valamerre a közeli-távoli környéken. A transzplantáltak közül kevesen kerékpároznak – nekem viszont kapóra jött a kínálkozó lehetőség, mert amióta az eszemet tudom, mindig is szerettem bicajozni. Igazi edzésünk nem volt. Idő és ambíció kérdése csupán, hogy ki hány órát szán a kerekedésre. A nagy verseny előtt Ajkára vonultunk edzőtáborba. A napi két úszóedzés között többször is nyeregbe pattantam. A felkészülés eredményességében nem kis szerepe volt csapatunk vidám hangulatának.

A transzplantáltak budapesti világbajnokságán először a kerékpáros számban indultam. A férfiak közül 50-60 versenyző vágott a távnak – mi, nők csak heten voltunk. Csepelen rendezték a versenyt; kétszer tíz kilométer volt a táv. Néhányan igencsak pórul jártak: nem tudom, mi okból, de többen is úgy vélték az első kör után, hogy ezzel teljesítették a távot. Mire észbe kaptak, már késő volt. A többiek malőrje is hozzájárult ahhoz, hogy a hölgyek között másodikként értem célba. Felemelő érzés volt, hogy a dobogóra állhatok. Az igazi öröm mégis az volt, hogy teljesítettem a húsz kilométert, és nem szakadtam bele. Élvezhettem a verseny mással össze nem hasonlítható hangulatát is.

A női versenyt egy idősebb, olasz hölgy nyerte. Fogalmam sincs róla, hogy mennyivel előzött meg – teljesen érdektelen. Igazából még azon sem bosszankodtam, hogy amíg ő sportkerékpáron versenyzett, addig nekem egy városban használatos, korántsem új biciklin kellett hajtanom: lényeges különbség volt a különböző országokból érkezett versenyzők sportszerei között.

Több úszószámban is indultam, és két bronzérmet nyertem. Ha egykor elkerült volna a májbetegség, akkor szinte biztos, hogy egyetlen világbajnokságon sem vehettem volna részt. Így is nézhetjük az életet...

A trombózisok nem csak a májamat, hanem a lépemet is károsították. Az orvosok figyelmeztettek, hogy ekkora léppel ne legénykedjek a biciklinyeregben, mert ha bukom, könnyen megrepedhet – abba pedig simán bele lehet halni. A budapesti verseny után vissza is fogtam magam – jobb a békesség! Egy évre rá megműtötték a lépemet. Most már nyeregbe pattanhatnék, de sílécet is köthetnék a talpamra.

A sport lendületesebbé tette az életemet. Az úszás és a kerékpározás kivitt az emberek közé – sőt, baráti társaságba csöppentem. Ráadásul a testmozgás megerősített, és a világbajnokság hangulata, eredményessége is inspiráló erővel hatott rám. Kezd stabilizálódni az életem.

Férjemmel harmonikus kapcsolatban élünk. A gyermekvállalásról már letettünk. A kerékpározás elhagyása után úgy éreztem, hogy az úszás mellett kellene sportolnom még valamit. Mivel már sokan tollaslabdáztak, ezért a tenisz mellett döntöttem. Némi hátsó gondolat is volt

ebben: ha egy versenyen kevesebben indulnak, könnyebb jól szerepelni – de nem ez volt az elsődleges.

Abszolút zöldfülűként mentem el az első edzésre – addig ugyanis még soha nem volt a kezemben teniszütő. Másfél éve tanulgatok teniszezni. Hetente egyszer van edzés. Gimnasztikával kezdünk: átmozgató gyakorlatok, békaugrás és futás. A játék tanulása, a technika elsajátítása adja magát. Edzőm, Poós László (egyik sorstársunk – Gergő – édesapja) szerint még legalább húsz év kell ahhoz, hogy jó teniszezők legyünk társaimmal. Ez azonban együnk kedvét sem veszi el a játéktól. Még akkor sem akarom sutba dobni a teniszütőt, ha az edző jól megfuttat gyakorlás közben. Célom, hogy megtanuljak amatőr szinten teniszezni, és ha lesz alkalmam, játsszak egy-két jó kis meccset a férjemmel, vagy más partnerrel.

2000-ben Athénben rendezték a Transzplantáltak Páneurópai versenyét, ahol teniszben indultam. Ezen a seregszemlén már a dializált vesebetegek is részt vehettek. Teniszben nem valami nagy mezőny gyűlt össze. Szerencsésnek volt mondható a sorsolásom, meg jó formát is fogtam ki, aminek köszönhetően harmadik lettem. A verseny hangulata – az, hogy szurkolhattam a többieknek – tán még erősebb nyomot hagyott bennem, mint maguk a teniszcsaták.

Életem részévé vált a sport. Jelenleg a heti két úszó- és egy teniszedzés tökéletesen megfelel igényeimnek. Akkor sem szeretném abbahagyni, ha majd munkába állhatok. A sport segített abban, hogy nyitottabbá váljak. Ez azért fontos, mert késztetést érzek arra, hogy tapasztalataimmal segítsék azoknak, akik transzplantáció előtt állnak, vagy közvetlenül utána vannak, és új helyzetükben keresik a jövő lehetőségeit. Mára már százharmincnál is több májátültetést hajtott végre a Baross utcai Transzplantációs Klinikán dolgozó, felkészült, összeszokott, magas színvonalon dolgozó csoport. Munkájukat ezúton is köszönöm – betegtársaim nevében is. Külön hálás vagyok Görög Dénes doktor úrnak, aki az én nagy műtéteimet vezette.

Sajnos, a megmentett betegek közül elég kevesen sportolnak, pedig mindegyiküknek nagyon érdemes lenne legalább egyszer lenézni valamelyik edzésünkre, versenyünkre. Talán ők is kedvet kapnának.

Jó egy évvel voltam túl a transzplantáción, amikor férjemmel a horvát tengerpartra utaztunk nyaralni. Az átélt izgalmak után ránk szakadt, felhőtlen boldogság igazi felüdülés volt mindkettőnknek. A reggeli és esti gyógyszererezést leszámítva úgy élhettem, mintha makkegészséges lennék. Kipróbáltuk a „banánozást” is. Talán kevesen tudják, hogy mi az: a motorcsónak után kötnek egy felfújt, vastagabb anyagból készült „kukacot”. Ebbe bele kell kapaszkodni, és a csónak vontatni kezd, mint a vízisízőket. Cefetül kellett kapaszkodnom, hogy meg bírjam tartani magam. Csapkodták a hasam a fodros hullámok, de nem tudtak leszakítani a kukacról. Úgy öt percig száguldozhattunk a hullámokon. Az „attrakció” végére teljesen elkészültem az erőmmel. A hamarosan jelentkező izomláz pedig annyira elerőtlenített, hogy képtelen voltam felemelni a karomat, amikor meg akartam fésülni a hajamat. Láthatóan meg is duzzadt. Miután hazautaztunk a tengerpartról, elmentem a klinikára, hogy csináljanak valamit a felpuffedt karommal. Azóta, ha meglátnak az orvosaim, már csak azt kérdik tőlem: – És mikor megy el lovagolni, vagy más egyéb érdekes sportot űzni, kedves Emese?!

LEGYŐZÖTT ŐSELLENSÉG

Simon Csaba (24 éves)

Máig sem tudom konkrét okát, de kar nélkül születtem. Szerencsére a szerencsétlenségben, egy tizenöt centiméter hosszú, csontos karkezdemény mégis kifejlődött a bal vállamból. A vállizmaim teljesen egészségesek. Két, nálam idősebb testvérem van. Egyikük növekedését sem zavarta meg fejlődési rendellenesség az anyaméhben.

Hároméves koromig állandóan kórházban éltem. Alig lettem hároméves, amikor a Budakeszin található, Országos Orvosi Rehabilitációs Intézetbe kerültem (felkészítő programon vettem részt), és ott művégtagot készítettek nekem. Ekkor figyeltek fel nem mindennapi hajlékonyságomra. Ügyességgel kombinált ruganyosságomat a betegek és az ápolók nem csak szimpla érdekességnek, hanem már-már afféle cirkuszi műsorszámnak tekintették. Én lettem a kórház nagy részének kis kedvence, a fehér falú intézmény üde színfoltja. A fő műsorszámom az volt, amikor a cigarettát vagy a pipadohányt lábbal csiholt tűzzel gyújtottam meg. A jobb lábammal (a hüvelyk- és mutatóujj közé szorítva) megfogtam az öngyújtót, a bal lábammal pedig addig görgettem az apró kereket, amíg az szikrát nem vetett, és elő nem bújta a láng.

Sümeprágán lakom. Három év után kerültem végleg haza a kórházból. Mohón ittam a család önzetlen szeretetét, az óvodát viszont igazi sorscsapásként éltem meg. Indulás előtt közelharcot kellett vívnia velem anyunak, mert az istenért sem akartam óvodába menni. Hisztizésből minden reggel kiválóra vizsgáztam, ám nem volt mese egy csepp sem: mennem kellett! Anyukám a falu óvodájában dolgozott, és kollégái már mindent tudtak rólam. Kedvesen fogadtak. Ovis társaim viszont elcsodálkoztak, amikor váratlanul közéjük toppantam. Rájuk sem mondhatok rosszat, bár néhány, negatív megjegyzés azért elröppent ajkukról, és jól láthatóan mutogattak is rám. El kellett fogadnom természetes viselkedésüket: ilyenek a gyerekek!

A csúszdázás és a mászókázás nemigen ment: csak pár fokot tudtam felmászni, és két csoporttal felettem járó bátyám segített fel, ha épp ott volt. Utána a lejtős rész végéhez sietett, és amikor lesiklottam, elkapott. Az elmélyült játszásra az ovi terme volt a legalkalmasabb. Lábujjaimmal megfogtam a fakockát, és egyik helyről a másikra pakoltam, vagy építeni kezdtem vele. Konkrétan már nem emlékszem, hogy mi készített először rajzolásra. A kezdeti alkotásaimat – ezek igazából összevissza vonalak voltak a fehér lapon – lábbal rajzoltam. Bal lábam hüvelyk- és mutatóujja közé fogtam a ceruzát, és úgy húztam az ákombákom grafitcsíkokat. Ma már vállal és szám segítségével is tudok rajzolni. Ilyenkor a ceruzát vagy az ecsetet bal oldalon a vállam és az állam közé fogom. Az étkezésnél, az öltözködésnél és más, mindennapi szükségleteimben óvodás koromban még segítségre szorultam – de édesanyám mellett nővéremre és bátyámra is mindig számíthattam no és persze apukámra is.

Az óvoda vezetője tudta, hogy Budapesten található a Mozgásjavító Általános Iskola és Diákotthon, és ezt elmondta anyunak is. Öt évesen kerültem fel a Mexikói út 60. alatti iskolába. Kegyetlen érzés volt elszakadni a biztonságot jelentő családi fészektől – főleg, hogy a nagy távolság miatt akkoriban még csak a hosszabb iskolai szünetekre mehettem haza. Szinte mentőövként volt segítségemre nagybátyám és felesége (Bódai Béla és Éva néni), akik minden második héten elvittek magukhoz Budára – péntek délutántól vasárnap délutánig lehettem náluk.

A szünet mindig gyorsan elreppent, és amikor utána visszavittek, mindig hatalmas cirkuszt csaptam a suliban. Sírtam, toporzékoltam, hisztiztem. A visszazsuppolás keserve tipikus, gyermeki ellenkezést váltott ki belőlem. Ez a senkinek sem jó állapot egészen ötödik osztályos koromig tartott, amikor is – mindenki nagy megkönnyebbülésére – végre benőtt a fejem lágya.

Jól működő intézménybe kerültem. Az iskola fontos szerepet vállalt fel a mozgássérültek rehabilitációjában. A pedagógusok a gyerekek oktatása mellett fizikai állapotuk fejlesztését is szem előtt tartották. Tanáraink és nevelőink szinte az első pillanattól sugallták, mennyire javítja az egészséget a mozgás, ébresztgették bennünk a sportolás iránti vágyat. A Testnevelési Főiskola tornatermében gyakran rendeztek sportversenyeket iskolánk tanulóinak. Úszásban, kuglidöntésben, labdadobásban, a kuglibábok közötti mászásban és futásban dönthettük el, hogy ki a jobb? Kedveltem ezeket az ügyességre és mozgékonyásra ösztönző versenyeket. Az ország összes nagyobb, mozgássérülteket ellátó rehabilitációs intézetéből érkeztek csapatok a rendezvényekre, sőt, az értelmi fogyatékosok is beneveztek néhány csapattal. Az országos versenyeket mindig szombaton és vasárnap rendezték. Az első, ilyen összejövetelem a bocchia versenyszámban indultam. Ezt piros és kék színű, barack nagyságú labdákkal játszottuk. A játékhoz a két csapat tagjai a pálya két végében, egymással szemben sorakoznak fel. A felezővonalra, középre egy fehér labdát tesznek le, és saját labdáinkat ehhez kell – kézzel vagy lábbal – minél közelebb gurítani. Az ellenfél labdáit ki lehet, illetve ki kell lökni a győzelmet jelentő helyről, hogy azok a központi, fehér labdától minél távolabb kerüljenek. Mindig a célhoz legközelebbi labdákat érdemes célba venni: ezzel növelhető a győzelem esélye.

Ülve figyeltem, ahogy egy főiskolai hallgató megmutatta, hogyan löhetek a lábammal úgy, hogy a labda célba is találjon. A bal lábam hüvelyk- és mutatóujjával megtámasztottam a lasztit, és – ahogy javasolta – a távolságot bemérve, megfelelő erővel küldtem útjára. Harmadikok lettünk, és a sporthoz értő felnőttek azt mondták a verseny után, hogy ügyes vagyok.

A tanulásban sem tartoztam a „futottak még” kategóriába: jó tanuló voltam. A tanéveket rendre osztályelsőként, 4-4,5 közötti eredménnyel fejeztem be. Az osztálylétszám az évek folyamán 10-20 fő között ingadozott. Mivel bentlakó voltam, iskolatáskát nem kellett cipelnem. Kézenfekvő volt, hogy lábbal fogok írni. Állítható dőlésszögű ferdepad előtt ültem egy széken. Normál, vonalas füzetem volt. Lábujjaim közé fogtam a tollat, és berajzoltam a betűket a vékony és a vastag vonalak közé. Amennyi idő alatt megtanul írni egy épkézláb kisdíák az iskolában, annyi idő alatt én is elsajátítottam ugyanazt – lábbal. Mindegy volt nekem, hogy toll, ceruza, ecset, vagy radír kell-e: egyik eszköz sem okozott problémát. Ahhoz persze, hogy írni tudjak a tanórákon, előbb le kellett vennem a cipőmet, zoknimat. A jobb cipőmmel feltéptem bal csukám tépőzárát, majd fordítva, és kiléptem belőlük. A bal lábam nagyujját beakasztottam a jobb zoknim szárába, és lehúztam, majd fordítva tettem ugyanezt. Ezek után már könnyen kitalálható, miként is kerültek vissza a lábamra a levett holmik. Csak akkor kerültem szorult helyzetbe ilyenkor, ha a mosás vagy lábam növése okán szűkké vált a zokni. Ilyenkor szóltam anyunak, és ő orvosolta a problémát.

A könyvlapokat bal vállam kis csonkjával lapoztam. Néhanap, ha addig nem volt jól kihajtva az új tankönyv, könnyen becsukódott. Ilyenkor a bal vállammal vagy a bal lábammal egy másik könyvet toltam a mozgáskényszerben szenvedő könyvoldalra.

Éhes gyomor korgása közben nem lehet maradéktalanul figyelni – mondjuk, a számtan órán. Amikor felkerültem a pesti intézménybe, az első osztály előtt másfél évig előkészítő osztályba jártam. Ott tanultuk meg a betűvetés alapját meg a számolás lényegét – ez utóbbit korongok segítségével. A déli harangszóra az egész tanulónép az étkezdében gyűlt össze. Nekem segítségre volt szükségem ahhoz, hogy jóllakottan állhassak fel a terített asztal mellől. Már

előttem volt az illatozó ebéd, de meg kellett várnom, hogy a felnőttek minden rászoruló gyereknek kiosszák az adagját. Csak utána jött oda hozzám egyikük, hogy megetessen. Egyre jobban feszengtem kiszolgáltatott helyzetem miatt. Szuggeráltam az asztalon fekvő kanalat és a csordultig telt leveses tányért. Egyszer aztán merész gondolat futott át fejemben. A csonk segítségével bal hónaljamba szorítottam a kanál szárát, és belemerítettem a levesbe. A számhoz ügyeskedtem az evőeszközt, és bekaptam a végét. Az első próbálkozás sikerén felbuzdulva, még egyszer merítettem – de nem akartam, hogy kitudódjon az önállóságom. Az egyik tanár mégis észrevette, és attól fogva nem segítettek az étkezésben. Megijedtem. Vajon meg bírok-e küzdeni máskor is az étkezés feladatával? Muszáj volt: elvégre nem akartam éhen halni... Bosszúsán álltam fel a székről. – Mennyivel kényelmesebb úgy enni, ha a számba teszik a kanalat! – vélekedtem magamban. Eleinte a kanál tartalmának jó fele visszacsurgott, visszapotyogott a tányérba, de a rendszeres gyakorlásnak köszönhetően egyre több étel jutott a számba. A sikerélmény nagyot lendített rajtam az önállósodás felé vezető, rögzös úton, és már kimondottan örültem merész kezdeményezésemmek. Önállóan inni akkor tanultam meg, amikor műanyag pohárban tették elém a vizet. Keményen ráharaptam a pohár falára, a bal csonkossal alányúltam, és a szám felé nyomtam. Hozzám hasonló adottságú gyerek nem volt az intézményben, így nem volt összehasonlítási alapom, amihez ügyességemet mérhettem volna. Ettől fogva azonban kimondottan törekedtem arra, hogy amit megtehetőnek tartok, azt meg is valósítsam. Az öltözködés egy részét is megoldottam már. Két belső lábujjammal – természetesen ülő testhelyzetben – megfogtam a póló aljának szélét. A lábamat keresztirányban felemeltem, a törzsemet előre hajtottam, és a fejemet bebújtattam a ruhába. Valósággal bekúsztam a pólóba, egészen a nyakkivágásig. A csonkossal megkerestem a póló bal oldalán a karkivágás helyét. Ide-oda mozgattam a vállamat, hogy a vállrész a helyére kerüljön, és közben a bal lábammal lefelé húztam a póló jobb alját. Így az öltözék mindkét oldala a helyére rázódott. A nadrágjaim derékrészében gumi van, és a nadrágot egy kampós bot segítségével húzom fel illetve tolom le – ez egyébként megoldhatatlan feladat lenne. Gomb vagy zipzár mindig van a nadrágjaimon, de nem használom. A kabátba bal csonkom és vállam mozgatásával bújok, és egy erőteljes vállmozdulattal dobom fel jobb oldalamra a felöltőt. Annak begombolásához, tépőzárazásához, vagy a zipzár felhúzásához viszont segítségre van szükségem.

Hétéves koromban már képes voltam önállóan étkezni és öltözködni. Szüleim mindvégig önállóságra neveltek. Figyelembe vették a realitásokat, de megköveteltek tőlem minden olyasmit, amit akarattal és ügyességgel megvalósíthatónak tartottak. Amire nem voltam, nem lehettem képes, abban viszont mindig segítettek.

Könnyen beilleszkedtem osztály- és iskolatársaim közé. Mivel – bár eltérő módon és szinten – valamennyien mozgássérültek voltunk, alapvetően egyenlő feltételekkel vettünk részt a társas kapcsolatokban. Bekerültem az iskola krémjébe, és ezzel részese lettem a csínytevéseknek is.

Takarodó után tilos volt a hálóban futkosni, a lányokhoz és a barátokhoz fellopózni. De milyen izgalmas! Közkedvelt figura voltam, és a lépcsőházban osonó gyermekpalánták között is mindig az élbolyban tülekedtem. Néhányszor fülöncsíptek az éjszakás nevelők, és jött a büntetés: kiállítottak a folyosóra. Voltak olyan, kevésbé örömteli alkalmak, amikor órákra kintfelejtett a gyermekfelügyelő. Ennek egyetlen, nagy előnye lett számomra: megtanultam állva aludni.

A tanulás és a tornaórák folyamatos ritmusából a zenehallgatás kapcsolt ki a legjobban. Gyermekdalokkal és slágerzenével kezdtem, majd rámtört a rap-mánia. A Snoop Doggy Dog zenekar lett az első számú kedvencem. Mivel valójában falusi gyerek vagyok, ezért a mulatós és a lakodalmos zene is közel áll hozzám.

Már kamaszkorom előtt megérintett a szerelem lángja. Budakeszin voltam kórházban, kilenc évesen. Ismét karprotézist készítettek nekem, de nem vált be. Megtetszett egy nálam fiatalabb kislány, akinek az ujjait kellett szétválasztani. Akkor cuppant el az első, érzelmi alapon adott puszim. Ötödik osztályba jártam már, amikor világossá vált előttem, hogy az egyik lánnyal egészen biztosan nem fogok jární. Nos, épp ő lett életemben az első, akit megcsókoltam. A szerelem mágikus ereje magával ragadott. Mindent kereknek és szépnek láttam – haverjaim pedig ezalatt elszántan hajtottak a barátnőmre. Hamar vége lett a rózsaszín álomnak, és kezdtem ráébredni, hogy az élet nem is olyan egyszerű, mint azt addig gondoltam.

A gyerekek mozgásrehabilitációja érdekében uszodaépítésbe fogott az iskola vezetősége. A beruházás 1986-ban fejeződött be, és ekkor tantervbe iktatták, hogy a heti öt testnevelés órából kettőt az uszodában kell tartani. Ekkor 10 éves voltam. A szép létesítménynek mindenki örült, nekem azonban erős fenntartásaim voltak.

Anyukámtól tudom, hogy a hajmosás mindig hatalmas megrázkódtatás volt gyermeki lelkemnek. Legalább akkora, mint az óvodába, majd iskolába járás kényszere. Két medence várt rám az uszodában. Az egyik kör alakú – az átmérője úgy három-négy méter lehetett, a vízmélysége talán harminc-negyven centi. A másik hossza tizenhárom méter; a szélessége öt, a mélysége 120 centi. Akár tetszett, akár nem, bizony, be kellett mennem. Hát nem ugráltam örömben... Hátamra kellett feküdnöm a vízen, az úszómester a fejem alá tette a tenyerét, és kallóznom kellett a lábammal. Nem állítom, hogy az első próbálkozásaim sikerrel jártak volna, de idővel csak átevickéltem a kismedence túloldalára. A siker ugyanúgy feldobott, mint annak idején az étkezdeben. A távot apránként növeltük: a nagy medencét előbb keresztbe, majd hosszában kellett átúszni. Eleinte persze az oktató is bent volt velem. Úszás közben karsonkomnak nem vettem hasznát. A fejemet erősen hátraszegtem – annyira, hogy a homlokomat érje a hullám. A csípőm, hasam és mellkasom ezzel úgy megemelkedett, hogy a felsőtestem már nem tudott elmerülni, ha erőteljesen tempóztam a lábammal. Egyre lelkesebben úsztam, és már kimondottan vártam az uszodai tornaórákat. Minden alkalommal megjavítottam addigi legjobb távomat, és ez tovább inspirált.

Oktatónk kiválasztott közülünk öt-tíz fiatal, akik addigi teljesítményük és akaratuk okán tehetségesnek tunk. Volt közöttünk olyan, akinek mindkét lába tőből hiányzott, és voltak, akik egyik-másik karjukat vagy lábukat voltak kénytelenek nélkülözni. Kar nélkül egyedül én úsztam. Nemigen dönthető el, hogy két kar vagy két láb nélkül lehet-e gyorsabban úszni. Mindenféleképpen adottság kérdése, hogy melyikük a sebesebb.

Beindult a házi bajnokságok sora és a Mikulás kupa is. Országos versenyen először Nyíregyházán vettem részt. Egy év úszás tapasztalata állt a hátam mögött. Hátúszásban indultam, 25 méteren. A sípszóra ellöktem magam a faltól, és minden erőmet beleadtam a lábtempózásba: szerettem volna nyerni. A táv felénél azonban akkorát nyeltem a klóros medencevízből, hogy le kellett állnom. Erős köhögés kapott el, majd' megfulladtam – a helyi tévé pedig premier plámban adta magánszámomat. Ezzel a malőrrel el is úszott a győzelmi esélyem. Engem azonban nem olyan fából faragtak, hogy mindig kibabráljon velem a víz. Az első országos bajnokságomon már harmadik lettem.

Ezután a pillangóúszást sajátítottam el. Mivel a nem létező karjaimat nem hívhattam segítségül, a feladatot delfinmozgással oldottam meg. Úszás közben egész testem hullámozott. Fizikailag kimerítő úszásnem a pillangó, ráadásul a tanulás elején még bátorságra is szükség van hozzá. A fejem szinte állandóan a víz alatt volt, csak a röpke levegővételhez emeltem ki – itt említem meg, hogy nyitott szemmel, szemüveg nélkül úszom.

Az edzések hatására a lábam érezhetően erősödni és láthatóan izmosodni kezdett. Szárazföldi edzéseken gyakran felülésekkel erősítettünk. Volt, amikor lábfejünket beakaszthattuk a bordásfal alsó fokába, de volt, amikor nem. Valósággal tombolt bennem az energia. Egyik este sehogy sem bírtam elaludni a hálóban. Így aztán a lábamat beakasztottam az ágy végébe, és meg sem álltam ezer felülésig. Aztán másnap, a testnevelés órán még öt se ment. Az is remek erőgyakorlat volt, amikor hasra kellett feküdni a zsámolyon úgy, hogy a hasam lelógjon róla. A fenekemet lefogta a tanár, és ötször húsz emelkedés volt a porció. Ugyanezt – magánszorgalomból – fordítva is végeztem: akkor a hátam közepéig feküdtem a zsámolyon. Na, ez aztán igazán kemény erőpróba volt! Ha kétszer tízet megcsináltam, az már bőven elég volt arra a napra.

Az igazi erőnléti edzés azonban továbbra is az úszás maradt. Mellette bőszen kergettem a labdát az iskola udvarán, és nem csak a tornaórákon. Tettem ezt annak ellenére, hogy a térdemnek és a lábamnak nem tett jót a foci. Az intézményben dolgozó felnőttek és a gyerekek minden péntek délután összeálltak, és két vegyes csapatra oszolva, hatalmas futballcsatát vívtunk: három órán át pattogott a labda. Mivel nekem természetes állapotom a karnélküliség, ezért sem a futás, sem a cselezés közben nem hiányzott a karom.

Talán még a focinál is nagyobb örömet okozott nekem a kerékpározás. Az iskolának volt egy Csepel márkájú kempingbiciklijé. Az egyik nevelő előbb alacsonyabbra állította az ülését, majd megemelte a kormányt. Felpattantam a nyeregbe, előredőltem, és a vállammal neki-támaszkodtam a megemelt kormányrúdnak. A segítőm hátul fogta az ülést, így indultam az első métereknek. Eleinte sétatempóban haladtunk az udvaron, majd – amikor már meg tudtam tartani az egyensúlyt, a délutános nevelő elengedte a biciklit. Hatalmas örömet okozott az önálló kerekezés: lelkesen meséltem szüleimnek újabb, nagy tettemet. Amikor először vágtam neki két keréken a falunak, megállt az élet mindenfelé. Az emberek szeme kikerekedett, a szájuk pedig tátva maradt. Némelyik még a szemét is megdörzsölte, hogy vajon jól lát-e? Ilyen csudát addig még egyikük sem látott!

Nem vitatom, hogy különös látvány lehettem a nyeregben. Szüleim persze féltettek, aggódtak értem, de én nem törődtem vele. Bringával jártam a postára, az élelmiszerboltba, meg ahová még kellett. Az ABC-áruházban elmondtam, hogy mit szeretnék vásárolni, a kért áruféléket a bolti dolgozók összeszedték, a pénztáros pedig blokkolta. Kivették a pénzt a szatyorban lévő bukszából, mindent belepakoltak a táskába, és azt felakasztották a kerékpár kormányrúdjára. Nagyon élveztem, hogy ki tudom venni a részem a családi munkamegosztásból. Ritkán, de előfordult azért, hogy kétkerekű barátomat otthon hagytam a házfalnak támasztva, és gyalog indultam valahová. Ekkor már ezen csodálkozott a falu népe. – Hát a bicajodat hol a csudában hagyad, Csabikám? – Ekképp lendítettem újra a falu megszokott rendjén.

Külföldön először Franciaországban, Saint-Etienne-ben versenyeztem.

Tizennyolcan érkeztünk magyarok az ifjúsági világbajnokságra. A mezőny legfiatalabb csapata volt a mienk. A pénzszűke miatt törődötten érkeztünk meg Ikarusz buszunkkal (két napig tartott az út). Három egyéni számban és a vegyes váltóban indultam. Háton, pillangón és a szabadúszásban második lettem, míg váltóban aranyérmet nyertünk. A magyar himnuszt hallgatva borsódzott a hátam. Ez a négy érem volt addigi munkám jutalma, mert Budapesten elismerésül csak könyvvutalványt kaptam.

A következő, jelentősnek mondható versenyem a barcelonai Európa-bajnokság volt. Lényegesen kényelmesebb repülőgéppel utazni, mint busszal. Volt időm megtapasztalni ezt oda- és visszafelé is. Hazaérkezésem után nem győztem újságot szüleimnek, barátaimnak az utazás élményeit. De tehettem azt máshol is, mert a község kultúrházában ünnepi fogadást adtak

nekem és egyik versenyzőtársamnak – a helyi és a zirci polgármester köszöntött bennünket, ajándékba pedig kempingkerékpárt kaptam. Legalább kétszáz falubeli fogadott az ötkarikás, olimpiai zászló mellett. Volt mit mesélnünk. A felnőttek között indultam 50 méteres pillangóúszásban. A nyitott uszodában már az előcsatározások is telt ház előtt zajlottak. A fináléban hetedikként értem célba, amivel elégedett voltam. 44 másodperc alatt teljesítettem a távot, a győztes versenyző körülbelül 5 métert vert rám.

A pillangószámban ugyebár adott a vízbe ugrás módja. De valahogy ki is kell jönni a medencéből! A medence szélénél van egy kis fémlétra. Bal vállammal megtámasztottam magam a kapaszkodórúdban, lábammal pedig fellépkedtem a fokokon. A verseny után szemügyre vettük társaimmal a katalán város főbb látnivalóit. A bevásárlóközpontok áruválasztékával is elégedett voltam. Elsősorban olyan édességeket vásároltam, amikhez itthon nem lehetett hozzájutni, emléknék pedig Barcelona feliratú tárgyakat vettem. A következő, nagy versenyemet, a Paralimpiát is Barcelonában rendezték. Szerettem volna fő számban a döntőbe jutni. Tizenöt éves voltam akkor – szinte gyerek a felnőttek között. Az erős mezőnyben bejutottam a fináléba, és végül hatodik lettem.

Az úszásban 10 kategóriába sorolják a mozgássérült sportolókat. Előfordulhat persze, hogy valaki nem épp az egészségi állapotának megfelelő csoportban indul, és ez alaposan megváltoztathatja a győzelmi esélyeket – kinek előnyére, kinek hátrányára. Én a B6 kategóriába tartozom, és mindig is ebben indultam. A következő évben megnyertem a svéd országos bajnokság 50 méteres pillangó- és mellúszó számát is.

A világbajnokságot Málta rendezte, 1994-ben. Pillangóban negyedik, mellúszásban ötödik lettem. Csalódott voltam a verseny után, mert pillangóúszásban éremre számítottam – egyetlen hajszálon múlt. Mennyi is az a hajszál? A harmadik helyezettnek volt karja, és én tizedmásodpercekkel lecsúsztam a dobogóról.

1995-ben ismét Spanyolországban, Badajozban rendezték az Európa-bajnokságot, és negyedik lettem pillangóúszásban. A következő évben viszont lemaradtam a paralimpiáról. Az érettségi vizsgára készültem, és a továbbtanulás lebegett a szemem előtt – kevesebb energiám maradt az edzésekre. Az utolsó nemzetközi versenyem Perpignanban volt; ez a város a francia-spanyol határon fekszik. Váltóban indultam, és bronzérmet nyertünk. Ekkor már középszintű szoftverüzemeltető iskolába jártam a SZÁMALK Konzultációs Központjába. Ezután a Felsőfokú Gazdasági Informatika szakra jelentkeztem, és azt 1999-ben fejeztem be.

Mivel mozgássérült vagyok, még a keresett szakképesítés birtokában is nagyon nehéz volt elhelyezkednem. Sok pofont kaptam az élettől, miközben állást kerestem. Az egyik cég üzletkötőt keresett, számítógépes végzettséggel. Még a továbbképzés lehetőségét is felcsillantotta a jelentkezők előtt az újsághirdetésben. Alkalmasnak éreztem magam a megjelölt munkakörre, ám ők másként gondolták. Kerekperec megmondták, hogy a tárgyalófeleknek én válnék érdekessé, és nem az üzlet! Ha rámenősebb lettem volna – vagy lett volna jogtudós barátom – akkor ezt nem teheték volna meg velem. Másfél évig tartott ez a kudarcorozat. Végül elkeseredésemben a Vasárnapi Blikkhez fordultam. A Városligetben beszélgettem el a lap egyik újságírójával, aki terjedelmes cikkben vázolta fel, hogy milyen kanosszajárásra kényszerül manapság egy mozgássérült, ha dolgozni szeretne. A cikket olvasta egy építőipari cég első embere, aki épp Sümegprágáról származott el – szülei, testvérei ma is ott élnek. Unokahúgával üzent meg, hogy adjam meg neki a telefonszámomat. Amint megkapta, másnap már fel is hívott. A megbeszélte találkozásnk sikeres volt: alkalmazott a vállalatánál. A munkahelyemen készítették nekem egy asztalt, ami olyan magas, mint a szék, amit használok. Mindössze ennyi pluszra volt szükségem ahhoz, hogy dolgozni tudjak a szakmámban. Ugye, nem kellett ehhez valami nagy beruházás? Számítógépes munkát végzek, úgymint: szerződéseket írok,

költségvetést viszek számítógépre, elektronikus levelezést folytatok, honlapot készítek. Lábbal írok, netezek, használom az egeret és teszem be, illetve veszem ki a cédét és flopit. Öt-hat lábujjal írok – egy perc alatt körülbelül másfél sort. Elégedett vagyok a kapott lehetőséggel és azzal, ahogy a munkatársak elfogadnak. Segítenek mindenben, amiben szükségem van rájuk. A főnököm már az elején kijelentette, hogy nem fognak kuriózumnak tekinteni a cégnél. Ugyanúgy el kell végezni a munkát, mint a többieknek. Na, épp ilyen munkahely után vágytam!

Ritkán nézek tévét. A kevés szabad időmben inkább zenét hallgatok, vagy felkeresem a barátnőmet.

Magánéletemben is meglehetősen önálló vagyok: jórészt ellátom magam. A lábammal borotválkozom és mosok fogat. Hogyan? Leülök a székre a csap mellé. Egyik térdemen keresztbe vetem a másik lábamat. Valamelyest előre hajolok, és onnan kezdve már mindenhol elérem az arcomat – a szám belső zugait fogmosásnál és az arcom bármely pontját a borotválkozásnál. Nem gond a mosógép használata, a beágyazás és a holmim rendben tartása sem. A járműveken, ha nem ülök le, nekitámaszkodok a kapaszkodó rúdnak. Mivel az udvariasság nem divat, ritkán adják át a helyet. Már természetessé vált számomra, hogy amint felszállok, keresem a legmegfelelőbb helyet, hogy fel ne boruljak. A mozgólépcsőn sem tudok kapaszkodni, de ebből még nem volt baj. Gyakran járok könyvesboltba – ott is elkél a segítség. A baseballsapkám fel tudom tenni a fejemre, de a kötött sapkát már nem. A haverokkal eljárógatunk mulatni. Ilyenkor szívószállal iszom az üdítőt – a szeszes italt nem; azt csak a koccintás erejéig. A kar hiányát nem lehet maradéktalanul pótolni. Úgy érzem, egyes hiányosságaimat még ki tudom küszöbölni, de tudom, hogy van, amit sohasem bírok megoldani a magam erejéből.

Sok mindent köszönhetek az aktív sportolásnak. Fizikailag megerősödtem, céltudatossá váltam. Olyan országokban fordultam meg, ahová a sport nélkül nem jutottam volna el. Jobban figyelnek rám az életben az emberek. Több embert ismerhettem meg, és velük én is gazdagodtam. Hitet adott: úgy érzem, hogy amit egyszer a fejembe veszek, azt meg is tudom valósítani. Ez tovább, újabb célok elérésére sarkall.

Tizenöt évesen adódott egy lehetőség arra, hogy átússzam a Balatont. A barcelonai paralimpiára készültem. Úgy gondoltam, a Révfülöp és Balatonfüzfő közötti 5200 méter belefér a felkészülési tervbe. Fizikailag és mentálisan is a csúcson éreztem magam. Addig még senki sem úszta át a Balatont kar nélkül, és ez rettenetesen motivált! A vízparton ledobáltam magamról a ruhát, és a körülöttem lévő emberek arcára azon nyomban kiült a döbbenet. Tágra nyílt szemmel meredtek rám: Vajon ez mit akar itt...? Hangos megjegyzést nem hallottam, mert nem gatyáztam egy pillanatig sem, hanem egy vetődéssel a vízbe csobbantam. Az úszás első órája eufórikus örömet okozott. Olyan érzés kerített hatalmába, mintha egy hatalmas lavórban úsznék. Amerre csak néztem, mindenhol víz és víz volt körülöttem. Ezt napokig tudnám csinálni! – gondoltam akkor. Félúton jártam már, amikor kissé megszeppentem: Vajon érdemes volt-e belevágni? Ez a féltáv afféle holtponthoz volt, de sikeresen túljutottam rajta. Mivel indulás előtt kilószám töltöttem magamba a csokoládét, nem fáradtam el úszás közben. Néhány, lassabb úszót meg is előztem. Nagyrészt háton szeltem a hullámokat: úgy a legkönnyebb, ez az úszás legpihentetőbb módja. Mivel a levegő 35 fok meleg volt szikrázott a nap, idővel át kellett térnem a pillangóúszásra, mert kezdett leégni az arcom. Semmiképpen sem szerettem volna napszúrást kapni a magyar tenger közepén. Három óra és két perc alatt úsztam át a Balatont. A parton nézelődő emberek nem tudhatták előre, hogy az egyik úszó kar nélkül jön ki a vízből. Akik észrevettek, mind megtapsoltak a teljesítményemért. Jólesett. Fáradtságot alig éreztem, amikor partra értem. Este, lefekvéskor tört rám a kimerültség. Azt

hiszem, hatalmas teljesítmény kar nélkül átúszni a Balatont – annyira, hogy magam sem igen vállalkoznék rá még egyszer (talán...). Nem tudom, hogy úszott-e már a világon valaha, valaki is több mint ötezer métert kar nélkül, nyílt vízben. A Sorstársak című műsor riportere interjút készített velem az északi parton, és azt le is adták a tévében.

Továbbra sem szeretem a tétlenséget. Következő tervem szerint vagy a Balatont kerekezem körbe, vagy az országot. Guinness-rekordra készülök. Sikerülni fog, ehhez nem fér kétség. Ismerem magam...

SOHA NEM ÍGÉRTEM MEG

Dinya Imre (46 éves)

Gyomán születtem, 1955-ben. Két évvel rá feltűnt szüleimnek, hogy a kezembe vett tárgyakat túl közel tartom a szememhez. Békéscsabára utaztunk orvoshoz, ahol kiderült, hogy a jobb szememmel egyáltalán nem látok, a ballal pedig csak közelre. A tanyasi életet ennek ellenére sokszínűnek és érdekesnek láttam. Öt testvéremmel közösen fedeztük fel a természet csodálatos világát. Tucatnál is több tanya volt a környéken, alig pár kilométerre egymástól. Nekünk gyerekeknek ez nem volt távolság, sec-pec leszaladtuk. Szabadok voltunk, mint a madarak. Édesanyám az ugari általános iskolába íratott be. Feledhetetlen élmény volt suliba járni – főleg télen, amikor a hatalmas hó miatt lovas szánon utazhattunk a két kilométerre lévő tanyasi iskolába. A táj egyszerű, magával ragadó szépsége és az utazás egzotikus volta olyan volt, mint egy mese. Az első évet közepes eredménnyel fejeztem be. A tanév végén a szemészorvos jó szándékúan azt javasolta szüleimnek, hogy a második osztályt már a Vakok Általános Iskolájában kezdjem el. Semmihez sem tud kezdeni ilyen gyenge látással vidéken, felnőtt korában – érvelt a szakember. Szüleim a távoli jövőre gondolva elfogadták javaslatát. Teljesen elkeseredtem. Kiszakítottak megszokott, természetgazdag környezetemből. Zárt intézetbe: a Vakok Általános Iskolájába kerültem Budapesten. Bánatomat külön fokozta, hogy apró termetem miatt óvodába tettek. Egy év után kerültem az átmeneti osztályba, ahol megtanultam a Braille-írást és annak olvasását. Az idő azonban nagy úr: belerázódtam a sulis rendjébe.

