

Gólya Andrea

Hazafelé a világ és önmagam körül

Gólya Andrea: Hazafelé a világ és önmagam körül

Copyright 2021 Gólya Andrea

Smashwords Edition

ISBN: 9781005689445

Thank you for downloading this e-book. This book remains the copyrighted property of the author, and may not be translated, reproduced, copied or redistributed to others for commercial or non-commercial purposes. This e-book is licensed for your personal enjoyment only. If you enjoyed this book, please encourage your friends to download their own copy from their favorite authorized retailer. Thank you for your support and for respecting the hard work of this author.

Köszönjük, hogy letöltötte ezt az e-könyvet! Minden jogot, a sokszorosítás, a terjesztés és a fordítás jogát is fenntartjuk. A szerző engedélye nélkül ezen e-könyv egyetlen része sem reprodukálható semmilyen formában. Letöltése csakis saját, személyes használatra engedélyezett. Amennyiben tetszik ez az e-könyv, légy szíves, ajánld a szeretteidnek is, hogy töltsék le a saját példányukat a meghatalmazott terjesztő oldaláról! Köszönjük az együttműködésed és azt, hogy tiszteletben tartod a szerző munkáját!

Szeretett szüleim emlékére

TARTALOMJEGYZÉK

ELŐSZÓ	i
BEVEZETÉS	1
1.) NEHÉZ KEZDET.....	5
Andalúzia	5
Anyu és Apu.....	22
Trauma 1	28
Trauma 2	32
Trauma 3	43
2007-2008 tele – Mélypont	51
Tervezés és indulás.....	55
Feladatok 1.1-1.3.....	57
2.) INDIA	58
Az érkezésem és első benyomásaim	58
Meditációs központ	62
Hotel Sunderban.....	66
Ismerkedem az indiai étellel, társadalommal és kultúrával	69
Részletek a barátaimnak írt e-mailjeimből.....	76
Tovább ismerkedem India világával	80
A fehér nők itteni megítéléséről és az indiai nők helyzetéről	90
A meditációról.....	93
2. feladat.....	98
A belső utam.....	105
A belső fejlődésemet elősegítő eszközök, megközelítések, kurzusok és terápiaik	113
Részletek az úti feljegyzéseimből és a barátaimnak küldött e-mailjeimből	126
Thaiföld I.....	155
Folytatódik az indiai utazásom	165
Namaste, India!	183
3.) VIETNÁM.....	185
Az első benyomásaim	185
E-mail- és naplórészletek az itteni napjaimról.....	189
Milyen álhírességként továbbindulni	203
Feladatok 3.1-3.4.....	204
4.) LAOSZ	206
Érkezés	206
A szállásom, amely itteni otthonom.....	206
Ismerkedem az országgal, népével és kultúrájával	209
Luang Prabang	213
Kirándulások a környéken	215
Buddháról és a buddhizmusról nagyon röviden.....	218
A buddhista szerzetesek öltözékéről és a goji bogyóról	219
Részletek az úti naplóból és a belső utamról Laoszban.....	220
Továbbutazom dél felé.....	234
Vang Vieng és a tetőterashi ígéretem	237

Búcsú a varázslatos Laosztól	240
4. feladat.....	240
5.) THAIFÖLD II.....	241
A második thaiföldi érkezésem ezen utazásom során	241
Újra Bangkokban	242
Írány a délnyugati, paradicsomi szigetek.....	246
Koh Lipe	248
Részletek az úti feljegyzéseimből az itt töltött napjaimról és a belső utamról	253
Haverok, búvárkodás, idill.....	256
Búcsú a mesés Koh Lipe szigetétől.....	259
Feladatok 5.1-5.3.....	262
6.) MALÁJZIA	263
Lankawi.....	263
Penang.....	266
Kuala Lumpur	269
6. feladat.....	276
7.) SZINGAPÚR.....	277
Enyém az útleveél?	277
Felfedezem magamnak az „Oroszlánvárost”	278
Érzések, gondolatok és számvetés az utazásom ázsiai fejezetének végéhez érven	280
7. feladat.....	282
8.) AUSZTRÁLIA	289
Megérkezem egy számomra új földrészre és féltekére	289
Melbourne és környéke, valamint az „aranytó”	291
Sydney.....	300
Négy keréken Ausztrália délkeleti partjai mentén	302
Az ausztrál belső utamról.....	307
Viszlát, Ausztrália!	312
8. feladat.....	313
9.) ÚJ-ZÉLAND.....	314
Az érkezésem Meseországba	314
Christchurch.....	316
A körutam kezdete	323
A gleccsernél	325
Kocsikázás Meseország délnyugati részén a spanyol építésekkel	327
Queenstown.....	330
Újra a Déli-sziget keleti partján	335
Wellington, a főváros	337
Utazgatás az Északi-szigeten	340
A születésnapom a Coromandel-félszigeten	342
Auckland	350
Az első, még nem végleges búcsúm a mesés Új-Zélandtól	351
9. feladat.....	351
10.) FIDZSI.....	354
Bula!.....	354
Írány a mesés szigetvilág	357
Tökéletes feltöltődés a Mantaray-szigeten.....	360

Beachcomber.....	364
A belső utamról	365
Nadi	367
Újra Új-Zélandon három napig	369
10. feladat.....	371
11.) SAN FRANCISCO	372
Hamarabb érkezem, mint elindultam	372
Otthon.....	373
„Diabetés” az itteni életem életképeiből	376
Az év elteltével.....	386
11. feladat.....	386
12.) OTTHON	388
12. feladat.....	394

ELŐSZÓ

Szia, kedves Olvasó! Először is bemutatkozom: Gólya Andrea vagyok. Igazán találó rám a vándormadár vezetéknév, mivel imádok utazni, sokat utaztam egész életemben, több helyen éltem, valamint az egyetem után meleg éghajlatra, Spanyolországba költöztem. Az Andrea keresztnév is illik rám, mert a jelentésének megfelelően kívül-belül erős, önálló nő vagyok. Milyen jelzőkkel jellemezném magam külsőleg és belsőleg? Sportos, vékony, csinos, szőke, közepmagas, dinamikus és energikus. Talpraesett, okos, intelligens, sokoldalú, kreatív, világlátott, melegszívű, barátságos, nagyon perceptív, valamint jó beszélgetőpartner. Egyszerre érzékeny és kemény, eltökélt. Sok szempontból érett. Számos erősséggel és hibával is rendelkezem, rengeteg jó és enyhén szólva kevésbé jó tulajdonságom is van, és sok szempontból dolgozom magamon, de mint a pozitív jelzőkből is látod, kényelmesen érzem magam a bőrömben. Na, de ez nem mindig volt így, és talán ezzel Te is így vagy. Ennyit most magamról. Te hogyan jellemeznéd amúgy Magad? Ha van kedved, gondolkodj most el ezen egy picit, mielőtt folytatnád az olvasást!

Ez a történetem arról szól, hogy miután összeomlott a boldog, kiegyensúlyozott életem néhány trauma után, miként álltam fel a képletes padlóról, miközben gyermekkori álmomat megvalósítván körbeutaztam egyedül a világot, illetve miként raktam össze újra az életem jobban, mint előtte volt. Egy varázslatos és fergeteges külső-belső utazás áll mögöttem, és ezt szeretném megosztani most Veled. Remélem, hogy Téged is szórakoztatnak és gazdagíthatnak majd valamelyest az elmesélt kalandok, a tudásanyag a világ sok-sok csodálatos helyéről és az élet különböző dolgairól, a Neked szánt feladatok, valamint a belső fejlődési utam hepehupáinak bensőséges sztorija.

Ami Téged illet, utazni vágysz, de sosem tudsz annyit, mint amennyit szeretnél? Szeretnél jobban megismerni a világot és Önmagad? Esetleg érzelmileg összedőlt a biztosnak vélt, eddigi életed, és új, ismeretlen, bizonytalan helyzetben találod Magad? Átalakulóban az életed, válaszút előtt állsz, de nem vagy biztos benne, hogyan akarod felépíteni az újat? Nem találod benne a helyed? Traumáidból vagy sérüléseidből próbálsz kigyógyítani Magad? A boldogságod és lelki békéd keresed, de elveszettnek érzed az utad?

Én (ugyan)így éreztem. A húszas éveim közepe-vege felé elveszítettem imádott szüleim, testvérem, otthonom, valamint az addig ismert életem és önmagam. Kiüresedtem. Elindultam tehát a világ és a belső, lelki világom körül egy kettős utazáson: országokon, kultúrákon és kalandokon keresztül, valamint lelki világom legmélyebb bugyrait kutatván, a traumáim és a gyász feldolgozásán-,

továbbá a belső békém helyreállításán keresztül egy egészségesebb, boldogabb, kiteljesedettebb, érettebb és világlátottabb önmagam felé, azaz *hazafelé a világ és önmagam körül*.

Rengeteget tanultam, és nagyon sok gyönyörű élményben volt részem. Mindezt szeretném megosztani Veled. Ezt az egyszerre mesés és göröngyös, külső-belső utat. Talán az általam tanultak és tapasztaltak Neked is segítenek, miközben a karosszékedből körbeutazod velem a világot. Velem tartasz?

Több okból szeretném megosztani a sztorim Veled. Egyrészt, mert szeretnék reményt és kapaszkodót nyújtani annak, aki hasonlóképp nehéz életszakason megy éppen keresztül. A globális koronavírus-járvány időszakát éljük, és sokan nagy nehézségekkel néznek szembe. Talán az én sztorim segít másoknak is jobban megküzdenni a kihívásaikkal, és talán más színben is megvizsgálni a helyzetüket. Másrészt, mert szeretném megosztani a tündérszép tájaknak-, a szabadság érzésének-, a káprázatos élményeknek-, az új barátságoknak-, a kihívásoknak- és még sok másnak a képletes ízeit, hogy Te is megízlelhessed őket, és gondolatban velem utazhass a világ különböző országain keresztül. Pláne így, hogy a globális járvány miatt az utazgatás most egészen más kategóriába került. Kár lenne továbbá megtartani csakis magamnak ezeket a fantasztikus élményeket. Harmadrészt pedig azért, mert szeretnék arra biztatni, hogy merj megküzdenni dédelgetett álmaidért, mert igenis megvalósíthatod őket! Továbbá pedig – nem utolsósorban – arra is szeretnék motiválni, hogy alaposabban megismerd Önmagad, tudatosan dolgozz Magadon, és tedd sokkal jobba, tudatosabbá, egészségesebbé, harmonikusabbá, boldogabbá és kiteljesedettebbé az életed, ezáltal pedig a világunkat! Ne kelljenek traumák, krízishelyzetek vagy egyéb nehézségek Neked ahhoz, hogy Önmagadhoz hűen élj, letisztázdjanak a valódi prioritások, és hogy kikristályosodjanak a valódi, tartós, magasabbrendű értékek, amelyeknek megfelelően érdemes élni.

Tizenkettő fejezetet találsz majd, amelyekben kikerekedik a sztorim. Minden fejezet több alfejezetet is tartalmaz. Az első fejezet kissé eltér a többitől, ugyanis ez tartalmazza – a spanyolországi életem-, az imádnivaló szüleim- és a boldog családi életünk bemutatása után – a traumáim részletes leírását. Fontos katalizátor ez a történetemben, de szomorúbb ez a rész a többinél. Csak szólok. Kérlek, légy türelmes az első fejezet szívbemarkolóbb részei során, vagy amennyiben csak a vidámabb, utazós sztorik érdekelnek, esetleg akár ugord át az első fejezet traumákról szóló három alfejezetét! Nem durvák, de gondoltam, jobb, ha szólok. Utána már élvezetesebb és szórakoztatóbb részek következnek, ugyanis a második fejezettől kezdve a világ körüli utam élményeiről mesélek részletesen, különböző országokon keresztül, valamint a belső utamat, azaz a lelki folyamataimat is megosztván.

Minden fejezet végén feladato(ka)t találsz majd. Ezek Érted vannak, és abban segíthetnek, hogy

még jobbá tehesd az életed általuk, ha úgy szeretnéd, valamint hogy általuk még intenzívebben részt vehess a történetemben és a személyi fejlődési utam állomásaiban. Remélem, konstruktívnak találod majd őket! Természetesen minden feladatot a saját felelősségedre végezz!

A traumáimról picit bővebben még itt annyit, hogy a húszas éveim második felében váratlanul meghalt az életben hozzám legközelebb álló és számomra mindenkori legfontosabb, legszeretettebb két ember az életemben, Anyu és Apu, valamint a testvéremet is gyakorlatilag elveszítettem, mert ő most már nem akart engem az életébe, és a pénz fontosabb volt, mint a testvéri viszony. Ezekről mesélek részletesen a traumákról szóló alfejezetekben. Emellett egyébként több haláleset is történt a tágabb családban ezen időszakban. Hiába az önálló életemet éltem ekkor már külföldön, a szeretettel teli családi háttér hirtelen eltűnése nagyon megviselt, és a történetek eredményeképp elkezdtem megkérdőjelezni az élettel kapcsolatosan szinte mindent. Család nélkül, egyedül maradtam a világban, és érzelmileg teljesen a padlón voltam. A szerető, támogató, biztonságos és boldog családi háttér, amelyben szerencsém volt felnőni eltűnt egyik pillanatról a másikra, és egy ismeretlen, újfajta realitásban kellett megtalálnom újra önmagam és a helyem, egyedül.

A családom elvesztése után fájdalmasnak, üresnek, szeretet nélkülinek és értelmetlennek tűnt az élet, és igen, egy ideig sajnáltam magam, amiért így szétesett az életem, a szerető családi háttérem, és erőmnek és önállóságomnak az a része, amely a családom szeretetéből és lelki támogatásából eredt bennem. Hiába voltam nagyon erős és önálló egyedül is, valahogy egy ideig mégsem tudtam, hogyan folytassam az életet a szerető családom, a „csapatom” létezése nélkül, és az annak köszönhető erőm és életvidámságom nélkül, egy egészen új helyzetben. Kínlódtam belül. Kapaszkodtam a múltba, bámultam a múlt hirtelen és fájón bezárult ajtaját. Ráadásul el voltam szigetelődve, és teljesen egyedül éreztem magam ezzel a kínlódással. Mélypontra kerültem, és ez végül arra sarkallott, hogy megvalósítsam életem egyik nagy álmát: körbeutazzam a világot. Észrevettem végre a megnyíló ajtókat, ahelyett, hogy a bezárultakat bámultam volna továbbra is. Azt reméltem, hogy ez az utazás majd visszaadja az életkedvem. Így kezdődött ez a külső és belső utazásom.

Ezért képezik tehát a traumáim a szerves részét a történetemnek, de nem akarlak elijeszteni az azokról szóló részekkel. Sikerült idővel feldolgoznom őket, valamint konstruktív élményt és leckét faragni belőlük. Óriási jellemformáló szerepet játszottak az életemben. A világ körüli utazgatásom pedig életem egyik legeslegjobb éve volt.

Az engem ért traumák természetesen nem egyediek, a legtöbben átélünk hasonlókat előbb-utóbb, bár talán általában kissé idősebb korban, vagy nem ennyire halmozottan. Engem váratlanul és felkészületlenül értek, és sokáig tartott megtanulnom együtt élni a bennem keletkezett, fájdalmas ürrel,

túllépni a gyászra, megbarátkozni az új helyzetemmel, az új önmagammal, az egyedülléttel és a valamiféle megbélyegzettség érzésével. Na, és persze a saját halandósággal. Évekig tartott az érzelmi bénultságból kilábalni, és megtanulni újra teljes életet élni, és igenis nagyraértékelné mindazt, amit ezek a traumák és nehéz évek tanítottak nekem, eredményeztek az életemben és amit formáltak rajtam. Sokáig tartott felnőni a feladataimhoz tehát, és rendbe rakni az életem, de végül nagyon jól sikerült.

A traumáim után nagy kontraszt volt a korábbi, étellel teli, optimista, vidám lényem, és az új, megtört lényem között. Ebből is sokat tanultam azonban, és kerestem a módját, hogy megtaláljam a korábbi, boldog önmagam egy újabb, „továbbfejlesztett” verzióját. Úgy érzem, sikerült.

Úgy érzem továbbá, hogy a mélyebb tudatosság, a pozitív hozzáállás, az egészséges szeretet önmagunk és mások iránt, az egészséges önbizalom és önbecsülés, a megértés, az odafigyelés, az elfogadás, a megbocsátás, a hála mind egyéni-, családi-, mind társadalmi szinten a javunkat szolgálja. Hasznos megtanulnunk, hogy miként tehetjük boldogabbá az életünket, és ez főleg a hozzáállásunkon múlik. Itt az idő, hogy nagyobb harmóniát teremtsünk önmagunkban, a családjunkban, a környezetünkben, az országunkban és a világunkban. Itt az ideje, hogy igazi értékeinket jobban megbecsüljük, és azok a mindennapi életünkben, az élet minden szintjén is előtérbe kerüljenek. Sok ember mindig talál valamit, amire panaszkodhat, amit kritizálhat, és amiért sajnálhatja, sajnáltathatja magát. Itt az ideje, hogy összeszedjük magunkat, és változtassunk, amin érdemes, hogy jobb legyen az életünk és a világunk. Itt az ideje, hogy – ahogyan valahol hallottam mondani, – akár félig tele van az a bizonyos pohár, akár félig üres, teljesen mindegy: töltsük meg!

Érdemes megtanulnunk szerintem, hogy ne a hiányra koncentráljunk, hanem annak örüljünk, ami van. Több helyen is jártam, ahol nagyon szegények, leterheltek és megviseltek az emberek, és nagyon nehéz körülmények között élnek, sokan mégsem negatívak, panaszkodóak, vagy egymást visszahúzóak, hanem tudják értékelni azt a kicsit is, amijük van, és viszonylagos boldogságban élnek. Az életünk mindig lehet jobb és rosszabb is, de a boldogságunk csakis rajtunk múlik, nem pedig a körülményeken. Sokkal jobban járunk, ha megtanulunk azzal boldognak lenni, ami van, és így még több jót is bevonzunk majd az életünkbe.

Az élet hullámvasútján ülve sokan többször is a képletes padlóra kerülhetünk az éveink, évtizedeink során. Hasznos és érdemes megtanulnunk, milyen technikák segítségével állhatunk fel, segíthetünk magunkon és másokon, illetve haladhatunk tovább előre. Az egyedüllét, az önmagunkra utaltság, a nehézségek nagyon építőek tudnak lenni az ember karakterére. A jelenlegi, brutális globális járvány is emlékeztető, hogy törekeny az élet, élvezni kell, amennyire tudjuk, minden nap. Valamint

alkalom is mindez arra, hogy átgondoljuk a prioritásainkat, az életünket, a globális világunk némely aspektusait, és változtassunk bizonyos dolgokon.

