

ÜNNEPI KÖNYVHÉT

2002

POLCZ ALAINE

"... - Emlékszem, ott álltál a székem mellett (...)
Valami játékbaba feje meg egy csomó piros
szemináriumi nyomtatvány lógott ki az
aktatáskádból. És valahogy olyan jó, vidéki szagod
volt. Csak azt nem tudtam elgondolni, hogy honnét a
csudából szerezted azt a kopott, férfi lódenkabátot.
Kétszer is belefértél volna. ..."

(Mészöly Miklós: Teréz krónikája)

Az ÉLET filozófiája

| | |
|-----------------|--|
| Név: | Polcz Elaine |
| Foglalkozás: | pszichológus, író |
| Születési hely: | Kolozsvár, Románia |
| Díjak: | Az Év Könyve Jutalom 1991; Déry Tibor-jutalom 1992. |

Művek:

Bábjáték és pszichológia, 1966; Az elveszett círmos, bábjátékok, ford. [Jablánczy Lászlóval], 1966; Aktív játékdiagnosztika és játékterápia, 1974; Orvosi pszichológia a gyakorlatban [Pertorini Rezsővel], 1976; A rend és a rendetlenség az emberi cselekvésben, 1987; A halál iskolája, 1989; Asszony a fronton, dokumentum-regény, 1991; Meghalok én is? A halál és a gyermek, 1993; Macskaregény, Pozsony, 1995; Éjjeli lámpa, esszék, Pécs, 1996; Főzzünk örömmel! 1998; Világjáték, 1999; Macskaregény, 2000; Leányregény, 2000; Az életed, Bíró Berta, 2000; Gyászban lenni, 2000; Élet és halál titkai. Mit mondjunk a gyerekeknek a halálról, 2001; Ideje a meghalásnak, 2001; Gyermek a halál kapujában, 2001;

"... Egyszer a pincében - ahol akkor már a krumpli tetején laktunk, a krumpli fogyott, mert ették az oroszok és ettük mi is -, nem tudom miért, föbe akartak lőni. Odaállítottak négyünket a fal mellé, Mamikát, engem, Minát (ki volt a negyedik?), és mondták, hogy föbe lőnek.

Az első golyó a falat találta mellettem, megfordultam és szembenevettem velük. Már mikor a falhoz állítottak, éreztem, hogy nem igaz, az a bizonyos hang, ami belül szól, mondta, hogy nem igaz. Amikor az első golyó a falat érte, biztosan tudtam már a fejemmel, az eszemmel is.

Nem lehet, hogy a fal előtt három méterrel egy orosz katona eltévesztette volna a célt - géppisztollyal. Annyira meglepődtek, amikor megfordultam és nevettem, hogy azonnal leengedték a fegyvert. Odajöttek, ütögették a hátamat és hahotáztak: bravó, bravó! Tetszett nekik. Hogy mi? az ő viccük, az én bátorságom, az én ráérzésem, az ő vadságuk, vagy az egész komédia? ..."

In: P.A.: Asszony a fronton. p.: 96-97.

"... Jékely Zsoli a lövések alatt ott állt a hátunk mögött, kitért karokkal, mozdulatlanul. Nem bátorságból állt, hanem a döbbenettől *nem tudott mozdulni.*

Indultunk tovább, a Moszkva tér másik sarkánál, ahol most egy illatszerbolt van, megálltunk, ismerősökkel találkoztunk, a Parlament térre akartunk menni tüntetni. Hogy ez pontosan aznap történt, amikor aztán este a különös események lezajlottak az Ágnesék lakásában, vagy máskor, ezt már nem tudom pontosan, de az biztos, hogy nem akartam menni. És könyörögtem Miklósnak, hogy ma ne menjünk, "rosszul érzem magamat". Menjünk haza. Mire közölte, hogy gyáva vagyok; nagy nehezen lebeszéltem. Ez volt a Parlament téri tömegmészárlásnak a délelőttije.

Akkor aznap - melyik nap? - késő délután Ágneséknél voltunk. Nem tudom, hogy hányadikán.