Kedveltem a testnevelés órákat, ahol Ervina néni néhány atlétikai alapszámmal ismertetett meg minket. A kislabdadobást és a futást hamar megkedveltem, az ugrószámokért viszont nem rajongtam. Ha jól teljesítettünk a tornateremben, akkor az óra második felében jutalomként „dönyizhettünk”. Előkerült a medicinlabda Ervina néni lába mellől. A testnevelő tanár kétfelé osztotta a csapatot. A kapu a tornaterem két vége volt, teljes szélességében. Csatárláncba guggoltunk, és ebből a testhelyzetből vetődtünk a felénk tartó labdára. Aztán a szert hárító gyerek felállt, és amilyen erővel csak bírta, az ellenfél kapuja felé gurította az 1-2 kilós medicinlabdát. Éberem kellett fülelni, hogy kiderüljön, melyikünk felé is tart a labda. Ha jó volt a sejtés, akkor a szemfüles gyerek gyors vetődéssel elkapta a labdát, ha pedig nem, akkor gól lett belőle.

A nyári szünetet a harmadik osztály után is otthon töltöttem. Észrevehetően romlani kezdett a látásom. Szüleim újra szemorvoshoz vittek, aki tehetetlenül tárta szét a kezét. A tanév kezdetekor az iskola mellett lévő OTI szakorvosa is megvizsgálta szememet – ő sem tudott mit tenni. November végére teljesen elveszítettem a látásomat.

Gyerekekkel másként éli meg az ember a látásvesztést, mint egy felnőtt. Nem estem kétségbe. Osztálytársaim között több olyan gyerek is volt, aki semmit se látott. Annyiból volt rossz az új állapot, hogy a síkírású könyvből már nem tudtam felolvasni a meséket diáktársaimnak. A pontíráshoz és az olvasáshoz már addig sem volt szükségem a látásra, ezért annak elvesztése nem vetett vissza a tanulásban – bár régebben, ha az ujjammal nem éreztem elég biztosan a Braille-betű domború pontjait a vastag papíron, akkor közel hajoltam a laphoz, és a szememmel „puskáztam”.

Rendszerető gyerek voltam világéletemben: a holmimat mindig ugyanoda tettem. A látás hiánya tehát nem gátolt meg napi tevékenységeimben. Az már egészen más kérdés, hogy néhány szekrénynek vagy falnak gőzerővel nekimentem. Nem volt túl nagy baj a koccanás, mert megtanultam belőle, hogy az a dolog ott van. Fejembe ment a pontos helye.

Az iskolában a közismereti tárgyak mellett zenét is oktattak. Két éven át próbálkoztam a zongorával, de mivel a kezem apró volt, az ujjaim meg rövidek, a zenetanárom inkább a hegedűt javasolta. Megkedveltem a vonós hangszert. A nyolcadik osztály végéig kitartottam mellette, és a későbbiekben még hasznát is vettem hangszeres tudásomnak.

A nyolcadik évfolyam közepén került szóba az iskolában, hogy ki mi is szeretne lenni? Mindent szétszereltem, ami a kezem ügyébe került. Kíváncsi voltam, mi rejlik a tárgyak belsejében, miként működnek azok. Mondhatnánk: műszaki beállítottságú gyerek voltam. Ezek után kézenfekvő volt a válaszom: telefonkezelő szeretnék lenni!

Pesten nem találtam állást, ezért hazaköltöztem. Tettem ezt annak ellenére, hogy vidéken nehezebb munkát találni, mint a fővárosban. Hol volt akkoriban telefonkezelő állás vidéken? Ahol volt, ott valakinek a rokona fogadta a hívásokat. Beláttam, hogy munkát csak Budapestben találhatok. Ha nem ballagtam volna ki a vasútállomásra, és nem szálltam volna fel a pesti vonatra, valószínűleg elkallódtam volna az Alföldön. Bementem a Vakok Szövetségébe, hogy munka után érdeklődjem. Lett telefonkezelő állásom, szállást pedig a Vakok Intézete biztosított. Szaktanfolyamra csak az állás megszerzése után jelentkezhettem. A tanfolyamot a Magyar Posta szakemberei tartották, és a végén vizsgázni kellett. Beindult a felnőtt életem.

Nem akartam a nyolc óra meló, délutáni szundikálás, vacsora és éjszakai alvás monoton egyensorsát élni. Kerestem a réseket: hol lehet kitörni ebből az ördögi körből? Jelentkeztem a szövetség Homérosz zenekarába hegedűsnek. Az együttes fúvósokból, vonósokból és egy dobosból állt. Nagy szerzők kis műveit játszottuk. A szövetség rendezvényein és szociális otthonokban léptünk fel. Közkívánatra szívesen adtunk elő magyar nótákat is. Beléptem a KISZ-be is, ahol a nem politikai jellegű szervező munkában vettem részt. Remek társaság kapcsolódott össze. Keresztül-kasul bejártuk az országot. Eljutottunk Békéscsabára, a szlovák múzeumba is. A kiállított tárgyakat, eszközöket, megnézhattuk a kezünkkel. Közben a múzeum munkatársa elmondta az adott tárgy funkcióját, és hogy hogyan használták. Jártunk Tokajhegyalján. A borospincében létrát hoztak nekünk, hogy felmászhashassunk rá és úgy nézhessük meg, mekkora hordó van előttünk.

Voltunk a Mátrában, a sástói kempingben is. Este kiültünk barátaimmal a tópartra, pecáztunk. A damil végén természetesen volt horog, azon meg kövér földigiliszta kunkorodott. Azt nem tudom, hogy volt-e hal a tóban, mert egyet sem fogtunk, de béka, az volt rengeteg: hallottuk a hangos kuruttyolást. Eluntuk a kilátástalan damiláztatást. Kaptuk magunkat, lesiettünk Gyöngyösre, ahol megvacsoráztunk. Utána vissza a kempingbe, szintén gyalog. Mire felértünk, éhesebbek voltunk, mint induláskor. A KISZ alapszervezetben még sakkversenyt is szerveztem. A két, négyfős csapat tagjai előbb egymás között döntötték el az erősort, majd ki-ki a másik csapat hasonló helyezést elért tagjával mérte össze tudását – ahogy a nagyok a csapatversenyeken. Igazi szervező voltam, mert sakkozni ugyan szerettem, de tehetségem nem volt hozzá. Ilyen módon tudtam értelmesen és hasznosan lekötni magam.

A Homérosz zenekarban éneklő egyik lány megtetszett. Cigány és horvát dalokat énekelt, szívhez szólóan. Feleségül vettem. Közvetlenül a nősülés után szólt nekem Szabó Bandi barátom, hogy a Poznanban megrendezett Európa-bajnokságon csörgőlabdacapatoknak is rendeztek versenyt. Ő és az atlétikacsapat több tagja is megízlelte az újfajta játék zamatát. Edzőjük, Ervina néni (Dosek Lajosné), a vak sportolók ősanyja, lelkesítője, felismerte a roll-

ball (csörgőlabda) játékban rejlő lehetőséget. Én is beálltam az alakuló csapatba, de ide nemcsak mint szervező, hanem lelkes játékosként is. Amerre csak jártam sorstársaim között, mindenhol kidoboltam a csörgőlabdasport híret. Mostoha viszonyok között, kispályán, betonon edzettünk. Nem egyszer sajtó csontokkal hagytuk el az edzőtermet. Magánszorgalomból, kedvtelésből és sportszeretetből tettünk mindent. Ha ki tudtuk vívni az indulás jogát a különböző nemzetközi versenyeken, akkor kaptunk anyagi támogatást a szövetségtől – más-különben nem.

A Wesselényi Sport Körben működő atlétika szakosztály egyik csoportja lett 1978-ban a roll-ball csapat. Igaz, akkoriban csak a baráti országok csapataival mérhettük össze felkészültségünket, de nekünk már az is világszám volt, hogy egyáltalán külföldre utazhattunk. A Vakok Általános Iskolájában sportnapokat szerveztünk. Intenzíven agitáltuk a fiatalokat: jöjjenek az atlétikapályára és a csörgőlabdaedzésekre! Még sakktáblát is vittünk az iskolába, hogy minden téren szervezzük az utánpótlást. Közben annyira megkedveltem a csörgőlabdát, hogy lassanként felhagytam a zenéléssel, de még a KISZ-ben végzett munkámmal is.

A házasság köteléke sem tartott sokáig. Mindvégig külön laktunk: feleségem a női szállón, én pedig a férfiakéban. Szám keserű ízét a válásunk évében megrendezett roll-ball Európa-bajnokság megnyerése édesítette meg kissé.

A kontinensbajnokságot Hessen tartományban, Fuldában rendezték. Fél évünk volt a felkészülésre, Tálasi Feri bácsi irányításával. A Vasas SC sportiskola igazgatója pártfeladatként kapta, hogy készítsen fel minket. Az első edzésen lelkesen jegyzetelt, és a másodikat már a módszertani intézetben kidolgozott edzésterv alapján vezette le. Ízig-vérig szakember volt. Annyira mellénk állt, hogy teljesen hatása alá kerültünk. Ennek eredményeként a döntőben 4:2-re diadalmaskodhattunk Dánia felett. Szabó András volt a centerjátékos, Gubuznai Imre a jobb, míg én a bal back, a tartalék védőjátékos pedig Szilassi Ferenc volt. A gurítójátékosok (gyengén látók): Molnár Ferenc, Kelemen József és Oláh József. Az akkori Vakok Szövetségének vezetői kis ünnepségen köszönték meg nekünk az első helyezést. Ez is jól esett, de az is remek volt, hogy győzelmünkkel biztosítottuk magunknak az apanázst a következő, jelentősebb nemzetközi versenyre. A győzelem futótűzként terjedő hírére egyre többen jöttek le az edzésekre.

Ekkortájt vált szorosabbá kapcsolatom egy gyengén látó hölggyel, akit aztán el is vettem feleségül. Albérletben éltünk hármasan, újdonsült asszonyom első házasságából származó kisfiával. Hamarosan megszületett közös gyermekünk, Gabriella. Röviddel rá összkomfortos lakásba költöztünk. Feleségem megmutatta, hogyan kell tisztába tenni a babát, aztán tettem a dolgomat, ahogy kellett. Cumiztatást és büfiztetést is vállaltam, annak minden előnyével és hátrányával. Kislányunk fürdetésénél a kád körüli munkálatokban segédkeztem. Sokáig kerestem olyan burkolót, aki tükörsimává tudja varázsolni az erkély rücskös járófelületét. Utána már nyugodtan játszhattam csúszó-mászó lánnyal az erkélyen is.

Ekkor már javában készült goal-ball (ez a roll-ball továbbfejlesztett változata) válogatottunk a Fáklya játékokra (New York, 1984). Egyre kevesebb idő jutott a családomra. A napi munka után mindig volt edzés, sőt még szombatonként is volt kiegészítő programja a csapatnak. Csak a hét utolsó napját tudtam szeretteimmel tölteni. A világtúrákon hetedik helyezést értünk el. A következő évben, a Lengyelországban megrendezett Európa-bajnokságon már bronzérmesek lettünk, 1986-ban Roermondban (Hollandia) a világbajnokságon pedig hatodikak. Itt futottam össze Palma Jansennel, akinek szülei az ötvenes évek közepén hagyták el Magyarországot. Tőle hallottam először a tandemről. Jó évig feledésbe merült fejemben, micsoda lehetőség rejlik a kétülékes kerékpározásban. Hogy ebben mennyire játszott közre az újabb válásom – nem tudom. Feleségem nem tudta elfogadni, hogy nap mint nap eljárrok sportolni. Elege lett

abból, hogy a családban minden teher rá hárul. Én meg nem bírtam otthon megülni, ahogy azt az asszony elvárta volna tőlem. – Így ismertél meg. Tudtad, hogy ilyen vagyok – mondtam. – Soha nem ígértem meg, hogy felhagyok a sporttal, ha összeházasodunk. Napi nyolc órát ültem a telefonközpontban; sportolás nélkül nem tudtam volna meglenni.

A Millenáris pályán rendezték meg az Arany Mokka Grand Prix kerékpárversenyt. A rádió híradásaiból értesültem róla. Ki kéne próbálni a tandemet! – ütött szöveget fejembe a rég elfeledett gondolat. Nem véletlenül. Rengeteget bicikliztem a tanya körül gyermekként, még akkor is, amikor már semmit se láttam a világból. Hogyan? Öcsém vagy a bátyám kerekedett előttem. Biciklijük hátsó kerekének villájára egy acéldrótot erősítettünk, és az belógott a küllők közé. Mindössze erre a jellegzetes, kerregő hangra kellett figyelnem kerékpározás közben, és máris érdektelenné vált, hogy nem látok. Eleinte még teljes szélességében igénybe vettem az utat, de a sok gyakorlásnak köszönhetően egyre stabilabban tartottam az egyenest. Gyakran megkért bennünket anyu, hogy ugorjunk már el kenyérért a vegyesboltba. Kitoltuk apukám huszonnyolcas kerékpárját a kamrából. Öcsém felült a vázra, és erősen megmarkolta a kormányt. Én meg a nyeregbe pattantam, és elindultunk a nyolc kilométerre lévő Gyomára. Gidres-gödrös földúton és makadámon haladtunk. Egyszer sem álltunk meg út közben: gyakorlott bringások voltunk. A két, egyenként háromkilós kenyeret felkötöttük a bicikli csomagtartójára, és fordultunk hazafelé.

Megkerestem Patik János országos bajnokot. Ha valakiről el lehet mondani, hogy szereti a kerékpársportot, róla feltétlenül! Technikai és gyakorlati tanácsok sorával látott el arról, hogyan is kell tandemezni. Egyik, gyengén látó haverom felsőhajtott mellettem: De szívesen bicikliznék, ha lenne rá módom!

Nem korszerű, de egyedi építésű tandemet vásároltam még 1989-ben: félévi fizetésembe került. A Pannónia úti lakótelep belső útjain tettük meg első köreinket barátommal. Szokni és tanulni kell, hogyan közlekedjünk a tandemmel. A két kerekheznek tökéletes összhangban kell lennie.

A tandem két lánc van. Az egyik az első és a hátsó pedált köti össze. A másik a hátsó pedált a váltóval. A két pedálnak mindig szinkronban kell lennie: induláskor, menet közben és megállásnál is, különben a hátul ülő bringás cipőorra hozzáér a kormányos sarkához. Ezért a hátul ülő már az indulás előtt felpattan a nyeregbe, és a lábát ráteszi a pedálra – mindig úgy, hogy a jobb lába legyen felül. A kormányos ugyanis bal lábbal rugaszkodik el a talajtól, és jobbal tapos. Kengyelt nem használok, mert ha útközben gyorsan le kell ugrani a bringáról, akkor gátol a szabad mozgásban. Klipszes pedál jellemzően az egy lábbal hajtó mozgásérültek kerékpárján van. Akik ilyent használnak, egyszerre tudnak nyomni és húzni is a lábukkal. A hátul ülő, nem látó biciklisnek teljes mértékben alkalmazkodnia kell a kormányos tempójához. Ha az elöl ülő menet közben, vízszintes helyzetben „megringatja” a pedált, ezzel azt jelzi, hogy megfelelő sebességgel haladnak. Ha viszont gyorsítani akar, akkor testével erőteljesen előrelendíti a kerékpárt. Akkor aztán beleadhatok apait-anyait a tekerésbe. Meredek dombról lefelé haladva a kormányosom vízszintbe helyezi a pedált, és nem mozdít rajta. Ilyenkor hagyjuk, hadd „gurulja ki magát” a tandem, mi pedig szusszanunk egyet. Városban, kanyarodás előtt az elöl ülő vízszintes helyzetbe állítja, és mereven tartja a pedálját.

A tandemmel is úgy kell kanyarodni, mint a közönséges biciklivel. Fékezni csak a kormányos tud, mivel a tandem nincs kontra, csak két kézifék. Ha a kormányos vészjóslóan álljt kiállt, akkor a hátul ülőnek (ha teheti) le kell ugrania a nyeregből, talpra érve pedig a merev kormányon fogva vissza kell fognia a kétkerekű lendületét. Csúszunk meg jeges útszakaszon, kaptunk már durrdefektet is, de minden malört épkézláb úsztunk meg.

Első komolyabb utunk az volt, amikor elkarikáztunk Isaszegre. Bő 50 kilométert hajtottunk oda és vissza. A budapesti kerékpárosok ugyanis minden évben március 15-én, Isaszegen, az emlékműnél tartják évadnyitó találkozójukat. A kerékpáros konvoj rendőri felvezetéssel haladt, könnyed tempóban, körülbelül 15 kilométeres óránkénti sebességgel. Mi is benne voltunk. Ez volt az egyetlen tandem az oszlopban, és akkoriban még igencsak ritkaságszámba ment. Körbe is nézték a biciklisek, és többen is elámultak, amikor észrevették, hogy nem látok. – Hogyan mersz így elindulni? – kíváncsiskodtak.

– Itt ül előttem a kormányos. Nekem útközben mindössze annyi a szerepem, hogy tekerjek! – válaszoltam.

Volt az érdeklődők között egy fiatal srác, aki művaknak ajánlkozott.

– Arcomba húzom a kötött sapkámot – mondta. – Szeretném kipróbálni, hogy milyen?

Semmi jónak nem voltunk elrontói. Barátom ment vele egy kört.

– Na, milyen volt, komám? – kérdeztem a vállalkozó kedvű bicajost, miután megérkeztek.

– Én biztosan nem csinálnám!

Az isaszegi túrán sok ismerősre tettünk szert. Ahogy a fővárosban tandemeztünk, nemegyszer utolérték minket két keréken. – Sziasztok! – köszöntek ránk. Legközelebb is jöttök Isaszegre?

Elhatároztuk néhányan, hogy pár üveg sörért kikerekezünk Párkányba. Szombat reggel indultunk el négy tandemmel és hat szolókerékpárral. A Váci úton haladtunk kifelé, áthajtottunk az Északi összekötő vasúti hídon, majd a Római parton karikáztunk Békásmegyeryig. Ott rátértünk a 11-es útra, és elhaladtunk az Omszki-tó mellett. Gyengén látó barátunk, Pisti, elmaradt mögöttünk. Egyik társunk visszafordult, hogy megkeresse a csellengőt. Rá is talált.

– Hát te meg mit csinálsz itt? – kérdezte tőle.

– Napozok! – felelte Pisti.

– De hát nem is süt a nap! – kapkodott levegő után a társunk.

– Nem baj, akkor várom, hogy kisüssön! – felelte az árnyéknapizó.

Amikor utolérték konvojunkat, és elmesélték az előbbieket, le kellett szállnunk a nyeregből, úgy elkapott bennünket a fuldokló nevetés. Ahogy elhagytuk Szentendrét, ismét nyoma veszett Pistinek. Megálltunk egy közért előtt, a kerékpárút szélén. Vártuk haverunkat. Közben ettünk-ittunk, majd fél óra múlva továbbindultunk. Elhagytuk már Leányfalut is, amikor majdnem elgázoltuk a kerékpárúton egykedvűen üldögélő barátunkat. Megdörzsöltem a szemem: hát ez meg hogy a csudába került ide? Teljes létszámmal indultunk tovább. Esztergom előtt még megvolt Pisti, de a városban már sehol sem találtuk. Lekerekeztünk a partra, a komphoz. Megvettük a jegyeket. Az útlevel ellenőrzés a túlparton volt, és egyik kormányosunkat, aki nem volt magyar állampolgár, nem engedték tovább. Hiába készült napok óta az Aranyfácán sör kedvelt ízére: a határőrök lekapcsolták. Leültették egy székre a semleges zónában, és ott kellett dekkolnia, amíg vissza nem tértünk. Hiába kértük a határőrt, hogy vigyen két üveg sört a havernak, nem hajlott rá. Nem volt mit tenni: továbbindultunk.

Az első büfé előtt megállítottuk a bringákat. Kérdeztük a mosolygó eladót, hogy mennyibe kerül a sör? Amíg lelkesen sorolta az árakat, egy bácsika lépett hozzánk, és megszólított magyarul.

– Édes gyermekeim! Ne itt vegyetek sört, hanem forduljatok be az első utcába, és a saroktól nem messze találotok egy élelmiszerboltot. Ott fele ennyibe kerül!

Gyorsan nyeregbe pattantunk. Hogy a büfés lány mit mondott az öregnek, azt nem tudom, mert szlovák nyelven záporoztak harsogó mondatai a jó szándékú ember fejére.

Az én tandemem csillagküllős volt, ezért annak csomagtartójára tettük fel az 50 üveget. Visszatértünk a komphoz, és útnak indultunk hazafelé.

– Mit hoztatok nekem? – érdeklődött a visszatartott kormányosom.

– Neked semmit sem, öcsém! Csak aki átjutott a határon, az ihat sört! – ugrattam, mire elkezdett „püfölni” minket a komp közepén.

Hogy így megfélemezett magáról, a túlparton nem is adtunk neki a finom komlóléből, csak amikor a 11-es úthoz értünk. Visegrád felé haladtunk már, amikor egy idős asszony kerekedett velünk szembe a kerékpárúton. Kormányosom nagyot köszönt rá, amikor mellénk ért. A néni leszállt a bringáról, és addig nézett utánunk, amíg ki nem kerültünk látóteréből. Libasorban hajtottunk végig a 11-esen. Az autósok sűrűn kiáltottak ki nekünk: – Lazsál a hátsó! – Csak neveltünk rajtuk. Este volt már, mire hazaértünk. Száznegyven kilométert hagytunk a hátunk mögött aznap. Igaz, ami igaz, elfáradtam. Másnap tudtuk meg, hogy Pisti haverunk egészen az esztergomi vasútállomásig jutott el. Ott felszállt a vonatra, és hazadöcögött. Tán két órával előbb ért haza, mint mi.

Gyengén látó barátommal, Cserna Józsival hírül vettük, hogy nagy tandemversenyt rendeznek Franciaországban. Nagyon szerettünk volna kijutni. Negyvenkét kört kellett teljesíteni az egyéni indítású szuperverseny két kilométer hosszú, zárt pályáján. Kétpercenként indítottak, és annak, akit utolért az utána indított páros, ki kellett állnia. Szponzori pénzt csak úgy gyűjthettünk volna barátommal, ha sport alapon működő jogi személy vállalja, hogy a saját bankszámláján fogadja a felajánlott összegeket, és úgy adja át nekünk felhasználásra. Végül Sipos János, a Magyar Kerékpáros Szövetség főtitkára felajánlotta, hogy a kerékpáros szövetség hozzájárulásaként kifizeti helyettünk a 4200 frank nevezési díjat. A négyfős csapat utaztatását ingyen vállalta a MÁLEV, csak a repülőjegyek áfa-tartalmát kellett volna állnunk. Fájó volt, hogy a közelünkben lévő sorstárssporttársak nem segítettek nekünk a pénzgyűjtésben: kútba esett a tervünk. Eltöprengtem az eset tanulságain, és a kusza gondolatok apránként kezdtek összeállni a fejemben.

Közben keményen készültünk csörgőlabdában a paralimpia kvalifikációs mérkőzéseire. Tizenhét ország válogatottja indult a megmérettetésen. Veretlenül lettünk első, és ezzel kivívtuk az atlantai indulás jogát. Abban, hogy a paralimpián végül csak a nyolcadikak lettünk, rajtunk kívül álló okok is közrejátszottak.

Visszamegyek az időben 1992-be. Ekkor kezdtem a Vakok Írisz Sport és Tandemkerékpáros Egyesület szervezésébe, amit mindvégig segítőkészen támogatott Tálasi Feri bácsi. Régi barátom, Sipos János újból a segítségünkre sietett, és szakmai tanácsokkal látott el minket, amikor az egyesület alapítólevelét fogalmaztuk. A cégbíróságon bejegyzett egyesület háromtagú vezetőségébe engem választottak meg szakosztályvezetőnek. Három évvel a tandemvásárlásom után jutottunk el ideig. A póni tandemeket a Csepel művek gyártotta. A vak kisdíjak az iskolájuk „paripáin” gyakoroltak a Városligetben, a Közlekedési Múzeum mögött, az autóforgalom elől elzárt területen. A Mobil Túra Kft. szaküzletében Tajvanon gyártott, felnőtteknek való tandemet lehetett vásárolni.

Néhány éven keresztül Recognita néven kerékpárversenyeket rendeztek a Városligetben. A táv 3200 méter volt. Csak tandemmel lehetett indulni – póni és „nagylovak” kategóriában. Az előzőben a kempingkerékpár méretű tandemmel rajthoz állók indulhattak el, a másik kategóriában pedig montikkal vehettek részt. Az első Recognita-versenyen, 1992-ben harminckét páros indult el.

Nemzetközi részvételünk legfőbb akadálya továbbra is a pénzhiány volt: emiatt sehol sem tudtuk kvalifikáltatni magunkat. Szerény lehetőségén belül támogatott minket a Vakok Szövetségének budapesti és Pest megyei helyi csoportja, emellett a kerékpárok eladásával és javításával foglalkozó cégektől is kaptunk kisebb összegeket, amiknek persze mindig örültünk. A pénzsűke mellett jelentős gond volt még az is, hogy a sok nem látó és tandemezni kívánó elé alig akadt kormányosnak néhány látó barát.

Leghosszabb síkvidéki utunk a Budapest – Gyoma – Budapest útvonal volt. Szombat reggel indultunk. Nyolc és fél óra alatt értünk el a 175 kilométerre lévő városba, ahonnan másnap reggel indultunk vissza. A hazaút jóval tovább tartott, mint odafelé. Szikrázóan sütött a nap, és irgalmatlan hőséget árasztott. Törökszentmiklós után jobbra fordultunk a 46-os útra. A nagy melegben a kormány mögött ülő Józsi úgy látta, hogy esik az eső előttünk. – Esik a fenét! Az Alföldön vagy! – kiáltottam a fülébe. Magas útszéli fák és hatalmas kukoricatáblák szegélyezték az utat. A forró levegő meg sem moccant. Még jó, hogy volt rajtunk bukósisak! Amint megláttunk egy artézi kutat az út szélén, máris megálltunk, és a fakadó vízzel hűtöttük testünket. Elszántan tapostuk a pedált. Haverom egyszer még látni vélte, hogy épp a hátunk mögött zuhog az eső, de ezt már csak alig hallhatóan merte megjegyezni. Estére értünk Budapestre. Megálltunk az egyik büfé előtt a Városligetben. Farkaséhesek voltunk. Rántott húst kértünk sült krumplival. Alig két falatot tudtam lenyelni, annyira fáradt voltam – a haverom is.

– Induljunk haza, mert ha lemerevedünk, még arra sem leszünk képesek, hogy felálljunk!

A Demonstrációs túrát a kecskeméti alapítvány a Sportoló Fogyatékosokért szervezet egyik elnökségi tagja, Boronkai László szervezte 1994 júliusára. A cél Magyarország körbekerekezése volt. A táv 1800 kilométer, a tervek szerint tizennyolc nap alatt. A napi adag 95-160 kilométer; minden negyedik nap pihenő. Az útvonal (egyszerűsítve): Kecskemét – Nagykőrös – Abádszalók – Fehérgyarmat – Balmazújváros – Gyoma – Szentés – Szeged – Baja – Nagyatád – Nagykanizsa – Zalakaros – Hévíz – Lengyeltóti – Siófok – Székesfehérvár – a Velencei tó megkerülése – Dunaföldvár – Kiskőrös – Kecskemét.

Télidőben kezdtük a felkészülést; a kormányosom egy polgári szolgálatos katona, Hídvégi Péter volt. Még mínusz 8 fokban is nyeregbe pattantunk. Tornacipő, tréningruha, pulóver, kötött sapka. Ha mozog az ember, akkor nem fázik. Az arcom viszont fázott! Az ellen úgy védekeztem, hogy sűrű gyakorisággal felfűjtam a számat. Orrom hegyéig nem húztam le a sapkámat, csak szemöldökig, hogy elkerüljem a homloküreg-gyulladást. Kesztyűt csak mínusz 5 fok alatt húztam. Munkaidő után naponta 30-40 kilométert kerekeztünk a Pilis hegyei között vagy a Gödöllői dombvidék lankáin. Hónapokon át, hetente legalább ötször.

Két nem látó, három mozgássérült (szólókerékpárral) és egy háromtagú, hallássérült család vágott az útnak. Copfos kormányosommal minden faluba betértünk egy-egy hivatalos bélyegzőlenyomatért – emléknek, no meg igazolásnak. Valamelyik apró faluban egy bácsika kerekezett előttünk az aszfalton. A két tandem közrefogta az öreget. Nagyot nézett a papa.

– Az istenét neki! Milyen hosszú ez? – ámult el hangosan a nyeregben.

– Hát ez kétülékes bringa, bátyám! – mondta a „copfos”. – Miért nem vesz magának ilyet?

– Elég nekem ezt az egyet is hajtani, kedves fiam!

Minden falutáblát indiánüvöltéssel köszöntöttünk. A két tandemkormányos dudaszóval tudatta velünk, hátul ülőkkel, hogy köszörülhetjük a torkunkat. Ahogy hallottuk a megbeszélte jelet, elkezdtünk ríkoltozni a nyeregben. Arról persze fogalmunk sem volt, hogy a két

„csibész” kormányos közrefogott egy idős nénit, aki épp köztünk kerekedett az úton. A mama annyira megijedt a bicikliző indiánok üvöltésétől, hogy azon mód leugrott a bringájáról.

– Az Isten áldja meg magukat fiaim, tán elment a józan eszük? Honnan a csudából jönnek? – érdeklődött méltatlankodva.

– Pestről! – vágtuk rá mindahányan.

– Még hülyének is nézik az embert!

Egy ilyen hosszú úton persze sok más érdekesség is megesik. Egyszer épp egy árokparton eszegettünk, amikor váratlan vendég lépett éhes csapatunk mellé: egy tarka ruhás szarvasmarha. Dagadó tőggel érkezett. Megkértük Boronkai Lacit, húzzon már egy kis tejet belőle. Szegény soha életében nem fejt még tehenet, de azért elindult a jóság felé. A derék háziállat zokon vette az idegen közeledését, és ráfűjt Lacira, akinek ettől inába szállt a bátorsága. Meg is sértődött, és el akarta kergetni az önérzetes tehenet. Ekkor jelent meg az állat idős gazdája. Barátságosan érdeklődött úticélunkról, és hosszasan elbeszélgettünk mindenféléről. Fél óra múlva elköszönt tőlünk az öreg, és elballagott valahová. Már készen álltunk az indulásra, amikor újra megjelent. Hóna alatt háromkilós kenyeret szorongatott, kezében négy szál házi kolbász lógott.

– Fogadjátok el tőlem ezt a kis harapnivalót! – mondta meleg szívvel, és átnyújtotta az ételmet. Elkértük a bácsi címét, és a túra végén levélben is megköszöntük emberségét.

Fiatal székesfehérvári bringásokkal találkoztunk. Amikor megtudták, hogy mire vállalkoztunk, tiszteletünkre megfogadták, hogy tíz nap alatt 2000 kilométert kerekednek. Be is tartották a szavukat. Kecskemét határában vártak ránk, és együtt hajtottunk be a városba. Az érkezünket köszöntő kecskeméti emberek – több százan – olyan vidámak voltak, mintha szilveszter lett volna. Futottak a kerékpárok mellett az út szélén, és a fülünkbe trombitáltak. Mi meg örültünk, hogy vége a strapának. Nagyon elfáradtunk – de azért egy hét múlva már szívesen nekivágtam volna az útnak, az ellenkező irányban.

Boronkai Laci alapos szervező munkát végzett. Ahol csak áthaladtunk, minden megyei lap beszámolt a Demonstrációs túráról. Az utunkba eső települések polgármesterei étkezéshez és szálláshoz segítettek, a helybéli, tehetősebb vállalkozók pedig anyagilag támogattak bennünket. A túra után mi, tandemesek még hazakerekedtünk Budapestre.

Sajnos, ahogy múltak a hónapok, úgy alakult, hogy a kilenc, nem látó bicajosra mindössze egy kormányos maradt. Ráadásul a második tandememet ellopták. A tandemkerékpáros egyesület négyévi működés után, 1996-ban megszűnt.

Válásunk után tizenegy évvel adtuk el közös lakásunkat. Elköltöztem Egerbe, és onnan jártam naponta Budapestre, a munkahelyemre. Öt órakor indult a buszom, és ha aznap még csörgőlabdaedzés is volt, fél tíz előtt nem értem haza. Akármennyire is edzett voltam fizikailag, egyre jobban törődtem a napi hatórás zötykölődés alatt. Ehhez jött még a nyolc óra ülőmunka. A hátam és a gerincem egyre nehezebben viselte a megpróbáltatásokat. Három év után visszaköltöztem a fővárosba. Teljesen felújítottam pár éve vásárolt lakásomat, és életre szólóan berendezkedtem. Mivel továbbra sem tudok hosszasan megülni a fenekemen, a csörgőlabda mellett tekézni kezdtem. Komlón, Kazincbarcikán és Nyíregyházán már űzik ezt a sportot sorstársaim. A Wesselényi Sport Kör negyedik szakosztálya lett a tekézőké. Hetente egyszer edzem. A tekeedzések gimnasztika része karhajlítás, szökdécselés, rugózás. Mi is szabvány méretű pályán gurítunk. A gurítódeszka centiméter magasan kiemelkedik a pálya síkjából. A látássérült tekézőket látásuk élessége és távolsága szerint három kategóriába sorolják; a B1 a nem látóké. A B1-es versenyző kétféleképpen guríthat. Az egyik, hogy

terpeszbe állok a kb. 25-30 centi széles és 20 méter hosszú gurítódeszka két oldalán, és két kézzel, láb közlül gurítom el a golyót (2,818 kilogramm). A másik mód, hogy egyik lábammal ráállok a kiemelkedő deszka szélére, és a másik kezemmel gurítok. A nem látó versenyzőnek nem szabad nekifutásból dobnia. A B1 kategóriás dobónak segítője is van. Ő adja oda a tekegolyót a pálya külső széléről a versenyzőnek, hogy annak ne kelljen benyúlnia a visszagurított golyók közé. Szól, ha kigyullad a dobást engedélyező, zöld lámpa, a dobás után pedig elmondja, hogy az merre ment, hány találat volt, melyik oldalról ütötte a fákat. Javaslatot is tehet a következő dobás irányára (pl. a király és a dáma közé próbálj gurítani, kissé balra az előzőtől). Egy versenyen százat gurítunk. Ahány pálya van, annyifelé osztjuk az össz dobásszámot. A legjobb eredményem 260 fa, az országban a B1-es csúcs 390 fa. A nagymenők a világversenyeken 550-560 fát érnek el.

Kitartóvá tett a sportolás. Kitűzött céljaimat rendre megvalósítom: legyen rá példa a három éven át tartó utazgatás Egerből. A sportolás hozadéka az is, hogy megőriztem ruganyosságomat. A csörgőlabdázás kimondottan finomította a hallásomat, aminek nem egyszer vettem hasznát bicajozás közben. A fehér botos közlekedésemmel sem volt még baj. Alkalomadtán, amikor hazautaztam szüleimhez, nem várt a gyomai vasútállomáson senki. Fehér botommal megkerestem a köves utat. Aztán elindultam rajta a nyolc kilométerre lévő tanya felé. Tudtam, hogy melyik tanyán milyen hangú kutya csahol. A kötetlen szabadságot élvező házörzők kiszaladtak elibém. Alaposan végigszimatoztak, majd visszafutottak a kerítés nélküli portára, én meg csak ballagtam a köves úton. A szülői házhoz közeledve két hűséges kutyan, Pici meg Bogár kirohant elém, amint kiszimatoltak a távolból. Nagy farkcsóválás közepette körbenyaltak, majd megragadtam egyikük üstökét, és ők boldogan vezettek haza.

VÁLASZTOTT ÚT

Németh Sarolta (34 éves)

(A beszélgetésben részt vett Mocsonoki Károlyné edző)

Kilencéves lehettem, amikor megkérdeztem nevelőmet: Miért nincsenek szüleim? Addigra ugyanis feltűnt, hogy az intézetben nevelkedő társaim nagy részét néhanapján felkeresik a szüleik, engem meg sosem. Kitérő feleletet kaptam, ezért újra és újra faggattam a nevelőket. Először csak annyit mondtak: Értesítettük szüleidet, hogy jöjjenek be a szülői értekezletre. Hiába vártam őket reménykedve: egyszer sem léptek be a Diószegi Sámuel utcában lévő Kisegítő Általános Iskola és Diákotthon kapuján. Később már úgy voltam vele, hogy ha nem kíváncsiak rám, akkor nem is érdekelnek (Sári hároméves korában került állami gondozásba alkoholista szüleitől, akik rossz anyagi- és lakáskörülmények között éltek Újpesten).

Epekedve néztem a látogató szülők és gyermekük egymásra találását. Ilyenkor szomorúság fogott el, és lerohantam az iskolaudvarra játszani. Nagyon szerettem fára mászni, tönköt emelni, és hosszasan futni. Mindhárom sportos elfoglaltság jó volt a bánat feloldására és a könnyek elapasztására. Nyugtatóan hatott rám a szaladás közben arcomba csapó légáram. Szabadnak éreztem magam, és talán a fáradtság is segített a belső gombóc feloldásában.

Más módon is lekötöttem magam. Szívesen olvastam verseket – már nem emlékszem a címükre. Gyakran kivittek minket a sulis melletti parkba. Nejlontáskámban vízfesték lapult, az ecset és néhány rajzlap mellett. Ami a szemem elé került, azt megörökítettem. Örömmel formáltam emberfigurákat agyagból – mindenféle korúakat, mindkét neműeket. Társaim nem voltak ilyen sokoldalúak. Hiába próbáltam a hozzám hasonló, árva gyerekeket mozgásra, vagy más hasznos cselekvésre ösztökélni: nem hallgattak rám. A magam színes, belső világával magányos voltam a tömérdek gyerek között. Lelkemet fel-felzaklatta a siralmas elhagyatottság. Az egyik, mélabús napomon nem törődtem a következményekkel, és elvakultan cselekedtem – először és utoljára. Szerencsére káros utóhatás nélkül megúsztam.

Az általános iskola után szerettem volna továbbtanulni képzőművészeti vonalon, de a diákotthonban más feladattal bíztak meg. A hatéves gyerekek körüli teendőkben kellett segítenem. Fürdetés és öltöztetés közben anyaézés fogott el. Szívemből-lelkemből szerettem a kicsiket. Ha valamit nem értettek kis pártfogoltjaim, melléjük telepedtem és elmagyaráztam. Sűrűn kéredeztek ölembe az apróságok. Simogattam hajukat, amit mindig mosolyogva viszonzottak – rajtuk kívül addig még senki sem cirógatott meg. Próbáltam nyitottabbá tenni az apróságokat, hasznos elfoglaltságokra ösztönöztem őket. Az egyik kisfiú lelkesedett a futásért, és így már kettesben róttuk a köröket az udvaron. Egy évig tartott ez az idilli állapot: először élhettem át, milyen érzés szeretetet adni és kapni.

Az iskola zárt világa ritkán nyílt ki előttem. Csak csoportosan hagyhattuk el az intézetet. Valós képem alig volt a külvilágról. Egyetlen kapcsolatom a természetes életformával az volt, hogy az egyik nevelő rendszeresen elvitt magához karácsonyra és a hétvégéken is. Szeretettel vettek körül, beszélgettek velem, kíváncsiak voltak a véleményemre. A gyerekeivel jókat játszottunk.

