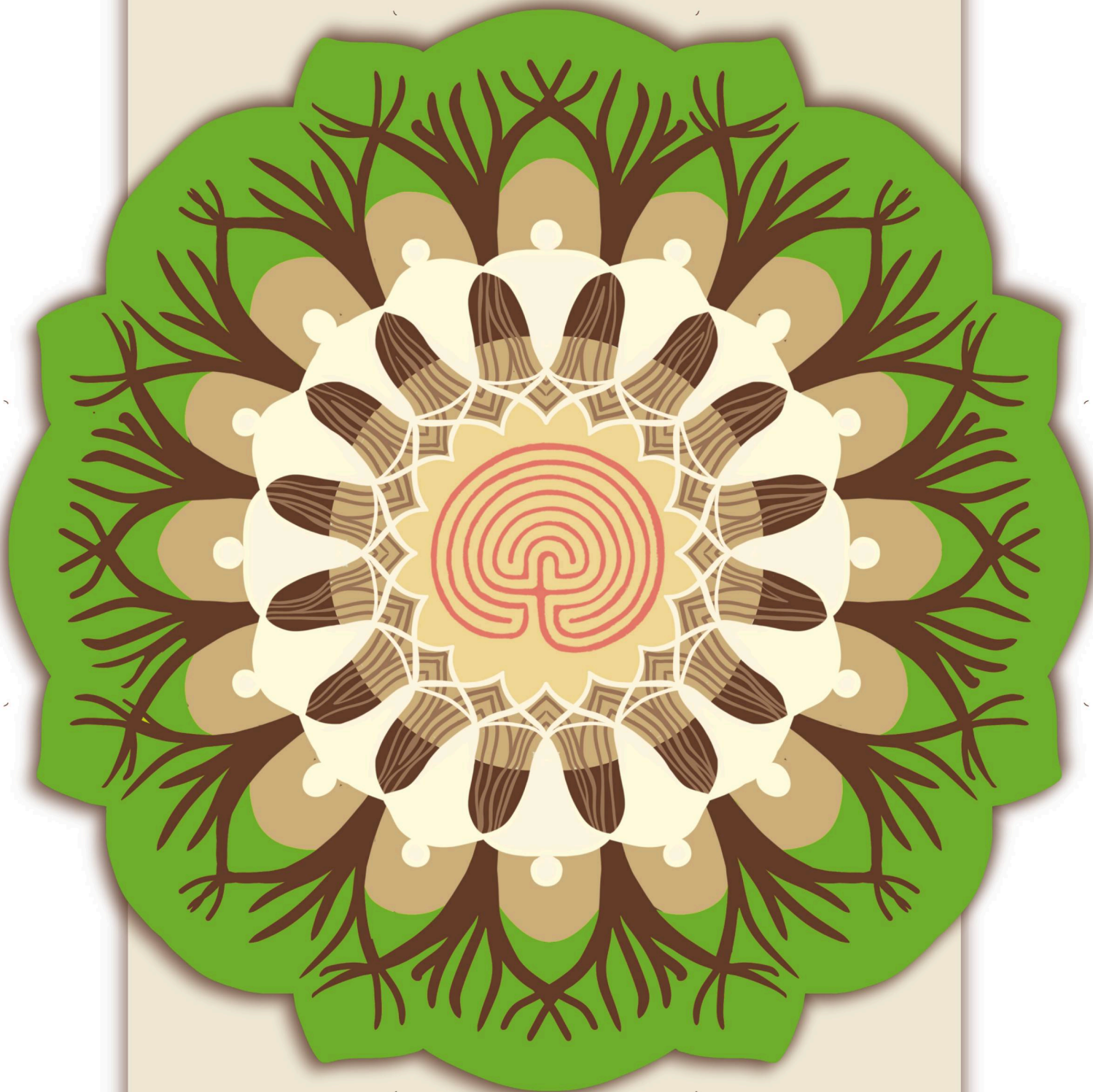




Az Európai Unió  
támogatásával

# EGYÉNI UTAK, KÖZÖS CÉLOK

Kisebbségek Közösségben





KISEBBSÉGEK  
KÖZÖSSÉGBEN

## *EGYÉNI UTAK, KÖZÖS CÉLOK*

Az Európai Unió által finanszírozott projekt

Erasmus + program



Erasmus+

Résztevő szervezetek



# TARTALOMJEGYZÉK

BEVEZETŐ	4
PARTNERSZERVEZETEK	7
1. KÖZÖSSÉGEM TÖRTÉNETE	10
2. KÖZÖSEN	16
3. MENTSVÁR	21
4. TALÁLKOZÁSOK	27
5. KÜZDELEM ÉS EGYENSÚLY	31
6. KÖZÖS(S)ÉG ALATT	39
7. KÖZÖS(S)ÉG ALATT A FÉNYBEN	45
8. EGYÜTT EGYMÁSÉRT	49
9. AMI KINT, AZ BENT...	54
10. VÁGYOTT ÚT	60
11. FELNEVELEM MAGAM	64
12. KÖZÖS ÜGYBŐL KÖZÖSSÉG	67
13. HOGYAN LEGYEK JÓL EGY KÖZÖSSÉGBEN?	75
14. A KEZDET KIHÍVÁSA	84
15. EGYÜTT ÉPÍTETT LABIRINTUSOK	89

16. KAPCSOLÓDÁSOK	92
17. KÖZÖSSÉGEZDI A GYAKORLATBAN	96
18. EGYÜTT KÖNNYEBB	100
19. EGYÜTT EGYMÁSÉRT	104
20. VALAMI ALAKUL	110
21. KÖLTÖZZÜNK ÖSSZE,	120
22. KÖZÖS LÓ	130
23. 11-11 KAPU A KÖZÖSSÉGEMHEZ	136
24. WALDORF ISKOLAKEZDEMÉNYEZÉS	146
25. EGY BEVÁSÁRLÓKÖZÖSSÉG	158
26. MŰKEDVELŐ, AMATŐR SZÍNJÁTSZÓ TÁRSULAT KÖZÖSSÉGE	167
27. MELÓS ÖNSEGÍTŐK	177
28. ENYVES	184
29. ÜGYBŐL KÖZÖSSÉG	189
30. HOGYAN LEHET FELISMERNI EGY VALÓDI KÖZÖSSÉGET	197
31. ALAPVETŐ SZÜKSÉGLETEM A KÖZÖSSÉG	200

"Az Európai Unió által finanszírozott." A kifejtett nézetek és vélemények azonban kizárólag a szerző(k) véleményét tükrözik, és nem feltétlenül tükrözik az Európai Unió vagy [az engedélyező hatóság neve] nézeteit. Sem az Európai Unió, sem az engedélyező hatóság nem tehető felelőssé értük.

# BEVEZETŐ

A Kisebbségek közösségben az Európai Unió által finanszírozott projekt, mely Magyarországon, Szlovákiában és Szerbiában élő magyar nemzetiségű embereknek segített a közösségépítésben megtalálni a saját útjukat.

A pályázati támogatással intenzív képzéseket hoztunk létre, amelyek által a résztvevők megtapasztalhatták a közösségen belül létrejövő-, és saját magukban végbemenő folyamatokat, változásokat, s ezáltal tapasztalati tanulás útján érkezett meg hozzájuk a tudás. Korábbi projektünkben is ezt a módszert választottuk, és a visszajelzések alapján a képzés

*“life changing experiance”*

Projektünkkel olyan felnőtt embereket szólítottunk meg, akik rájöttek arra, hogy nem akarnak modern rabszolgaként élni, akiknek fontos az önfejlesztés, önismeret, társadalmi felelősségvállalás. Akik életük azon szakaszában vannak, amikor transzcendens kérdéseket tesznek fel maguknak

*Mi végre vagyunk a földön? Ki vagyok én?*

*Mi a szívem vágya? Hogyan lehetek boldog?*

Az életközépi válságban lévő férfiak és nők a célcsoportunk, akik már nem azt keresik, hogyan lehetne még több pénzük, még több anyagi javuk, hanem a lelki világuk által fontosnak tartott értékeket keresik. Ezek a

*megértés, elfogadás, tiszta kommunikáció,*

*játszmamentesség, fenntartható életmód, közösségi lét.*

Projektünk fő mozgatórugója az a társadalmi változás, amelyben az emberek elmagányosodnak, tehetetlennek érzik magukat a változtatásra. Azokat szeretnénk megszólítani, akiknek a jelenlegi rendszer nem tetszik, de hajlandóak, és képesek változtatni, felelősséget vállalni még akkor is, ha ez az eddigi életük, és önmaguk megváltozásával is jár. A

*kisközösségekben*

az emberek megtalálhatják, mi lelkesíti őket, fejlődhetnek emberileg és szakmailag is,

*tanulhatnak egymástól és egymásról, önmagukról.*

Olyan támogató közegben lehetnek, amely bármilyen veszteség, vagy tragédia esetén is megtartja őket.

*A hasonló értékrendű, gondolkodású, egymással  
együttérző és megértő emberek csoportja olyan bástya  
nehéz időkben, amely megvédi a tagjait.*

Az együttműködő szervezetek közt van sok tapasztalattal rendelkező szervezet, illetve kevés tapasztalattal rendelkező szervezet is. Ezen szervezetek együttműködésével létrejön egy mentorprogram, amelyben a szervezetek egymástól tanulnak, leginkább a projektmenedzsment területén.

A kiadott e-book által a nagyközönségnek szeretnénk bemutatni jó gyakorlatokat, megvalósítható közösségi kezdeményezéseket. Ezeket a megosztásokat olvashatják a következő oldalakon.

# PARTNERSZERVEZETEK



## KompAkt Slovakia

A KompAkt Slovakia célja a környezetvédelem, fenntartható fejlődés, felelősségteljes fogyasztás, komposztálás, hulladékszelektálás és újrahasznosítás, hulladékmentességre való törekvés, egészséges életmód, permakultúra - környezettudatosság az élet minden területén.

Ezen alapelvek mentén szeretnénk létrehozni aktív közösségeket, a következő eszközökkel:

- közösségi kertek létrehozása a permakultúra és fenntarthatóság elvei szerint,
- előadások, tanfolyamok lebonyolítása a széles közönség és iskolák részére is,
- tanácsadás egyének, cégek, szervezetek, önkormányzatok részére.

Felvidéki magyar szervezetként kulcsfontosságúnak tartjuk az anyanyelvi képzések megvalósulását. A kisebbségben élő magyarok hosszú távú fennmaradása a közösségek létrehozásával és megerősítéssel lehet sikeres.

Helyi közösségekkel dolgozunk, így kapcsolatban vagyunk helyi kezdeményezésekkel, ahol egyre több helyen megjelenik az igény a közösségfejlesztésre. Tapasztalatainkkal hozzá tudunk járulni a kisközösségi működés minél szélesebb körű megismeréséhez, folyamatainak értelmezéséhez.



## Szatyor Egyesület

A Szatyor Egyesület 2011-ben alakult, székhelye Etyek, Magyarország. Célunk, hogy felhívjuk a figyelmet a fenntartható életmód és a tudatos fogyasztás pozitív környezeti hatásaira. Elősegítjük az ökológiai szemléletet az oktatás, a projekt- és rendezvényszervezés megvalósítása, a társadalmi vállalkozói tevékenység területén.



Teret kívánunk teremteni a társadalmi-ökológiai ismeretek, tapasztalatok és jó gyakorlatok megosztására fenntarthatósággal kapcsolatos ismeretekkel. Alternatív zöld szervezetként célunk, hogy szemléletes példát mutassunk arra, hogy a tudatos viselkedés, az egészséges életmód, a biotermelés és a tisztességes gazdaság beépíthető a mindennapjainkba.

Különböző tevékenységeket valósítunk meg: nem formális oktatás fiatalok és felnőttek számára, nemzeti és nemzetközi együttműködés, csapat- és hosszú távú önkéntesek fogadása és kiküldése, hálózatépítés és határokon átnyúló együttműködés.

A Szatyor Egyesület elsősorban fiatal felnőttekkel dolgozik képzések és ifjúsági csereprogramok formájában. A Szatyor Egyesület rendelkezik küldő, fogadó és koordináló ESC minőségi tanúsítvánnyal. 8 éve fogad és készít fel fiatalokat külföldi hosszú távú önkéntességre.

# Vajdasági Waldorf Közösség

A Vajdasági Waldorf Közösség céljai:

- lehetőséget adhasson az alternatív oktatásra
- informális képzések megszervezése
- kis közösségek létrejöttének segítése
- hazai és határon átnyúló együttműködés a kultúra, az oktatás és a fejlesztés területén
- egyéni, csoportos konzultációk, workshopok szervezése, lebonyolítása.



A jövő közösségeinek szeretnénk segítséget nyújtani, hogyan tudják a közös értékeket, célokat megtalálni amivel hosszútávú közösségi életet tudnak majd élni. A saját tapasztalatunkat, tanulmányainkat a közösség megalakulásáról, működéséről megosztjuk más érdeklődőkkel.

A szervezetünkben megtalálhatóak a szülők akik tennének gyermekeik jövőjéért, pedagógusok aki szeretnék alternatív módszerekkel gyermekekkel foglalkozni, és a motivált fiatalok akiknek fontosak ezek a célok és szeretnék tenni is érte.

# 1. KÖZÖSSÉGEM TÖRTÉNETE

## Elindulás a közösség útján

2023. nyarán a Gyüttment Fesztiválon találkozott a 4 alapító tag egymással, elkezdtek beszélgetni, ismerkedni, kialakult egy erős bizalom egymás iránt.

“Hasonló emberek hasonló elképzelésekkel, célokkal” innen indult a közösséggé válás ötlete. Igen ám, de hogyan kezdjük neki?

Sok beszélgetés eredményeként a 4 fő 2023. év végén közösen megvásárolt egy felújítandó nyaralót, mint “ismerkedős projekt”, hiszen egy felújítás során derül ki igazán, hogy megy az együttműködés.

A párommal 2024. áprilisában vettünk részt a közösség – ekkor már második – nyílt hétvégéjén, ahol szervezett program keretén belül ismerkedhettek a tagok és érdeklődők egymással.

Ez a hétvége olyan jól sikerült, hogy a közösséghez történő csatlakozási szándékunkat kinyilvánítva már részt is vettünk a közösség harmadik nyílt hétvégéjének szervezésében. Mondhatni, hogy érdeklődőből taggá váltunk.

Én úgy élem meg, hogy a taggá válás feltétele az elköteleződni vágyás szándéka, felelősségvállalás a közösség életében és feladataiban, miközben meg is ismerjük egymást.

Jelenleg 12 tagból áll a közösség.

A 12 fős közösségen belül 6 férfi és 6 nő van, melyből 3 párcapcsolat és 6 fő egyedülálló.

A közösség tagjai már korábban is ismerték egymást innen-onnan, de nem mindenki mindenkit. Egy-egy közös programon találkoztunk korábban, vagy

önismereti csoportban, férfi körön, női körön, fesztiválon, ki hol. Az egymás megismerése, az “összeszeretés” folyamata megkezdődött.

A közösségnek van víziója.

Keressük a “közös ügyünket”, illetve az egyéni célokat hangoljuk össze közös célá.

A 4 alapító tag 2023. őszétől van együtt és 2024. ápriliséig még újabb 8 fő csatlakozott.

2024.09. hóig a közösség 12 tagból állt, 6 férfi és 6 nő, melyből 3 pár és 6 fő egyedülálló.

2024. májusától szeptemberig a közösség belülré, a 12 főre fordította az erőit, majd 2024. októberében szerveztünk egy újabb nyílt napot, ahol már “külsősök” is részt vehetnek ismerkedési / csatlakozási szándékkal.

A nyílt napon egy pár és egy férfi csatlakozott, akik már hónapok óta figyelték a közösség alakulását és más rendezvényeken korábban már találkoztunk.

Közösségünk tagjai között vannak Pabló és Éva, akik “a valódi közösséggé alakulásról” előadássorozatot tartanak, közösségi facilitátor képzést tartanak és közösségek fejlesztésével foglalkoznak, emiatt ilyen körökben ismert személyek és közösségünk megbecsült tagjai.

2023. nyarán a Gyüttment Fesztiválon találkozott a 4 alapító tag egymással, elkezdtek beszélgetni, ismerkedni, kialakult egy erős bizalom egymás iránt.

Sok beszélgetés eredményeként a 4 fő 2023. év végén közösen megvásárolt egy felújítandó nyaralót, mint “ismerkedős projekt”, hiszen egy felújítás során derül ki igazán, hogy megy az együttműködés.

2024.01.01-jén megszületett a közösség víziója, amit a közösség Facebook csoport kiemelt oldala is tartalmaz.

A 4 fős közösség 10-16 főig szeretne növekedni, ezért ismerkedős nyílt hétvégéket szervezett, majd 2024. áprilisára 12 főre nőtt a létszáma.

Ettől kezdve kialakult, hogy havonta 1 teljes napot személyesen találkozunk és minden héten 1-szer 2 órát online térben egyeztetjük az operatív feladatainkat és “ki hogy van köröket” tartunk.

Kialakult 8 munkacsoportunk (közösségi facilitátor, programszervező, területnéző, építő, pénzügyes, együttermelő, rendszerszervező, PR kommunikáció), melyekben a közösségi tagok affinitásuknak megfelelően részt vesznek/felelősséget vállalnak/dolgoznak a közös cél érdekében.

2024. augusztus elején egy 7 napos “saját treemap tábor” szerveztünk, ahol a megvásárolt nyaraló felújításában vett részt a 12 közösségi tag. Egy hétig együtt laktunk, reggel 8-14-ig dolgoztunk, majd ebéd után 16-22 óráig “építettük a közösségünket”. A délutáni program során kielemeztük az együtt dolgozás sikereit és nehézségeit, elkezdtek a konfliktusaink hangot adni és azokat kitisztítani, mint egy “konfliktus projekt”. Ezen a héten intenzíven keressük a “közös ügyünket”, oly módon, hogy az egyéni közösségi céljainkat hangoltuk össze közös céllá. Ezen a héten a közösségünk sokszor intergrálódott és a felmerülő konfliktusok miatt differenciálódott is.

Jelenleg dolgozunk a belső szabályozásunkon, pl. taggá válás feltételei, az új tagok mentorálása.

2024. november elején egyik tagunk elköszönt a közösségtől, mert úgy érezte, nem tud tovább jönni velünk. Ez az esemény engem személyesen megrázott, mert közel állt hozzám az illető, ugyanakkor ez a történet előhozta azt is, hogy szükséges nem csak a taggá válás, hanem az elválás feltételeit, szabályait is rögzíteni.

Folyamatosan finomítjuk/alakítjuk a belső kommunikációnkat (Messenger csoportok, Facebook belső csoport), de itt még kihívásokkal találkozunk, hogy ne vesszenek el az információk a 15 ember esetében.

A döntéshozásunk módját is szabályozzuk, hogy megtaláljuk a legmegfelelőbb módot, ami mindannyiunknak elfogadható.

A heti zoom meetingjeinken igyekszik mindenki részt venni, ha erre nincs módja, akkor a felvételeket utólag vissza tudja nézni, mely nagy segítség. A meetingjeinkről emlékeztetőt készítünk, melyeket google drivon tárolunk a többi dokumentumunkkal együtt.

A közösség időben még nem nagy múlttal rendelkezik, de már több dolgot csináltunk együtt. Amire büszke vagyok, hogy a közösségünk megtartó ereje a nevezésekben (differenciálódási szakasz) és a konfliktusok oldása során is megjelenik.

Az első nagyobb kihívás, hogy megtaláljuk azt a megvásárlandó területet, ahova összeköltözzünk mindannyian. Éppen ebben a folyamatban vagyunk benne.

A képzés nekem segített az emberi kapcsolatok, közösségi dinamikák jobb megértésében. Nekem ez a képzés sokat segített, mert egy időbe esett a közösségbe kerüléssel.

Saját fejlesztési céljaim közösségen belül az emberi különbözőségekből adódó félreértések, különbözőségek, konfliktusok kezelése, saját határait meghúzása és megtartása egyértelmű, tiszta kommunikációval.

Közösségünk víziója, hogy arra szerveződjünk, hogy létrehozzunk egy "valódi" közösséget, melynek főbb jellemzői:

- tudatosság alapú;
- szándékolt;
- szoros emberi kapcsolatokra épülő;
- élet(mód) közösség.

Tudatosság alapú, ami azt jelenti, hogy számunkra rendkívül fontos az önismeret egyéni és csoport szinten is. Ezt saját belső önismereti gyakorlatokkal és folyamatokkal is támogatjuk.

Szándékolt, tehát szabadon és önként választjuk egymást, ezt a közösséget.

Szoros emberi kapcsolatokra épül, vagyis az életvitelünket lépésről lépésre közelítjük egymáshoz, tervezetten töltünk együtt egyre több és több időt. Segítjük egymást és jelen vagyunk egymás számára.

Élet(mód) közösséget szeretnénk létrehozni, ezért tervünk egy elvonulóhely megteremtése egy - lehetőleg - több hektáros területen, mely terület egyben az otthonunkként is szolgál.

Az elvonulóhely egyik célja külsős csoportok fogadása, helyszín biztosítása, elsősorban önismereti fókuszú rendezvények számára.

A közösség tagjai hozzák saját vállalkozási tevékenységüket, az elvonulóhelynek nem célja a közösség kizárólagos eltartása.

Törekszünk a közösség fizikai életterének kialakításában és fenntartásában az egyenlő anyagi és időbeli részvételre.

Közösségünknek nem kiemelt célja a teljes önellátás, de nyitottak vagyunk rá és törekszünk a minőségi élelmiszer előállítására, elsősorban növényi alapon.

Nagy hangsúlyt fektetünk a közösségen belüli konfliktusmegoldásra. Tagjaink felelősséget vállalnak belső konfliktusaik feltárására és feloldására, teret biztosítunk ezekhez a folyamatokhoz. Mottónk: "szeretnék többet hallani azokról az eseményekről, melyek kiváltották az érzéseidet." „Inkább a lelkünk sérüléseit szüntessük meg, mint a közösséget!" Alapelv és gyakoroljuk, hogy legyünk kapcsolatban az érzéseinkkel, tudatosítsuk őket, vállaljuk a felelősséget értük, kimondjuk és rendezzük őket, nem menekülünk a konfliktusok elől, hanem feloldjuk azokat!

Jelenleg még területkeresésben vagyunk, preferált helyszín 1 órányi autóútra Budapesttől (főként Komárom-Esztergom megye, Pest megye északi és nyugati oldala, Fejér megye északi része.) Tömegközlekedéssel megközelíthető, külterületi helyszínek is előnyben.

Tervezett közösségformáló tevékenységek:

- közösségi tér létrehozása
- építkezés
- biokert gondozása

- közös étkezések
- önismereti folyamatok
- filmklub, társasozás
- heti rendszerességű megbeszélések és megosztások (önismereti, operatív, konfliktusmegoldó, stb.)