Remélem, az én sztorim Neked is ad néhány tippet olyasmire vonatkozólag is, hogy miként állj fel a képletes padlóról, ha ott találsz Magad, hogyan ismerd meg még jobban Önmagad, hogyan segíts Önmagadon, felelősséget vállalván a saját boldogságodért, hogyan tedd még jobba az életed, ezáltal pedig talán másokét is valamelyest – boldogan, jó példát mutatván, és azt megosztván másokkal, – valamint hogy a világ annyi bámulatos helye közül melyeket lenne kedved majd Neked is meglátogatni.

Ami az életet és az utazást illeti, tudom, nagyon elcsépelten hangzik, de én is azt tapasztaltam, hogy tényleg nem a végcél a fontos, hanem maga az utazás, és az, akivé útközben válunk. Minden perc. Az, hogy kövessük a szívünket, élvezzük az utat, mindazt, amit az élet nyújt. Legyünk boldogok azzal, ami van, akár fent, akár lent vagyunk az élet nagy hullámvasútján, és haladjunk előre a sokszor nehézségek árán megtanult leckékkel. Az, hogy megtanuljuk látni, mi a fontos, és azt nagyraértékelni. Az, hogy maradjunk hűek önmagunkhoz, szeressük és elfogadjuk önmagunkat, és ezáltal a környezetünket, a szereteteinket, az egész életet és a világot. Az, hogy élvezzük az életet, és tudatosan álljunk hozzá. Ne féljünk élni, önmagunk lenni, egészséges határokat szabni magunk körül, és igen, próbálkozzunk számunkra fontos célokat elérni. Az, hogy ne féljünk a nehézségektől és a kihívásoktól, vagy hibákat elkövetni, vagy ha félünk is, akkor is nézzünk szembe velük, mert mindig hoznak fejlődést magukkal. Sőt, talán nélkülük nem is fejlődnénk igazán.

Tudom, furcsán hangzik, de az az igazság, hogy a szüleim halála nélkül, a testvéremmel kapcsolatos traumám nélkül, valamint azon nehéz lelki helyzet nélkül, amelybe ezek miatt kerültem, talán soha nem utaztam volna körbe a világot, és biztosan nem az lennék ma, aki vagyok. Az a mélység, amelyet megéltem, kellett ahhoz, hogy arra sarkalljon, hogy belevágjak életem nagy álmának megvalósításába, és hogy sokat dolgozzak magamon. S mennyire boldog és hálás vagyok, hogy megtettem!

Szívmengető a számomra, hogy megnézhettem és megtapasztalhattam a csodálatos világunk sok-sok helyét a világ körüli utam során (is). Betekinthettem abba is, miként élnek az emberek a világ különböző részein. Miben vagyunk hasonlóak és különbözőek, mi, emberek. Belekóstolhattam különböző kultúrákba. Volt időm jobban megismerni a világot, és közben önmagam is. Mennyei élmény volt. Te is belekóstolhatsz majd velem a könyv során.

Lenyűgöző kettős utazás áll mögöttem, sokat tanultam, tapasztaltam, láttam és éreztem útközben, és sokat változtam. Rengeteg új baráttra leltem, a világ minden táján. Felejthetetlen élmény és

felfedezőút volt, amely az egész hátralevő életemet megváltoztatta. Csoda volt a számomra. Ezt szeretném tehát részletesen megosztani Veled az első utáni fejezetekben.

Kérlek, fogadd szeretettel a történetemet! Szeretettel osztom meg Veled, és remélem, hogy élvezetes és hasznos lesz a számodra! Nem várom persze, hogy mindenkinek minden tetsszen benne, vagy hogy mindenki mindennel egyetértsen. Az én sztorim ez, az én szemszögemből, és az én bőrömön tapasztaltakról. Ami nem tetszik, hagyd figyelmen kívül, és csak azt vidd képletesen Magaddal az utadon belőle, ami tetszik vagy érdekel!

Bevallom, hogy bizonyos félelemmel tárulkozom ki ennyire Előtted, kedves Olvasó, a legbensőségesebb dolgaimat is megosztván ebben a könyvben. Kérlek, tartsd tiszteletben a könyv szereplőit és tartalmát, hiszen – bár a szereplők egy részének nevét megváltoztattam, – valódi, nem pedig kitalált emberekről, évekről, sorsokról, történésekről és érzésekről van szó! Én is csak egy hús-vér ember vagyok, az erősségeimmel és a hibáimmal, a küzdelmeimmel és az örömeimmel, aki a tudásom legjava szerint próbálok haladni az életutamon, s szeretném megosztani Veled egy életszakaszom történéseit, valamint az utamon tanultakat. Nagyon örülök, persze, hogy velem tartasz!

Megragadom most az alkalmat arra is, hogy megköszönjem mindnyájatoknak, akik hozzájárultatok e könyv létrejöttéhez, valamint akik az életem fontos, szeretett és nagyrabecsült részei vagytok! Tudjátok, kikről van szó. Köszönöm szépen Nektek, hogy vagytok, és hogy olyanok vagytok, amilyenek! Nagyon köszönöm a segítségeket, a hozzájárulásokat, a szeretetet, a közös élményeinket, és azt is, hogy jóban-rosszban kitartunk egymás mellett az élet kanyargós ösvényein, és jobbá tesszük ezáltal az utat! Nagyon fontosak vagytok a számomra, és szeretlek Titeket!

Na, vágjunk akkor bele a sztorimba!

Barcelona, 2020. május

BEVEZETÉS

„Ha lehangolt vagy, a múltban élsz.
Ha nyugtalan vagy, akkor a jövőben.
Ha békés vagy, akkor élsz a jelenben.”
Lao-ce

Itt állok a Marc nevű szobornál, Barcelonában. 2020 májusa van. Ma van a születésnapom. Hosszú, tengerparti futásból és sétából jövök, és fel vagyok dobva. Élvezem ezt a csodálatos, étellel teli, nyári reggelt, a napsütést, a friss levegőt, valamint a madarak csiripelését a környező, kis parkban. Amennyiben már voltál itt, kedves Olvasó, akkor tudod, hogy miként néz ki a szobor és a környéke itt, az Olimpiai Faluban, a két tengerparti felhőkarcoló előtt. Általában szinte minden nap többször látom ezt a szobrot, vagy a park másik végéből, otthonról a tengerpartra menet, vagy elmegyek mellette munkába menet az egyik felhőkarcolóba. Természetesen a mostani hónapokban kevésbé, hiszen a koronavírus-járvány idején otthonról dolgozunk. A szigorú karanténnak már vége, most már reggelente és esténként ki lehet járni mozogni. Én is kijárok a tengerpartra és ebbe a parkba. Itt állok tehát, Marc mellett, maszkkal az arcomon.

Szeretem ezt a szobrot, és számomra több aspektusból is szimbolikus jelentőséggel bír. Találónak tartom, hogy a születésnapom kapcsán itt, Marc mellett elmerengjek egy kicsit a világról, a globális helyzetről, magáról az életről és az én saját életemről.

Ha még nem jártál erre, akkor először is hadd meséljek a szoborról egy picit. Robert Llimós Marc nevű bronzszobra egy színes csíkokat magán viselő embert ábrázol, aki vidáman néz egy általa tartott, nagy képerketen (katalánul *marc*) keresztül előre, ha úgy tetszik, az életre, a városra, a jelenre és a jövőbe. Marc szobrát látván dióhéjban legfőképp a családi szeretet, az otthonosság és a boldogság szokott az eszembe jutni. Ennél bővebben pedig még sokkal több minden. Például az, hogy számomra az élénk sokszínűségével itt, az Olimpiai Faluban, az olimpiai zászlórudak mellett egyrészt az egyre fontosabb és szükségesebb nemzetközi együttműködést is jelképezi, valamint emlékeztet arra, hogy valójában mind egyek vagyunk, és hogy fontos arra törekedni, hogy közösségi- és globális szinten a kulturális- és egyéb különbségek megférjenek együtt, színesítsenek, valamint együtt egy erős, harmonikus, globális egésznek alkossanak. Másrészt az szokott róla legtöbbször az eszembe jutni, hogy egyéni szinten a színei által számomra Marc szimbolikusan magán viseli a saját múltját: a jellemformáló harcait, a győzelmeit és a bukásait, az örömteli vagy néha mélabús emlékeit, azaz mindazt, ahogyan eljutott idáig, és aktívé vált. Hozzá hasonlóan egyébként én is „kiszínezettnek” érzem

magam, aki magában hordozza a múltat és a megtanult leckéket, valamint aki ezeket integrálván vidáman tekint az életre és erre a fantasztikus városra, továbbá aki a maga kis szintjén több kultúrát is összekapcsol magában. Harmadrészt, mivel a szobrász a balesetben elhunyt fia emlékére készítette a szobrot, Marc szobra az élők és a halott szeretteik közötti láthatatlan, de szeretetteljes kapcsot is képviseli a számomra, valamint a szülők és gyermekeik közötti szívmengető szeretetet, amely az egyik legszebb dolog az életben. Az otthonosságra és a boldogságra pedig azért emlékeztet a szobor, mert szeretek itt élni, és itthon érzem magam. Hosszú utat jártam be, mire újra „hazataláltam,” és újra boldogan élem az életem. Nagyraértékelem mindezt, és hálás vagyok érte. Csupán pár utcányira lakom a szobortól, és a tengerpartról feltöltődve hazafelé sétálva vagy futva is napi szinten látom éveken keresztül, így lassanként a szobor és ezek a fogalmak, valamint a hozzájuk kapcsolódó, pozitív érzelmek összekapcsolódtak bennem. Sok mindent jelképez tehát ez a szobor a számomra.

Legyen Marc és a nagy képkerete az, amely keretbe foglalja most az én történetemet is. Itt állván mellette, mind a születésnapom révén, mind a globális járvány okozta helyzet kapcsán elmerengek tehát most egy picit a világról, az életről, az emberiségről, az én saját életemről, a prioritásaimról, továbbá a saját képletes színes csíkjaimról is, valamint hálát adok az életutamért, az egészségemért és a boldogságomért. Gondolatban szeretetet és pozitív energiát küldök, illetve gyógyulást kívánok a jelenlegi helyzetben rászorulóknak. Eszembe ötlenek továbbá korábbi születésnapok is.

Összességében – és a globális koronavírus-járványt egy pillanatra leszámítva, – a jelenlegi években meglehetősen boldog időszakon megyek keresztül. Nagyon örülök, hogy Barcelonában élhetek, szeretem a munkám, az otthonom, a hobbijaim, a szeretteim, az utazásaim, a projektjeim és a mindennapi életem. Egészségesen élek. Jó emberek és frankó energia vesz körül, és rendben van az életem. Igen, a családom hiányzik, de megtanultam együtt élni ezzel, valamint a családom évekkor előtti elvesztése megtanított, hogy értékeljem a jót minden pillanatban, és ahelyett, hogy a hiányra koncentrálnék, inkább abban találjam meg az örömet, ami van. Nekem való életet élek. A jelenlegi, globális járvány során is megvan az egészségem és a munkám, ami áldás, hiszen sokan egészen más helyzettel néznek most szembe. Kihívások természetesen az én életemben is bőven jelen vannak, de összességében egyensúlyban vagyok, önmagamhoz híven és a szívem szerint élek, béke van bennem, és boldognak érzem magam. Többek között azért is tudom annyira megbecsülni mindezt, és hálásnak lenni érte, mert nehéz éveken is keresztülmentem korábban. A jelenlegi globális helyzet és a hatalmas kihívásai is emlékeztetnek, mi is a fontos ebben a törekény életben, és miként álljunk hozzá a nehéz helyzetekhez az élet során. Tudatosan próbálok tehát boldogan és konstruktívan élni. Köszönöm, Élet, hogy érezhetlek és megtapasztalhatlak, a képletes gyökerekkel, a törzssel, az ágakkal, a levelekkel, a

virágokkal, mindennel együtt, mélyen és teljesen! Ahogy Osho mondta, minél mélyebb és nagyobb a fa gyökere, annál magasabbra és nagyobbra nő a koronája.¹

Átgondolom most egy kicsit a javarészt csodás, nagyszerű, áldott, szívmengető, kalandos, fordulatos, és néhol küzdelmes, fájdalmas, nehéz időszakokkal is tűzdelt élettörténetemet, hogy miként is jutottam idáig. Elégedetten, hálásan, és bizonyos alázattal tekintek vissza eddigi életem immáron több, mint négy évtizedének gyönyörű kalandjaira és a megtanult leckékre. Az én képletes, Marc-éhoz hasonló, színes csikjaimra, amelyekkel az élet agatott tele.

A Marc mögött található két hosszú sornyi zászlórúdról, ahová az 1992-es olimpián a résztvevő országok zászlóit húzták fel, eszembe jut a sok ország is, amelyet szerencsém volt életem során meglátogatni. Közöttük a világ körüli utam során bejárt országok is, és mindaz, amit az utazásaim során tanultam erről a csodálatos világról, ahol élünk, az emberekről, kultúrákról, az életről és persze, önmagamról is. Hálás vagyok, hogy itt élhetek, és hogy itthon érzem itt (is) magam. Hálás vagyok azért is, hogy jó sínen érzem magam haladni, és újra élvezem az én kis életem. Próbálok jó emberként élni.

Eszembe ötlenek a legmeghatározóbb események és időszakok is az életemben. Végigtekintek az elmúlt körülbelül másfél évtizedemen is, és főleg ezen időszak első néhány évén. Teljesen máshogy alakultak a dolgaim, mint azt valaha is gondoltam volna, de hát ilyen az élet és a kalandja. Kincset érő kavalkádnak látom ezen éveimet.

Szeretném megosztani Veled ezen időszakom sztoriját, kedves Olvasó, hogy Te is élvezd, és Neked is a hasznodra váljon.

Magamról bevezetésül megosztom az alábbi bemutatkozó levelet, amelyet a 2008-2009-es világ körüli utazásom egyik utolsó állomásán, San Francisco-ban küldtem a magyar közösségnek 2009 nyarán:

„Kedves Katalin!

A nevem Gólya Andrea. M. Gabi adta meg ezt az e-mail-címet. Nemrég költöztem San Francisco-ba, és szeretnék megismerkedni itteni magyarokkal is. Gabi említette, hogy vannak rendszeres találkozóik, nagyon szeretnék részt venni ezeken is, amennyiben lehetséges.

Magamról: 31 éves vagyok. Az egyetem után rögtön Dél-Spanyolországba költöztem, és azóta ott élek. Az egyetem alatt fordítóként is dolgoztam, illetve angolt is tanítottam. Spanyolországban ingatlan- és telemarketing irodában is dolgoztam, majd pedig egy gibraltári sportfogadási- és *online gaming* cégnél helyezkedtem el.

Az imádott szüleim pár évvel ezelőtt meghaltak, és ez nagyon a padlóra vágott, ezért úgy

¹ Osho, *Everyday Osho: 365 Daily Meditations for the Here and Now*. Fair Winds Press, Beverly, USA, 2001.

döntöttem, hogy a saját ingatlanra gyűjtögetett pénzből és az örökségem egy részéből utazni megyek egy időre, mert kikapcsolódásra volt szükségem. Tavaly októberben indultam útnak Spanyolországból, világ körüli repjeggyel. India, Vietnám, Laosz, Thaiföld, Malájzia, Szingapúr, Ausztrália, Új-Zéland és Fidzsi után június elején érkeztem San Francisco-ba, mint az egyik utolsó állomásra a világ körüli úton, és az eredetileg pár hetes látogatás alatt annyira megtetszett ez a hely, hogy úgy döntöttem, hosszabb időre maradok, mert minden megvan itt, amit már régóta kerestem. Korábban éltem már pár évet Észak-Amerikában – még középiskolai és egyetemi éveim alatt, – és mindig visszavágytam. Itthon érzem magam ezen a kontinensen, talán azért is, mert a nagymamám és felmenői New York-ban éltek, és vannak itt gyökereim. Én San Francisco-t nagyon nekem valónak érzem. Most, hogy lehetőségem adódott itt maradni egy évre – talán még tovább, ki tudja, – nem sietek vissza Európába. Jól érzem itt magam.

Itt most önkéntes munkáim vannak: egy jogastúdióban, angoltanítás külföldieknek egy nyelviskolában, és marketing egy természetgyógyász iskolában.

Sokat jógázom és teniszezem. A jógát tanítom is. Ezenkívül szeretek utazni, rajzolni, olajfestményeket festeni, fotózni, zongorázni, kártyázni, snowboardozni és egyéb sportokat is űzni.

Várom a magyarokkal való találkozót! Előre is köszönöm az információt és a segítséget!

Üdvözlettel:

Gólya Andrea”

Na, de kezdjünk mindent a legelején...

1.) NEHÉZ KEZDET

„A világ jobbá tétele azzal kezdődik, hogy az egyén belső békét teremt önmagában.”

A 14. dalai láma

Andalúzia

Az egész kavalkádom tulajdonképpen akkor kezdődött, amikor Apu meghalt. 2004-et írunk ekkor. Mindig is imádtam Apukámat. Csodálatos ember volt, és mindig nagyon jó volt a kapcsolatunk. Idejekorán és nagyon váratlanul ment el. Azon a napon örökre megváltozott az én életem is. Onnantól kezdve más vágányon haladt tovább. Korábban valahogy úgy éreztem, hogy ezek a dolgok csakis másokkal történnek meg, a mi családjunkban nem, nem igaz?! A mi szerető családjunk nagyon sokáig együtt marad, nem?! Pedig nem. Ezt dobta az élet. Leharapott belőlem egy hatalmas darabot, és ott hagyott, hogy kezdjek magammal, amit tudok. Az ilyen sebtől egy ideig alig tud tisztán látni az ember. Nem tetszett ez az új életvágány nekem, de nem volt választásom. Attól az elágazástól új úton indultam tovább, amelyet nehéznek és kihívásokkal telinek éltem meg. Ennek így kellett azonban lennie. Nehéz kövekkel, szomorú időszakokkal és dézsányi könnyel kikövezett ez az út. Megkövetelte az árát, útközben azonban sok „aranypor” is rám ragadt. Továbbá megvalósítottam végül életem egyik legnagyobb álmát, körbeutaztam egyedül a világot, és sokat tanultam útközben.