Továbbra is szerettem volna a diákotthonban maradni, de már kinőttem a falai közül. Szóba került a civil élet: ha találok befogadó családot, akkor odamehetek. Mivel azonban már hároméves korom óta intézeti gyerek voltam, és azt megszoktam, úgy döntöttem, hogy továbbra is hasonló környezetben szeretnék élni.

Mazda típusú kisbuszba szálltunk be egyik társammal az iskola kapuja előtt. Tordasra igyekeztünk, az állami intézetbe.

Mivel a „diószegiből” már többen átkerültek a főváros közelében lévő intézetbe – a Dréher család kastélya volt, majd Sajnovics János csillagász lakott benne – sok ismerős arc köszönt vissza az első napokban. Emiatt nem váltam szorongóvá. Egészen más volt a légkör, mint amit addig megszoktam. Megszűnt az alá- és fölérendeltségi viszony, partneri kapcsolat alakult ki a dolgozókkal. A nővérek reggel még keltettek, de onnantól szabadon rendelkeztem időmmel és akaratommal.

Örömmel hallottam társaimtól és az intézet dolgozóitól is, hogy munkalehetőség is van az intézet falai között. Papírlapra nyomott babaruhákat kellett kiollózni. Barátok között dolgoztam, és így gyorsan szaladt az idő – annak ellenére is, hogy rengeteg volt a munka. A keresetemmel – bizonyos korlátok között – magam rendelkezhettem. Bármikor elhagyhattam az intézetet, és ha akartam, még a faluba is bemehettem. Eleinte még leginkább barátaimmal, de hamarosan már egyedül is elmerészkedtem Budapestre. Ez a sokoldalú szabadság, és az, hogy barátokra találtam, megszüntette a suliban még gyakori lelki zaklatottságomat.

Az intézetnek közel százötven lakója volt. Eleinte az alagsorban laktam hatodmagammal. Idővel felkerültem az emeletre, ahol már jobb körülmények fogadtak. A lányokat és a fiúkat külön osztályon helyezték el. Az intézet vezetői figyeltek a bentlakók életkori igényeire is. Az egymáshoz érzelmileg már hosszabb ideje kötődő párok megkaphatták a betegszobát, ha az épp üres volt. Előfordult, hogy többen is jelentkeztek igénylőnek ugyanarra a napra, ilyenkor az elsőnek jelentkező pár kapta a szobakulcsot.

Az alsó tagozat évei alatt még vékonydongájú lányka voltam. Ahogy serdülni kezdtem, hormonális okok miatt gyarapodni kezdtem. Mire Tordasra kerültem, már egyáltalán nem voltam cérnavékony – 177/80. Nem sokkal azután, hogy az állami intézetbe kerültem, megérdeklődtem az igazgató úrtól, hogy lehet-e valamit sportolni?

Délig dolgoztunk, az ebéd után kis pihenőt tartottunk, majd néhány társammal felkerekedtünk. Legalább húszan tartottunk Vera nénivel, a testnevelő tanárral a falu futballpályájára. Futás, súlylökés, távolugrás, magasugrás, helyből ugrás és kislabdadobás közül választhattunk. Hetente ötször volt edzés. Focizni is lehetett – amúgy, kedvtelésből. Bíztam abban, hogy ha szorgalmasan edzek, annak lesz is eredménye. Vágytam a sikerre, szerettem volna kitűnni a többiek közül. Büszke akartam lenni a magam erejéből elért eredményekre. Ehhez a futás és a súlylökés tűnt remek lehetőségnek.

Első versenyem Visegrádon volt – a Magyar Speciális Olimpiai Szövetséghez és a Magyar Értelmi Fogyatékosok Sport Szövetségéhez tartozunk. A súlylökés volt a fő számom, és a négykilós golyó tizenhárom méter után fogott talajt: legalább három méterrel szárnyaltam túl a második helyezett legnagyobb dobását. Első lettem kislabdahajításban, továbbá az ötven- és a százméteres síkfutásban is. Gyakran láttam a tévében, hogy az eredményhirdetésen micsoda boldogság sugárzik le a győztes versenyzők arcáról. Én is boldogan és mosolyogva álltam fel a dobogó legmagasabb fokára, és felszabadultan integettem a körülöttem állóknak. Első ízben éltem át azt az örömet, amit addig csak a képernyőn láttam.

A következő versenyünket a Népstadionban rendezték – ez az országos bajnokság volt a MÉS szervezésében. Az intézet nagy buszával mentünk – azóta már eladták. Mivel eleve a versenynek megfelelően öltöztünk, egyenesen a küzdőtérre mentünk. Addig csak a tévében láttam az arénát. Az atlétikapálya széléről körbenéztem a hatalmas lelátót, és arra gondoltam, hogy a nagy sportolók után léphetek pályára. Nem egész kétszázan lehattunk – ma már közel négyszázan indulnak az országos bajnokságon.

A bemelegítés után elkezdődött a súlylökés – az edzőmnek időközben el kellett mennie egy másik versenyszámban induló társamhoz. A lebonyolító a kezembe adott egy vasgolyót, és csak annyit mondott: Tessék dobni! Éreztem én, hogy sokkal nehezebb a szer, mint amilyenhez szoktam az edzéseken, de nem rágódtam rajta sokáig, és eldobtam, ahogy csak bírtam. Lemérte dobásomat a mindenes, ami hajszálpontosan 15 méter volt. A zsűriasztalhoz ment a bácsi, és megkérdezte a nevemet. Meg is mondtam. – Ne viccelődj velem! – felelte enyhe rosszállással. – Ez a fiúk versenye, tehát te nem lehetsz lány! – Kikértem magamnak: nem vagyok fiú! Erre a perpatvarra ért vissza az edzőm, és hitelt érdemlően igazolta a nememet. A félreértés azért történhetett meg, mert az alkatom és az arcom is fiús. A lebonyolító a lányoknál szokásos, négykilós súly helyett hatkilósat adott a kezembe – ezért éreztem nehéznek azt a dobás előtt. Mivel már dobtam egyet, mint fiú, ezzel a kísérlettel beneveztem magam a fiúk versenyére. A súlylökő fiúk között pedig aznap nem akadt olyan legény, aki nagyobbat dobott volna nálam, ezért az én nyakamba került az ő aranyérmük – is. Lány lévén ugyanis indulhattam a női számban is. Kezembe kaptam a pillekönnyűnek tűnő, négykilós golyót, és 18 méternél is messzebb hajítottam – a második helyezett legjobb dobása 10 méter alatt maradt. Vajon hány sportolónak adatott meg eddig, hogy egyazon versenyen és versenyszámban megnyerje a férfi és a női számot is?

A verseny után többen is „megorroltak” rám, mert az aranyérmek zömét az én nyakamba akasztották. Bizzál magadban! – szoktam mondani a bosszankodóknak. Volt közöttük olyan lány is, akinek megmondtam: ne úgy lökje ki a súlyt, ahogy szokta, de nem hallgatott rám – pedig én tényleg minden versenyzőtársamnak őszintén kívántam, hogy sikerüljön nyernie.

Sikereim záloga a rendszeres edzőmunkában és a testi erőmben rejlett. Technikailag viszont képzetlen voltam. Mivel a bajnokság után edző nélkül maradtunk, csak szorgalmamra támaszkodhattam. A hormonális rendellenesség odáig fajult a szervezetemben, hogy híztam, egyre csak híztam, és az lett a vége, hogy néhány év múlva már 133 kilogramm lett a testsúlyom.

Mivel imádtam a nehéz fizikai munkát, elszegődtem a közeli tehenészetbe. Takarmánnyal teli zsákokat kellett cipelnem. Ötvenkilósak voltak. Egy zsákot a jobb-, egyet a bal vállamra vettem, a harmadikat meg keresztbe fektettem a tarkóm mögött, és úgy vittem, ahová kellett. (Nem volt nehéz? – Nem.) Pedig akkor még csak 80-90 kiló voltam. Szívesen emeltem bármit, csak hogy erőt fejthessek ki! Másfajta öröm is adódott a tehenészetben. Az elléseknél mindig ott voltam. Előbb a boci két lába bújik ki. Kötelet hurkoltam a kis jószág előremeredő lábára, és óvatosan húzni kezdtem – kézzel nem érdemes, mert a boci egész teste nagyon sikamlós (a lábát azért fogtam). A legkritikusabb mozzanat, amikor a boci feje bújik ki. Ha ez sikeresen megtörtént, onnan már nincs baj. A boci, ahogy világra jön, szinte azonnal „bujogni” kezd. Kitisztogattam az alomra huppant jószág orrát, száját, fülét. A mama ezután lenyalogatja a kis állatot, „aki” három órán belül talpra áll. Addigra már lefertőtlenítettem, és nevet adtam neki: Saci.

Megszállottan néztem a tévében az atlétikaközvetítéseket – azoknál nagyobb örömet egyetlen más műsor sem okozhatott. Emellett érdekelték az ismeretterjesztő filmek – a vadon élő állatok viselkedéséről és szokásairól szólók. Kedveltem még a harcias jeleneteket is (akció, horror, tyler) – manapság viszont inkább a vígjátékok kötnek le. Emellett továbbra is hódoltam gyermekkorom kedvteléseinek. Tájak, arcok és állatok elevenedtek meg alkotásaimban. Legjobban a grafikát szeretem – talán mert a fekete a kedvenc színem. Állatrajzaim leggyakoribb alakjai a németjuhász, a tigris, a kenguru és a koala. Mindegyikük élettere más és más helyen van, ezért rajzolom őket szívesen. Az emberrajzaim csak arcképek. Jelentős részük a képzeletem szülöttei, de készítek portrét is. Az arcvonásokkal kifejezem a „személy” lelki-világát. Agyagfiguráim között sok a kutya, de készítem már kenguru mamát a zsebében

lévő aprósággal, és fán csimpaszkodó koalát is. Egyik alkotásom a következőképpen néz ki: a két, kivágott fa tönkjén idős férfi ül feleségével, és az egyikük ülőkéjének tövében madárfészek van, fiókával.

Mostani edzőm, Mocsonoki Károlyné anyósa tanított meg főzni. Testsúlyom ellenére nem eszem sokat. Néha mégis nekiállok az intézetben, és főzök valamit magamnak. Imádom a sült halat. Az intézeti társak hamar körbevesznek, amikor megérzik a jellegzetes illatot... szóval, olyan nem volt még, hogy ne fogyott volna el a főztöm... – nem emiatt, de sikerült lefogyynom 116 kilóra.

Tíz évvel ezelőtt öt társammal alkotótáborba utaztunk Farkaslyuk településre. Velünk tartott a mostani edzőm is. Szokás szerint segítettem a tábor összes lakójának, így Andreának is. Mivel már évek óta nem volt edzőnk, megkértük, hogy segítse a felkészülésünket. Alig lendültünk bele a tervezett edzőmunkába, már utazhattunk is Zánkára, az országos bajnokságra.

Kedvenc versenyszámomban újra első lettem – tíz és fél méterhez közeli eredményemmel. Hajdanán még tizennyolc méter körül dobtam: attól bizony ez jócskán elmaradt. Miért? Közrejátszott benne, hogy a vérnyomásom és a szívem is sokat rakoncátlankodott. Lábamat és az ízületeimet teljesen kikészítette a testsúlyom. Egyre több baj volt a vesémmel is. Ám leginkább az időközben kifejlődött cukorbetegségem vetette vissza a teljesítményemet. Mindezek ellenére elszántan jártam edzeni.

Mivel továbbra is csak a falu futballpályáján gyakorolhattunk, a téli hónapok alatt fel kellett hagynunk az atlétikával – Andi azonban feltalálta magát. Mivel pénteken csak délig kell dolgozni az intézeti foglalkoztatóban, ebéd után kiürítettük az étkezdét, és estig tartó ping-pongcsatákat rendeztünk. Lelkesedésünk és az asztalitenisz-versenyeken elért eredményeinknek köszönhetően egyre több bentlakó érdeklődött a sportolási lehetőségek iránt – verseny után az intézet kapujában vártak, hogy megtudakolják, hogy végeztem. Tizenkét fővel induló sportcsapatunk létszáma hamarosan megduplázódott. Hosszú évekig indultam a MÉS országos bajnokságain és a Magyar Speciális Olimpiai Szövetség versenyein. Minden súlylökő viadalt nagy fölényrel nyertem, így vita sem férhetett hozzá, hogy ki képviselje hazánkat a nemzetközi versenyeken.

Az első, nemzetközi versenyem Lisszabonban volt, 1998-ban. Örültem, hogy részt vehetek rajta – annak viszont egyáltalán nem, hogy repülőgépre kell szállnom. Felzúgott a hatalmas gép hajtóműve, és nagyon megijedtem. Meredeken emelkedett a gép a felhők fölé, nekem meg fájni kezdett a fejem, és szédülés fogott el. Miután vízszintbe került a repülőgép törzse, többé-kevésbé én is rendbe jöttem. Az ablak mellett ültem, és így láttam a habos felhőket, a napfényben csillogó, havas csúcsokat – lenyűgözően szép volt. Alig nézelődtem ki magam, máris ereszkedni kezdtünk. Ez majdnem olyan rossz hatással volt rám, mint a felszállás.

Pázsittal és virágos kerttel szegélyezett hotelben szállásoltak el bennünket. Még a verseny előtt megnézhattuk a várost. Gyönyörűek voltak az épületek! Mivel imádom a sült halat, az első adandó alkalommal vettem is. Annyira ízlett, hogy amíg kint voltunk, sült halat ettem sült hallal.

Benépesült a hatalmas stadion lelátója. Kiabáltak, lengették a zászlókat a drukkerok – olyan volt a hangulat, mint amilyet a tévében szoktam látni. A legnagyobb dobásom 9,95 méterre szállt. Ez a harmadik hely megszerzéséhez volt elegendő – a győztes 11,12 métert dobott. Nem fájt a szívem az elszalasztott aranyérem után, örültem a bronznak. Azt teljesítettem, amire képes voltam. Elérkezett az eredményhirdetés pillanata. Félszegen léptem fel a dobogó harmadik fokára. Ijedtté tett a temérdek szurkoló hangzavara. Vastaps köszöntött engem is. Csattogtak a sportfotósok fényképezőgépei – köztük a magyaroké is. Ekkor már önfeledten

mosolyogtam és integettem. Könny szökött a szemembe: már az első nemzetközi versenyen sikerült megvalósítani azt a nem is olyan régen megfogalmazott életcélomat, hogy diadalmas-kodhassak, és büszke lehessenek az elért eredményemre.

Ha már az óceán partján vagyok, meg is mártózom benne – határoztam el. Szerencsére vittem magammal úszószemüveget – különben nem mertem volna vállalkozni a búvárkodásra. Számtalan követ, kagylót és tengeri csillagot hoztam fel. Ezeket féltett kincsként őriztem tordasi szobámban – de az intézet lakóinak is megtetszett a tenger megannyi gyöngyszeme, és szép lassan elkéreggették őket.

Edzőm nem csak elkísért a repülőtérre, hanem várt is rám. Amint megláttam, boldogan rohantam hozzá, és melegen átöleltem. Andi szerette volna, ha aranyéremmel térek haza, de így is elégedett volt az eredményemmel. Magamnak baseball sapkát és emberfigurákat vettem, az edzőmnek pedig kakassal díszített, portugál feliratú pólót hoztam. Andi azóta is folyton azt mondja, hogy ne hozzak neki semmit, mert úgylis kevés költőpénzt kapok. Erre képtelen lennék. A kint készített fényképeket mindenkinek megmutattam, többen másolatot is kaptak.

Két hónap múlva újra csomagolhattam: Varsóba indultam, meghívásos versenyre. Egyáltalán nem sajnáltam, hogy nem repülőgéppel utazunk, de a buszon zötykölődni sem volt sokkal jobb. Májust írtunk, de mivel nem szeretem a meleget, nekem az az idő már kánikulának számított. Szerencsére a magyar határon hosszú kocsisor alakult ki. Kiszálltunk a buszból, és jó nagyot sétáltunk a fák alatt. Az út további része fárasztó és kényelmetlen volt – szűk volt az ülés.

A lengyel fővárosban a sétálóutca tetszett leginkább. Idegenvezetőnk tudott valamennyire magyarul – a városnézés közben anyanyelvünkre tanítottunk.

Ezen a versenyen már három számban indultam el. Súlylökésben a 9,97 méteres dobásommal harmadik lettem – két lengyel versenyző végzett az élen 11 méter körüli eredménnyel. A győztes lányok nálam fiatalabbak, de – velem ellentétben – technikailag képzettek voltak, súlyban pedig kezdtek utolérni. A verseny után tolmács közreműködésével elmondtam a lengyel lányoknak, hogy egykor tizenhét méternél is nagyobbab dobtam a négykilós golyóval, és kerek tizenöt métert a hatkilóssal. Látszott rajtuk a meglepetés, elhitték, amit mondtam. A gerelyem 24,27 méterre repült el. Ez a dobásom a második helyhez volt elegendő. A diszkoszvetés viszont nem úgy sikerült, ahogy elterveztem. Egyetlen érvényes dobásommal kilencedik lettem – a többi a hálóban kötött ki. Nem baj – gondoltam a verseny után –, legalább ezt is kipróbáltam egyszer.

Még ugyanez év augusztusában rendezték meg a világbajnokságot Nagy-Britanniában. Tapasztalt repülőgéputas lévén, már csak kicsit féltem az út előtt. A felszállás kellemetlen érzéseit továbbra sem tudtam megkedvelni, de már felkészültem: így például a füldugulás ellen volt nálam ráógumi és rágcsálni való is. Londonban ráadásul át kellett szállnunk egy másik repülőgépre.

Birmingham nagy meglepetéssel fogadott. Alig hittem szememnek a fordított forgalom láttán. Nagyon kellett figyelnem az utcai közlekedés közben. A sorházak szép látványa és a régi formájú kandeláberek egyedisége ragadta meg legjobban a tekintetemet. Az utcán sokfajta ember nyüzsgött: néger, indiai, arab – ez is meglepett. Eljutottunk a Vidámparkba is. Ingyen vehettük igénybe a szórakoztató eszközöket, de én csak egyszer éltem a lehetőséggel. Egy kisvasút jellegű szerelvényre ültem fel; ez változatos figurákkal benépesített és csodálatos háttérrel megépített környezetben haladt.

Húszemeletes, pazar kivitelű hotelben laktunk. A tizedik emeleten volt a szobánk. Az ablakhoz mentem, és ahogy kinéztem, azonnal elkapott a szédülés. A két ágy az ablakok mellett volt. Megragadtam az egyik heverőt, és a fal mellé húztam – segítségre nem volt szükség. Ettől fogva nagyon elégedett voltam a hotel nyújtotta kényelemmel.

Hatalmas stadion adott helyet a versenynek. A lelátón szép számmal voltak nézők. Böven volt időm a bemelegítésre. A világbajnokságon is hozni tudtam a szokott formámat: harmadik lettem súlylökésben a 9,99 méteres dobással. Gerelyhajításban épp hogy csak lecsúsztam a dobogó harmadik fokáról.

A következő évben Sevillában rendezték meg az Európa-bajnokságot. A Grand Hotelben laktunk: valóságos kis városrész volt. Svédasztalról étkeztünk, és – az addig tapasztaltakkal ellentétben – a pincérek elvitték előlünk a kiürült tányérokat. Kedvencem továbbra is a halétel maradt, de a különféle gyümölcsöket is végigkóstoltam.

Három centiméterrel dobtam túl a 10 métert a világbajnokságon, amiért bronzérmet akasztottak a nyakamba – gerelyhajításban pedig negyedik lettem.

A spanyol emberek népviseletbe öltöztek a stadionban és az utcán is. Volt, aki szerette volna elcserélni viseletét a mi formaruhánkra, de erről persze szó sem lehetett. Szakadatlanul folyt éjjel az utcabál: én is táncoltam rajta.

Újra meghívtak Lengyelországba, és el is mentem. Utána Svédország következett. Márciusban még tél van Skandináviában, ezért életemben először fedett pályán versenyezhettem – és a már szokásosnak mondható bronzérmet nyertem. Emlékezetes marad első téli sportolásom. Sokan sieltek a város egyik dombos részén. Megkértem az egyik sízőt: hadd próbálkozzam meg a lesiklással! Lecsatolta és átadta a lécet. Enyhén lankás dombról ereszkedtem alá. Irtó jó érzés volt!

Következett Sydney. Három hét Ausztráliában, gyönyörű volt! Kár, hogy oda sem jöhetett velem Andi... pedig de jó lett volna!

Az olimpiai falut tökéletesen felszerelték – még mosógépünk is volt.

Ez volt a leghatalmasabb stadion, ahol pályafutásom során felléptem, és itt szurkoltak legtöbben a lelátón. Már jóval a verseny előtt begyulladt a vállizületem, mivel az otthoni edzéseken túlterheltem magam a jobb szereplés reményében. Közvetlenül a verseny előtt a csapatedző bekente a vállamat és a nyakamat is valami kenőccsel. Valamelyest enyhült a sajgás, és súlylökésben a harminc versenyző közül ötödik lettem, 9,07 méter dobással. Ha nem gyötört volna a fájdalom, és hoztam volna a szokott formámat, a dobogó harmadik fokára állhattam volna fel (szerző: a paralimpiai bronzéremért sportjáradék illetve volna meg élete végéig – ez most 40 000 forint/hó). Szomorú voltam (szerző: a sportjáradék elszalasztására Sári nem is gondolt). Gerelyhajításban is ötödik lettem.

Sok-sok év után Sydneyben találkoztam újra Tündivel. A szülei Tordason élnek – ő az olimpia előtt hat évvel települt ki. Régről ismertem, és kint újra láthattuk egymást. Elhívott tengerpartra néző lakásába, mesélt a munkájáról – egy cukrászdában dolgozik a vezető helyetteseként. Elvitt városnézésre és kirándulni is, ahol láttam fehér és barna színű kengurut is – sőt, még meg is simogathattam a jámbor állatokat. Sokáig néztem a csodaszép koalát. Külön érdekesség volt, hogy mindössze fél méter magas kerítés választott el a tőlem alig egy méterre lévő krokodiltól – a szája hurokban volt. Hatalmas területen, természetes környezetben él a világ számos állata a sydney-i állatkertben.

Három-három plüss kengurut és koalát hoztam emléknek és ajándéknak. Mellettük több tekercs film őrzi a ragyogó élmények emlékét.

A sport sok barátot juttatott. Már jól ismerjük egymást külföldi versenyzőtársaimmal, és ez olyan jó. A megismert országok és városok látványa, és a tapasztalatok szélesítették a világképemet, emberileg gazdagabbá tettek. Sokkal színesebb lett az életem.

Nagyon jól jártam azáltal, hogy Tordasra kerültem – már az újonnan épült részben lakunk. Ha annyit mondom, hogy szeretek élni, azzal mindent elmondtam. Lehetőség kínálkozik rá, hogy önálló lakásba költözhessenek egyik barátnőmmel a faluba – az intézet biztosít lakást. Az anyaintézettől továbbra sem szakadnék el, csak nagyobb önállóságot kapnék. Mindenesetre szeretném kipróbálni, azután majd meglátom...

Négy éve elkezdtem az erőemelést. Ez három fogásnemből áll – felhúzás (160 kg) fekve nyomás (60 kg) guggolásból felállás (100 kg). 320 kilogrammos összteljesítményem a nők között nagyon jó, a férfiak között jó teljesítménynek számít.

Az érmeimet dobozban tartom, mert még nem készült el az a keret, amire majd rendszerezve kитеhetem azokat. A versenyeimről készült fotók egy része már a szobám falát díszíti.

Nem kívánom megkeresni szüleimet vagy testvéreimet – négyen vannak, és ők is állami gondozottak voltak (négy különböző helyen). Nem vagyok rájuk kíváncsi. Ha netalán mégis felkeresnének, nem tudnék rájuk nézni. Az én családom itt van az intézetben.

SZEM ELŐTT TARTVA

Szakács László (49 éves)

Falusi gyerek voltam; Parádon éltünk szüleimmel. Nyolc évvel idősebb bátyám hatására kezdtem el sportolni. Adta magát a futballozás, mivel azon kívül más lehetőség nem is volt mifelénk. Jó lábú gyereknek bizonyultam: a megyei II. osztályban szerepelt a csapatunk. Teltek-múltak az évek. Közel jártam már a harminchoz, amikor megnősültem, és egyúttal a nagypályás labdarúgást is abbahagytam.

Az aktív sport bearanyozta fiatal éveimet. Egy kis faluban szinte semmi említésre méltó nem történik, ezért egy-egy futballmérkőzés központi kérdés – akár 2-300 drukker is körbeállja a pályát. Népszerűek voltunk: mindenki ismert és szeretett bennünket. Miután szögre akasztottam a stoplis csukát, a vendéglátóiparban helyezkedtem el. Napi tizenkét órát robotoltam, mint felszolgáló. Hajtottam a pénzt. Közben megszületett a kisfiunk. Öröm volt a jövedele, de az már nem, hogy továbbra is albérlésben laktunk. Meghánytuk-vetettük a lehetőségeket feleségemmel, és úgy döntöttünk, hogy a megtakarított kis pénzünkre alapozva elköltözzünk Egerbe. Az önálló lakhatás mellett döntő érv volt az is, hogy a gyerek fejlődéséhez előnyösebb a város. Lakótelepi lakásba költöztünk – adóssággal a nyakunkban. Továbbra is a vendéglátóiparban kerestem meg a kenyérre valót. Megszületett második gyermekünk is. A sporttal azért nem hagytam fel: a város kispályás bajnokságában rúgtuk a bőrt. Hétfőn voltak a mérkőzések, a hét második felében pedig összejöttek egyszer gyakorolni. Jó kis társaság verődött össze; élveztem a játékot is – mindez belefért a családi életembe.

Észrevettem futballozás közben, hogy nehezebben kapok levegőt, hamar elfáradok. Mindezt annak tudtam be, hogy több influenzát is lábon hordtam ki. A panaszok azonban továbbra sem szűntek meg. Elmentem az orvoshoz, aki EKG-ra utalt. Minden valószínűség szerint szívizomgyulladásra van – mondta utána. Nem csak a panaszaim miatt vettem komolyan az orvos szavait, hanem azért is, mert családjában anyai ágon szinte mindenkit szívbetegség gyötört. Édesanyám pészmekekerrel él. Nagyapám szívbetegségben szenderült jobb létre. Anyu húga negyvennyolc éves korában összeesett az utcán és meghalt, fia pedig tizennyolc éves korában hunyt el futballmérkőzés közben a kapuban. Ilyen előzmények után felelőtlenség lett volna félvállról vennem a diagnózist. Ultrahangvizsgálatra került sor és megállapították, hogy cardiomyopáthiám van (szívizombetegség). Szegedre kerültem katéterezésre. Ott vetődött fel először a transzplantáció ötlete – egy fél mondat erejéig. A szívatültetés annyira hihetetlennek és távolinak tűnt, hogy alig foglalkoztam vele. Körülbelül másfél évvel azelőtt volt az első ilyen műtét Magyarországon. Nem éreztem magam érintettnek, mert a szív működési rendellenességet még a korai szakaszban felismerték, ráadásul remek fizikai állapotban voltam.

Ez a fajta szívbetegség kétféleképpen folyhat le. A lassú változat apránként, de teljesen legyengíti, tönkreteszi a szervezetet. A fizikai és egészségi leépülést még fokozzák a sok, beszedett gyógyszer mellékhatásai. Az én állapotom viszont gyorsan rosszabbodott. Feleségem – nem úgy, mint én – tisztában volt a rám váró következményekkel, mivel a kardiológus szakemberek alaposan felvilágosították – engem szerencsére nem. Fel sem mertem volna tétélezni akkoriban, hogy ha két éven belül nem kapok szívet, akkor nekem annyi. Az első, keseredésre okot adó élményem a nyár elején adódott. Fulladni kezdtem, és alig kaptam levegőt. Arról már álmodni sem mertem, hogy sétálni induljak. Rejtett víz lepte el szervezetemet. Fáradt voltam és gyenge, piszkosul szenvedtem!

Egyetlen, egri orvos sem volt tisztában azzal, hogy hol, melyik kórházban kéne jelentkeznem a problémámmal (1993) – úgy látom, a szakmai kapcsolatrendszerük még ma is eléggé hiányos. Hogy, hogy nem, bátyám talált a megoldás kulcsára. Bejelentett a városmajori Ér- és Szívsebészeti Klinikára, ahol rövidesen meg is jelentem.

Vecsei tanár úrhoz kerültem. A procedura vérvétellel kezdődött – három-négy hét kell ahhoz, hogy kiderüljön, immunológiai szempontból alkalmas-e a beteg a szívatültetésre. Ha meglesz az eredmény, értesítem – mondta az orvos, és én nyugodtan mentem haza. Nem telt el sok idő, és csörgött a telefon. Be kéne feküdnie a Kútvölgyi kórházba decemberben – javasolta az orvosom. Ekkor már komolyan vettem az eseményeket. Elkezdtek felkészíteni a transzplantációra. Érzéstelenítés után megnyitották az eret a combtőnél, és onnan vezették fel a katéterszálat a szívhez – az orvos monitoron követte a bevezetett eszköz útját. A művelet 20-25 percig tartott; fájdalmat nem éreztem. A vizsgálattal nem csak adatokat nyertek, de egyben mintát is vettek az izomszövetből. Ezzel be is fejeződött a kivizsgálás.

Január legelején kaptam egy levelet, amiben az állt, hogy egy hét múlva jelenjek meg az Ér- és Szívsebészeti Klinikán. Odáig négy szívatültetést végeztek az országban. Hatunkat rendeltek be: öten közülünk már a várakozólistán voltak. A tanár úr bemutatott minket Bodor professzor úrnak, a szívsebészet vezetőjének. Megtutuk tőle a lehetőségeket: a műtét után ötven százalék az esély az első év túlélésére. Ha az első év megvan, onnan már szinte biztos a jövő. Ezek után megkérdezett mindannyiunkat: ki vállalja a transzplantációt? Utólag tudtam meg, hogy a találkozás ideje alatt fürkésző szemekkel néztek minket az orvosok: figyelték, miként reagálunk az elhangzottakra, mennyire vagyunk fegyelmezettek, és egyebekre is. Mire gondolok? A sportolásnak köszönhetően egy deka súlyfölösleg sem volt rajtam. Viszonylag még edzett, erős voltam – bár a betegség következtében egyre romlott az állapotom. Vállaltam a műtétet, és felkerültem a várólistára. A beszélgetés után hazamehettünk – háromhavonta minden, a listára felvett beteget behívnak kontrollra.

Tél volt, ezért nem fulladtam. Naponta kétszer lementem sétálni az utcára – a harmadik emeleten lakunk, lift nincs. Mindennap elvittem kislányomat az óvodába, ezzel is csökkenttem valamelyest a feleségemre háruló terhet. Fölfelé már alaposan be kellett osztanom erőmet a lépcsőházban. Kimondott szerencsém volt annyiban, hogy lényegében nem találkoztam a betegtársakkal. Ilyenkor ugyanis az a leggyakoribb, hogy az emberek egymást túllicitalva panaszkodnak, és ezzel egymásba ültetik az elkeseredést. Ettől a romboló lelki tehertől mentes lehettem. Se a perceimet, se a napjaimat nem foglalta le, hogy várólistán vagyok – és az sem, hogy bármelyik pillanatban megcsörrenhet a telefon. Aztán eljött február 19-e, szombat. Épp hogy csak megreggeliztem, és már szólt is a készülék. Kezembe kaptam a kagylót.

– Jó napot kívánok, Bodor professzor vagyok! Van szív. Pakoljon össze, azonnal értesítjük a mentőket. Fél óra múlva ott lesznek!

Valósággal lemerevedtem. Ijedtség költözött belém, de nem pánikoltam. Feleségem is megrettent, de ő is jól viselte a fejleményeket. Utólag mondta el, hogy az orvosok közölték vele: a betegségem gyors lefolyása miatt nem maradhatok életben sokáig, ha nem operálnak meg – csak akkor kerül várólistára a beteg, ha a szervezete körülbelül még egy évig még képes dacolni a kórral. Azzal sem voltam tisztában, hogy a donorszervet hol és mikor veszik ki az elhunytból. Utólag azt mondom: jobb is, hogy nem foglalkoztam mélyebben az állapotommal: lehet, hogy elviselhetetlen teher lett volna. A mentőautó kényelmes tempóban haladt a főváros felé – később tudtam meg, hogy az orvosok csak akkor indulnak el a donorszervért, amikor a beteg megérkezik a kórházba. Feleségemmel léptem be a klinika kapuján – ekkor már régen túl voltam a teljes körű kivizsgáláson és szervezetem goctalanításán.

– Mikor várható a műtét, Kalmár tanár úr? – kérdeztem az intenzív osztály vezetőjét.

– Öltözzön át, és máris jöhet a műtőbe!

Steril szobába kerültem, ahol tetőtől-talpig lemosdattak. Ráfeküdtem a betegszállító kocsira, és már toltak is a műtőbe. A rohamtempójú sürgés-forgás közben nem volt bennem félsz. Az, hogy hirtelen indult be az egész, jótékonyan hatott rám – nem forgott körbe-körbe az agyam. Két és fél óra kellett a műtéthez. Másnap reggel valaki – talán Kalmár tanár úr volt? – felébresztett az intenzív osztályon.

– Egyen valamit! – mondta. Annyira kába voltam még, hogy az első két napra csak elmosódottan emlékszem. Az operáció másnapján meglátogatott feleségem. Emlékszem rá, hogy ott volt, de hogy miről beszélgettünk, arról fogalmam sincs. Hiába szabadult meg fejem a gyógyszerek kábító hatásától: továbbra sem tudtam higgadtan átgondolni a történeteket. Miért? Számtalan csövet kötöttek belém. Ha megszabadulhattam egyiküktől-másikuktól, az fájdalommal járt. Fertőtlenítik, majd leragasztják a sebet, és ez naponta ismétlődik. Minden nap többször is vettek vért, és a szurkálás apró fájdalmát felerősítette a sanyarú állapotomból adódó érzékenység. A fürdetés és a vele járó fertőtlenítés is napi esemény volt, úgyhogy méltázásra nemigen maradt időm. Örültem, ha békén hagytak. Egy hét telt el ilyen feszített tempóban. Teljesen elkészültem az erőmmel, egyre nehezebben viseltem a tortúrát. A műtét után két héttel hagyhattam el az intenzív osztályt. Úgy gondoltam, innen már minden megy flottul, a maga útján.

Amikor értesített a tanár úr, hogy irány a klinika, a gyermekeim épp külön tornán voltak az iskolában, ezért el sem tudtam tőlük búcsúzni. Ez nagyon bántott. Ekkor még az intenzív osztályon feküdtem. Tetőtől talpig bebugyolálva jelent meg a résnyire nyitott ajtóban a két csemetém. Mindössze a szemük síkját láthattam. Belül kicsit büszke voltam előttük a helytállásomra, ők azonban még annyira kicsik voltak, hogy igazából nem is igen érték fel ésszel, mi is történt az apjukkal. A megyei napilap szinte hetente közölt rólam cikket – nem egyszer fotóval – és az országos lapok is hírként közölték a nyolcadik magyarországi szívátültetés részleteit.

Egy hete voltam már a kórházi osztály lakója, amikor váratlan fejlemény zavarta meg töretlen gyógyulásomat. Herpesz vírus jelent meg a nyelvemen, és ráadásul befelé terjedt. A vírus bennem volt, és a legyengített immunrendszerem miatt kezdhett el fertőzni. Infúziót és transzfúziót is kaptam – eközben egy szájsebész többször is lefertőtlenítette a számát. Beindult a kilökődési folyamat is, úgyhogy kemény négy napot éltem át. Szellemileg és fizikailag is alaposan megviselt, mire kilábaltam a bajból. Lecsapolták a szervezetemben felgyűlt, pangó vizet, és ettől szinte lötytyedtté vált a bőröm. Remegtem, mint a kisgyerek. Erőtartalékaimat teljesen feléltem. Már képtelen voltam felállni a székről. A baj azonban nem jár egyedül. Az infúzió mellékhatásaként rendszertelenné vált a szívritmusom. A Kútvölgyi úti kórházba kerültem, ahol altatás után áramütéssel állították vissza a normális szívritmust. Gyógytornászok vettek kezelésbe, hogy újra mozgékonyra váljak. Két és fél hónapot töltöttem kórházban. Ez borzasztóan hosszú idő, de nem a napok száma miatt. A közel nyolcvan nap nagy részében egyágyas szobában feküdtem, ahol nem volt kihez szólni. Csak a fertőtlenített tévé „beszélt” hozzám naphosszat – és feleségem, aki hetente többször is meglátogatott. Nem csak a szívritmus-rendellenesség miatt kellett annyi időt a kórházban töltenem. A vidéken lakó műtötteket tovább tartják bent, mivel a kisebb városokban, falvakban nincs hozzáértő szakorvos, és ilyen betegséggel minden kilométer számít.

Akarva, akaratlanul is felvetődik a kérdés: kitől van a donor szerv? Székesfehérvárott szenvedett balesetet az a harmincöt éves férfi, akinek az életemet köszönhetem. Többet nem

tudok róla. A műtét idején alig-alig tudhatott meg bármit is a transzplantált a donorról. Ma már más a helyzet. Nagyon kétesélyes a kapcsolatfelvétel az elhunyt hozzátartozójával. Több, olyan esetről is tudok – nem szívatültetésekről van szó –, hogy a szülő a szerv új gazdájában keresi elhunyt gyermekét. Ez pozitívan, de akár negatívan is elsülhet. Tud-e örülni újraszívetésének a műtéten átesett személy, ha egy szomorú szempár mered rá? Mivel sok transzplantáltat ismerek, és többször is beszélgettünk erről, úgy gondolom, hogy talán az jár jobban, aki nem kutakodik a donor után.

Hazaérve steril szobába kerültem. Továbbra is vigyázni kellett a fertőzések elkerülésére. Orvosi maszkban mentem sétálni a népkertbe. Az arra járók tudták, hogy nem kísértetet látnak, és nem is valami hóbortos figurát, hanem az átültetett szívű, helybéli lakost. A herpesz fertőzés kezelése után alapvetően megváltozott az értékrendem. A vendéglátóiparban nyakra-főre hajszoltam a pénzt; szinte alig voltam a családommal. Amikor otthon újra találkoztam a fiammal és a lányommal, rájöttem, mennyivel fontosabb a családi tűzhely melege. Akkor már tökéletesen tisztában voltam vele, hogy ha a feleségem nem áll sziklaszilárdan mellettem, jóval nehezebbek lettek volna megpróbáltatásaim. Rá sokkal nagyobb teher hárult ebben az időszakban – nekem csak ki kellett bírni, neki viszont a nyakába szakadt az összes probléma. Dolgoznia kellett, el kellett látni a gyerekeket, és hetente kétszer még fel is „rohant” hozzám. Előfordult, hogy délutános volt. Másnap hajnalban Budapestre utazott, pár órát együtt töltöttünk, majd sietett vissza Egerbe dolgozni. Sem akkor, sem manapság nem téma otthon, hogy beteg voltam. Ma már minden házimunkából kiveszem a részemet. Gyermekeim is gyakran kérik, hogy ezt meg azt még csináljam meg nekik. A jótékony feledést elősegítette az is, hogy a műtét óta eltelt nyolc év alatt csak egyszer kellett kórházba vonulnom.

Az infarktuson átesett betegeknek van egy egyesületük Egerben (Szív Egyesület). Gyógytornász rehabilitálja a lábadozó tagokat. Hetente kétszer egy órás tornatermi foglalkozáson vehetnek részt a lábra kapók. Megfelelő orvosi műszerek segítik a szakember munkáját.

Én is elkerültem a tornaterembe. Hamarosan már négyszer öt kört futhattam a fal mellett. Egyre fittebb lettem. Addigra már hallottam a transzplantáltak sportegyesületéről. Székely Gyuri – a sportegyesület vezetője – felhívta az Ér- és Szívsebészeti Klinika egyik orvosát, és érdeklődött tőle, hogy van-e olyan transzplantált, aki szívesen sportolna? Amikor az egyik versenyüket a hevesi megyeszékhelyen rendezték meg, már tudott rólam. Ahogy beléptem a verseny színhelyére, új közegbe kerültem, és ugyancsak egyedül éreztem magam – minden szem rám szegeződött. Kényelmetlen volt. Biztosan külön kasztot alkotnak a „májások”, a „vesések”, a „csontvelősök” és a „hasnyálmirigyések” – gondoltam, mégis közéjük álltam. Megpróbálkoztam a tollaslabdával, de bizony nagy volt a fizikai és persze a technikai lemaradásom is. Az első találkozás után nem is kerestem őket többé. Ők viszont igen: fél év alatt többször is meghívtak az ország különböző pontjain rendezett versenyekre. Motoszkálni kezdett bennem a továbblépés gondolata, és megérdeklődtem, hogy mik a választható sportágak? Amikor Miskolcon rendezték az újabb versenyt, merítettem némi bátorságot, és elmentem. Némi asztalitenisz tudással a hátam mögött léptem a pingpongozók közé. Annyira szimpatikusnak találtam a partnereket, hogy amikor legközelebb Budapestre utaztam kontrollvizsgálatra, megfűztem két sorstársamat, hogy jöjjenek ők is sportolni. Barátaim kaptak a lehetőségen – egyre többen löktek súlyt, tekéztek és asztaliteniszeztek a Magyar Transzplantáltak Sport Egyesületében.