Téged keresünk, ha te minket keresel :)





## 2. KÖZÖSEN

### Együtt mindannyiunk fejlődéséért

Talán ott kezdődött az egész, hogy mikor a barátokkal összeültünk, akár egy nyári estén - nem találtuk szükségét a mobiltelefon használatának, helyette inkább zenéltünk, táncoltunk, énekeltünk és arról beszélgettünk, ki milyen tevékenységeket szeret folytatni a természetben vagy otthon, illetve milyen érdekeltségi körei vannak, miben tehetséges és mi újat szeretne még tanulni. Ilyen társasági alkalmakkor mindig egy-egy személlyel bővült a csapat. Jókat beszélgettünk, neveltünk és mindenki hozott valami finom kóstolót a közösbe. Előtérbe került a személyes kommunikáció, ami a mai felgyorsult világban egyre kevesebb. Ezek voltak azok a tényezők, amik arra motiváltak, hogy egy közösséget építsünk.

#### Viszonyok a tagok között

Vegyes és színes a társaság. Főként baráti viszony van köztünk, csatlakoztak hozzánk párok is. Szerintem, ami leginkább összeköt bennünket, az a hasonló meglátás és érdekeltség, a közös hobbik. Persze ez a közösségi tér szolgál arra is, hogy új barátságok alakuljanak ki, esetleg egymást segítsük és létrejönnek új szolgáltató - ügyfél viszonyok is.

A közösség is folyamatosan változik. Hosszabb-rövidebb ideig maradnak vagy mennek az emberek. Az eredeti alapító tagok közül már csak én vagyok egyedül.

Időközben megtaláltam a társam, akivel ezt a közösséget építjük tovább.

Jelenleg nagyon kevés az a személy, aki érti ennek a közösségnek a lényegét, ezért nincs könnyű dolgunk. Stabilan vagyunk ketten/hárman, akik többet foglalkozunk ennek a közösségnek a fejlesztésén, új ötletekkel állunk elő, és merünk nyitni az új felé. Ilyenkor organikusán csapódnak hozzánk a megfelelő emberek, ha éppen valamilyen szervezésben vagyunk.

Ebben az évben először sikerült egy kisebb fesztivált megszervezni és létrehozni.

“A béke napja” néven, amire Dunaszerdahely környékén, Vásárúton került sor augusztus 24 -én. Amint úgy döntöttünk, hogy biztosan szeretnénk megszervezni a fesztivált az emberek szinte magától egy bandába tömörültek.

Egy új csapat jött létre, akik szívesen vettek részt a szervezésben és nagy segítségünkre voltak a programok bővítésében. Igazából az önkéntes csapatnak is hála, hogy a fesztivál megvalósult.

Igazából maga a közösség ötlete már pár éve született meg, viszont az akkori csapat akikkel alapítottuk már mostanra sajnos szétesett.

Szóval magam vittem tovább a közösség filozófiáját, amíg nem találkoztam az egyik barátommal, akivel megértettük egymást. Ő is hasonlóan fellángolt ezügyben. Hasonló volt az igényünk a közösség kialakítására, mivel annak hiányát éreztük. Így már ketten voltunk, akik közös filozófiát tudtunk vallani. Ezután több alkalom volt, hogy eljártunk kisebb közösségekbe, eseményekre, fesztiválokra, ahol mindig jól éreztük magunkat és tapasztaltuk a közösség erejét.

Az ilyenfajta események részvételéért sokat kellett utaznunk, kicsit nehézkes volt ezt anyagilag is biztosítani a magunk számára.

Lassan kialakult bennünk az a gondolat: hogy ez, miért is van így?

Hát egyszerű volt a válasz. Azért, mert a mi környékünkön nem volt olyan közösség, amihez tudtunk volna csatlakozni és hasonlók lettek volna a nézeteink.

Itt jött már a biztos válasz, hogy ez lesz a mi feladatunk, hogy kialakítsuk, ezt a "teret".

Innentől kezdve az volt a dolgunk csak, hogy keressük a hozzánk hasonló gondolkodású embereket és azokat, akik ugyanúgy ezt a "teret" keresik és azonosulni tudnak a mi meglátásainkkal.

Nem egy egyszerű feladat ez a mai világban, ahol egyelőre még nem könnyű tudatos emberekkel találkozni. De nem adtuk fel, és így hozott minket össze a sors a következő érdeklődőkkel, akik megértették a közösség lényegét és hajlandóak is voltak valamit tenni a közös ügy érdekében. Ebből a kis csapatból született meg a fesztiválunk szervező csapata, ami aztán vonzotta be a további közösségre vágyó tudatos személyeket.

A fesztivál létrejöttéhez végül elég komoly kis csapat jött össze, sok önkéntessel, akik nagy örömmel vettek részt a fesztivál megszervezésében. Az elején, kicsit meg voltunk ijedve, hogy hogyan fogjuk ezt az egészet győzni hárman, mint szervezők, de végül aztán összesen voltunk vagy 20-an.

Ez is egy megerősítés volt számunkra, hogy az emberek szívesen csatlakoznak valami új, jó és tudatos közösség/ rendezvény szervezéséhez, mert ők is a részesei szerettek volna lenni.

Szóval ki merem jelenteni, hogy így első tapasztalásnak, hogy sikeresen megszerveztük és végigcsináltuk a fesztivált, nagyon pozitív volt, ami számunkra sokat jelent. Nagyon sok jó visszajelzést kaptunk, és ez egy biztos pont a számunkra, hogy ezen az úton kell tovább mennünk. Ezekből a visszajelzésekből

tudjuk, hogy szükség van erre, főként amit képviselünk, és ez adja meg számunkra a motivációt, hogy haladjunk előre és alkossunk.

Mindenesetre "A béke napja" fesztivál az, amire a legbüszkébb vagyok, és az, hogy mennyire tetszett a résztvevőknek. Jó volt hallani az olyan visszajelzéseket, hogy: "végre egy ilyen típusú rendezvény a mi környékünkön", "várjuk a folytatást", "sikerült elérnetek, azt amit ígértetek, mert itt minden békés és nyugalmas volt" és sok hasonlót.

A legnagyobb kihívás szerintem a helyszínnel kapcsolatban volt. A fesztivál ötlete és a megszervezése egy helyszínhez köthető. Tó mellett, csodálatos természetben, mi ott álmodtuk meg az egészet.

A helyszín adott volt, én pedig rögtön belevágtam a szervezésbe. Beszéltem a helyszín tulajdonosával, meséltem neki a terveinkről, ő pedig látszólag közreműködött. Megbeszéltük a bérleti díjat is, ami elfogadható volt számunkra. Annyiban maradtunk, hogy ha majd közeledünk az időponthoz, akkor egyeztetjük a részleteket.

Amikor már nagyban ment a fesztivál szervezése, le voltak beszélve a programok, a plakátok ki voltak nyomtatva és feltüntetve a helyszín is rajtuk, ekkor jött egy üzenetet a hölgytől, hogy: "Ne haragudjunk, de visszamondja az egyezségünket és, hogy keressünk más helyszínt."

Ez volt a hideg zuhany számunkra, mivel nem volt más helyszínre ötletünk. Megjegyzem ez nagyjából egy hónappal a fesztivál előtt történt, szóval nagy feszültséget okozott ez számunkra...

Ezután jött a feladat, hogy találjunk egy másik helyszínt, ami hasonló lehetőségekkel szolgál. Mivel jó szándék vezérelt bennünket, szinte azonnal az ölkébe pottyant egy lehetőség, ami még jobbnak bizonyult, mint az eredeti helyszín.

Végül örültünk, hogy így alakult ez a helyzet. Az segített, hogy hittünk magunkban és a vízióinkban, és nem adtuk fel, amikor jött ez a kellemetlenség. Ez is egy megerősítés volt számunkra, hogy milyen fontos volt ebben az időszakban, hogy egymást támogassuk és biztassuk. Így megoldottuk, ezt a helyzetet és sikeresen végig is csináltunk mindent.

A képzési folyamat személy szerint neked miben segít, hogy a közösséged támogasd?

Szerintem leginkább abban, hogy esélyem van beletanulni a közösségek belső működéseibe, folyamataiba, ami aztán segít megérteni, menedzselni a közösség működését. Mivel ilyen fajta képzést nem kaptam még sehol, szívesen fogadok mindent, ami a közösség fejlesztését és építését szolgálja rajtam keresztül.

Jövő

Mindenképpen szeretnék létrehozni eseményeket, kisebb találkozót, hogy gyakrabban tudjunk kapcsolódni, szórakozni, zenélni, ezáltal gyarapítani a kis közösségünket. Főként, hogy tudjunk minőségi időt együtt tölteni, egymásra figyelni, segíteni egymást és jól érezni magunkat.

Ez szerintem az, amire sokan vágyunk. Mivel utóbbi években kicsit jobban elvagyunk zárkózva, úgy látom nehéz kimozdulni sokaknak otthonról és újra nyitni a társaság felé. A cél az, hogy jövőre ismét sikerüljön megvalósítani "A Béke Napja" fesztiválunkat, és ezúttal akár több napos legyen.

Nagy szeretettel várunk minden érdeklődőt.

### 3. MENTSVÁR

#### Egy alkotótelep kialakítása az örökölt családi fészekben

Az alkotó tanya ötlet teljesen természetesen jött az életembe, bár kicsit fordított sorrendben, ugyanis először jött a helyszín, aminek története van.

Egy csallóközi faluból származom, ahol a családnak van egy háza a nagyszülők után. Ez a ház 2020 év elején, pont covid előtt üresedett meg, mikor távozott a nagypapám. A pandémia alatt felmondtam a munkahelyemen, ami egy építésiroda volt, mivel építészmérnöki végzettségem van. Nem igazán szerettem azt a munkát, nem tett boldoggá és éreztem, hogy kicsit másfelé kéne vennem az irányt.

Eldöntöttem, hogy megpróbálom valóra váltani az egyik álmom, az pedig a kalap készítés. Mikor kicsit enyhült a covid hullám, akkor Pesten részt vettem egy képzésben, így elsajátítottam a kalap készítés alapjait. Amíg én végeztem a képzést, addig ebben a nagyszülő házban egy családi barát családja élt albérletben, viszont nem tiszteltek néhány kérésünket. Ez a mi családnkat érzelmileg érintett, mivel számunkra az a ház egy nagy érték. Miután megszületett a döntés, hogy kiköltöznek, nekem felmerült a kérdés, hogy hol legyen a kalapos műhelyem.

Nem kellett sokáig gondolkodni rajta, egyértelműen a ház egyik szobájában rendezkedtem be. De ezt még megelőzte a szoba rendbe hozása (festés, parketta

csiszolás...). E pár lépés után viszont én berendeztem a műhelyem, helyet kaptak benne régi bútorok de új berendezés is. Igyekszem megtartani az eredeti elemeket de nem túlságosan a múltban ragadva.

A házban több újítás is történt, amit szüleim fontosnak véltek lecserélni vagy javítani, esetleg átcsinálni (pl. új tetőcserép, fűtés). Édesapám az építőiparban dolgozik én pedig építész vagyok, ezáltal gyakran van súrlódás köztünk, és ez ennek a sztorynak elég fontos eleme. A ház magában is egy nagy érték, de hozzáadódik még az elhelyezése is, ami a fővárostól kb. 20 km-re van. Amint kezdtem berendezkedni a műhelyemben, kezdtem ideiglenesen berendezni a többi szobát is, viszont határtalanul ideges tudtam lenni amikor jött az elhatározás, hogy még mennyi mindent kell építői szempontból megjavítani, miközben szerintem az a ház már tudott működni az újítások nélkül is.

A szüleim viszont érthetően szeretnék a házat rendbe rakni, ameddig van rá erejük és energiájuk. Én ezt tiszteltem, de sok idegességet és nyugtalanságot jelent(ett) ez számomra. Ha jött valaki meglátogatni vagy a kalaprendelés végett érkezett, mindenkinek nagyon tetszett a hely, és hogy mi mindent lehetne itt csinálni. Én mindenre bólogattam, mert egyetértettem, de még a munka, amit csak veszekedésekkel tudtuk megtervezni, előttünk áll és ki tudja, mikor fejeződik be.

Ami viszont jó hír, hogy most 2024 őszén, úgy tűnik 3 év után olyan fázisba kerülünk, hogy már semmi nagyobb munka nem szükséges ahhoz, hogy némi nyugalomban működhessen a ház. Ez egy nagy lépés számomra, és még talán fel sem fogtam rendesen, mert az utóbbi pár év veszekedései jó pár gyomorgörcsöt és idegességet okozott.

Ez a pozitív és negatív oldala annak, ha családi birtokról vagy házról van szó. Emiatt mindig lesz bennem némi aggodás, bármit is szeretnék itt kialakítani, bár kapok a szülőktől támogatást. Édasanyám szokta mondogatni, akinek ez a szülői háza, hogy nagyon szeretné, ha itt mozgás lenne, és ki lenne használva a tér. Ez a mondat így a fejembe vésődött, meg az összes látogatóé, aki megemlítette hogy milyen jól éreznék itt magukat pár napra.

Amikor a kalapokat készítem, akkor a saját belső világomba vagyok belebújva, de szokom érzékelni több nap után, hogy hiányoznak az emberek. Eszembe jutnak a városi co-workingek, ahol, ha nem is dolgoznak együtt az emberek, legalább munka után vagy közben találkozhatnak ott egy kávéra. Vagy ha alkotó munkáról van szó, akkor meglátogatják egymást a stúdiójukban. Ez már így kezdett ilyen ötletként legyökerezni a fejemben, hogy lehet hogy épp ennél a háznál tudnék valami ilyet kialakítani.

Tavaly télen egy ismerős barátnőmmel elkezdtünk, még az akkor nem felújított konyhában, kerámiázni. Bár egyikünk sem igazán tudta, hogy mit csinál, nagyon kellemes kis relaxáció volt ez számunkra. Ezt hallván voltak még páran az ismerős köreinkben, akik mondták, hogy szívesen csatlakoznának. Nagyon örülök, hogy ez szóba jött, de sajnos el kellett odáznai ezt az ötletet a felújítás következő lépései miatt. Ugyanis a konyha volt a soron, és a kerámiázást pár hónapra fel kellett függeszteni. Most az a terv, hogy az egyik kinti helység lesz erre szánva, mivel a falukon talán jól ismert mosókonyha vagy virágos szobákat szeretném ily módon alkotásra kihasználni.

Ott még van viszont azért egy két kritikus pont, mivel tele vannak pakolva régi bútorokkal és ott is szükséges lesz pár technikai gondot helyrehozni, ami megint javítást igényel. Mindennek ellenére, már alakul az elképzelés a fejemben és kezd



reális formát ölteni. Azt hiszem, ami mindig egy érzékeny pont lesz itt az a családi tulajdon, ami ha szépen tisztázva van és nyílt kommunikációval kezelve, akkor szépen alakulhat, viszont már a felújítás alatt történő veszekedés köztem és édesapám közt bennem több sebet ejtett és néha ez fékez az előrelépésben.

Szerencsésnek mondhatom magam abból a szemszögből is, hogy sok kreatív ügyes művész és alkotó van körülöttem. Számos olyan ember is, aki nem foglalkozik művészettel, vagyis nem végzi, de viszont érdekli őket és vélnek az alkotásban némi felszabadulást. Szeretném ezeket az embereket összehozni, vagy egy teret alkotni, ahol találkozhatnak akár egy workshopra vagy csak egy közös kávéra és trécsre.

A konkrét terveim közé tartozik egy kerámia műhely létrehozása és egy kisebb rajzterem. Persze a házban található majd egy nappalit és konyhát ahol akár olvasóestek lehetnek, főzőtanfolyam vagy például egy kis csoportos művészetterápiának adhat helyet. A kültérben pedig megvalósítható lehetne filmvetítés vagy mondjuk ping-pong bajnokság.

Ezek a foglalkozások és aktivitások viszont nem álmok, hanem közelemben tudhatok embereket, akik ezzel foglalkoznak és szívesen csatlakoznának hozzám ennek a térnek a kialakításában. Igazándiból én úgy érzem, hogy ez a közösség így körülöttem már létezik is és én vagyok az összekötő egyén. Gyakorta van, hogy összehozok embereket munkaügyileg kreatív projektbe, ezért szerintem itt is fogok tudni alkotni egy kisebb közösséget. Ez viszont azt a kérdést hozza magával, hogy milyen szinten fogom tudni szétosztani a munkát vagy szervezés részeit, mivel mindig érezni fogom a ház családi tulajdon jelentőségét. Erre egy elég nagy lelki kihívásként tekintek.

Múltkor visszajött egy emlék a gyermekkoromból, amikor Balatonon kirándultunk Füred környékén, és ilyen művész tanyák körül nézelődtünk, leskelődtünk és mindig egy varázslatos helynek mutatkozott előttem. Most így azért összeáll a kép és úgy hiszem, hogy nem véletlen van az életemben az a nagyszülő ház, még akkor is ha nehézségek, veszekedések között néha úgy érzem, egy kötődések nélküli helyszínen ez egyszerűbb lenne.

A saját tapasztalatomból tudom hogy az alkotás felszabadít és kívánom ezt mindenkinek megtapasztalni. Viszont, ami a hátulütője tud lenni az ilyen munkának az a magány. Közös alkotáskor bár mindenki el van mélyülve a saját világában, mégis nagyon jó érzést tud kelteni és tud lenni az együttlét. Lehet, hogy épp támogatásra van valakinek szüksége, vagy épp a másik kreativitásából merítkezik. Szeretném, hogy ha bárki is érdeklődik valami féle alkotás iránt, az itt kipróbálhassa teljes szabadságban, bármilyen elvárás nélkül, csakis az alkotás öröméért.

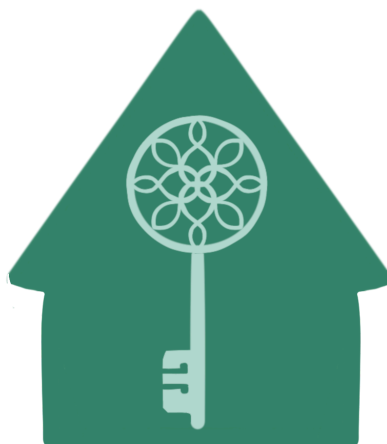
Mivel én munkahelyem is kreatív közeg (filmes díszlettervező), ezért gyakran érzem magamon a nyomást, hogy szépet és jót kell alkotnom. Számomra ez is egy kihívás ezzel a művésztanyával, hogy nem kell mindennek tökéletesen működnie ahhoz, hogy az ember kreatívkodjon, és szabadjára engedje az alkotó én-jét. El kell fogadnom hogy vannak folyamatok, amik tovább tartanak és lehet hogy fékezik a fejlődést egy ideig, de addig is idő volt fejleszteni valami mást. Számomra a házfelújítás lehet épp ez az idő volt, hogy megfogalmazódjon bennem ennek a művésztanyának az ötlete, és hogy össze álljon a kép.

Addig is megtapasztalhattam különböző természetesen kialakult közösségek működését, amit minden forgatás alkalmával egyedileg újra éljük, mert egy új stáb alakul ki. Ezt most már tudom, hogy ha tudnak egymáshoz kapcsolódni az

emberek, segítik egymást, odafigyelnek, akkor az egész munkafolyamat egy kellemes felnőtt táborra alakulhat, és ez igaz sajnós az ellenkezőjére is. Amint nincs emberi elfogadás és segítség, annál nagyobb a stressz és nehezebb a együttműködés.

Ez számomra egy élő példa arra, hogy mennyire fontos az emberek egymáshoz való kapcsolódása és kommunikálása. Valójában az első forgatáson megélt jó emberi kapcsolatok és élmények miatt döntöttem, hogy ezt szeretném csinálni. Érdekes hogy épp a stábot kialakító tagok és az alkotási folyamat volt a motivációm, és nem is konkrét a filmes végeredmény. Ezt az érzést az építészeti irodában nem nagyon tapasztaltam. A filmes közeg viszont egy nagyon gyorsan haladó világ, itt is nagyon gyakori a kiégés mert az embernek nincs ideje és tere megpihenni és erőt gyűjteni. Az utóbbi hónapokban ezt én is érzékelem, és épp ezért érzem még fontosabbnak ezt az alkotó házat, hogy legyen egy hely, ahova tudok menni megpihenni és elvonulni. Ugyanilyen érzést szeretnék kialakítani a társaimnak is, akiknek erre szükségük van.

Az ötlet kiindulópontja külső szemmel a ház, de befelé tekintve bizony egy megnyugvást nyújtó hely, ahol szabadon együtt alkothatunk vagy csak kifújuk a kreatív gőzt.



## 4. TALÁLKOZÁSOK

### Közösségem fejlesztése önmagam megismerésén

Az intézményt 2014-ben alapították korábbi Waldorfos szülők. A mi családnk 2018-ban csatlakozott, és pont akkoriban alakult egy erős, új, aktív szülői közösség, akik többet akartak tenni, mint hogy hozzák-viszik a gyerekeiket. A Waldorf intézményeknél hagyomány, hogy a szülők társadalmi munkát végeznek, ami kimondva kimondatlanul része a pedagógiának is. A közös célokért együtt munkálkodó szülők példát mutatnak a gyerekeknek. Az intézménynek szüksége is van a működéshez az aktív közösségre. Sok olyan kisebb nagyobb feladat van, aminek az elvégzése a szülőkre hárul. Úgy mond a szülők az intézmény fenntartói.

Elsődlegesen a közös ügy kapcsol össze minket, hogy a gyerekeinknek egy igazán jó helyet hozzunk létre 3-14 éves korig. Miközben együtt munkálkodunk baráti kapcsolatok is kialakulnak. Természetesen vannak akik jobban megtalálják egymással a közös hangot és vannak akik alig tudnak meglenni egy helyiségben a másikkal. Egy ekkora közösség már eléggé jól mintázza az emberi kapcsolatok teljes spektrumát.

2014-ben az alapításkor 10 család hozta létre, akik szoros, baráti kapcsolatban voltak egymással. 140 családból áll a közösség. Az elmúlt 3-4 évben nőtt nagy mértékben. Most már nem ismer mindenki mindenkit. Szükség van arra, hogy szervezetként működjünk, kialakuljanak munkacsoportok, vezetői pozíciók, és hatékony kommunikációs csatornák. 2024 nyarán léptünk előre egy nagyot,

amikor kialakítottuk a jelenleg aktív szülők, az alapító szülők és a pedagógusok rendszeres kétheti összejövetelét.

2014-ben az alapításkor 10, szoros baráti kapcsolatban álló család hozta létre a Csillagbölcső Waldorf Óvodát majd következő évben az Iskolát. Kecskeméten korábban is volt Waldorf intézmény, de nem mindenben volt egyetértés, így indult el a Csillagbölcső Waldorf Egyesület. Az egyesületi tagok közös erőből megvásároltak az önkormányzattól egy régi, felújításra szoruló óvoda épületet, amit több ezer óra társadalmi munkával felújítottak, megszerezték a szükséges engedélyeket és elindult az óvoda. Az óvoda létszáma folyamatosan növekedett, míg el nem érte a kapacitás határát. Már több éve 104 óvodás gyermeket fogad az intézmény, amivel valószínűleg Magyarország legnagyobb Waldorf óvodája. Eközben az általános iskola is elindult, többségében összevont osztályokkal. Ha minden jól megy 2025-re fut ki az utolsó összevont osztály, és onnantól 8 osztályfokon fog folyni 1-1 osztállyal a tanítás. Az iskola létszáma is évről évre gyarapszik.