Visszatekintve látom, hogy ez az egész időszakom elmélyedésemet, személyi fejlődésem előrehaladtát és érésemet szolgálta, valamint a bennem lakozó világom egy újabb részével ismerttetett meg. Átértékeltem sok szempontból az életet és a halált is. Nagy nehezen megtanultam Aput is elengedni, a tőle és tőlünk elvettnek érzett időt is, és megtanultam új formában megtartani a szívemben őt, a kapcsolatunkat és a szeretetünket. Szembenéztem a gyásszal, a halandósággal, az élet nagy kérdéseivel, sokféle érzellemmel, félelemmel, berögzült mintával is, és átmentem egy sokszor végeláthatatlannak tűnő érzelmi alagúton, ami megerősített, és sokat tanított. Persze mindezt utólag látja csak az ember, útközben még nem feltétlenül tudja, hogy minden rendben van.

Szerencsésnek érzem magam, hogy fantasztikus szülőket kaptam, boldog, biztonságos, szeretettel teli gyerekkort, egészséget, és rengeteg lehetőséget az életben, valamint sok más dolog miatt is. Azért is nagyon szerencsésnek érzem magam, mert világot láthattam. Mindenhova eljutottam tulajdonképpen, ahova szerettem volna, és remélem, még sok helyre eljutok, mert imádok utazni. Mindent meg tudtam nézni a világból, ami igazán érdekelt. A világ csodaszép. Kívül-belül.

Hadd meséljem el Neked, kedves Olvasó, hogyan jutottam el odáig fiatal felnőttként, hogy egyedül körbeutazzam a világot! Ennek első lépéseként hadd mutassam be a kiindulópontomat, az egyetem utáni, önálló, felnőtt életem első állomását és otthonát!

Dél-Spanyolországban élek. 2004-et írunk. Gyönyörű a hely és tökéletes az éghajlat számomra. Nemzetközi közeg vesz körül, amit nagyon szeretek. Kialakítottam itt az életem az elmúlt több, mint egy évben, valamint egy korábban itt töltött nyárnak is köszönhetően, és szerencsésnek mondhatom magam, hogy lehetőségem nyílt minderre. Nem mindig könnyű a családtól, a régi jóbarátoktól és az ismerősebb kultúráktól távol egyedül megállni a helyünket, felépíteni az életünket, és egyedül megvívni a harcokat a nagyvilágban, de megvannak érte a jutalmak, pláne, ha jutalom nélkül is belülről valami azt diktálja Neked, hogy ezt tedd. A huszonévesek szokványos életét élem egyébként, megvan az albérletem, a munkám, a baráti köröm, a hobbijaim és a dédelgetett álmaim. Sportolok, szórakozni járok, randizgatok, kirándulgatok, utazgatok stb.

Tulajdonképp én „véletlenül” kerültem ide, hiszen egész életemben úgy hittem, hogy egyetem után újra Észak-Amerikában kötök majd ki. Ehelyett egyetem után Dél-Spanyolországba sodort az élet, és „itt ragadtam.” Visszatekintve látom az értelmét, bár Észak-Amerikát soha semmi nem verte ki a fejemből és a szívemből. Mindenesetre egy „köztes állomásként” jobb helyre nem is sodorhatott volna az élet. Nekem való a klíma, csodaszép a környezet, kellemes az életstílus itt, és lehetőségem nyílik magamba szívni egy újabb kultúrát és nyelvet, megismerek egy újabb országot és népet, valamint megnyílik itt az ajtó Közép- és Dél-Amerika és népei felé is. Nagy és váratlan ajándék mindez a sorstól.

Gyönyörű a hely, és bár nem egy kulturális, pörgő nagyvárosban élek, azért mégiscsak kitűnő itt élni. Nagyon szeretem a tengert és a környező hegyeket. A tücskök ciripelését, a meleg, nyári, andalúz estéket. A növényzet oly tipikus, finom illatát a levegőben. A sok-sok ezerszínű virágot. A mediterrán, nyugodt életstílust. Azt, hogy mennyire tudnak élni a spanyolok. Szeretem az itteni ételeket. A csodás, eldugott helyeket, amelyekről nem tudnak a turisták, csak a helyiek. Szeretem a kilátást a hegyekről. Szeretek a nagyvilágról tanulni mindattól a sok különböző nemzetiségű embertől, akik megfordulnak errefelé. Szeretem látni Anyu boldog arcát, amikor itt nyaral. Szeretem, ahogy simogatja a bőröm a kellemes, meleg szellő, és szeretem a tenger sós illatát. Hosszú a lista, hogy mi mindent szeretek még itt.

Mint mindennek a világon persze, ennek a helynek is megvannak a maga előnyei és hátrányai. Itt sincs tejjel-vízzel folyó Kánaán, és itt sem minden arany, ami fénylik, összességében azért én egész jól érzem magam itt, és a bőrömben is. A gazdasági krízis előtti években nagyon kényelmes itt élni.

Laza, többé-kevésbé boldog lány vagyok. Még nem érzem úgy, hogy mindent megtettem, amit szeretnék az életben, és halogatok bizonyos dolgokat, amelyeket szeretnék megtenni, de azért mindent összevetve egész kellemes életet építék fel itt, és élvezem. Mint mindenkinek, nekem is vannak problémáim, de alapvetően szeret engem az élet és én is őt. Egyrésztől nagyon önálló és önellátó vagyok, másrésztől még sok tekintetben gyerek. De hát valahol mélyen ki nem az még mindig...

Spanyolország hatalmas és gazdag kultúrával rendelkező ország, amelynek különböző régióira más-más éghajlati-, földrajzi viszonyok, építészet, konyhaművészet, hagyományok és szokások a jellemzőek. Én Andalúziában, Spanyolország legdélebbi tartományában élek ekkor. Területét tekintve Andalúzia majdnem akkora, mint Magyarország: nyolcvanhétezer-kétszázhatvannyolc négyzetkilométer. Közel nyolcmillió-háromszázezer lakosa van. Délről a Földközi-tenger határolja, nyugat felől az Atlanti-óceán és Portugália. Észak felől Spanyolország további tartományai. Dél felé, a Gibraltári-szorosban csupán körülbelül tizenöt kilométer választja el Afrikától, Marokkótól. Sokféle szép hegyekkel és csodás növényzettel tarkított vidék. Andalúzia nagyobb városai Sevilla, Cádiz, Málaga, Kordoba, Granada, Jaén és Almería. A tenger mentén lévő területeire az éghajlatot tekintve a forró, száraz nyár és az enyhe tél a jellemző. Északabbra, a Sierra de Grazalema Nemzeti Park területén már más a klíma, ez Spanyolország egyik legesősebb része. A Granada mellett található Sierra Nevada hegységben található a kontinentális Spanyolország legmagasabb pontja, a Mulhacén, amely háromezernégyszáz-hetvennyolc méter magas. Itt havas, hideg telek vannak. Ide járunk télen snowboardozni. Sokak számára meglepő, hogy Spanyolország legdélebbi részén erre is van lehetőség. Andalúziában található továbbá Európa egyetlen sivataga is, a Tabernas-sivatag.

Andalúzia történelme is igen gazdag. Sokan megfordultak errefelé. Kelta, föníciai, római, vizigót, majd mór, azaz arab befolyás alatt is volt ez a terület. A mórok majdnem nyolcszáz éves megszállása 1492-ben ért véget Granada visszafoglalásával.

Kolumbusz Kristóf Andalúziából, Palos de la Frontera városából indult el Amerika felfedezésére 1492. augusztus 3-án. Az új világgal, a spanyol gyarmatokkal való tengeri kereskedelemnek köszönhetően Andalúzia majdnem háromszáz éven át Spanyolország egyik leggazdagabb tartománya volt. A későbbiekben azonban ez a helyzet változott. A gyarmatokból befolyó hasznot az uralkodók nem fordították Andalúzia gazdasági fejlesztésére, így később megszenvedte ez a térség a gyarmatok leszakadását és a merkantilizmus végetértét. Mivel sosem iparosították, főleg mezőgazdaságból és halászatból éltek itt az emberek, ezáltal a 20. századra Spanyolország egyik legszegényebb tartományává vált. Az utóbbi évtizedekben a szolgáltatóipar, főleg a turizmus vette át a vezető szerepet, és javított a tartomány gazdasági helyzetén, bár a turizmus inkább csak a tenger menti

részeket, a Sierra Nevadát és a nagyvárosokat érinti. Nem csoda egyébként, hogy végül felfedezték a turisták ezt a térséget, hiszen csodaszép. Minden adott itt, ami egy fantasztikus nyaraláshoz szükséges. Szuper klíma, tengerpart, hegyek, érintetlen természet, pezsgő városok, szép építészet, finom és egészséges ételek, töménytelen sportolási lehetőség, kedves, laza emberek, és könnyed, vidám életstílus.

Az andalúzok általában véve jókedélyű, életszerető és kedves emberek. Általában sötét haj és szem jellemzi külsejüket, és aránylag alacsonyak Európa északabbi népeihez mérten. Az andalúz dialektus arról híres, hogy lehangyják a szó végi mássalhangzókat, és a pörgős, gyors nyelvezetet nem olyan könnyű megérteni, mint például a madridi, kasztíliai spanyolt. Spanyolországon belül a délieket a nagy nyári melegek miatt általában véve gyakran lassabb és kényelmesebb életstílus jellemzi, mint az északiakat, és nagyon tudják élvezni az élet nyújtotta örömeit. A klíma pedig szerintem itt az egyik legjobb egész Európában.

Andalúzia olyan művészeket adott a világnak, mint Pablo Picasso, aki Málagában született, vagy Diego Velázquez, aki Sevillában. A szenvedélyes flamenco és a bikaviadal is tipikusan jellemző Spanyolország ezen térségére is. Az építészetet illetően tipikusan andalúz látvány a hófehérre meszelt házacskákból álló falu, gyakran hegyoldalra építve, és ezért messziről úgy tűnhet, mintha szinte körben lefolyna a hegy oldalán a hófehér házak egymáshoz közel épített soraiból álló lánc. Érdekes hangulata van a sok-sok falunak, némelyik olyan csodás helyen van, hogy csodálkozhatunk, hogy nincs tele turistával. Bizonyos falvak persze tele vannak, de ha van időnk utazgatni a vidéken, akkor sok olyat is találunk, ahol úgy tűnik, hogy szinte mi fedeztük fel elrejtettségében, és ahol néhol úgy érzi az ember magát, mintha megállt volna az idő, pláne a nagy nyári kánikulában. A klíma, a táj szépsége, a helyiek közvetlensége és a finom helyi ételek segítenek nagyon kellemesen eltölteni itt az időt. A nagyobb városok természetesen modernebb képet mutatnak. Andalúzia gazdag történelméről rengeteg építészeti emlék árulkodik mindenfelé. A dombokkal és hegyekkel tarkított vidéki tájra pedig az olajfa- és narancsfaligetek, valamint bizonyos területeken a szőlőskertek a jellemzők. Sok helyen látni kopár hegyeket is, vagy száraz növényzetet a nagy melegnek köszönhetően, és meglepődhetünk a táj színeinek változásán, ha például áprilisban, júliusban, azután pedig novemberben utazunk ugyanazon az útvonalakon, a nyári kánikula előtt, közben és után. A környékre oly jellemző olajfák egyik érdekessége, hogy az első huszonöt évben nem hoznak termést, tehát gyakran az a fa, amelyet a szülők elültettek, csak a gyermekeiknek hoznak olajbogyót. Nem csoda tehát, hogy értékesek. Ha repülőről látjuk a nagy olajfaligeteket, különleges látványt nyújt a fentről zöld pöttyösnek tűnő hömpölygő, dimbes-dombos táj.

A spanyol konyha sok finomsággal tud szolgálni, és az ország különböző részeire különböző helyi specialitások jellemzők. Itt, délen imádom a friss zöldségekből készített salátákat, vagy a gazpachot, amely hideg zöldségleves. A paellát is muszáj kipróbálni, többféle változata van, és nagyon finom. Sáfránnyal ízesített és színesített rizsétel, amelybe zöldségeket, tengeri herkentyűket és esetleg húst tesznek. Spanyol specialitás továbbá a tortilla, amely tojásból és krumpliból, esetleg más zöldségekből készült omlett. Rengeteg halétel is van a spanyol ételek között, és bár én vegetáriánus vagyok, meg kell jegyezni, hogy a spanyol konyha sok jó húséttel is szolgál, egyik specialitása az ibériai sonka. A desszertekről nem is beszélve. Az is említésre méltó, hogy a latin-amerikai konyhaművészet is szélesíti az itteni repertoárt, érdemes kipróbálni például az argentin bifsztékeket, empanádákat stb. Hogy a nagyszerű spanyol borokat, söröket, sherryket ne is említsem.

A *tapas* [ejtsd: tápász] nagyon jó dolog és étkezési forma. Kis, tenyérynyi méretű tányérkán vagy tálkában felszolgált ételt jelent. Kár, hogy nem vette át több ország is. Illetve, több ország is megpróbálta átvenni már, de módosított formában, és én külföldön eddig még sehol nem találtam igazán olyan tapas bárt, ahol úgy lehetne tapasokkal jól lakni, mint Spanyolországban. Talán a jövőben még találok.

Ebédre is jó a tapas, vagy akár közös, családdal vagy baráti társasággal történő vacsorára is. A tapas bár pultjánál általában meg lehet nézni üvegen keresztül, milyen tapasokkal szolgál az adott bár. Általában van egy sor hideg tapas, amelyet hűtve tárolnak és szolgálnak fel, valamint van egy sor meleg tapas, amelyet rendeléskor felmelegítenek az embernek. A hideg tapasok között szerepel például az ensaladilla rusa (orosz saláta), egyéb saláták, zöldségek, olivaoajos szardella és sok más hal, illetve tenger gyümölcse, valamint olajbogyó, sajtok és sok más. Bizonyos helyeken kis szelet kenyéren mindenféle földi jókat szolgálnak fel. A meleg tapasok között szerepelnek húsételek, húsgombócok, pörköltszerűségek, különböző halételek, rántott sajtrudak, spenótos csicseriborsó, patatas bravas (bráva avagy vadszósos krumpli) és tortilla de patatas (krumplis omlett), amely más zöldségtöltelékkel is készíthető, mint például spárga, sütőtök stb. Nagyon széles a választék, én itt most csak néhányat említettem a hatalmas tapasválasztékból.

Ha estére összejön a baráti társaság, és elmegyünk tapasozni valahova, akkor az a vacsora úgy zajlik, hogy körbeüljük az asztalt, és ahelyett, hogy mindenki megrendelné saját magának az egy tál főételt, közösen rendelünk sok-sok tapast. Széles a tapasok repertoárja, régióként, városként, sőt még báróként is különböző. Az asztal közepére kerülnek a tapas tálak, és mindenki a saját tányérjára szed a kedvenceiből. Nagyon finomak és laktatóak tudnak lenni. Mindenki jól lakik az este végére, és ahelyett, hogy csakis egyféle főételt evett volna mindenki, változatosabban lehet így vacsorázni.

Természetesen tapas bárokban külön egy tál főételt is rendelhet az, akinek mégiscsak arra fülük a foga.

A tapas eredetére vonatkozólag többféle megközelítés létezik, az ország különböző tájain más és más történeteket hallani. A tapas szó a tapa szó többesszáma, amely fedőt, fedélt jelent, illetve azt, amivel letakarunk valamit – akár azt is mondhatjuk rá, hogy kifinomult sörkorcsolya. Az egész tapas-kultúra kialakulására én az alábbi legendát ismerem a sokféle változat közül.

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy spanyol király, aki gyomorproblémákkal küszködött. Egyszerre csak tenyérnyi adag ételt tudott megenni és megemészteni. Ez a tapas egyik kiindulópontja. A másik az, hogy ezzel körülbelül egy időben gazdaságilag nehéz időszakon ment keresztül az ország. Sokan ebben a szegényesebb gazdasági helyzetben is szerettek kocsmázni munka után, étel helyett azonban csak italra volt pénzük, mivel pedig csak ittak, nem ettek, üres gyomorra hamar berúgtak, aztán sok problémát okoztak, hangoskodtak, verekedtek, romboltak és vandálkodtak. Ebből kifolyólag a király azt a rendeletet hozta, hogy minden felszolgált ital mellé egy kis adag ételt is fel kell szolgálni a kocsmákban, bárokban. Ezáltal azt remélték, hogy kevesebb probléma lesz a részegek miatt.

Ez az italhoz járó, felszolgálendő kis adag étel eredetileg kenyérszelet, ibériai sonkaszelet, vagy olajbogyó volt, amelyet úgy szolgáltak fel kis tányérkán vagy tálkán, hogy letakarták vele a pohár bort vagy sört, hogy ne menjenek az italba a legyek. Innen ered a felszolgált kis adag étel neve: fedél.

A kocsmákat általában házaspárok vezették, és a munkamegosztás általában az volt, hogy a férj szolgált fel az italokat, a feleség pedig az ételt készítette. A tapas vendégcsalogatóként szolgált, a felszolgált étel gyakran meghatározta, melyik kocsmába ült be az ember, így a feleségek belevitték kreativitásukat a tapas elkészítésébe. Hamarosan presztízzsé vált, ki tud finomabb vagy érdekesebb tapast felszolgálni az ital mellé, és így elkezdtek kialakulni a különböző tapasfajták. A repertoár igen széles, és nemcsak régióként, hanem báronként is változó.

Idővel aztán már nem szolgálták fel ingyen minden ital mellé. Manapság már külön rendelhető és fizetni kell érte, általában azonban relatívan olcsó. Annak ellenére, hogy a receptjei általában aránylag egyszerűek, a tapas nagyon ízletes.

Itt, Andalúziában tudomásom szerint Granada városa az egyetlen, ahol még mindig ingyen szolgálják fel a tapast: amennyiben italt rendel az ember, az ital mellé automatikusan jár egy tapa is. Ha nem válogatós az ember, és hajlandó kipróbálni különböző tapasfajtákat, akkor egész jó kis este és vacsoraprogram sülni ki abból, ha baráti társasággal végigjárunk néhány tapas bárt és kipróbáljuk, hol milyet adnak. Amikor télen feljárunk snowboardozni a Granada mellett található Sierra Nevada hegységbe, általában Granadában szállunk meg, és gyakran ezt a vacsoraprogramot választjuk.

Granada hangulatos és gyönyörű, kulturális, egyetemi város. Az Albayzín városrész utcácskáinak felejthetetlen hangulata, a Katedrális, az egyetem, a mór fürdők, a bájos utcácskák, éttermek, tapas bárók, az Alhambra palota lélegzetelállító szépsége, valamint a Sierra Nevada havas hegycsúcsai a város felett nagyon megragadhatják az embert. Granadát 1492-ben foglalták vissza a spanyolok a móroktól, akiknek az Ibériai-félszigeten Granada volt a központjuk. A lenyűgöző Alhambra palota árulkodik a mórok hatalmáról, valamint kultúrájuk szebbik oldaláról, nem pedig az agresszív hódító vagy elnyomó oldalról. Aki Granadába látogat, annak mindenképp érdemes felmennie és végigjárnia a palotákat és kerteket. Nagyon tudtak a mórok bánni a márvánnyal és kővel, szinte csipkeszerű hatalmas márványfaragványokat és mennyezeteket találunk itt, a palotakertek pedig mesterművei a növények és a mórok számára a luxust szimbolizáló víz összhangjának, amely a kikapcsolódást és felüdülést, vagy éppen az elvonulást és elbújást szolgálta.