Kéthetes kirándulást szervezett az MTSE. Útközben a „szívesek” kis csoportja mellé telepedett az egyik sportvezető, és megkérdezte: lenne-e kedvünk kiutazni Lengyelországba, ahol tízéves fennállásukat ünneplik az ottani szívtranszplantált sportegyesület tagjai? Két

évvel a műtét után indultam el – két sorstársammal – első, külföldi versenyemre. Addigra már hat hazai viadalon vettem részt. Csekély lehetőségeimhez mérten megpróbáltam minél többet gyakorolni a mérkőzésekre. A kisváros adta esélyek azonban nem vehetik fel a versenyt a fővárossal. Mivel nincs Egerben sorstársam, más körben kellett „edzőpartnert” keresnem. A versenyszerűen asztaliteniszezők eleinte még leálltak velem kaucsukot ütögetni, de mivel nálam sokkal jobban értettek a játékhoz, egyre inkább elhúzták szájuk szélét, amikor partnernek ajánlkoztam. Ki szeret állandóan könyörögni? – én bizony nem! Ilyen előzmények után indultam el a lengyelországi versenyen. Az asztaliteniszezőket nem osztották korosztályos csoportokba. Két nyert mérkőzés után kikaptam, és ezzel ki is estem. Emellett vettem a bátorságot, és elindultam a kétezer méteres síkfutásban – ez azóta egyszer sem fordult elő. Ezerhétszáz méterig vezettem, ám akkor hatalmas lihegéssel utolért egy norvég versenyző, és megelőzött. Elámultam a győztes akaraterején, ahogy a végső erejét is összpontosította a győzelem érdekében – persze, ennek megvan a maga veszélye is.

Az első, magyarországi világtárgyeken mind a három szívtranszplantált versenyző (Koncz Antal és Várhidi Antal, a második és a harmadik szívátültetett) ott volt csapatunkban. Kéthetes, ajkai edzőtáborozással készültünk fel a versenyre. Naponta kétszer edzettünk: én az asztalitenisz és a tekeversenyre készültem. Tekéből két csapatot indítottunk: a „szíveseké” volt a B. A magyar A csapat végzett az élen, őket az ausztrálok követték, a harmadik helyet pedig a mi, „szívvel küzdő” csapatunk csípte el. Az asztaliteniszversenyen egyéniben és párosban is harmadik lettem. A lengyelországi viadal után alakult meg itthon a röplabdacsapat. A világtárgyeken cserejátékos voltam, de hát ez nem az ötvenesek sportja – abba is hagytam.

Következő külföldi utam kiindulópontja is Ajkán volt, az edzőtáborban. Többen is hangoztatták, hogy járnak sízni. Én is tudok – vettem közbe, hiszen annak idején indultam az úttörők téli olimpiáján sélésben! Kétkedve néztek rám. Na jól van, gyerekek – mondtam – szervezek egy négynapos edzőtábort a Mátrába, és majd meglátjuk, hogy ki mit tud! Kékestető lett a próbatétel helyszíne. Heten bizonyítottuk hitelt érdemlően, hogy a lábunkra csatolt siléccel alá tudunk ereszkedni a hegyoldalra. Ennek megfelelően állt össze az a csapat, amely az olasz Alpokba utazhatott sítáborba.

Bormio maga volt a csoda. Tökéletesen előkészített pályán gyakorolhattunk az oktató irányításával. Testtartásunk és technikánk fejlődésnek indult. A második nap azzal állt elő oktatónk, hogy felmegyünk háromezer méter magasra, és onnan fogunk lesiklani. Mindannyian alaposan berezeltünk, de egyikünk sem hátrált meg. Minden baj nélkül, szerencsésen leértünk a völgybe – útközben száz szemmel figyelt ránk az oktató. Mivel több ország transzplantált sportolói jöttek össze, a helyiek versenyt is szerveztek nekünk. Sífutásban indultam, és a szlovén versenyző után másodikként haladtam át a célra. Az alpesi számokban harmatos volt a tudásunk.

Szeptemberben irány Görögország, az Európa-bajnokság! Csak atlétikai számokban álltam rajthoz. A száz méter síkfutásban ezüstérmét nyertem, kétszáz méteren pedig harmadik lettem. Az elért eredményemmel elégedett voltam. El kell ismerni, ha valaki jobbat teljesít – ez legfeljebb inspirálhatja a lemaradót a még jobb felkészülésre.

A családom többször is mondogatta, de magamtól is tisztában vagyok azzal, nem jó mindenáron tűzbe tartani a vasat. A teljesítménynövelésnek is megvan a maga ésszerű határa – pláne az olyan ember számára, akinek mellkasában más valaki szíve dobog. A futás fizikailag nagyon igénybe veszi az emberi test motorját. Meg kell találni azt az optimumot a versenyzésben, ami még szolgálja, és nem veszélyezteti az egészséget. Az ember azonban önző és gyarló lény. Ott akar lenni a versenyeken, győzni szeretne, és bizony az utazás élménye sem

elhanyagolható csáberő. Már Görögországban kijelölték, hogy kik vehetnek részt a svájci Nandezban a téli világjátékon (2001 januárjában).

Másfél héttel az indulás előtt influenzás lettem. Nem a legjobb előjelekkel érkeztem meg a havas viadalra – a benzinpénzt magunknak kellett állnunk. Gyenge erőnlétem eredményeimre is rányomta a bélyegét – de Svájcot látni megint maga volt a csoda.

Megfigyelhettük társaimmal, mennyire más az ottani emberek életritmusa, felfogása. Dél volt, gyönyörűen sütött a nap. Szemkápráztatóan szikrázott a hó. Leültünk egy parkba, és a lelkesedéstől fennhangon kezdtünk el beszélgetni. Közelünkben egy helybeli lakos ült. Hallva intenzív diskurzusunkat, csendben odaszólt hozzánk: – Csak halkan, nyugodtan! Élvezzék, hogy süt a nap! Vehemens beszélgető társaságunk megszeppent, és rájőve az intellemtől igazára, halkabbra vettük a beszélőkénket.

Életem ama szakaszában, amíg a saját szívem dobogott a mellkasomban, egyszer sem voltam külföldön. Azóta többször is megfordulhattam távoli országok népei között. Ez így nagyon szép, de van hátulütője is. Családunkat nem veti fel a pénz, és bár egyesületünk jelentősen hozzájárul a költségekhez, sokszor még a költőpénz és a családnak vásárolni kívánt portékák árának előteremtése is komoly fejtörést okoz. Az utazás eleve konfliktushelyzetet teremt, ugyanis családosan – az anyagi okok miatt – nem vagyunk képesek távoli útra kelni. A maguk módján persze örülnek, de ott van tekintetükben: már megint te mész! Az, hogy útiköltségem nagy részét szponzorpénzből szoktam fedezni, kevésbé érdekli őket – egyébként nagyon is megérdemelnék, hogy velem tarthassanak. Feleségemnek és gyermekeimnek mindig hozok valamilyen ajándékot: leginkább hasznos, praktikus cikket.

Hosszú időn át gyűjtöttem a költőpénzre valót a japán út előtt. Gyerekeimnek még az indulás előtt megmondtam, hogy most nem kapnak semmit, mert az anyjuknak szeretnék hozni egy nagyon szép karórát. Ilyen előzmények után ültem először repülőgépen. A ferihegyi terminál olyan volt az amszterdamihoz képest, mint egy makett. Tiszta időben repültünk az orosz sztyeppe fölött. Látni lehetett az erdőket, a mocsarakat: mindent – az egyik legszebb volt, amit valaha láttam életemben.

Kobéban szálltunk le. Órákig mesélhetnék a Japánban látottakról, tapasztaltakról, de nem teszem. Közlekedéskultúrájukról csak annyit, hogy még le sem léptünk a járdáról, máris megállt az érkező autó, és a vezetője intett, hogy haladjunk tovább bátran – és ehhez még zebra sem kellett. Nyugodtak az emberek: senki sem rohan, mégis mindenki időben odaér, ahova tart. Az utak jelentős része a föld alatt fut. A hotel és a kiszolgálás pazar volt. Olyan ételeket fogyaszthattunk, amikről addig fogalmunk sem volt. A halak millió fajtáját – például lazacot – és sokféle rákot, a legkülönbözőbb öntetekkel. Örökre szóló élmény volt.

Mivel azért elsősorban versenyezni, és nem világot látni mentem, ejtsünk azért szót arról is. Említettem már, hogy vidéken sokkal nehezebb edzőpartnert találni, és ezzel fejlődni. Ez – sajnos – meg is látszott a teljesítményemen: a velem szinte egy időben kezdő és hasonló alapokról induló sorstársam jóval előrébb tart már a sportágban, mint én (arra meg nincs pénzem, hogy hetente Budapestre utazzam edzeni). A futásban viszont jól szerepeltem: százon ötödik, kétszázon harmadik lettem a világbajnokságon. Mind az asztalitenisz, mind az atlétikai versenyeket gyönyörű létesítményekben tartották. Mivel a „fogyatékos” sportnak nincs reklámértéke, a lelátókon leginkább csak a szabadnapos versenyzők foglaltak helyet.

Most a szív- és tüdőtranszplantáltak Európa-bajnokságára készülünk; ez Klagenfurtban lesz. Mivel hasonszőrűek indulnak a versenyen, bízom benne, hogy a fizikai számokban eredményes leszek.

Meggyőződésem, hogy az ifjúkori sportolással szerzett fizikai állóképességem jelentősen segítette a műtét utáni felépülesemet. A mostani sportolás nagy előnyének azt tartom, hogy csak az alapgyógyszereket kell szednem – a nem sportoló sorstársak „marokszám” kapkodják a vérnyomáscsökkentő, vízhajtó pirulákat. Az eltelt évek alatt egyszer sem indult be a szív-kilökődés – márpedig ez másoknál azért előfordul.

AZ ÚJ ÉLET PEREMÉN

Dani Gyöngyi (27 éves)

Gyermekkorom nagyjából úgy telt el, mint egykorú társaimé: voltak barátnőim, akikkel hol összevesztem, hol kibékültem. Viszonylag vidám voltam, bár ez a vidámság csak az iskola falain kívül létezett. Szüleim – szegények lévén – sokkal egyszerűbben öltöztettek, mint osztálytársaimat: nem annyira divatosan. Ezért a gyerekek többsége kiközösített, ennek következtében kisebbségi komplexusom alakult ki. Egyedül a lakótelepi barátnőikkel éreztem magam jól, így a délutánok nagy részét a tanulás helyett velük töltöttem. Eközben már tizennégy évesen is nagyon vártam a nagy Őt – de nem jött, én pedig egyre csúnyábbnak, elhagyatottabbnak éreztem magam. Reménnyel töltött el az általános iskola befejezése, és a továbbtanulás kitörési lehetősége.

– Új életet fogok kezdeni! Meg fogok változni! – határoztam el.

Sokféleképpen ölthetünk új arcot. Én a vagány csaj szerepkörét osztottam magamnak. A nagy Ő pedig megérkezett: először, másodszor, harmadszor, sokadszor. Sorban követték egymást a nagy Ők. Kezdetben élveztem ezt az új helyzetet: szerettem a szexet, újabb és újabb örömekre vágytam. Ez lehetett az oka annak, hogy nem tudtam sokáig hűséges maradni. Jött egy új arc, egy izmosabb test, és már odébb is álltam egy házzal – így telt el közel egy év. Kihasználtam őket, ők meg engem, közben egyre kiégettebb és boldogtalanabb lettem. Éreztem: nem ez az, amit akartam. Láttam magam körül azokat az embereket, akiknek megkeserítettem az életét: a szüleimet, a testvéremet, az elhagyott fiúkat. Borzasztóan szenvedtem önmagamtól. Többször is megpróbáltam kilépni a csapdahelyzetből, felhagyni léha életmódommal. Megígértem a szüleimnek, a nővéremnek, a barátaimnak és magamnak is, hogy abbahagyom, de nem sikerült betartani. Végül is megfogalmazódott bennem: az egyetlen megoldás az, ha véget vetek az életemnek. Tizenhat évesen jutottam el idáig.

Február 16. volt. Levittem szánkózni értelmi fogyatékos húgomat. A ródlizás után nem haza mentünk, hanem az egyik barátomhoz. Több haver is támasztotta a falat a lakásban, nagyban folyt a tivornya. A szobába lépve két fiúbarátommal is szembe találtam magam. Az első számú krapekom vodkaadagja akkor már napi egy liter volt. Alig lötyögött tömény ital a kezében lévő üvegben. Őszinteségi roham kapta el, amikor észrevett. Elmondott mindennek, csak éppen úri kisasszonynak nem. Amikor kióbégatta magát, még fel is pofozott. Az ütleget nem fájt. De a kimondott igazság mélyen belemászott amúgy is zaklatott lelkembe. Magamba fordultam, és testvéremet magam mögött hagyva kisiettem a lakásból.

A tetőtérre nyíló ajtó kilincse után nyúltam. Megcsapott a tél hideg lehelete. Mindössze egy szál pulcsi volt rajtam.

– Meg kell tennem! Véget kell vetni ennek a gyalázatos életnek! – zakatolt fejemben a gondolat. Órákat töltöttem a tetőn, de nem éreztem a tél hidegét. – Meg kell tenni, meg kell tenni! – Olyan volt agyam játéka, mint amikor megakad a lemezjátszó tűje a korongon. Tudatom teljesen tiszta volt – talán ezért nem ugrottam le azonnal. Belső vívódásom másik oldala az volt, hogy jobban féltem nem megtenni, amit szándékoztam, mint igen. Elsősorban nem bátorságra van ilyenkor szükség a tett végrehajtásához: sokkal inkább az dominál, hogy látszólag ez marad az egyedüli, biztos menekülési út. Kiültem a tető peremére, és lelógattam a lábamat. Lebámultam a mélybe. Rendőrségi autó kanyarodott a ház elé. Az egyik éber egyenruhás beleszólt a keze ügyében lévő hangtölcsérbe:

– Mit csinál ott fenn, hölgyem? Ha ezek után megszeppent kislány módjára lesétálok a tetőről – ugrott be a felismerés – mindenki hülyének fog tartani. Nem akartam közröhej tárgyává válni ismerőseim előtt. A rendőr felszólítása után befelé fordultam a tetőn, de továbbra is a perem szélén ültem. A rendőr ekkor már nem láthatott lentről. – Meg kell tenni! Meg kell tenni! – Hirtelen felpattantam, félfordulatot tettem, és a mélybe vetettem magam. Mintha valaki kiabált volna, de az is lehet, hogy a saját sikításomat hallottam zuhanás közben.

Hatalmas megkönnyebbülést éreztem útközben. Nem gondoltam végig, mit is jelent meghalni: úgy hittem, hogy annál, ami eddig volt, csak jobb következhet. Azt reméltem, hogy mindennek vége: a továbbiakban már nem leszek felelős semmiért. Ám Valaki, egy nálam nagyobb hatalom úgy döntött, hogy korai még a halál, és új lapokat osztott. Négy kerékre korlátozott lehetőséget kaptam.

Sötétség, fény, sötétség, fény. – Meg tudod mondani a nevedet? – érdeklődött valaki. Sötétség, fény, sötétség, fény. Mintha emberek nyüzsögtek volna körülöttem. Sötétség, fény, sötétség, fény. Apukám arcát láttam fölém hajolni. Könnyel volt tele a szeme. Addig még soha sem láttam sírni. Anyukám nedves zsebkendőt szorongatott a kezében. Nővérem azt füllentette a kórházi ágy mellett állva, hogy ő már látott tolokocsiban ülő, boldog embert. Ezek voltak az első szó- és képfoszlányok, amikre vissza tudok emlékezni a földet érés után. Nem értettem, miért beszél nekem kerekas székről a testvérem?

Ő már tudta, hogy eltörött a gerincem, mégpedig a hátí, hetes-nyolcas szakaszon. A két lábam teljesen lebénult. Se mozgás, se érzés nem volt benne. Ebből azonban még semmit sem fogtam fel az intenzív osztályon. – Lökött a nővérem, és kész! – zártam le. Szüleimet eközben nyugtatgattam – ja, igen, és bocsánatot kértem tőlük.

– Minden rendbe fog jönni! Húsvétra már otthon leszek! – jelentettem ki határozottan. A későbbiekben azt mondták az orvosok, hogy egyetlen pillanatra sem veszítettem el az eszméletemet, csak az agyam törölte a bejövő információkat.

Nem lett keserű a szám íze attól, hogy életben maradtam. Így akarta „valaki”! Amikor kivettem magam a tetőről, az volt bennem, hogy most már valóban történik velem valami. Az is lehet, hogy nem akartam meghalni, csak változtatni akartam addigi sorsomon, és ezért ugrottam. Abban már a kórházi ágyban is tökéletesen biztos voltam, hogy gyökeresen megváltozik az addigi életem (akkor még nem tudtam, hogy életem végéig kerekas székre szorulok). Arra, hogy alsótestem lebénult, nem azonnal döbbsentem rá. Fokozatosan tudatosult bennem a felismerés. Akkoriban a kórházakban az volt a szokás, hogy ha valakinek eltört a gerince, akkor gipszágyba fektették. A kilencvenes évek elejétől vált szokássá a közvetlenül a baleset utáni műtét. Az egyik nővér súgta meg anyunak: próbálja meg elérni az orvosoknál, hogy felszállíttassanak Budapestre! Ott ugyanis biztosan megoperálnak. Helikopter repített a fővárosba, és március elsején begurítottak a mütöbe.

Pentelényi professzor úr operált. Hórihorgas, kedves bácsit ismertem meg benne – épp ilyennek képzeltem el egy professzort. A kórház dolgozói az addigi, nagyvilági csaj helyett egy kis tinit ismerhettek meg. Újra kisgyerek szerettem volna lenni. A műtét előtt azt álmodtam éjszaka, hogy az operáció után felébredtem, kipattantam az ágyból, és lélekszakadva futottam a kórházfolyosón. Közben azt üvöltöttem tele torokból, hogy: Járok, járok! Aztán a valóságban is felébredtem, és tudomásul kellettennem, nem fogok többé rohángálni, de még sétálni sem – soha többé.

A „rehabosztályra” – mint szinte minden gerincsérült – én is azzal a szándékkal érkeztem, hogy újra megtanulok járni. Fokozatosan rá kellett azonban döbbsennem, hogy a cél már nem a járni tanulás – bár ennek járógépes lehetősége megvolt –, hanem sokkal inkább az, hogy a

megváltozott helyzetben (ez speciel az ülő helyzet) a maximumot hoztam ki magamból. Egy hónapon át csak kézi súlyzókkal erősítettem izomzatomat az ágyban fekve – ezután kaptam meg az első kerekesszéket. Ronda, nagy, használt, magyar gyártmányú monstrum volt – mégis örültem neki, hiszen végre elhagyhattam az ágyat. Az első, tanulóvezetésem alkalmával nagy dugót hoztam össze a lift előtti folyosón. Kinyílt a liftajtó, amin jó pár kerekesszékes özönlött volna ki, ha nem állom el az útjukat. Azóta már csak mosolygok, ha visszagondolok erre az első próbálkozásra. Manapság úgy tart számon sok ismerősöm, mint a kerekesszék egyik legügyesebb használóját (persze, ez nem igaz, hiszen a lépcsőkön még csak lefelé tudok menni a székkal – a múltkor azt hallottam egy srácról, hogy felfelé is halad). Az önálló közlekedés következő lépcsőfoka a járógépes botorkálás volt. Úgy gondoltam előzetesen, hogy csak beleugrom a segédeszközbe, és már megyek is oda, ahova akarok. Ezzel szemben iszonyatosan sok munkámba került, amíg egyáltalán megtanultam, hogyan kell normálisan használni. Azt rövid időn belül be kellett látnom, hogy bár az ember álló üzemmódra van teremtve, nekem mégis meg kell tanulnom kerekesszékekben ülve élni, mert a járógéppel soha nem fogok úgy járni, hogy ne érezzem magam akadályoztatva – jobban, mint amikor a székekben gurulok. Sok ember hitetlenül fogadja, amikor azt mondom: ekkor már nem akartam meghalni – sőt, nagyon is akartam élni, mert motivált lettem. Értelmet kapott az életem: a cél pedig a túlélés lett, mégpedig nem is akárhogyan!

Szeretettel vettek körül a kórház dolgozói is, a betegek is. Kezembe nyomtak egy német nyelvkönyvet, és biztattak: van értelme tanulni! Elhittették velem, hogy értékes ember vagyok. A járógép az én esetemben elvetélt ötletnek bizonyult. Kaptam a kórháztól egy, a monstrumnál könnyebb és könnyebben kezelhető, kis kerekesszéket: attól kezdve azzal közlekedtem mindenhol. Ez lett az új lábam. A gyógyintézet közelében volt a Városliget. Gyakran kimentünk oda a betegszállító fiúkkal, és nagyokat csalinkáztunk a fák között. Közben egyre jobban erősödtem. Teltek-múltak a hetek és a hónapok. Már volt annyi erőm és önbizalmam, hogy egyedül vágjak neki a liget felé vezető útnak. Hatalmas élmény volt újra önállóan közlekedni!

Az igazi „pálfordulás” az volt, amikor bekerültem a Marczibányi térre, a Mozgássérültek Állami Intézetébe. Barátokra találtam. Láttam rajtuk, hogy a kerekesszék ellenére is boldogok. Arcuk sugárzott az életkedvtől, szájuk gyakran szaladt mosolyra. Volt miről beszélgetni velük. Csak kapkodtam a fejem, amikor elhívtak kosárlabdázni, meg táncos szórakozóhelyre. Minek menjünk olyan helyre, ha nem mozog a lábunk? Akkor még nem volt hozzá bátorságom, hogy beálljak táncoló barátaim közé a székemmel. Manapság már a világ összes kincséért sem hagynám ki az ilyen remek alkalmat. Színházba és moziba is eljutottam velük. Csak ámultam és bámultam, hogy mennyire természetesen élik életüket. Egyáltalán nem zavarta őket az állapotuk. Abszolút nem izgatták őket a bámuló emberek. Kezdtem minden téren a nyomdokaikba gurulni.

Korábban, a Városliget árnyai között még zavart, ha sajnálattal fordult felém egy-egy néni. Aztán rájöttem, hogy kíváncsiak az emberek. Tudtam, hogy ha egy extrém mozgású sorsrástársammal találkozom az utcán, én is megfordulok utána – igaz, nem feltűnően. Eljutottam odáig, hogy szembe mertem nézni a rám bámuló emberekkel, és rájuk mosolyogtam. Ettől végképp zavarba jöttem, és elkapták a fejüket. Nagyon tetszett ez a „macska-egér játék”! Néha már kimondottan élveztem a kiélezett helyzetet (ez biztosan hülyén hangzik). Óriási szerencsém volt, hogy azokkal a sorsrástársakkal hozott össze az élet, akik a későbbiekben barátaimmá váltak – mert hát könnyen kerülhettem volna csöbörből vödörbe is a Marczibányi téren.

Az újdonsült barátaim (mert ők a régi haverokkal ellentétben már tényleg barátok) majdnem mind gyakorló keresztények voltak. Eleinte három lépés távolságról figyeltem, hogy templomba járnak. Én úgy, ahogy hittem Istent, de a templomba járás meg sem fordult a fejemben. Gyere el velünk Nagymarosra, az ifjúsági találkozóra! – invitáltak. – Vonattal megyünk a Nyugati pályaudvarról! – Velük tartottam. Úgy gondoltam, hogy lesz ott egy csomó bigott ember, akik rózsafüzért morzsolgatnak. Mindegy! Azokkal leszek, akik megszerettek, és maguk közé fogadtak – üsse kavics! Már az is nagy élmény volt, hogy vonattal utazhatok. A kerekesszékes emberek emelésére szolgáló eszköznek még se híre, se hamva nem volt a MÁV-nál. Segítőink nyakába kapaszkodtunk: ők vittek fel a vagonba, majd utánunk röptették a kocsikat. Már a vonaton is magával ragadó volt a hangulat. Dallamos gitárzenétől és önfeledten éneklő fiataloktól volt hangos a szerelvény. Hamar elszaladt a menetidő órája. A várt anyókák és apókák helyett zömében huszonévesekből álló, többeszes tömeg gyűlt össze a templom melletti ligetben. Csodálatosan éreztem magam!

Egy hónapot töltöttem el a Marczibányi téren, majd hazautaztam. Ekkor már elrendezett ügy volt, hogy egy év múlva visszaköltözöm a fővárosba.

Egy lány csemetét be szüleim lakásába. Azelőtt sosem láttam. Abban az iskolában tanított, ahová értelmi fogyatékos testvérem járt. Hallott az esetemről, és megtudta, hogy hazajöttem. Hosszasan elbeszélgettünk, majd elhívott egy római katolikus közösségbe. Kicsit misztikus hatással volt rám az eset. A Nagymaroson megismert és megszeretett világ újra megnyílt előttem, méghozzá szülőhelyemen! A helyi közösség befogadott. Tagja lettem a kórusuknak is. Nyitott, emberi együttlétbe csöppentem. Az utcáról bárki bejöhetett hozzánk – lett légyen csöves vagy hajléktalan. Megosztottuk egymással élményeinket, tapasztalatainkat.

Anyukám folyamatosan törekedett arra, hogy teljes körűen kiszolgáljon. Még azt sem hagyta, amire egyedül is képes lettem volna. Ezt már borzasztó nehezen viseltem. Egész nap tétlenkedtem – kivéve, ha elmentem a közösségbe vagy a templomba. A negyedik emeletre járógéppel mentem fel. Eleinte a lakásban is azzal közlekedtem, de annyira körülményes volt, hogy a továbbiakban már a lakásban is a kerekesszéket használtam. Magyar gyártmányú kocsim volt, amit batárnak neveztem el – nem véletlenül. Ezzel a monstrummal kellett forgolódnom a panelben. A dög nehéz járgánynak mindössze annyi előnye volt, hogy jól megerősödött a kezem a hajtásától. Visszasírtam a rehabilitációs intézetben ideiglenes használatra kapott, filigrán kerekesszéket. A lakás berendezésén, kialakításán szüleim semmit se változtattak (nem is vártam el tőlük). Cirkuszi mutatvány volt, ahogy a székből eljutottam a fürdőkádig, majd belemásztam. A fürdőszoba magas küszöbe jelentette a „megálljt” kocsimnak és sofőrjének. A guruló székből átlendítettem felsőtestemet a mosógép felé, és megkapaszkodtam. Karom erejével húztam magam a kád széléig, és úgy ügyeskedtem be magam. Ettől a mutatványtól anyukám rendszerint rosszul lett. Le kellett vetköznöm az ágyban, és onnan cipelt be a kádba. Ettől viszont én lettem rosszul – szóval, nem unatkoztunk. Végül is addig erősködtem anyunál, amíg meghajolt makacsságom előtt. Nem játszotta el velem többé a „gólya viszi a fiát”. Számomra az volt az ideális felállás, ha tehettem a dolgomat. Ha nem tudtam megoldani saját erőből, akkor segítséget kértem – nem csak otthon, de az utcai közlekedésben is. Nem kellett, hogy tologassanak a járdán: tudtam a kocsit hajtani. Ha viszont magas járdaszegély állta utamat, akkor elkért a segítség.

Az előzetes tervek szerint, egy év múlva újra a Marczibányi téren kötöttem ki. Továbbtanulni is szerettem volna: a bőrdíszművesség, a varrás, a parókakészítés és a szövés közül választhattam. Eredetileg a varrás mellett döntöttem, de kisvártatva kiderült, hogy abban az évben nem indítanak ilyen képzést, így átjelentkeztem a parókakészítő-tanfolyamra. A kényszerből választott szakmát egyáltalán nem sikerült megkedvelnem, de becsületből azért elvégeztem.

Elsősorban a társaság és a környezet miatt vonzódtam a fővároshoz. A Marczibányi téri intézetben mindent úgy alakítottak ki, hogy a mozgássérültek komfortosan érezzék ott magukat. Gond nélkül fel tudtam jutni az emeletre kerekesszékekkel: nem szorultam a járógépre. Ha kigurultam a kapun, máris ott volt a Fény utcai piac, a Széna és a Moszkva tér is. Kinyílt előttem a világ!

Mivel már érdeklődő, csupaszem lány voltam, mindenhová bedugtam az orromat. Így jutottam el a fafaragó műhelybe is, ahol a kézműves munka gyönyörein túl újabb értékes embereket ismerhettem meg. Szó szót követett a műhelyben. – Hiányzik egy lány a kosárlabdacsapatból! – invitált a fafaragómester. Elmentem az edzésre a fiúkkal. A mozgássérültek kosárlabdasportjában vegyes is lehet a csapat (kivéve a kontinensviadalokat). Nem zavart, hogy leginkább a kispadot koptattam: lelkesen edzettem a többiekkel. Javarészt gerincsérültek játszottak a csapatban. Amit elsősorban megtanultam tőlük, az az a lazaság volt, amivel fittyet hánytak állapotukra. Bizony, egy gerincsérültnek nem annyira a járás hiánya, mint inkább a kis és a nagy szükség elvégzése meg a szex hogyanja okozza a legtöbb problémát. Mindezekre vannak különböző trükkök, amikkel most inkább nem fárasztanék senkit. A lényeg az, hogy a folyós, esetleg darabos ügyeknél néha előfordul a „bénával”, hogy már csak akkor érzi meg, hogy WC-re kéne mennie, amikor már késő. Sokáig jóval cikisebbnek tartottam ezeket a szituációkat, mint kellett volna. A kosárlabdacsapat fiaitól tanultam meg, hogy mekkora, néha már túlzott lazasággal is kezelhetők ezek a kérdések. Persze kellő, nagyfokú önironiával. Az effajta „baleset” természetesen nem lehet állandó kifogás. Egy kerekesszékes nem árasztthat minduntalan kellemetlen szagot: az ilyen problémákat kellő higiéniaiával – ha kell, sűrűn cserélt pelussal – kordában lehet tartani.

Sikeresen befejeztem a parókakészítő képzést, és egyben lehetőséget kaptam egy újabb szakma elsajátítására. Ekkor indult a nőiruhakészítő szakmunkásképzés az intézetben, és ebben több fantáziát láttam, mint a parókakészítésben. Az intézet pszichológusa sokat beszélgetett velem. Úgy vélte: érdemesebb lenne ráhajtani az érettségre – én azonban fontosabbnak tartottam, hogy valamilyen szakmát szerezzek. A gimnázium elvégzését mégis egyfajta kihívásnak tekintettem. Végül a pszichológus állt elő azzal a vad ötlettel, hogy próbáljam meg a kettőt együtt. Mindenki ellenezte – épp ezért mentem bele. Meg akartam mutatni, hogy képes vagyok rá. A gimnáziumot a szomszéd utcában, a Rákóczi gimnáziumban kezdtem el, levelező tagozaton. Ehhez tudni kell, hogy az épület tele volt lépcsővel. Ekkorra már megfogalmazódott bennem, hogy az iskolaválasztásnál ez nem lehet szempont, mert akkor igencsak szűkösek lennének a lehetőségeim – előzetes tapasztalataim alapján lehetnék szövőnő és parókakészítő. Gyakran közlekedtem önállóan a kerekesszékekkel, és megtanultam metrózni is. Önállóan mentem le a mozgólépcsőn, a hagyományos lépcsőn pedig segítséget kértem a járókelőktől. Ritkán utasítottak vissza. Ezen tapasztalataim alapján úgy gondoltam, hogy biztosan találok a gimnáziumban segítőkész fiatalembereket, akik felvisznek a lépcsőn. Ez be is jött, de a két iskola párhuzamos végzése nem. Mindkét helyen túl magasak voltak a követelmények: pótvizsgáznom kellett kémiaiából. Hatalmas kudarcként éltem meg. Csak a szakmunkás iskolát folytattam, és azt sikeresen be is fejeztem.

Nagy terveim voltak a varrással. Megváltozott testalkatú embereknek szerettem volna ruhákat készíteni. Ehelyett olyan munkalehetőségem adódott, ahol nem megváltozott testalkatú, hanem megváltozott munkaképességű embereknek segíthettem – nem varrással, hanem munkahelykereséssel, a Motiváció alapítvány speciális munkaközvetítő irodájában. Munkaköröm megkívánta a középfokú képesítést, és már nem is lehetett kérdés, hogy letegyem-e az érettségit – utána pedig magától értetődött, hogy humán területen tanulok tovább. Két éve járok a gödöllői Szent István Egyetem munkavállalási tanácsadó szakára.

Mindeközben részt vettem egy olyan, úttörő munkában is, ami addig még nem létezett hivatalos formában Magyarországon: ez az úgynevezett „révészkedés” (sorstárstanácsadás). A bal-
eset vagy betegség következtében (nagy valószínűséggel véglegesen) megrokkant embereknek mozgássérült társaik próbálnak hasznos gyakorlati és lelki segítséget nyújtani. Az általuk már megélt szituációkból, tapasztalatokból merítve hitelesek maradnak, mivel a problémák hasonlóak. A tanácsadó elsődleges feladata, hogy figyelmesen végighallgassa sorstársát, és olyan választási lehetőségeket tárjon elé, amelyek közül választva saját gondolataival, döntéseivel juthat el problémája megoldásáig. A „révész tevékenységnek” elnevezett tanácsadást csak olyasvalaki végezheti, aki maga is teljes körűen rehabilitált fizikai és lelki értelemben is (ez részlet egy régebbi előadásom szövegéből, amit egy orvosi rehabilitációs konferencián mondtam el). E gondolatok alapján már jogosan érezhettem magam rehabilitátnak az 1993-1994-es években, és egyre jobban kezdett kikristályosodni előttem, hogy mit is akarok kezdeni magammal az életben. Jártam a kórházakat, és beszélgettem azokkal az emberekkel, akik olyan vagy hasonló állapotban voltak, mint egykor én, amikor – mint kis nyuszi – megkaptam az első kerekesszéket. Őszintén elmondtam nekik, hogyan élek, mi mindent lehet véghezvinni a székből. Szívesen hallgattam meg, hogy miként kerültek szorult helyzetükbe. Jóleső érzés volt biztató szavakat és megoldási alternatívákat kínálni kétségbeesett kérdéseikre, és látni, miként folyik vissza beléjük az önbizalom, a folytatásba vetett hit. Ha már az „életbajnokokról” szól ez a könyv, akkor el kell mondanom, hogy azok az emberek is valamennyien igazi életbajnokokká váltak. Visszamentek családjukhoz, ismerőseikhez, és újra dolgozni kezdtek. Ismét aktív tagjaivá váltak családjuknak, éltek új, idővel megszokott életüket – a társadalom kirekesztő keretei között. Pedig csak négy kerékkel van több nekünk, mint amennyit az Orbán-kormány előírt. Jó érzés volt tudni, hogy egy kicsit segíthettem sorstársaimnak abban, hogy gyorsabban eljuthassanak annak felismeréséig, hogy bármilyen fogyatékosággal is él az ember a világban (kerekesszékekben, fehér bottal, siketen, egy válás okozta traumával vagy egy elvesztett családtagot hiányolva) mindig tudni kell talpon maradni, hogy megtaláljuk saját, járható utunkat ebben az útvesztőben. Akkor is, ha ez az út néha fehér, néha meg fekete.

Voltak kissé elvetélt próbálkozásaim is ebben az útkeresésben. Miután kezdett kialakulni bennem az a nagyképű gondolat, szándék, hogy életem példájával segítsek másoknak, még a révészkedés előtt beléptem egy börtönmissziós szolgálatba. Egyedüli mozgássérültként vettem részt benne, hogy a megtért rosszlány esetét mutassam be az elítélteknek. Hogyan néztek rám a rabok? – Hát ez tiszta hülye...! – volt a tekintetükben. Csinos csaj, milyen dögös pipi lehetett! Most meg itt ül a kerekesszékekben, és hetet-havat összeprédikál nekünk! Jóval több sikerélményhez jutottam az iskolákban. Osztályfőnöki órákra jártam be. Arról, hogy miért és hogyan lettem mozgássérült, nem beszéltem a gyerekeknek, de arról igen, hogy miként élek most, és milyen nehézségek gátolják mozgásukban és érvényesülésükben a mozgássérülteket. Az egyik elrejtett, fő mondanivaló, hogy bármilyen élethelyzetben meg lehet találni a boldogságot, az élet értelmét. A gyerekek vevők voltak a hallottakra, és csak úgy záporoztak felém a jobbnál jobb kérdések. Végre zajlott körülöttem az élet, és rendesen ki is vettem belőle a részemet. Szinte minden sportot kipróbáltam (kosárlabda, pingpong, tenisz, erőemelés, vívás stb.), mellette pedig még a fentebb említett dolgokat.

Ja, és a magánéletem... Kezemben volt már a szakiskola bizonyítványa, amikor kaptam mellé egy férjet is. A baráti kör tagja volt, ott találkoztunk először. Már az első pillanattól csapta nekem a szelet. Gyakran hívott el vacsorázni. Az tetszett meg benne, hogy művészlélek volt a javából, az irodalom nagy szerelmese. Kimondottan szépen beszélt, hatalmas és érzékeny lelke volt – ez mind imponált nekem. Hosszú barátság után váltott át a kapcsolatunk szerelemre. Két év együtt járás után döntöttünk úgy, hogy összeházasodunk. Az esküvő után két,

gyönyörű hetet töltöttünk Hollandiában, nászúton, majd hazajöttünk, és elkezdtek a hétköznapiakat. Az első év még nagyon jó volt: élveztem, hogy olyan nagyon, szinte rajongva szeret valaki. Lassacskán azonban kezdtem rájönni, hogy nagyon sok mindenben nem passzolunk egymáshoz, és hosszú távon egyikünk sem lehet boldog ebben a kapcsolatban. Nem benne, hanem magamban csalódtam nagyobb két év után, a válás miatt. Annyira szerelmes voltam bele, és mindez már a múlté... – nagyon nehéz volt megemészteni!

Ma már újra feleség vagyok, és anya is (legalábbis próbálkozom). Váratlanul lett egy nyolcéves lányom, Emese. Hároméves kora óta neveli őt teljesen egyedül a férjem. Felesége egy nagyon csúnya betegség áldozata lett: így maradt egyedül egy gyönyörű, szőke tündérrel. A történethez tartozik, hogy mindezt egy kerekesszéket ülve teszi, és nem is akárhogyan! Mire beléptem ebbe a képbe, már egy nagyon jó tanuló, öntudatos, egy kissé akaratos, ám szófogadó kislányt kaptam. Négy éve vagyunk összetartó család, és úgy érzem, jól kiegészítjük egymást Papussal (így hívom a férjemet). Szükségem van rájuk, és talán nekik is rám. A legnehezebb kihívás, hogy még manapság is sok mindennel elfoglalom magam (sport, főiskola, nyelvtanulás, munka), és rájuk nagyon kevés idő jut. Keveset gyakorlom a családanya szerepét, és ez engem bánt a legjobban. Bízom azonban abban, hogy még jó pár olyan esztendő lesz az életemben, amikor csak ők léteznek majd számomra.