Ott akartunk aludni náluk, abban az időben ez természetes volt. Sokat voltunk együtt, és szorosan összetartoztunk. Ez olyan négyes volt, hogy mindenki mindeniket szerette. Ritkaság két házaspárnak ilyen meleg barátsága. Balázssal mi voltunk a szelídek, az engedékenyek, és Ágnes, Miklós a tigrisek, a nemes vadak, akiket mi néha borzadózva néztünk és próbáltunk szelídíteni, lágyítani, kisebb-nagyobb eredménnyel. Persze azért sok-sok szeretet volt bennük. (...)

Szóval fölmentünk a lakásukba, amelyik a Kékgolyó utca Vérmezőre néző sarokházában volt, harmadik vagy negyedik emeleten, végig üvegablakok, mindkét oldalra. (...) Itt megint elfogott a borzalom, a Balázs fejét láttam, a meztelen koponyacsontot, bőr nélkül. Mondtam, hogy rossz előérzetem van, azt nem, hogy halálfélelmem, méghozzá nem is magamra, hanem mindnyájunkra vonatkozó, inkább elkentem a kérdést. Valamelyiküknek a három közül annyit mondtam, hogy halálfélelmem van, talán Miklósnak.

De ezt csak magamra vonatkoztattam. Nem akartam kimondani, hogy mindnyájunkért, és főként hogy értük erősebb.

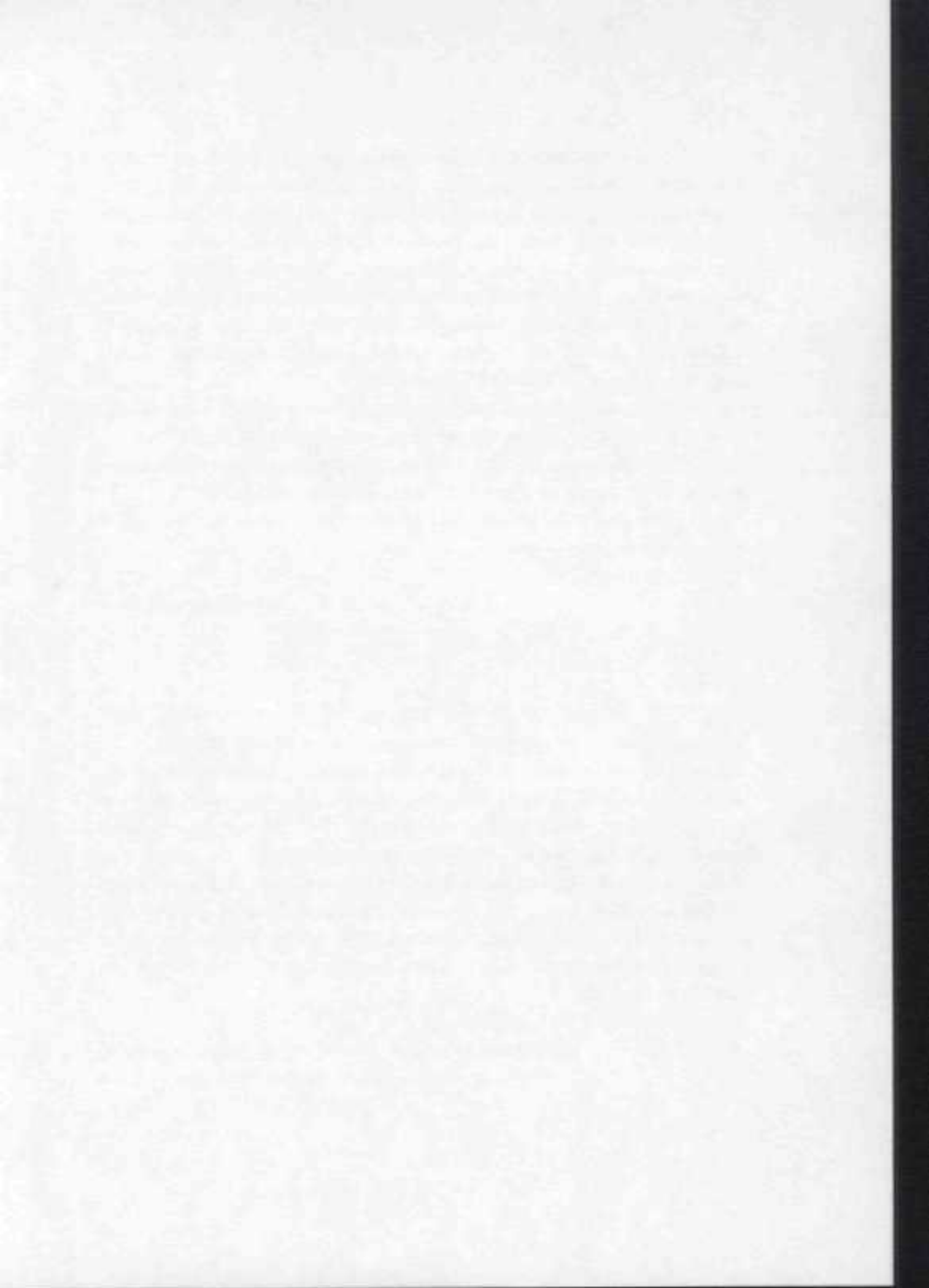
Amikor arra kértem Miklóst, hogy aznap már ne menjen ki a házból, megint nagyon kedvetlen lett, de megígérte.