A dinamikus növekedés folyamatos változást hoz magával, ami természetesen feszültségeket szül. Például egy óvodai ünnepet 50 gyerekekkel még meg lehetett tartani együtt, 80 gyerekekkel már szűkös volt, 100 gyerekekkel pedig már vagy ketté kell osztani vagy külső, nagyobb helyszínt kell keresni.

Számomra a szülői közösségünk legnagyobb sikere, hogy kezdetben az alapítókkal a viszonyt a kölcsönös bizalmatlanság jellemezte. Tégláról téglára kellett felépíteni a bizalmat, miközben le kellett bontani az egókat.

Számomra az eddigi legnagyobb krízis a “harmadik kecskeméti Waldorf iskola” szétesése körül zajlott, ami ránk is nagy hatással volt. Hónapról hónapra mindig csak ekörül forgott a téma a nagyobb megbeszéléseken, heves érzelmeket váltott ki a résztvevőkből. Voltak, akik korábbi tapasztalatok alapján távol akarták magukat tartani az eseményektől és hagyni akarták, hogy a másik közösség maga oldja meg a problémáit, míg mások a testvéri segítségnyújtást tekintették evidenciának egy ilyen helyzetben. Ekkoriban több szülő elfordult a közösség szervezésétől, akik korábban nagyon aktív részesei voltak a munkának.

Az inga kimozdítható nyugalmi állapotából, de egy idő után mindig visszaáll. Előbb-utóbb minden problémás helyzet is feloldódik. Tehát az én válaszom, hogy az idő volt, ami segített feloldani a krízist. Az említett intézmény végül szét is esett meg nem is. Voltak akik csatlakoztak a mi intézményünkhöz, voltak akik máshova mentek, és voltak akik maradtak és azóta is viszik tovább a maguk módján. Bizonyos szempontból nézve mondhatjuk, hogy sok hűhó semmiért. Másrésztől biztosan lehet találni pár emberi drámát az események forgatagában. Magunkról és közösségünk tagjairól sokat tudtunk tanulni mindeközben.

Számomra nagy segítség volt a képzés, hogy megerősítést kaptam arra, hogy az én feladatom a közösségem facilitálása, hogy összehozzam a megfelelő embereket, megsegítsem őket az eredményes munkában. Ennek két fontos eredménye is van. Egyrészt ne akarjak mindent én megoldani, különben ki fogok égni, illetve valószínűleg sok mindenre találunk alkalmasabb személyt is egy több száz fős közösségben. Másrészt a facilitátor egy hiánypótló funkció, amit ha jól csinálnak, akkor önmagában nagyon értékes és hasznos lesz a közösség számára.

A képzés eredményeként letisztult az is, hogy általában én úgy működök a legjobban, ha a egy vezető mögött a második vonalban szervezem a munkát és segítem a vezető által kitűzött célok megvalósulását.

Az elmúlt 3 évben összeszokott szülői csapat kb. 10 fős magból áll, akik nagyon jól tudnak együtt dolgozni, sokat tapasztaltak, ismerik egymás jó és rossz tulajdonságait, félszavakból is megértik egymást. Viszont ennek a közösségnek van abból fakadóan, hogy óvoda és iskola köré szerveződik van egy olyan sajátossága, hogy a szülők is “kijárák” az intézményt és elballagnak. 10 évvel ezelőtt megcsinálták az alapítók az első csodát, amit fenn tudtak tartani kb. 5 évig majd keletkezett egy új, amit mi, “második generációs” szülők tudtunk kitölteni, habár némileg meg kellett érteni küzdeni. Ebből tanulva nekünk már tudatosan kell készülnünk az újabb szülői generáció eljövételére. Ha viszont nem érkezne magától, akkor “ki kellene őket nevelni”, mert előbb vagy utóbb tovább kell adni a fáklyát, mert nem szabad hagynunk kihunyni a Csillagbölcső Waldorf közösség lángját. Nap, mint nap sok érték teremődik ebben a közösségben, ami lehet szellemi tudás, fizikai tárgyak, emberi kapcsolatok, érzelmi gazdagodás és ezeket kár lenne veszni hagyni.



## 5. KÜZDELEM ÉS EGYENSÚLY

Tudunk-e valódi közösséggé válni,

vagy a közös ügyünkben kiégünk?

Nem egy ötlet volt hogy közösséggé alakuljunk, hanem egy olyan út aminek szerintünk nincs alternatívája. Valamennyiünk úgy gondolja, hogy csak a közösséggé formálódás mentén jön létre emberek között hosszú távú és fenntartható együttműködés. Olyan emberek gyűltek össze az ügyünk köré, akiknek már alapérték volt, illetve alapvetéssé kezdett körvonalazódni az, hogy közösségi megoldásokkal léphet előre az életünk számos területen, és ezt gondoljuk érvényesnek a nagyobb közösség és társadalom tekintetében is.

Ha mégis az ötletet, vagy az inspirációt szeretném megfogni a kérdés megválaszolásakor, akkor a motiváció abból jön, hogy nem érezzük jól magunkat ebben a társadalomban. Túl sokat – közben mennyi mindent nem is – tudunk, látunk, tapasztalunk arról szűk környezetünkben és a bolygón is hogy emberek csoportjainak mennyi esélye van az életéhez. Mennyire rengeteg és mennyire súlyosan csekély. Az élet alapfeltételeihez is, hogy legyen egy otthon, legyen mivel fűteni, tiszta víz és élelem, nem beszélve az egészségügyi rendszerhez és oktatáshoz való hozzáférésről. A szűk és tágabb csapat valamennyi tagja korábban is közvetlenül érintkezett családilag/dolgozott/önkénteskedett olyan társadalmi csoportokkal, ahol ezeket a különbségeket a saját bőrén tapasztalta.

Többen vágytunk arra is (vagy akár ragaszkodtunk ahhoz), hogy a mindennapi tevékenységünk egy jobb környezet (természeti és társadalmi), értékeken, szolidaritáson alapuló gazdaság kialakításáért folytatott munka legyen. Ne csak a



kocsmában, a kulturális közegben, vagy barátilag legyünk közösség, hanem cselekedjünk együtt, és ez egyben a munkánk is legyen. Egy olyan munkahelyen ahol figyelünk egymásra, a kölcsönösség van szem előtt.

Egyesület vagyunk, amely olyan mint egy nagy pókháló, amelynek egészen sűrű központi részei vannak és távolabbra nyúlóak is. A fenti alapvető motivációkból szövődött az ügyünk, amelynek fókuszpontja az élelem önrendelkezés. Szívesen foglalkozunk (foglalkoznánk) más kapcsolódó területekkel is, hiszen egy diverz csapat vagyunk, ugyanakkor ez leginkább kapacitás és egyéb okok miatt még várat magára. Az egyéb okok a kihívások közé tartoznak, arról majd ott. A mindennapi élelmünk témája köré rengetegen tudnak kapcsolódni, és azt gondoljuk, hogy egy tudatosabb és aktívabb szűkebb és tágabb közösségnek jó belépő pont az, ha együtt próbálunk meg gondoskodni az egyik alapvető szükségletünkről.

A szervezetünket közös egyetértésben úgy alapítottuk bő négy évvel ezelőtt, hogy aktív tagságot szeretnénk, tehát az egyesületi tagokkal meghatároztuk a minimális részvételt. Ez az irány egyrészt a működési hatékonyságot elősegítő mód, ugyanakkor egy erős szándék magunk és az ügyünk iránt is, hogy mindenki beleteszi a tőle tehető.

14 fős az egyesületünk, amelyből jelenleg négyen alkotjuk az operatív csapat gerincét, mi minden nap együtt tevékenykedünk. Egy-egy területen még 5-6 fő kapcsolódik a munkaszervezethez, van aki pedig a húrunk melókban és a termékátadó napjainkon vesz részt.

A nagyobb közösségünk fő találkozási pontjai a pénteketek. A kb. 30 fős önkéntes csapatból átlagosan húszan vagyunk együtt ezen a napon váltásban, végig vagy átfedéssel, megfordul nálunk délelőtt nagyjából 40 őstermelő, délután pedig 200-250 család vagy valamely tagja.

A közös ügy és az alapértékeink összekötnek minket. Egyfajta bajtársi, harcostársi viszony, családi munkakapcsolat. Ez a szűkebb munkaszervezetet jelenti. A

szabadidőnkből is töltünk együtt és közös kikapcsolódást is szoktunk szervezni. Nem egyszerű ezeket mind fenntartani és odafigyelni, hogy az ügyünk is haladjon, profivá váljunk, közben az egyéni életünk nehézségei, amelyek kívánják a teret, nyugalmat, szabadságot is meg tudjuk oldani.

A közösségnek lehet "terápiás" hatása, viszont nem ez a célja. Ez egy fontos mondat, és ehhez a részhez kívánkozik. Van/volt néhány elrugaszkodottan "spiri" tag a közösségben. Ezt a mondatot akkor mondtuk ki, amikor egyikőjük (pont közelebb lépő, a munkaszervezetbe kerülő társunk) már nagyon nagyon sokadszorra beszélt nekünk az elvárás fogalmáról, miszerint az elvárás nem jó dolog, ugyanígy elfogadásról, arról hogy ki hol tart az életében spirituálisan. Mindezt úgy, hogy nem igazán tudtuk megfogni a lényegét, olyan felhőben járós, sok ilyen-olyan elolvasott forrásból táplálkozó zavaros előadás volt ez. Mindez úgy, hogy közben egy tanító, vagy leginkább kioktató jelleg is társult a mondandóhoz. Egyértelmű volt, hogy személyes sérülések és egyéb múltbéli történések is hajthatják ezeket a megnyilvánulásokat, amelyekkel semmi probléma nem is lett volna, ha legalább egy kicsit is értjük mit kezdünk ezzel. Próbáltunk úgy kérdezni, hogy értsük, megértsük, hogy mi a dolgunk ezzel, jó tanulás volt ebben a szituációban is lenni, kiváltképp, hogy van köztünk pszichológus is. A tisztázó kérdésekre azonban nem jöttek válaszok, csak kínos csend, és egyes szám első személyben már nem jöttek érzések, történetek, megélések, visszajelzések. Végző soron nyitva maradtak a kérdések, és az egész esti beszélgetésre ez nyomta rá a bélyegét. Ráadásul leginkább az az érzés maradt ebben a személyben, hogy igazából mi nem szeretnénk megérteni, vagy befogadni, ami benne van. Tanulságos volt ez és szűk körben beszélgettünk erről a szituációról, és a fenti mondat született belőle. Nem tudunk erőn felül egy emberre fókuszálni, segíteni neki, főleg ha ő igazából nem is szeretné.

A fentiekben már igen sok ide vonatkozó mozaikdarab előkerült már, azonban megpróbálom egy másik szálon is megfogni a közösség történetét. De még

mielőtt belekezdenék, még korábbra nyúlnék vissza – lévén szó kezdetekről – így a saját egyéni sztorimat hoznám ide.

Gyermekkorom óta közel áll hozzám a természet, a kert, a növények, a termőterületek vadon növő vagy természetett ajándékai, vagyis az élelem és az ételkészítés is. Városiként is volt kiskertünk, ahol gyümölcsök, zöldségek teremtek és több falusi rokonnál is sokszor találkoztam a vidéki étellel, a háztáji gazdálkodással. Szerettem piacra járni anyámmal, tetszett a hangulat és szerettem kiválasztani mit viszünk haza. Fiatal felnőtt korom óta elkezdett kialakulni kapcsolatom őstermelőkkel, akikkel jó volt beszélgetni. Tiszteltem és tisztelem a rendkívül fontos és értékes munkájukat. Az egyetemen körvonalazódott, hogy a helyi mezőgazdaság és a rövid élelmiszerláncok irányába fordulok. Már ekkor részt vettem az első pécsi termelői piac szervezésében, később a diplomamunkám is a témához kapcsolódva készült el. Szívügyem lett a dolog, aminek a hajtóereje egyfajta közösségi érzés volt, a termelők akiket ismertem egymást is ismerték, mindenki ismert mindenkit, remek kapcsolatok alakultak és sok szakmai jellegű beszélgetés is. A közösségépítésről ezekben az időkben túl sokat nem tudtam, számos társadalmi-gazdasági és természeti összefogásról viszont egyre többet. Sok közül például azt, hogy igen komplex és súlyos élelemválság van kibontakozóban, az agrárnépesség csökken (eltűnik, átalakul), amely mélyen hatással van a tájaink struktúráival és a természeti környezetünkkel, a fenntartható út pedig összefogást, együttműködési módokat kialakítását igényli.

Még az egyesület alapítása előtt a környéken többekben kezdett mozgolódni a bevásárló közösség gondolata. Így verődött össze egy olyan társaság, akikkel elkezdtünk beszélgetni erről. A covid járvány első lezárása elodázta az aktív cselekvést, de sok beszélgetés és információ gyűjtés azért zajlott. Ez a kezdő társaság két részre szakadt, egy része a közösséggé formálódás mikéntjén dolgozott volna még, a másik része pedig belevágott volna a szervezésbe. A lezárások nyári feloldása után a többség úgy gondolta, hogy hajrá, vágjunk bele, kerestünk helyszínt a logisztikához, a kezdő termelői háló (sőt az “utánpótlás”) is

megvolt már a régi jó kapcsolatoknak köszönhetően, és a jogi oldal minimumait is hoztuk. Eddigre kiderült, hogy ki az aki inkább a fotelből változtatna a világon és szervezne közösséget, illetve az is, hogy ki fogja meg a munka végét. Ennek mentén le is szakadtak emberek, de annál többen csatlakoztak és vettek részt a munkákban.

Innentől felgyorsultak az események, néhány hónap múlva már 150 család kapcsolódott a szervezethez minden héten és szerezte be nálunk az élelmet. Közben igen sok feladatot kellett kézben tartani, és igen káoszos szervezői megbeszélések, konfliktusok is kibontakoztak. Elkezdtünk nagyobb hangsúllyal foglalkozni az alapértékeinkkel, vízióinkkal, stratégiáinkkal.

2021 nyarán egy évvel az indulás után történt egy igen nagy változás, amit már nem húzhattunk tovább. Muszáj volt minden területet rendbe tenni, tisztább felelősségi köröket meghatározni, a belső elkötelezett kör is kezdett kialakulni, néhány ember távolabb pár pedig közelebb lépett. Itt jött létre a három fős vezetés, amely nem sokkal később négygé egészült ki. A belső szabályok, a demokratikus működési módok, szervezeti kultúra és kommunikáció, a döntéshozatal, a szolidáris gazdaság, a szervezetfejlesztés jóval hangsúlyosabban kerültek fókuszba.

Az önkéntes csapat mindig fluktuálódott, de egy igazán stabil, lelkes és hűséges alapcsapat alakult ki, akik közül a legtöbben a mai napig is velünk vannak.

Az ingatlan problémáink 2022 nyaráig igen viszontagságos időket hoztak, amellet persze, hogy sok tapasztalata is lett a “vándorcirkuszunknak”. Párhuzamosan a folyamatos tőke- és kapacitáshiány sem engedte, hogy nagyobb léptekkel fejlesszünk, és igazán tudjunk magunkkal, mint közösség foglalkozni, nem beszélve a partnerség építésről, és a szakmai fejlődésről, amelyekre legfeljebb már csak korlátozottan, erőn felül jutott idő és energia. A klasszikus mókuserék. Ennek ellenére a Szolidáris Gazdaság Központtal, a Gólya Szövetkezettel és néhány személlyel elkezdtek összeérni a szálak és kialakulni az emberi- és

munkakapcsolatok. 2022 nyarán aztán lett egy fix ingatlanbérleményünk, amely csak a miénk, amelynek paraméterei megfeleltek, és elkezdünk hosszútávra berendezkedni. Végre egy állandó otthonra lelt a közösség, amely egy kiemelkedő mérföldkő volt.

A stabil helyünk és a pénzügyi tartalékaink utat nyitottak arra, hogy elég nagyszabású háttérrendszer fejlesztésbe kezdjünk és közben előkészítsük a szolidáris élelemláncunk új vásárlói csoportjait és logisztikáját. Ez 2023-ban elindult, a webes és háttérplatformunk is elért a használható szintre a mai napig, bár még elképesztő mennyiségű munka lesz mire modell minőségűvé válik.

Futunk tehát az ügyünkkel, mert szembeszélben és forráshiányban a csapat előre menekül, nem igen tud megállni. Rendkívül nehéz egy közösséget, egy ügyet gazdasági alapokon is fenntarthatóvá tenni ebben a kapitalista rendszerben, kiváltképp, hogy az élelmiszerrendszert (mint közjót) a profitérdek alól szeretnénk kivonni. Azokat a társakat, partnereket, akikkel kiegészülünk, bővíthetünk gyakorlatilag vadászni kell. Az operatív, szakmai munkában részt vállaló társakra gondolok elsősorban, a hagymahéj külsőbb részei könnyebben vastagodnak. Jó volna a több személyesség, kötetlenség, valamennyien vágyunk rá, hogy jobban megismerjük a gazdákat, a vásárlókat, a partnereinket, a szakszervezeti koordinátorainkat is.

Több mindenre vagyok a legbüszkébb. Talán az elsőként arra, amit időnként látok azoknak az embereknek a szemében, akik az élelemet termesztik, a természethez, a földhöz kapcsolódnak és egy teljesen más világban léteznek, mint az "átlagember". Azt látom a szemükben, hogy milyen jó, hogy vannak emberek, akiket érdekli az, hogy ők kik, milyen problémáik vannak. Hogy van egy bővülő közösség, akik nagyon fontosnak tartják a munkájukat és nélkülük az életünk lehetőségei kevesebbek lennének.

Büszke vagyok arra, hogy ennyire stabil és lelkes önkéntes csapatunk van. A hagyma belső héjára pedig mégjobban, hogy ennyire elkötelezett, és a

tőkésúlyban nem bővelkedő hajónkat elszántan, elkötelezetten mozgatja a cél felé, és erős szembeszélben is irányítani tudja, miközben az emberi viszonyaink szorosabbra fűződnek.

Büszke vagyok arra, hogy olyan emberek között lehetek, akik a szolidáris gazdaságban, az emberi jogokban, az esélyek megteremtésében elkötelezettek és cselekednek is érte. Érnek és fűződnek össze a szálak.

Az első kihívásnak talán azt mondanám, hogy a közös akcióból hogyan lesz közös konstrukció. Volt némi őskáosz érzés az első évben, erről a történetünknel is írtam. A tevékenységünk fejlődésnek indult, kezdtük megismerni egymást, konfliktusok keletkeztek, állandósult a kapacitáshiány, beköszönt a kiégés szele is.

Az elkötelezettségünk, a kitartásunk, a hűségünk lendíti tovább a kereket mindig. Lényeges szerepet játszik a sok megerősítő visszajelzés, miszerint fontos a munkánk, jó irányba haladunk, és felemelő, hogy mennyien kapcsolódunk egymáshoz az önkéntesi körben és bíznak bennünk a termelők. Bár az alapproblémánk (kapacitáshiány, kiégés) nem szűnt meg, a vezetés stabillabbá vált, az egész csapat erősebb, bajtársiasabb lett, számíthatunk egymásra. Az őskáoszon azonban túllendítettek minket a keretek, a közös szabályok létrehozása, az egymásra és a kölcsönösségre való odafigyelés.

### A képzési folyamat

Fényesebb megvilágítást és más perspektívát kapnak már megélt folyamatok. Igazán nagyszerű megtapasztalni azt, amikor egy-egy folyamatban korábbi szituációkra, időszakokra meg tudok feleltetni.

Könnyebb egy ilyen képzési folyamatban belehelyezkedni más nézőpontjába, hiszen nincs rajtam a hétköznapi szerepem, felelősség és teher. Így ez egy jó tréning is, jobban megy ez a nézőpont vizsgálat, higgadttabban tudok lenni

időnként, amikor nézeteltérés van. Az empátiámban, vagyis inkább annak kifejeződésében is előrébb léptem.

Jó volt morfondírozni, kóstolgatni, rágni az alfa, béta, gamma és omega szerepeket, ránézni, mennyire tud ez időnként keveredni, közösségileg és csak saját magamat is.

Ebben a képzési folyamatban erősödik a hitem és a bizalmam is. Sokan vágnak hasonlóra mint én, igazán jó együtt tanulni, együtt lenni, és ez kihat a mindennapi életemre, dolgozik bennem tovább. Ez általánosnak tűnik, de rendkívül fontos, mert azt érzem hogy a kiégésnek, a depresszív hangulatnak ez az egyik fő gyógyírje.

Jövő

Szeretném, ha bővülni tudna a szakmai csapat, ha még többen közelebb lépnének a közös tevékenységekhez. Ha többen vagyunk, mindenki jobban megtalálja a helyét, nem kell mindenkinek mindent csinálnia. Így a cél is közelebb kerül: hogy az életünk több területén tudjunk egymással együttműködni, a szövetkezetedés irányába haladjunk, osszuk meg az erőforrásainkat. Ehhez elsődlegesen az volna szükséges, hogy szélesebb partnerségi hálónk legyen, ahonnan nagyobb eséllyel érkeznek hozzánk új csatlakozók. A fejünk felett lebeg a kiégés és állandósult a kapacitáshiányunk.

Szeretném ha több idő és erőforrás lenne szervezetfejlesztésre, csoportos és egyéni önismereti folyamatokra. Céлом, hogy a közösségnek legyen lehetősége a természethez és a természetben egymáshoz kapcsolódni, és ezt egy fundamentumban is megjelenjen, legyen egy terület, amit együtt figyelünk meg, gondozunk, fejlesztünk, pihenünk benne.

## 6. KÖZÖS(S)ÉG ALATT

### Belső utazásaim a közösségek tükrében

Hosszú volt az út idáig

(és ez még csak a kezdet).

Személyes történetemet osztom most meg veletek a következő pár oldalon. Keresésemet, próbálkozásaimat és találkozásomat a valódi közösséggel.

Születésem óta kisebb-nagyobb közösségekhez tartoztam/tartozom (mint általában mindegyikünk). Ilyen a család, rokonság, óvoda, iskola, munkahely és még sorolhatnám. Ezek azonban többnyire nem olyan közösségek voltak, melyeket én választottam. Legtöbbször egy adott közösségbe csöppentem bele, ahol nekem kellett beilleszkedni, alkalmazkodni, sok esetben megfelelni.

Nem mindig tartottam magam közösségi embernek. Általános iskolás koromban semmiképp. Talán gimnáziumi éveim alatt következett be valamiféle változás. Ahogy tágult a világ(om), úgy nyitottam (ki) én is (magam) az emberek felé. A valahová tartozás érzése ekkor erősödött föl bennem igazán. Ezekben az években főként a zenei stílus határozta meg ezt a fajta hovatartozást. Az akkori bandázások képei úgy sejlenek fel a múltból, mint egyfajta útkeresés, önmagam keresése. Kezdetleges közösségek voltak ezek.