Mivel eredményes sportoló szerettem volna lenni, de a kosárlabda erre nem volt alkalmas, ezért férjem javaslatára elmentem a vívóterembe. Nem az első pillanatban szerettem bele a vívásba. Sokáig csak nézegettem, hogy miről is van itt szó? A kerekesszéket rögzítik. Egy mással átellenben helyezkedik el a két vívó, negyvenöt fokos szögben. Az asszó kezdete előtt fel kell venniük a távolságot. Az egyik versenyző könyökben behajlítva előretartja egyik karját úgy, hogy tenyere az ellenfél arca felé forduljon. A másik versenyző egyenes derékkal ül a kocsijában, és előrenyújtja vívófegyverét. A sportszer végének a másik versenyző könyök-hajlatáig kell érnie. Ezt a távolságmérést fordított szereposztásban megismétlik. A végén egy szabályozható hosszúságú rúddal rögzítik a két kocsi közötti távolságot. A kosárlabdázásnál jóval kevesebbet lehet mozogni vívás közben, és ez elkeserített. Hosszas vajúdás után próbáltam ki a gyakorlatban: milyen is vívni? Felcsatoltam a mellkasvédőt, beültem a székbe, és a fejemre húztam a vívósisakot. A ruhám ujjába bújtatott vezeték végén lévő dugót csatlakoztattam a tör aljzatába. Hamar ráéreztem, hogy ez a sport elsősorban kemény agymunka, és csak utána fizikai. A pillanat töredékén múlik, hogy a két versenyző közül melyik viszi be gyorsabban a másik testfelületére a szabályos találatot. A „Rajta!” vezényszó után mindketten támadnak. Ha sikerül hárítani a gyorsabb versenyző támadását, akkor azonnal riposztolni kell (vissza kell szúrni). Persze, mindezt csak idővel éreztem rá.

Belelendültem a mindig pengeéles agymunkát követelő vívásba. Közvetlenül a sydney-i olimpia előtt, 2000-ben kezdtem el aktívan vívni. Heti három edzésünk van. Megszerettem, sőt, már kimondottan élvezem az edzéseket, a tétmérkőzéseket. Ebben az is közrejátszott, hogy jól ment a játék. A vívás valójában nem látványos sport. Ha valaki a „pást” mellől szemlélődve nem érti a kerekesszékes vívás lényegét, akár kimondottan unalmasnak is tarthatja.

A mozgássérült vívókat A, B és C kategóriába sorolják. Az elsőbe azok tartoznak, akik, ha bicegve is, de tudnak járni, netán egyik kezük vagy lábuk hiányzik stb. A B kategóriások általában gerincsérültek, akik a két alsó végtagjukat nem tudják használni – mi vagyunk az úgynevezett paraplégek. A C kategória versenyzőinek ezen felül még a kezük is sérült valamelyest (ők a tetraplégek). Természetesen ez a besorolás igencsak elnagyolt, hiszen a sportolókat orvosok minősítik a megfelelő kategóriákba – különböző, általuk felállított kritériumok alapján.

Ha szakosztályunk anyagi helyzete megengedi, akkor az edzőnk sűrű versenyprogramot állít össze. Pár napja érkeztem haza Madridból, az Európa-bajnokságról. Válogatottunk jól teljesített a kontinensviadalon. Minden éremfajtából hoztunk haza – nem egyből többet is. Párbajtőrben szerepeltem a legeredményesebben. A mezőnyt két csoportra osztották. Az előcsatározásokban második lettem csoportomban, és ezzel a főtábla negyedik helyére kerültem fel. Remekül ment a vívás, és bejutottam a döntőbe, ahol egy lengyel lány várt rám. El kell ismernem, hogy nagyon jó vívóval kerültem össze. Addigi találkozóinkból mindig ő került ki győztesen. Nincs még elég rutin a kezemben – ami nem is csoda, hiszen csak két éve vívok. Ennek ellenére, ha nem is volt túl szoros az eredmény (15:9), mégis méltó ellenfele voltam a nagy tudású lánynak. Erősen fűt a visszavágás vágya. Erre legközelebb a budapesti világ-bajnokságon lesz alkalmam. (Egyéniben ezüstérmes lett Gyöngyi, míg a női csapattal bronz-érmet nyert.)

Nemcsak az élet egyéb területein, de a vívásban is pórul jár az, aki elhiszi a másiktól, hogy legyőzhetetlen. Sokáig én is úgy voltam hazai ellenfeleimmel. Harmadik vagyok a magam felállította rangsorban, és kész. De nem úgy van ám! Nemrég sikerült legyőznöm egyiküket, még hozzá világkupaversenyen. Óriási hajtóerő bennem a győzelem olthatatlan vágya, de a versenydrukk sokszor közbeszól. Ez történt velem a madridi Európa-bajnokságon is, tőrben. A harmadik helyért egy magyar lánnyal vívtam. Élt még bennem a régi beidegződés, hogy ő a jobb – ezért lettem negyedik. Az a legrosszabb dolog, amikor nemzetközi versenyen egy csapattárs ellen kell vívni, mert ilyenkor ugyan lesz egy magyar győzelem, de egy magyar vereség is, így aztán a győztes sem örülhet felhőtlenül.

Az, hogy valaki mozgássérült, még nem jelenti azt, hogy ne érhetne el nagy eredményeket az életben – annak bármelyik területén is. Úgy vélem, az én lehetőségem a vívás: ebben tudom kibontakoztatni bizonyítási vágyamat. A végső célom egy paralimpiai érem. Az se baj, ha nagyon csillog majd a nyakamban. Úgy érzem, hogy már végérvényesen legyőztem régi önmagam. Most már mások felett szeretnék diadalmaskodni – de csak a sportban.

MEGVALÓSULT ÉLETCÉLOK

Hegedűs Béla (58 éves)

Markazon jártam ki az általános iskola nyolc osztályát, majd utána a Vak Bottyán Gimnázium tanulója lettem Gyöngyösön. Reál tagozatra jártam. A második évfolyamon kezdtem erősebb lelki készletet érezni az aktív sportoláshoz. Fatuskókat erősítettem szüleim falusi portáján a kocsitengely végére, és azt kezdtem emelgetni. Később továbbfejlesztettem sajátos sport-szeremet: autókerék került a vastag vízvezetékcső két végére. Nem tudom megmondani, hogy konkrétan mi terelt a súlyemelés felé, de valószínűnek tartom, hogy filmélmény, netán a televízióban közvetített súlyemelő világbajnokság kelthette fel bennem az erőt kívánó sport iránti érdeklődést.

Rá egy évre elkezdtem birkózni: nem másért, csak mert a birkózóedzések szerves része volt a súlyozás. Mivel Gyöngyösön végeztem a középiskolát, a hétköznapijaim eléggé sajátosan alakultak. Délután négy órakor indult az a távolsági busz, amivel hazautazhattam volna a falumba. Mivel az edzések késő délután kezdődtek, ezért csak az éjjeli, tizenegy órakor induló Volán járással térhettem haza – ezt azonban egyáltalán nem bántam. Kimondottan élveztem az edzések lelkesítő hangulatát. Jó volt nap mint nap együtt lenni az edzőteremben azzal a tizenöt fiúval, akik szintén éltek-haltak ezért a férfias sportért. Hamarosan megalakult a súlyemelő-szakosztály; az edzések a közelben lévő szakmunkásiskolában voltak. Bejárhattunk edzeni a Magyar Néphadsereg egyik helyi laktanyájába is: ott lényegesen jobbak voltak a feltételek. Csak az érdekesség kedvéért említem, hogy a honvédségnél ismerkedtünk meg az amerikai futballal. Mivel az edzőmunkában mindig teljes erőbedobással vettem részt, indulhattam az országos ifjúsági bajnokságon is.

A gimnáziumi évek után Budapestre kerültem, és a Kertészeti Egyetem hallgatója lettem. 1962-t írtak ekkor. A nehéztatlétikától továbbra sem szakadtam el: néhány egyetemista fiúval lejárattunk erősíteni a MAFC edzőtermébe. Mivel az egyetemi tanulmányok és gyakorlatok sok időt követeltek, úgy gondoltuk társaimmal, hogy jobban járunk, ha az egyetemen belül teremthetjük meg magunknak a súlyemelés feltételeit. Az egyik folyosó zugában kialakítottunk egy sportsarkot. Teljesen amatőr társaságunk három évfolyam hallgatóiból állt össze. Elszántan emelgettünk délutánonként. Szorgalmamnak köszönhetően első osztályú minősítést értem el. Váltósúlyban versenyeztem, mivel a testsúlyom alig volt több, mint 70 kilogramm.

A harmadik évfolyamot végeztem, amikor minden előzmény nélkül, mindkét szememben levált a látóideg. Az okát máig sem tudom, mert nyáron egyáltalán nem edzettem. A súlyos szemprobléma következtében nem csak a súlyemeléssel kellett felhagynom, hanem a nappali tagozatra sem járhattam tovább.

A negyedik évfolyamot levelező tagozaton végeztem el. Ezt azért tehettem meg, mert a retinaműtétek viszonylag sikeresek voltak. Erről röviden annyit, hogy az operáció után két hétig teljesen mozdulatlanul kellett fekuődnöm a kórházi ágyon, leragasztott szemekkel. Fiatal voltam, elviseltem. Ám hamar kiderűlt, hogy mégsem elég jól sikerűltek a műtétek. Némi orvosi segítséggel kijutottam Majna-Frankfurtba, ahol egy későbbi Nobel-díjas szemészorvos megoperálta az egyik szememet. A korábbi műtétek miatt már csak a látóideg közepét tudta visszatapasztani a helyére. Csőlátó lettem; ekkor voltam 22 éves. Csökkent látásom fokozatosan tovább romlott, ezért az utolsó évet már nem tudtam elvégezni az egyetemen. A nagy látásromlás erősen megrázott. A következő tíz évben egyáltalán nem sportoltam, hogy kíméljem a szemem. Mindkét életcélom dugába dőlni látszott.

Az egyetemről az utcára kerültem. Laktam munkásszállástól albérletig mindenhol. Munka után is kellett nézmem; így lettem telefonközpontos. Csendesen folydogáltak a hónapok, de sehogy sem bírtam nyugton megülni. Jelentkeztem a Marxista Egyetemre. Filozófia szakra jártam, amit hét év alatt végeztem el. A globális tananyagnak kimondottan csak a filozófia része érdekelt. Még ma is megvan kazettán az a közel kétezer óra pszichológiai és természet-tudományos ismeretanyag, amiből annak idején a beszámolókra készültem. A vizsgaidőszakban napi tizenkét órát tanultam. A magnó egész nap ment, én pedig le-fel járkáltam a szűk szobában, úgy memorizáltam a hallottakat. A sok tanulni való tökéletesen lekötött: hatvan-nyolc tételtől kellett felkészülnöm. A vizsgáim ötösre sikerültek.

A retinaleválás után tizenkét évvel, 1977-ben véglegesen elveszítettem a látásomat. Már előtte, 1974-ben tudomásomra jutott, hogy a Vakok Szövetségén belül működik a Wesselényi Sport Kör. Egyik sorstársam igazított útba az atléták edzése felé, ahol szeretettel fogadtak. Beálltam közéjük.

Az atlétikai számok közül a súlylökés és a diszkoszvetés került legközelebb a szívemhez. A diszkoszvetésnél másfélszer kell megfordulni a dobókörben: ezt kell tökéletesen begyakorolni az edzéseken. A súlylökés eredményében a precíz beugrás szerepe a meghatározó. A nagyszerű lehetőség annyira magával ragadott, hogy huszonöt éven át versenyszerűen sportoltam. Annyi év kemény edzései után 1999-től két év pihenőt engedélyeztem magamnak, de két hónapja újra elkezdtem otthon edzeni.

De menjünk csak vissza az újrakezdéshez! Amikor odakerültem, a sportkörnek körülbelül harminc tagja volt. Az élet úgy hozta, hogy szakosztályvezető lettem. Ténykedésem alatt a látássérült sportolók száma megközelítette az 50 főt. Néhányan minden nyáron lemorzsolódtak közülünk. Elég fárasztó a nagy melegben edzeni – gondolhatták a kimaradók. Az atlétika csapat stabil magja olyan 10-15 fő volt. Rendszeressé váltak a külföldi versenyek. Évente 4-5 alkalommal mértük össze tudásunkat egy-egy másik ország nem látó versenyzőivel. Idővel beindult a szpartakiád is: ekkor még csak a szocialista országok látássérült sportolói találkozhattak a pályán.

A fogadó országokban egyszerű körülmények között szállásoltak el minket. Akkor a sport még nem volt úgy a középpontban, mint manapság: ma már nemegyszer 100 000 forintot is be kéne fizetnie egy-egy versenyzőnek szállásra, ellátásra. Úgy érzem, a sportban is egyre inkább a pénz és a külsőség diktál. Első jelentős versenynek a New Yorkban, 1984-ben rendezett Fáklya játékokat tekintem. Egyik csapattársunk aranyérmet nyert magasugrásban, ketten pedig ezüstérmesként állhattak dobogóra. Én diszkoszvetésben indultam. A verseny előtt lekötötték mindegyikünk szemét, hogy a feltételek egyenlőek legyenek. Nem volt túlságosan zavaró, de meg kellett szokni a tapaszt. A dobókört védőhálójával kerítették, de érdemben sosem volt rá szükség. Az első négy sorozat után még az élen álltam, az ötödik végére visszacsúsztam a második helyre, végül a negyediket sikerült elcsípnem. Harminc méternél valamivel messzebb szállt el kezemből a diszkosz; a győztes három méterrel szárnyalta túl legjobb dobásomat. Mivel az évek folyamán egyre jobban fejlődtek a világban az erősítés módszerei, ezért ezeket a régi eredményeket nem érdemes összevetni a maiakkal.

Szöulban nem indultam, de az azt követő két paralimpián részt vettem. Barcelonában elért, hatodik helyezéssel pontszerzője voltam csapatunknak, és ezt négy évvel később, Atlantában megismételtem. Az olimpiák közötti páros években a világ bajnokságot rendezik meg; ezeken a mozgássérültekkel közös helyszínen vettünk részt. Így jártam Göteborgban, Berlinben, Assenben és Madridban is. Európa-bajnokságon a következő városokban voltam: Róma, Moszkva, Zürich, Caen, Dublin, Valencia és végül Lisszabon. Ugye, milyen csodálatos paletta?

Bár a versenyeken az eredményesség volt számunkra a fő szempont, szerencsére más élmények is kötődnek világjárásunkhoz. Barcelonában például a rendezők svédasztalszerűen, futballpálya nagyságú területen kínálták az élelmiszerek változatos fajtáit. Az automatákból gombnyomásra potyogtak kezünkbe a csokoládék és az ízes fagylaltok. Kényelmesen körbejárhattuk a megpúpozott asztalok tucatjait, és választhattunk a tengernyi ingyenség és ital-különlegesség közül. Ha azt mondom, ezerféle lehetőség kínálta magát az olimpiai faluban, valószínűleg alábecsülöm azok számát.

A terített, feldíszített asztalok között haladva nem csak a napi kulináris élvezetekkel törődtem, hanem a távoli jövőt is szem előtt tartottam. Megszereztem magamnak a saláták és a különböző öntetek receptjeit, és a mai napig előszeretettel eszem ezeket az ízletességeket. Ugyanez a pazar bőség jellemezte Atlantát is. Csónak nagyságú műanyag edényeket raktak ki szerte az olimpiai faluban, és ezekben mázsányi jég hűtötte az üdítőitalok százait. Eközben persze magát a paralimpiát is maximálisan megszervezték.

Vásárlási lehetőségeinket jelentősen bővítette, hogy már nyugatra is utazhattunk. Vitathatatlanul a műszaki áruk voltak a slágercikkek. A bevásárlóköri végén úgy néztünk ki, akár a zsibárosok. Aki tudta közülünk, hogy mit akar vásárolni, az könnyen boldogult az üzletekben, bizonytalankodó társainknak pedig elsősorban arra volt szükségük, hogy segítsünk nekik a döntésben. Amikor még csak a szocialista országokba utazhattunk versenyezni, bizony más volt a módi. Csomagjainkban ott lapultak a szovjet pezsgők tucatjai és a téliszalámi rudak: ezeket bocsátottuk áruba a versenypálya környékén. Eközben mindig tartottunk a vámosoktól, akik velünk sem voltak elnézőek. Egyszer, amikor Lengyelországba tartottunk, a határállomáson személyi motozásnak vetettek alá minket. Volt, aki megfúrta a szappanját, és oda rejtette el a valutát, míg mások a kenyérbe nyomták bele a pénzt. Egyik társunk kabátzsebében rátalált a finác a dollárra: feljelentés lett a trükközés vége. A külföldi út után hazatértünk Magyarországra. A lebukott havert beidézték a vámhatóság irodájába – előtte azonban kiokosítottam. A devizabűntett miatt kutakodó, változatos kérdésekre mindig ugyanazt felelte: Amikor benyúltam a szekrénybe, a másik kabátomat akartam kivenni: abban nem volt pénz! Annyiszor ismételte el ezt a választ, hogy a hivatalnokok végül is kizavarták a szobából: mindenféle retorzió nélkül megúsza.

Egyáltalán nem volt könnyű eljutni odáig, hogy az edző meghívjon valakit a válogatottba. Télen, alapozó edzésként súlyemelő gyakorlatokat végeztem. Egy lendülettel szakítottam fejem fölé a 90 kilós súlyt. A kezdő szint mindig 60 kilogramm volt. Egész télen nagy örömmel emelgettem, hetente háromszor – többet nem, mert azért a pihenésre is kellett időt szakítani. Néha lökést is beiktattam az edzőmunkába, hogy vele színesebbé tegyem a szürke, téli délutánokat. Ebben a fogásnemben 120 kilogrammig sikerült eljutnom. Aztán jött a fekvő nyomás. A svédsekre ny felső részét letettem a földre, majd ráfeküdtem. Utána már csak ki kellett nyomni mellől a súlyt. Az edzéseken 140 kilogrammig, erőpróbán 155-ig jutottam el. Guggoló emelés is volt az edzőtervben. Mellről kellett nyakra tenni a mázsás súlyt, és így következett egy sor guggolás. Nyáron kissé változott az edzés. Ilyenkor csak hetente egyszer emeltem: a dobószámok technikai gyakorlása és az atlétikus képzés került előtérbe. Az edzés első felében kapott helyet a súlylökés és a diszkoszvetés, míg a második felében 3-5 kilogramm súlyú vasgolyókat dobáltunk, mintha diszkosz lenne. Olyan is volt, hogy tizenkét kilós golyókat hátrafelé hajítottunk el, meg előre is. Remek volt az edzés hangulata – és utána is jól kijöttünk egymással.

Sok mindenre jó az edzett állapot. Még csőlátó korszakomból van erre egy remek példám. Hazafelé tartottam az edzésről, át a Bosnyák téren. Látni véltem, hogy a villamos a megállóban áll, és átmentem előtte. Tévedtem: már elindult, és éppen nekem jött. Bal kezemmel és

lábammal egy pillanat alatt megtámasztottam a jármű orrát, és úgy ellöktem magam tőle, hogy átgurultam az úttesten a járda széléhez. Ott felkeltem, és leporoltam a nadrágomat. Többen is odarohantak hozzám a járókelők közül: Hogy van, fiatalember? Ha nem lettek volna olyan gyorsak a reflexeim, kivasalt volna a villamos.

Egy-egy kemény edzés minden feszültséget feloldott bennem, még akkor is, ha előtte gondok gyötörtek. Nagyobb versenyek előtt igazán keményen gyakoroltunk. Két óra alatt kétszáz mázsát mozgattam meg. Bármily hihetetlenül hangzik is, de az edzés végére mindig teljesen kilazult állapotba kerültem. A kemény fizikai erőpróba könnyeddé, felszabadulttá tett. Vidáman mentem haza, és a legcsekélyebb zavar nélkül, békésen aludtam. Ha viszont napközben nem tudom magam kellőképpen elfárasztani, akkor hajnali 2-3 óra tájt rendre felébredek. Ilyenkor nem marad más hátra: előveszem a magnetofont, és hangos könyvet hallgatok.

Felettem is múlnak az évek. Lelkileg egyre jobban megvisel az utazás. Már az is belső feszültséget okoz, ha ismert helyre kell, kéne mennem. Egyre kevésbé szeretek egyedül közlekedni a városban. Nem véletlen, hogy a lakásomat súlytárcsákkal és rudakkal is tökéletesen felszereltem. A fekvőpad és a húzódzkodó mellett a kézisúlyzók bőséges választéka vár bevetésre. Manapság két napra osztom fel a gyakorlatokat. Első nap a mell-, a comb- és a hasizmokat erősítem. A mellizom erősítésére kiváló a fekvő nyomás, a tárogatás és a pulóver. A tárogatást kétszer 20 kilóval kezdem, majd miután bemelegedtek az izmaim, áttérek kétszer 30 kilóra. Hanyattfekvésben széttárom a kezemet, majd mell fölött összeérintem a súlyokat. Hogy mi az a pulóver? Mellről fej mögé kell tenni a 60 kilót, aminek meg kell érintenie a fekvőpadot, majd vissza kell emelni a súlyt mellre. A nyújtott karral áthúzza előre, majd hátra kell leengedni a súlyzót. A hasizomerősítéshez leülök a bordásfal elé, a lábamat beakasztom az egyik rúdhoz, és jöhetnek a felülések. De a hasizmot erősíti az is, ha hátsó függésben emelem a lábamat. A második nap a deltaizom erősítéséé. Fej mögül kell kinyomni a súlyt, illetve állhoz kell lehúzni. Mindkettőt szűk fogással és 60 kilogrammal végzem. Kétszer 14 kilogramm súllyal tárogatok állva, majd döntött törzzsel végzem ugyanazt a gyakorlatot – ezzel már a hátsó deltaizmomot erősítem. Utána következik a tricepsz, a bicepsz és a hátizom. Az utóbbira kiváló a húzódzkodás, vagy a döntött törzzsel mellhez húzás. Mindezt a lakásban hajtom végre, tehát óvatosan kell bánnom a súlyokkal, hogy ne zavarjam a zajjal a szomszédokat. Nagyon oda kell figyelnem arra is, hogy a rúd mindig a villába kerüljön vissza. Mivel két év kihagyás után kezdtem újra edzeni, friss tapasztalatként mondhatom el, hogy sokkal ki-egyensúlyozottabb vagyok manapság, mint amilyen a kihagyás alatt voltam!

A sportolás mellett nem maradtam hűtlen másik kedvtelésemhez, a kertészkedéshez sem. Ürömön van egy 250 négyszögöles telkem. Még manapság is kijárok oda, hetente kétszer. Édesapámnak Révfülöpön van telke, az 650 négyszögöl, és javarészt azt is én gondozom. A két telken együtt már több száz fát ültettem el. Ebből hetven van az ürömi telken – meg rengeteg szőlőtőke. Mivel teljesen önállóan végzem a kerti munkákat, a telek beosztását adottságaimra figyelemmel kellett kialakítanom. Két karóval és kötéllel kijelöltem rajta egy egyenest. Sekély árkot kapáltam a zsinór mentén. Erről a föcsapásról oldalelágazások futnak szét, szerte szét a művelt területen. Ezek a barázdák tökéletesen útbaigazítanak. Ha locsolok, vagy bármi más, kerti munkát végzek, ledobok egy kisebb fát a munkaterület szélén, és így milliméter pontossággal mozoghatok a területen. Mint említettem, nem szeretek az utcán közlekedni, mert egyre bizonytalanabban érzem ott magam – a telken viszont húsz centi biztonsággal odatalálok bármelyik fához. Nem csoda, hiszen mindegyiket én ültettem.

Hogyan ültethetünk fát úgy, hogy nem látunk? Ha két fa közé akartam ültetni egy harmadikat, először is kimértem kettejük távolságát. Volt, hogy a lépéseimet számoltam, de segédkezhettek benne látó személy is, aki úgy szemmértékre megmondta. A középpontba baltával leütöttem

egy karót, majd óvatosan elhajítottam a szerszámot. Helyette az ásó nyelét markoltam meg, és méter széles gödröt vájtam vele a földbe. Ha elég sok gödröt ás az ember, akkor már könnyen megy. Azt, hogy épp milyen mély a készülő gödör, nem nagy kunszt megállapítani. Viszonyítási alap mindig van: például, ha beleállok a lyukba, megnézhetem a kezemmel, mennyire van a talajszint, mondjuk a combom közepétől. Olyan 70-100 centi mély gödröt szoktam ásni. Ahhoz sem kell különösebb ördögösség, hogy megfelelően tegyem be a facsemetét a helyére. Az oltásnak észak irányba kell néznie. Az oltás helye bütykös, ezt eltéveszthetetlenül ki lehet tapintani. A megfelelő égtáj azonosítása sem komplikált feladat.

Amikor még gyengén látó telefonközpontos voltam, dolgozott mellettem egy látásvesztett kolléga. Mesélte: kimentem a kiskertbe és megnéztem, hogy milyen állapotban van a szőlőtőke. Akkor még csodálkoztam ezen. Ha nem lát, hogyan tudja megnézni? Ma, az ürömi telken van száz szőlőtőkém. Ezeket mind a mai napig én metszem. Kezemmel végignézem a tőkék alját: van-e rajtuk oldalhajítás? Ha találok, akkor levágom. Felül húsz rügynél többet nem szabad meghagyni, mert akkor gyenge lesz a vessző. A szőlőkapálásnak viszont már sajátos technikája van. Ha már erős a tőke szára, akkor gyengéden odaütöm hozzá a kapa fokát. Ha még gyengécske a tő, akkor kézzel tapintom ki a pontos helyét, és úgy kapálom körbe. A fizikumom jó, tehát nem gond, ha egy kézzel kell kapálni.

Pár szót a karózásról. Mintegy háromkilós az a balta, amivel a kihegyezett végű fát a földbe ütöm. A balta nyelét közepén szoktam megfogni. Egyik barátom, aki egyben sorstársam is, nagyon bízik bennem. Karókat vertem le a lugasban, és közben beszélgettünk. Hogy segítsen, megragadta a karót, és biztatott, hogy csapkodjam szaporán a tetejét. Karcolásmentes maradt a keze. Próbálja csak meg valaki behunyt szemmel ugyanezt! (Csak óvatosan...!) A gyümölcsfákat csak addig metszettem, amíg kicsik voltak; ma már csak ritkítom az ágaikat. De azért a szomszéd őszibarackfáját én metszettem meg, mert ahhoz szakértelem kell. A folyamatos munkavégzés adja azt a gyakorlati tapasztalatot, ami után már látás nélkül is könnyű kertészkedni. Rutinosan végigcsúsztatom a kezem a csemeték szárán, és máris tisztában vagyok vele, melyiket érdemes elültetni, melyiket nem. Az őszibarackfa ültetésére kell a leginkább figyelni. Nem akarok mélyen belemenni a nehézségek taglalásába, de ki lehet tapintani, hogy mindkét rügy erőtől duzzad-e, vagy fonnyadt valamelyikük. Az őszibarackfánakvalót csak akkor szabad elültetni, ha mindkét rügy életerős. Ezen kívül van még a kertemben meggy, cseresznye, sárgabarack, szilva, naspolya, berkenye, alma és körte – egyik-másik fából többfajta is. Gyógynövények is szép választékban nőnek: van lestyán, tárkony, zsálya, citromfű, borsmenta és bazsalikom. A konyhakerti részben megterem minden zöldség, amire csak szükség lehet a konyhában. A teraszon citromfa nő, a pesti lakásom egyik sarkában pedig banánfa nyújtózik a plafon felé.

Ennyi tőkéhez persze megfelelően felszerelt pince is kell. Volt olyan év, hogy egymagam szüreteltem, daráltam és préseltem a szőlőt. Máskor meg ismerősöket hívok a munka idejére, hogy ne egyedül legyek kint. A társaság kedvéért. A pincében van most némi, saját gyártmányú, tiszta szeszből készült italom. Legalább harmincötféle fűvet főztem bele – ezek nagyobb részét a kertben termesztettem. Van benne sok-sok gyógynövény, diófalevél és még összeroppantott meggymag is.

Nem véletlen, hogy szinte minden megterem a kertben. Ebben az évben is harminc mázsa trágyát szórtam szét. Sokszor éjszaka dolgozom. Délután jót szunyókálok a hétvégi házban, és sötétedés után megyek ki a rögök közé. Egy ilyen nyárejszakán többet haladok, mint a nappali kánikulában négy nap alatt. Egy éjszaka körbeástam hatvan fát, körbekapáltam vagy negyvenet.

Milyen érdekesek az emberek! Azt már megszokták a telekszomszédok, hogy nappal izgek-mozgok a földemen. Ám amikor észrevették, hogy éjjel is szorgoskodom odakint, egyszerűen elképedtek. – Hogyan tudsz sötétben dolgozni? – Bár tisztában vannak vele, hogy nem látok, a következményeit valahogy nem fogják fel.

Mit jelent számomra a telek? Megtehetem rajta mindazt, amit másutt nem. Teljesen önállóan művelem, márpedig ez egyaránt megkívánja a szaktudást és az állóképességet is. Egyedül ott nem zavar, hogy nem látok; nem érzem hátrányát. Szabadon járok-kelek a szabad ég alatt, a természetben. Itt élem ki magam igazán. A sportnak jelentős szerepe van abban, hogy fizikailag képes vagyok ellátni a föld adta munkát. 15-20 perc alatt kiásom a gödröt egy fához. Nagy, kerek kapával fél kézzel dolgozom órákon át a veteményesben. Nem probléma – és kint vagyok a friss levegőn! Nem azért kertészkedem, hogy anyagi hasznót húzzak belőle. Még azt sem mondhatom, hogy pénzügyileg kifizetődő lenne. Ha piacon venném meg a portékát, jóval kevesebbe kerülne, mint így, hogy magam termelem. Én azonban örülök annak, hogy képes vagyok ezeket előállítani. Jönnek a rokonok, barátok, haverok. Egyikük sem tér haza üres kézzel a telekről.

SOKAT TÜRTEM

Szarka Miklós (62 éves)
(Jelnyelvi tolmács: Fábián Melinda)

Nagyszüleim és szüleim is hallók voltak. Négyen vagyunk testvérek, közülünk ketten siketek. Hogyan lehet ez? A mai napig sem tudom. Az viszont biztos, hogy a családuk tagjai hajlamosak a betegségre, és a távoli rokonságban voltak siketek is. Édesanyám egyformán szeretett mind a négyünket, de édesapámon érezni lehetett, hogy nem szívleli siket gyermekeit. Egyáltalán nem foglalkoztatta, hogy miért nem hallunk. Anyu valamennyire megtanult jelelni. Két, halló testvérünkkel kiváló volt a kapcsolatunk. Bár ők sem tanultak meg jelelni, mégis tökéletesen megértettük egymást (szájról olvasással, úgy, hogy lassan beszéltek).

A siketek iskolájába jártam Debrecenben. A nem hallás nekem természetes állapotom, ezért nem is zavart. Láttam, hogyan játszanak a gyerekek, és leutánoztam a mozdulataikat. Igazából csak egy sport érdekelt: a labdarúgás. Azért kedveltem meg, mert csapatsport és a szabadban játsszák. A hallás és a beszéd (szóbeliség) hiánya futballozás közben nélkülözhető. Minden nap kergettem a labdát; társaim között szép számmal akadtak halló fiúk is.

Az iskola befejezése után úgy döntöttem, hogy Budapesten próbálok szerencsét (siket nővérem is hasonlóképpen határozott, míg két halló testvérünk vidéken maradt). Az egyik fő szempont a futball folytatása volt. Négy csapata volt a siketek labdarúgó-szakosztályának, és a mi pályánk a Könyves Kálmán körúton volt. De más is vezérelt a fővárosba: szakmát szerettem volna tanulni, és ezért beiratkoztam a fémcsiszolóipari iskolába, ahol három év után sikeresen levizsgáztam. Ezalatt kollégiumban laktam. Első munkahelyem az Evőeszköz Gyár volt, ahol tíz évig dolgoztam. Utána a Gyógyászati Segédeszközök Gyárában végeztem összeszerelő munkát.

Az ifjúságiakhoz kerültem, 1956-ban. Csupán három év kellett ahhoz, hogy fölkerüljek a legjobb csapatba. Eleinte jobbszélső voltam, majd átkerültem a bal szélre, végül – idősebb koromra – jobbhátvéd lettem. Hetente két edzésünk volt, a hétvégén pedig a bajnoki meccseket játszottuk. A budapesti II. osztályban tizenhat csapat mérhette össze a tudását. Ebből adódóan sok-sok „halló” csapattal kellett megmérkőznünk. A játékvezetőnek figyelembe kellett vennie, hogy nem elég, ha csak sípol. Ha megállította a játékot, nemcsak füttyült, de integetett is az egyik kezével, a partjelzők pedig lengették a zászlajukat, hogy jelezzék a mérkőzés megszakítását. A siketek csapatában emellett mindig volt két-három nagyothalló játékos is, és ők is segítettek kézjelekkel.

Lehet, hogy tévedek, de a pályán úgy éreztem, hogy a játékvezetők inkább a „halló” csapatoknak kedveztek ítéleteikkel. Amit viszont a saját bőrömmön éreztem, tapasztaltam: durvák és szemtelenek voltak velünk az ellenfél játékosai. Gyakran ütöttek oda galádul, köptek le bennünket szemérmetlenül – csak azt nem tudom, hogy miért?

Egyszer barátságos mérkőzést játszottunk az ország legnépszerűbb sportegyesületének öregfiúcsapatával. Ott játszott egyik kedvelt sportolójuk is, és szemernyivel sem viselkedett különül (ki nem állhatja a siketeket). Mivel imádtam futballozni, türtem a megalázó helyzeteket. Sokat szenvedtem az ellenfelek szívenletes magatartása miatt, és egyre gyakrabban el is kapott miatta a hevület, aminek általában az lett a vége, hogy kiállított a bíró. Emiatt persze elégedetlen volt velem az edző, így hát gyakran kimaradtam a siketek válogatottjából. Ez az állandóan ismétlődő konfliktus végigkísérte labdarúgó pályafutásomat.

A siket válogatottal több kelet-európai országba is eljutottam: jártam a Szovjetunióban, Csehszlovákiában és Romániában is. A siketek második olimpiáján, (Belgrádban 1969 – az első Milánóban volt, 1957-ben) a harmadik helyért játszhattunk, és azt el is nyertük. A döntőben mérkőző csapatok egyike a szovjet válogatott volt. Hogy, hogy nem, az orvosi vizsgálaton kiderült, hogy hat szovjet játékosnak nincs baj a fülével. Kizárták őket a versenyből, és így ezüstéremmel térhettünk haza Belgrádból.

A legemlékezetesebb mérkőzést a román válogatott ellen vívtuk (Bukarestben, 1968-ban). Ötvenezer néző előtt csaptunk össze, ráadásul totómérkőzés volt a meccs. Élvezetes, hajtós mérkőzést láthatott a publikum. A hármas sípszó után boldogan ugrottunk egymás nyakába, mivel 5:2-re győztünk (a jobbhátvéd posztján játszottam, és nem rúgtak mellőlem gólt)!

Mostoha körülmények között sportoltunk. Ha volt rá saját pénzünk, akkor utazhattunk, ha nem, akkor bizony itthon maradtunk. A sportfelszerelésünk meglehetősen viseltes volt: nem tellett újra. Támogatást voltaképpen alig kaptunk: igazi amatőrök voltunk.

Az elején még siket edzője volt a csapatnak: ez volt a lehető legrosszabb megoldás. A halló edzővel sokkal jobban jártunk. Miért? Vele nem lehetett bratyizni, tehát tárgyilagos maradt. Szakmailag felkészültebb és tapasztaltabb volt; jobban értett a labdarúgáshoz, mint siket kollégája. Nem mellékes az sem, hogy megértőbb és türelmesebb volt velünk. 1998-ban én voltam a válogatottunk ideiglenes edzője, de fel kellett hagynom vele, mert nem végeztem edzőképző iskolát.

Huszonegy évesen nősültem; egy ugyancsak siket lányt vettem feleségül. 1964-ben ikreink születtek (fiú és lány). Eleinte persze nem tudtuk, hogy hallanak-e az apróságok. Ugyancsak volt bennünk félsz – főleg, hogy nem halló nővéremnek siket babája született. Rendszeresen tapsoltunk feleségemmel a kiságy körül. Amikor észrevettük, hogy a gyerekek a hangforrás irányába mozdítják fejüket, határtalan boldogság fogott el minket. Mivel a siketek iskolájában a pedagógusok külön gondot fordítanak arra, hogy a lehetőségeinkhez képest minél jobban megtanuljunk artikulálni, ezért „beszélgetni” is tudtunk a szépen fejlődő ikrekhez (nem tanultak meg jelelni). Gyermekeink nem szégyelltek bennünket, de sokat szenvedtek miattunk. Amikor már iskolába jártak, állandóan az orruk alá dörgölték az osztálytársaik, hogy: apátok, anyátok süketnéma! Ilyenkor letörten jöttek haza. Feleségemmel csak azt kértük, hogy ne törődjenek velük, ne legyenek mérgesek rájuk. – Ha már felnőttek lesztek, másként fogjátok látni a helyzetet! – Így is lett: mindkét gyermekem megházasodott, és már három unokám van – mindhárman kiválóan hallanak. 1985-ben újra megnősültem. Egy elvált, siket asszonnyal keltünk egybe, akinek két halló gyermeke van – boldogan élünk.

1981-1989 között a siketek budapesti helyi szervezetének elnökségi tagja voltam. 1995 óta vagyok a Magyar Siket Sportérmesek Klubjának vezetőségi tagja, és 2000-ben elnökhelyettesé választottak – sok társadalmi munkát végzek. Szeretek tévézni, kijárok a focimeccsre, gyakran kártyázunk, és minden évben külföldre utazunk a feleségemmel.

Tizennyolc évig fociztam nagypályán, majd még hármat kispályán. A sport elsősorban kapcsolódás volt, de barátokra is találtam a csapattagok és a többi sportágban szereplő siket társaim körében. Nekem is – mint minden idősebb, „fogyatékos” sportolónak – nagy bánatom, hogy mi nem kapjuk az olimpiai érem után a sportjáradékot.

ERŐPRÓBÁK SOROZATA

Tóth Melinda (28 éves)

Anyukám eldöntötte: sportolnom kell! Nem lelkesedtem az ötletért. Ám tisztában voltam vele, hogy nem térhetek ki. A választást rám bízta, és én – mivel szívesen lubickoltam a vízben – az úszást választottam. Az egyik, házukban lakó kislányt kérte meg anyu: érdeklődj meg úszómesterétől, mi a módja annak, hogy én is lejárhassak az edzésre. Nyolcéves voltam, amikor a kaposvári MHSZ könnyűbúvár szakosztályának úszópalántája lettem.

Az első két év csupán könnyed bemelegítésnek számított az utána következő, kemény edzőmunkához képest. Akkor már heti tíz edzésünk volt, és nem csak úszás: a szigorú mester feszített tempójú szárazföldi gyakorlatokat is végeztetett velünk. Már szívesen jártam úszni. Jó felfogású diák voltam, könnyen megragadt a fejemben, amit az iskolában tanultunk, ezért otthon nem kellett elővenni a tankönyvet.

Amikor már magabiztosan tempóztunk a medencében, áttértünk az uszonyos edzésre. Az alapszint után homlokcsövet nyomott a kezünkbe az edző. Ahogy a torpedók hasítják a tengervizet, úgy száguldottunk mi is a medencében: a kaposvári egyesület az ország legjobb uszonyos csapataival büszkélkedhetett. Csodaszámba ment az országos bajnokságokon, ha nem közülünk való sportoló nyakába került az aranyérem.

Ahhoz, hogy a dobogó legfelső fokára állhasson valaki, iszonyatos mennyiségű edzőmunkát kell végeznie. Reggelente háromezer méter úszás volt a penzum – egy része víz alatt, másik része fölül. Délután 3-5 kilométer futással kezdtünk, majd derekasan megragadtuk az erősítőgépek fogantyúit, hogy utána az újabb háromezer méter leúszása már felüdülésszámba menjen. Edzőnk a rómaiak nyomán úgy vélte, hogy a változatosság gyönyörködtet, és ennek megfelelően állította össze a hétvégi edzéseket. Reggel hatszor ezer métert úsztunk. Utána hazamehettünk ebédelni, de tudtuk, hogy a délutánt sem ússzuk meg szárazon: akkor hatszor, tízszer száz métert kellett tempózni, és persze, a futás sem maradhatott el. Három lehetséges terep várt ránk: a kisdomb kör, a nagydomb kör és a Töröcske. Erőt próbáló hegymenetek voltak! Ambiciózus gyerek lévén – amihez jól jött edzőnk eredménycentrikus szemlélete – országos ifjúsági bajnok lettem a négyszer százméteres váltóban. Ám hiába „izzadtam” csuromvizesre magam az edzéseken, mégsem tartoztam a legjobb uszonyosok közé. De nem bántódtam emiatt: tudomásul vettem, hogy ennyi telik erőmből és tehetségemből. Mivel úszni és futni jól tudtunk, bicajozni meg minden gyerek tud, edzőnk az országos triatlon bajnokságon is elindított minket. Hatszáz métert kellett úszni, három kilométert futni és tizenhét kerékegni. Nyolcadik helyezést értem el egyéniben, a csapatban pedig bronzérmesek lettünk.