Később azt láttuk, hogy barikádot építenek, elzárva a Krisztina felé vezető utat..."

*In: P.A.: Történet négyünkől
= Újhold - évkönyv 1991/2, 291. p.*

"... Lementünk együtt Szigligetre, és az asztalnál, ahol ültünk, engem úgy kezeltek, mint egy kis, kedves, butus nőt, és fölségesen mulattam, de Ágnes fellázadt, te, ez lehetetlen, hát ezek nem tudják, hogy te Mészöly Miklós felesége vagy, hogy te magad is irsz, hogy pszichológus vagy? Tényleg úgy bántak velem, mint egy olyan kis helyes háziasszonnyal, de nagyon jó volt. És akkor Ágnes mesélt rólam nekik, és éreztem, hogy megváltozott a hang, de micsoda marhaság! Mert valaki úgy fogadjon el, és elfogadtak, szerettek úgy, ahogy voltam, amilyen arcot mutattam nekik. És ne azért fogadjanak el, ami mögöttem van vagy nincs."

*In: " ... hogy van egy másik életem, arról kevesen tudtak"
: Polcz Alaine-nel beszélget Szabényi Cecília
= Beszélő, 1995. 19. sz. 36. p.*



A PADLIZSÁN filozófiája

"... Szerintem értenünk kell a padlizsánhoz. Minden állat, ha szült, minden madár, ha kiköltötte, eteti kölykét, fiókáját. Nekünk asszonyoknak meg kellene találnunk a módját, hogy igazában nők, asszonyok tudjunk lenni, meg alkotó emberek is. Egyszerre persze nem lehet két lovat megülni. De valahogy majd kitaláljuk azt a nyeret, és úgy lesz az a ló is nevelve ..."

*In: Gyászgyöngy és reggeli
= 168 óra, 1993. 19. sz. 27. p.*

Padlizsánkrém

A karsú padlizsánokat sütőben, mikrohullámú sütőben, grillezőben vagy éppen a tűzhely vasán jó puhára megsütöd. Romániában addig sütik parázson, amíg a héja el nem szenesedik, ettől finom, füstös íze lesz.

Ha a padlizsán puha, és a héja megkérgesedett, hideg vízben mártogatott kézzel, a száránál fogva lehúzod a bőrt. Deszkán, vagy ahogy Erdélyben nevezik: "lapítón" fa- vagy műanyagkéssel addig vagdalod, míg pépszerű lesz. Jőcskán adj hozzá olajat, és keverd habosra! (Robotgéppel is lehet, de előbb össze kell vagdalni, mert a rostok feltekerednek a keverőre.) Minél pépesebb, és minél tovább kevered, annál fehérebb lesz. Két-három padlizsán egy-másfél dl olajat is felvesz. Apróra vágott hagymával, fokhagymával, sóval, borssal és egy kis citromlével izesítve, paradicsomszeletekkel körberakva tálald! Tubusos majonézt is tehetsz bele olaj helyett, ez megdrágítja, de nem lesz olyan nehéz. Van, aki mustárral savanyítja. Kenőkének, mártogatónak, salátának kínáld barna kenyérral, piritóssal. A románok csak olajjal keverik ki. Úgy is nagyon jó, tiszta íz.