Kordoba is érdekes példája az andalúziai mór építészeti emlékeknek. Ennek a Guadalquivir-folyó partján elterülő városnak az egyik legkirívóbb érdekessége a nagy mór mecset, amelyet a 8. század végén kezdtek építeni, és amelyet Andalúzia visszahódítása után, a 16. században katedrálissá alakítottak. Félköríves, csíkos oszlopperdeje és a Mekka irányába kialakított mór díszítése világhírű. Érdekes élmény volt nekem látni ezt az épületet mind belülről, mind kívülről. Az évszázadok során többször kibővítették, átalakították, magán viseli különböző korok, népek és vallások jellemzőit, és minden transzformációjával erősebbé válva mind a mai napig áll. Csodálatra méltó keveréke ez az épület a korok során épp uralkodó népcsoportok vallásának, stílusának, egymáson túltenni akarásának, és fennmaradt bizonyítéka a gyökeres transzformációnak, amely akármilyen fájdalmas is lehet, a túlélésre sokszor az egyetlen esély. Kordoba óvárosa is megér egy sétát a kellemes hangulatával, utcáival és tapas bárjaival, bár nyár derekán még a kánikulát jól bírók is forrónak találhatják.

Délnyugat felé haladva szintén a Guadalquivir-folyó partján található Sevilla városa, amelyről sokak valószínűleg a sevillai borbélyra asszociálnak legelőször. Sevilla nagyon szép város, és nekem az jut róla eszembe először, hogy egyszer október elsején voltam itt, és még mindig nagyon meleg volt, harminckilenc fokot mutatott a hőmérő. El lehet képzelni, hogy mekkora kánikulák vannak erre nyáron. A folyóparti, 13. századi Aranytorony, a bikaaréna, az óváros, a gótikus katedrális és La Giralda nevű harangtornya, a városháza, az Alcázar csodás márványcsipke-faragványai, a tipikus, móroktól átvett mozaikcsempék mindenfelé, és még sok minden más, érdekes látnivaló található Sevillában. Sevillától délnyugatra terül el a több mint hetvenötezer hektár kiterjedésű Doñana elnevezésű nemzeti park, amelyet az Atlanti-óceán és a Guadalquivir-folyó fog közre, és amely hatalmas homokdűnéiről, flamingóiról, szarvasairól, sasairól, hiúzairól, és egyéb állat- és növényvilágáról híres.

Innen délkelet felé haladva érünk el a sherryjéről nagyon híres Jerez de la Frontera városkájához, amely egy magaslatról néz körbe a körülötte elterülő völgyre, és amely hangulatos kirándulás lehet egy napra. Ezen helyek mindegyikéhez sok kedves emlék köt engem.

Jereztől délnyugatra, az Atlanti-óceán partján, egy félszigeten található Cádiz városa, amelyet szintén nagyon szeretek. Nem messze innen indult útnak Kolumbusz Amerika felfedezésére. A lenyűgöző, színpompás, tengeri naplementék ezen hangulatos városa több ezer éves történelemre tekint vissza, valamint Európa egyik legrégebbi városaként tartják számon. Érdekes stílusú építészet jellemzi. Gyönyörű a kilátás a katedrális kilátójából a város sűrűn épített, tetőteraszos házaira, az óceánra, a strandokra és a csodás, környező vidékre. Az arany kupolájú, barokk és neoklasszicista stílusú katedrális Európa egyik legkorábbinak tartott templomának a helyére építették. Cádiz nagy kikötővel is rendelkezik, az ember elámulhat a nagy, óceánjáró luxushajók láttán. Egy kisebb földnyúlványra épített erőd felé sétálva láttam előben először egyébként, hogy miként fogják ki a helyiek a sekélyebb vizek kövei közül kampós fémrúddal a polipokat. Cádiztól nem messze, a part mentén északnyugatra található Rota városkája egy amerikai haditengerészeti bázissal. Sok amerikai él ezen a környéken.

A méltán egyik kedvenc partszakaszom, a Costa de la Luz, azaz a fény partszakasza mentén találhatóak Spanyolország szerintem legszebb, természetes, nem beépített tengerpartjai. A természetvédelmi övezeteknek köszönhetően ezen térség bizonyos területeit nem lehet beépíteni, és ezért láthatjuk ezeket olyannak, amilyenek évszázadokon át mindig is voltak. Cádiztól az Atlanti-óceán partján délkelet felé, egészen a kontinentális Spanyolország legdélebbi pontjának számító Tarifa városáig húzódik ez a csodaszép partszakasz, amelyre többek között a türkízkék óceán, a finomszemű, sárgásfehér homok, mesébe illő óceánpartok, világítótoronyok, homokdűnék, sziklák, bájos települések, pálmafák és errefelé tipikus fenyők jellemzőek. Imádom és sokszor bejárom az errefelé található helyeket, falvakat, kisvárosokat, mint például Conil de la Frontera, El Palmar, Caños de Meca, Bolonia és Zahara de los Atunes. Az is emlékezetes a számomra, hogy éveken át nyaranta kijövünk haverokkal a természetben is aludni ebben a térségben, hol egy csodás, hosszú, homokos óceánparton a csillagok alatt tábortűz és gitárzene mellett, hol egy sziklás tengerparton egy kis barlangban, hol pedig a tengertől picit messzebb, az erdőben, a fák között felvert sátorokban kempingezvén. A természetre mindig nagyon vigyázunk, nem hagyunk szemetet vagy más nyomot magunk utánk, és a száraz, meleg nyár okozta tűzveszéllyel kapcsolatos szabályokra is mindig ügyelünk. Felejthetetlen élmények maradnak ezek a kirándulások. A természet lágy ölén aludni szuper élmény. Persze az itteni hotelekben és családi panziókban úgyszintén. Mindkettőnek megvan a maga varázsa és helye az ember életében.

Idővel melleleg Conilba és környékére költözik majd három brit jóbarátom a marbellai,

nemzetközi baráti körünkől, ezért sokszor jövök majd látogatóba, gyakran hosszú hétvégékre. Szeretem ezeket az életre szóló, közeli barátaimat és a velük töltött időt. Velük és általuk pedig még jobban megismerem majd ezt a térséget is. Rendszeresen töltök itt velük, párjaikkal és közös haverjainkkal időt az év minden részében, éveken át. Legtöbbször talán a barátnőmnél. Elbűvölőnek tartom egyébként a kisváros „falusias” nyugalma – amely pláne a főszezonon kívül érződik, amikor kevés a turista, – vagy az itteni, hosszú, csodálatos óceánpart lehengerlő, természetes szépségét, varázsát, színeit, energiáját és a rám való, feltöltő hatását. Valamint az erre a környékre jellemző vegetációt is. Kocsival érkezvén Marbellából körülbelül két óra az út, és szép táj övezi az utat sok helyen. Hangulatos ideutazni bármelyik évszakban. Nyáron páratlan élmény élvezni az óceánparti nyaralóvároska által nyújtott örömeket. Télen pedig a kandalló tüze mellett üldögélni hosszú sétából visszatérvén akár apály, akár dagály idején a vad óceán partjáról, mezítláb a homokban. Conil és környéke mindenképp helyet kap azon a képzeletbeli, aránylag hosszú listámon, ahol a kedvenc helyeimet tartom számon a világban. Ámulatba ejtőnek és imádnivalónak találom valóban az említett, hosszú, tágas, sziklás és homokos óceánpartot, ahol annyit sétálok és úszok, és amelynek bájos keretet ad a távolban a világítótorony. A közeli Roche innen félszigetnek tűnő kiszögellésén álló világítótorony, az óceán felett lebukó nap látványa, a naplemente lila, rózsaszín és narancssárga fényei az égen, valamint a vízen visszaverődve, megtoldván az arcot cirógató, friss szellővel, a hullámok erőteljes, de rendkívül kellemes morajlásával, a homokkal a lábunk alatt, vagy amint a habos hullámok a lábfejünket nyalogatják – mindez annyira varázslatos és életenergiával teli, hogy az ember nem tehet mást, mint minden alkalommal hálát ad, hogy része lehet az itteni természet szépségében, és hosszú sétákat tehet egy ilyen gyönyörű helyen. A Conil mellett, közvetlenül az óceánparton a sziklára épült, különleges Flamenco hotel, a kilátással és a kedves kiszolgálással szintén nagy kedvencem.

A fehérre meszelt házakból álló Conil városkájából a parton a másik irányba haladván eljutunk az El Palmar nevű, kis faluba, amelynek sima, fehér homokos partja lélegzetelállítóan szép. Engem mindig elbűvöl ez az egész környék és partszakasz. Sok egyéb kirándulóhelyet és éttermet is szeretek még a Costa de la Luz partszakasza mentén. Az évek hosszú során át sok-sok kedves emlékekkel gazdagodtam erre felé.

A trafalgári ütközet színhelye is a közelben található mellesleg, a Trafalgár-foknál. Sziklára épült világítótorony és emléktábla jelzi a helyet a parton, ahol a tengeren a spanyol-francia és a brit armada összecsapott 1805 októberében. Magával ragadó szépség, természetesség és béke árad ebből a környékből, ezért furcsa úgy elképzelni az innen nem messze található hosszú, homokos, gyönyörű tengerpartot, ahogy a csata után kinézhetett a partra mosott holttestekkel.

Tarifa fehérre meszelt házakból álló, bájos és szeles történelmi város, amelyet a szörfösök paradicsomának is neveznek. A sok nyelvbe beépült *tarifa* szó erről a városról kapta nevét, ugyanis az ide a tengerről beérkező árukra annyi adót, azaz tarifát kellett fizetni, amilyen távolságra vitték az árut Tarifától. Aránylag kicsi, de hangulatos város, óvárosi résszel és régi templommal.

Valójában itt, Tarifánál a legkisebb a két kontinens, Európa és Afrika között a távolság a Gibraltári-szorosban, nem pedig Gibraltárnál. Az Atlanti-óceán és a Földközi-tenger is itt, Tarifánál folyik össze. Gyakran tisztán látszik az összefolyás vonala, ahol a két kissé eltérő színű, sótartalmú és hőmérsékletű víztömeg összefolyik.

Tarifától nyugat felé körülbelül nyolc kilométerre található egy nagyon érdekes hely, a Punta Paloma, ahova a szél a Szahara-sivatagból áthozott homokot lerakja, és ezáltal egy állandóan változó alakú és méretű „minisivatag” jött itt létre. Érdekes átsétálni rajta, felmászni a nagy dombjaira, valamint lélegzetelállító kilátás nyílik innen az óceánra, Tarifára, a környező tájra, hegyekre, valamint jó időben a szemközti Afrikára.

Gibraltár Tarifától északkeletre található. A tengerből kimagasló, hatalmas Gibraltár-szikla, amelynek belsejében barlangok, erőd- és alagútrendszer, valamint víztározó is található, állítólag a kontinensek szétválásakor az Atlasz-hegységből szakadt le. Idővel aztán Európának ezen a délnyugati csücskén egy katonailag rendkívül jól védhető és briliáns elhelyezkedésű támaszpont és város jött létre. Egyik barlangjában föníciai ereklyét is találtak – állítólag a Földközi-tengerről a vadabb Atlanti-óceán felé hajózó föníciaiak áldozatként és felajánlásként hagyták itt ezen ereklyét az isteneknek, hogy védelmezzék őket az úton, és segítsenek nekik épségben hazatérni a vad vizekről. A Gibraltár-szikla tetejéről ellenőrzés alatt lehet tartani a szorosban áthaladó teljes hajó- és tengeralattjáró forgalmat, valamint messzire belátni a környéket minden irányban – már amikor nem fedi köd a szikla tetejét. Gibraltár nem spanyol, hanem brit felségterület. A város mindössze körülbelül harmincezer állandó itteni lakost számlál, és amíg a határt 1986-ban meg nem nyitották Gibraltár és Spanyolország között, addig eléggé klausztofóbiás érzés lehetett itt élni. A két ország között nem felhőtlen a viszony ezt a területet illetően, bár javuló a tendencia. A helyiek büszkék gibraltári származásukra, és mint a népszavazás is mutatta, inkább az Egyesült Királysághoz akarnak továbbra is tartozni, minthogy Spanyolországhoz csatolják őket. Angolul és spanyolul is beszélnek, sajátos dialektussal mindkét nyelven, és jellegzetesen összekeverve mindkét nyelvet szinte minden mondatban, bár számomra úgy tűnik, hogy inkább a spanyol nyelv dominál a beszédükben, annak ellenére, hogy az Egyesült Királysághoz tartozónak érzik magukat. A Királyságon belül saját gibraltári fontjuk is van, amely egyenértékű a brit pénznemmel, és a brit fonttal lehet Gibraltáron fizetni, viszont gibraltári fonttal

Nagy-Britanniában nem.

A Gibraltár-szikla teteje Európa egyetlen helye, ahol majmok természetes körülmények között és szabadon élnek. A város ugyan kicsi hely, viszont adóparadicsomi mivoltának köszönhetően több ezer offshore cég székhelye, sokan járnak át spanyol oldalról olcsóbban cigarettát és alkoholt venni, valamint a cégek és ügyvédi irodák sora mellett rengeteg sportfogadási- és internetes játékokkal foglalkozó cég központja is található itt, aminek eredményeképp ebben a kicsi városban egy nagyon nemzetközi közösség alakult ki – a világ minden tájáról származó ember megfordul itt, és hosszabb-rövidebb ideig itt is él.

Sokan azok közül, akik Gibraltáron dolgoznak, azt választják, hogy a spanyol oldalon laknak, és csak átjárnak dolgozni. A spanyol oldalon szebb és tágasabb helyek vannak, ezenkívül általában véve olcsóbbak a kiadó vagy eladó házak és lakások, valamint gyakran kényelmesebbek a körülmények. A határváros elég csúnya és koszos még ekkoriban, bár egyre inkább próbálják rendbe hozni. A Földközi-tenger partjai mentén haladva, illetve a hegyek vagy a belső területek felé haladva sok szép hely található a környéken. A közeli San Roque csinos, kis falu, a néhány éve épített Alcaidesa is mutatós és elegáns, valamint a parton tovább haladva északkelet felé elérünk Sotograndéig.

Sotogrande egy tetszetős, kis kikötő, amelyet vidám, színes házak vesznek körül, a környék pedig tele van csodás villákkal. Sotogrande már régóta a spanyol gazdagabb rétegek kedvelt nyaralóhelye.

A partszakasz itt, a Földközi-tenger mentén már nem a Costa de la Luz-hoz tartozik: ez már az azzal szomszédos Costa del Sol, amelynek jelentése a nap partszakasza. Rendkívül kedvelt és felkapott nyaralóhely ez a hosszú partszakasz sok turista számára, valamint a jelenlegi lakhelyem is itt található. Szépségből errefelé sincs hiány. Sokakat nemcsak a tengerparti nyaralás, a bulizás, a kikapcsolódás, a finom ételek vagy a jó klíma vonz erre a partvidékre, hanem a természet, a golf, vagy egyéb sportok is. Rengeteg golfpályát találunk erre. Sok turista szívesen kirándulgat tovább a környéken, hogy jobban megismerje a régió történelmét és a helyi élet sajátosságait is. Érdeemes nemcsak a tenger mentén kirándulgatni, hanem felfedezni a belső területeket is, a hegyi falvakat és városokat.

A legfelkapottabb kirándulóhelyek egyike a környéken, kicsit távolabb a tengertől, a hegyek felé véve az irányt a gazdag történelemre visszatekintő Ronda városa, amely nevének magyar jelentésével ellentétben nagyon szép és bájos. Fő látványossága a körülbelül százötven méter mély szakadék felé épített híd, amely valójában három, a történelem során egymásra épített hídból áll, és amely a város két felét köti össze. A magaslatra épült és csodás kilátást nyújtó Ronda az ország legrégebbi bikaarénáját mondja magáénak, továbbá ez az egyik első város, ahol keresztények, arabok

és zsidók együtt éltek, ha nem is mindig éppenséggel békésen. Az 1936-39-es polgárháború során is szerepet játszott a város. Ernest Hemingway is élt itt egy ideig, valamint egyik művében írt is név nélkül a magas sziklán található városról. Emiatt sok amerikai ellátogat ide. Tapasztalatom szerint a legtöbb Spanyolországba látogató amerikai turista elsődleges célpontja általában inkább Barcelona vagy Madrid, de az utóbbi években egyre többen jönnek ide, délre is.

Régi, történelmi épületek, hangulatos utcák, narancsfák, kis üzletek és bárók tarkítják ezt a hangulatos városkát. Jól körbe lehet sétálni, le lehet mászni a szakadéka is, és több helyről is szemet gyönyörködtető kilátás nyílik a környékre és a hídra. Soha nem felejttem el, hogy egyik télen havazott itt, amikor ide kirándultunk. Meg is örökítettem videón, amint hull a hó egy narancsfára. Furcsa látvány volt. Egy évvel későbbi nyáron pedig az unokahúgommal szép jógás fotókat csinálunk majd itt rólam, a háttérben a híddal.

A környéken az első itteni éveimben az egyik kedvenc kirándulóhelyem Casares volt, részben a szépsége miatt, részben pedig azért, mert alig járt erre turista akkoriban még. Ez a kis, fehér falu egy meredek hegyoldalra épült. Beépítetlen hegyek vették akkoriban körül, és már nagyon messziről látszott a kocsiból ez a fehér, hegyi gyöngyszem. A hegy tetején már várrom áll, a fehér házak pedig alatta sűrűn egymás mellé, felé és alá lettek építve, ami nagyon érdekes látványt nyújt a távolból, közletről pedig barátságos, szűk utcácskákat rejt. Egy régebbi National Geographic magazin címlapján láttam erről a faluról egy szuper fotót. Sajnos, illetve a helyiek szempontjából valószínűleg egyáltalán nem sajnós, az elmúlt évek folyamán nagyon beépítették a környéket, és így veszített a bájából szerintem, valamint Isten háta mögötti falu hangulatából is, de számomra azért még így is mindig különleges marad.