Időközben gimnáziumba kerültem. Német tagozatos osztályba jártam; mindennap hét óránk volt. Kora reggel az uszodában kezdtem, utána irány a sulis, ahonnan délután három óra előtt sosem szabadultam. Már nem volt időm hazamenni, mert várt a délutáni edzés. Kimerültem estem be a szobámba este hétkor. A Táncsics Mihály gimnázium tanárai eközben folyamtosan arra törekedtek, hogy az oda járó diákok minél jobban elsajátítsák tárgyaikat. Már nem engedhettem meg magamnak azt a luxust, mint az általános iskolában, hogy ne tanuljak otthon. Holt fáradt voltam estére, mégis elővettem a könyveket. Aztán, amikor tanulmányi átlagom 4,5 alá esett, elélem állt anyukám, és azt mondta, hogy vége az úszásnak! Dúltam-fúltam. Nem csak a versenysportot sajnáltam otthagyni, hanem társaimat is, akikhez már nyolc év barátság kötött. De nem volt más lehetőségem: újra meghajoltam a szülői akarat előtt.

Mai fejemmel már sokkal józanabban ítélem meg anyukám nevelési elveit. Tudta, hogy jó eszű lánya van, és azt is, hogy bűn lenne tétlenségre kárhoztatnia. Általános iskolás koromban heti négy fuvolaórát vettem, és még német különóra is jártam az edzések mellett. Eleinte persze rosszul esett, hogy amíg barátnőim lent lófrálnak a játszótéren, addig nekem mindig rohannom kell valamelyik elfoglaltságra. Később már természetessé váltak a napi kötöttségek.

Az úszás elmaradásának legfőbb előnye az volt, hogy már nem kellett hajnali öt órakor kiugranom az ágyból. Mivel „kialudtan” mentem suliba, már egy órán sem bóbiskoltam el. Azt nem állítom, hogy a délutáni szabad időmben órák hosszat hajoltam volna a könyvek fölé, de annyiból mégis csak jó volt, hogy estére nem fáradtam el. Kitűnő tanuló nem lett belőlem, de a 4,7-4,8-es átlagot továbbra is hoztam. Semmiképpen sem akartam tétlenségre kárhoztatni magam a tankönyvek mellett, így elhatároztam, hogy színész leszek. Be is léptem a Csokonai Színházba (ma már nem létezik), ahol Zoltán Gábor volt a rendező. Az órákon eleinte beszédtechnikát gyakoroltunk, majd rövidebb jeleneteket adtunk elő. Játsoztunk Euripidész: Bacchánsnő című művét is. Klasszikus amatőr színjátszást tanultunk, sok-sok kis szerep alapján. Néhány bemutatón és egy-két fesztiválon is számot adhattunk tudásunkról és tehetségünkéről.

Már negyedik éve koptattam osztályunk amúgy sem új padját. Közeledett a szeretet ünnepe. Enyhe fáradtság vett erőt rajtam. Alacsony vérnyomású, vashiányos típus vagyok, így ennek tudtam be enerváltságomat. Túljutottunk karácsony ünnepén, és elérkezett első színházi rendezésem bemutatójának dicső napja. Elővettem a szekrényből kedvenc ruháimat, és öltözködni kezdtem, amikor a bal mellkasom fölött apró bevérzések utaló nyomokat fedeztem fel. Kiütésre gyanakodtam. Anyu meg amondó volt: irány az orvos! A körzeti orvos megvizsgált, és beutalt a megyei kórházba.

A gyógyintézetben az orvosok vérzékenységre gyanakodtak. A hamarjában megejtett vérvizsgálat eredménye egyértelműen arra utalt, hogy a trombocita szintem (véralvadásszint) nagyon alacsony. Az alapos kivizsgálás egyértelműen kiderítette, hogy nincs belső vérzésem. De a napnál is világosabb volt, hogy minden véralkotóm kritikusan alacsony szinten van. A tortúrát első rendezésem elleni „árulásnak” tekintettem: nem éreztem magam betegnek.

Másnap reggel az ágyam mellé lépett Egyed doktor. Rám nézett, majd megszólalt: aplasztikus anémia (csontvelő-elégtelenség)! Mivel már gyermekként is érdeklődtem az emberi test felépítése és működése iránt, alaposan utánaolvastam. Az egyik kedvenc tantárgyam amúgy is a biológia volt (kacérkodtam az orvos szakmával). Megfelelően tisztában voltam állapotom súlyosságával. Több vetületben is rávilágítottak bajomra az orvosok, hogy azt összefüggéseiben is megértsem. De mivel még mindig nem éreztem magam betegnek, továbbra is bosszantott a kórteremhez kötöttség. Egy-két napig még elmegy a kórházi lét, mert sorra jönnek a látogatók, és csak én vagyok a fontos – de hetekig az ágyat nyomni? Nos, nem lógathattam sokáig lábamat az ágy szélén ülve. A szegycsontomból csontvelőt vettek volna az orvosok, de hírét-hamvát sem találták. Pár centivel odébből, a medencecsontból vettek mintát, és azonnal elküldték a pécsi klinikára. Mivel tudatában voltak betegségem súlyosságának, ezért a mintavétel után máris elkezdtek szervezni Budapestre kerülésemet. Másnap reggel családunk autója gördült a kórház bejárata elé, hogy felbogarjon velünk a fővárosba, az Országos Hematológiai Intézetbe.

Egyágyas lakosztályba kerültem. Annak ellenére, hogy még az év végi két ünnep közötti, csendes napokat éltük, a hematológus szakemberek teljes odaadással végezték munkájukat, figyelték vérképem alakulását. Az orvosom dr. Poros Anna lett – dr. Mód Anna és dr. Róna-Tas Ágnes segítette a munkáját. Az amúgy sem szokványos esetet komplikálta, hogy erősen véreztem, mint nő, és nem akart elállni! A vérvesztésem akkora volt, hogy pótolni kellett a

vérlemezkéket. Időközben újra megismételték a csontvelő-vizsgálatot – nem volt kellemes multság.

Betegségem háttéréről érdemes tudni, hogy a csontvelő összejt. Belőle képződik a vér. Az összejt kétfelé osztódik a szervezetben. Ennek során egyrészt fenntartja, újratermeli önmagát, másrészt ebből képződik a vér három alkotórésze: a vörösvértestek, a fehérvérsejtek és a vérlemezkék. Ha bármiféle egyensúlyzavar lép fel az összejt kettős funkciójában, az kóros folyamatot indít el a szervezetben. Nálam az összejtek működése valószínűleg eltolódott a vérképzés irányába, és a csontvelő nem termelődött vissza. Pár héten belül a következő „eredményt” produkálta szervezetem: a 4,5-5,5 millió vörösvértest helyett 2 millió, az 5-7000 fehérvérsejt helyett 1000, a 250-350 000 vérlemezke helyett 11-15 000! Ezek az adatok egyértelművé tették a súlyos aplasztikus anémiát (évente 1-2 ilyen eset fordul elő az országban).

Amikor Egyed doktor ránézésre (még nem volt szakvizsgázott hematológus) telibe találta kóromat, már javasolta, hogy öcsém is tartson velem Budapestre, mert ő lesz a donor a csontvelő-átültetéshez. Hogy ezt miből gondolta a fiatal orvos, azt a mai napig sem tudom (húgom is van).

Beköszöntött az újév a fővárosi kórház életébe, és az orvosok gözerővel elkezdtek donort keresni a családkban. A végső kiválasztást háromlépcsős vérvizsgálat előzte meg.

Csontvelő-átültetésnél sokkal inkább egyeznie kell a befogadó és a donorszerv jellemzőinek, mint bármilyen más szerv transzplantációjánál, és nem véletlenül. Amíg a vese, a szív, vagy a máj átültetése egy meglévő immunrendszerbe helyezi a régi-új szervet, a csontvelő-átültetés új immunrendszert visz be az előzőleg védekezőképtelenné tett testbe. A sokféle transzplantáció közül a csontvelő-átültetés jár a legdrasztikusabb kezelési folyamattal. Az immunrendszert nullára kell redukálni (a még meglévő csontvelőt is teljesen kiirtják a szervezetből). Mielőtt bármit is tennének érdemben, előbb tüzetesen kivizsgálják a páciens, hogy a szervezete egyáltalán kibírja-e a megpróbáltatásokat? (Legyengült szervezetű vagy negyven év feletti embereknél bele sem kezdenek...) Az elkövetkező három hét alatt tetőtől talpig kivizsgáltak (nőgyógyászat, belgyógyászat, szemészet stb.), és ahol valamilyen gócot találtak a szervezetben, azt kikezelték. Ezalatt estek át családtagjaim a donorkiválasztás tortúráján.

Elkezdtek előkészíteni a „műtetre”. Mivel az immunrendszerétől megfosztott személy életét a legenyhébb fertőzés is végveszélybe sodorja, az előkészítés kezdete előtt steril szobába helyeztek. A kórházi ágyam körül átlátszó műanyag fal volt. „Házikóm” oldala körülbelül fél méterre volt az ágyamtól. Vehetjük olybá, hogy nem volt rajta ajtó, mert se oda be, se onnan ki nem mehetett senki. A falból manipulációs kesztyűk lógtak a zárt térbe. A sztetoszkóp fülbevalója a sátoron kívül volt, a másik pedig belül. Ilyen elővigyázatosság mellett nem is csoda, hogy kis lakomban százszázalékos volt a sterilitás. Amikor besétáltam rezidenciámba, szervezetem még tele volt baktériummal. Ne feledjük, hogy vannak az emberi szervezetben – pl. a bélrendszerben – élettanilag kifejezetten szükséges baktériumok is, mégsem lehet ezek között az előkészítés során különbséget tenni: ha bármelyikükből is maradt volna néhány példány a szervezetemben, akkor elszaporodva kinyírtak volna. Infúzióval, kenőcsökkel és egyéb gyógyszerekkel indultak harcba az orvosok a baktériumok hada ellen. Amikor bezárult mögöttem a sátorlap, rögtön belekezdtek szervezetem immunrendszerének lenullázásába is. Jóval erősebb kemoterápiás kezelést kaptam, mint amilyent a rákos betegeknek adnak.

A kemoterápia a gyorsan osztódó sejtekre hat: ilyenek a rákos sejtek, a csontvelősejtek, a fehérvérsejtek. Tulajdonképpen ez egy négy napig tartó infúzió volt. Aki valaha átesett ilyesmin, az tudja, hogy mivel is jár – nos, én is megtudtam! Becsukott szemmel feküdtem az ágyban, mégis úgy szédültem, mint a részeg. Fájdalmaim nem voltak, de olyan rossz volt a

közérzetem, hogy azt már nem lehetett volna fokozni. Egyfolytában hánytam – semmi sem maradt meg bennem. Ekkorra már igencsak értettem, hogy miért vagyok kórházban. Nemhogy haza, de még a sátramból sem akartam kimenni!

Beigazolódott Egyed doktor jövőbelátása, mert öcsém csontvelőjének jellemzői passzoltak legjobban az enyémhez. Testvérem tisztában volt a helyzettel. Mivel még kiskorú volt (16 éves), a törvény szerint a beavatkozáshoz elég lett volna szüleink beleegyezése. Ám túl nagy volt már ahhoz, hogy bárki is a feje fölött döntsön róla. Figyeltek erre az orvosok is, és négy szemközt rákérdeztek, hogy önként vállalja-e a terheket, vagy szülői befolyásra teszi? Ő meg enyhe méltatlankodásba kezdett: még hogy ő ne akarná...

Reggel nyolc óra lehetett. Testvérem is megjárta a hadak útját, mert a donoranyagot a medencecsontjából vették ki az orvosok. Hasra kellett feküdnie a műtőasztalon, majd spinális érzéstelenítést kapott (a beavatkozás alatt végig ébren volt). A csontvelőt két orvos veszi le, két oldalról. Átfúrják a medencecsontot, és a kis lyukon szívják ki a csontvelőt. Ez korántsem egyszerű feladat, ugyanis egy-egy irányból csak néhány milliliternyi csontvelőt lehet leszívni. Ez a szervvétel sziszifuszi munkát igényel az orvosoktól – de a műtőasztalon fekvő donort sincs miért irigyelni. Rengeteg vért veszít. Az esetleges túlvérzés megelőzésére a gerinccsapolás közben egy liternél is több vért kapott vissza (ezt előzőleg tőle vették le). A donoranyagot még kezelik, és csak utána lehet „beültetni”. A kórházi procedura két napig tartott neki. Mielőtt hazaindult volna, még benézett hozzám. – Képzeld el, Melinda: kidobtak az orvosok! – Halálosan irigy voltam rá...

A csontvelő-transzplantáció köznap i értelemben nem műtét. Az „átültetést” transzfúzióval oldják meg (csontvelőt és vért adnak; összesen körülbelül egy liternyit). A szervezetbe jutó őssejtek annyira „okosak”, hogy gumireceptoraik segítségével megtalálják helyüket a szervezetben, és beépülnek oda.

Reggel levették a csontvelőt az öcsémtől, és aznap délben már meg is kaptam. A sűrű folyadék 2-3 óra alatt csepegett belém. Picit jobban lettem tőle, mert addigra már kimondottan vérszegénnyé váltam. Hosszú várakozás következett (két hét). Befogadja-e a szervezet az őssejteket, és ha igen, elkezdi-e visszaépíteni az immunrendszert?

Árgus szemekkel figyelték az orvosok, hogy nem indul-e el kóros folyamat a szervezetemben. Bárm i is került ki testemből, azt alaposan megvizsgálták. Az erős kemoterápia mellékhatásként fennállt a veszélye annak, hogy a vesém vagy a májam felmondja a szolgálatot. Kétszer is úgy tűnt, hogy rövidesen gondok lesznek a vesémmel, és már kezdtek felkészülni a dialízisre, de szerencsére egyszer sem lett rá szükség. Ez a hat hét iszonyatos szenvedést zúdított rám, és hol volt még a vége!

Testem még volt, de lelkem már nem! Minden reggel arra ébredtem, hogy kegyetlenül rossz a közérzetem – ha az még annak számított. Akár feküdtem, ültem vagy álltam, egyfolytában és vadul szédültem. Ha ételt vettem a számba és lenyeltem csipetnyit, többnyire gyorsan viszontláttam. Mindennap új pizsit kaptam – volt, hogy naponta többet is (visszakívánczó étel...). Mosakodnom is egyedül kellett. A nővérek beadtak egy vízzel félig telt lavórt, derekasan nyakonöntve jódos habfürdővel. Kaptam mellé tíz hasi kendőt (negyedbe vágott pelenka). Egyiket belemártottam a fürdővízbe, és megtöröltem vele az arcomat, utána pedig egy száraz törülvél felitattam a vizet a bőrömről. Mindkét, használt pelenkadarabot a „szemetes zsákba” hajítottam. Így mostam le testem többi részét is. A nyaki vénámba kanült ültettek, hogy ne kelljen minden alkalommal a vénámat böködni. A kanül külső végét a pizzsamám (kórházi csíkos, az alsó rész sosem passzolt méretben a felsőhöz) egyik gombjára akasztották. Mosakodás közben egyfolytában szerencsétlenkedtem vele, hogy kevésbé akadályozzon a tisztál-

kodásban. Hogy továbbra is steril maradjon a „fürdőszoba”, a négyzetméternyi területet perecetsavval fertőtlenítették a nővérek. Az illemhelyobjektum is a fürdőrészen volt (remek helye volt rajta a lavórnak). Akinek a szaglőhámját még nem érintette a perecetsav orrfacsaró bűze, az szerencsés ember. Nekem nem hogy töményen kellett szagolnom és belélegeznem azt a vackot, de mindezt olyan állapotban, amikor amúgy is állandóan szédültem és rutinszerűen hánytam. Mindezeket a tisztálkodási feladatokat ébredés után, 5 és 6 óra között kellett elvégeznem – emiatt már eleve úgy indult a napom, hogy az egyenesen átok volt. A nővérek eközben a sátorba belógó manipulációs kesztyűvel lecserélték az ágyneműhuzatot. Testem minden hajlatának, zegzugának tisztán tartása (különbféle kenőcsökkel, szem-, fül- és orrcseppel) aprólékos munkát és nagy odafigyelést követelt. Még a legvadabb rémálmaimban se jöjjön elő a kanesztenes szájtisztogatás (gomba ellen)! Az egészben nem is az a legrosszabb, hogy a speciális szer elviselhetetlenül keserű, hanem, hogy a nyelvem hátulját is irgalmatlanul meg kellett vele sikálni (ha nem elég alaposan takarítottam a számban, akkor jött az ügyeletes, megbízhatóan precíz nővér, és tette a dolgát...). Ha egymásután ötször rókáztam el magam a művelet közben, akkor hatodszorra is a számba került az a nyamvadék: az utolsó szó mindig az övé volt. A gyógyszerek jelentős részét infúzióban kaptam, de voltak olyan készítmények, amiket csak tabletta formájában, tehát szájon át lehetett bevenni. Volt néhány, csodaszámba menő, orosz tabletta (gigantikus méretűek, bevonat nélkül), amiket mindvégig tiltakozva fogadott a gyomrom. Márpedig, amíg bent nem maradt (legalább fél óra), mindig újat kellett belőle lenyelni. Ez idő alatt a számat erősen összeszorítottam, és a tenyeremet még elé is tettem – közben pedig árgus szemekkel lestem a vekker mutatójának cammogását. A pirula sikertelen bejuttatását követően keletkezett, fertőzésveszélyes gócokat persze azonnal közömbösíteni kellett – szóval, nem unatkoztam egy percet sem.

Naponta hatszor mérték vérnyomást, ugyanannyiszor tapintották a pulzusomat. Gyakran kellett hónom alá csapnom a hőmérőt. Délelőtt és délután is három-három vizitet tartottak; ezt kétnaponta EKG-vizsgálat egészítette ki.

Súlyos hiba volna, ha megfelelkeznek a diétás nővér tevékenységéről, és arról, hogy milyen hatással volt ez rám. Minden délelőtt megjelent a sátram pereménél. Elsorolta a menüt, és kedvesen érdeklődött, hogy mit szeretnék ebédre, vacsorára. Nem akartam megbántani, ezért mindig rendeltem valamit – amúgy hasraütésszerűen; a két főétkezésre kért ételt azonban sosem ettem meg. A táplálkozás ideiglenes, önkéntes szüneteltetése részben annak volt köszönhető, hogy autoklávban továbbkezelt étket kaptam (magas hőfokon, hosszasan átsütik a készételt). A drasztikus hőkezelés alapvetően megváltoztatja az étel ízét és az állagát is. A kemoterápia előtt a csíráztatott ételt még afféle rossz menzakovíznek minősítettem, de utána már a teljesen ehetetlen kategóriába soroltam. Már a szagától is undorodtam. Egyedül a sajtos tallérhoz volt bizodalmam. Igaz, azt is betetették az autoklávba, de a ropogtatni valót az nem vágta úgy tönkre, mint a többi ételt. A sajtos tallérből sikerült naponta egy-két darabot – szó szerint véve – legyűrni a torkomon. Sok gyakorlati jelentősége azonban ennek sem volt, mert gyakorta láttam viszont a lenyelt, csekélyke mennyiséget.

Már sajnálom, hogy nem jegyeztem fel akkoriban, miről is álmodtam ezekben a hetekben. Mielőtt álomra hajthattam volna kába fejem – továbbra is forgott, mint a ringlispil – még „bejött” vizitre az ügyeletes orvos. Legtöbbször csak annyit mondott: Ki kell bírni, Melinda! Mivel az egész napos macera éjjel tizenegyig tartott, nem sok időm maradt aludni: ötör már ébresztettek a nővérek.

Anyukám végig ott volt a közelben. Amíg el nem kezdődött az előkészítés, reggeltől estig velem volt. Amikor hozzáláttak az immunrendszerem lenullázásához, az orvosok azt javasolták neki, hogy délután három órára jöjjön be. Miután beépítették nyaki vénámba a kanült,

és bedugtak a sátorba, senkivel sem voltam hajlandó szóba állni – ezt tőle tudom, mert nem emlékszem rá. Neki kellett közvetítenie köztem és az egészségügyi dolgozók hada között. Amíg ki nem derült, hogy beágyazódik-e a szervezetembe a donorszerv, és elkezd-e ott dolgozni, addig csak annyi volt a feladatom, hogy életben maradjak és várjak. A műtétet követő tizedik nap estéjén felkeresett az ügyeletes orvos. – Nem akarom elkiabálni, de mintha láttam volna valami biztató jelet a mikroszkóp lencséje alatt! – duruzsolta sokatmondóan. Szaporodásnak indultak a fehérvérsejtek – tudtam meg másnap. Az okos kis csontvelő végre munkához látott!

Nem sokkal rá belázasodtam. Riadót kiáltottak az orvosok, mert féltő volt, hogy megfertőződtem valamitől. Fejem bevörösödött, a bőröm rettenetesen viszketett. Ezek a jelek kilökődésre utaltak. Olyan szereket kaptam, amik rátapadnak az immunrendszer alkotórészeire, hogy megakadályozzák a kilökődést. A nagy dózisban kapott gyógyszereknek és szteroidoknak köszönhetően megúsztam a baljós kifejelettel fenyegető esetet. Túljutottam a regenerálódásnak azon a szakaszán, ahol sok csontvelőtranszplantált „elvérzik”. Amikor már stabilan 2-3000 fölé tornázta magát a fehérvérsejtjeim száma, az orvosok kinyitották a sátor ajtaját: szabaddá vált előttem az út.

Nem volt nagy túra az első sétám. Mielőtt „világjáró” utamra indultam volna, felvettem úti öltözékemet. Orvosi maszkba bújtam, hámzsákba dugtam a lábamat, majd köntöst öltöttem magamra. Fejemre sapkát, kezemre kesztyűt húztam. Aztán már nyugodtan kiléphettem odúból, hogy sétáljak egyet az ajtaja előtt rendelkezésemre álló pár négyzetméteren. Le s fel mászkálva a kötetlen szabadság mezején arra gondoltam: milyen idétlen helyzetbe kerültem! Amikor még bezárva éltem, azt hittem, hogy fantasztikus érzés lesz elhagynom a sátor zárt világát. Ha egyszer kitehetem onnan a lábam – vélekedtem – soha, senki nem tud már visszatoloncolni oda. És mi történt a valóságban? Két perc múlva visszaballagtam az ágyamhoz.

A felépülés biztos jele volt, hogy megjött az étvágyam. Továbbra is az autokláv menüt kaptam, ami – a kemoterápia felhagyásának köszönhetően – az ehetetlen kategóriából visszaminősült rossz menzakovíz. Később lehetőségem nyílt rá, hogy a nagymamám és a keresztanyám által főzött ételt ehessem: ők csak félig főzték, így az a hőkezelés után is elfogadható maradt. Egyik alkalommal igencsak jól esett az ebéd. Alaposan belakmároztam belőle: az addigi két falat helyett hatot kaptam be, és boldog voltam – ám nem sokáig. A gyomrom ugyanis addigra már teljesen kikészült a zsákszámra szedett gyógyszertől, és ezért valami iszonyatos hasfájás kapott el. Cseberből vödörbe estem. De már csak előre tekintettem: egyre többet ettem, és ezzel az állapotom is fokozatosan javult, aminek az lett a következménye, hogy a transzplantáció után öt héttel hazaengedtek.

Még közelében sem voltam a gyógyult állapotnak megfelelő közérzetnek, amikor beléptem rég nem látott szobámba. A sterilitás addigi szigorú szabályain alig lehetett oldani. Anyunak még a kórházban a kezébe nyomtak egy nyolcoldalas használati utasítást – ez afféle tartozékom volt: az otthoni rendszabályokat tartalmazta. A szobámból csak maszkkal léphettem ki a lakás többi részébe, és a látogatóim is csak így felszerelve jöhettek be. Mindennap ágy-neműt kellett cserélnie anyunak – hypózis, főzőmosás és vasalás után. Nem sorolom tovább: senkinek sem akarom elvenni az életkedvét. A kemoterápiának van még egy nagyon kellemes mellékhatása: az utolsó szálig kihullott a hajam – egyúttal, a sok gyógyszer hatására felpuffadt az arcom.

Oda mertem állni a tükör elé. Eleinte még jópofának tartottam tar kobakomat, de amikor három hónap múlva is csak a vakító fejbőrt láttam, bizony már untam. Mivel fizikailag alaposan leépültem, nem bírtam egyedül zuhanyozni, öltözködni. Tehetetlen voltam: nem

tudtam ellátni magam, és ezt nagyon nehezen viseltem. De továbbra is töretlenül javult az állapotom, és egyre jobban vágytam vissza a köznapi életbe.

Egyre jobb lett az idő – nem is csoda, mert közben beköszöntött a tavasz. Az eltelt hónapok alatt tíz kilót fogytam. Amikor először bújtam a farmernadrágomba, majdnem beleestem. Úszóként kimondottan masszív volt a lábam – most meg, amikor ránéztem, leginkább a virgács jutott eszembe. Az még hagyján, hogy mindenki megbámult az utcán – úgy öltöztem, mint a műtőben operáló orvos – de az már túlzás volt, amikor az utca másik oldaláról átkiáltott egy észlénny: Haha, AIDS-es, most megkaptad!

Egy „megértőbb” néni így vélekedett: – Szegénynek biztosan kihúzták az összes fogát! – Beindult a környéken lakó emberek fantáziája. Még jó, hogy nem ismerhettek fel álcaruhámban. Egy évig kellett volna maszkban járnom az utcán, de három hónap múlva úgy döntöttem: elég volt! Nyár vége volt már, amikor elkezdett nőni a hajam. A régi, egyenes szálú séróm helyett göndör fürtök tűntek fel kopasz fejemem. Meghökkenítő látvány volt.

A negyedik osztály félévénel hagytam abba gimnáziumi tanulmányaimat. A félévi értesítőt még megkaptam. Az év végi bizonyítványomat egyszerűsített osztályvizsgálattal biztosítottam – otthon megírt dolgozatok alapján. Jelentősége nem sok volt, mivel nem tudtam leérettségizni. A volt iskolai barátok elkoptak mellőlem, a színikör tagjai viszont szeretettel fogadtak – a nyár végén. Az biztos, hogy a sok tortúra után más ember lettem. Hogy milyenné váltam? Nem tudom megmondani.

A szeptember eleje újra az iskolapadban talált. Negyedikes voltam. Mivel több tantárgyból már lezártak, ezért csak az érettségi és felvételi tárgyak óráit kellett látogatnom. Influenzás időszakban igazoltan maradhattam otthon. Kellemesen teltek a könnyített napok. Böven volt időm, hogy eljárjak a színikörbe – és színházba is. Sikeresen visszailleszkedtem tágabb környezetembe. Az érettségi vizsgám kiválóan sikerült. Felvételiztem a pécsi Janus Pannonius Tudományegyetem bölcsészkarának művészettudományi szakára. Még nem fejeztem be pécsi tanulmányaimat, amikor beiratkoztam a Pázmány Péter Katolikus Egyetem jogi karára is: ott már ötödéves hallgató vagyok. Két évvel ezelőtt férjhez mentem, és két hónap múlva – ha minden jól megy – megszületik első gyermekünk.

Abban, hogy ilyen gyorsan épültem fel a súlyos betegségből, egészen biztosan meghatározó szerepe volt sportoló múltamnak. Nem is feledkeztem el róla, miután talpra álltam. Hobbij szinten elkezdtem kerékpározni és úszni. Orvosi szempontok alapján tilos lett volna nyeregbe pattanom vagy a medencébe csobbannom, de ki bír annak ellenállni? Óvatosan sportoltattam; vigyáztam magamra. A rendszeres testedzésnek köszönhetően egyre jobb lett a fizikumom, és ezt az élet minden területén hasznosítani tudtam. Valamelyik évben Kaposvárott volt a transzplantáltak sportegyesületének felkészítő tábora (a manchesteri világjátékokra készültek) – ezt anyukám olvasta az egyik újságban. Biztatott, hogy keressem meg őket, és beszéljek velük. Rátaláltam Székely Gyurira, aki azonnal lecsapott rám, mint ígéretes transzplantált sportolójelöltre. Mivel edzőtáborban beszélgettünk, rögtön bizonyíthattam is: beugrottam a vízbe, és úsztam pár hosszt – az időeredményem jobb volt a többiekénél.

Kedvet kaptam az úszáshoz. Úszó múltamnak köszönhetően nem igazán kellett megerőltetnem magam az edzéseken, versenyeken – folyamatosan hoztam a formámat. A Sydneyben rendezett játékokra készülve aztán már teljes erőbedobással edzettem, és meg is látszott az eredményeimen, hogy igencsak ráhangolódtam a versenyre. Naponta körülbelül három méterrel úsztam. A transzplantáltak úszóedzője azt javasolta, hogy induljak el mind a négy számban ötven méteren, és hátton még száz méteren is. Pillangóban harmadik, hátton szintén harmadik, mellben második, gyorsban hatodik, száz hátton pedig első lettem: jóval saját

várakozásom felett szerepeltem. Amikor a száz hát döntőjében a célba csaptam, majd utána az eredményjelző táblán megláttam, hogy én lettem az első, arra gondoltam: Végre lett egy aranyérmem is!

Hazatértünk Budapestre. Új edzője lett úszócsapatunknak. Anival kiválasztottuk azokat az úszásnemeket és távokat, amikben a legjobb időeredményekre voltam képes, és ezekre összpontosítottam: háton 50 és 100, mellben 50 és 100, míg vegyesúszásban a kétszáz méteres távra készültem. A budapesti világbajnokságon az ötvenméteres mellúszásban második lettem, a többi négy számot pedig megnyertem. Örültem az eredményeknek: célul tűztem magam elé a jó szereplést, és meg tudtam valósítani!

Életemben először akkor volt síléc a talpamon, amikor meglátogattam öcsémet, aki egy évre kiment Amerikába – akkor már egyetemista voltam. Két nap állt a rendelkezésemre, hogy megismerkedjek a síelés alapjaival. Már a transzplantált úszók között voltam, amikor megkérdezte tőlem Székely Gyuri, hogy tudok-e síelni? Hát persze! – feleltem kapásból. Lenne kedved elmenni Franciaországba a transzplantáltak második, téli világjátékára? Bólintottam.

Klasszikus stílusban kellett futni, így azt tanultam meg. A sífutás technikáját egy nap alatt el lehet sajátítani, a többi pedig a fizikai felkészültségen múlik. Anyukám felkutatott Kaposváron egy olyan embert, aki már tanított másokat a sífutásra. Szerencsémre, abban az évben hó is volt bőven, úgyhogy megvolt minden a felkészüléshez. Ilyen előzmények után keltem útra Franciaországba. A három kilométeres sífutásban második lettem, az egy órásat pedig megnyertem.

A TELJES JOGÚ ÉLETÉRT

Szekeres Pál (38 éves)

Az első sportélményem a müncheni olimpiához kötődik. Mivel nagyszüleim cukrászdáját szüleim vitték tovább, sokat időztem a boltban. Nagy tippelés folyt: a betérő vendégek találgatták, hány aranyérmet is nyernek a magyar sportolók az ötkarikás játékon? Még csak nyolcéves voltam, de engem is magával ragadott a felnőttek hevülete. Többek között a vívóktól és Balczó Andrástól is aranyérmet vártam.

Református gimnáziumba járt édesapám, ahol tantárgy volt a vívás (a későbbiekben sem szakadt el a sportolástól: kerékpárversenyző lett). Gyakran ültem a tévé képernyője előtt, és jó néhány kosztümös filmet végigizgultam. A szívtipró hős sorra legyőzte a gaz ellenséget, miáltal megszerezte szíve hölgységét, és emellett persze elnyerte a nép szeretetét is. Mint ifjú, rákospalotai hősjelöltnek, nekem is bizonyítanom kellett, hogy kiválóan értek a kardforgatáshoz. Szerencsére volt egy műanyagból készült matchbox-pályám, amit játszani könnyedséggel szét lehetett kapni. Az autópálya hajtókanyarelemeit kiválóan lehetett kardnak használni. Apu sosem volt rest, és esténként hosszasan kardcsörtetéstől volt hangos a ház.

Közel négy évvel a müncheni olimpia után találtam a Népsportban egy hirdetést, amiből megtudtam, hogy az Újpesti Dózsa vívószakosztálya szeretettel várja a gyerekeket, akik Simonfi Tóth Ágnes főiskolai világbajnoknál jelentkezhetnek. Édesapámmal elmentünk a megadott címre, és egy életre a vívóteremben ragadtam.

A kalandfilmekből kiszemelt ideák hamar a múlt emlékeivé váltak. Velem egyidős srácokkal és egy erősen motivált edzővel – Horváth Máriával – találkoztam a vívóteremben. Edzőnk játékos gyakorlatok sorával teremtette meg azt az alapot, ami bármely más sportág pillérének is tökéletesen beillt volna. Az izgalmas feladatokba becsempészte a koordinációt, a gyors reagáló képességet és a reflexek fejlődését segítő, célirányos mozdulatokat is. Remek példa erre a páros fogó. Fizikai és szellemi gyorsaság összehangoltan: erről szól az egész. Jópofa játék volt a „kesztyűzés” is. A két csapat egymással szemben ül, és közöttük, középen egy zsámoly van. A csapatok azonos „számú” játékosai átellenben ülnek; minden pár tagjai azonos távolságra egymástól. A középen álló játékmester bemond egy számot, mire a két érintett játékos igyekszik megszerezni a zsámolyon lévő kesztyűt az ellenfél elől – vagy, ha a másik már megszerezte, akkor a kezére csapva „visszaszerezheti” az elveszettnek hitt céltárgyat. Kiváló, az ügyességet és a kombinációs készséget fejlesztő gyakorlat – nem véletlenül játszottuk hónapokon át. Közben persze fél szemmel a „nagyokat” figyeltük, akik már vívóöltözékben gyakoroltak a páston. Hat hónap után foghattam először fegyvert.

Több emlékezetes lépcsőfok, jelentős állomás is van a versenyzői pályafutás elején. Elsőnek a házibajnokság, ahol feketén-fehéren kiderül, hányadik vagyok a rangsorban. Nem tudtam kihasználni balkezességemet, ami pedig előnynek számít: a mezőny második felében végeztem. A verseny után elsírtam magam. A rákövetkező év végén indultam a sportiskolások bajnokságán, és az első fordulóban kiestem. Két évvel később, 1979-ben a serdülő országos bajnokságon harmadik lettem, és abban az évben megszereztem a felnőtt II. osztályú minősítést. Jóval több, mint száz vívó versenyzett országos szinten a korosztályomban, de csupán tízen mondhattuk ezt el magunkról. Ekkor már középiskolás voltam, és nagyon jól jött a minősítésért járó kalóriapénz.

Azt hiszem, azért fejlődtem ilyen gyorsan, mert olyan egyesületbe kerültem, ahol komolyan vették az utánpótlás nevelését. Nagyszerű edzők foglalkoztak velünk. Második mesterem Bericzai Sándor lett; máig is ő az edzőm. Több szakember is elősegítette a fejlődésemet – beálltak vívópartnernek. Mindehhez kitartóan edzettem, és ugyebár balkezes vagyok. Ezek együttes hatására már a legjobbak közé tartoztam korosztályomban, de még korántsem én voltam a legjobb.

Amikor először mentem edzeni a vívóterembe, egy Balczó típusú versenyző ideája lebegett a szemem előtt – és ebben benne foglaltatott az olimpiai aranyérem is. Mire féltucatszor fordultam meg a pást környékén, addigra már a csoporton belüli, egészséges rivalizálás győztése szerettem volna lenni. Elérkezett a versenyek időszaka, és én már ellenfeleim felett akartam diadalmaskodni. Úgy tolódott egyre magasabbra a venni kívánt lécs, ahogy fejlődtem a vívásban.

1979-es jó szereplésemnek köszönhetően serdülő válogatott lettem: a Budapest-Vidék küzdelmeken Budapest csapatát erősítettem. A következő lépcsőfok az volt, hogy indulhattam a juniorok – a húsz év alattiak – mezőnyében. A válogatott tagjaként Ifjúsági Barátság versenyeken (1983-1984) és junior világbajnokságon (1984) vettem részt. A Lengyelországban rendezett Ifjúsági Barátság versenyen olyan, nem várt, kimagasló eredményt értem el, amivel bekerültem a felnőtt válogatott keretbe. Mi történt Lengyelországban? Olimpiai- és világbajnok törözők sora indult a viadalon (a világbajnok lengyel csapat tagjai, az olimpiai bajnok Godel, a későbbi szöuli olimpiai bajnok Korecki, a világbajnok Robak), és én sorra győztem le a neves ellenfeleket. A döntőben egy lengyel fiúval kerültem szembe, aki jobbnak bizonyult nálam – sajnos, azóta autóbalesetben elhunyt. Egy évvel később már azt ünnepelhettem Budapesten, hogy az első alkalommal megrendezett Törley kupán életemben először Világ Kupa verseny döntőjébe jutottam, mint junior versenyző. Rajtam kívül csak két vívó mondhatta el ezt magáról a világon!

Pályafutásom további szakaszában még jobban jöttek az eredmények. Olimpián, világbajnokságon, Universiádén és Világ Kupa versenyeken többször is dobogóra állhattam – nem egyszer a legfelső fokára. Volt rá példa, hogy én vezettem a törözők világranglistáját. Óriási erkölcsi elégtétel volt számomra az 1985-ben, Kobében rendezett Universiade, ahol a döntőbe jutásért legyőztük azt a kiváló olasz csapatot, amely 1984-ben megnyerte a szöuli olimpiát. Szép eredménynek tartom a csapat Szöulban elért bronzérmét is – bár azt akkor még kudarcként éltük meg.

Még két, egyéni sikert szeretnék kiemelni. A világ legrangosabb versenye a törözőknél a Martini kupa. 1988-ban Franciaországban, ötezer fanatikus néző előtt – francia versenyzőket is legyőzve – első lettem. 1989-ben, Budapesten megnyertem a Törley kupát, és ezzel a világranglista élére kerültem! Különösen jól esett a nemzetközi szakembergárda azon véleménye, miszerint taktikai és esztétikai értelemben is nagyot alakítottam. Ha továbbra is tudom hozni a mutatott formát, világklasszis versenyző válhat belőlem – fűzték hozzá. Ekkor már a világ tíz legjobb férfi törözője közé tartoztam. Nagy reményekkel kezdtünk készülni 1991-ben a budapesti világbajnokságra...

Ekkor már huszonhét éves voltam. Egyengettem utamat a civil élet felé. Kétéves vendéglátóiskolába jártam, és azzal párhuzamosan végeztem a Testnevelési Főiskolát. A jövőképemet még a rendszerváltás előtt kezdtem el kialakítani, és a tanulmányaimat is elkezdtem. Arra készültem, hogy sportpályafutásom befejezése után külföldre szegődjek edzőnek, és az így megteremtett anyagi alappal szerettem volna itthon magánvállalkozásba kezdeni. Több eshetőségre is gondoltam: sportszerbolt, cukrászda, vendéglő. Élve a sport adta ismerettség és népszerűség előnyével nem hárítottam el magamtól a szebbik nem tagjainak kacérkodását.

Úgy voltam vele, hogy mielőtt révbe jutna a magánéletem, még jól kitombolom magam. A feszített edzésmunka és az idegőrlő versenyek után egyébként is szükség volt a lazításra – csak a kellő mértéket kellett eltalálni, hogy egyik örömforrás se menjen a másik rovására. A külföldi vagy éppen hazai versenyek után – nemzetiségtől függetlenül – összeállt a versenyzőgárda nagy része, és elindultunk bulizni az éjszakába. Már több mint egy éve jártam akkori barátnőmmel, amikor a budapesti világbajnokságra készültem. Bár szerettük egymást, kapcsolatunk mégis átalakulófélben volt a barátság felé. Már jelen volt bennem egy újabb kapcsolat csírája, de nem futottak párhuzamosan a szálak. A kiszemelt barátnőjelölt vívó volt, és a moziba járás időszakában tartottunk.