In: P.A.: Főzzünk örömmel! 122. p.

A MOSOGATÁS EREDETE

Mikor az Isten megteremtette Ádámot és Évát nagyon lusta volt. Nem akart mosogatni.

Ádám elment az Istenhez. Azt mondta: "Istenem, vedd el tőlem Évát, nem akar mosogatni! Azt mondja, hogy én mosogassak, pedig az az asszonyoknak dukál."

Az Isten így válaszolt: "Jól van, Ádám, elveszem három napra."

Ádám magára maradt. Hosszú volt a három nap, nem bírta az egyedüllétet. Elment a Jóistenhez, és azt mondta: "Uram, teremtőm, add vissza nekem Évát!"

Mire az Isten: "Hát mért jöttél, hogy vegyem el tőled Évát, most meg kéred vissza?"

"Uram, teremtőm, se vele, se nélküle" - válaszolta Ádám.

"Jól van, visszaadom, de többet énhozzám panaszra ne gyere" - felelte az Isten.

El is voltak békességben egy hétig. Egy hét után újból összevesztek a mosogatáson. Ádám nem mert a Úristenhez menni panaszra. Megegyeztek Évával, hogy nem szólnak egymáshoz, s kettejük közül az fog mosogatni, amelyikük először megszólal.

Nem szóltak egymáshoz. Ádám hanyatt feküdt, nagy lapulevelet terített magára. Mellette ült Éva, a másik oldalon meg a macska. Csend volt. Egyszer csak Éva látja, hogy a lapulevél megmozdul fölfelé egy kicsit. Később megint megmozdul a lapulevél fölfelé, s a macska ugrani készült. Éva hol a macskára nézett, hol Ádámra, hol a lapulevéltre.

Harmadszorra a lapulevél nagyon felemelkedett. A macska megmozdult, ugrani készült. Éva rászólt, hogy sicc. Ádám megszólalt: "Te fogsz mosogatni!"

Azóta az asszonynak kell mosogatni.

A REND filozófiája

"... A rend-rendetlenség tudatosabbá tételéhez, ahhoz, hogy jobban tudjunk élni, úgy látszik, fel kell ismernünk, hogy mit kaptunk mi magunk. Hogy mi az, amit mi adunk tovább; mit szeretnénk mi megvalósítani; mit teszünk másokkal, és mit tesznek mások velünk. És hogy mindez miért történik..."

200. p.

"... Ha valamilyen nagyobb egységben, intézményben, szervezetben a rend lényegi és formai része nincs összehangolva, például formai rend van, de az összefüggés a rend lényegi részével nem funkcióhordozó, esetleges vagy éppen ellentmondó - ott nehéz a rendet megtartani. Vagy az előírt, kívánt rend bomlik meg, és kialakul a részek vagy az egész egység rendetlensége, vagy túl nagy energiavesztéssel, kevés eredménnyel tudják elérni a benne élők a kívánt eredményt a látszólagos rend fenntartásával. (...)

A merev és öncélú formai rend (lásd korábban) rossz rend; s mint ilyen, lényegi rendetlenség, mivel nehéz alkalmazkodni hozzá, és könnyen vált ki nyílt vagy rejtett, tudatos, nem tudatos ellenállást, agressziót. Mivel ez kényszerforma a benne élőknek, igyekeznek kijátszani, menekülni belőle vagy megadóan elfogadni.

Erős autonóm személyiségek radikális átszervezéssel vagy a rendet előírók befolyásolásával próbálják elérni az ilyen rossz rend, merev struktúra, illetve rendetlen részstruktúra megváltoztatását.

