

Megálló-idő

Bíró Éva

PUBLICISZTIKA

Olykor egy villamosmegállóban eltöltött néhány perc is elég ahhoz, hogy észrevegyük, mennyit vesztettünk el a rohanásban. Egy beszélgetés egy időszakkal, egy félretett telefon, egy meg nem szakított mondat is tud emlékeztetni arra, hogy a nevelés, a figyelem és az együttlét nem módszer, hanem jelenlét kérdése. Írok a lassulásról, a generációk közti hallgatóságos tudásról és arról, hogyan válhat egy hétköznapi találkozás belső fordulóponttá.

Sokszor mondjuk, hogy az élet nem hangos törésekben változik meg, hanem apró mozzanatokban, amikor már nem nézünk egymás szemébe, amikor nincs idő végighallgatni egy történetet, amikor a nevelésből lassan eltűnik a jelenlét és vele együtt az önfeledt kacagás is.

Nemrég egy villamosmegállóiban beszélgetés indított el bennem gondolatokat a felgyorsult világról, a generációk tapasztalatáról és arról a mindennapi felelősségről, amely sokunkban felmerül, mégis legyintve megyünk tovább, anélkül hogy igazán meghallgatnánk azt, ami nekünk is szól.

Azoknak, akik egy-két generációval előttünk járnak, még úgy tanították, az élet kötelesség. Máig visszhangza-

nak bennem apám szavai, amikor azt mondta, mindent tisztességgel kell elvégezni, amit rád bízunk; így lehet kivívni mások tiszteletét, és így lehet megőrizni a becsületet, amelyet soha nem szabad eljátszani.

Ő úgy hitte, az élet nem kérdésekből, kifogásokból és állandó újragondolásból áll, hanem vállalásból, egymás után ellátandó feladatokból, felelősségből a kimondott szóért, a tettekért – és olykor a hallgatásért is. Ebben a rendben ott volt a jóérzés, mint halk jutalom, ha mindent megtettél, este nyugodtan hajthattad párnára a fejed.

Nem mondom, hogy mindez mára eltűnt volna. De ha az ember végigmegy az utcán, és belenéz a telefonok képernyőjébe bújó arcokba, felfedez valami mást is, a magányt, az állandó feszültséget, a szemek mögött megbúvó idegességet.

Mintha folyamatos késésben lennénk, rohannánk valami elől vagy valami felé, ami talán soha nem érkezik meg. Mindig dolga van mindenkinek. Egy olyan világba csöppentünk, ahol sokan az online térben próbálják bizonyítani, milyen jól élnek.

Talán ezért sem olyan ma már a nevelés, mint amilyen egykor volt. Belecsúszik némi hazugság, megjárt szerep, megfelelési kényszer, amit a világ diktál.

Pedig ha hisszük – és hisszük –, hogy a szeretet az otthonokban lakik, akkor tudjuk, onnan indul minden. Ott villan fel először a csodálkozás apró szikrája, ott ereszt gyökeret a biztonságos jóézés, az értékrend, az idő tisztelete, egymás megbecsülése, az étellel való megelégedettség és a hála.

Bármerre néz az ember, ugyanazt hallja, nincs idő. Stressz van és rohanás, amelyben nincs tér következetesen jelen lenni. Nincs idő egymás vállalnak dőlve felolvasni, csendben figyelni a játszó gyereket, ahogy egyszerűen létezik. Nem jut idő elmosolyodni a bakelitmez sercegésén, kívánni, míg megérik a kovászos kenyér. Gyakran kidobjuk, ahelyett hogy megvárnánk a ruhán szétpattant varrást, mert ahhoz türelem és idő kell. Kevesebbszer ülünk le egymással szemben megenni a közösen készített vacsorát; inkább rendelünk, és sokszor még arra sincs erőnk, hogy végighallgassuk a másikat.

Arról már nem is beszélve, hogy rég nem emelünk kalapot az utcán, és ritkán köszönünk, miközben bevásárlókocsit tolunk magunk előtt. A fiatalokra pedig sokan azt mondják, nincs bennük tisztelet, miközben talán nem is az hiányzik, hanem valójában a felnőtt hiányzik mellőlük, aki a nevelő, maga a szeretetteljes jelenlét.

Egy villamosmegállóban állok. Várok valakire.

Itt mindig huzat van, az ember ösztönösen összehúzza magát, miközben a kijelzőn villogó perceket figyeli, mintha azok személyesen neki szólnának. Félszeggel a sín felé, fél kézzel a zsebemben lapuló telefonom jelzéseit figyelem, amikor az idős nő megszólít.

– Leülne? – kérdezi, és arrébb húzódik a padon.

Meglep. Ritkán kínálnak helyet azok, akiknek inkább járna. Leülök. Ő közben leveszi a szemüvegét, gondosan beteszi a táskájába, majd a telefonját is elrakja, mintha ezzel jelezne, csakis rám figyel.

– Így jobb beszélgetni – mondja. – Ha az ember nem néz máshová.

Mosolyog, olyan nyugalommal, amit manapság ritkán látni idegen arcokon.