A bonni Világ Kupa küzdelmeiről tartottunk haza egy Ford Tranzit kisbusszal. A legbelső sávban száguldottunk. A középső sávban haladó autóbusz vezetője kitette a balra indexet. Ettől megijedt a sofőrünk, erőteljesen rátaaposott a fékre, és hirtelen félrerántotta a kormányt. A kocsi irányíthatatlanná vált. Hiába próbált meg a vezetőnk ellenkormányozni: végleg elveszítette uralmát a jármű felett. A későbbi szakértői vizsgálat nem talált a kisbuszban műszaki hibát.

Társaimmal zsugáztunk. Arra figyeltem fel, hogy a sofőr nagyot káromkodik. A jármű hirtelen elkezdett jobbra-balra billegni, mire ösztönösen megkapaszkodtam. Hatalmas recsenést hallottam, aztán se kép, se hang. Arra eszméltem, hogy a fűvön fekszem. Éreztem, hogy nagyon nagy baj van! Alig kaptam levegőt, ezért odaszóltam a körülöttem lévőeknek, hogy fordítsanak óvatosan az oldalamra. A gerincem eltört: a lábamat nem éreztem, merevgörcsben volt. Meg fogok halni! – futott át fejemben a gondolat. Érdekes módon, amikor a kisbusz elkezdett rángatózni, hihetetlenül lelassult a pergő idő. Tisztában voltam vele, hogy nagy baj következik, és nem tudok ellene tenni. Valahogy így voltam ezzel a fűben fekvéssel is.

Nem emlékszem rá, hogy mentőautóval vagy helikopterrel szállítottak-e el. Ollóval vágták le rólam a ruhát a kórházban. A gyógyszerek hatására ekkor már félrebeszéltem. Amikor észhez tértem, odajött hozzám egy orvos, és közölte: eltört gerincemet stabilizálta a műtőben. A gerincvelőmben elszakadtak az idegek. Soha nem fogok járni – tudtam meg. Nem hittem el neki. Az ember olyan lény, hogy nem szeret a rossz hírrel szembesülni...

Közvetlenül a baleset után Meszéna Miklós, a Vasas SC technikai vezetője saját sofőrjével kivitette édesanyámat és Kun Csaba versenyzőtársam édesanyját a kórházba. Ők csak annyit tudtak, hogy az egyik fiú élet-halál között van, de ha életben marad, akkor nem lesz semmi baja, míg a másik biztosan életben marad, de maradandó sérülést szerzett. Mindkét anya azon vívódott, hogy melyik eshetőség lenne a jobb? Mint később kiderült, mindketten azért imádkoztak, hogy fiuk inkább maradandó sérüléssel, de biztosan élje túl a balesetet. Csaba azóta teljesen felépült. Anyukám végül is öt hónapot töltött el mellettem a regensburgi klinikán; maga a kezelés hét hónapig tartott.

Továbbra sem hittem el a műtétet végző orvos diagnózisát, viszont precízen betartottam utasításait. Két hétig feküdtem az intenzív osztályon. Tizenhárom cső lógott ki belőlem: nem nagy perspektíva a jövőre. Lehangoló napok voltak. Sok minden megfordult a fejemben, mégis fegyelmezetten engedelmeskedtem, és egyre fogytak a csövek.

Átkerültem a közös kórterembe. A kábító hatású pirulák elhagyása után teljesen kitisztult a fejem. Már nem volt szükség a lélegeztetőgépre, és elhagyhattam az infúziót is. Újra tudtam mozgatni a bal kezemet, és végre ismét önállóan ehettem! E „szédületes” fejlődés hatására továbbra is bizakodtam.

Rehabilitációs intézetbe kerültem. Jött a doki, és elkezdte sorolni, hogy milyen gyógytorna-gyakorlatokat kell végeznem. Akkor villant be: Úristen, hiszen itt már szó sincs újabb műtétről! Itt már kőkeményen arról beszélnek, hogyan tesznek mobilissá a kerekesszékekben. A hirtelen jött felismerés hosszan tartó zokogásba fulladt...

Már az utolsó csepp könnyet is kitöröltem a szememből. Szétnéztem magam körül, és azt láttam, hogy kerekesszékekbe kényszerült emberek tevékeny közössége vesz körül. Ha nekik ez megy, miért ne sikerülhetne nekem is? – és adtam rá egy évet magamnak.

Amikor első alkalommal ültem a kerekesszékekbe, bizony, nem az egészséges ember tudatával tettem: ebben leélni egy életet? De úgy éreztem, végre kinyílik előttem a világ: már nem csak azt a szűk kis sávot érzékelhetem belőle, amit a kórházi ágyon fekvve láthattam az ablakon át. Felfedező útra indulhatok segédeszközömmel, feltérképezhetem az intézményt, sőt, még a környékét is bebarangolhatom! Azt kell mondanom, hogy ha már meg kellett történnie a balesetnek, szerencsém volt, hogy éppen Németországban esett meg. Hogy miért? Akkor még fogalmam sem volt róla, hogy milyen a hazai rehabilitációs rendszer. Amit kint tapasztaltam – reggeltől estig szakemberek hada foglalkozott velünk – az lett számomra az elfogadott ellátási mód. Így visszanézve el kell mondjam, hogy óriási a különbség a két ország intézményeinek mérete, a létesítményeken belüli specializálódás, azok felszereltsége és a gyógyításhoz szükséges eszközök között. Azóta valamelyest csökkent ez a különbség, de még ma is hatalmas úrtáv a két rehabilitációs rendszer között. A feladatok ellátásában részt vevő szakemberek száma is jelentősen eltér. Viszont igaz az is, hogy a hazai gyógytornászok éppoly felkészültek, ugyanannyira lelkiismeretesen végzik munkájukat, mint német kollégáik. A rendelkezésükre álló eszközök megegyeznek a kint használtakkal, csak hát a gyógyítást elősegítő eszközök rendszere foghíjas, minél fogva a hazai szakemberek semmiképpen nem tudnak olyan eredményt elérni, mint amilyeneket egy teljes gépparkkal lehetne. Meg kell még említenem az uszodák itthoni hiányát is, pedig egetverően fontosak lennének! A német példa számomra etalon: ott minden feltétel adott, az idő pedig nem sürget semmit és senkit (ha Magyarországon a rehabilitált leejt egy tollat, akkor gyorsan a kezébe nyomják – Németországban megvárják, amíg felveszi: maximum arra figyelnek, hogy orra ne bukjón közben).

Még javában tartott a rehabilitáció, amikor az orvosok megengedték, hogy a születésnapomat otthon ünnepelhessem. Szüleim megtettek minden tőlük telhetőt azért, hogy önállóan tudjak közlekedni és élni a családi házban. Az emeleti szobámba természetesen nem tudtam felmenni, ezért a nappaliban rendezkedtem be. A tisztálkodást és más egyéb teendőket sem tudtam önállóan megoldani. A lakásunkban szembesültem először azzal a ténnyel, hogy a rehabilitációs intézetben milyen tökéletesen, a kezelt emberek lehetőségeinek megfelelően alakították ki mindent. Elektromosan nyíló ajtók, különféle kapaszkodók, speciális zuhanyozók. Rá kellett jönnöm, hogy míg kint önállóan intéztem a dolgaimat, itthon bizony elkél a segítség. Mindez bosszantott, de a születésnapi buli varázsa ezt jótékonyan feledtette.

Több napon át tartott az ünneplés. Száznál is többen köszöntöttek fel. Eljöttek a volt barátnők, a barátok és az ismerősök is. Zarándokhellyé vált a ház arra a három napra, amíg itthon lehettem. E sok szeretet nagyon feldobott. Egész nap mosolyogtam, amitől bátorságot kaptak a barátok, és így már ők is mertek somolyogni, viccelődni, nevetni. Ettünk-ittunk, beszélgettünk, sztoriztunk, igazán remekül éreztem magam – mintha mi sem történt volna öt hónappal azelőtt.

Visszatértem Németországba. Világosan láttam, hogy sokat kell még fejlődnöm. A hátralévő két hónap alatt az otthoni környezet hiányosságából fakadó nehézségek megoldására, kivédésére összpontosítottam. A hazai élmények még jobban sarkalltak a minél tökéletesebb rehabilitálódásra.

Nagyszerű lehetőségem adódott. Részt vehettem a mozgássérült vívók Belgiumban rendezett Európa-bajnokságán. Azzal az élménnyel tértem vissza Malléből a rehabilitációs intézetbe, hogy van helyem a társadalomban és a sportban is: Európa-bajnok lettem. Mi gyakorolt rám ekkora hatást? Önállóan tudtam létezni a nem mozgássérültek számára kialakított környezetben. Ettől egyszeriben visszanyertem az életkedvemet. Újra motivációra leltem: Barcelonában paralimpiai bajnok akarok lenni!

Európa-bajnokként tértem haza, és – mintegy ráadásként – újabb, három hónapos zárandókat kezdődött nálam. Mivel akkor még nem volt autóm, a barátok hoztak-vittek. Az élményekben gazdag hónapok után elkezdtem kosárlabdázni a kerekesszékesek között, ősszel pedig nekifogtam a főiskola befejezésének – már csak az államvizsga volt hátra. Tanulmányaim sikeres lezárása után újra rendszeresen részt vettem a kosárlabdaedzéseken és a mérkőzéseken. Miért nem vívtam? – adódik a kérdés. Azért, mert akkor még nem volt Magyarországon kerekesszékes vívás. A barcelonai paralimpia törversenyére csak úgy tudtam felkészülni, hogy Németországba utaztam edzőtáborba, illetve a paralimpia előtt a német versenyzők jöttek el Magyarországra, hogy viszonzák „látogatásomat”. Az edzések ugyancsak jól szolgálták felkészülésemet: paralimpiai bajnok lettem a katalán városban. A győzelemhez nagyban hozzásegített még, hogy ott volt edzőm, Érsek Zsolt – barátom és egykori vívótársam – valamint „barátom Anikó” és a szüleim is: saját pénzükön utaztak ki mindannyian. Szakmai tanácsokkal láttak el, és szívből drukoltak nekem. Nagy, szakmai és erkölcsi elégtétel volt nekem a siker, mert győztesként „léphettem” fel a képzeletbeli dobogó legfelső fokára az ötkarikás játékon. Talán ez az eredményem némileg ráirányította a média figyelmét az érzékszervi, a mozgásszervi, a mentálisan hátráltatott és a szervátültetett emberek sportjára, amiről a közélet tájékozatlan volt. Hazaérkezésem után rögvest belekezdtem a kerekesszékes vívósport honi létrehozásába.

Anikónak még a baleset előtt kezdtem udvarolni. Az egészségi állapotom megváltozása új helyzetet teremtett kapcsolatunkban. – Továbbra is szeretlek! – mondta meggyőzően. – Melletted maradok!

Szinte minden nap felhívott telefonon, amíg Németországban voltam. Tartotta bennem a lelket, felolvasta a Népsportból a rólam szóló cikkeket. A belgiumi Európa-bajnokságra kiutazott, és úgy kezelte, mintha mi sem történt volna velem. Talán fura lesz sokak számára, de nem lepődtem meg Anikó viselkedésén. Miért? Többek között azért sem, amit a rehabilitációs intézetben tapasztaltam. Voltak ott olyan, mozgássérült fiatalok, akikkel már évekkel azelőtt esett meg a baj. Csikorogva fékezett egy Porsche kabriolet az épület előtt, és egy „tündér” szállt ki belőle, hogy felrohanjon hőn szeretett, mozgássérült barátjához. Látszott rajtuk, hogy ők egy igazi pár! A nőket sokkal kevésbé érdekli a felszínes külsőség, mint a férfiakat – tisztelet a kivételnek.

Az eljegyzésre 1994-ben került sor, utána összeköltöztünk, és egy évre rá összeházasodtunk. Négy évünk volt, hogy bizonyosságot nyerjünk egymás és önmagunk felől, gyakorlati tapasztalatok sorát szerezzük meg arról, miként élhetünk gördülékenyen. Már tizenegy éve tartozunk együvé, szeretetben és békében. Még manapság is meglepődöm azokon az embereken, akik úgy vélik, csodabogár az, aki sorsát egy „fogyatékoshoz” köti. Ne feledjük: a párkapcsolatokban nagyon sokféle hátrány, fogyatékos létezik (egzisztenciális, kisebbségi komplexus, érdeklődésbeli különbség stb.).

Mozgásom korlátozottságából adódóan sokszor kerülök megoldhatatlan helyzetbe. Az akadálymentesítetlen épületekbe, kereskedelmi egységekbe nem tudok bejutni. Óriási hátrány ez számunkra, mert nem tudunk úgy közlekedni (felül- és aluljárók, felszíni és felszín alatti tömegközlekedés), illetve ügyet intézni, mint a mozgásukban nem korlátozott emberek. A

belvárosban dolgozom. Ha vásárolni akarok valamit, akkor az újonnan épült bevásárlóközpontokat keresem fel, mert oda könnyedén bejutok. Jócskán leszűkül az azon helyek köre is, ahová szórakozni térek be. Alapvetően fontos ilyen esetben, hogy milyen a vizesblokk az egységben – ezt a feszítő problémát csak az érintettek képesek igazán átérezni.

Állami vezető vagyok: helyettes államtitkár. A fogyatékosok sportügyeit intézem, azokért felelek. Úgy gondolom, állapotom hitelessé tesz ebben a pozícióban. Nem érzem, hogy egészségi helyzetem hátráltatna munkaköröm ellátásában – talán így még jobban figyelnek rám, mintha két lábon állva végezném feladataimat.

Előfordult már, hogy az utcán olyan helyzetbe kerültem, amit gyorsan fel kellett oldani. Négy lépcsőfok állta az utamat lefelé. Más lehetőségem nem lévén, leugratam rajta. Sokan úgy gondolták, hogy nem tudom majd ellátni kisfiamat – gyermekünk most hároméves. Az élet alaposan rácaffolt a kétkedőkre: ha kell, fürdetem, öltöztetem, ennivalót készítek neki, és a bili ügyeiben is a segítségére tudok sietni.

Szellemiekben is gyarapodtam. Már két diplomám van, és részt vettem az Európai Unió több képzésén is. Mindezek azt a célt szolgálják, hogy minél több fogyatékos ember élvezhesse a sportolás örömét. Végzett munkámmal elsősorban magamnak kívánom bizonyítani, hogy szakmailag és emberileg meg tudok felelni a kihívásoknak, és eszembe sem jut közben, hogy mindezt kerekesszékből teszem. Ez ugyanis a munkavégzésem szempontjából teljesen lényegtelen.

Ha valaki érzékszervi, mozgásszervi, vagy bármilyen más hátrányt szenved az életben, az nem jelenti azt, hogy a mögé bújva kellene keresnie az előnyöket. A világ olyan, hogy aki aktívan él, az megtalálja benne a helyét. Ha ráérez a kommunikálás hangnemére, még hasznossá is teheti magát. A hátrányos helyzetű személyt családjának ösztönöznie kell – ez éppen az ő alapvető érdeke. A bizonyítás lehetősége és annak kihasználása olyan sikerélményhez juttatja a „fogyatékos”, hogy onnantól már a teljes életre törekszik. E folyamat kiindulópontja akár a sportolás is lehet. A mozgás és a mozgásélmény együtt hat az ember fizikai és mentális fejlődésére. Baráti, vagy akár párkapcsolatok létrehozásában is segíthet. Az aktív edzőmunka az önmegvalósítás eszközévé is válhat. Innentől már csak az élénk fantázia jelöli meg a határt, hogy mit is tűzhet célul maga elé az egykor talán még visszahúzódó, mozgásszegény fiatal.

Milyen a fogyatékos ember megítélése egy fejlett, és milyen egy fejlődő, fiatal demokráciában? Ha lenne egyszer Magyarországon olimpia-paralimbia, ahol a fogyatékkal élő sportolók legjobbjai megmutathatnák, hogy mire képesek, akkor a nálunk még jellemző sajnálat teljesen más dimenzióba kerülne át. Az ötkarikás játék Budapestet is sokkal használhatóbbá tenné számunkra. Jó lenne, ha a magyar sportolók egyszer már hazai környezetben kelhetnének versenyre a helyezésekért, érmekért. Sokkal használhatóbb országot, sokkal befogadóbb közeget eredményezne az olimpia – ezt magánemberként mondom és vallom.

A HÁROM ISMERETLEN VIGYÁZÓ

Doszkocs Zsuzsanna (43 éves)

Még iskolába sem jártam, és már imádtam táncolni a lakodalomban. Összehangolt mozgású gyerekek voltam; a pajtásaim kedveltek. Iskolásként, amikor megkaptam az első, kétkerekű biciklimet, boldogan ugrottam anyu nyakába. Vidáman pattantam a bicaj nyergébe. Elindultam volna, bele a nagyvilágba, de nem tudtam megtartani rajta az egyensúlyomat. A szüleim úgy gondolták, hogy ügyetlen vagyok még hozzá. Az iskolában sem remekeltem a testnevelés-órákon. Futás közben állandóan lemaradtam – és ezt a lustaságom számlájára írták. Aztán új iskolába kerültem, ahol a tanító néni már nem ilyen hányavetin utasított el. Alaposan megfigyelt, majd megmondta anyukámnak, hogy ez a „lustaságom” szerinte nem természetes eredetű. Anyukám egy pillanatig sem habozott, és rögvest orvoshoz vitt. A mozgáskoordinációs vizsgálat után a gyermekorvos beutalt a Heim Pál kórházba, ahol sokrétű, mindenre kiterjedő vizsgálatokkal próbálták kideríteni, mi bajom is van voltaképpen? A tünetek és a leletek alapján az orvosok úgy vélték, hogy a disztrofia (az izomgyengeség egyik fajtája) lehet a ludas fáradékonyságomban. Nekem nem, de a szüleimnek megmondták: nagyon valószínű, hogy nem élem meg a tizennyolcadik születésnapomat.

Lassan bandukoltam hazafelé a suliból. A szomszédban lakó újságíró néni megállított az utcán, és beszélgetni kezdett velem. Annyit kérdezgetett, hogy elmondtam neki: azért megyek ilyen lassan, mert nagyon beteg vagyok. Az iskolában pedig jól kell tanulnom, mert csak irodai munkára leszek alkalmas. Nagyon valószínű, hogy mire felnövök, már nem bírok járni. Az állapotom csak lassan romlott, így fel tudtam dolgozni magamban a megállíthatatlan izomsorvadás által valószínűsíthető, szomorkás jövő képét. Elfogadtam a helyzetemet, amit stagnálónak éreztem. Barátaim, osztálytársaim nem csúfoltak, nem kötöttek belém a gyengeségem miatt: kedvesek és figyelmesek voltak. A közös játékból nem vontam ki magam, igaz, a fogócskázók közé egyszer se álltam be. Részt vettem valamennyi osztálykiránduláson.

Elrohantak az évek. Tisztában voltam képességeimmel és fizikai adottságaimmal. Amikor a nyolcadik osztály elején anyu érdeklődött, hogy mi szeretnék lenni, azt feleltem, hogy számítógépprogramozó. A legjobb választás érdekében elvitt a pályaválasztási tanácsadóba. Kitöltöttem a tesztlapokat, megoldottam a kijelölt feladatokat, és az eredmények összesítése után kiderült, hogy tökéletesen választottam. A Hámán Kató közgazdasági szakközépiskola számítástechnikai tagozatára jelentkeztem, és fel is vettek.

Középiskolás koromban a legnagyobb kihívás az volt, hogyan lépjek fel a tömegközlekedési járművekre. Szentendréről HÉV-vel utaztam Budapestre. A csípőmet már nagyon nehezen emeltem, ezért csak óriási erőfeszítéssel tudtam magam feltornászni a lépcsőn. Legalább egy percembe telt. Ha nem volt ismerős a kalauz, többször is előfordult túl gyorsan indított, és én a csapódó ajtók közé szorultam. Később már ügyeltem, hogy csak olyan ajtónál szálljak fel, amire a kalauz tökéletesen rálát. Attól is óvakodtam, hogy ne olyan helyen próbáljak feljutni, ahol más is szeretne. Igazából kezem erejének köszönhetem, hogy egyáltalán képes voltam így felmászni. Anyukám a házunk kapujából figyelte, hogy sikerül-e feljutnom a szerelvényre.

A beutazással más, komolyabb problémám nem volt, mert praktikus okokból nem villamossal, hanem metróval utaztam tovább. A Moszkva tértől azonban sokat kellett gyalogolni az iskola kapujáig. Útközben volt kikerülhetetlen, keramitkockás szakasz is. Esős időben, vagy ha síkos volt a tél, bizony gyakran elestem a csúszós, sárga burkolaton – de így is megérte, mert a

lépcsőzésnél kerülendőbb nehézség nem létezett. Óvatos lépteimnek és a kisebb kerülőnek köszönhetően körülbelül fél órával lassabban jutottam be Szentendréről, mint diáktársam.

Egyik barátnőm kíváncsian megkérdezte, hogy melyik a legrosszabb lépés az iskolában? Ő úgy gondolta, hogy az első, a sulis kapujához vezető lépcsőfok a legbaljósabb. Tényleg az volt a legnehezebb, és meglepett, hogy ő ezt felismerte. Honnan tudod, hogy nekem is az a legrosszabb? – kérdeztem. – Mert azután már bent vagyunk a suliban, és onnan már nincs menekvés! – felelte határozottan.

Nekem persze más miatt gyűlt meg a bajom azzal a fránya lépcsővel: az volt a legmagasabb az iskolában. Nos, igen: sokszor másként látja ugyanazt az egészséges és a betegséggel küzdő ember. Nehézkedésem ellenére nem maradtam ki az osztály megmozdulásaiból. Továbbra is velük tartottam a közös kirándulásokra, és csak a végszükség esetén vontam ki magam a mozgalmas eseményekből. Ilyen volt a szünet: tiszta sor volt, hogy nem tudok részt venni benne. Amíg társaim jókedvűen nyisszantották a fűtőket a venyigéről – és tömték a hasukat az édes szemekkel – én a középiskola könyvtárában segitettem leltározni. A tornaórák alól persze felmentettek, így azok alatt is a könyveket rendezgettem. Afféle „másodállású” könyvtári kisegítő lettem, de ez az elfoglaltság nem erősítette fel bennem a keserűséget. Diáktársaim figyelmesek voltak; szájukra soha nem vettek. Ha úgy érezték, rászorulok, felajánlották segítségüket.

A tanulásban nem okozott problémát az izomgyengeségem. Mivel már az általános iskolában elhatároztam, hogy jó tanuló leszek, megfelelő tudásalappal kezdtem az első évet, a tudat és az akarat pedig hajtott a kiválasztott úton. Erős négyes tanuló voltam mindvégig. Legjobban a történelmet és a matematikát szerettem.

Hazánkban elsőként ebben az iskolában indult meg a számítástechnika oktatás. Szoba nagyságú, R-40-es, szocialista gyártmányú gépen tanultunk. Szerencsémre a kabinetrendszer csak az 1976-1977-es tanév kezdetén vezették be. Nagyon elkésérített az óránkénti vándorlás. A tanórák utolsó öt percében már csak az motoszkált a fejemben, hogy odaérek-e időben a következő terembe? A rosszabb verzió az volt, ha felfelé kellett menni. Emiatt a lépcsőzés miatt alaposan megszenvedtem az utolsó tanévet. Arra azért büszke vagyok, hogy a becsöngetés előtt mindig eljutottam oda, ahová kellett.

Többször is megfordult fejemben a továbbtanulás gondolata. Úgy gondoltam, a két kedvenc tárgyamra nyugodtan alapozhatok. A sikeres érettségi után jelentkeztem a Számviteli Főiskolára – a felvételi dolgozatom azonban nem úgy sikerült, ahogy szerettem volna.

Szüleim és húgom is mellettem álltak a mindennapokban. Gyakran mentünk közösen vásárolni. Testvérem állandóan előttem haladt, hogy testével fedezzen a tömegben. Magától tette: érezte, hogy vigyáznia kell rám. Egyszer, a nagy tolongásban valaki véletlenül meglökött. Húgom vérszemet kapott a rajtam esett sérelem miatt, és viszonzásul jó erősen bokán rúgta a lökdösődőt.

Meg sem fordult a fejemben, hogy Szentendrén keressek számítástechnikai szaktudást igénylő állást. Budapest tűnt az egyedül járható útnak. Úgy kezdtem munkahelyet kutatni, hogy azt HÉV-vel és metróval meg tudjam közelíteni: így akadtam az OTP számítóközpontjára. A közgazdasági ismereteimmel és számítástechnikai tudásommal ha programozónak nem is, de adatrögzítőnek felvettek. Kissé fáj a szívem emiatt, de örültem, hogy sikerült a metróhoz közeli munkahelyet találnom. Még egy hónapja sem dolgoztam, amikor összefutottam az egyik volt osztálytársnőmmel, aki Szentendrén lakott. Beszélgetni kezdtünk, és én meglepve hallottam, hogy sikerült a szakmájában, programozóként Szentendrén elhelyezkednie. Magától ajánlotta fel: segít, hogy én is ott dolgozhassak – már ha akarom. Az égből pottyant lehető-

ség egészen fellelkesített. Igen ám, de az ajánlott munkahely a város másik végén volt, ahová csak busszal lehetett eljutni. Már megint az átkozott lépcsőzés! Barátnőm alapos kutatómunkát végzett. Mivel a vízügy számítástechnikai központja nemrégén költözött ki Szentendrére, ezért a Budapesten lakó dolgozókat a vállalat busza hordta a két város között. Mivel csak a cég dolgozói utaztak rajta, az utasok valószínűleg megértők lesznek – vélekedtem. Volt osztálytársam rábeszélése is kellett ahhoz, hogy az OTP-től átmenjek a Vízgazdálkodási Intézetbe, ahol a Vízügyi Hivatal számítástechnikai munkáit végezték.

Az ott dolgozók annyira figyelmesek voltak, hogy csak a legnagyobb tisztelettel tudok szólni róluk. A vállalati Volgát gyakran használták kisebb-nagyobb áruszállításra. A sofőrök mindig előre szóltak, ha másnap reggel útba tudtak ejteni. Ilyenkor megszabadultam a buszra szállás kényelmetlenségétől. Az épületben csak teherlift működött. A vezetők megengedték, hogy azt – a vállalat egyetlen dolgozójaként – személyszállításra használhassam. Arra is akadt példa, hogy üzemképtelenné vált a felvonó. Ekkor az emberségből jelesre vizsgázó kollégák be-tessékeltek a kabinba, és kézi erővel felcsévéltek a liftet. Az irodák két, egymás mellett álló épületben voltak; ezeket lépcsős átjáró kötötte össze. Hogy ne kelljen ezen mennem, megkaptam a két, hátsó kapu kulcsát a portásoktól. Lejtőn mehettam át a másik épületbe. Hadd köszönjem meg még így utólag is a volt kollégáknak a sok segítséget, amit tőlük kaptam!

Jelentkeztem a SZÁMALK tanfolyamára. Két év alatt elvégeztem, és ezzel főiskolai szintű képesítéshez jutottam a szakmában. A besorolásom is megváltozott.

Gyermekként – mint már említettem – a Heim Pál kórházba jártam kontrollra. Ott B vitaminkúrával próbáltak segíteni rajtam. Ahogy nagykorúvá váltam, az Országos Ideg- és Elmegyógyintézet neurológiai osztályára kerültem át. A professzor asszony (dr. Gallai Margit) az izombetegségek specialistája volt. Húszéves voltam, amikor izomszövetmintát vettek tőlem a kórházban. A laboratóriumi elemzés kiderítette, hogy glicogen myopáthia gyengíti az izomzatomat (az izomzat nem képes a nagy cukormolekulákat tárolni). A betegséget valószínűleg öröklött génhiba okozta. Mivel családukban ilyen betegség nem fordult elő, nem tudhatom, hogy melyik szülőm génjei lehetnek hibásak. Megállapítottam, hogy peches vagyok.

Elmúltam már húszéves, amikor lett annyi pénzünk a családban, hogy vehessünk egy Trabant Hycomatot. Kimondottan tetszett az ötlet, és amikor szüleim vállalták a költségeket, belevágtam a jogosítvány megszerzésébe. Az MHSZ autósiskolájába jelentkeztem, ahol egy csupa szív oktató mellé kerültem. Az elméleti rész nem okozott gondot. Oktatóm, aki ezzel önzetlenségből és emberségből egyaránt jelesre vizsgázott, nem harminc óráig gyakoroltatta velem a gépjárművezetés technikáját, hanem legalább nyolcvan órán át sulykolta belém a gyakorlatot. Azt mondta: nem azt akarom, hogy átmenj a vizsgán, hanem, hogy tökéletesen vegyél részt a forgalomban. Természetesen a saját kocsimmal gyakoroltunk, ahol minden kézre esett. Szabályozták, hogy az elméleti vizsga után mennyi időn belül kell letenni a gyakorlatit. Nos, engem az utolsó, lehetséges vizsgára íratott fel az oktatóm. Nagy volt a tét, de nem hoztam szégyent emberséges tanítóm fejére.

Kinyílt előttem a világ! Nem csak a munkahelyemre jártam el a hycomattal. Hétvégéken felkerekedtünk másik barátnőmmel, aki a BKV-nál dolgozott, és betértünk a cég Kertész utcai klubjába. Aki akart, táncolhatott a diszkózenére, aki meg nem, az beszélgethetett a haverokkal. Barátnőmnek korántsem volt könnyű dolga, amikor rá akart venni a szombati kiruccanásra. Én ugyanis – helyzetemből adódóan – eléggé visszahúzódó voltam. Őt viszont nem olyan fából faragták, hogy csak úgy lemondjon rólam. A ruhásszekrényemből kiválasztotta a helynek megfelelő ruhákat, és valósággal beléjük tuszkolt. Amikor már rajtam volt az öltözk,

nemigen tehettem mást, mint hogy a slusszkulcs után nyúljak. Éveken át rendszeresen jártunk hétvégén a klubba. Sokféle emberrel hozott össze az esti élet. Barátokra leltem a vigasságot kedvelő fiatalok között. Nálam nem a tánc volt a fontos, hanem, hogy beszélgethessek másokkal. A világgépem is bővült az ottani élmények hatására.

Szerelmi kapcsolataim azonban nem a klubban alakultak ki. Szerintem a diszkó jellegű helyek alkalmatlanok az ilyesmire. Első szerelmemet tizenhat éves koromban ismertem meg. Iskolába indultam, szálltam fel a HÉV-re. A lépcsőfokkal vívott, heroikus küzdelmemet figyelte egy fiú, aki már fenn volt. Nagy erőfeszítéssel feljutottam a szerelvényre, és ő felállt: át akarta adni a helyét. Úgy éreztem, hogy ezzel a figyelmesnek tűnő cselekedettel meg akar bántani. Megharagudtam, és sértődötten visszautasítottam a helyet. Szerencsére, idővel rájöttem, hogy jó szándék vezette, amikor figyelmesen viselkedett. Kellemesen elbeszélgettünk a hosszú úton. Nem sajnálatból adta át a helyét, hanem hogy segítsen. Ilyenre csak a jó érzésű emberek képesek, és ők tudnak is kontaktust teremteni velem, velünk. Három évig tartott a lángoló szerelem, és be is teljesedett. Több, ehhez hasonló érzelmi kapcsolatom is volt: mindegyik fiú igazi ember volt a talpán. Egyik esetben sem az állapotom romlása miatt szakadt meg közöttünk az érzelem, a barátság továbbra is megmaradt. Azt hiszem, azért fogadták el mozgásom korlátozottságát, mert csípték a humoromat és szerették a kedvességemet. Remélem persze, hogy azért tetszettem is nekik. Nem sportmeccsekre vagy diszkóba jártam fiúbarátaimmal, hanem autósmoziba – vagy behúzódtunk a szobámba, és jó nagyokat beszélgettünk. Mivel gyakran nyúltam fel a könyvespolcra irodalomért, és az utcán is nyitott szemmel jártam, szinte bármiről el lehetett velem beszélgetni. Családom vagy fiú barátaim kedvéért időnként hajlandó voltam leülni a tévé elé is, hogy végignézzek egy-egy sportközvetítést. A Pilis hegység útjain gyakran rendeztek ralifutamokat. Speciális Trabantommal gondmentesen meg tudtam közelíteni a verseny színhelyét, ezért kapható voltam egy-egy autóverseny megtekintésére.

A kezem ügyes volt, ezért megtanultam kötni, makramézni és horgolni. Sohasem unatkoztam. Sem a lakásban, sem távolabb. Így utólag úgy látom, hogy gyermekként kevésbé tudtam kiteljesíteni önmagam, mint felnőtt fejjel. Felnőtt életemet kézben tudtam tartani. Már megvolt az autóm, amikor többen is javasolták, hogy járjak el úszni a Rudas gyógyfürdőbe. A fürdő igazgatósága lehetővé tette, hogy a jelentősen károsodott egészségű emberek hétvégén, a záróra után még két órát úszhassanak. A kínálkozó, remek lehetőséggel leginkább a végtaghiányos emberek éltek. Nekem hiába volt meg mindkét végtagom maradéktalanul: az izomzatom már annyira gyenge volt, hogy még azok együttes erejével sem tudtam vékony testemet fenntartani a vízben. Mivel a betegségem elsősorban a törzshöz közeli izmokat gyengíti, a vállizmaimmal sem tudtam magam segíteni. Három hónap után felhagytam a reménytelennek tűnő próbálkozással.

Minden évben egy hónapot a neurológiai osztályon töltöttem. Ilyenkor infúziót kaptam, és injekciókúrával pótolták a szervezetemből hiányzó erőforrásokat. Sosem maradt el az alapos kivizsgálás: végigkövették betegségem stádiumait. Tudtam, hogy ez a betegség nem gyógyítható, de ez nem keserített el. Már amúgy is túléltem önmagam, hiszen annak idején azt mondták szüleimnek, hogy aligha élem meg a tizennyolcadik születésnapomat. Ekkortájt már bőven elmúltam húsz – és ez inspirálóan hatott rám: rájöttem, hogy érdemes élni! Gyermekek voltam még, amikor „kiszámoltam”, hogy a 2000. évet mindenféleképpen meg kell élnem! Akkor már túl leszek a negyvenedik születésnapomon. Abba már úgyis minden belefér.

Az íróasztalom mellé lépett az egyik munkatársam, és csendben megkért, hogy menjek le a portára. Furcsállottam a dolgot, de szót fogadtam. Már a földszinten bolyongtam, és továbbra sem értettem semmit az egészből, amikor felvisített a tűzjelző sziréna, és a dolgozók tüle-

kedve rohantak le a lépcsőkön. Ebből maradtam ki a tűzvédelmi beosztottak figyelmisségének köszönhetően.

Teltek-múltak az évek, az állapotom pedig fokozatosan romlott. Épp otthon voltam, és ki akartam menni a szobámból, amikor megbotlottam a küszöbön, és olyan szerencsétlenül estem el, hogy eltört a térdem. Tizenkét héten át volt gipszben a lábam. Lábadozásom idején járókerettel közlekedtem, de újra elestem, és eltört a másik térdem. Ez a balesetsorozat jelentősen megváltoztatta az addigi életemet, mert járóképtelenné váltam. Nem volt mit tenni: vásároltam egy személyi számítógépet, és elkezdtem otthon dolgozni. Mivel húgom is ennél a vállalatnál helyezkedett el, vele küldtem el az elvégzett munkát az intézetbe.

Fújdogálni kezdett a rendszerváltás előszele. A nagy cég összeolvadt egy másikkal, és megszűnt a munkahelyem. Egy percre sem ettem a munkanélküliek kenyerét. Húgom elhelyezkedett a szakmájában, Csepelen – még mielőtt a szentendrei kirendeltség megszűnt volna. Beajánlott a téeszhez, mint otthon dolgozó programozót. Ez, a körülményekhez képest idilli állapot talán két évig tartott – aztán jöttek a leépítések. Naná, hogy nekem mondtak fel elsőként! Nem tehettem mást: leszázalékoltattam magam. Megvalósítottam gyermekkori álmomat: irodában dolgoztam, és összejött annyi munkaviszonyom, hogy nyugdíjat kapjak érte, és ne járadékot. Nem mindegy!

Továbbra is otthon voltam, csak már munka nélkül. Újra a könyvespolc felé fordultam, és valósággal faltam a könyveket. Még ebédidőben is olvastam. Mivel a házukba nem vezették be a kábeltévét, vettünk egy parabolaantennát. Az est és az éjjel nagy részét a képernyő előtt töltöttem. Talán meglepő lesz, de a horrorfilmeket kedveltem a legjobban. Túlságosan háborítatlan voltam, és kellett valami, ami felbolygat belülről. Csak így tudtam megszabadulni a feszültségtől. Egy műtétet vagy egy injekció beadásának felvételét viszont nem vagyok képes megnézni. Tudom, hogy élesben megy mindaz, amit látok, és annak szenvedő alanya van. A horrorjelenetekben meg legföljebb ketchupos lesz az „áldozat”, ha elvágják a torkát. Kedvelt elfoglaltságom még a keresztretjvényfejtés.

A húgom úgy vélte, hogy nem elég kreatívak a napjaim, és vett a születésnapomra egy doboz zsírkrétát. Az első rajzom annyira jól sikerült, hogy mindenki elcsodálkozott rajta – én magam is. A kép címe: Szárnyalás; egy repülő sasmadarat ábrázol. A betegségem és a mozgásszegény életem inspirált: a szabadság utáni vágyamat próbáltam vele kifejezni. Állapotom időközben annyit romlott, hogy már csak guruló székkal tudtam közlekedni a lakásban: arról segítség nélkül is át tudtam csúszni az ágyamra. Végig küzdöttem az önállóságomért, és ebben a siralmas állapotban is elláttam magam – sőt, továbbra is számítógépeztem. Aztán a betegség megtámadta a légzőizmokat. Egyre nehezebben jutottam levegőhöz. Már az is komoly erőfeszítésbe került, hogy a lábammal odébb gurítsam a széket. Mivel a kór a gerincoszloptól indul, és úgy kezdi tönkretenni az izmokat, a csuklómat és az ujjaimat még nem tudta elgyengíteni. Ekkor vált életem fő értelmévé a rajzolás. Kezdtém beletörődni a megváltoztathatatlanba. Még az elmúlás is eszembe jutott.

Betöltöttem harminckilencedik életévemet. Augusztus tizenkilencedike volt, és háromnapos ünnep következett. Anyukám aggódni kezdett: mi lesz velem, ha az ünnepek alatt rosszabbodik az állapotom? A körzeti orvos azt mondta, hogy vigyenek be a kórházba, ahol majd szakértők mondanak véleményt az állapotomról. Így kerültem a neurológiai osztályra. A hamarjában megejtett gyorssteszt kimutatta, hogy már nem lenne szabad élnem, a véreemben ugyanis jóval több volt a széndioxid, mint az oxigén. Ilyen vérképet nemigen produkált még senki a kórházban. Elnevettem magam az eredményen. Mivel az állapotom folyamatosan, de lassan romlott, apránként hozzászoktam az abnormális feltételekhez. Ez a hihetetlen alkalmazkodóképesség mentette meg az életemet.

Korábban sem álltam hadilábon a szerencsével. Vakbéllel, epebántalmakkal és más problémákkal is az utolsó pillanatban kerültem a műtőasztalra. Mindegyik operáció sikeres volt. A neurológiai osztály orvosai határozottan kijelentették, hogy nem mehetek haza. – Na, jó! – gondoltam. Pár napig benn tartanak, vizsgálgatnak, gyógyítgatnak, aztán búcsút intek nekik. Váratlanul ért, hogy átszállítottak a Tüdőszanatóriumba. Még az ünnepek alatt elvesztettem az eszméletemet, és kómába estem. Egyágyas szobát kaptam. Az volt a szerencsém, hogy szüleim épp ott voltak, amikor állapotom ilyen katasztrofálisan rosszabbodott. Intubálni kellett. Több órán át tartott, amíg le tudták nyomni a lélegeztetőcsövet a torkomon. A szervezetem totálisan összeomlott, és az orvosok nem sok jóval kecsegtették szüleimet. – Olyan sokáig volt oxigénhiányos állapotban a lányuk, hogy ép elmével nem úszhatja meg a légzésrohamot! – mondták. Csak szüleim könnyölgésére vittek át az intenzív osztályra. Két nap múlva tértem magamhoz. Éjszaka volt. Tudtam, hogy kórházban vagyok. Hallottam a közeli és távoli zajokat. A fejemet nem bírtam megmozdítani, mert a torkomban volt a cső. Mindkét kezemet kikötötték, nehogy véletlenül kihúzzam a számból az életmentő eszközt. A fejem felett három, pici neoncső világított. Három, fekete kabátos alak guggolt a három lámpán – két fiú, egy lány. Rám néztek; mintha meg is érintettem volna őket. Hamar rájöttem, hogy amit látok, az a valóságban nem létezhet. Egyszer csak megszólalt a középső: – Ne félj tőlünk! Azért jöttünk, hogy vigyázzunk rád!