Akik a munkát vagy az adott célt és intézményt szeretik, de gyengébbek, elfogadják, bár kudarcérzéssel küszködve élnek *ilyen körülmények között, esetleg elmenekülnek.*

Mások az adott tevékenységet és célt eleve mellékesnek tartják, s ennek megfelelően nemtörődőséggel, a feladatok és a munka elhárításával igyekeznek védekezni. Gyengébb, sérülékenyebb személyiségek fáradékonysággal, ideges tünetek sorával reagálhatnak.

A rossz struktúrából kialakult rendetlenség - néhány rendetlen típusú személyiséget kivéve - az emberek nagy többségére zavaróan hat. Mivel igen nehéz a rendetlenségben tájékozódni és általában célkitűzéseket, eredményeket elérni, hamar lép fel ingerültség, ingerlékenység, türelmetlenség, gyors kifáradás, majd talajvesztettség. Gyakori a vádaskodás, aminek itt az a lényege, hogy a hiba okozóját valaki másban keressük - vagy önmagunkban. ..."

p.: 108-109.

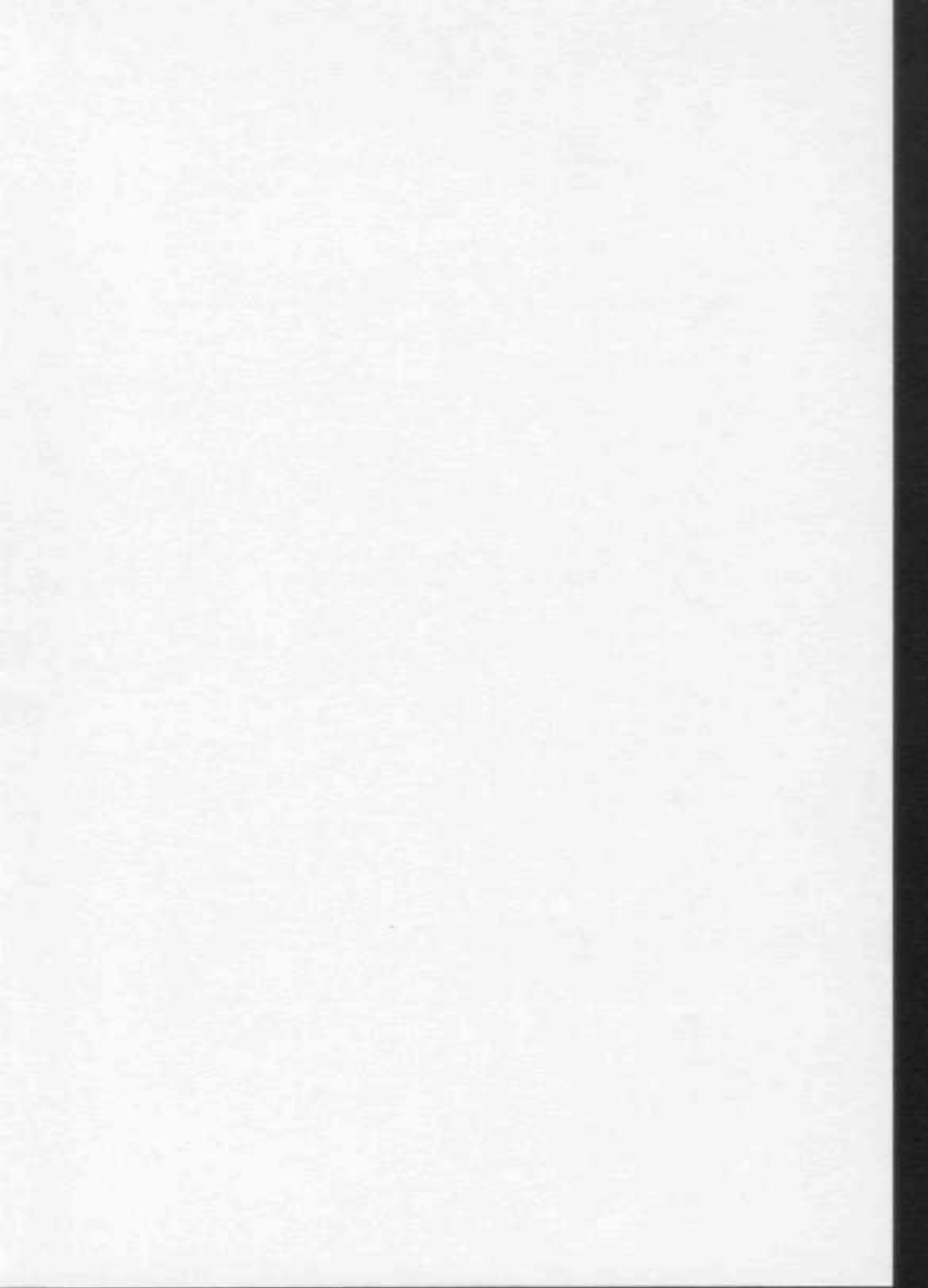
"... Az igazi és a jó rend: a formai és lényegi rend természetes, görcsmentes egyensúlya. Ez volna az ideális, a jó cél. Ilyen rendben könnyű élni és dolgozni, jó eredményeket így lehet elérni. Csupán nehéz megvalósítani. Egyrészt mert a cél pontos és megfelelő ismeretében fel kell ismerni a célt szolgáló lényeges tényezőket, és azokat az ún. jó formával összhangba kell hozni - meg kell valósítani. ..."