A hegyi, eldugott falvakat illetően van egy ugyancsak nagy kedvencem, a számomra varázslatos hangulatú Zahara de Grazalema. Rondától körülbelül még egy órányira van kocsival, a tengertől egyre távolodva. Egy türkízkék színű, nagy víztározó partján található ez a kis falu, amelyet beépítetlen hegyek és természet vesznek körül. Természetvédelmi és mezőgazdasági övezetek is vannak ezen a környéken, és sok errefelé az olajfaliget. A tó körüli dombok egyikén, a magaslatban helyezkedik el a falvacska, amely alig néhány domboldalon lefolyó utcácskából áll ekkor még, kicsiny bástyaromszerűséggel a tetején. A közeli gáttól lélegzetelállító rálátás nyílik az egész környékre, szemben a falvacskával. Imádom a falu hangulatát és a helyiek közvetlen barátságosságát. A rövid fő utcán mindössze pár tapasbár, egy narancsfákkal szegélyezett étterem, egy szálló, bolt, icipici rendőrség és az utca két végén egy-egy templom található. Bájos és kacskaringós, kis utcákból áll a falu. A meredek domb tetejére kaktuszokkal és fákkal övezett ösvény vezet, ahonnan bámulatos a

kilátás a víztározóra és a környező hegyekre. Nagyon messzire is ellátni. A dombtetőn már várromra emlékeztető torony helyezkedik el. Anyuval is felmáztunk ide egyszer a nyári melegben. Lenyűgöző a látvány körbe fentről, a torony tetejéről. Imádok itt, fent ülni a vastag kőfal tetején, és nézelődni, élvezni a csendet, a békét, a tiszta levegőt, a fergeteges látványt körben, és hallgatni a falu és a környező természet neszeit. Leírhatatlanul varázslatos élmény számomra ez, mert annyira különleges az energiája. El Palmar és Conil mellett ez a falu is mindenképp helyet kap az egész világon található kedvenceim hosszú listáján. Nagyon kevés turista jár ekkoriban még erre, ami számomra tovább növeli a falu báját. Néhány évvel később épül majd ide egy hotel, amely sokkal több idelátogatót vonz majd, de így is megőrzi szemet gyönyörködtető báját ezen gyöngyszem-falu. A Földközi-tengertől északra található hegyvidék egyébként rengeteg csodás falvat rejt, amelyeket érdemes felfedezni.

A hegyekből visszatérve a tengerhez, érdemes meglátogatni Málagát, amely a Costa del Sol legnagyobb városa. Nagy, már várromjáról híres, ahonnan kiváló a kilátás, valamint kikötőjéről, bikaarénájáról, szép, történelmi katedrálisáról, továbbá arról, hogy Picasso itt született. Az óvárosa nagyon hangulatos, és szeretek itt időt tölteni. A sok egyetemista is kellemes pezsgést ad a városnak. Az évek során elég sokszor jövünk az itteni színházba is. A Costa del Sol-ra érkező turisták általában Málaga repterére érkeznek, amelyet ezekben az években nagyon kibővítenek, így az ország harmadik legnagyobb repterévé válik, és hatalmas forgalmat bonyolít le, pláne a nyári hónapok során.

Na, elérkeztünk a jelenlegi lakhelyemhez: Marbella Málagától körülbelül ötven kilométerre található. A nevéhez méltóan – amelynek jelentése a tenger szépe, – gyönyörű, hangulatos, nemzetközi és világhírű. Ekkoriban körülbelül százhuszezer állandó lakosa van, nyárra azonban ez a szám a sokszorosára dagad. Délről a Földközi-tenger határolja a várost, északról pedig a La Concha nevű hegy, amelyre egy ismerősöm azt találta mondani, hogy olyan, mint egy hanyatt fekvő indián profilja, és nekem azóta mindig ez jut róla az eszembe. Mindig lenyűgöz a hegy szépsége. A város legtöbb pontjáról rálátni, hiszen magas, több mint ezerkétszáz méteres. Az is gyakran eszembe jut, amikor felnézek rá, hogy egyik télen havas volt a hegycsúcsa. Dél-Spanyolország éghajlatát alapul véve ez nagyon rendhagyó eset és látvány volt. Egy őszi napon pedig a csúcsát egy finom és áttetsző felhő nyalogatta, ott, ahol úgy tűnik, mintha a fekvő indián szája lenne. Olyan látványt nyújtott a felhő és a hegycsúcs, mintha a fekvő indián pipafüstöt fújna ki. Az indián és a békepipa, vicces volt.

Érdeemes egyébként megmászni a La Conchát, mert pompás a kilátás a hegytetőről. Többször megmáztam, egyszer a születésnapomon is, Szandra barátnőmmel. Szuper, egész napos program volt. Jó volt a természet lágy ölén eltölteni a napot, órákon át túrázni, élvezni a természet békéjét, fentről pedig élvezni a mesés látványt, amint Marbella városa, mint egy drágakő ül a türkízkék Földközi-tenger

partján. Minden irányba messzire ellátni fentről, észak felé a hegyekre, nyugat felé tisztán látszik Istán víztározója, a távolban Gibraltár és Afrika is, kelet felé pedig ellátni majdnem egészen Málagáig.

Aki nem akar hegyet mászni, de szeretne rálátni valamelyest Marbellára, annak érdemes felmennie a városon belül az El Pirulítól, a Réztoronytól pár száz méternyire, a hegyen található sportközpontba, mert itt, a tenispályáktól szépen belátni a várost és a partszakaszt egészen Puerto Banúsig, sőt, tisztán látni az Esteponától északra található szép, magas, Bermeja nevű hegyet is. Ez a látvány persze nem helyettesíti a La Concháról elének táruló remek kilátást, de könnyebben és sokkal gyorsabban elérhető, mint a hegycsúcs.

A Bermejára is érdemes felmenni, mert onnan belátni a partszakaszt Gibraltártól Marbellán túl, és jó időben Afrika is tisztán látszik. A túrát nem kedvelőknek is jó hír, hogy a Bermejára kocsival is fel lehet menni majdnem teljesen a kilátópontra, nem csak gyalog, mint a La Conchára. Túrázni is lehet bőven errefelé. Az egyik kedvenc helyem a Costa del Sol-on a Bermeja teteje. Imádom a kilátást innen, valamint azt a nyugodtságot, amelyet ez a hely rejt. Sosincs errefelé sok ember. Sokszor egyedül csak mi voltunk itt, fent. Kellemsz szellő fűjt fent. A magaslatról dél felé elének tárult a Costa del Sol nagyrésze. Leírhatatlanul szép látvány. Türkízkék tenger, a part mentén városkák, majd dombok és hegyek. Alattunk a távolban Estepona városa, amely fehér hangyabolynak tűnik innen, fentről. Lent, a partszakasz mentén az emberek, mint szorgos hangyák, csinálják mindennapi dolgaikat, itt, fent, a természet lágy ölén viszont nyugodtan és csendben telik az idő. A természet uralja ezt a helyet. Fák, bokrok, kövek, virágok veszik csupán körbe itt az embert. Nincs beépítve. Az itteni béke, a friss levegő, a természet ölelése és a szemünk elé táruló kilátás mindig feltölt engem energiával. Ha pedig felgyalogolunk a hegy tetején lévő antennáig, onnan észak felé is látjuk a kilátást, a hegyeket.

Visszatérve Estepona környékéről Marbellába, ez a város régen egy kis halászfalu volt, amíg a turisták fel nem fedezték, bele nem szerettek a szépségébe, és el nem lepték az addig Isten háta mögötti helyet. Felkapott nyaralóhely, valamint sok gazdag- és híresember játszótere vált belőle. A halászat és mezőgazdaság helyett a fő bevételi forrássá a turizmus vált, ezáltal pedig az ingatlankereskedés és az építőipar is, a krízis beköszöntéig legalábbis. Az elmúlt évtizedek során egyre jobban elkezdett beépülni a partszakasz, és dagadt a város. Felépültek a hotelek, a rengeteg új háztömb, nyaraló, villa és üzlet mindenfelé.

A sármos óvárosra szűk, kis utcácskák, hófehérre meszelt házacsok, buja, mediterrán növényzet, valamint tapas bárók-, éttermek- és boltok elegáns és nagy választéka a jellemző. Találunk errefelé színes épületeket és szélesebb utcákat is. A templom is itt található. Az óváros központjában helyezkedik el a hangulatos Narancsfák tere. Szökőkút, narancsfák, virágok és mediterrán növények

színkavalkádja található itt, a finom illatokról nem is beszélve. Körben éttermek a téren kirakott asztalaikkal. Turisták tömkelege nyáron. A tér egyik sarkán pici kápolna. Állítólag még abból az időből, amikor az 1400-as évek végén a spanyoloknak sikerült visszahódítani az országnak ezt a környékét is a nyolcszáz évig tartó arab fennhatóság alól, és ennek emlékére, valamint Izabella és Ferdinánd uralkodópár tiszteletére építették fel ezt a kis, katolikus kápolnát.

A városháza is ezen a téren található. Az épület izléses belül, a beledolgozott belső udvarával. A városházáról például az is eszembe jut egyébként, hogy néhány éve sikkasztás vádjával rács mögé került az akkori polgármester. Sok pénz megfordul Marbellában, és természetesen ez a korrupciót is magával vonta. Engedély nélkül felépített épületek, megvesztegetések, helyi maffia, fekete üzletek és lehetne még sorolni Marbella nem annyira vonzó tulajdonságait is, de inkább magáról a helyről folytatom a mondandómat.

Egy utcával a Narancsfák tere felett van egy kis, helyi „sóhajok hídja” is. Számos hangulatos utcára lehetünk egyébként az óvárosban sétálván. Az is nagyon tetszik többek között, ahogyan sok házat csodásan felfuttatak itt színes, mediterrán növényekkel. Kilépve az óváros utcái közül modernebbé válik a városkép, és szétterül a város. Sok az emeletes ház is. Pálmafák mindenfelé. Marbella egyik jellegzetessége, hogy mindenfelé fák, virágok és más növények található, ez rendkívül megnöveli az amúgy is szembetűnő báját.

Az óvárosból a tenger felé haladva buja parkba érünk, majd néhány lépcsőfokkal lentebb a Dalí szobrok másolatával tarkított, növényekkel és mór stílusú szökőkutakkal díszített térre érünk, amely levisz egészen a tengerpartig. A parti sétány, a Paseo Marítimo hosszú mindkét irányban, és nagyon hangulatos. A belvárosi részen szép vörösmárvány, majd kijebb érve a belvárosból salakúttá válik. Sétáltam vagy futottam már itt turisták tömege között, valamint néha télen teljesen egyedül is. Az egyik ilyen téli délutánra élénken emlékszem, szakadt az eső, fényesen ragyogott a szép, vizes vörösmárvány, heves hullámokat csapott a partnak a tenger, és az egész sétány csakis az enyém volt arra a félórás sétámra. A tél egyébként enyhe és csupán néhány hétig esős errefelé. Kiváló az itteni klíma. A parti sétányt nagyon szeretem, hangulatos hely. Rengetegszer járok erre, sétálni, futni, és amikor csak tudok, munkába is itt megyek, és nem a Paseo-val körülbelül párhuzamos főutcán, a Ricardo Soriano-n, ha gyalog vagy biciklivel, nem pedig kocsival megyek. Idővel majd itt, a sétányon található egyik belvárosi épületben lesz a tengerre néző otthonom. A tengert imádom. Mindig is tenger mellett akartam és akarok élni. Nem tudok vele betelni, így, évek elteltével sem.

Egy nyár végi, kora estén a sétányon bicikliztem hazafelé, és csodás naplemente látványával ajándékozott meg az univerzum. Ez persze rengetegszer előfordult, de ez az este különlegesen szép

volt. Narancssárga, rózsaszín és lila színek játszadoztak az égen és a tenger tükrén. A tenger világoskék és nyugodt volt. Ritmusos hullámai kellemes háttérzenét kölcsönöztek a látványnak. Sokan sétálgattak a sétányon, hiszen nyáron mindig sok itt a turista. Sokan előkapták a fényképezőgépeiket, és fotózták a színekavalkádot. Dél felé kék tenger. Vörösmárvány, pálmafákkal szegélyezett parti sétány, sok helyen virágok és fák az északi oldalán, valamint a belvároshoz közelebbi részeken elegáns hotelek és épületek. Kelet felé a parton épült házak magasodnak. Nyugat felé látni Puerto Banús kikötőjének körvonalait, valamint a Gibraltár szikla sziluettjét a távolban, és az afrikai oldalon a szikla marokkói párját. Ebben a megvilágításban csodaszép és érdekes látvány innen a Gibraltári-szoros. A hegyek felett pedig a narancssárga, rózsaszín és lila ég. Én nagyon szeretem a nagyvárosokat, és sokszor hiányzik itt nekem egy pörgős, programokkal és lehetőségekkel teli, kulturális nagyváros, de az ilyen rendszeres, tengerparti naplementés hazamenetelt nem lehet ahhoz hasonlítani, mint amikor nagyvárosban például metróval vagy zsúfolt buszon tart hazafelé az ember munkából. Az is különleges élmény, ha például karácsony napján napsütésben sétál itt végig az ember.

Marbella érdekes keveréke a gazdagnak és egyszerűbbnek, színesnek és szürkének, a pörgésnek és unalomnak, a modernnek és ódonnak, valamint a méretéhez képest meglepően nemzetközi. Sok nemzetiség, továbbá a spanyol és a nemzetközi társadalmi ranglétra többféle osztálya is képviselteti magát erre felé. Rengeteg ódon és vadiúj, modern villát is találni Marbellában és környékén – érdekes történeteket és titkokat tudhat némelyikük. A villákon kívül sok üzlet, hotel, ház, illetve háztömb van mindenfelé. A legtöbb lakáshoz és házhoz itt medence is tartozik.

Egyik helyi érdekessége még például, hogy van ekkoriban a sportkikötőhöz aránylag közel egy a parti sétányról nyíló, pici utcácskában egy sorsára hagyott, régi, fehérre meszelt falú házikó, amely a halászfalu egyik parti bárja és halétermé lehetett régen, most pedig minden oldalról modern, magas épületek veszik körül közvetlen közelségből, alsó szintjükön bárókkal és éttermekkel. Érdekes látvány a kontraszt. Üresen áll már régóta, és meglátszik rajta, hogy jelenleg nincs gazdája. A régi tulajdonos valószínűleg nem él már, és egyelőre nincs, aki meg akarná venni és átalakítani. A tulaj eredetileg biztos nem akart lemondani otthonáról, nem akarta eladni, míg a szomszédos, értékes telkek mind jó áron elkeltek. A modernizációnak nem lehetett megálljt parancsolni, és ha ez a tulaj nem is adta be a derekát, akkor is megindult a környék beépítése. Körbeépítették hát a telkét modern toronyházakkal. Aztán már nem lehetett mit tenni. Felépültek a toronyházak az összes szomszédos telken Marbella központjában, a tengerparton. Csak ez a piciny, régies, sorsára hagyott, fehérre meszelt házikó maradt ott úgy, ahogy volt. Árulkodik arról, hogy régen más idők jártak erre felé, ezen a tengerparton. Pár évvel később aztán mégiscsak megveszi, és ízlésesen felújítja majd egyébként valaki, és hangulatos éttermet

farag a házikóból.

Ami a sportkikötőt és környékét illeti, néhány éve szépen rendbe tették, nyílt jó néhány új, hangulatos étterem és bár. Érdemes kipróbálni őket. A halászok kikötőjétől különálló rész a sportkikötő, ahol sok modern és elegáns hajót, vitorlást, jachtot és katamaránt látni. A halászkikötő természetesen egyszerűbb és szolidabb hajók otthona, és körülbelül fél kilométernyire keletre található innen.

Marbellával kapcsolatban azt szeretném még megemlíteni, hogy valóban szemet gyönyörködtető város és környék. Tökéletes nyaralóhely. Vagy akár még ide nyugdíjba jönni is tökéletes lehet. Becsapós lehet azonban a szépsége. Valamelyest üres szépség ez valójában hosszabb távon, pláne, ha külföldiként él itt az ember. A munkáltatópiac eléggé limitált, pláne majd a 2008-ban beköszöntő válság utáni években, hiszen főleg a turizmus, a vendéglátóipar és az ingatlanpiac köré csoportosul. Szezonális nyaralóhely ez csupán. A nyár fantasztikus errefelé, télen viszont alig van mit csinálni, főleg kulturális szempontból. Nem mérhető egy valódi kulturális, pörgő nagyvároshoz, amely egész évben tud bőven mit nyújtani, és ahol jobbak a munkalehetőségek is. Minden a szubjektív megközelítésen és prioritásokon is múlik persze. Az én véleményem szerint tényleg csupán nyaralóhelynek vagy átmeneti otthonnak jó ez olyan külföldiek számára, akik nem a családjukkal és jóbarátokkal költöznek ide, nem igazán szeretik a kisvárosi életet, a bőséges, rendszeres kulturális programok hiányát, valamint azt, hogy az itteni barátaik előbb-utóbb elköltöznek valahova messzire.

Mint mindennek, a marbellai életnek is vannak tehát előnyei és hátrányai. Azt senki sem vitathatja azonban, hogy káprázatosan szép környék, rövid távra különleges otthon lehet, sok sportolási lehetőséget nyújt, a klímája fantasztikus, és ezt a szépséget, valamint a környék által nyújtott kényelmes, laza és nagyon kellemes életformát éveig lehet élvezni, mielőtt ráunna az ember. Én is így teszek.

Soha nem éreztem úgy, hogy Marbella lenne a végleges otthonom, ahol életem végéig maradnék, de nagyon élvezem az itt töltött éveimet, és otthonomnak érzem, még ha ideiglenesen is. Azt mondhatom, hogy én itt is, Magyarországon is, és Észak-Amerikában is otthon érzem magam, és mindhárom nagyon szeretem. Magyarországot illetően nem tartom valószínűnek, hogy valaha is újra odaköltöznék, bár soha nem lehet tudni, mit hoz az élet.

Ekkor még nem tudom persze, de Marbella végül összesen több, mint tizenhárom éven keresztül lesz a bázisom és otthonom. Nem végig itt lakom mindezen évek folyamán, de a gibraltári éveim, a világ körüli utazásom éve és a San Francisco-ban töltött évem alatt is mindvégig Marbellát is a bázisomnak tekintem, és utána is ide térek majd vissza még néhány évre. Tulajdonképpen engem is meglep, hogy ennyire hosszú időre Marbellán kötök ki, de összességében nagyon-nagyon jó életem és

baráti köröm van itt, szeretem, és hálás vagyok az itt töltött éveimért. 2016-ban végül Barcelonába költözöm majd, ami régi vágyam. Nagyon szeretem Barcelonát, otthonomnak érzem majd, és itt már el fogom tudni képzelni az egész hátralévő életemet is akár. Örülök majd, hogy itt élhetek. Úgy érzem majd, hogy végre hazaértem, otthonomra leltem, és önmagamhoz hűen élhetek itt.