Az egyetemi évek még szerteágazóbb utat mutattak nyiladozó személyiségem előtt. Rengeteg új barátot és ismeretséget szereztem, nagyon különböző emberekkel hozott össze az élet (de épp ez volt benne a szép, ez a sokszínűség). Ekkor már nem zenei stílus alapján döntöttem el, kivel is tudnék kapcsolódni, és ez meglepően kedvező hatást gyakorolt elfogadási és kapcsolódási képességemre.

Felnőtté válásom következő lépcsőfokán az első munkahely megszerzése állt.



Valóban igaz, hogy ekkor lépünk ki a nagybetűs életbe, a való(di) világba (mely nem feltételez valódi közösségeket). Itt kezdődött el a tényleges beilleszkedni akarás és megfelelés időszaka. Bár olyan munkát választottam, ami akár a hivatásommá is válhatott volna, nem így történt. Az igazat megvallva sosem szerepelt terveim között a tanítás, a pedagógia, mégis erre a pályára sodort az élet (mert aki nem tud dönteni, az sodródik).

Az évek során rengeteg tapasztalatot szereztem ezen a területen, s a tapasztalatokkal együtt járt a csalódás is (sok esetben). Bárhová kerültem, sosem éreztem azt, hogy a helyemen vagyok. Márpedig ez az egyik legfontosabb dolog az életben: hogy az ember a helyén legyen (hangzott el ez életem legőszintébb, legemberibb állásinterjúján, melyet sosem feledek). A különféle munkahelyeken különféle közösségekkel találkoztam. Sok-sok jó embert ismerhettem meg (gyerekeket és felnőtteket egyaránt).

Mivel a munkahelyeken nagyon különböző emberek is dolgozhatnak egy csapatban, nagyon fontos az egymáshoz való alkalmazkodás. Én ezt a képességemet az évek során tökélyre fejlesztettem (saját káromra, természetesen). Legutóbbi munkahelyem volt az a hely, ahol már két kezemen számoltam az ott ledolgozott éveket. Éppen elég időt töltöttem ezen a helyen ahhoz, hogy szépen lassan elveszítsem önmagam. Természetesen itt sem éreztem azt, hogy a helyemen vagyok. Visszagondolva ezekre az évekre, szinte sosem gondoltam magunkra úgy, mint egy közösségre (pedig a közös cél – a gyerekek nevelése és tanítása egy jobb világ reményében – sok esetben közösséget kovácsol).

2024 februárjában hatalmas veszteséggel kellett szembenéznem. Elvesztettem egy hozzám közel álló személyt, aki tanítóm, példaképem és igaz barátom is volt egyben. Ez a veszteség nagyban hozzájárult ahhoz, hogy meghozzam azokat a döntéseket, melyeket odáig csak tologattam magam előtt. Ráéreztem, hogy az élet véges, és nem mindegy hogyan és hol töltjük el (és milyen közösségben). Az első tavaszi hónap elején égi jelet küldtek nekem (legalábbis én így érzem és hiszem azóta is) egy csodálatos lehetőség formájában.

Akkoriban eléggé padlón éreztem magam, de belül feszített valami nagyon erős érzés, hogy lépnem kell előre, nem másokért, hanem saját magamért. Megtettem ezt a lépést (melyhez nem kevés bátorság kellett). Egy négy napos elvonuláson vehettem részt májusban, mely életem legmeghatározóbb döntései közé került (ez

azóta sokszorosán bebizonyosodott). Eme döntésemnek köszönhető az is, hogy most soraimat olvashatod.

Kisebbségek közösségben. Ez volt a program neve, melyben mi, a Hangolódók vettünk részt. Önismereti munkát, közösségi tapasztalást és tanulást, kommunikációs és kapcsolódási technikák elsajátítását ígérték, és mindnyájunk nevében mondhatom, hogy az ígéretetek teljesültek. Ott tudatosodott bennem, hogy én egészen addig nem is tudtam, milyen egy igazi, valódi közösségben létezni és tevékenykedni. Azt meg álmomban sem gondoltam volna, hogy ezt csupa-csupa idegen emberrel együtt élem majd meg (határon innen és túl). Egy csapatnyi ember, különböző életkorral, élethelyzettel, személyiséggel, mégis érezhető volt egyfajta belső összhang (egy húron pendülés).

Önismeret. Ez a négy nap rengeteg felismeréshez vezetett. Az elvonulás első napjáig abban a tévhitben éltem, hogy én már jó ideje rajta vagyok az önismeret útján (könyvek, előadások és podcastok kipipálásával). Tévedtem. Akkor és ott léptem rá az útra, ahonnan soha többé nem szeretnék letérni. Ez alatt a négy nap alatt többet tudtam meg magamról, mint addigi életem során bármikor. Közelebb kerültem belső énemhez, valamint megtudtam, hogyan működöm, hol, milyen szerepben tudom magam elképzelni egy közösségben (az itt megélt tapasztalatok még számomra is meglepőek voltak). Itt döbbsentem rá, hogy önismeret nélkül nincs igazi kapcsolódás, igazi kapcsolódás(ok) nélkül pedig nincs(enek) valódi közösség(ek).

Kapcsolódás. Edward Groody gondolatait idézném most (mely a pályázatot meghirdető Facebook-posztban is szerepelt), mely teljes mértékben kifejezte belső vívódásomat és vágyamat: “Épp egy nagy paradigmaváltáson megy át az emberiség, mert elvesztettük a kapcsolódás képességét, a Covid pedig csak olaj volt a tűzre, még gyorsabban tűntek el a kapcsolataink. Újra kell tanulnunk ezt a képességet, a közösségépítés módszere pedig ehhez ad alapvető eszközöket, hogy kapcsolódni tudjunk, és megtapasztaljuk, hogy mi is tartozni tudunk valahová.” Kapcsolódás, kapcsolódni. A szavak, melyeket azelőtt szinte sosem használtam, de egész jól műveltem (több-kevesebb sikerrel). Egyszerűen nem voltak benne a szótáramban (pedig óriási jelentőséggel bírnak).

Elmondhatatlanul vágytam arra, hogy őszintén, magamat adva kapcsolódhassak másokkal. Már csak itt-ott felvillanó emlékfoszlányok jelezték, hogy valaha volt pár olyan időszak az életemben, amikor ezt (napi szinten) megélhettem (főleg egyetemi éveim alatt). Az elvonuláson újra kialakult bennem a kapcsolódás képessége, mely mérhetetlen energiával és életerővel töltött fel (belső énem Duracell-nyuszi-üzemmódba kapcsolt). Az érzés az újdonság erejével sújtott le, és az öröm minden sejtemben táncot járt. Kiléptem a komfortzónámból, kimerészkedtem az örökös háttérszerepből, és egy hajó lelkészévé avanszáltam magam (egyik kedvenc feladatomból volt a sok közül).

Megtartó erő. Ha valaki még sosem érezte a közösség megtartó erejét, akkor még nem élt igazán (túlzásnak tűnhet, de nagyon igaznak érzem). Ez a fajta erő olyan biztonságos hálót képes szőni körénk, hogy bárhová esünk is, biztosak lehetünk benne, hogy megtart. Varázserőnek tűnhet, de létező, valódi, bőrünkön tapasztalható erő ez. A hálót pedig azok szövik, akik mellettünk állnak (nem pedig fölöttünk) közös céljainkat szem előtt tartva.

Ez a biztonságos közeg tökéletes táptalajt biztosít a valódi közösség működéséhez, fejlődéséhez, valamint megerősödéséhez. Ez nem azt jelenti, hogy ez a fajta közösség tökéletes, csak azt, hogy elbírja a nehézségeket, nézetkülönbségeket és a közösség tagjai nem félnek ezeket ütköztetni. Az elvonulás alatt tartottam is az ilyesféle helyzetektől. Meglepődve tapasztaltam, hogy egy igazán jól működő közösségben helye van a vitás helyzeteknek, a problémáknak és a különböző nézetek ütköztetésének.

Őszinteség és bizalom. Két (számomra rendkívül) fontos fogalom. Az egyik feltételezi a másikat (személyes meggyőződés, hogy az egyik nincs a másik nélkül). Ahol nem tudok őszinte lenni, ott nem alakul ki a bizalom sem, és ahol nem bírom a körülöttem levőkben, ott nem tudok, nem merek igazán őszinte gondolatokat (akár érzelmeket) közvetíteni. Akkor tudunk őszinték lenni másokkal szemben, ha magunkkal szemben is azok vagyunk (ta-dam, ismét ott vagyunk az önismeretnél).

Merek-e őszinte lenni magamhoz, felismerem-e, ha mégsem? Én mertem. Az elvonulás alatt hatalmas őszinteséggel osztottam meg belső érzelmeimet, gondolataimat saját magammal és velük kapcsolatosan is (elárulom, furcsa érzés

volt, de egyaránt szívet s lelket melengető). Sőt, az egyik legpozitívabb felismerésem az volt, hogy nyíltságom, őszinteségem nagy hatással volt közösségünk jó néhány tagjára. Páran közülük meg is köszönték, hogy ilyen vagyok. Mondanom sem kell, elmondhatatlanul (jelen esetben leírhatatlanul) csodálatos érzés kerített hatalmába, és sokáig nem is szabadultam tőle (szerencsére).

Megértés és elfogadás. Ismét két olyan fogalom, melyek nélkül nehezen tudok elképzelni egy közösséget (sőt, egy élhető életet). Ahhoz, hogy megértsenek és elfogadjanak, előbb önmagunkat kell megértenünk és elfogadnunk (igen, újabb “ta-dam”), ami nem megy megfelelő önismeret nélkül. Hogy várhatnánk el másoktól, hogy megértsenek, ha még saját magunkat sem értjük. Bátran ki merem jelenteni, hogy önmagunk megértése csakis valódi közösségben lehetséges, ahogy az igazi elfogadás is egyfajta közösséget kíván. Szintén itt (a sokszor említett elvonuláson) tapasztaltam meg azt is, hogy ha rálépek a megértés útjára (legyen az önmagam vagy mások megértése), az biztos kapcsolódásokhoz vezet, melyek mélyítik a kapcsolatokat, erősítik a közösséget (bizony, minden mindennel összefügg).

Igyekeztem figyelni közösségünk tagjainak megnyilvánulásait, történeteit, szavait és meglátni a mögöttük megbúvó érző lényeket (véleményem szerint erre csakis a szív szemével vagyunk képesek). Az elfogadás kérdése vitatottabb számomra, hiszen szinte mindnyájunkban ott él egy belső ítélőbíró, akit nagyon nehezen tudunk visszafogni, hogy ne alkosson előítéleteket. Itt eszméltem rá, hogy előítéleteim saját addigi tapasztalataimból eredtek, és az új pozitív tapasztalatok képesek lebontani hiedelmeinket és átkeretezni valóságunkat.

Amikor őszintén megosztottam néhány társammal velük kapcsolatos előítéleteimet, onnantól kezdve (kezdeti - hatalmas - megdöbbenésük után) mélyült el a beszélgetés és a köztünk levő kapcsolat is.

Közös célok. Ezek adják a közösség alapját (a tagjaival egyetemben). Mikor az első űrlapot töltöttem (a pályázattal kapcsolatban), azt kellett megválaszolnom, milyen közösséget szeretnék. Gondolataimat ekképp öntöttem szavakba: „Olyan

közösségre vágyom, ahol egymás iránti megértéssel, tisztelettel és egymás támogatásával haladhatunk közös célok felé. Nagyon szívesen lennék egy olyan közösség tagja, akik egy jó ügyet támogatnak, egy élhetőbb és jobb világért tesznek nap mint nap.” Ez a vágy azóta csak erősödött bennem, hisz az elvonulás hozzásegített ahhoz, hogy közösségben tudjak gondolkodni (vagy legalábbis újra legyen hozzá bátorságom).

Hogy miért írtam ekkora őszinteséggel történetemet? Talán azért, hogy pozitív példaként álljon azok számára, akik a jövőben szeretnének közösségekhez csatlakozni. Nekem az életemet változtatta meg az, hogy megismerhettem, milyen is egy valódi közösség. Ha ma megkérdeznék, hogyan is képzelem el a közösséget, mit jelent számomra ez a fogalom, ekkép felelnék: a közösség közös ég alatt tevékenykedő, egymást támogató, segítő emberek csoportja, akik közös célok felé haladnak egy biztonságos és megtartó közegben.

Nem túlzás ez, ilyen a valódi közösség (legalábbis számomra). Ki ne szeretne ilyen közösséghez tartozni?

Végezetül pedig József Attila sorait idézném, mely kezdettől fogva ott mocorgott bennem az elvonulás során: „Hiába fürösztöd önmagadban, csak másban moshatod meg arcodat”. Ez a két sor kifejezi, hogy mi, emberek társas lények vagyunk és nagy szükségünk van arra, hogy kapcsolódjunk, hogy valahová tartozzunk. Véleményem szerint ezen múlik egészségünk, boldogságunk, jóllétünk. A döntés a kezünkben van. Én azt mondom: fogjuk meg végre egymás kezét.



## 7. KÖZÖS(S)ÉG ALATT A FÉNYBEN

### A közösségek megtartó transzformációs ereje"

Ezt a közösséget János alapította 2023 nyarán. Ő egy több gyermekes apa, zenész, programozó, álomfejtéssel, szellem tudománnyal, szellemtannal foglalkozik. A Vajdasági Waldorf Közösségen keresztül ismerkedtem meg vele és a többi taggal. A későbbiekben a szabad vallás tanára lesz a vajdasági Waldorf iskolában, az antropozófia és az evangéliumi szellemtan tükrében. A vajdasági Waldorf közösséget elsősorban anyukák kezdeményezték és szervezték. János álmokat kapott a közösség szellemi vezetőjétől, hogy menjen be ebbe a közösségbe, ahol látta, hogy az apukák és férfiak háttérben vannak és nincs aki összefogja őket. A régi szabadkai Életrevaló Férfiak Közösség mintájára a Waldorf közösségnek alapított egy férfikört. Havi rendszerességgel találkozót, és elektronikus fórumot, elsősorban olyan témáknak, amelyek aktualitások a mai világ szellemi kihívásaira.

Baráti viszonyt ápolunk. Endre (béta) a másik legaktívabb tag, ki Suska kört és kalákákat szokott szervezni. Talán a kalákákon lehet a tagokat leginkább megismerni, azonosulni, közel érezni egymáshoz magunkat. Egy hatalmas közös ügyünk volt, hogy segítsük az első Vajdasági Waldorf iskolát megnyitni. Hála Istennek és minden résztvevő embernek idén szeptemberben meg is nyitotta kapuit az iskola. A tagok több férfi tagjának felesége az iskola alapítója. A férfi alázatos munkájával és energia befektetésével támogatták a női vezetőket. A férfi

alázatosan segíti a nő társát, akkor a nő hála energiával hálálja vissza. Remélem ezek a férjek meg is kapták.

Körülbelül 12 férfit számlál a közösségünk, de legalább ennyi család van a háttérben. Különböző periódusokban aktívabbak egyik-másik tag. Én és egy régi barátom 9 hónapja csatlakoztunk. Szépen össze tudunk dolgozni a találkozókra való eljutással és a témák megértésével. A napokban is megszervezésre került egy tagunk családi házának kerítés építésének közös kalákája. A Waldorf iskola helyszínének kitararításának és szépítésének is így módon adtunk teret és fektettük be energiánkat, közösen férfiak, nők, gyerekek, házastársak, családok. A végkifejlett gyönyörű lett! Csodálatos érzés volt látni és részese lenni, mikor 30 ember egy akarton van, belead apait-anyait és a lehetetlennek tűnő feladatot szempillantás alatt véghez vitte.

Mivel 9-es életúttal születtem le ebben az életemben, nehéz megtalálnom az egyértelmű szakmámat, több mindenhez értek egy kicsit és nagyon sok mindent dolgoztam már. Úgy hozta az élet, hogy kipróbáljam a tanári szakmát is. Pár éve különös módon berobban az életemben a spiritualitás és összebarátkoztam a csantavéri spiri csoporttal, ahol rengeteg jó embert ismertem meg. Köztük volt MC is. Aki egyik klubbeszélgetésen elmesélte, hogy épp a Vajdasági Waldorf találkozóról érkezett. Egyből felkeltette az érdeklődésem, bár még nem tudtam semmit a Waldorf szemléletről. MC-vel beszélgettünk róla picit, utána olvastam és végül felkerestem volt középiskolai osztálytársnőmet, aki végül az iskola egyik alapítója és első tanára.

Beszélgetésünk közepette meginvitált egy Waldorf tanári találkozóra. Izgatott voltam, majd megszéppent miután ráeszméltem, hogy megannyi gyönyörű nő társaságában kell képviselnem a férfi nemet. Hálával és mindenféle jó érzéssel a szívemben vártam a következő találkozást. Beindult a hullám és ráfeküdtem. Éreztem, hogy ebben a küldetésben részt akarok venni és segíteni a kezdeményezést. Eközben tudtam meg, hogy ennek a közösségnek férfi tagjai férfikört szokott szervezni. A barátom értekezett Jánossal és a következő találkozóra már mentünk is. Nagyon szívélyesen fogadtak. Azóta, ha tehetem, tartjuk a kapcsolatot. Amiben tudjuk, segítjük egymást, fizikai szinten a kalákákban, lelki szinten a beszélgetésekben és szellemi szinten a közös meditációkban és a kapott kinyilatkoztatások megosztásával. A közösség egyre inkább megismerte egymást, nőtt a bizalom, egyre erősebb, mivel több arculata is beindult.

Az egyik legnagyobb sikerünk a Vajdasági Waldorf iskola megnyitásának a közbenjárása volt. Az említett suskakör és kalákás kör is részben a férfikör közösség összetartásának eredménye. Ezen kívül hatalmas sikernek titulálhatjuk, hogy a férfikörön belül, félelem nélkül és ítékezés mentesen tudunk beszélni érzéseinkről. Egy példa: utolsó találkozásunkkor egy huszonéves tagunk felhozta, hogy ő nem szeretne Szerbia katonaságába besorakozni. Mivel 30 éves korig ismét kötelezővé tenné az ország a katonaságot. Nagyon bátor dolog volt ez férfi társamtól. Sok minden van ebben a kérdésben. Kell-e életét adja hazájáért, egy kizsigerelő országért ami nem is a nemzete, vízfejű gyáva politikusok egójáért, és persze tisztelegjen a háború előtt? Amit már az elmúlt több ezer évből megtanulhattuk volna, hogy hatványozottan több kár származik belőle mint haszon. Ilyen komoly témákkal tudunk egymáshoz fordulni.



Szerintem az egyik legnagyobb kihívás, hogy időt tudjunk találni az összejövetelekre ebben a túlpörgött világban. Mivel sok városból, faluból verbuválódott össze a közösség, ezért az utazás költsége is számottevő. Ezzel nem csak a férfikör közösség néz szembe, hanem a többi kör is, és a szülők is akik másik helységbe viszik gyerekeiket, hogy Waldorf szemléletű iskolába vagy óvodába járhassanak.

Próbáljuk megosztani a terheket anyagilag is, és egymással megszervezni a közös utazásokat is. A lelki bátorítás is sokat jelent, hogy tudatosítjuk egy nemes cél érdekében hozzuk meg ezeket az áldozatokat. Például János az egyik férfikör tagnak segített munkát szerezni, hogy anyagilag stabilabb legyen a helyzete. A suska kör segít, hogy mindenki megtalálja a saját erősségeit, képességeit, amire szükség van és amivel tud energiát cserélni. Nincs lehetetlen. Isten segítségével megoldunk mindent.

Úgy érzem ez a képzési folyamat, segít jobban megismerni önmagam és segít embertársaim feltérképezésében, hogy könnyebben tudjak kapcsolódni hozzájuk. Pozitív emberekkel ez sokkal könnyebb, hatékonyan végbe tud menni az adok-kapok energia és a szeretet körforgása.

Segíteni kell egymásnak a közösségen belül, hogy a tagok megtalálják a belső békéjüket az élethelyzetükhöz mérten. Több kalákát kell szervezni, hisz egyik legjobb elérhető ismerkedési mód, hasznos és aktív elfoglaltság. Talán valamit a test jólétére is ki lehetne találni közösség szinten, ami nem feltétlen a kocsmázás. A fárasztó munka és hétköznapiok után a férfiaknak is kijárna úgy mond 'wellnesszés' akár gyógyfürdő, masszázs. Amire szinte magától eszébe sem jutna, vagy cikinek tartsa, vagy sajnálja magától a pénzt, stb.

## 8. EGYÜTT EGYMÁSÉRT

Hogyan legyen fenntartható, megtartó közösséged

### Mondd el

Az ötletet a segíteni akarás, egy probléma megoldása hozta létre. Évfolyamtársak voltunk a Felvidéki mentálhigiénés képzésben, és a segítő beszélgetés tantárgyon feltétel volt a segítői kapcsolat. A három alapító tag létrehozta a Mondd el közösséget egy FB oldallal, hogy így segítsenek klienst találni Vikinek. Ez rövid időn belül létre is jött. Akkor még kívülállóként nagyon jó dolognak tartottam az összefogás, a csoport megalakulását és szívesen csatlakoztam volna a közösséghez. Hatékonyabbnak véltem a nagyközönség felé a mentálhigiéné közvetítését mint egymagamban magánemberként. Közösségben könnyebb, eloszlanak a terhek és jó, hogy van kivel megbeszélni, megosztani a tapasztalatot, esetleg megoldást találni egy felmerülő problémára. És örülni a sikereknek is jobb.

Az együtt eltöltött időnek és a “közös húr on pendülés”-sel mély baráti kapcsolat alakult ki az akkori évfolyamtársak között. Továbbra is fontos maradt a mentálhigiéné népszerűsítése, az emberek érzékenyítése a kényesebb témák irányába. Fontosnak tartjuk egymás támogatását a magánéletben és a hivatásában.

Mondd el - mentálhigiénés közösség 2022 elején alakult 3 taggal. Mostanra kilencen vagyunk, többlépcsős volt a bővülés amiben volt egy leválás is. A találjunk klienst Vikinek től a pályázatíráshoz jutottunk a bő két és fél év alatt. Szakmai szempontból sokfélék vagyunk. Igaz, hogy a mentálhigiénés képzés a közös pont a közösség

életében, de mivel nálunk ilyen önálló szakma nincs, így mindenkinek van egy fő tevékenysége, munkahelye ahol ténykedik. Vannak közöttünk többen pedagógusok, továbbá logopédus, szociális munkás, segítők, projektmenedzser, könyvelő és én, aki szintén “külsős” pénzügyi területről érkeztem a képzésbe, majd a csoportba. Vannak akik már fő foglalkozásban a segítőként munkálkodnak, többen a hivatásukba csempészték be a mentálhigiénés szemléletet vagy kiegészítő tevékenység keretében foglalkoznak kiliensekkel egyénileg vagy csoportok foglalkozások keretén belül.