p.: 109-110.

(...) " arra a következtetésre jutottunk, hogy az emberek többségének sajátos rendje van, tehát nem csupán alkalmi, rögtönzött vagy elmosódó; sőt rendképlettel, sajátos rendstruktúrával rendelkezik, ami összefügg ösztöni, érzelmi, akarati, intellektuális életével, alkati adottságaival, szerzett tapasztalataival, s ha ezt a sajátos rendet és rendképletet idegen rend keresztezi, az különböző módon, de befolyásolja a saját rendet, másfelől önmagán belül is változik, megzavarodik, kialakul vagy átalakul az ember rendje, és mindez hat a környezetében élők rendjére. Innen adódik a rend-rendetlenség küzdelem környezetünkkel és önmagunkkal. ..."

p.: 110-111.

In: P.A.: A rend és a rendetlenség jelensége az emberi cselekvésben Bp.: Kozmosz Könyvek, 1987.



A LÉLEK filozófiája

*Én Istenem, te szép, híves patak,
Hová futottál, szökdeltél előlem?
Hol csillapítsam buzgó szomjamat?
És, hogy bocsássak meg neked eltűnőben?
(Nemes Nagy Ágnes: Patak)*

(...) " - Arról van szó, hogy kiszakítottuk a születést és a halált a maga természetes és igazi környezetéből. És ezért mindkettő félelmissé vált. Hogy ilyen lett ez a generáció, annak az az oka, hogy az anya még hálás is, hogy gyermeke gondozását idegen kezek leveszik a válláról. A gyereket elszakítják az anyától, a melegségtől, az otthontól, a kórház ritmusa szerint szoptatják, s ez szörnyű, hiszen az egyik gyerek gyorsabban emészt, a másik lassabban. A méhből való kiszakadás maga is trauma, átjutni a szülőcsatornán nem olyan könnyű, "páros kint", szenved az anya és gyermek egyaránt. Utána, amikor egymásra találhatnak, az anya testének melege, légzése, szívdobogása, a szagok, a simogatások helyett idegen kezek mosdatják, majd elviszik. Az orvostudomány a higiénia nevében a szülést és a halált elidegenítette az embertől és az élettől. Kísérletek bizonyítják, hogy az üveghoxokban tartott csecsemőknél a halandóság sokkal nagyobb, mint a börtönben születetteknél, mert ott az anya mellett maradnak. Nem a higiénia érdekli a csecsemőt; az anyára van szüksége. Meg kellene találnunk a közéletet. Ha másként születünk, másként fogunk meghalni.

In: Élni tudni, halni tudni: Beszélgetés dr. Polcz Alaine thanatológussal ≈ Magyar Szemle, 1993. 11. sz. 1162. p.