Andalúzia az én életemhez is kapcsolódó részeinek – kisebb, jövőbeli kitérőkkel is tarkított – bemutatása után most pedig ugorjunk vissza a fiatal felnőttként Marbellában kialakított életem síkjára, 2004-be.

Anyu és Apu

2004 szeptemberének elején Marbellából hazalátogatok Magyarországra körülbelül két hétre. A szüleim nagyon sokat jelentenek nekem, nagyon közel vagyok hozzájuk lelkiileg, és alig várom, hogy újra lássam őket és a többi szerettemet. Nem vagyok férjnél és nincsenek gyerekeim, így még mindig a szüleim jelentik számomra a közvetlen családot, annak ellenére, hogy saját, önálló életemet élem tőlük fizikailag távol már egy ideje.

Anyu és Apu számomra a világon a legfontosabb és legjobb emberek közé tartoznak. Nemcsak azért, mert a szüleim, hanem mindazért a tengernyi jóért, amit ebbe a világba hoznak, és mindemellett nagyon szerények. Hadd meséljek most Neked egy picit róluk és a családi életünkről!

Külön regény lenne leírni, milyen különleges ember a szerénység és skorpiós zárkózottság mögött Apu. Nem sok mindenkit enged belezárni a szívébe, kívülről sokaknak talán keménynek tűnhet, de valójában arany szívű ember. Imádom. Mindig is imádtam. Valahogy nagyon megtaláltuk az egymás szívéhez vezető utat egész kicsi koromtól. Apás gyerekként nőttem fel. Felnézek rá, és tudom, hogy mindig mindenben számíthatok rá. Azt is tudom, hogy rengeteget jelent neki a szeretetemet.

Csodálom. Arany ember. Mennyi mindenhez ért a világon! Mennyire szereti, és milyen jól, szívvel-lélekkel végzi az élethivatását! Mentőfőápolóként és állomásfőnökként milyen sok emberen segít, és a kollégái is mennyire tisztelik és elismerik! A munkáján kívül az élet rengeteg más területén ezermester. Ért a pszichológiához, a csontkovács szakma titkaihoz, a reflexológiához, az autószereléshez, a barkácsoláshoz, az ácsmunkához, szőlősgazda is egyben, szeret sakkozni, rejtvényt fejteni, minden évben az első hóban mezítláb sétálni, szeret adni a külsejére, szereti a repülést, és régen sportszerűen ejtőernyőzött. Főzni is nagyon jól tud. Táncolni is szeret. Dobolni szeretett volna megtanulni fiatalkorában. Édes, amikor a kutyusunkat biciklivel futni viszi. Nagyon jó emberismerő is, az a fajta, akire azt mondják, belelát az ember veséjébe. Még órákig sorolhatnám, hogy mi mindenhez

ért, és miért is oly csodálatos és különleges ember. És mennyi mindent szerettem volna még megtanulni tőle, ha lett volna még időnk és lehetőségünk erre...

Milyen bölcs és szórakoztató egyszerre, amikor családi körben sztorikat mesél! Milyen jól néz ki, amikor frissen borotváltan, fésülten és kiöltözve dolgozni vagy akár csak bevásárolni indul! Milyen szép türkízkék a szeme, milyen izmos a teste, formás a lába, szép és férfias a keze! Milyen bolond, amikor önmagának fogat húz, és milyen édesen zavarban van, amikor barátai viccelődnek vele! Milyen élvezettel eszi a csirkecombot! Milyen imádnivaló, amikor viccelődik, vagy átölel! Vagy amikor félmesztelenül főz, és „úszik” az egész konyha. Vagy amikor elalszik a tévé előtt, horkol, de amint csatornát váltok, felébred, és azt mondja, ne kapcsoljuk át, mert ő nézi. Vagy amikor zsörtölődik, hogy nem jó inget vettünk neki, napokkal később azonban felveszi, és aztán a kedvencévé válik. Vagy amikor a lomokkal teli garázsban ezermesterkedik. Vagy amikor otthon rejtvényt fejt, vagy olvas. Vagy amikor a fülembé sűgva megkérdezi, hogy csak én halljam, hogy jól vagyok-e, eszem-e rendesen, és van-e elég pénzem. Vagy amikor együtt elmegyünk bevásárolni. Apu szereti megadni a módját ennek is. Azt is imádom, hogy minden karácsonykor együtt megyünk megvenni a fát, csak ketten, ő meg én. Ez a mi feladatunk és közös programunk.

A tésztás sztorija az egyik kedvencem a nagyon sok közül, mert édes vizuális emlék a boldogan koncentráló Apuról, és mert hasznos tanítás rejlik benne. Szinte a szemem előtt látom most is, amint Apu otthon boldogan tésztát gyúr, kényelmesen, alsógatyában. Csigatésztát és a levesbe való vékonytésztát gyúrni és vágni hosszadalmas és aprólékos munka. Beletelik pár órába, amíg végez vele az ember. Apu szeret néha nekiveselkedni, mert a házi tésztát sokkal jobban szereti egy finom levesben, mint a boltit. Ilyenkor mindent szépen előkészít a konyhában: a hozzávalókat és a tésztavágógépet. Majd órákon át óriási beleéléssel és precízítással elkészíti a tésztát. Ez is egyfajta kikapcsolódás a mindennapi rutinból, és nagyon megadja a módját. Öröm ránézni. Néha csendben koncentrálok, időnként zenét hallgat munka közben, ha pedig csatlakozunk hozzá, boldogan sztorizik, vagy viccelődik. Miután elkészül a tészta, ki kell rakni tálcákra, és hagyni kell, hogy kiszáradjon. Apu ilyenkor berakja a több tálcányi tésztát az egyik szobába, majd figyelmeztet minket, hogy:

– A macskát nehogy beengedjétek, mert szárad a tészta!

Na, igen, csak hogy az egyik alkalommal nem veszi észre, hogy a macska már a tálcák bevitele előtt benn alszik abban a szobában, az ágy alatt. Apu büszkén és elégedetten elegendeti a hosszú munkájának gyümölcsét, a többféle tésztát a külön tálcákon, majd becsukja maga mögött az ajtót. Pár órával később bemegy, hogy ellenőrizze a tésztás tálcákat, és nagy megdöbbenésére a macska az egyik tálcán kényelmesen elnyúlva szundikál. Ráadásul láthatóan több tálcát is kipróbált ágyként. Apu

teljesen ledöbben, amikor meglátja, hogy mi lett a többórás munkájának a gyümölcséből. Természetesen a macskaszőr és az esetleges kosz miatt a tésztát most már ki kell dobni. Apu először nagyon mérges, hamarosan azonban – és a későbbiekben is – hárman hatalmasakat röhögünk ezen a sztorin is. Apu konstatálja az – ugyan élvezetes, de – időigényes és aprólékos otthoni munkájának mai eredményét: kényelmes szieszta a macskának: 1, finom levestészta evése: 0. Mind a mai napig megmosolyogtat, ha az eszembe jut nemcsak ez, hanem rengeteg egyéb családi és a háziállatainkkal kapcsolatos sztorink, és a gyakori közös nevetések is. Visszatekintve ezekkel is sokat tanítottak nekem a szüleim, egyrészt, hogy érdemesebb a folyamatra koncentrálni, mint az eredményre, főleg pedig azt, hogy miként nem szabad az életet túl komolyan venni. Ezt a leckét – mint később kiderül, – sokáig nem tanultam meg túl jól, pedig szükségem lesz majd rá nagyon sokszor az életben.

Szeretem Apu munkahelyi sztorijait is hallgatni. Nagyszerű a csapat bent. Imádja a munkáját, és sok anekdótája van. A kollégákkal kölcsönösen tisztelik, de azért viccesen húzzák is egymást. Ismerjük a kollégáit személyesen is, de főleg a sok történetből. Kiskoromban sokszor voltam a mentőállomáson, de felnőttként már kevesebbszer, mert a munkahely és a családi élet eléggé különálló dolgok Apu életében, és aránylag kevés találkozási pontot hagy a kettő között. Talán azért is, mert a munkahelyen felelősségteljes, terhelhető, példamutató embernek és vezetőnek kell lennie, otthon pedig lazábban fel akar tölteni, valamint talán a mentések során és a kórházakban látott szörnyűségeket sem akarja hazahozni, vagy nem is tudom pontosan, hogy miért, de neki ez így jó. Anyunak persze részletesebben mesél a munkájáról, a kollégáiról és a munka során látott, sokszor bizonyosan nagyon-nagyon felkavaró dolgokról, mint gyerekként nekem, de később már én is hallgathatom bizonyos sztorijait. Mint később megtudom, a kollégáinak is mesél rólunk. Én úgy élem meg, hogy nagyon jó fej velünk. Imád minket, a családját. Nyilvánvaló az, csak tudni kell olvasni a jelekből, ha nem is mindig önti szavakba. Legalább is nekem így tűnik, mert én veszem a jeleit, és tudom, hogy kölcsönösen imádjuk egymást. De nemcsak mi ketten, hanem az egész család. Nem vagyunk tökéletesek, egyikünk sem a négyfős családuk közül, de szerető, elfogadó, támogató, biztonságos és összességében boldog családi közeget mondhatunk a magunkénak, és én nagyon hálás vagyok ezért a boldog családi háttéréért, valamint az ebben töltött gyerekkoromért.

Kitűnő példa nekem az is, hogy Apu mennyire a szívét-lelkét beleadja az élethivatásába, mennyi mindenhez ért emellett is, mennyire sokat olvas, mindig fejleszti magát, mennyire jó értékrendszer szerint él, és hogy mennyire szereti és tiszteli Anyut. Kiveszi a részét a házimunkából is, valamint dolgoz otthon és a telken is. A barkácsolás, szerelgetés, kertészkedés, szőlősgazdálkodás, testmozgás és az olvasás kikapcsolja, és feltölti. Sok könyvünk van otthon is, és a könyvtárba is sokat jár Apu. Szereti

a filmeket is. Szeret továbbá bográcsban, nyílt tűzön főzni, pláne összejövetelekre. Csendben, nem harsogóan, de szeretettel odafigyel ránk, a családjára. Az unokájának is suttogva gyakran odacsúztat egy kis zsebpénzt, hogy majd önállóan vegyen magának valami rágcsálnivalót, így fejezvé ki a kicsinek a szeretetét. Gondolom, elég egyértelműen látszik mindezekből, hogy mennyire szeretem Aput, és hogy talán idealizálom is. Viszont objektíven nézve is valóban az az igazság, hogy tényleg fantasztikus, sokoldalú, és rendkívül értékes ember. Illik rá az András név.

Jó házasságban élnek Anyuval. A zsörtölődések és viták ellenére is nyilvánvaló, hogy mennyire odavannak egymásért még több évtizedes házaselet után is. Erre egy példa a sok közül, amikor egyik reggel a konyhában találok őket reggeli közben. Kettesben ülnek, és beszélgetnek, amikor megjelenek, és bizony úgy tűnik, hogy megszűnt számukra a külvilág, csakis ketten léteznek akkor épp, és egy szeretettel teli, vidám energiabuborék veszi őket körül. Sosem felejttem el azt a reggelt. Azt is látom utólag, hogy számukra a veszekedések is csupán a frusztrációk levezetésére szolgálnak, az egymás iránti szeretetüket és ragaszkodásukat sosem kérdőjelezi meg igazán. Azt is nagyon szeretem, amikor vasárnaponként együtt főznek a konyhában nagy beszélgetések közepette. Apu csinálja a levest, Anyu pedig a másodikat a közös, családi ebédhez. Ilyenkor van nyugodtan idejük és alkalmuk alaposan megbeszélni a héten történeteket, vagy bármi mást, és értékelni az együtt töltött pillanatokat. Gyakran tesóm és én is besegítünk otthon, persze, amikor már nem vagyunk kicsik.

Nem tökéletesek, nem tökéletes a házasságuk vagy az életük, megvannak a hibáik, nehézségeik és küzdelmeik, mint mindannyiunknak, hiszen ők is csak emberek, de én mégis úgy látom, hogy le a kalappal, hogy mennyire imádnivaló, nagyszerű és értékes emberek és szülők, és hogy milyen kiváló világot, mindennapi életet építettek fel maguknak és maguk köré. Én kitűnő példának vélem.

Olyan csodálatos, amikor ilyen szeretetben nőhet fel az ember. Nagyon szerencsés vagyok, hogy ilyen klassz és zseniális szüleim vannak! Szívbemarkolóan nagy kár, hogy túl rövid ideig lehattünk együtt ebben az életben, mivel hamarosan már nem lesznek köztünk, de ekkor ezt még nem tudom persze. Gyerekként azt hittem, az természetes, hogy mindenki ilyen boldog családban nő fel, később azonban rá kellett jönnöm, hogy hatalmas kincs ez, amely sokaknak nem adatik meg az életben, és nagyon hálás lehetek azért, hogy nekem megadatott. Úgy nőttem fel, hogy szerető család vagyunk, a szokványos középosztálybeli életet éljük, a szüleink dolgoznak, mi, gyerekek iskolába járunk. Délutánonként edzésre és különórákra járok. A testvérem és köztem nagyon nagy a korkülönbség, ezért először több idejük van velem egyedüli gyerekként, majd később velem. Egyenlően szeretnek minket persze. Tizenkét éves vagyok, amikor a testvérem férjhez megy, és elköltözik, ezután a kamaszéveimet kissé úgy élem át otthon a szüleinkkel, mintha egyedüli gyerek lennék. Szeretek persze a testvéremmel

és új családjával is időt tölteni.

Gyerekkoromban Apu az arany csillagocskájának hívott. Ezt mindig nagyon szerettem. Szívet melengető emlék. Ahogy aztán felnőttem, az egész családom az arany csillagocskámmá vált számomra.

Anyukámat sokan úgy jellemzik, hogy egy angyal. Illik tehát rá az Angéla név. Nagyon intelligens, okos, ügyes, sokoldalú, dolgozó, önálló, talpraesett, szép, csinos, energikus, dinamikus, valamint lelkileg nagy teherbírású és erős nő. Népszerű, ért az emberek nyelvén, rendkívül barátságos, kedves, vidám, közvetlen, megértő, figyelmes, és szereti a társaságot. A társaság is nagyon szereti őt. Engem sokszor úgy hív egyébként, hogy „Tündérem,” amit nagyon szeretek. Valójában őrá is illene a Tündér becenév, vagy a tündéri jelző. Imádnivaló. Nagyon jól összetartja a családot is. Pénzügyi területen, bankban dolgozik. Időnként mellékesként is könyvel. Én úgy látom, hogy akkor is igazán elemében van, ha szabhat és varrhat. Arany keze van, kreatív, tehetséges, rengeteg különleges dolog kerül ki a kezei alól, és ez a hobbija számára az igazi kikapcsolódás és feltöltődés. Sokaknak örömet szerez és segít ezzel a tehetségével is. A sok munka, munkahelyi felelősség, házimunka, gyereknevelés, egyéb elfoglaltságok, telki munka és a rokoni összefüggések, társasági élet mellett alkalom ez számára az egyedüllétre, a belső egyensúly fenntartására, és a kreativitása kiélésére is.

Nagyon sok időt tölt imádott unokáival is. Nagyon szeret utazni, és érdeklődik a világra. Ő is sokat olvas, és széles az érdeklődési köre. Ügyesen rajzol. Sokat mozog. Imádja az állatokat is. Az évek során kitűnő gazdija a macskáinknak és kutyáinknak. Temperamentumos tud lenni, időnként nagyon fel tudja kapni a vizet, és olyankor jobb nem az útjába kerülni, de az csak levezetés nála, ő alapvetően laza, békés, jókedélyű és rengeteg szeretettel teli, csodás teremtés. Hatalmas arany szíve van, és a szeretteiért mindent megtesz. Árad belőle a szeretet, a jókedélyűség és az életenergia. Szeretem a főztjét is. Mit nem adnék néha, ha újra ízlelhetném néhány egyszerű, mindennapi főztjének sajátos, őrá jellemző ízeit, mint például a krumplipüréje, némelyik főzeléke, gyümölcslevese, a rántott hús helyett nekem készített rántott sajtja, uborkasalátája, zöldséges rizse, vagy az általa sült almás süti, meggyes pite, bejgli és Rákóczi túrós, amelyek valóban egyediek és isteni finomak.

Sokáig lehetne még sorolni, hogy a szerénysége mögött milyen csodálatos, sokrétű, értékes és lenyűgöző ember. Sokat vállal egyébként magára. Mindemellett lehet rá számítani, lehet hozzá fordulni, társasági ember, és nemcsak a család, vagy a rokonság, de barátai, ismerősei is sokszor fordulnak hozzá, mert segítőkész, megértő, odafigyelő és bölcs.

Valóban erős, energikus, sokoldalú, intelligens, kreatív és melegszívű nő. Nála fantasztikusabb anyát nem is kívánhatnék magamnak! A rengetegnél is rengetegebbet tesz értem ez az okos, türelmes és

szerető anygal. Gyerekkoromban sokszor azt mondja nekem, ha valami kreatívat vagy vicceset csinállok, hogy ha nem lennék, ki kellene engem találni. Nagyon odaadó édesanya, aki azért gyakran nagyon keményen is tud nevelni gyerekkoromban vagy kamaszkoromban, amikor túlzottan feszegethettem a megfelelő határokat, de mindig a legjobbat akarja a szeretteinek, ez mindig nyilvánvaló a számunkra. Sok más dolog között például azt is imádom, hogy elkezd spanyolul tanulni, amikor Spanyolországban kötök ki. Vagy azt is, hogy mekkora szeretettel befogadja a családba a középiskola-, majd az egyetem alatti barátom is, majd a későbbiekben pedig az ír barátom, Mike-ot is.

Egyébként mindketten eléggé erős egyéniségek és önfejük tudunk lenni, Anyu is és én is, ebben is, és sok másban is nagyon hasonlítunk. Emiatt természetesen előfordultak köztünk súrlódások és veszekedések, pláne kamaszkoromban. Alapvetően azonban nagyon jó a kapcsolatunk, jól megértjük egymást, imádjuk egymást, és pláne a kamaszkorom utáni évek óta, az utóbbi években egy szép, mély barátság is kialakult köztünk, amiért rendkívül hálás vagyok. Sokat beszélgetünk, és bármit megoszthatunk a beszélgetéseink során egymással. Rengeteget jelent nekem a bölcsessége, őszintesége, nézőpontja, élettapasztalata, a kölcsönös szeretetünk és elfogadásunk. Nagyon-nagyon szerencsés vagyok, hogy ilyen anygali és figyelmes édesanyával ajándékozott meg a sors, mint Anyu!