A Mondd el közösség 2022 elején alakult három taggal. Tavasszal csatlakoztam a közösséghez négy másik csoporttársammal. Nagyon örültem, hogy méltónak találták és meghívtak a csoportba. Így lett nyolc tagú a csapat. Tanulmányaink alatt a közösségi média felületén népszerűsítettük a mentálhigiéné fogalmát. Ami még specifikus a közösségünkben, hogy nagy távolság van közöttünk amit kilométerekben kell érteni. Személyes kapcsolódásra a képzések alkalmi adtak lehetőséget. A következő fontos dolog az volt, mikor az egyik tag úgy döntött, hogy ő nem érzi magáénak a közösséget, nem tud azonosulni vele és kilépett. Lassan elérkeztünk a tanulmányaink befejezéséhez, lekerült rólunk a zárómunka írásának a terhe, kicsit fellelegezhettünk. Ebben a megterhelő időszakban Viki tartotta a Mondd el szakmai terheit, rendszeresen posztolt ,ezzel tartva életben a közösség oldalát. Ő akkor úgy döntött, hogy nem fejezi be velünk a tanulmányait,későbbre halasztja a szakdolgozata megírását. 2023 nyarán újabb 2 taggal bővültünk és ezzel kilenc fős lett a Mondd el. Ősszel megszerveztük keleten az első konferenciát, amit sikeresnek éltünk meg.

A visszajelzések is ezt igazolták. 2024 elején egy közösen eltöltöt csapatépítő hétvégén találkoztunk. A korábban említett nagy távolságot ilyen módon tudjuk oldani. Havi rendszerességgel találkozunk az online térben, de ez nem elegendő a kapcsolat megtartásához, kellenek a személyes találkozások is. Ezért döntöttük el, hogy ezeket is rendszeresíteni fogjuk. Akik közelebb laknak egymáshoz természetesen gyakrabban találkoznak, de szükség van a közös találkozás élményére.

Számomra siker az, hogy még vagyunk és dolgozunk azért, hogy legyünk is. A képzés alatti rendszeres találkozásokot nehéz pótolni az online térben. Mivel sokunknak a mentálhigiéné nem a fő megélhetési forrása így tényleg energiát igényel, hogy ennek is helyet találunk, vagyis inkább közös időpontot találjunk a kapcsolódásra. 2023 júniusában az Összetartozás napján a Mondd el képviselte a felvidéki képzést a megemlékezés rendezvényén. 2023 őszén megszervezett konferenciát tudnám még megemlíteni. Hárman együttműködve, egymást kiegészítve hoztuk létre keleten és önerőből. Sikerült annyi embert megszólítani, hogy a bevétel fedezze a szervezés kiadásait.

A projekt. A téli személyes találkozás alkalmával felmerült, hogy akár pályázhatnánk is amivel anyagi fedezetet biztosíthatnánk a személyes találkozásnak és egyéb szakmai tevékenységekre, önfejlesztésre, kapcsolatépítésre. Az első pályázati kiírás határideje és a megírás között nagyon kevés idő volt. Nagyon gyorsan elkészült a nyugatiak összefogtak, összeültek a nappaliba és erőn feletti teljesítményt nyújtva megírták é beadták. Következett a várakozás ideje, közben a láthatóságunk a neten csökkent, nem készültek posztok, majd a nyári időszakra fel is függesztettük. Elkövetkezett a nyárra betervezett közösségépítő napja. Ami újabb kihívást hozott, mivel nem vett rajta részt mindenki. Számomra nehéz volt elfogadni a magyarázatot egy olyan dologra ami fél évvel ezelőtt be volt tervezve. Visszatérve a korábbi témához a pályázat nem nyert, jött a nagy kérdés, hogyan tovább. A sok belefektetett energia nem térült meg, és az elbirálás miéértje is több helyen érthetetlen volt, hogy végül is mi nem felelt meg. Voltak részek amik nagyon le voltak pontozva és szégyenérzet keletkezett, hogy nem jól teljesített a csapat. Nem érdemeljük meg a támogatást.

Kihívást jelentett még, hogy az online alkalmakon mindenki jelen legyen. Sok idő kellett a megszervezéshez, vagyis a mindenkinek megfelelő időpont kiválasztásához.

Minden esetben a nyílt és őszinte kommunikáció. Meghallgatjuk egymást, ki hogy érzi, élte meg az adott helyzetet, mi az ami segít neki abban, hogy könnyebb legyen. Az online találkozás időpontját fix napra tettük, minden hónap első hétfő estéje lett a

rendszeres találkozás ideje. Megegyeztünk abban, hogy ezen nem változtatunk, aki nem tud valamilyen oknál fogva részt venni, az csatlakozik a következő alkalommal, de nem tologatjuk az időpontot. Így előre mindenki tudja, hogy azt az estét, pár órát egymással kapcsolódva töltjük. Igyekszünk pontosabban meghatározni a feladatokat, ki miért felelős az adott helyzetben. Például a vezetést is felosztottuk 3 területre és megegyeztünk melyik területért ki a felelős. Az egyéni felelősségvállalást minden tagnak magának kellett meghoznia, ezt kieroszakolni nem lehet. Időt hagyni és támogatni a folyamatban, erre van lehetőségünk. Most a második pályázat beadása után, újra nagy beszélgetésre kerül majd sor. Sok minden új helyzetet kellesz átbeszélni, őszintén bízom benne, hogy a fejlődésnek ezt lépcsőfokát is meglépi a közösségünk.

Nem tudtam korábban, hogy a közösségi létnek vannak sajátosságai, törvényszerűségei és fejlődési szintjei. Ennek a ténynek az ismeretében még nem is a törvényszerűségek ismeretében, mert annyira nem ástam magam bele a témába már adtak egy megértést.

A közösségi dinamika törvényszerűségei abban segítenek, hogy minden ami bennünk és velünk történik normális és elengedhetetlen. Fejlődésben, változásban vagyunk. Ahogy az életem egyéb területe is folytonos változás, ez éppen ugyan úgy igaz a közösség életére is. Ez nagyon fontos tudatosított dolog. Az, hogy nem várjam, hogy ugyan úgy fogunk működni még évek múlva is. Nincs stagnálás, vagy fejlődünk, vagy amortizálódunk.

A fejlődésért tenni kell, de nem kell mindig mindenkinek egyforma mennyiségű energiát beletenni. Erre nagyon jó magyarázatot kaptam Erától körök működésének a figyelmembe ajánlásával. Ennek segítségével megértettem, hogy akkor is jól működik, sőt attól még erősödik a közösség tagjai közötti kapcsolat, ha elfogadjuk, támogatjuk a külső körben lévő csapattagot. Behozzuk a körbe és megtartjuk míg erre van szüksége.

Konkrétan a hajó építő feladat volt ami a legtöbb felismerést hozta. Nem csak a vezető szerepe fontos, ami jó, ha több emberből áll, hanem a többieké is. A végrehajtó, csendesen cselekvő tag is létfontosságú. Sőt a mindig mindent megkérdőjelező, ellenpólust képviselőre is szükség van a kiegyensúlyozott működéshez. Ezzel még sokat foglalkoztam később is. És nem győzöm hangsúlyozni, hogy a megfelelő kommunikáció mennyire fontos, hogy tisztán, érthetően és pontosan fejezzük ki magunkat, mikor egy feladat megoldásán dolgozunk a közösségünkben. Mindig úgy kellene, nem csak akkor.

Vannak még súrlódások a tagok között, de úgy érzem erre a megoldás a megfelelő kommunikáció. Még ha néha sok időt el is vesz más esetleg akkor fontosabbnak, sürgetőbbnek vélt tevékenységektől, időt kell szánni ezeknek a felderítésére. Fontos, hogy mindenki elmondhassa mit érez az adott dologgal kapcsolatban és hogy milyen megoldás lenne számára kielégítő. Hogyan tudunk tovább haladni, úgy, hogy az számára is komfortos legyen, a sajátjának érezze a közös ügyet. Ami még megoldásra vár a csoporton belül, az a feladatok pontosabb meghatározása.

Jövőbeli célokat nem tudok, nem én vagyok a csoporton belül a tervező, előre látó, számomra a kivitelezés a komfortos feladatkör. Hogyan lehet az adott feladatot hatékonyan kivitelezni. A tervezésre vannak sokkal ügyesebbek, már nem is szeretném elvenni tőlük a lehetőséget. Ezzel a döntéssel energiát spórolok meg magamnak, amit a későbbiekben tudok hasznosítani akkor, amikor arra szükség van.



## 9. AMI KINT, AZ BENT...

### Ismerd meg, szeresd, óvd a önmagad és a környezeted

Több közösség része vagyok. Választottam egyet, amely közösségi szempontból vizsgálva a legnagyobb tanulság volt számomra.

Abból a célból jött létre az EcoKarma nevű környezetvédelmi szervezet, hogy egy élhetőbb, egy tisztább faluban éljünk és ezen az ügyön közösen dolgozzunk. Olyan emberekből álló csapat alakult ki, akik megunták nézni azt, hogy kíméletlenül bánnak néhányan a környezetükkel, megelégette a szemetelést, az emberek hanyagságát és a tagok szeretnének egy élhetőbb, tisztább és folyamatosan fejlődő településen élni, ahol a gyermekeink, unokáink és azok gyermekei is büszkén tekinthetnek majd szülőfalujukra.

A közösségé alakulás a kezdetekben egyetlen személy fejből kipattant, tennünk kell a falunkért, majd ezt az ötletet szélesebb körben kiterjesztette. Mivel egy olyan olyan faluban élünk, ahol mindenki ismer mindenkit, így elterjed ez a törekvés, majd 10 fős csapat alakult ki. Kezdetekben erős volt a tenni akarási vágy.

A tagok között a közös ügy az elsődleges. Viszont óhatatlan az, hogy a közösségbe való bevonáskor közeli családtag, illetve barátokat hívjuk. Majd hosszabb ideig egy csoportban olyan személyek tudnak együttműködni, akik együtt jól tudják érezni magukat.

A közösség 2020-ban alakult ki, 10 fővel indultunk. Azóta változott a közösségünk száma. Kezdetekben nagy lelkesedéssel indultunk, tele tenni akarási vágygal, azóta sok minden változott, a tagok cserélődtek is, több okból.

A csantavéri EcoKarma környezetvédő egyesület több mint négy éve alakult. Az egyesület székhelye a Bartók Béla művelődési házban van. Az elsődleges célja az volt, hogy próbáljuk szebbé tenni a falut és környékét. A problémákat a csapat akkor realizálta, mikor pandémia kezdetén többen hazaköltöztünk és szembesültünk vele, hogy külföldön mennyivel rendezettebb környezetben élnek az emberek. Meg kell említenem, ekkor sok időnk felszabadult, mivel korlátozott ritmusban éltünk.

A közösségünk akkor alakult igazán erős csapattá, mikor rábukkantunk egy környezetvédelmi pályázatra. Így gyorsan túljutottunk azon, hogy „csak” beszéljünk a problémákról, hamar nekiláttunk a pályázatírásnak. A pályázat szerb nyelven volt meghirdetve, így érkezett a csapatban olyan személyt, aki kétnyelvű. Ezt a pályázatot 6-8 személy írta meg, egy 350 ezer dináros pályázatról volt szó, amiből több mindent tudtunk megvalósítani. Ebből az összegből született meg az *Itt is van élet* című kisfilm, amelynek témája mi a legégetőbb környezetvédelmi gond a lakóhelyünkön. Az egyesület tagjai ezzel a filmmel azt szerették volna elérni, hogy minél többen elsajátítsák a környezettudatos gondolkodást és életmódot. Továbbá egy honlapot készítettünk, ebből alapítottuk hivatalosan a szervezetünket. Jutott pénz egy akcióra, melynek során a helyi piacon hálós szatyrokat osztogattunk az embereknek, hogy inkább azt használják, mint az egyszer használatos műanyag zacskókat. Végül megszerveztük az első tisztítási akciónkat, amelyet a Csík-éren (a településünkön található kis ér) szerveztünk, ebből tudtuk az ételt és az üdítőt biztosítani az önkénteseknek. Ez a pályázat óriási erőt adott, az anyagi forrástól túl, összekovácsoló erővel rendelkezett.

Majd a pályázatnak köszönhetően hivatalosan bejegyzett szervezetünket szándékunkban állt továbbá működtetni. Kezdetekben több akció keretében gyűjtöttünk már szemetet. Majd továbbgondoltunk a szemétyűjtési akciókat és azon eltűntünk, hogy a településünkön nincs lehetőség szelektív hulladékgyűjtésre. Így a csapatunk kialakított egy gyűjtőpontot a művelődési



házban, ahova havi egy alkalommal a helyi lakosok elhozhatják a szelektíven gyűjtött hulladékukat, mindez azóta is működik. Ezt követően faültetési akciót szerveztünk, takarításokat, majd pályáztunk eszközbeszerzésre facsemetékre.

Megközelítőleg két évig nagyon lelkesen működött a közösségünk. Egy idő után pedig a külvilágban is visszaállt a korábbi rendszer és a csapattagok nagy része pedig továbbállt és tehernek kezdte érezni az önkéntes munkát. Többek élete másképp alakult, így nem tudott erre a közösségre és a feladatokra több időt szánni. A kialakított tevékenységek működtetéséhez sok áldozatos munka kellett, így hosszantartóan ez többen nem tudták vállalni, valamint nem ezzel a céllal érkeztek a csapathoz, hogy kétkezi munkát végezzenek, hanem a környezetükben élők gondolkodásán változtassanak, mivel ez egy meglehetősen nagy kihívás, amit nem is lehet olyan egyszerűen megtenni, ezért többen meghátráltak egy idő után.

A közösség átalakult, a korábbi tagok új utakon haladtak tovább. Viszont érkeztek új tagok és a tevékenységeink folytatódtak tovább. A közös munkánk fordulatot vett a tagok cseréjével. Az EcoKarma Egyesület célja továbbra is a lakosság környezettudatos életmódjának növelése, és általa a környezetünk megóvása. Nagyobb hangsúlyt fektetünk a környezeti nevelésre. A művelődési ház udvarát rendszeresen gondozzuk, növényeket ültettünk, komposztálót használunk, figyelünk a beporzókra és a madarakra.

A környezeti neveléssel kapcsolatban 2023.-ban első alkalommal Nyári öko-tábort szerveztünk 7-11 éves gyerekek számára. Az élménypedagógia módszereivel megismertetjük a résztvevőkkel környezetünk védelmének fontosságát. A tábor során fontosnak tartjuk, hogy a gyermekek ne csak elméleti tudással gazdagodjanak, hanem gyakorlati tapasztalatokat is szerezzenek. A természetben való aktív részvétel segít abban, hogy a résztvevők jobban megértsék a környezetvédelem fontosságát és motiváltabbak legyenek a mindennapi életben

való odafigyelésre. A Nyári öko-tábor célja, hogy tudatosabbá tegye a résztvevőket környezetük védelmében, hogy megismerjék és megszeressék az őket körülvevő élővilágot.

A Nyári öko-tábor rövidtávú célja a gyermekek környezeti nevelése, a környezettudatos magatartás elősegítése. A természet – s benne az emberi társadalom – harmóniájának megőrzését célozza. A foglalkozások során megismerjék és megszeressék közvetlen környezetük élővilágát. Állatbarát kert kialakításának módszereit sajátítják el. Hosszú távú célok pedig környezeti neveléssel kapcsolatosak. Legtöbb szokásunk alapja a kisiskolás életkorhoz kapcsolódik, irányítva későbbi cselekvéseinket, döntéseinket. Célunk, hogy olyan tapasztalatokat szerezzenek, melyekkel hosszú távon érzékennyé válnak a környezetük iránt.

Tavalyi évben, az elnyert pályázatunknak köszönhetően egyesületünk székhelyén közösségi kertet alakítottunk ki. Gyógy- és fűszernövényeket, őshonos cserjéket ültettünk, ismeretterjesztő táblákat helyeztünk ki. Több alkalommal szerveztünk közösségi programokat, műhelyfoglalkozásokat. Örömmel tapasztaljuk, hogy egyre nagyobb az érdeklődés a programjaink iránt ezért a közösségi kert és a programok bővítését tűztük ki célul. Közösségi kertünkben természetbarát bemutatóhelyet alakítottunk ki. Programjaink megvalósításakor a természetbarát bemutatóhelynek köszönhetően a gyerekek könnyebben megismerik és elsajátítják a fenntartható és környezetbarát életmód módszereit és lehetőségeit.

A pályázatnak köszönhetően sikeresen továbbfejlesztettük az Ismeretterjesztő közösségi kertet. A közösségi kert lehetőséget ad számunkra, hogy a rendezvényeinken tematikus műhelyfoglalkozásokat tartsunk. A pályázaton elnyert összegből, a kert kialakításához vásároltuk növényeket, ismeretterjesztő táblákat, a magaságyás kialakításához eszközöket, továbbá a programok,

műhelyfoglalkozások megvalósításához és a kert fenntartásához különböző alapanyagokat biztosítottunk és madáreleséget a téli etetéshez.

Tulajdonképp az előző részben megtalálható az, amit sikernek könyvelhetünk el, mégpedig az első közösen megírt pályázatunk. Nagy lendületet kaptunk általa, elsősorban, mert lett egy közös célunk, ami egy motivációt adott. A pályázat által egy közösség alakult, mivel kihívás volt megvalósítani. Tehát a közösség közös cél miatt tudott megalakulni. Miután megvalósítottuk az első közös célunkat fordulatot vett a csoport működése.

Az első nagyobb kihívást a saját szemszögemből tudom vizsgálni, ami véleményem szerint a teljes csoportra kiterjedt. Felelősségvállalás szempontjából pár személynek korábban már megjelenhettek kihívások.

Az első kihívásunkra a Közösségi képzés adott valamiféle magyarázatot. Többen szerették volna betölteni a vezetői szerepet, mintsem egyszerű aktivista minőséget. Legtöbbünknek nem is volt képe, hogy mit is jelent valójában a vezetői szerep. Voltak, akik inkább presztizsként tekintettek rá, nempedig úgy, mint vezető egyenlő felelősségvállaló. Tulajdonképp a hosszú távú céljaink különböztek, ez viszont nagyban változtatott a továbbhaladáson. Tehát a hosszú távú célok ötletek formájában merültek ki. Az ötletelők (stratégák) semmiféle felelősséget nem tudtak, illetve akartak vállalni.

Itt érek el ahhoz a ponthoz, hogy a képzés választ nyújtott abból a szempontból vizsgálva, hogy a szerepeket megértettem, ennek fényében magyarázható az, hogy legtöbben stratégák voltak a csapatban, akik véleménye sokszor nem egyezett. Emiatt akadozott a közösség működése, mert a csapat 90%-a ötletelni szeretett, mintsem kivitelezni. Operatív személyből kevés, facilitátorból szinte

egyáltalán nem volt. Bár párszor készült terv a megbeszélésekre, tehát kevés alkalommal voltak strukturálva a kusza megbeszélések. Az összeszerető szerep nem jelent meg, valamint közösségépítő vagy csapatépítő programjaink is kimaradtak. Tehát végül egy feladatsor maradt és legtöbbször mindegyikre már csak nehézségként, teherként és megoldandó feladatként tekintett.

Kezdetekben ösztönösen érzékeltük azt, hogy egyedül nehéz bármit teremteni, mindig kell hozzá egy közösség. Tehát azért fontos a közösség, mert sokkal nagyobb teremtő erővel rendelkezik, mint egy egyedülálló személy. Sajnos mindezt egy idő után elfelejtettük.

Aki menni akart elengedtük, így megoldást csakis az jelentett, hogy reformáltuk a dolgokat, a közösség átalakult. Amiért létrejött ez a közösség, a környezeti nevelés, tájékoztatás, szelektív hulladékgyűjtés és a környezetünk iránti érzékenység növelése továbbra is cél maradt. Ennek fényében haladtunk tovább. Mindez a megoldást nem nyújtott, viszont továbblépést igen. A közösség teljes egészében nem tudott együtt maradni. A továbblépés az operatív tagoknak volt köszönhető, mivel tettekre volt szükség.

Elsősorban a szerepek felismerése, megértése nyújtott segítséget a képzés. Egyfajta elfogadás történt ennek köszönhetően.

A közösség fejlesztési céljai az, hogy bővítsük a közösséget. Közösségen belül a szerepeket felosztjuk, valamint csapatépítő programokat csináljunk.

## 10. VÁGYOTT ÚT

...és ahogy mész rajta, napról napra megbizonyosodsz róla, hogy az összes korábbi akadály és nehézség is azt szolgálta, hogy arra a bizonyosra... a 'vágyott' utadra léphess egyszer

Hosszú-hosszú évek során, gyakorlatilag gyerekkorom óta nem szívesen klikkesedtem. Mondhatni, többnyire – lehetett szó kisebb akár nagyobb csoportról – mindig kilógtam a sorból. Pedig alap természetemnél fogva mindig is szerettem emberek között lenni, kapcsolódni hozzájuk, mégis valamiért egy bizonyos pont után kerültem az olyan társaságokat, ahol nem találtam hasonszőrű „társakra”. Az évek múlásával aztán rájöttem, csak olyan személyekkel, olyan környezetben tudok kapcsolódni igazán, ahol vannak közös értékrendek, ahol a materiális világon túl tudunk egymásnak adni még valami mást is. Az ilyen emberek iránti „igényem” azt hiszem az után kezdett bennem mocorogni úgy igazán, miután szülővé váltam és családom lett. A valahová tartozás érzése egyre inkább dolgozott bennem, és tulajdonképpen dolgozik bennem azóta is. „Magányos gyerekként”, később pedig hasonló tapasztalva a kapcsolatomban is „magányos felnőttként” több évtizedes bolyongás után a nagyvilágban jöttem rá, hogy az egyik legnagyobb érték az életben, ha olyan közösségbe tartozhatok, ahol megértenek, elfogadnak olyannak amilyen vagyok, és ha szükséges támogatnak az utamon.

Ezen felfedezésemet megelőzően természetesen ösztönösen is bele-belebotlottam támogató szándékú emberekbe, csoportokba: főként ugye az aktuális

élethelyzetemből fakadó témák kapcsán: mint az anyaság, a gyereknevelés, vagy az egészséges életmód, ami az én esetemben inkább egyfajta egyensúly keresést jelentett a hétköznapi életben. Nem utolsó sorban pedig a fizikai-mentális egészség összefüggésének kutatását is.

Az elmúlt nagyjából 2-3 évben annak köszönhetően, hogy én ezeket a feljebb említett ún. személyes témáimat mertem felvállalni, mertem velük nyíltan foglalkozni, illetve a környezetemben is bátrabban kommunikálni, egyre több olyan embert, mozgalmat volt szerencsém megismerni, akik rendre megerősítettek abban, hogy rengeteg kérdéssel, problémámmal, tervemmel, vagy akár vágyammal nem vagyok egyedül. Sőt. Elegen vagyunk. Csak manapság megtalálni egymáshoz a megfelelő utat, kommunikációs eszközt, lehetőséget a kapcsolatfelvételre, később a találkozásra nem is olyan egyszerű. Viszont nem lehetetlen.