Szüleim az első, adandó alkalommal elmesélték, hogy amíg eszméletlenül feküdtem az intenzív osztályon, állandóan azt motyogtam, alig hallhatóan, hogy: negyven, negyven, negyven. Nem értették, hogy mit akartam mondani, üzeni azzal a negyvennel. Alig öt hónap volt hátra akkor a negyvenedik születésnapomig. Annyira meg akartam élni az évfordulót, hogy még a halál árnyékában is csak az járt az eszemben.

Négy és fél hónapot töltöttem el a tüdőszanatóriumban. Tudtam, hogy már életem végéig szükségem lesz a légzőkészülékre. Két héttel a kómába esésem után gégemetszést végeztek rajtam, mivel már képtelen voltam visszaállni az önálló légzésre. A műtét után visszakerültem az intenzív osztályra. Teltek, múltak a hetek, a hónapok. Óriási fejfájást okozott az orvosoknak, hogy hová tegyenek onnan? Feltétlenül szükségem volt lélegeztetőgépre, tehát csak akkor adhatnak ki az intenzív osztályról, ha egy megfelelően felszerelt intézet fogad be. A bajt tetézte, hogy a négy hónap alatt négyszer kaptam tüdőgyulladást. Kész csoda, hogy csont-bőr valóm átvészelte az újabb és újabb megpróbáltatásokat. Megkérdezte tőlem a professzor, hogy mit szeretnék? Említettem neki, hogy évekkel ezelőtt láttam a tévében egy háromrészes riportfilmet a Baba utcai intézetről. Kértem, hogy érdeklődjék meg, fogadnának-e ott engem? A megkeresés után eljött hozzám az ottani professzor és a főnővér. Megbeszéltük, hogy ha kigyógyulok a tüdőgyulladásokból meg a toroködémából, szívesen fogadnak a rehabilitációs intézetben.

Alig harmincöt kiló voltam, amikor január 5-én átszállítottak a Baba utcába. Mivel nem volt étvágyam, az évek folyamán a gyomrom teljesen összeszűkült. – Gondolj anyukádra, és egyél egy falatot; gondolj apukádra, és egyél még egyet! – próbálták belém imádkozni az ételt a nővérek. Szenvedtem az evéstől, de lenyeltem a falatkákat. Elérkezett az annyira várt negyvenedik születésnapom, január tizedike. Az összes, közeli és távoli családtag bejött, hogy együtt örülhessünk a nagy eseménynek. Legalább huszonöten vették körül az ágyamat. Mivel az érkezők tisztában voltak vele, hogy nehezen nyelek, ezért orosz krémtortával leptek meg. Bár tudtam egyedül enni, anyukám mégis kanálra tett egy darabkát a tortámból, és biztatott, hogy kapjam be. A jeles szájtátást fénykép őrzi. Nagy ovációval köszöntötték a rokonok, hogy az élet habos oldalába haraptam.

Most, három évvel a kómába esés után szinte kicsattanok az egészségtől. Huszonöt kilót híztam. Már nagyon kell vigyáznom, nehogy újabb kilókat szedjek fel. Senki ne higgye, hogy féktelenül vetem magam az étel után. Ágyhoz, kerekesszékhöz kötve élem életemet. Hozzám hasonló, vagy nálam is rosszabb állapotú emberek lakják a rehabilitációs intézetet. A mindig segítőkész nővérektől és segítőiktől emberfeletti erőt és kitartást kíván, hogy teljes körűen ellássanak bennünket. Sokszor egy órába is beletelik, mire valakit megetetnek, megfürdetnek, vagy valamiképp ellátnak. Az itt lakók egytől egyig lélegeztetőgépre szorulnak, de nem állandó jelleggel. Az intézet belső terét úgy alakították ki, hogy mindenkinek külön szobája legyen: úgy élhessünk, mintha majdnem önállóak lennénk. Minden szobában van televízió – és itt van mellettem a számítógépem. Küldhetek és kaphatok elektronikus leveleket. A hűtőszekrényem az ágy végében van.

Mi más tölthetné ki napjaim nagy részét, mint a rajzolás! Megunni nem tudom. Kikapcsolódásként keresztrejtvényt fejték mellette. Este meg nézem a tévét, jó sokáig. Az ágyam mellett áll készenlétben az elektromotoros kerekesszémem, de ritkán ülök bele, mert lusta vagyok. Vagy – hadd fogalmazzak inkább így – imádok rajzolni. Az, aki közülünk több órára is el tud szakadni a lélegeztetőkészülékétől, a járművébe pattan, és elmegy kószálni a környékre, vagy le a Margit körútra, hogy néhány percig egészséges emberek között legyen.

Figyelmes segítőink megoldották, hogy a légzőkészüléket a kerekesszékeinkre is föl lehessen szerelni. Olyankor élek ezzel a lehetőséggel, amikor kiállításom nyílik, mert arról nem maradhatok le – a rajzaim azóta kerülnek a kiállítótermek falára, amióta itt élek. Nagyobb távolságok megtételére a rehabilitációs intézet mikrobuszát vesszük igénybe.

Mivel az intézetet súlyosan mozgás- és légzéskorlátozott emberek lakják, rendszeresen jár hozzánk a gyógymasszőr. Átmozgatja a testünket, hogy a még működőképes izmok ne haljanak el idejekorán. Minden, megmentett izomszálnak felbecsülhetetlen az értéke. Elektromos stimuláló gépünk is van, azzal is növelhetjük a még használható izmaink edzettségét.

Ha sportközvetítést nézek a tévében, elsősorban a jégtánc, a szinkronúszás, a torna és a díjugratás érdekel. Az esztétikus, szép mozgás vonzza a szememet. Talán nem véletlenül. Ha tehetném, szívesen táncolnék.

Minden rosszban van valami jó, ami felé tovább lehet lépni az életben. Meg kell látni, hogy mi által lesz gazdagabb az ember, mi lesz a haszna belőle. Időben ki kell jelölni a célt. Szerencsés vagyok: mindig volt valami, ami előre, a lelki gazdagodás irányába terelte az életemet.

A HÁROM UJJAL VEZÉRELT ÉLET

Kárpáti György (46 éves)

Hazafelé tartottunk édesanyámmal az óvodából, amikor nyafogni kezdtem. – Fáj a lábam! – Ölbe kéredzkedtem.

Anyu biztatott: – Mindjárt otthon leszünk, kisfiam! Addig bírd ki! Ne kényeskedj! – Lábam állapota rohamosan rosszabbodott a hátralévő, pár méteren. Amikor bekanyarodtunk a házunk kapuja elé, már bicegtem. Bementünk a lakásba. Anyu tett-vett a konyhában, és ez alatt a lábam egyre erőtlenebbé vált. Estére már erős láz hevítette testemet. Szüleim kihívták a gyermekorvost. Az elmondott tünetek után csak rám pillantott, és már mondta is: – Járványos gyermekbénulás!

Elmúltam már hároméves, amikor a paralízis áldozatává váltam. A mentőautó a László kórházba vitt. Rohamosan romlott az állapotom – annyira, hogy járóképtelenné váltam. A légzésem is egyre nehezebbé vált, saját erőből már képtelen voltam az életben maradáshoz szükséges levegőt belélegezni. Három és fél éves voltam, amikor vastüdőbe kerültem. Két éven át egy percre sem hagyhattam el a lélegeztetőgépet – elválaszthatatlan részemmé vált. Vannak azonban az életnek bizonyos, még az efféle esetekben sem megkerülhető törvényszerűségei. Ilyenkor a nővérek leállították a gépet, és egy másfajta lélegeztetőkészülék átlátszó búráját tették a fejemre. Tudom, hogy nem szerettem a búrát, de arról, hogy miként reagáltam magára a betegségre, már csak emlékfoszlányaim vannak. Azt hiszem, nemigen fogtam fel, hogy mi is történt velem.

Szüleim mindennap meglátogattak. Alig maradt el tőlük nagynéném, aki mindig jött, ha ideje engedte. A rokonság többi tagja is kitett magáért. Ez a szeretet és törődés, meg a kórházban dolgozó nővérek kedvessége csitítóan hatott rám.

Az osztályon nyolc pajtásommal szorultunk vastüdőre, és a nővérek minden, tőlük telhetőt megtettek azért, hogy színesebbé tegyék napjainkat. Tanulságos bábelőadásokat rögtönöztek, meséket olvastak fel nagy empátiával, rövidebb-hosszabb versekre tanítottak minket. Megpróbálták pótolni az óvoda véglegesen elvesztett világát. Amikor viszont magunkra maradtunk a kórteremben, csak a beszélgetés segített az unalom ellen.

Hogyan néz ki a vastüdő, és miként tud segíteni a levegővételben? A hatalmas gép két alkotórészből áll; az összsúlya 1300 kilogramm. Egyik meghatározó része a kompresszor (kinézete a régi kovácsműhelyek fűjtatóira hasonlít). Ezt egy tíz centiméter átmérőjű cső köti össze a fekvőhellyel. Ez utóbbi körülbelül két méter hosszú. A szélessége egy méter, míg magassága fél méter lehet (a lábazat nélkül). Olyan, mint két, egymásra boruló tepsi, amiket ott rögzítenek egymáshoz, ahol az a tíz centiméter átmérőjű cső torkollik az „alsó” tepsi végébe. A vasból készült szerkezet fekvőfelületén van a könnyen cserélhető matrac. Az alsó tepsi végében, a befutó csővel átellenben nagy, kerek lyuk tátong. Amikor befektettek a gépbe, azon a nyíláson kellett kidugnom a fejemet, amit a szerkezet végéhez rögzített fejtartó támasztott meg. A felső rész tetejét erővel kell lenyomni, mivel azt a 300 kilogramm ellensúly egyébként nyitva tartja. Az alsó és felső részt kallantyúk segítségével lehet szorosra zárni – a szerkezetből ilyenkor már csak a fejem lóg ki. A nyakrésznél (papírvattával, laticellel) légmentesen el kell tömíteni a rést. A kompresszor ekkor kiszívja a zárt térből a levegőt, és vákuum alakul ki a testem körül. Légnyomás nélkül a tüdőm már képes a légzésre. A következő pillanatban a kompresszor bőséges mennyiségű levegőt pumpál azon a csövön, amin

előzőleg kiszippantotta, és a túlnyomás kipréseli a tüdőmben rekedt levegőt. A tepsi hosszanti oldalain öt-öt kis ajtó van, a tetejükön csavarható fogantyúval. Természetesen ezek a nyílások is hermetikusan záródnak. Miért van rájuk szükség? Hogy azokon (gumírozott, karra szoruló nejlonkesztyűvel) be lehessen nyúlni a zárt térbe anélkül, hogy közben meg kéne állítani a gépi lélegeztetést. Így igazítják meg a nővérek a kezemet, lábamat, ha elfáradt az addigi pozitúrában. A vastüdő tetejének egy része átlátszó műanyag, amin könnyen be lehet látni a belső térbe.

Pizsamában szoktam aludni. Mivel az állandó légmozgás hűsíti a zárt teret, lepedővel takarózom. A kompresszor hangja elég erős: idő kellett hozzá, hogy a monoton zajt megszokjam.

Elmúltam már ötéves, amikor az orvosok észrevették, hogy – ha csak rövid időre is – el tudnám hagyni a gépet. Mivel addigra már szinte összenőttem a szerkezettel, és mélyen beivódott tudatomba, hogy csak azzal vagyok képes lélegezni, egyáltalán nem reptem az örömtől, amikor ezt javasolták.

Ekkortájt intenzíven győzködtem szüleimet, hogy vegyenek nekem egy táskarádiót. Szerettem volna zenét hallgatni, és a világról is többet kívántam tudni. Kapóra jött ez a szemfüles orvosoknak. Megkérték szüleimet (bár sejtették, hogy ezzel nehéz helyzetbe hozzák őket): ígérjék meg nekem, hogy ha rövid időre elhagyom a vastüdőt, megveszik az áhított készüléket. Ráálltam az alkura, bár nagyon féltem. Hintaágyra fektettek a nővérek, és körülbelül öt-hat percig lélegeztem ott önállóan. A hintaágy a mérleghintához hasonló szerkezet. Akkor fújtam ki a levegőt, amikor a fejem alacsonyabban volt, mint a lábam. Az újabb billenés után belélegeztem. Amikor már nehezen ment az önálló légzés, uzsgyi, vissza a vastüdőbe!

Elkezdtek kiszoktatni a gépből. Az első napok, hetek alatt még nem fogtam fel, hogy milyen óriási változás kapujában állok. Sajátos lélegzetvételre tanított meg a betegségem. Amikor a széken ültem, ki kellett valahogy pótolni az erőtlen légzésemmel bejuttatott, kevéske levegőt. Először a kétoldali, nyaki izmokkal próbáltam rásegíteni, ám ezzel nem mentem sokra. Magam sem tudom, hogy miként kaptam rá, de elkezdtem apró slukkokban nyelni a levegőt, ami nem a gyomromba, hanem a tüdőmbe került. A sok kis korty felduzzasztotta a tüdőmet, ami aztán saját súlyától összeesett, és kipréselte a levegőt. Így csak éber állapotban lehet lélegezni; ezt a technikát neveztem el békalégzésnek. Amikor már rájöttem, hogy rövid időre biztonságosan el tudom hagyni a szerkezetet, szüleim beültettek a kerekesszékekbe, és kigurítottak a kórház udvarára. Szélesre tárult előttem a világ.

Máig sem tudom, hogy kinek az ötlete volt, de három órára elhagyhattam a kórházat. Anyukám odaállt mellém. Lekerült rólam az állandó pizsama. Óriási élmény volt a saját ruhámba bújni! Taxiba szálltunk: irány a Gellérthegy! A kockás jármű hamar felrobogott velünk a hegytetőre. A panoráma szépségétől valósággal „elájultam”. Nem győztem betelni Pest számtalan házával, éberen füleltem a város motorizációs zaját. Akkor építették az Erzsébet-hidat: épp a fémszerkezetet mázolták pirosas alapozóval. Szemem mohón itta a hatalmas Duna távolba vesző látványát is. Mind-mind valóságos csoda! Visszamentünk a taxihoz, és irány haza! Amint beléptünk az ajtón, szüleim máris a szobámba vittek. Két éven át bámulhattam a kórterem plafonján a neonlámpákat és hozzá a hófehér falakat, szagolhattam a kórház jellegzetes illatát. Mit láttam helyettük? A szobám mennyezetéről sokégyes csillár lógott, a falakat színes képek díszítették. A lakásnak emberi illata volt.

– Hát ez az én otthonom? – buggyant ki belőlem, és ez már végképp sok volt szüleimnek. Elsírták magukat. Alig bírták abbahagyni a zokogást. Én meg csak néztem a gyönyörű szobámat, és nem tudtam betelni melegségével.

Az első lehetőséget követte a többi. Alkalomszerűen vittek ki szüleim a kórházból: volt, hogy hetente kétszer is, de volt, hogy jóval ritkábban toppanhattam be meseszép szobámba.

Életem alapvetően változott meg 1969-ben. Tizenhárom éves voltam, amikor megüresedett egy vastüdő a Baba utcában (a Rózsadombon), a Tüdő- és Mozgásrehabilitációs Intézetben, Magyarország egyetlen, ilyen típusú ellátó intézetében. A László kórházban meglehetősen egyformán teltek napjaim. Ébredés után reggeli, majd ebédig tévénézés. A főétkezés után további tévénézés, a vacsora után pedig alvás. Alig töltöttem el három napot a Baba utcában (az épülettel még meg sem tudtam ismerkedni), amikor tanárok, az intézet alkalmazottai vettek körül minket, gyermekeket. Felmérték tudásunkat és mozgáskéességünket: számunkra is elkezdődött az általános iskola. Egyből harmadik osztályos lettem. A tanároknak jó előre ki kellett gondolniuk – méghozzá személyre szabva, mindenkinek külön-külön – hogyan is bírjuk megfogni az íróeszközt? Figyelnük kellett arra is, hogy ki milyen mozdulatokra képes. Volt olyan társam, aki csak a szájával tudott írni. A másik haverom a lábával formálgatta jeleit.

Én magam se mindennapi módon vettem a betűket. Hanyatt feküdtem. Fejem mellett, a jobb oldalon volt a kinyitott füzet. Jobb könyökömet behajlítottam, és ujjheggyel megfogtam a ceruza kihegyezett végét. Bal kezemmel keresztbe nyúltam az arcom előtt, és megragadtam a ceruza végét. Amennyire csak bírtam, jobb felé billentettem a fejemet, hogy lássam a ceruza-hegy mozgását. Eléggé kitekert helyzet volt, de csak így tanulhattam meg betűket és számokat írni. Kis csapatunknak hasonló tantárgyakkal kellett megbirkóznia, mint a többi általános iskolásnak. Rajz, ének, gyakorlati és testnevelésóra persze nem volt. Hétfőtől péntekig mindennap volt tanítás. A tanító megérkeztekor nem kellett vigyázzba állnunk, csak feküdni...

Az órák végén megkaptuk a házi feladatot, amit nem lehetett elbliccelni. Tanáraink szigorúan követeltek tőlünk, és ha valamelyikünk elhanyagolta a leckéjét, akkor nem volt kegyelem, és egyest kapott. Mivel egész életünket zárt térben és környezetben éltük, sok alapfogalmunk és általános ismeretünk hiányzott. Egyszer, biológia órán a szarvasmarháról tanultunk. Egyik barátomnak fogalma sem volt e jámbor jószág mibenlétéről. Tanítónk mérnöki pontossággal festette le szavaival, hogy milyennek képzeljük el a tehenet. A földművelés sokfajta munkája is távol állt izolált világunktól. Erről is alaposan felvilágosított minket a pedagógus, mielőtt elkezdte volna a tényleges tananyagot. Élénken emlékszem arra a földrajzórára, amikor a bolygók keringéséről tanultunk. Annyira kiválóan szemléltette az égitestek mozgását, viszonyát a tanító, hogy egyből megértettem. Az asztal lapjára tett egy gyertyaszálat: az szimbolizálta a napot. Ezután elkezdte kerülni az asztalt, és közben a saját tengelye körül is forgott. Ezt az összetett mozgást pusztán a fantáziánk erejével nem tudtuk volna elképzelni, csak a szemléletes bemutatóval.

Igencsak különbözőképpen álltam a tantárgyakhoz. A matematikát ki nem állhattam, és a nyelvtannal is sűrűn meggyűlt a bajom. A biológia meg a fizika viszont érdekelt. Sokszor kellett ádáz csatát vívnom a feladott tananyaggal, hogy betuszkoljam a fejembe. Előfordult az is – igaz, csak ritkán – hogy elégtelent kaptam. Úgy gondolom, egy egészséges gyerek ilyenkor vállat von, és ezzel el is intézi – én viszont rendkívül kényelmetlenül éreztem magam a rossz érdemjegy után. Hajtott a bizonyítás vágya, ezért mindig bepótoltam azt a tudást, aminek hiánya miatt felsültem. Erős négyes átlaggal tanultam végig az általánost. Hajtott a tudásvágy, ezért vállaltam a továbbtanulás terhét. Gimnazistaként levelező tagozaton tanultunk társaimmal. A Rákóczi Ferenc Gimnáziumból jártak ki hozzánk a pedagógusok, hetente egyszer. Az önálló tanulás nem volt egyszerű feladat. Tanáraink kijelölték a negyedévi anyagot, de az elsajátítás módját és idejét ránk bízta. Mivel mindannyian bizonyítani akartunk – no, meg persze tudni is – komolyan nekifeküdtünk. A negyedik év végén kijött hoz-

zánk az intézetbe az érettségivizsga bizottság, és mi számot adtunk a négy év erőfeszítéséről. Mivel a gimnáziumban is jó eredménnyel fejeztem be a tanéveket, a szokásos vizsgadrukkon felül egyéb izgalmat nem éreztem. Az osztályban a biológia tantárgy szakértőjének számítottam, ezért arra kicsit nagyosan készültem. Volt egy tétel, amit nem tanultam meg – naná, hogy azt húztam ki. Nagyon össze kellett kapnom magam ahhoz, hogy legalább egy hármast összeizzadjak. Fizikából viszont dicséretes ötöst kaptam. A feleletem után a fizikatanár így szólt kollégáimhoz: – Uraim, úgy látom, Gyuritól nem tudok olyat kérdezni, amivel ki tudnék fogni rajta! – A többi tárgyból négyest adtak. Huszonkét éves voltam, amikor kezembe vehettem az érettségi bizonyítványomat.

Fiatalságunk persze nem csak tanulással telt: a szórakozásra is maradt idő. Hangulatos házibulik oldották a biflázás monotonitását. Huszonötön laktuk akkor az intézetet: mindannyiunkat a paralízis döntött le a lábunkról. Ezeken az összejöveteleken szülők, testvérek, rokonok és barátok növelték „kis létszámú” társaságunkat. A lányok közül többen is találtak maguknak levelezőpartnert, és ők szintén eljöttek a murikra. A magnóból szólt az általunk kedvelt zene; a kintről érkezett férfiak, fiúk pedig ölbe kapták a lányokat, és úgy táncoltak velük. Sajna, ez fordítva nem működött.

Bőven találtunk új arcokat, hogy aztán beszédbe elegyedjünk velük. A jóízű terepere közben nagyokat haraptunk a különféle szendvicsekből. Az intézet dolgozói nemegyszer vetélkedőt is rendeztek a bulin. Különféle szempontok alapján vegyes csapatokat állítottak össze – általában hat, hatfős társaságot. A kérdésekre mi, bentlakók is tudtunk válaszolni, az ügyességi feladatokban pedig a kintről érkezettek jeleskedtek. Máskor előadók tették változatosabbá a napot. A barátok segítségével gyakran szétnézhattunk a városban, és beleszimolhattunk az élet forgatagába.

Barátságok és szerelmek is fonódtak az intézetben. Engem is nemegyszer megperzselt a láng. Volt hetes, hónapos, meg olyan is, ami húsz éve tart (tartott?). Az egyik lányba annyira belezúgtam, hogy szinte elájultam tőle – ő meg szinte nem is foglalkozott velem. Csak egészséges nőkhöz vonzódtam. Úgy gondolom, nincs sok értelme annak, hogy két, hozzám hasonlóan mozgássérült összeházasodjon – még akkor sem, ha szeretik egymást. Szükség esetén nem tudnánk segíteni a másoknak, pedig erre azért állandóan rászorulunk. Elsősorban az intézetben dolgozó hölgyekre tudtam kivetni a hálómat – a jelenlegi barátnőmmel is így ismerkedtem meg. Az idők folyamán annyira javult az állapotom, hogy már csak éjszaka, az alvás idején szorulok a vastüdőre. A mozgásterem azonban még így is behatárolt. Bárhova is szerettünk volna elmenni kedvesemmel, estére mindig vissza kellett érnünk az intézetbe. Végül is hozzám költözött, az intézeti szobámba. Gyakran fordultunk meg nénikémnél, aki Budakalászon lakik. Autóbusszal voltunk a Mátrában, és moziba is eljártunk.

Harmonikusan teltek a hónapok, évek. Ám ha lefeküdtem, kínzó gondolatok törtek rám. Mennyire más lenne, ha egészséges emberként élhetném életem! A következő percben viszont már annak örültem, hogy súlyos betegségem ellenére vannak terveim, és törekszem rá, hogy minél több elképzelésemet megvalósítsam.

Néhány, gyermekbénulásban megbetegedett lánynak sikerült olyan kapcsolatot kialakítania az intézetben dolgozó betegszállítókkal, amiből házasság lett. Ők már kint élnek a városban, mivel szükség esetére velük van a hordozható légzőkészülék. Fordítva is működik a kapcsolatteremtés: egyik barátom megkérte egy nővér kezét, összeházasodtak, és azóta is boldogan élnek.

Éveken át harcoltam egy elektromos meghajtású kerekes székért. Az évek folyamán kényelmetlenné vált, hogy ha ki akartam menni a kertbe vagy az utcára, mindig meg kellett

kérnem valakit, hogy gurítson ki. Nagyobb önállóságot szerettem volna. Hosszas küzdelem után, 1983-ban jutottam álmaim segédeszközéhez. Már nem kellett egész nap az alatt a fa alatt ülnöm a kertben, ahová reggel kitolt a nővér. Az első napokban keresztül-kasul bejártam a környéket kis járgányommal. Igazi felfedező utak voltak azok: nem csak a látott kép pezsdítette fel lelkemet, hanem az is, hogy önállóan létezem, távol az intézet falától. Egyre messzebb merészkedtem el szuperjárgányommal. A motor szerencsére eléggé erős volt ahhoz, hogy az aszfalton gond nélkül megküzdjön a hegyek kaptatóival. Addig egyforma napjaim jelentősen átalakultak. Elmegyek bevásárolni! – szoltam társaimnak. – Kell valami a boltból?

Szabadságom kiteljesülése olyannyira lelkesített, hogy napközben alig láttak az intézetben. A sok lófrálás során barátokra is szert tettem a környéken. Mára bevett szokásommá vált, hogy ebéd után végiglátogatom a környéken dolgozó, lakó barátaimat – hacsak az időjárás közbe nem szól. Elektromos járművemmel a Moszkva térig vagy a Margit-hídig is eljuthatok. Legnagyobb sebessége azonban csak 6 kilométer óránként, ezért odáig ritkán furikázom el. Új ismerőseim egy-két kilométeren belül találhatók: hozzájuk pár perc alatt eljutok.

Jó dolog, ha segítenek rajtam, de azt még jobban szeretem, ha én segíthetek másoknak. Összebarátkoztam egy fiatal házaspárral, akik kerékpárszervizt üzemeltetnek házuk aljában, a garázsban. Gondoltam egyszer, megnézem, hogy megy a bolt – és elgurultam hozzájuk. Jöttek-mentek a kuncsaftok. A fiatalasszony egyszer csak a fejéhez kapott. – Nem fizettük be a csekket!

– Semmi baj! – feleltem. – Add ide, majd leugrom vele a postára.

Gond nélkül elintéztam a befizetést (azért van az embernek szája, hogy használja). Egy buszmegállónyira van a zöldséges. Gyakran benézek hozzájuk – nyáron főleg paprikáért és paradicsoméért, télen egy kis déligyümölcsért, évszaktól függetlenül pedig a jó szóért. A minap is betértem a fiúkhöz. Hosszasan beszélgettünk, amikor nagyot korgott a zöldséges gyomra. – Nem hoznál valamit harapni? Már indultam is, és elviharzottam a Rózsakert bevásárlóközpontba. Ott a bejárat ajtó után ölembe teszik a kosarat, és begurulok a gondolák közé. Mivel csak három ujjamat tudom mozgatni – és a fejemet – mindig megkérek valakit, hogy vegye le a polcra az árut, és tegye a kosárba. A pénztárosnők már jól ismernek. Elveszik ölemből a kosarat, és kiállítják a számlát. A pénztárcámból kiveszik a pénzt, és beteszik a visszajárót. Táskámba rakják a megvásárolt élelmiszert – meg a pénztárcát – és felakasztják a kerek szék hátuljára. Szegény, éhen halni kezdő zöldséges komám sem nélkülözött sokáig: gyorsan fordultam a két üzlet között.

Van a közelben egy kisebb élelmiszerbolt is. A pult mögött serénykedő hölgy még harminc éves sincs. Vele is hosszasan elbeszélgetek, ha épp nem jön senki. Ha meg sűrűn nyílik az üzlet ajtaja, a vevőkkel diskurálok. Megesik, hogy a kiszolgálónak el kell szaladnia a tisztítóba vagy a postára. Ilyenkor rám bízva az üzletet. Ha vevő érkezik, vásárlásra biztatom. A végén fizethetnek – ketten csak ki tudjuk számolni, hogy mennyi az annyi.

Nem csak a környékbeli kereskedőknél áll jól a szénám. Sajnos, az a család, amelyikről most szó lesz, már elköltözött. Annyira összebarátkoztunk, hogy többször is meghívtak ebédre, vacsorára. De talán még jobban példázza kapcsolatunk erős szálait, hogy akkor sem feledkeztek meg rólam, amikor nagy baráti társaság verődött össze náluk a kertben. Elektromos kocsimmal könnyedén lavíroztam a velem is közvetlenül viselkedő társaságban, és néhányukkal össze is barátkoztam.

Felhősebb oldala is volt az életbe csöppenésemnek. Eleinte, amikor már egyedül jártam-keltem a kerületben, úgy éreztem, hogy az emberek erősen megbámulnak. Mázsás súlya volt a tekintetüknek. Csak lassan voltam képes ezekkel a méregető pillantásokkal megbarátkozni.

Időbe telt, amíg lélekben eljutottam odáig, hogy kezelni tudjam ezeket a kényelmetlen szituációkat. Ma már bátran reagálok ezekre. Ha annyira néz valaki, hogy szinte nekimegy az oszlopnak, megállítom a kocsimat, és megkérdem, hogy mit is szeretne tudni rólam? (Ne nézzél, kérdezzél!) Többnyire zavart pislogás a reakció, az illető elkapja a fejét, és továbbmegy. Igen ritkán fordul elő, hogy a kíváncsiskodó honpolgár bátorságot merítsen, és kérdezni merjen.

Roppant idegesítő, ha a járdán gépjármű állja utamat. Régebben ilyen helyzetben még én éreztem magam kényelmetlenül, ha találkoztam a sofőrrel. Azóta nagyot fordult a kocka: határozottan felhívom a feledékeny vezető figyelmét, hogy a járdát a gyalogosoknak találták ki.

Amíg szüleim bírták energiával, sok mindennel meg akartak ismertetni. Gyakran voltam kint a futballpályák lelátóin. Amikor bátyám kenuzni, húgom meg kajakozni kezdett, már a vízparton fordultam meg többször, és a vizes sportok lelkes hívévé váltam. Ellátogattunk testvéreim vidéki versenyeire is, és nagyon drukoltam a sikerükért. Mára már csak a tévén nézhetem a sportmérkőzéseket. Fő kedvencem az atlétika és a vizes sportok. A focit a képernyőn már nem kedvelem annyira, mint a helyszínen. Csak néhány játékost látok, akik kergetik a labdát. Én viszont az egész stadiont szeretném látni, szőröstül-bőröstül. Érdekelne minden kis momentum a hatalmas arénában. Azt hiszem, a képernyőről a legjobban az élő való varázsa hiányzik. Néha elkap a vágy: szívesen futnék, vagy ugranék rúddal. A súlyemeléssel, a birkózással, és az ökölvívással szemben viszont kimondott ellenszenvet érzek: ezeket embertelen sportoknak tartom.

Éhes vagyok minden, a gépjárművekkel kapcsolatos információra. Lecsapok rá, legyen az újságban vagy a telekommunikációs eszközök bármelyikében. A motorizált közlekedés – mint egész egység – szintén érdekel. Ha kielégültem „füstös” hobbimban, akkor szívesen fordulok szobanövényeim felé, ezek megtöltik kis kuckómat.

Az én növényeim nem bontanak szirmot, csak zöldellnek. Futók csüngnek a falról, meg páfrány. Sok kaktusz növeget cserépben – azokat a legkönnyebb gondozni. Különböző színű fokföldi ibolyák is díszítik lakomat. Fikuszom már másfél méter magas; a közelében kroton nő. Hiába veszi körül az intézetet zöld: szükségem van arra, hogy itt, bent is a növények szép látványába fusson tekintetem.

Jó pár könyvet vásároltam; azok a könyvespolcon találtak helyet. A szabadon maradó percek pedig igen alkalmasak a gondolkodásra. Anélkül sem lehet meg az ember – pláne, ha a maga javára fundál ki valami fontosat. Sokáig forgattam fejemben a kérdést: hogyan tudnék önállóan telefonálni? Ma már kihangosítható telefon van a szobám falán: egyik lakótársammal közösen üzemeltetjük. Három, mozgásképes ujjammal és egy hosszabb pálcával kényelmesen ki tudom hangosítani, és hívni is tudok. Ez is nagyon fontos lépés volt önállóságom ki szélesítésében. Mivel Zsuzsát többször hívják, mint engem, megbeszéltük, hogy ő veszi fel a kagylót, ha csörög a készülék. Ha engem keresnek, átcsönget hozzám, és már fogadom is a hívást.

Szüleim szeretetét és törődését továbbra is érzem. Hetente látjuk egymást. Húgom és bátyám sem felejtett el. Ők is jönnek, ahogy idejük engedi. Mindketten házasok, és gyermekük is van. Húgom kisfiának én lettem a keresztapja. Elérzékenyültem, amikor felkért: örömmel mondtam igent. Keresztfiam cseperedő baba korában még elfordult tőlem, és sírt. Szülei meg csak biztatták: Integess Gyurinak, menj csak oda hozzá, simogasd meg! A szeretetben feloldódott a kisfiú tartózkodása, és egyre többször somfordált hozzám, ha meglátogattak. Összehaverkodtunk. Annyira jólesik a ragaszkodása, hogy azt szavakkal ki sem tudom fejezni.

Imád focizni, ezért a negyedik karácsonya közeledtén úgy döntöttem, hogy a Jézuska futballcipőt hoz neki. A karácsonyfa alját a stoplis cipő szépen becsomagolt, masnival átkötött doboza ékítette. Megérkezett Balázs a szüleivel. – Mit hozott nekem a Jézuska? – kezdte. Izgatottan bontotta ki az ajándékot. Amikor kezébe került a meglepetés, felkiáltott. – Focicipőőő...! – Kezében a csukával kétszer körbetáncolta a szobát örömeiben. Utána odajött hozzám, és mosolyogva azt mondta: – Köszönöm, drága Gyurikám! Megsimogatta a könyökömet, és adott rá egy puszit. Teljesen elérzékenyültem, és könny szökött a szemembe. Kész voltam...

Elégedett vagyok életem alakulásával. Azzal, hogy mi lenne, ha... – nem foglalkozom. Nem tartom valószínűnek, hogy önálló lakásba költöznék – még akkor sem, ha barátnőm velem tartana. Ha csendre vágyom, behúzódok a szobámba, és elbújok a világ elől. Ha pedig már elegendem van az egyedüllétből, akkor előremegyek a nagyterembe, ahol zajlik az élet – például Zsuzsához, vagy útra kelek a kerekesszékekkel.

Az ötvenes években több ezer gyermeket fertőzött meg súlyosan a paralízis kórokozója Magyarországon. Tíz éve hozta létre egyik barátom a „Herfel húszan még vagyunk” alapítványt. Az alapítók közül már csak tizenhárman élünk. Négyen a rehabilitációs intézetben lakunk, kilencen pedig kiköltöztek férjükhöz, feleségükhöz. Mivel már régóta van hordozható lélegeztetőkészülék is, elszakadhattak az intézettől.

Ha a vastüdő már kevés, akkor jön a gégemetszés. Ezt mindenáron el akarom kerülni. Gégemetszés után megnő a fertőzés veszélye. Amikor 1969-ben felkerültem az intézetbe, még heten szorultunk vastüdőre. Én vagyok közülük az utolsó mohikán. Lehet, hogy nem csak Magyarországon, de Európában is...

Meséltem már a vastüdő kinézetéről, működési elvéről, és arról is, hogyan fekszem benne. Most szólok egy pár szót arról, hogyan tettem komfortossá az „ágyban fekvést”.

A gép tepsi részéből csak a nyakam felétől „lógok” ki. A nővérhívót az egyik ismerősömmel közösen fejlesztettük ki. Az alapja egy nyomáskapcsoló. Erre műanyagcsövet húztunk; a vége épp a szám előtt van. Ha belefújok a csőbe, a levegő nyomja a kapcsoló membránját, és megszólal a nővérhívó. Meg kellett oldani a televízió és a hifitorony önálló kezelését is. A lélegeztetőgép fejnyílása fölé, a szerkezet felső részére egy tükröt szereltek, és ahogy fektemből belenézek, nagyobb teret látok be magam körül. Másik haszna, hogy két tépőzárat ragasztottunk rá, meg a távirányítókra is. A nővérhívó szerkezet végében van egy ceruza. Számba veszem az íróeszközt, és azzal nyomkodom a távkapcsolók gombját. Maga a fekvés nem kényelmetlen. Negyven év alatt mindent meg lehet szokni.

Álmok a valóság tükrében:

Ritkán szoktam álmodni, de amikor mégis, mindig makkegészségesnek látom magam. Visszatérő álmom, hogy egy nyitott, sport Mercedesben ülök; mellettem egy hosszú hajú, szőke nő. A csodaszép autó száguld, bele a végtelenbe...

Nemrégiben forgattak rólam egy filmet. Az életemről szólt, és a mindennapjaimat is bemutatta. Utcaképek is kerültek a szalagra. A rendező megkért, hogy válasszak hozzá aláfestő zenét. Egyik, kedvenc klipemben egy kamion robog az országúton. Hatalmas síkon nyúlik át a sztráda. A szabadság, az erő és a végtelen harmónia jellemzi a rövid montázst. Ennek a klipnek a zenéjét választottam.

Nemrégiben vettem egy faxszal ellátott telefonkészüléket, merthogy 2000-ben elkezdtem tőzsdézni. Az első évben jól kaptam el a fonalat. Ötven, jó tranzakcióval nagyon sikeres évet zártam. Több mint megdupláztam a befektetett összeget, és messzemenően elégedett voltam.

A televízió teletext szolgáltatásában kísértem nyomon az árfolyamok változását, és ha vétel vagy eladás szükségét éreztem, remek szolgálatot tett a fax. A következő évben viszont rám járt a rúd. Csak lestem, ugyan merre kószált el mellőlem a szerencse? A MOL papírjának és kései ébredésemnek köszönhetően az előző évi nyereség háromnegyed részét elbuktam. Az idén már óvatos duhaj módjára avatkozom a tőzsde forgalmába. „Sok kicsi sokra megy” alapon veszem ki a részem az üzletből.

Mágikus erővel vonz az építkezések érdekes és látványos világa. Falja szemem a munkagépek mozgását, forgását. Beleképzelem magam az erőgépeket irányító emberek helyébe. Milyen jó is lenne! Egyik nap nagy örömmel értesültem róla, hogy nemsokára elkezdik építeni közeliünkben a Rózsakert bevásárlóközpontot. Izgatottan nyúltam három ujjammal a kerek szék joystickjához.

Hamar rátaláltam az építkezésre. Szemgyönyörködtető volt a látvány: itt aztán lesz mit néznem! A főnökök szigorú munkafegyelmet követeltek beosztottaiktól. Lazításról szó nem lehetett – arról meg, hogy elszaladjanak egy doboz cigiért, még álmodni sem mertek volna a melósok. Órákon át figyeltem a gödör mélyítését, majd az alapozás munkálatait, végül az épületkomplexum megszületését. Elektromos masinámmal körbejártam az építőipari szakemberek hangjától és a munkagépek berregésétől hangos tájat. Úgy látszik, néhány pillanatra mégiscsak kilopták magukat a kétkezi munkások, mert felfigyeltek rám. Egyikük vette a bátorságot, és megszólított:

– Nem hoznál pár doboz cigarettát?

– Szívesen! – feleltem, és már „füstölt” is kocsim kereke, ahogy indítottam. Úgy ismertem a környéket, mint a tenyeremet. Gyorsan beszereztem a cigarettát, és robogtam vissza. A melósok kitörő örömmel vették át a pakkokat.

Hazafelé menet zakatoltak fejemben a gondolatok. Másnap reggel összekaptam magam, és elmentem a közeli nagykerbe.

– Mit tetszik parancsolni? – nézett nagy pislogva az eladó.

– Egy gyűjtőkarton cigarettát kérek! – Meglepődött az eladó. – Tudja, sok barátom van! Ha a szokásosnál valamivel később indultam el az intézetből, munkás haverjaim akkor sem idegeskedtek. Ugyanis, amint elindultam a cigarettával megpakolt kocsival, a mintegy fél kilométernyire dolgozó toronydarú kezelője máris leadta a drótot a földön serénykedőknek:

– Ne izguljatok, fiúk, már úton van Gyuri!

-&-