Feltétlen szeretettel neveltek fel a szüleim, és mindig tudtam, hogy mindenben támogatnak, és mögöttem állnak, amikor kell. Eléggé szabadjára engedtek, hogy azt csináljam az életben, amit szeretnék, mindig hagyták, hogy önálló legyek, tapasztaljak, döntést hozzak, hibázhassak is, és önmagam lehessenek. A szeretetük és a lelki támogatásuk mindig rengeteg erőt adott nekem ahhoz, hogy önállóan és bátran meg merjek küzdeni az álmaimért, haladjak a céljaim felé, csináljam a dolgaimat, jól tanuljak és versenyszerűen sportoljak, több hobbit kipróbáljak, konstruktívan elfoglalt magam, pörgő életet és remek baráti kört építsek fel magamnak, és összességében könnyedebben vegyem az élet kihívásait.

Természetesen minden családban vannak összezörrenések is, és senki sem tökéletes, mi sem, de nagyon szívet melengető dolog olyan családban felnőni, ahol izzik a feltétlen szeretet, meg lehet beszélni egymással őszintén bármit, az élet mindeféle aspektusait, igazán önmagunk lehetünk, és számíthatunk egymás szeretetére, támogatására és biztatására. Persze, sokszor vitázunk is, beszélünk, vagy véleményt mondunk, de ez is szerves része az együttélésnek. Sokat nevetünk is együtt, és a mindennapok elfoglaltságai között egy szerető, biztonságos, vidám és támogató otthonba és családi körbe térhet haza az ember. Ez a kincs örökre velem marad a szívemben. Hála drága Szüleimnek! Szerintem különlegesen jó otthont és légkört teremtettek. Bárcsak még több időnk lehetett volna együtt ebben az életben, hogy még jobban megismerhessem őket, mint embereket, és hogy meghálálhassam

mindazt a jót, amit értem is tettek! Teljesen meghálálni persze sosem lehetett volna.

A saját, nagyon önálló életemet élem külföldön ekkoriban tehát, Anyu és Apu mégis fontos részét képezik az életemnek így, a távolból is. Nem is tudatosul bennem igazán, hogy ez a szerető, támogató, biztos családi háttér mennyire az alapját szolgálja önbizalmamnak, önállóságomnak, erőmnek és életörömömnek. Nemcsak szülők ők nekem, hanem közeli jóbarátaim is. Skype-on még a nagy távolságból is rendszeresen nagyokat beszélgetünk. Izzik a szeretet, jó megosztani az élet akár mindennapi-, akár pedig mélyebb dolgait is egymással, vagy tanácsot kérni valamivel kapcsolatban. Még kontinensnyi távolságból is részt veszünk egymás mindennapi életében. A távolság talán még közelebb is hoz minket annál, mintha ugyanott élnénk. A távolság megtanítja az embert jobban értékelni a másik közelségét és a másikkal tölthető időt, valamint így talán bizonyos dolgokat és érzéseket még nyíltabban is kimondunk és megbeszélünk, mint azt akár személyesen tennénk. Hálásak lehetünk a modern technikáért is, hiszen a nagymamám korában még hetekbe telt, amíg a megírt levele Magyarországról elért New York-ba, az ott élő édesanyjához és bátyjához. Manapság a távolságból is szinte úgy kommunikálhatunk, mintha fizikailag is egy helyiségben lennénk. Szuper dolog ez.

Hazaérek. Leírhatatlan érzés mindenkit újra magamhoz ölelni. Úszom a boldogságban. Csodás hetet töltünk együtt, az egész család. Lakomák, beszélgetések, a tesóm gyerekeivel játék. Mennyei újra a család és az otthon melegségét érezni, és feltöltődni benne. Ekkor történik a derült égből a villámcsapás. Hosszú úton indít el, amely a világ és önmagam, belső világom körül vezet. Hullámvasúton. Ekkor persze még mit sem sejtek az egészből.

Trauma 1

Csütörtök van. Ma rokonokat látogatunk Anyuval. Apu nem jön velünk, hanem a telekre megy egyedül. Eredetileg úgy volt, hogy valószínűleg utána megyünk majd, miután hazaérünk, de csak későn, éjjel érünk haza a rokonoktól. Régen nem találkoztunk velük, és jó volt újra beszélgetni egy nagyot, elszaladt az idő. Mi, Gólyák gyakran ilyen éjjeli baglyok tudunk lenni. Amikor hazaérünk Anyuval éjjel, látjuk, hogy Apu nincs otthon. Kimenjünk utána a telekre? Vagy egyszerűen csak annyi történt, hogy – mint annyiszor máskor, – elálmosodott, és ott alszik, a víkendházunkban? Nincs ebben semmi különös. Esetleg csak az, hogy általában akkor alszanak ott, ha mindketten ott vannak, vagy ha velem együtt mindhárman ott vagyunk. Maradunk tehát otthon. Sajnos...

[...]

2.) INDIA

„Valamennyi sötétség szükséges ahhoz, hogy lássuk a csillagokat.”
Osho

Tetszik: Lenyűgöző, lélegzetelállító, egyedi és hihetetlenül sokoldalú kultúra és ország. Megkapom tőle azt a kultúrsokkot, amelyet vártam ettől az utazástól, és RENGETEGET tanulok itt. India ellát útravalóval a lelki sebeim gyógyításához szükséges technikákkal, módszerekkel, az élethez való tudatosabb hozzáállással és látásmóddal, a holisztikus szemléletbe való mélyebb beelátással, valamint sok új, nemzetközi jóbaráttal. Sikerül előrelépnem itt a személyi fejlődésemmel és azzal, hogy elengedjem a szüleim, valamint hogy magam mögé tegyem a gyászt. Egyre jobban önmagamra találok az életemmel kapcsolatban is az Indiában töltött időmnek köszönhetően. Varázslatos, magával ragadó, csodálatos, és ellentmondásokkal teli hely, ahová szeretnék újra és újra visszatérni. A sokkoló körülmények ellenére átvitt értelemben igazi kincsesbánya.

Kevésbé tetszik: Időbe telik hozzászokni a koszhoz, porhoz, szennyezettséghez, bűzhöz, a sok szeméthez, a zajos káoszhoz, valamint ahhoz, ahogyan indiai férfiak állandóan tapintatlanul megbámulnak, és beszélnek. A gazdag réteg nagyon jól él itt, de a társadalom javarésze hatalmas szegénységben tengeti napjait. Sokan szinte középkori viszonyok között élnek, és sok a társadalmi kötöttség, az elfojtás, az elnyomás. Nem egyszerű megbékélni a hatalmas társadalmi egyenlőtlenségekkel, a kegyetlen szegénységgel és itt látott kőkemény emberi sorsokkal, valamint a nők társadalmi helyzetét is összetettnek és eléggé furcsának találom. Mindenesetre minden aspektusával együtt is nagy kincs az Indiában eltölthető idő.

Az érkezésem és első benyomásaim

2008. október 15-én, szerdán reggel Spanyolországból Londonon át indulok útnak a világ körüli utam első állomása, India felé. Londonból 22 órakor indul a repülő Mumbai felé. A huszonkettő az egyik kedvenc számom, úgyhogy ezt jó jelnek veszem az induláshoz. Egész éjjel repülünk, tízórás a repülőút. Az időeltolódás három és fél óra Spanyolországhoz képest, emiatt itt már csütörtök dél körül van, amikor landolunk. Mumbai-ban leszálok a repülőről. Szinte kiugrom a bőrömből, olyan izgatott vagyok. Jó újra ennyire örülni valaminek, valamint újra megtelni életerővel és lelkesedéssel. Ujjongok magamban:

– Megérkeztem Ázsiába!!! Megkezdődött végre a várva várt világ körüli, Nagy Utazásom,

éljen! – Szavakba sem tudom igazán önteni, mint érzek.

Felszedem a nagy, kerek hátizsákom a futószalagról, és átmegyek a szükséges útlevél- és vízumellenőrzésen. A kifelé vezető folyosón, ahol néhány taxicég és utazási iroda is ajánlja szolgáltatásait, próbálok taxit foglalni Punéba. Mike, az ír volt barátom előre ellátott jótanácsokkal az érkezést illetően, mivel tavaly ő is eljött ebbe a meditációs központba. Körbeérdeklődöm, de nincs megfelelő taxi, mindhárom helyen az ár többszöröséért ajánlják a taxit. Mike megmondta, körülbelül mennyit fizessek a taxiért. Elkezdődött tehát a „ha fehér vagy, többet fizetsz” nevű indiai „játék.” Itt szinte mindig megpróbálják ezt játszani, néha egyenesen pofátlanul, bár a szegénység láttán érthető. Jobban teszem, ha hamar gatyába rázom az alkukészségemet. Indiában hatalmas szükség van rá. A legtöbb dolognak nincs fix ára, attól függ, mennyit fizetsz, hogy mennyire vagy tisztában a helyi árviszonyokkal, és milyen ügyesen alkudsz. A punei fuvar árát illetően háromezeröttszáz rupia (ötvennyolc euró) a legpofátlanabb árajánlat, a legkedvezőbb pedig, mint később megtudom egy ismerőstől, aki sokszor jár Indiába, a reptérrel szomszédos utazási irodából mikrobusszal háromszáz rupia (öt euró.) Nem elenyésző a különbség! Egy euró körülbelül hatvan rupiának felel meg ekkor.

Kilépek a reptér épületéből. Nagy meleg, por és kosz csap meg. Hányszor elképzeltem ezt a pillanatot! Izgatottan vártam, és ugyanakkor kissé tartottam is tőle. Most pedig végre itt vagyok. **MEGÉRKEZTEM INDIÁBA!** Hihetetlen érzés. Megcsináltam! Itt vagyok. Utazom. Egyedül. Tudom, hogy képes vagyok végigcsinálni, és nagyon élvezem. Boldog vagyok és büszke magamra, hogy mégiscsak képes vagyok valóra váltani az álmaimat! Izgatottan várom a rám váró kalandokat. Persze, kissé meg vagyok ijedve, egyedül jöttem ebbe a nagy, számomra még ismeretlen országba és rendkívül eltérő kultúrába. Az utazás megviselt, kissé kába vagyok, mégis hihetetlenül boldog és elégedett.

Nagy a kánikula, harminchárom-harmincöt fok körül lehet a hőmérséklet árnyékban, én túlzottan fel vagyok hozzá öltözve, de a helyi öltözködési szokásokat tiszteletben tartva le akartam takarni a végtagjaimat, na, és Londonban persze hideg volt, úgyhogy még át kell állnom arra, hogy itt más az éghajlat. A nagy hátizsák a hátamon, amíg nem tudom, hogy milyen ez a hely, és mennyire kell tartani zsebtolvajoktól meg ilyesmi, addig túlzottan óvatos vagyok, nem igazán akarom letenni ezen a forgalmas helyen. Szeretnék majd néhány hét múlva úgy útrakelni Indiából, hogy megvan minden fontos holmim, jól vagyok, és egy nagy, pozitív, maradandó élménnyel vagyok gazdagabb.

Fogok egy taxit a reptér előtt. A srác azt mondja, hogy oké, mindjárt jön a kocsival, várnom kell egy kicsit. Bent a reptéren váltottam be pénzt, úgyhogy van készpénzem a taxira, és elég lesz a maradék egy pár napra, amíg pénzáutomatát nem találok.

A taxiért persze túl sokat kérnek, de ez még belefér, és annyira azért nem pofátlanul magas az

ár, mint amit a reptér belsejében ajánlottak. Különbözik sincs más választásom most. Fáradt vagyok, idegen a környezet, meleg van, nekem a málhám a hátamon, és szívesen letenném hamarosan egy kényelmes szobában, tehát el kell fogadnom, hogy eleinte kissé meg fognak fejni, amíg ki nem ismerem jobban a járást az árakat illetően. Európához képest különben még így is nagyon-nagyon olcsó itt minden, az itteniek pedig rá vannak szorulva, úgyszólván nem bánom.

Várom tehát a taximat. Állok a hőségben, a nagy, kerek, bőrrönd méretű, csővázás hátizsák a hátamon, a kisebb elől. Izzadok, de inkább nem teszem le a zsákokat egyelőre. Én vagyok az egyetlen fehér ember a környéken jelenleg, és alaposan megbámulnak a körülöttem levő indiaiak. Ehhez is ideje hozzászoknom.

Veszek magamnak egy ásványvizet, megnézem, milyen indiai üdítőket árulnak itt, és végre megérkezik a taxim is. Beülök hátra. Most rögtön akarják a pénzt. Mondom, hogy akkor fizetek, ha megérkeztünk. Oké, nekiindulunk végre. Bele a forgalomba. Az első gondolatom az, hogy:

– Héé, jönnek szembe a sávunkban! – A sofőrnek a szeme se rebben, a két autó az utolsó pillanatban teljesen természetesen kikerüli egymást. S megy minden természetesen tovább. India sok meglepetéssel tud szolgálni, és rögtön meg tudja hökkenteni az embert. A forgalom és a vezetési stílus kész kabaré, már ha túléli az utat az ember. Elméletileg az út bal oldalán vezetnek, mint Nagy-Britanniában vagy Írországon, gyakorlatilag azonban kész örület az egész, összevissza mennek szinte minden sávban mindenfelé. Mindenki dudál lépten-nyomon, szinte egyfolytában, így próbálják elkerülni a baleseteket. Nem lehet itt elbambulni egy pillanatra sem. A forgalom itt kész káosz. Az örült olasz vagy spanyol vezetők az indiaiakhoz képest bizony csupán kispályások! Nevetnék az egészen szívesen, annyira szurreálisnak tűnik, de ekkor észreveszem, hogy nincs biztonsági övem hátul... Hm, így valóban izgalmasnak ígérkezik ez a négyórás utazás! Mindennek ellenére mosoly ül az arcomon. Készen állok az új kalandokra, ezért indultam útnak.

Először átmegyünk Bombay-on („új” nevén Mumbai.) Nagy a forgalom, hatalmas a kosz mindenfelé, és nagyon lerobbantnak tűnik az a rész, ahol járunk. A szebb részek nem erre vannak. Nyomornegyedek mellett is elhaladunk. Szívemarkoló látvány. Ijesztő, hogy a 21. században még mindig vannak emberek, akiknek ilyen iszonyatos körülmények között kell élniük. Bár nem szabad elfelejteni (nem is lehet), hogy itt ez még nem igazán a huszonegyedik század mindenki számára, hanem sok hely inkább olyan benyomást kelt első látásra, mint amilyenek az európai középkort képzelem.

A városban sok a járókelő, bizonyos részeken nagy a tömeg az utcákon. A nők általában színes, hagyományos sarit viselnek, amelynek része a hosszú, test köré tekert sálszerűség, amelynek a vége

hosszan lelóg a vállukról a hátukon. Látok azért modern, nyugati ruhás nőket is. A férfiak általában hagyományos, hosszú, bő inget és nadrágot hordanak, de sok a farmer, ing vagy póló is. Régi buszok, motoros riksák, motorok és kocsik hajtanak mindenfelé az utakon. Ahogy kijebb érünk a városból, csont és bőr állatok mászkálnak az út szélén, néha pedig rámennek az útra is. Szemét és kosz mindenfelé. Emberek fejükön kosárral vagy nagy batyuval gyalognak az út szélén. Mindehhez adjuk hozzá a büzt, a kánikulát, a folyamatos dudálást, kiabálást és más zajokat, és íme, az első benyomásaim Indiáról. Meglesz itt a jó kis kultúrsokk, amire számítottam, már rögtön látom. Imádom. Le nem szakad a mosoly az arcomról.

Még Mumbai szélén járunk a taxival, amikor egy kisfiút sikerül kis híján elütni: a kocsi eleje meglöki picit, de nem esik semmi baja. Aránylag lassan megy a taxi épp, mert nagy a forgalom, és kisebb torlódás van. A lökés után csúnyán ránéz a sofőrre a gyerek, majd egyszerűen továbbáll. Úgy látszik, itt gyakori lehet az ilyen, ami nem csoda ilyen kaotikus forgalom láttán. Hihetetlen, de a taxisofőr talán egész úton egyszer indexel csak, az autópályán. A városban az irányjelző szerepét a dudálás tölti be: itt jövök, vigyázz!

Amint kiérünk Mumbai-ból az autópályára, már könnyebb haladni. Elég sok a teherautó az úton. Mindegyik ki van díszítve. Babonából, mint később megtudom. A díszítéssel tartják távol a rossz szellemeket és a baleseteket. A nagyvárosok, mint például Mumbai vagy a tőle kisebb Pune igencsak forgalmasak és pörgősek egyébként. A két város közötti táj szép, zöld, hegyekkel tarkított vidék. Kissé olyanok a hegyek itt, mint Dél-Spanyolországban, csak zöldebb a vegetáció. Nem csoda, hiszen most ért véget a monszun évszaka. Később már a nagy melegtől itt is kiszárad majd a táj. Néhol látni egy-egy szép villát és nyaralót, vagy néhány szegényes, lepukkant, mezőgazdasági falvacskát.

Nagyon nagy az űr Indiában a gazdagok és a szegények életszínvonalá között. A nyomornegyedek óriási és meglepő kontrasztot nyújtanak például a városban, az útszéli óriásposzttereken hirdetett életvitelhez képest, ahol luxuslakásokban élő, szuper boldognak látszó családok reklámozzák az eladandó lakásokat, ahol látszólag úgy élnek, mintha Beverley Hills-ben lennének.

Körülbelül négy óra hosszába telik az út Mumbai és Pune között ma délután a forgalom miatt. Máskülönben sokkal kevesebb idő alatt is meg lehet tenni, mint később többször is tapasztalom. Végre délután öt óra körül megérkezünk Punéba, a meditációs központ elé.

El sem hiszem, hogy itt vagyok. Mennyit hallottam korábban erről a helyről, és most tényleg itt állok a kapuja előtt! Gólya Andrea, azaz rövidebben, egyik becenevemem GAndi, Indiában van! Még szoknom kell a gondolatot. GAndi, Gandhi – talán nincsenek véletlenek, és el kellett jutnom ide. A

kapunál kifizetem a taxist, és kiszállok a csomagjaimmal.

[...]

November 1. Rájövök, hogy nem szeretem igazán önmagam.

Ez a mai üzenet kicsit más lesz, mint a többi. Ha tényleg akarjátok tudni, mi van velem, akkor leírom, mi megy végbe bennem mostanság.

A meditációval egyre mélyebbre és mélyebbre megyek le a belső világomban, és végre szembenézek azokkal a dolgokkal, amelyek bennem vannak, csak megtanultam nem kimutatni őket. Megkönnyebbülés, hogy végre a felszínre jönnek, és nem kell tovább elfednem őket.