Maga a közösségi képzés, amelyben részt veszek megerősít abban, hogy az a folyamat amibe a megérzéseim valamint motivációim által belevágtam, majd úgymond organikusan kezdtem tapasztalni a közösség erejét abszolút jó irány, ráadásul bizonyos rendszert kialakítva, és ezen rendszerhez igazodva saját stabil és működőképes közösség kiépítésére is képes vagyok.

Több éves háttérből való megfigyelő pozícióból egyre inkább érzem a készletet, valamint az elszántságot, hogy saját közösségem kialakításán dolgozni kezdjek. Az indulás számomra feltehetőleg azért is nehéz, mert több pólusú személy lévén nincs kizárólag egyetlen téma vagy érdeklődési kör, amely köré a közösségemet építeni szeretném. Az én vízióm a kisebb közösségek összefogása, akik az élet különböző területein munkálkodnak: ilyenek például az önellátó közösségek, az oktatás megreformálásán, valamint a gyerekeink edukációján dolgozó közösségek, de ugyanúgy a felnőtteket edukáló közösségek, a mentális és fizikai

egészségünket támogató közösségek. Legfőképp pedig hiszek abban, egy-egy közösség minden egyes tagja fontos, hogy megtalálja helyét és feladatát a közösségen belül, hogy az a bizonyos közösség valódi közösségként működhessen.

Elsődleges feladatomban érzem tehát, hogy azokban a témákban, amelyek aktuálisan a mindennapjaimat képezik megtegyem a megfelelő lépéseket. Kisgyerekes anya lévén folyamatosan foglalkoztat a kérdés, hogyan tölthetnék úgy több időt együtt a kisfiammal, hogy az úgymond hasznos is legyen: hogy például mozogjunk közben, a friss levegőn legyünk, esetlegesen kertészkedjünk: virágot ültessünk, almát, diót, gyógynövényt, egyebet szedjünk – mindezt hasonló beállítottságú szülőkkel, és gyerekeikkel.

Ehhez fel kell vennem a kapcsolatot a környékünkön működő Fűvesasszonyokkal átbeszélni velük a lehetséges alternatívákat gyerekekkel kivitelezhető kérdéskörben. Érdeemes lesz mindenképpen létrehozni egy csoportot az online térben is, ahol feltehetőleg gyorsabban összegyűlhet azon személyek névsora, akik szívesen részt vennének ilyen tevékenységekben. Megfelelő helyszín biztosításával, akár kezdetekben egymás konyhájában is a leszüretelt finomságokból készített ételek elkészítése a következő nagyszerű közös program lehet. Az így összekovácsolódott szülő-gyerekes kiscsapattal megszólíthatunk akár egy-egy kertészetet, ahová rendszeresen ellátogathatnánk segíteni, amiért cserébe a kertben termő finomságokból kóstolhatnánk.

De ugyanezzel a kis csapattal rendszeresen gyerekbarát túrákat, közös sportolós, táncolós programokat is szervezhetünk majd.

A hosszútávú céljaink közé pedig ideális esetben bekerül majd a közös kert, akár egy közösségi ház, sőt azok számára, akik hasonlóan mint én szeretnék minél inkább természetközeli lakni, fenntarthatóbb körülmények között élni, nagyon szívesen fontolóra venném a lakóközösségi, ill. cohousing koncepcióját is. Aktuális

„kisközösségem” összekovácsolását pedig a következőképpen képzelem el, valamint érzem jelenleg kivitelezhetőnek: a színtanácsadói tevékenységnek és az aromaterapeuta képzésben való részvételemnek köszönhetően - nagy öröme - rendre találkozom hasonlórú személyekkel, akik hasonlóan mint én, az eredeti végzettségüktől szinte teljesen eltérő terület felé vették az irányt a közelmúltban, és dolgoznak azon nap mint nap, hogy akár munka mellett, a szívükhöz-lelkükhöz közel álló „hobbiból” egy olyan életvitel kerekedjen ki, amiben az elképzeléseik szerint, de a családjukkal összhangban tudnak működni. Ezekkel az elsősorban nőkkel, anyákkal igaz lassan, de organikusan alakul egyfajta csoportszellem, aminek szeretnék látható formát is adni.

A csoportosulás fontosságát több szempontból is létfontosságúnak tartom: közösségként láthatóbbá válni a közösség tagjainak civil egyénként, akár vállalkozóként különösen nagy pluszt adhat, de ugyanúgy óriási szerepet tölthet be minden egyes tag életében, ha a közösségen belül egyrészt támogatni tudjuk egymást, olykor ha csak egy-egy jó szóval is, de hosszútávon egymás nevének továbbviteléhez is a köztudatban, ezáltal is segíteni egymást közösségi tevékenységünk építésében. Végül pedig nem mellékesen nagy jövőt látok a közösségen belüli, egymás közötti „csere-bere”, ill.barterozós lehetőségekben.

Az út kanyargósna és kihívásokkal telinek ígérkezik, de miután a közösségi képzésnek köszönhetően egyre tisztább a kép, hol is lehet az én helyem a közösségemen belül, sokkal több elszántsággal, határozottabb képpel a fejemben indulok neki ennek a bizonyos ÚTnak.



# 11. FELNEVELEM MAGAM

## Egy férfi önismereti útja

Meghatározó családi minta az elhagyatottságról és az egyedüllét érzéséről.

Segítség!

Ez volt az a szó amivel ki tudtam szólni a rám nehezedő érzelmi nehézségek alól. Látszólag csak egy szó és én még is olyan sokáig vártam vele. Feleségemet 21 órányi vajúdás után hagytam a kórházban, mivel a munkám elszólított és én akkor és ott nem az az ember voltam aki azt tudta volna mondani, hogy a feleségem és születendő kisgyermekem mellett van a helyem. Eljövetelem után egy órával jött is a telefon megszületett a kisfiatok mind a ketten jól vannak. Életem eddigi legszebb és egyben legmeghatározóbb élménye mind a mai napig. Csodálatos érzés volt tudni, hogy rendben vannak és ugyanakkor még is egy szörnyetegnek éreztem magam, hogy cserben hagytam őket.

Ezt követően egy hatalmas érzelmi válság kellős közepén találtam magamat. Egyszerre voltam a világ legboldogabb embere, egy másik pillanatban pedig megmagyarázhatatlan sötét és fájó érzések lettek úrrá rajtam. Tulajdonképpen még el sem kezdtem a szülői utamat, már a legelején azt éreztem kudarcot vallottam.

Gyerekkorom meghatározó élménye, hogy apu mentális beteg lett és édesanyám egymaga kényszerült bennünket felnevelni. Küzdelmes évek voltak. Mindezen nehézségeket megélve fokozatosan alakult ki bennem (kényszeresen) egy kép arról milyen családapa és férfi szeretnék lenni.

Gyermekkori sérülésekből kezdtem meg apaságom mondván én mindig itt leszek nektek, rám mindig lehet számítani. Ebben az odaadásban égtem 3 évig miután

azon kaptam magam kislányunk születése után, hogy elfogytam. A családi élet mellette az építkezés és a vállalkozás olyan küzdelmeket hoztak amik bennem állandó feszültséget szültek.

Életem minden területén és minden szerepében meg akartam felelni. Nem akartam olyan lenni mint apu nem akartam csalódást okozni a családomnak. Úgy éreztem egyedül vagyok mindenre senki nem tudja mit érzek valójában. Hol az áldozatiság hol pedig a lelkiismeret furdalás gyötrő érzései váltogatták egymást. Persze én mindeközben az általam vélt „erős férfi„ látszatát igyekeztem kelteni.

Több évnyi szorongás után jutottam el az önismeretbe, ahol saját magam belső világának megismerése segített egyre jobban reflektálni a működéseimre és a körülöttem lévő emberek működéseire. Ebből egy új kapcsolat született önmagammal.

Egy bizonyos ponton azt kezdtem érezni, hogy még mindig nem tudom ki vagyok valójában de egy ideje érzek valakit legbelül és az, hogy kapcsolatba kerültem vele egy nagyon tápláló és egyben meghitt élmény. Mintha már nem lennék annyira egyedül. Nagyon mély megéléseket hozott ez az időszak. Valahogy úgy tudnám megfogalmazni, hogy egyszer csak résztvevőjévé váltam a saját életemnek. Egyéni és csoport terápiais eszközökkel az önismeretbe haladok a megtapasztalás rögzös útján, míg nem megérkeztem jelenlegi fő témámhoz ami a bennem lévő sérült belső gyermek. Azzal, hogy apává váltam egy olyan regressziós folyamat lavina indult el, ami a múlt traumáit sorra aktiválta és ennek köszönhetően újraélem gyermekkorom sérelmeit. Lassan de biztosan felsejlik a múlt ami gyógyulni kíván.

Mostanra sikerült eljutnom oda, hogy úgy érzem nem vagyok egyedül. Úgy érzem rengetegen vagyunk hasonló cipőben. Utam során a férfi lét rejtelsei és az apaság kihívásai azt a szándékot erősítették bennem, hogy szívesen kapcsolódnék hozzám hasonló gondolkodású férfi közösségekhez. Felgyorsult társadalmunkban nincs kézikönyv ahhoz kinek hogyan tovább. Természeti lényekként elszakadunk az anyatermészettől és a zajos nagyvilágban keresünk kapaszkodókat.

Egy olyan közösséget látok ahol a férfiak egyenrangúak nem több és nem kevesebb az egyik a másiknál. Meghatározott időközönként találkozunk egy több napos túra

keretein belül. Ahol meg tudjuk élni a természettel való kapcsolódást. Különböző szinteken legyen az kint alvás a szabadban, tűzgyújtás vagy csak együtt lenni az éppen adott szélsőséges természeti időjárásban. Tudatosan építve egy olyan bizalmi teret ahol az emberek megnyílnak egymás előtt az esti tábortűznél.

Megosztva egymással érzelmi válságot, szülői kihívásokat vagy éppen párkapcsolati nehézségeket. Annyi minden történik velünk, segítsük egymást a hétköznapi kihívásaiban a férfi útban.

Ha hajlandóak vagyunk tenni ezen az úton azt hiszem önmagunk jobb változatához tudunk fejlődni, ami hatással van közösségeinkre, családainkra és társadalmunkra. Az előttünk járó generációk birtokában nem léteztek ezek az eszközök amik nekünk önismeret által megadatnak. A világ változik és nekünk férfiaknak újra tanulnunk kell összeszerveződnünk.



## 12. KÖZÖS ÜGYBŐL KÖZÖSSÉG

A jó együttműködéshez, az iskolaalapítás sikerességéhez, de még inkább a további működéséhez arra van szükség, hogy közösségként működjön ez a csoport vagy csapat, de amikor én csatlakoztam, ez már, úgy gondolom, létezett, mivel az indítványozók kezdettől fogva így álltak hozzá.

A közös ügy hozta össze a tagokat, de mára barátság alakult ki közöttük, legalábbis nagy részük barátoknak mondhatja és tekinti egymást.

Mintegy 50-80 fő közötti egyén tartozik ide. Kb 50 a felnőttek száma, és ezen felül a gyerekek, akiket ezekbe az intézményekbe járatnak, vagy szeretnének járattatni előbb-utóbb, de nem csak családosok vannak itt, hanem olyan egyedülálló felnőttek is, akiknek a légkör, a szellemiség volt vonzó valamilyen szempontból. Azt mindenképp hozzá kell tenni, hogy egy dinamikusan fejlődő közösségről van szó. Olykor megkeres minket egy-egy érdeklődő, aki meg akarja ismerni a Waldorfot, az antropológiát, amikor pedig valamilyen programot hirdetünk, évkezdésre készülünk, iskola- vagy óvodanyitásra, és meghirdetésre kerül, hogy lehet csatlakozni, akkor újabb érdeklődők tűnnek fel, akik ha megbizonyosodnak róla, hogy itt a helyük, közelebb kerülnek, jobban részt vesznek a közösségben, és ezzel együtt vannak eltávolodások, lemorzsolódások, tehát pontos szám nehezen adható meg.

A 2021 elején felvetődött ötlet óta, tehát 3-3 és fél év alatt 3 intézmény jött létre, két óvoda, azaz családi napközi, és egy iskola, vagyis az első osztály egy osztálytanítóval. Ezenkívül vannak más településen lakók, akik alkalomadtán szintén helyi intézmény indításán gondolkodnak, illetve csatlakoznának, ha helyben, vagy a közelben lenne hova, aztán majd a következő években, új osztály indításakor is növekedés várható. Vannak szimpatizánsok, akiket a távolság tart vissza attól, hogy csatlakozzanak, és vannak, akik hajlandók utazni, gyerekeiket utaztatni ezért a fajta pedagógiáért. Mindenkinek nem tudunk megfelelni, de mindenkit szívesen látunk, akár lazább kapcsolódásokra, esetleges későbbi együttműködések előkészítve.

A közösség története 2021-ben a magyarkanizsai dúlaképzésen kezdődött, ahol páran a résztvevők közül rájöttek, hogy hasonlóan gondolkodnak abban, hogy nem értenek egyet a jelenleg érvényben levő oktatási rendszerrel és szívesebben járatnák gyermekeiket egy alternatív intézménybe. A Csillától jövő felkiáltásra, miszerint alapíthatnának közösen Waldorf iskolát és óvodát, felcsillant a szemük. Mint kiderült, Csilla érdeklődésére érkezett is már egy felajánlás Magyarországról egy vajdasági származású antropozófus szervezetfejlesztőtől, Tamástól, hogy segítene az elindulásban. Több évnyi előkészületre számíthattak.

El is kezdtek foglalkozni a témával, szervezési kérdésekkel éppúgy, mint a Waldorf pedagógia antropozófiai alapjaival. Nem restelltek hetente zoom találkozón keresztül együtt olvasni egy ezzel kapcsolatos könyvet, amivel igazán a mélyére tudtak ásni ennek a szellemiségnek. Ezenkívül találkozókat szerveztek, amivel elkezdtek gyűjteni maguk köré azokat, akik velük tartanának. Ezeken az eseményeken megismerkedtek a Waldorf szemlélettel olyan vendég pedagógusok segítségével, akik már jártasak benne.

2022. januárjában ketten az alapítók közül, Éva és Zsuzsi be is íratkoztak az osztálytanítói képzésre Solymáron. Az első lépés viszont az óvoda volt, mivel sokan a közösség tagjai közül kisgyerekesek, ilyen korú csemetékkal, de képzett óvónő híján Zsuzsi, aki az osztálytanítói képzésbe már belekezdett, vállalta, hogy elindítja a Waldorf szemléletű családi napközit, ami be is indult abban az évben. Ehhez 5 család csatlakozott, ami 7 gyereket jelentett, de nemsokára már az egyik család lemorzsolódását is meg kellett tapasztalniuk. Később ez a szám újra bővült. Zsuzsi számára nem volt könnyű ez a feladat, mivel a háromból két nagyobbik saját gyermeke is ott volt a csoportban, a legkisebbnek pedig meg kellett oldani a felügyeletét, és nem is volt óvopedagógusi képzettsége. Mindezek ellenére kitartott, és kereste/ keresték azt, aki mellé szegődhetne és még a képesítése is megvan hozzá.

Októberben civil szervezetet alapítottak, hogy hivatalosan is felléphessenek, működhessenek, pályázatokon vehessenek részt, komolyabban vegyék őket. Havi találkozókat szerveztek, hogy a különböző szervezési feladatokat átbeszéljék, együtt hozzanak döntéseket, megvitassák hogyan tudnak tovább haladni, együtt álmodják meg, milyen is legyen az a vágyott iskola.

2023-ban, a napközi egy éves működését követően Zsuzsihoz egy képzett Waldorf óvodapedagógus, Lilla is csatlakozott, aki tulajdonképpen a közösség által szervezett ismertető eseményeken kapott kedvet ahhoz, hogy óvodapedagógusi képzettségét továbbfejlesztve beletanuljon a Waldorf óvodák csodás világába. Lilla szintén vajdasági származású, és abban az időben Budapesten élt, hogy a közelben lévő képzésre járhasson és dolgozzon egy Waldorf óvodában, viszont a közösség meghívására úgy döntött, hazaköltözik, és átveszi a családi napköziben ezt a szerepet.

Az iskolaalapítás is lassan időszerűvé vált, mivel az óvodások közül ketten iskolaérettek lettek. Zsuzsi közeledett az osztálytanítói képzés végéhez. A megalakulásához persze az osztálytanítón kívül más szereplők is kellenek, ezért a 2024-es évtől elkezdtük összeszedni a tanári kollégiumot, azokat az embereket, akik szívesen tanítanak különböző tantárgyakat a Waldorf iskolában. Amint meghirdettük ezt a lehetőséget, a közösség újra bővült különböző szakos tanárokkal és tanárjelöltekkel. Januártól már létrejött egy konferencia, ahol a leendő Waldorf-tanárok ismerkedtek az antropozófiai alapokkal és a pedagógiai alapelvekről beszélgettek, egyéni ismereteiket és a közös tudásbázist gyarapítottuk. Onnantól kezdve havi rendszerességű találkozókat tartunk. Eleinte Zsuzsi vezette ezeket, de neki még a képzés befejezésére is gondolnia kellett, ezért a másik lelkes alapítótag, Éva vette át a szervezői szerepet, hogy kisegítse Zsuzsit, mivel ő kisbabavállalás miatt amúgy is szüneteltette a képzést.

Februártól elkezdtük toborozni az iskolába jelentkezőket, hogy a két biztosan induló gyereknek osztálytársai is legyenek, és tudtuk, hogy akadnak még olyan szimpatizánsok, akik csatlakoznának. Mivel úgy gondoltuk, ilyen új dolgok bevezetésekor sokan haboznak belevágni valami ismeretlenbe, nem látják át eléggé a Waldorf céljait, tájékoztató találkozót, iskolai életbe belekóstoltató eseményt szerveztünk a felnőtteknek, ami igen nagy sikerű volt. Egyre sűrűsödtek a közösségi médiabeli posztok, levélváltások, szervezkedések.

Aztán a nagy helyszíneresésben az iskolakezdeményezés kapott egy családi házat, ahol megvalósulhat az első osztály, és ahova sok megbeszélés, találkozás, ismerkedés és mérlegelés után 6 gyermeket írtak be a szüleik. Az ő családjaik vállalták, hogy megadják gyermekeiknek ezt a lehetőséget, amibe beletartozik, hogy előkészítik az iskolát, utaztatják a gyerekeiket, ha kell, és az anyagi költségeket is összedobják, többek között az osztálytanító fizetését és a házhoz tartozó mindenféle költségeket. Mindenesetre adománygyűjtő posztot is kítettünk,

hogy talán könnyebb lesz az indulás. Az iskolaépület és udvar felújítása, berendezése részben a családok, részben a teljes közösség munkája, és nagyon sok helyről kaptunk adományokat is. Többek között más Waldorf-iskoláktól Magyarországról, mert valószínűleg ők is érzik, hogy egy testvér-intézmény van születőben, és szeretnék segíteni a nagyobb Waldorf-család boldogulását. Kalákákat szerveztünk, munkaakciókat hirdettünk, hogy biztonságos, otthonos és szép legyen az első kisdíákoknak és a tanároknak az iskola és udvara. A közös munka magát a közösséget is tovább erősítette.

Az iskola szeptember elsején megnyitotta kapuit és egy ünnepséggel fogadta a kis elsősöket és a családjukat, ahova eljöttek többen a közösség tagjai közül is, és olyan vendégeket is meghívtunk, akik segítettek az eddigi utunkat. A megnyitóra készülve együtt díszítettünk, találtuk ki az ünnepi műsort és állítottuk össze a tanári karral, ami megint csak egy összekovácsoló erő volt. Az alapítók, Csilla, Zsuzsi és Éva is mondtak pár szót arról, hogyan indult ez az egész iskolakezdeményezés, és milyen boldogok, hogy eddig eljutottunk. Természetesen Tamás is ott volt velünk és ő is elmondta, hogyan látta ezt a 3-3 és fél évnyi közös munkát ezzel a csapattal, közösséggel. Ezután pedig a gyerekeket a szüleik elkísérték a feldíszített kapuig, ahol szimbolikusan beléphettek az iskolás életbe. Sokunknak könnyes volt a szeme az ünnepség alatt.

Szabadka környékén is keresték az ebben érdekelt családok, hogy hol és kikkel tudna az óvoda megvalósulni. Csilla és sokak nagy öröme idén szeptemberben össze tudtak fogni elegendően ahhoz, hogy ez beinduljon, pedagógusok is jelentkeztek a feladatra, így mintegy 8-10 fővel megindult ez a családi napközi is. Némi fluktuáció még tapasztalható, de van annyi bázistag, hogy biztosnak mondható működésük.

Jelenleg mindhárom intézményben folyik az éves munka, a közösség némiképp átstrukturálódott, ezek az intézmények köré csoportosulnak, de a tanári kollégium továbbra is havonta megrendezi a találkozót, ahol személyesen együtt lehetünk, és amihez hasonlóan az óvodapedagógusok is be szeretnék vezetni, hogy kézben tudják tartani a pedagógiai feladatokat, illetve továbbfejlődhessenek. A közösségnek lehetősége van találkozni ünnepek alkalmával, kalákákon, amikor is segítenek egymásnak szebbé tenni, tovább építeni valamelyikük háza táját.

Megalakult 3 intézmény, a kanizsai és a szabadkai óvoda/ napközi, és a Martonoson található iskola, ami jelenleg az első osztállyal működik. A kezdeményezéshez, illetve a közösséghez folyamatosan csatlakoznak új emberek, akik a gyermekeik miatt érintettek, a leendő tanári kollégiumot építik, vagy szorosabb-lazább kötődésben valamilyen módon a közös ügyet viszik előre.

Talán az iskola számára való helyszínválasztás volt az a nagyobb kihívás, ami éket verhetett volna az egész közösségbe, mivel nemcsak egy településen belül kellett megoldani, hogy legyen egy épülete a Waldorfnak, hanem a Vajdaságszerte érdeklődőknek kellett egy elfogadható közös helyszínt találniuk, ahova a gyermekek utaztatása is megoldott szükség szerint. A konkrét iskola meg kellett, hogy valósuljon egyik vagy másik helyen, fizikailag nem lehetett több helyszínen, mert annyi tanár és annyi érdeklődő nincs benne egyelőre, tudtuk, hogy egy helyet ki kell választani előbb-utóbb.

Több megoldási lehetőség is felmerült ezzel kapcsolatban. Körbe kellett járnunk a kérdést, hogy vajon legyen e az iskola helyszíne az érdeklődést mutató családok földrajzi helyének metszéspontjában vagy ott, ahol a legtöbb érdeklődő van. Az egyiknek az lehet a hátránya, hogy ez a metszéspont egy kis falura esik, ahova nem tartozik egyikünk sem, és nem tudunk aktívan ott lenni, cselekedni, mert egyszerűen nem lakunk ott, oda csak tanulni, tanítani megyünk, de legalább igazságos mindenkivel szemben, hogy ugyanannyit utaztassa a gyereket. De ezt gyorsan elvetettük, mivel a másik opció tűnt logikusabbnak, hogy azon helyszínek egyikén legyen, ahol sokan, illetve többen érdeklődnek. Persze ez attól is függ, hol találunk olyan házat, épületet, ahol mindez megvalósítható, és az is előfordulhat, hogy ha most érdeklődnek is emberek, még nem elkötelezettek, meggondolják magukat, ahogy már történtek is hasonló lemorzsolódások, óvodában és iskolában.