" ... A háborúban másokhoz hasonlóan sok halált, sok szenvedést láttam. Akkor ismertem fel, hogy nem mindegy, hogyan hal meg valaki, de a környezetének és a családjának sem közömbös. A túlélők helyzetét nehezítem vagy könnyítem azzal, ha tudom, hogyan zajlik le egy halál. Amíg a társadalom nem viszonyul másként a halál kérdéseihez, addig az élet kérdéseit is rosszul oldjuk meg..."

" ... Az emberhez méltó halál az, ha a haldokló azt mondja, hogy fél, mert meghal, akkor nem azt válaszolom, hogy ugyan már, ne beszélj ilyet, hanem ha megkérdem, hogy miből gondolja, hogy meghal. S ha mégis ..., akkor mire vágyik? ..."

" ... Egyszerűbben: más az életünk, ha tudjuk, hogy halandók vagyunk. Szókratész azt mondja, hogy filozofálni nem más, mint halni tanulni. Halni tudni pedig nem más, mint élni tudni. ..."

In: A személyiség a halálig fejlődik: Polcz Elaine pszichológus a rációról, az érzelmekről és a félelemről / Pogonyi Lajos = Népszabadság, 1993. 30. sz. 16. p.

"... Magyarországon dr. Polcz Elaine pszichológus kezdeményezésére, 1991 tavaszán létesült a Magyar Hospice Alapítvány, amelynek célja: "a haldokló betegek szeretetteljes testi-lelki gondozása, segítségnyújtás és tanácsadás a családtagoknak". ..."

In: A haldoklók gondozása / Hegedűs Katalin = Valóság, 1993/8. 107. p.

AJÁNLÓ JEGYZÉK

A pontos történet / Alexa Károly = Hitel, 1991. 14. sz. 62.p.

Az élet förtelme és szépsége / Balassa Péter = Jelenkor, 1991.
10.sz p.: 859-861.

Benne vagyunk a körforgásban / Bence Erika = Üzenet, 1996. 11-
12. sz. p.: 898-900.

Asszony a fronton / Földes Anna = Kritika, 1992. 2. sz. p.: 41-42.

Ars moriendi / Jász Attila = Új Forrás, 1991. 12. sz. p.: 51-54.

Két méltatás Polcz Alaine szlovákul megjelent könyvéről / Jana
Juránová = Kalligram, 1997. 1.sz. p.: 97-100.

Fejezet az életből / Károlyi Csaba = Magyar Napló, 1991. 3.sz.
36.p.

Polcz Alaine magánfreskója / Mohai V. Lajos = Jelenkor, 1992.
4.sz. p.: 382-384.

Négyen – 1956-ban / Nemes Nagy Ágnes = Újhold – évkönyv,
1991/2. p.: 299-304.

Egy jó kis háború – ellenpont / Orbán Ottó = Kortárs, 1991. 8.
sz. p.: 19-21.

A személyiség a halálig fejlődik / Polcz Alaine pszichológus a
rációról, az érzelmekről és a félelemlről = Népszabadság, 1993.
30. sz. 16.p.

Önéletrajzom / Polcz Alaine = Mérleg, 1995. 1. sz. p.: 88-95.

Történet négyünkéről / Polcz Alaine = Újhold – évkönyv, 1991/2.
p.: 289-298.

„...hogy van egy másik életem, arról kevesen tudtak” / Ríporter
Szabényi Cecília = Beszélő, 1995. 19. sz. p.: 33-36.

A nagy sikoly / Radnóti Sándor = Holmi, 1991. 10. sz. p.: 1369-
1372.

Védett sziget / Sándor Zsuzsanna = 168 Óra, 2001. 38. sz. p.: 36-
38.

A szépség alakváltozásai / Tóth Csaba = Alföld, 1997. 1. sz. p.:
68-70.

Pokoli tornák / Vathy Zsuzsa = Kortárs, 1991. 7. sz. p.: 110-111.



Készült



AZ **OLVASÁS** ÉVE

jegyében

Támogatja:



NEMZETI KULTURÁLIS ÖRÖKSÉG
MINISZTERIUMA