Úgy érzem, hogy értelmetlen az életem, és már nincs benne igazán mély szeretet. Azóta, hogy meghaltak a szüleim, több rokonunk és a szeretett háziállataink is, valamint az Anitáékkal kapcsolatos traumám óta, vagy tulajdonképpen nem is tudom, hogy pontosan mióta. Úgy érzem, már nem engedek magamhoz igazán közel senkit. Talán félelemből, ami tudom, nem egészséges, de ez van. Valamint nem szeretem, és nem fogadom el igazán önmagamot jelenleg! Úgy érzem, hogy nincs értelme, hogy én ezen a világon vagyok.

Persze, jól is tudom érezni magam, élvezek bizonyos dolgokat az életemben, és sokan nagyon fontosak vagytok nekem, szeretlek Titeket, és érdekel, hogy mi van Veletek, de azt próbálom most itt kifejezni, hogy egy ideje kissé távol tartom magamtól a dolgokat, nem engedek semmit vagy senkit igazán közel, nem fogadom el magam teljesen, és az élet nem az igazi így. Értéktelennek és értelmetlennek tűnik így. Olyan, mintha nem is igazán élném. Nagyon megsebződtem a traumáim által, és nem tudom, hogy jöjjenek vissza ebből az állapotomból. Ezek az érzések ott lebegnek bennem a felszín alatt, és mindenre rányomják a bélyegüket. Na, azért is vagyok itt, hogy ezeken változtassak, visszakapjam valódi, hiteles önmagam, és visszaszerezsem az örömet és a szeretetet az életembe!

Az elmúlt két nap rengeteget sírtam, és érzem, hogy még sok-sok könny van idebenn. Naaaaggggggyon jól esik, megtisztít. Na, ez van... Minden jót Nektek! Sok szeretettel (már amennyire képes vagyok...): A.

November 2. Köszö a sok kedves, szeretettel teli üzenetet! Pótolták most bennem a szeretethiányom. Nagyszerű emlékeztető, hogy mi is az, ami igazán fontos az életben. Az e-mail végén írok Osho kút-

metaforájáról.

A legutolsó üzenetemet nem akartam mindenkinek elküldeni a nagy levelezési listámon, csak pár közeli jóbarátnak, de véletlenül minden listatagnak átment. Most már mindegy... hehehe. Gondolom, meglepődtetek. Jól esett őszintén megnyílnom. Most már picit jobban érzem magam. Egy tegnapi esti mélypont óta úgy érzem, tovább tudok végre lépni valamelyest, és kissé tudatosabban tudom majd intézni a saját magammal való viszonyom is.

[...]

A külső utammal párhuzamosan a belső utamon is lépegetek előre. Lehetőségem van sokféle meditációt kipróbálni és rendszeresen végezni itt, az asramban. Mint magam is tapasztalom, a rendszeres meditáció meghozza az eredményét. Az első időszakban a belső tisztogatás miatt felkavaró élmény lehet, azonban a későbbiekben a belső harmónia és a tudatosabb élet forrásává válhat.

[...]

A meditációk, a kurzusok – ezek között a különféle, csoportos terápiák is, – illetve a jóga, a masszázs, a tai chi, a tenisz/zenisz, az egészséges, vegetáriánus étrend, továbbá az, hogy van időm és terem gyógyulni és önmagamon dolgozni, valamint az, hogy megfelelő közeg vesz körül hozzá – mindez aranyat ér, és a javamat szolgálja, még akkor is, ha a még mindig eléggé gyakorta rossz kedélyállapotom egyelőre nem állandóan ezt sugallja ebben az időszakban. Rövid távon még romhalmaz vagyok, de hosszú távon ez az időszak pozitívan megalapozza az egész hátralévő életem. Hozzájárul, hogy előtörjön belőlem egy eddig sokáig szunnyadó, de mindig is bennem lévő, spirituális, intuitív, elmélyültebb, tapasztaltabb, bölcsebb, tudatosabb és érettebb oldalam, ami által jobban önmagamnak érzem magam, mint valaha. Megalapozza ez majd azt is továbbá, hogy a későbbi életemben összességében önmagamhoz hűen, egészséges önszeretettel, elfogadással és határokkal, tudatosan, harmonikusan és boldogan tudjak élni. Fentek és lentek mindig lesznek, de én fogok jobban bánni velük. S a későbbiekben másoknak is tudok majd segíteni a saját tapasztalataimból kifolyólag. Ez

a könyv is többek között ezt a célt szolgálja.

A belső fejlődést, belső békét és tudatosabb életet elősegítő technikák és megközelítések alkotják a fő okot, amiért ide jöttem. Ezek az ittlétem és a jelenlegi belső fejlődésem mérföldkövei, valamint az egész utazásom egyik legfontosabb alkotórészei. Ezek segítenek abban is, hogy miként dolgozzam fel a traumáimat, és miként élhessek tudatosabban és önmagamhoz egyre hűebben.

[...]

Kimegyek elé a reptérre. A reptéri mikrobuszon négyen utazunk a reptér felé, és vicces, amikor kiderül, hogy mindannyian magyarok vagyunk! Két kihelyezett idegenvezető Budapestről, akik haverok, továbbá egy Hollandiában élő, félig holland, félig magyar srác, aki itt utazgatott pár hétig egyedül, és én. Ők hárman hazafelé tartanak. Eleinte csak a két magyar srác beszélget. A harmadik srác és én eleinte csendben ülünk. A magyarul beszélgetőknek fogalmuk sincs arról még ezekben a percekben, hogy mi is értjük, amit mondanak. Én magamban mosolygok, mert rólam beszélgetnek, a pólómról, a szoknyámról és a parfümömről, és hogy ki elé mehetek így a reptérre, csomag nélkül. Eléggé piperkőcnek gondolnak, mivel frissen jövök a fodrásztól, ahol manikűrrrel és pedikűrrrel is megajándékoztam magam. A masszázshoz hasonlóan ezek a szolgáltatások rendkívül olcsók itt, és nekem jól estek most. A srácok szinte a „plázacica” kategóriába sorolnak így, hirtelen, ami nem is állhatna messzebb a valóságtól, és ez engem csendben nagyon megmosolyogtat. Ekkor még nem tudják, hogy értem őket, hiába ritka nyelvet beszélnek a világ másik végén. Először nem szólok semmit, kíváncsi vagyok, mi sül ki a beszélgetésből. Poénos emlékeztető ez mindannyiunknak, hogy igenis bárhol megértheti más is a privátnak vélt beszélgetést, úgyhogy érdemes odafigyelni, mikor mit mondunk, bárhol legyünk is.

A magyar beszélgetést hallván először a harmadik srác szól kissé tört magyarsággal, hogy érti őket, majd nevetve én is csatlakozom a beszélgetéshez. Arra, hogy mindannyian beszéljünk magyarul egy bangkoki, reptéri mikrobuszban, egyikünk sem számított!

[...]

Az életemben látott egyik legeslegszebb tájon utazgatunk. Meseország szívében vagyok. Álomba illő élmény. Ülök az autóban, és nézelődöm. Nagy tavak partján visz a dimbes-dombos út. Eltörpül az út és az autó a hatalmas és meseszép tavak, dombok, hegyek, és még nagyobb, hófedte hegyek között. A természet elkápráztató szépsége tíz pontból itt lazán tizenötöt is kap nálam. A táj, a tavak, a színek, a levegő, az óriási tér, az érzés, a társaság – boldog órák és napok ezek. Megállunk a kocsival egy bámulatos helyen, nem messze a Wanaka-tótól. Fényképezünk, ámuldozunk. Továbbhaladván egy még csodálatosabb helyre jutunk. Ismét megállunk, fényképezünk, ámuldozunk. Megyünk tovább, és hihetetlen módon egy még impozánsabb helyen lyukadunk ki ismét, ahol megint megállunk, fényképezünk, és ámuldozunk. Egy idő után már szinte nem tudjuk befogadni ezt a sok, lélegzetelállító szépséget. Szó szerint szebbnél szebb helyeken járunk, azt hinnénk, ezt már nem lehet tetőzni, és mégis, egy újabb és újabb gyönyörűbbnél gyönyörűbb hely fogad hamarosan újra és újra. Egy megvalósult álmom az egész élmény, és abszolút megfelelőnek találom ezen helyekre a Meseország elnevezést.

[...]

A fő attrakció a csillagos égbolt. Így, mindenféle mesterséges világítás nélkül a csillagok a fényesnél is fényesebben ragyognak. S milyen sokan! A természet óriási „kincsesládájába” avagy „ékszeres dobozába” nyerek bepillantást. Leírhatatlan. Gyönyörködünk a látványban, és élvezzük a minket körbeölelő, éjszakai, békés csendet. Szembeötlő a piciny mivoltunk és az univerzum határtalanságának kontrasztja. Hálát adok az univerzumnak, hogy élek, itt lehetek, és részem lehet mindabban az egész csodában, amelyet az univerzum nyújtani tud. A dualitással együtt. Hálát adok azért is, hogy megtanított észrevenni a kis, egyszerű, „hétköznapi” dolgokban és mögött rejlő, lenyűgöző szépségeket is.

[...]

A belvárosi szállónkról egy nagyon meredeken lejtő utcán kell lemennem a csomagjaimmal a sarki buszmegálló felé. A cél előtt valahogy sikerül megbotlanom a csomagomban, és hatalmasat esem. Hason csúszom a lejtős járdán, így érkezem meg a buszmegállóba. Szinte megszakadok a nevetéstől. A farmerom térde kiszakad, és átüt rajta a vér. Fáj, mégis nevetnem kell a helyzeten. Feltápászkodom. A buszmegállóban egy másik lány várja ugyanazt a buszt, és nem tudom, hogy miként tartja meg a pókerarcot a hasoncsúszásom láttán, de a szeme se rebben. Pedig nagyon komikus hasraesésnek volt a szemtanúja. Én nem bírom abbahagyni a röhögést egy ideig, hiába sajog igencsak a térdem. Muszáj megragadni az élet apró, vicces dolgait, és jól nevetni. Az eleséseket illetően ezekből van egy kis gyűjteményem. Talán ezekkel emlékeztet az élet arra, hogy még ha a padlóra kerülök is néha, fel kell állni. Ahogy Konfuciusz is írta.

Nem kerüli el a figyelmem amúgy, hogy az ...

[...]

Beszállok a komhajóba, és leülök fent, a nyitott dekken. Elindulunk. Naponta csupán ez az egy komp indul észak felé, érintve az általam az utazási irodában kapott prospektus összes szigetét, aztán északon megfordul, és délután déli irányba szállítja az utasokat egyik szigetről a másikra. Majd végül visszatér Denarauba. Ez a mindennapos programja. Amennyiben észak felé szeretnél tehát másik szigetre menni, délelőtt megtelheted. Dél felé utazván meg kell várnod, amíg a komp visszatér észak felől, vagy ha a kompon akarod tölteni a napod javarészét, azt is megtelheted.

Varázslatos a látvány. A türkíz óceánon szeljük a hullámokat. Lassanként felsejlenek az első szigetcskék. Mindenképp megérdemli a hely a paradicsomi minősítést. Lehengerlő a táj szépsége. Képzeld el, kedves Olvasó, hogy itt ülsz velem, a hajón, amint áthaladunk a két szigetcsoporton! Körülöttem, a nagy térben, a végtelennek tűnő, türkízkék, áttetsző óceánban kisebb-nagyobb szigetcskék tündökölnek elszórtan. A szél a hajammal játszik a fenti, nyitott dekken, és én élvezem ezt a boldog, felszabadult érzést ezen az álomba illő tájon. Nagyon tetszik a látvány. A tipikus, prospektusokból-, reklámokból- és filmekből jól ismert, álomszép, szinte érintetlen, trópusi táj tárul elélem. Óceán, kis szigetek szinte rikítóan fehér homokos partokkal, pálmafákkal, zöld hegyekkel és dzsungellel. Sok sziget nagyrésze lakatlannak tűnik. Látni itt-ott bungalókat, de sehol sincs túlzottan beépítve a hely. Mindenhol a természet nyer. Csodálatos. Hányszor, de hányszor vágytam ilyen

helyekre életem során, és most tényleg itt vagyok... Mennyei érzés. Próbálok magamba szívni ezt a csodát.

[...]

Ennek megfelelően Justin érkezésemkor már a reptéren vár. Felvesszük a bérelt autót, és irány *Paihia* és a *Bay of Islands*. Az ország ezen régióját gyakran a „nemzet szülőhelyének” is nevezik, mivel ez adott otthont az első európai telepeseknek, valamint a waitangi szerződést is itt írták alá 1840-ben. Ma este már késő van ahhoz, hogy elérjük az úti célunkat, ezért valahol Auckland és *Paihia* között megszállunk majd, aztán holnap vezetünk tovább északabbra, *Paihiába*.

Egy nem mindennapi dolog történik velünk ma este, amely emlékezetes marad majd a számunkra Új-Zélandról. Képzeld, kedves Olvasó, úgy szállunk meg – egy ismeretlen – család házában – a tudtunkkal persze, – hogy nincs is ott senki. Pipáltál már ilyet? A kocsiból felhívjuk a panziót, avagy *B&B*-t, amely egy nagy családi ház egyik részében kialakított szálló, hogy lefoglaljunk ma estére kettőnknek egy szobát. A tulaj nagyon kedves a telefonban. Kiderül viszont, hogy nincsenek otthon egy pár napig, az egész család elutazott, és teljesen üres a panzió, senki sincs ott. Az új-zélandiak általánosságban véve nagyon becsületesek, megbízhatóak és szabálykövetők, és ezt feltételezik másokról is. Úgyhogy a tulaj felajánlja, hogy nyugodtan szálljunk meg így is a panziójukban. Nem számít, hogy senki sincs otthon. Megbeszéljük tehát a részleteket. Mondja, hogy a szomszédnál van kulcs, felhívja majd, hogy szóljon neki, és tőle átvehetjük, amint odaérünk. Menjünk be a házba, ha hideg van, gyűjtsünk be a kandallóba. Megmondja továbbá, hogy az emeleten melyik szobában szálljunk meg, aztán hogy reggelire a konyhában hol találjuk majd a hozzávalókat. Megbeszéljük azt is, hogy hol hagyjuk majd a pénzt a szállásért, valamint megkér minket, hogy amikor elindulunk majd reggel, hagyjuk a kulcsot újra a szomszédnál. Így is teszünk. Az egész, nagy házban csak mi vagyunk ma éjszakára. Jót alszunk a kényelmes és hangulatos panzióban. Reggel elkészülünk, és megreggelizünk. Ott hagyjuk a pénzt a megbeszélthelyen, a konyhaszekrényben, majd bepakoljuk a cuccainkat a kocsiba. Rendet hagyunk a házban magunk után. Bezárjuk magunk mögött a ház ajtaját, majd visszaadjuk a kulcsot a szomszédnak. Beülünk az autóba, és továbbindulunk az úti célunk felé. Számomra nagyon emlékezetes valakinek a házában, illetve panziójában aludni úgy, hogy soha nem is találkoztunk vele, és hogy megbízott bennünk ismeretlenül is, hogy vigyázunk majd a helyre, és

becsületesen ott hagyjuk majd a megbeszélte fizetséget is. Nekem ez nagyon szimpatikus. Bárcsak a világ nagyobb részén is ilyen jóindulatúan és becsületesen viselkedne minden ember, illetve bárcsak így működhetne a világ, és így történhetnének a dolgok! Az is nagyon tetszik még egyébként ebben a szép házban – egyéb dolgok mellett is, persze, – hogy az emeleten, a folyosón az egyik képen egy fekete-fehér tehén látszik oldalról, amelynek a fekete foltjai a világtérképet formálják. Mivel világ körüli úton vagyok, ez a kép pláne tetszik nekem. Na, ennyit erről a sztorinkról, amikor egy éjszakára teljesen a miénk volt egy új-zélandi ház.

[...]

Ez a sztorim azzal kezdődik, hogy amikor Anyu halála után visszatérek az irodába, Gibraltárra, már egyáltalán nem marad szabadságom az év végéig, azaz az elkövetkezendő több, mint hat hónapra. Én, aki mindig imádtam utazni, azzal motiválom magam ezen hónapok során, hogy kinyomtatok képeket, és azokkal veszem körbe magam a munkahelyen. Pont a szemem elé, a számítógép mellé egy San Francisco-ról készült képet teszek ki. Rengetegszer elképzelem, hogy abban az adott pillanatban épp ott vagyok, és azt a képet látom élőben. Ezt a kinyomtatott képet azóta is őrzöm egyébként.

Na, aztán a sztori következő pontjához ugorjunk előre az időben, 2009 nyarára. Ekkorra körülbelül két év telt el azóta, hogy kivettem azt a képet, és néhány hónapig az motivált. Ekkor már San Francisco-ban élek. Beköltözöm az új albérletembe, a North Beach nevű városrészben, a Green Street-en, a bárjairól és szórakozóhelyeiről közismert Grant&Green kereszteződéstől nem messze. Az új albérletemben töltött első estém elindulok sétálni, hogy egy picit felfedezem a környéket, ahol lakom. Egy szép, tipikusan itteni épületben van egyébként az albérletem, és nagyon tetszik a környék is. Az épület tetőteraszáról csodálatos kilátás nyílik az öbölre, a Golden Gate hídra, a várost környező hegyekre, az öbölben vitorlázó hajókra, a közeli parkban található templom tornyára, a nagyon közeli, *Coit tower* nevű kilátóra és a gyönyörű, dimbes-dombos város környező részeire.

Ezen az estén tehát elmegyek sétálni egy picit a környéken. A házból kilépve jobbra fordulok, és elindulok felfelé a Green Street-en, a meredek emelkedőn. Néhány saroknyira befordulok jobbra, a Montgomery Street-re, és azonnal eláll a lélegzetem: pontosan az a látvány tárul elém, amelyet az a kép ábrázol!!! Innen készült az a bizonyos kép. Egy szép, viktoriánus házakkal szegélyezett, lejtős utca tárul elém, jóval lentebb az ikonikus, *Transamerica Pyramid* nevű felhőkarcolóval, körülötte és

mögötte pedig a *Financial District*, azaz az üzleti negyed egyéb felhőkarcolóival. Alig hiszek a szememnek! Hihetetlen boldog pillanat ez. Nemcsak, hogy véletlenül és váratlanul megtaláltam azt a helyet, ahonnan az a fotó készült, hanem még ezt tetőzván, ebben az utcában lakom!!!

[...]

Az e-könyv itt vásárolható meg:

<https://www.smashwords.com/books/view/1084541>