Amikor a szabadkai ovi megalapításának kérdése aktuálissá vált, az ezt indítványozó család felajánlotta, hogy építsünk az ő telkükön egy épületet, ami az óvoda és később akár az iskola céljait is szolgálhatja. Amint ezt elkezdtek kommunikálni, volt olyan személy, aki ezt eldöntött ténynek vette, és megsértődött rajta, hogy nem volt bevonva a döntéshozatalba. Így felmerült, hogy arról kell



beszelnünk, kinek is van joga döntést hozni a közösségen belül, ki legyen ezekbe bevonva. Természetesen senki sem érzi jól magát egy ilyen helyzetben, ezért ezzel sürgősen foglalkoznunk kellett.

A vajdasági Waldorf kezdeményezés számára nagy segítség, hogy van egy mentorunk, akihez minden kérdésünkkel, problémánkkal fordulhatunk (Tamás). Ezzel a dilemmánkkal is őt kerestük fel. A vele való beszélgetésen elhangzott, hogy azok a személyek, akik régóta benne vannak, a kezdetektől fogva és a legtöbb energiát fektették bele ennek az ügynek az előbbrevitelébe, jogosultak leginkább a döntések meghozatalára, és nem azokra kell hagyatkozni, akik még éppen csak megjelentek és el se kötelezték magukat.

Viszont az, aki ezt felvetette problémaként, éppen nem egy ilyen volt, ő szintén már a kezdetektől volt a közösség tagja, a dúlaképzés óta, maga is az, sőt a kislia jár is a kanizsai napközibe. Neki is volt lehetősége részt venni a közös megbeszéléseken, az már megint egy újabb problémakör, hogy nem tud mindenki odajutni, aki szeretne, mert ideje nem engedi. Ő zentai, a helyszín pedig történetesen Szabadka volt, a két legmesszebb fekvő város, ahonnan érdeklődőink vannak az iskolaalapításra.

Akkor a belső körös megbeszéléseket erre szántuk, mert ez okozott némi fennakadást, hogy vajon tényleg magához ragadta-e valaki a döntést jogtalanul. De a tény az, hogy ez csak egy felajánlás volt, ami egy újabb lehetőséget adott, tett be a közösbe, ami előrevivő lehetett volna egy elakadt helyzetben, ami akkor épp az óvoda problémáját volt hivatott megoldani, de kihathatott volna egész hosszútávú dolgokra is.

Végülis az óvodaépület nem épült meg, habár kalákát is szerveztünk a közösségben, hogy előkészítsük, megtisztítsuk a terepet. Jó energiájú együttműködés volt ez, és mindenképpen egy összekovácsolódás. Ha másra nem, erre jó volt. A folytatás különböző dolgok miatt akadályoztatva volt, az óvodanyitásban is voltak mélypontok, de az iskolaépület ügye végül praktikus érvek mentén dőlt el. Ezek után kezdtük el hirdetni, hogy várjuk az első osztályba jelentkezőket, és abban maradtak az aktuálisan iskolakezdésben érintettek, hogy az elköteleződő szülők és az osztálytanító pedagógus közösen döntsék el, hogy hol legyen a helyszín, illetve mindenki utánanézz, milyen épületek jöhetnek szóba, talán épp valakinek a családjában akad egy ingatlan, amit fel tud ajánlani erre a célra.

Végül a konkrét opciók közül azt a lehetőséget fogadták el, hogy érkezett egy felajánlás, egy martonosi családi ház, amit az osztálytanító ismerősei tettek, jobban mondván olyan falubeliek családi öröksége, akik külföldön laknak. Tulajdonképpen Zsuzsi a legaktívabb tagunk, aki a napközit vezette, és minden összejövetelet is szinte egymaga, majd erre a másik, magasabb szintű, összetettebb és felelősségteljesebb feladatra készült, amihez a teljes képzést elvégezte, felmérte, hogy mennyi munkával is jár mindez, és ha még utaznia is kellene, ráadásul, ahogy felajánlotta, szállította is volna a gyerekeket vajdaság települései között, az már az elején kifulladásához vezethette volna, ha egyáltalán lehetséges lett volna. Ezért ő maga a saját falujában kezdett el kérdezősködni üres ingatlan után, így érkezett ez a felajánlás, és lévén, hogy még egy utcában is van a saját házával, ez tűnt a lehető legjobb változatnak mind közül. Egyszerű, gyakorlati okoknál fogva, hogy nagyon fárasztó lenne máshol.

Amikor ezt a szülői találkozón elmondta, mindenki megértette, és elfogadta, és így nagy egyetértésben született meg a döntés, hogy az első osztály hol indul el. Viszont megegyeztek abban, hogy a helyszín később változhat, hiszen felajánlás, és készen kell állniuk egy esetleges költözésre. Tudjuk, hogy a következő évben induló osztályoknál ez egész másként alakulhat, de ebből is rájöttünk, hogy mindig helyzetspecifikus lesz, és az aktuális szituációnak megfelelően kell majd újabb döntést meghozni az érintetteknek.

Rá kellett jönnöm arra, hogy nagyon kívülálló tudok lenni egy látszólag jól működő közösségben. Bizalmatlanná váltam korábbi traumatikus személyes élményeim miatt. A képzési folyamat nekem személy szerint arra hívta fel a figyelmemet, hogy a közösségben láthatóbb vagyok, mint amennyire az nekem néha, bizonyos élethelyzetekben, amikor inkább csak meglapulnék, kényelmes. Egy olyan közösségben, ami jól működik és figyelnek egymásra az emberek, nehéz láthatatlannak maradni, figyelmet kapok, ha akarom, ha nem. Ugyanakkor a meglapulás, vagy a nem látszani akarás céljával kimondott szavak olyan üzenetet közvetíthet a közösség többi tagjának, amit valójában nem akarok, történetesen azt, hogy nem érdekelnek, rosszul csinálnak valamit, nem akarok velük kapcsolatban lenni, elutasítom őket, holott erről szó sincs, csak a saját csigaházamból szemlélném a dolgokat egy ideig messziről.

Az ilyen üzeneteket elkerülendő és megelőzendő, helyzetjelentést kell adnom a közösség többi tagjának, amivel biztosítom őket, hogy nem irántuk való ellenérzésekről van szó, hanem saját magam védelméről, ami ideiglenes dolog, és majd visszatérek, amikor ezen túl vagyok. És már ha csak kimondom, az egész pozitív előjelűvé változik és segít nekik megérteni engem és a helyzetet.

Úgy látom, a közösségemben azok a legaktívabb emberek, akik a kezdetektől benne vannak, azok az anyukák, akik a dúlaképzésen részt vettek. Persze a férjeik is csatlakoztak, részt vesznek, és vannak később csatlakozott lelkes emberek, de azt szeretném, hogy akik a legtöbbet adják bele, ne égjenek ki azért, mert rájuk hárul minden. Jó lenne, ha kisebb dolgokban, amik lehetnek ugyanolyan fontosak, mások, akár újabb, úgymond frissebb közösségi tagok is kivennék a részüket, vállalnák a felelősséget bizonyos események megszervezésében, egymás közt való kommunikációban, ötletelésben, közösségi média posztok megírásában, és hasonló dolgokban. Talán egy körforgásos rendszer lenne jó, hogy vérkeringés-szerűen működhessen, és ne sokalljanak be és fellelegezhessenek a kezdetben sokat vállaló emberek, és talán ezekkel a kisebb feladatvállalásokkal kinevelődhet egy újabb fenntartói kör, akikre számítani lehet, és erősödne a közösség.



# 13. HOGYAN LEGYEK JÓL EGY KÖZÖSSÉGBEN?

A közösségi lét kihívásai:

gondoskodás és figyelmesség önmagam és mások felé

Mindannyian vágyunk arra, hogy tartozzunk valahova. Ez a vágy azonban sokkal erősebb lehet, ha az elsősorú kapcsolataink (egyedül: anya, ketten: apa) nem ideálisan alakultak.

Mire gondolok? Ha nincs, nem volt elég személyes tapasztalatunk a finom, puha, meleg, szerető, elfogadó és támogató családi háttérről, intenzívebben hiányoljuk azt - és szeretnénk bepótolni. Sokak számára a hogyan része ennek nyomasztó kihívást jelent. Beszéljünk kicsit arról, hogy miként lehet "tartozni" valahová, milyen út vezet a teljesjogú tagsághoz, meddig tart és mitől függ a közösségi létezésünk minősége és hosszúsága. Ezekre érintőlegesen, olyan gyakorlati szempontok alapján tekintek most, amik közérthető kapaszkodókat adnak azoknak, akik szeretnének jobban tartozni valahová, valamint azoknak is, akik olyan élő közösségeket hoznak létre, ahová sikeresen integrálják a csoport tagjai önmagukon túl az új résztvevőket.

A betagozódás

Egy már létező vagy újonnan alakuló csoportba a vérfrissítés, új tagok felvétele a fejlődést, változást jelentik. Ahogy egy család (anya-apa, anya-anya, apa-apa és

bármilyen egyéb felállásban valid és teljesértékű lehet) is minden szempontból megváltozik, ha gyermeket vállalnak, úgy egy csoport dinamikája is más lesz, ha változik az összetétele. A változás tehát rezilienciát is kíván a csoporttagoktól, nyitottságot és bátorságot is az újdonságra.

A csoportdinamikát nézve mindig a csoport ruházza fel a vezetőt a szerepével, azaz sosem lesz vezető az, akit a csoport nem tekint annak. Ugyanez igaz az új tagokra is: egyrészt fontos, hogy fogadjuk őket, másrészt az meghatározó, hogy az új tag mit tesz, nem tesz meg azért, hogy ő oda tartozzon.

Mitől csoport a csoport?

A jelenlét és a részvétel a kiindulási pont. Aki nincs jelen, nem vesz részt a közösség életében, az mint a csoport része nem létezik, hiszen egy közösség aktív tagság nélkül statisztikai adat lehet csak. Az egyetemi hétvégék alatt nagyon fontos volt az, hogy mivel gyakorlati fókuszó a képzés, azonnal kipróbáljuk egymáson a tanultakat, kötelező volt a részvétel. Kétszer nem tudtam részt venni, és ilyenkor erős lemaradás-kimaradás élményem volt, belső hiányérzet. Jól esett, hogy volt olyan osztálytársam, aki magától vagy kérésre megosztotta az elméletben tanultakat velem, de a közös munkából mindenképp kimaradtam. A tagok felelőssége, hogy jelen legyenek tehát a csoportban, amihez elkötelezettségre van szükség.

Kommunikációs és együttműködés. Van-e partnerségre épülő, egyenrangú párbeszéd? Milyen alapon tudunk együttműködni? Ennek alapjait a csoport normái, etikai alapelvei adják, amik ha az asszertivitásra épülnek, jó eséllyel

Számomra kihívás az, hogy se kevés, se sok ne legyek egy csoportban. Annak megérzése, hogy a mindenki számára rendelkezésre álló teret-időt kitöltsük, erősen szubjektív, mégis fontos cél. Ha nem nyilvánítok véleményt, nem szólok

meg, mi az, amivel én hozzájárulok a csoport értelméhez, munkájához? Ha ledominálok, túl sok vagy hangos vagyok, mit tesz az a többiekkel? Szeretnék a saját élményeim alapján egy listát írni arról, hogy mi segít általánosan mindenkinek a közösségi létezését.

Attól lesz jó érzés a csoportban létezni, ha:

Alapelv az elfogadás és támogatás! A csoport tagjai elismerik egymást, és kölcsönösen támogatják egymást érzelmileg és szociálisan. Ez a gyakorlatban az odafigyelést, meghallgatást jelenti, ami érvényesíti a "jelenlétet".

Közös célokért dolgozunk! Ha van egyértelmű közös cél, amiért mindenki dolgozik, akkor minden tag a saját, egyedi stílusában, tudásával hozzájárulhat a sikerhez. A kisebbségek közösségben képzésben önmagunk fejlesztése és a közösségteremtő-fenntartó képességeink csiszolása van fókuszban: azért alakultunk, hogy akár csak egy százalékkal is, de minőségibb, szerethetőbb legyenek az általunk alkotott közösségek.

Mindenki egyenrangúnak érezheti magát! Ha a tagok úgy érzik, hogy az ő hozzájárulásuk is ugyanolyan fontos, mint a többieké, bátrabban nyilvánulnak meg. A minden értelemben odafigyelés, azaz azonos minőségi idő megadása mindenkinek segít.

Biztonságban érezhetjük magunkat! A csoport fizikai és érzelmi biztonságot nyújt, ahol a tagok nyíltan megoszthatják gondolataikat és érzéseiket is anélkül, hogy gúny, nevetség tárgyává tennék őket. Az egymás iránti tisztelet, kedvesség és támogatás az, amitől hosszú távon is működőképes lehet egy szervezet.

Bátran kommunikálhatunk! Ha hatékony és nyílt kommunikáció van a tagok között, az segít megoldani a konfliktusokat és erősíti az összetartozást. Abban hiszek, hogy a konfliktusok mindig hatalmas fejlődési lehetőséget kínálnak, ezekbe

a csoport megtartó erejével kell beleállnunk. A bátorság egy elképesztő erény, biztonságos közegben az őszinte kommunikációval csak nyerhetünk.

Értékelik az autonómiát és az önkifejezést! Ha a csoportban minden tag szabadon kifejezheti magát, miközben tiszteletben tartják az egyéniségét, az arra bátorítja az introvertáltabb személyiségeket is, hogy bátran fejezzék ki magukat!

Pozitív visszajelzésekkel bátorítjuk egymást! Ebből az következik, hogy a csoport tagjai elismerik egymás erőfeszítéseit, ami növeli az önbizalmat és a motivációt.

A közösségi élmények közösséggé kovácsolnak! A közös tevékenységek, élmények erősítik a kötődést, és pozitív közösségi élményt nyújtanak. A közös nevetések, együtt megoldott projektek, sikerélmények azok, amik összekapcsolnak és egy-egy visszaemlékezés kapcsán mindig az a legfontosabb számomra, hogy a létrehozott eredmény hogyan, miként született meg a közösségben.

Hogy még élesebben kiemeljem, szeretnék egy listát írni arról is, hogy mivel biztosíthatjuk a közösségeink bukását, elsilányosodását.

A közösségi lét terhes, nehéz és fájdalmas lesz, ha:

Lehetőség van a tagok kirekesztésére, elutasítására. Ha egyedi tulajdonságok, különbözőségek nem előnynek, hanem devianciának tekintik, lélekleben elengedik a kirekesztett tagot.

Eltérőek a céljaink és az érdekeink. Ha a csoport tagjai többfelé húznak, érdekellentétek emelkednek ki kompromisszumok nélkül, az a hatékonyság rovására megy.

Eltűzött a hierarchia, egyértelműen vannak alárendelt tagok is. Ha a csoport engedi az elnyomást, dominálás és szó nélkül megy el egyesek háttérbe szorítása mellett, az rendkívül romboló a közösség elnyomott tagjainak.

Kritika és ítélezés uralja a megbeszéléseket. Pletykák, véleményezés, megvető pillantások. Ha a tagokat állandóan kritizálják vagy ítéleznek felettük, csökken az önbecsülésük és növekszik a stressz. Én biztos gyorsan menekülnék egy olyan helyről, ahol ez az etikett.

Hiányzik az őszinte kommunikáció. Az elhallgatás, titkolózás, információk visszatartása ("ezt csak neked mondom", "nem kell másnak tudnia erről, maradjon közöttünk, majd alakul") a maradi szemlélet és a szocializmus jellemzői. A nyílt párbeszéd hiánya köveli a félreértéseket és a feszültséget (a belsőt és az egymás közöttit is), ami a kiégés, érzelmi kivonulás, robotként létezés egyik gyakori oka.

A konfliktusokat nem kezeljük, elnapoljuk, elhallgatjuk, elsimítgatjuk és lereszeljük az élüket. Ha a konfliktusokat nem kezelik megfelelően, azok hosszú távon növelhetik a csoporton belüli feszültséget, idegességet, bizonytalanságot. Kár, hogy attól még, ha nem beszélünk róla, mindenki érezni fogja, hogy itt valami nem tiszta, nem jó, nem oké. Én szomorúságot, csalódottságot érzek akkor, ha nincs tér megalkotva a mediációra, nincs támogatva, esetleg egyenesen tiltva van a beleállás a konfliktusokba, illetve ha csak dobálózás van.

Érezhető a bizalmatlanság és a biztonság hiánya. Ha nincs bizalom, és a tagok nem érzik magukat biztonságban, az állandó stressz és szorongás forrása lehet, ami mérgező környezetet, ezáltal elkerülést eredményez.

Hogy érzem magam a közösségben?

Közösségalkotásnál és fejlesztésnél az egyik legfontosabb szempont az, hogy a tagok szívesen vegyenek részt a csoport életében és jó érzéssel emlékezzenek vissza az összejövetelekre. Sokaknak kihívás azonban az, hogy miként tudnak betagozódni, sikeresen kapcsolódni, és megmutatni magukat a közösségben. Vannak persze introvertáltabb egyéniségek, és az is teljesen normális, hogy az



aktivitási szint, kedv változhat; de miért, mitől? Mert emberek vagyunk, az életünknek csak egy része a közösség, ránk pedig ezer másik dolog hat: a család, a barátok, a munkahely és még sorolhatnánk. Talán ezért is fontosabb az, hogy az általunk választott közösségekben feltöltődjünk, és mi is inkább emeljünk másokat.

Meg tudunk-e fogalmazni olyan alapelveket, amik segítenek abban, hogy konstruktív legyen a jelenlétünk egy közösségben? És egy olyan check-list-et, ami azt részletezi, hogy mitől érezhetjük jól magunkat egy csoportban? Eddigi tapasztalataim alapján erre fogok törekedni! Összefoglalom, hogy saját élményeimet tekintve nekem mi segített jó érzésekkel kapcsolódni, és mik voltak azok, amik nehézséget, esetleg fájdalmat okoztak nekem a "társadalmi létezés" közben.

1. Érvényes az én jelenlétem? Egy olyan közegbe, ahol ki van mondva, hogy "ide tartozol, köszöntünk magunk között és köszönjük, hogy jöttél", elképesztően jól esik megérkezni. Nagyon régi történet, de máig tisztán emlékszem arra a pillanatra, amikor az első párkapcsolatomban megismertem és először találkoztam az a párom édesapjával, tehát a családfővel. Miután beszélgettünk, egy ponton a szemembe nézett és azt mondta, hogy "akkor Isten hozott a családban!" és még kezet is fogtunk erre.

Mi történt bennem? Valami olyan jelentőségteljes kijelentés volt ez nekem, hogy onnantól kezdve hitelesítve és érvényesítve éreztem formálisan is a jelenlétem. Sajnos a családomban ilyet sosem éltem meg. Tehát a kimondott szavak egy közösségben hatalmas jelentőséggel bírnak az ottlevők számára. Tényleg lehet törtédfőni valakibe és felemelni is valakit csak azáltal, hogy milyen stílusban kommunikálunk vele.

Ha az elfogadás és támogatás a kiindulópont, az nekem segít "gyorsabban" megnyílni és beleengedni magam a csoportba. A mi képzéses közösségünkben a

trénerek a feladat kiosztásánál és a közös megosztásoknál is kiemelték, hogy mindenki vegyen részt a feladatban.

Az, hogy erre mindig felhívták a figyelmünket, emlékeztetett egy fontos dologra, ami idővel már magamtól is eszembe jutott: érvényes és kijelölt időm, terem van a kisebb és nagyobb csoportban is, ahol számítanak rám és ezt felelősségteljesen kell kihasználnom. Az élet kőkemény része persze, hogy nekem kell megküzdeni sokszor magamért, kevés olyan és ennyire védett, gondoskodó, összeszerető közösség, hely része az életemnek, mint ami a képzésünkön kialakult. Viszont a rengeteg gyakorlás arra is rávilágított, hogy például a politikai vagy kompetitívebb környezetben sokszor keményen nyomni kell magad, pörögni és eredményeket felmutatni, de a lehető leglátványosabb módon! Tényleg? De mit ér egy olyan közösségi tagság, ahol szerepeket kell eljátszanod és önmagadból csak kisebb részeket tarthatsz meg? Mit tesz veled? Összességében ehhez a ponthoz azt

2. Kommunikáció és önkifejezés. Szupervíziós csoportokban vagyok a legtapasztaltabb, ahol az én közlések a legfontosabbak. Ebben lehetnék jobb, mert egy legutóbbi csoportban is kaptam figyelmeztetést arra, hogy ne tanácsokat osztogassak, hanem fogalmazzam meg úgy "amit csináltál, attól én úgy éreztem magam, hogy...". Kicsit mesterkélte? Inkább szokatlan. Az általános sok közösségben az, hogy "te ilyen vagy, te ezt csináltad velem..." - igazából ez nem visz előrébb. Számomra fontos, hogy kifejezhessem magam úgy, és olyan formában, amilyen én vagyok: de ez az egész kommunikáció is kétoldalú. Tehát nem oké az, ha én a csoporttól elvárok, megkövetelek alapelveket: elfogadás, figyelem, befogadás és hasonlók. Ez kizárólag akkor működik, ha én is ugyanígy viszonyulok a többiek iránt.

Jól esik, ha figyelembe veszik a véleményem? Igen, tehát ebből az következik, hogy valószínűleg másoknak is jól esik, ha én is figyelembe veszem az ő véleményüket. Ugyanígy az odafordulás, meghallgatás, tér biztosítása. Ezeket én kérem egy csoportban, de őszinte leszek: nem mindig vagyok eléggé érzékeny arra, hogy ezt visszafelé is ugyanolyan "elég jó" minőségben adjam a többieknek. Pedig egy közösség akkor működik jól, ha összecsiszolódik ebben a figyelmes, egymással ténylegesen törődő kommunikációs stílusban.