– Tudja, engem úgy tanítottak, hogy a szemébe nézzek annak, akivel beszélgetek. Az unokám ezt nem szerette. Amikor ezt megjegyeztem neki, folyton azt állította, túl szigorú vagyok, mert a mai ember egyszerre tud figyelni másokra és a telefonjában is jelen lenni.

Egy pillanatra elhallgat, maga elé néz.

– Én csak azt láttam – folytatja halkán –, hogy ilyenkor félszeggel válaszolt, és közben legtöbbször a felét hallotta annak, amit mondtam neki.

Aztán vállat von, mintha részben mentegetné mind magát, mind a világot.

– Jó ez a telefon, félre ne értse. Sok mindent tud, én is onnan gyűjtöm az információkat, mióta kevesebb a nyomtatott újság. De az is igaz, megésszi az életünket. Állandóan másokat figyelünk rajta, miközben a mellettünk ülőt alig látjuk – elneveti magát.

– Pedig egy embert megismerni úgy igazán, higgye el, ahhoz néha egy élet is kevés.

Ösztönösen a zsebembe csúsztatom a saját készülékemet.

– Való igaz! – mondom. – Ad, és legalább annyit elvesz a telefon... – fűzöm hozzá.



Treier Erzsébet alkotása

– Ma már itt is udvarolnak – folytatja. – Itt küldenek virágot. A szomszédasszony fia esténként annyit írogatott, hogy végül elvált. Pedig minden este ugyanabba az ágyba fektült le a feleségével. Ott volt mellette, mégsem volt jelen.

A hangja elkomorul, miközben egy zsebkendőt vesz elő. Olyan igazit, ami hófehér, és finom hímzés fut rajta.

– A férjemtől kaptam, ott a monogramja. Ez annak idején még az udvarlás része volt – teszi hozzá, mintha ezt csak mellékesen jegyezné meg.

– Ötvenkét éve kaptam tőle, azóta is magamnál hordom.

Egy pillanatig a kendőt nézi, aztán folytatja:

– Az emberek manapság a telefonban élnek. Szinte mindenki azt bújja mindenhol. Néha én is. Ott keresünk közösséget, nem a házban. Meg elutaznak messzire, hogy lássák a világot, közben meg már belül kiégtek, és csak posztolnak. Haza meg a munkába is rendelik a sok kínai, spanyol és olasz ételt, s már nem is tudnak igazi jó magyarost főzni.

Hatalmasat sóhajt, majd a kijelzőre néz.

– Mindjárt jön az unokám. Az egyik szülő így neveli, a másik úgy, a mostoha amúgy. Én meg csak mesélek neki. Elmondom, mi a papával hogyan csináltuk, miközben soha nem oktatom ki. Csak mesélek neki, mert rájöttem, hogy szereti, és máshonnan ezt nem

kapja meg. Olyankor még némára is állítja a kütyűjét. Palacsintát sütünk, és sokszor könnyek között nevetünk.

Megérkezik, akire várok. Maradnék, mert szeretek figyelni, hallgatni, idegenektől tanulni, de most be kell érnem ennyivel. Ezzel a néhány perccel, amely észrevétlenül rendet rak bennem.

Hazafelé elhatározom: napi félórára korlátozom a telefonom használatát, a közösségi oldalakat is beleértve.

Azt hittem, jól csinálom – motyogom magamban, amikor meglátom, mennyi időt töltöttem eddig képernyő előtt a munkán kívül. El is szégyeltem magam.

Elém vetül a kép, hányszor szólít meg a lányom, és áll meg előttem egyik vagy másik fiam, én pedig éppen azt teszem, amit a néni unokája tett, félmondattal, félfigyelemmel válaszolok, anélkül, hogy felemleném a tekintetem. Pedig a jelenlét egész embert kíván.

Nem oldok meg semmit, ha vádaskodom és nem változtatok – fogalmazódik meg bennem.

Eltelt több, mint négy hét a villamosmegálló találkozói óta, és érzékelem a pozitív változásokat. Több időm marad a belső világomra, a cserepes virágokra, magyaros ételek főzésére, imára, sétára, fényképezésre, jógára, olvasásra – olyan dolgokra, amelyekről már elfelejtettem, mennyire jót tesznek a testemnek és a lelkemnek. Egyensúlyba kerültem!

Mintha az óra kattogása is lelassult volna a nappaliban.

Talán más is vágyik hasonló feloldásra, a telefon zajos világának korlátozására. Arra, hogy abból, amit elmulasztottunk, még visszakapjunk valamit. Sárkányeregetést, társasjátékos délutánt, biciklizést, beszélgetést azokkal, akik a legfontosabbak, jelenlétet.

Az időt nem lehet megállítani.
De le tudunk lassulni benne.

BÍRÓ ÉVA (Nagyvárad, 1979) a kilencvenes években kezdte pályafutását rádiós szerkesztőként-műsorvezetőként, majd a televíziózásban is jelentős tapasztalatot szerzett, később ismét visszatért a rádiózás világába. Néhány éve daganatos megbetegedése miatt háttérbe szorult médiatevékenysége, ugyanakkor azóta elkötelezett bloggerként van jelen a közösségi oldalain. 2025-ben megalapította az *Angyalmorzsza* nevű, daganatos betegeket és hozzátartozóikat támogató nagyváradi közösségi csoportot.