3. Bátorítsuk egymást gátlástalanul! Megvan az az elképesztő öröm és boldogság ÉS erő, amit gyerekkorodban éreztél, amikor az egész család neked szurkolt az első lépésekkor? Oké, én sem emlékszem rá kristálytisztán, mégis van előttem egy kisserác, aki hatalmas mosollyal, bátran lendül neki az ezredik próbálkozásnak is: addig, amíg nem sikerül. Ez a gyermeki lelkesedés, bátorság és kitartás - 100% original - aztán valahogy, valamikor elveszik. De azt tapasztaltam, hogy egy olyan közegben, ahol az egyenrangúak a tagok, képesek és hajlandóak egymásnak pozitív visszajelzéseket adni, az hatalmas lökést ad nekem. Legutóbb egy pszichodráma csoportban az volt a feladat, hogy állj a másik elé és mondd el, hogy milyen ő neked. Valaki azt mondta, hogy ahogy én ott állok előtte nyugodtan, az nagy biztonságot ad neki. Más pedig, hogy jó illatom van és ez megnyugtatja őt. Én ott majdnem elolvadtam, két napig emeltek ezek a visszajelzések engem! Kérdésem magamhoz (hozzád:), hogy milyen gyakran adok én ilyen vagy hasonló visszajelzéseket másoknak? Szeretnék gyakrabban, maradjunk ennyiben. Ehhez kell bátorság, mint úgy általában a közösségi léthez is. Egyedül teljes kontrollban vagyok, kényelmes, na de ha csak kényelemben vagyok, nincs kihívás, konfrontáció, visszajelzés (amit, akitől befogadok!), akkor az egy magányos élet lesz. Szerintem! Mert otthon ülve a szobában kevés bátorítást lehet kapni és adni offline, valódi jelenlét nélkül.

# 14. A KEZDET KIHÍVÁSA

## Egy Waldorf óvoda alakulása

Néhány család összefogott, hogy Waldorf óvodát alapítsanak. Tavaly márciusban jegyezték be hivatalosan az óvodát. Nagyon nehézkes és bürokratikus volt az alapítási folyamat, ezért az alapító csapat szétesett, és egy család, meg egy bölcsődei nevelő maradt az Alapítón kívül. Jöttek új családok, köztük mi is a férjemmel és a majdnem hatéves lányunkkal, akinek egy óvodai év van még hátra. Mi be is költöztünk az épületbe egy szolgálati lakásba a cicáinkkal együtt.

Nekem az volt a célom a beköltözéssel, hogy ténylegesen kipróbáljam a közösségi létezést. Rajtunk kívül, az egyik óvónő a 6 éves kislányával szintén bent lakik az épületben három napot egy héten, mert vidékről járnak fel. Ilyenkor a lányaink együtt játszanak még este. Ezen kívül van egy nagyon aktív anyuka is, aki a lányával sokszor bent marad a zárás után meg segít a hétvégi programokban, és szintén játszanak a lányok.

Elsősorban a közös ügy, a gyermekek nevelése, és a baráti is alakul a szülők között.

A formálódás szakaszában vagyunk. Nagyon friss az alakulás, szeptemberben csatlakoztak a legtöbben. Az óvónénik is újak, és nem mindegyiküknek van meg a Waldorf végzettsége. Vagy pályakezdők, vagy a hagyományos intézményi rendszerben szocializáltak.

Az oviban jelenleg 9 aktívan oviba járó gyermek van, és már látszik, hogy jön még 4 februárig, de szeretnénk 15-re felduzzasztani. A bölcsibe 8 kisgyermek jár, és a szüleik.

Az alapítóról Beke Katáról tudok többet. Ő rendezvényszervező, kulturális szervező háttérrel rendelkezik, három felnőtt gyermeke van, akik mind Waldorfba jártak, kb. 15 éve van a Waldorf berkekben. A néphagyományok közel állnak hozzá, és rengeteg kapcsolata van a kulturális berkekből. Azon kívül, hogy az intézményt vezeti, tanít az Óbudai Waldorfban is, hozzá tartoznak az ünnepek. Nekünk van több közös szál az életünkben, ezért sorsszerűnek élem meg, hogy ide kerültünk. Eddig három szülővel kerültem szorosabb kapcsolatba egy anyukával, és két apukával.

Az óvoda egy 12. kerületi villa épületben található, aminek horribilis a bérleti díja. Ahhoz, hogy ki tudjuk termelni max létszámmal kellene üzemeltetni. Az épületben ugyanakkor rengeteg lehetőség van, rendezvények, programok, műhelyek megtartására. Az egyik ilyen lehetőség, hogy hétfévente szülinapi zsúrokat tartanak az épületben, és bérbe adják csoportoknak azt. Ezek gyakran tematikus partik, mint a Harry Potter vagy a Jégvarázs. Ilyenkor a bölcsődei csoportszoba átalakul egy Harry Potter kastéllá, rengeteg izgalmas kalanddal és dekorációval. Ezt mind a Kata szervezi és vezényli le. Lesüt esetenként 3 tepszi pogácsát, meg ilyen olyan süteményeket. Egy lelkes anyuka a kislányával rendszeresen besegít ezekbe a hétfégi partikba és dekorációkba, és olyankor a teljes vasárnapját erre szánja. Mivel bent lakunk az épületben ilyenkor én is besegítek pár órát a hétfégén, még akkor is, ha ez nincs betervezve. Mindig azt látom, hogy Kata pánikol, hogy nem lesz kész, még rengeteg a munka, és mivel én ott vagyok, elér ez az információ, és van egy olyan érzésem, hogy akkor segítenem kell neki. És segítek is. A Kata nem akar beleállni a vezető szerepbe, de közben minden nála fut össze. Anita az egyik óvónő, aki papíron intézményvezető, mert neki van

intézményvezetői végzettsége, de közben meg nagyon nem ért az adminisztrációhoz.

Még nem tudok beszámolni sikerekről, mert ez egy új közösség. De talán az, hogy eddig 3 rendezvényen már részt vettem. Egy családi hétvégén, és két szülinapi partin, és mindegyik jól sikerült, elégedettek voltak a résztvevők. Maga az, hogy létrejött ez az óvoda, bejegyezték, és hogy a bölcsőde is Waldorfos egyedülállóként az országban, azt is sikernek értékelik ők. Az, hogy a beköltözésünkben támogatóak voltak, jól esett. Az egyik apuka falat javított, és kipakolt nekünk egy helyiséget. Illetve sok mindennapi kedvesség vesz körül, ami már önmagában siker. Jól esik, hogy megkínálnak az ebédből, vagy hogy tudunk mi is adni kovászos kenyeret nekik.

Találtam a kertben ehető gombát, amit megfőztünk. Megépítjük a komposztálót holnap. Az ének zene foglalkozást tartó hölgygel spontán egy éneklésbe kezdtünk a konyában és szervezünk kórust.

Két hete lakunk bent, nekem a legnagyobb kihívás, hogy keretezzem a szerepemet. Kedvező albérleti díjat fizetünk, de úgy tűnik, hogy örülnek is nekünk, hogy mindig van valaki az épületben, és estére sincs magára hagyva. Lett bent egy óvodai nyuszi is. Illetve kettő, de az egyik pár nap után kimúlt. Valószínűleg eleve betegen került hozzánk, csak nem vettük észre. Azóta a másik nyuszira jobban figyel mindenki. Arra is szoktam figyelni, hogy van-e vize, eledele, hétvégén is. Esténként én szoktam elpakolni a konyhát, meg reggel kipakolni, mert mi is használjuk, és mivel mi vagyunk bent utoljára, ezért megcsinálom. Nincs még internet a házban, de be kell kötni, ennek intézését felvállaltam. A szemétszállítás sincsen még megoldva teljeskörűen. Egy darab kommunális kuka van, és szelektív még sincsen. És azt is meg kell oldani, ebben is szeretnék szerepet vállalni. Hétfő reggel arra ébredtünk, hogy a szél széthordta a pelenkákat, a szemétyűjtő területéről, és

hogy feljelentést kaptunk a szomszédoktól. Jött egy üzenet Katától reggel a szülői csoportba ezzel kapcsolatban, hogy aki előbb beér kezelje a problémát. Viszont mi később keltünk fel, és addigra már beért egy óvónő, és összeszedte. Egyből magamra vettem a problémát, és lett egy olyan érzésem, hogy nekem kellett volna ellenőrizni a kukákat, mint bent lakó, és reagálni a problémára, és szarul éreztem magam, hogy nem vagyok elérhető. Valahogy van bennem egy készletelés, hogy a problémákat meg akarjam oldani, mindent is, és ezt teherként élem meg. Miután elhárítottuk a pelenka problémát, jött egy újabb, hogy a mi kiscicánk bekakilt az óvodai hálóterembe és az óvónéni bepánikolva jött, hogy takarítsuk fel, mert ANTSZ stb. Ami tök jogos.

Valamint nehéz kialakítani még az életterünket ott, mert az óvoda ezt a lakrészt raktárnak használta eddig. És folyamatosan pakolásszuk az ő cuccaikat, azért, hogy helyet találjunk magunkénak. A raktárat teljesen át kell szervezni, mert totális káosz uralkodik benne jelenleg. Úgy tűnik ezt is a szülőknek kell megoldani, mert Kata extrém módon túlterhelt. Ő kezeli az épületet, tart kapcsolatot a bérbeadóval, intézi a számlákat, kifizetéseket. Ő szervezi a szakmai munkát a pedagógiai hátteret, az óvónők és bölcsődei dolgozók munkáját. Hétvégente ő szervezi a rendezvényeket, születésnapokat is. Ő kezeli a Facebook oldalt, marketinget, hogy jöjjenek az újabb csemeték. Ő a munkáltató, bértárgyalásokat szervez, adminisztrál. Ő találja ki, hogy legyen nyuszi, ésbeszerzi, meg takarítja az ólat. Ő főzi meg naponta! az ebédet a bölcsődéseknek és az óvodásoknak.

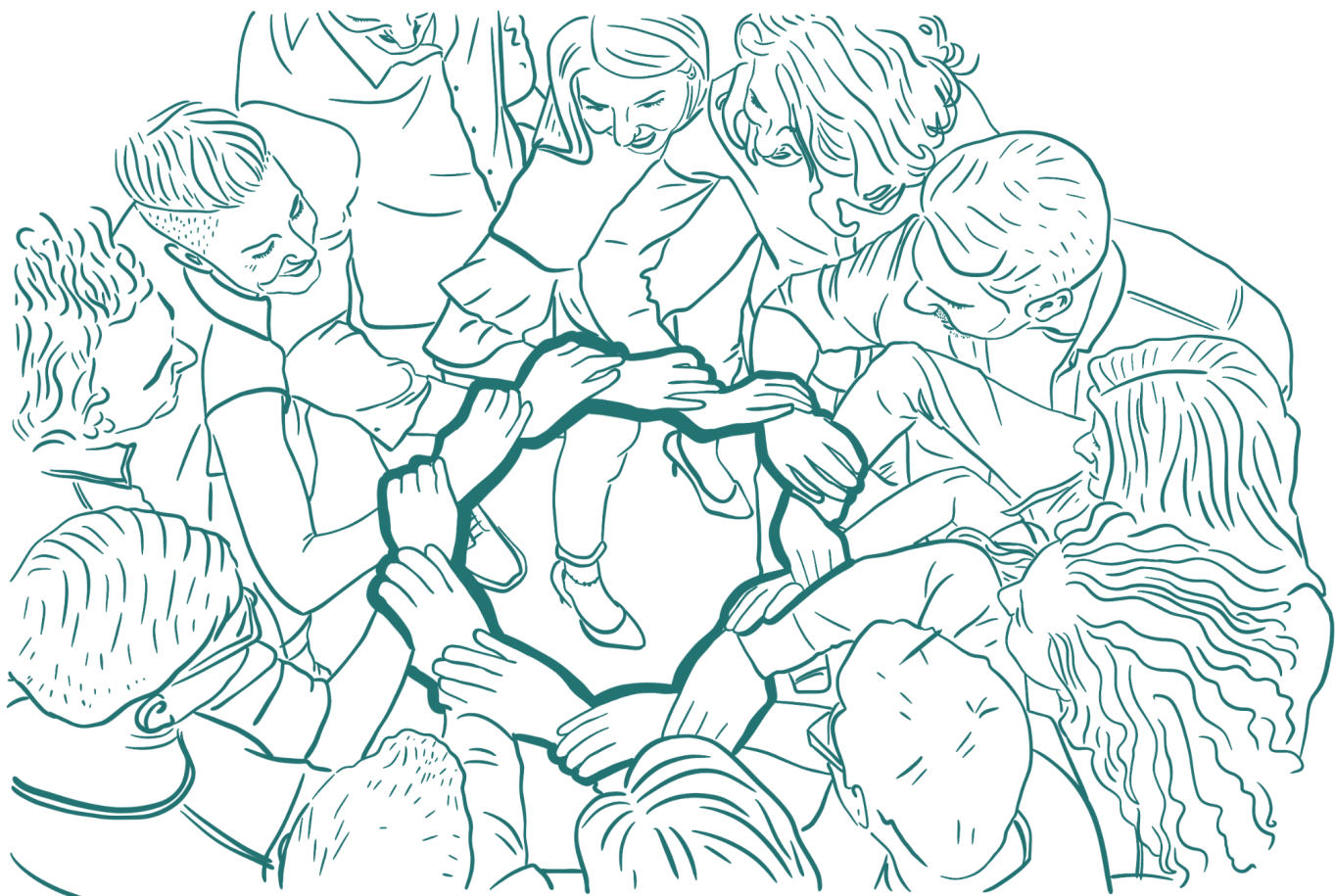
Az óvónénik felől azt érzem, hogy nekik ez egy munkahely, és nekünk szülőknek meg egy önkéntes tevékenység. Ez lehet, hogy így is van rendjén.

Úgy tudom, hogy volt egy pár család, aki robbantott és ki is lépett ebből. Most egy új közösség formálódik. Szerintem szükség lenne még a csoport, a közösség formálására. Hogy a bölcsődei és óvodai részleg dolgozói és szülei egy csapatként

létezenek. És magukénak érezzék az egészet. Kell strukturálni a működést jobban, és delegálni Katának a feladatokat. Kellene csinálni egy saját belső szmsz-t, hogy pontosan milyen feladatok vannak, és hogyan működünk.

Szerintem ebben a közösséggé formálódásban fog tudni segíteni a képzés, meg hogy jobban átlássam a saját szerepemet. És hogy jól és hasznosan segítsek anélkül, hogy a kiegészítés felé táncoljak egyenesen.

Gondoltam arra is, hogy egy pro bono Service design-t kérjek a működésünkre. Szeretném, ha szervezettebben működnék, látszódná, hogy kinek miben van szüksége segítségre. Fel kell mérni milyen tudások vannak, és ki hajlandó beletenni többet ebbe a kalandba. Jó lenne a rendezvényszervező vonalat felfejleszteni egy külön üzletággá. Jó lenne belépni az önkéntes fogadó szolgálatba is akár.





## 15. EGYÜTT ÉPÍTETT LABIRINTUSOK

### A közösségi szerepek vállalása és az önmagamra találás útja

Nem vagyok teljesen biztos abban, hogy valódi közösségről beszélünk e, mert ez egy alakuló cég, amely nyelvoktatással, fordítással, szövegek korrektúrájával foglalkozik. Az ötlet bennem fogalmazódott meg, amelyet annak az igénye motivált, hogy minél sokoldalúbb és kiterjedt szolgáltatást tudjunk biztosítani.

A tagok között kollegiális viszony van. Alkalul a tagok között egy lazább baráti viszony is.

A közösségben jelenleg 10 en vagyunk, a napokban érkezik hozzánk a 11-ik tag. Körülbelül 2 éve kezdett tágulni a közösség. Jelenleg már egy rendszerrel működő közösségről van szó, amelyben kialakultak a különböző szerepek. A közösség két tagja fizikailag távolabb él, ez jelent számunkra némi új kihívást.

A kezdetekben egyedül dolgoztam, majd kezdtem meglátni azt, hogy egy személyben korlátozott idővel rendelkezem, ezért kerestem magam mellé valakit, akivel meg tudom osztani a feladataim egy részét. Akkoriban ez még csak néhány órát jelentett a másik személynek. Egy kisebb teremben dolgoztunk, egymást váltva. Ugyanebben a teremben a fogalmazódott meg annak az igénye, hogy bővítsünk más nyelvek felé is. Ekkor kerestem fel még valakit, akit heti néhány órára hívtam be. Egy darabig így hárman dolgoztunk együtt. A másik két ember csak óraadóként volt jelen, minden egyéb feladatot én láttam el. Ebben az időszakban én még anyaságin voltam a kisebbik lányommal. A közösség

alakulásába beleszólt a covid, amikor leginkább újra egyedül folytattam a tevékenységet.

A covid, valamint az anyasági szabadságom után szükségszerűnek éreztem, hogy hivatalos formát kapjon a vállalkozás. Ez azt is magával hozta, hogy egy nagyobb helységbe költöztem át, ami egyszerre két párhuzamos óra lehetőségét is biztosította. Egy év alatt a közösség és az óraszámok úgy megduzzadtak, hogy szükséges volt egy újabb terem bérlése a tevékenységeink végzéséhez. Az első évben a közösség rajtam kívül 6 taggal bővült, valamint a cég képes lett eltartani egy másik magánvállalkozót, aki teljes állásban velem dolgozott. Ebben a felállásban működünk egy bő fél évet. A közösségből sajnos kilépett a másik vállalkozó, ami sok kihívást jelentett a közösségben maradtaknak. Az igénye egy állandó, elérhető és megbízható tagnak erőteljesen körvonalazódott. A nehézséget az okozta, hogy a cég maga nem volt azon a szinten, hogy alkalmazásba fel tudjon venni valakit. Végül saját források megmozgatásával sikerült felvenni az alkalmazottat, aki először csökkentett óraszámban kezdett velünk dolgozni. Januártól heti 40 órában dolgozunk együtt és vezetjük a nyelvstúdió többi bedolgozó tagját. Tavasszal pattant ki az ötlet annak, hogy nyissuk ki a nyelvstúdiót egy másik városban is. Szeptembertől a ezzel valamelyest megváltozott a közösség működése, mivel becsatlakozott két olyan tag, akivel fizikailag nem vagyunk kapcsolatban. Ez még mindannyiunk számára idegen érzés. Jelenleg itt tart ennek a szakmai színteren működő közösségnek a formálódása.

A leginkább a munkánkra kapott pozitív visszajelzésekre vagyok büszke, ill. arra hogy egy nyugodt közegben tudunk működni, ahol helye van a tagok véleményének. Büszke vagyok arra is, hogy felelősségteljes egyének vesznek körül, akikkel a fejlődés lehetősége nyitott.

A legnagyobb kihívást többször is az jelentette, amikor valaki kilépett a közösségből előzetes jelek nélkül. Ilyenkor az addigi feladatait gyorsan szét kellett osztani egymás között.

Azt gondolom, hogy az segített, hogy tudtunk a problémára úgy tekinteni, mint egy következő megoldandó dologra és nem engedtünk nagy teret annak, hogy ez a személyünket érinthesse. A közösségből kilépő tag az adott pillanatban veszteség, ugyanakkor kirajzolódott minden alkalommal, hogy valamilyen szempontból nem egyeznek az elképzeléseink, a közösséget építő érdekeink.

A képzés abban segít, hogy jobban átlássam a közösség dinamikáját. Tudatosabbá váltam a közösségben betöltött szerepemben. Probléma esetén egyre többször sikerül nyílt, nem személyeskedő, tiszta kommunikációval fordulni a többi taghoz.

Nagyon fontosnak tartom a közösség építését. Amellett hogy mindannyian dolgozunk benne valami céllal, azt szeretném, hogy sikerüljön kialakítani egy olyan közösséget, amely kész arra hogy több szakmai tapasztalatot meg tudjon osztani egymással. Képes legyen több közös projekt vállalására és ne zárja el a fejlődést. Fontos számomra a gyakoribb fizikai találkozás, ahol nem csak a munkánkat érintő kérdéseket vitatjuk meg, hanem teret tudunk adni egymásnak is.



# 16. KAPCSOLÓDÁSOK

## Átlépés a küszöbön

Jelenleg a családom az első számú és legszorosabb közösségem, azt hiszem az egyetlen is, amim van. Édesanyám, édesapám és a nővérem. Nem túl nagy a tágabb családuk sem, apukám egyke, anyukámnak egy testvére van. Anyai nagyapámat sosem ismertem, néhány hónappal a születésem előtt meghalt, így az anyai nagymamám és az apai nagyszüleim alkották még a szorosabb családi kört. Mivel 22 évig csak én és a nővérem voltunk a nagyszüleink unokái, így egy igazán szoros kötelék alakult ki közöttünk. 3,5 éve megszületett az egyetlen unokatestvérünk is, az érkezése óta pedig a nagybátyám és az újdonsült családja is közel kerültek hozzánk.

Idén minden megváltozott. 2024-ben elveszítettem az összes nagyszülőmet.

Márciusban váratlanul és egy bő hét leforgása alatt elragadta egy betegség az életvidám, egyébként egészséges apai nagymamámat, majd szeptemberben, csupán 11 nap különbséggel itt hagyott minket a nagypapám és a másik nagymamám is.

A megszokott családi összejöveteleken már nem heten, csak négyen leszünk.

Osztozunk a fájdalomban, a küzdelemben, a gyászban. Ez mind közelebb hozott minket egymáshoz, ugyanakkor viszont mindannyian többé-kevésbé magunkba fordultunk. Ahogy telnek-múlnak a hónapok, érzem, hogy erősebbé tette a négyesünk egységét ez a sok, közös veszteség és igyekszünk az együtt töltött időt értékelni és kihasználni.

A történetek megnyomták bennem azt a gombot, hogy igenis az én szüleim sem halhatatlanok. Jelentsen ez bármit is, azt hiszem, most kezdem átlépni a felnőttkor küszöbét.

A gyerekkorom elengedése és átlépés a felnőttkorba egy olyan út számomra, amin nehéz léptekkel járok és amin útközben az élet folyamatosan dobálja az egyértelműbbnél egyértelműbb jeleket és bizonyítékokat arra, hogy valami igenis le szeretne zárulni. Mindeközben azon is foglalkoztat, hogy a felnőttkor valójában csak egy illúzió-e és létezik-e egy mágikus fordulópont, ahol hirtelen egyik napról vagy akár egyik évről a másikra is, de hirtelen felnőttnek érezzük magunkat? A bűvös 18-as életkor betöltése, a munkába járás és a számlák fizetése lenne a beavatási szertartás a felnőtt létbe?

Sok a kérdésem, válaszokért igyekszem nyitott szemmel járni a világban, figyelni magam, az érzéseim és amit a környezetem és a természet ad. Egy biztos, egy ideje látom és érzem, hogy sok leckét, tanulságot gyűjtöttem össze a tarisznyámban és bár húzza a vállam, de olyan irányba terel, ami a változásom, fejlődésem, épülésem szolgálja.

Nem mindegy az sem, ki az aki elkísér és milyen darabon. Barátságok, szerelmek jöttek-mentek, okkal és tanulságokkal. Úgy érzem, minden ami maradt és minden ami ment, hozzátesz ahhoz, hogy jobban körvonalazni tudjam, mi az amit szeretnék egy baráti vagy szerelmi kapcsolatban és segít látni és felállítani a határait.

Jelenleg az olyan kapcsolódásokat ápolom és keresem az életemben, ahol önmagam tudok lenni, meg tudom osztani mélységében az érzelmeimet, gondolataimat, beszélhetünk akármiről és önfeledten szórakozni is tudunk. Ezen

felül a közös érdeklődés is fontos, de nem feltétlenül szükséges. Számomra sokat jelent, hogy legyen körülöttem egy kisebb-nagyobb baráti társaság, ahol ezek teljesülni tudnak, de egyelőre nem jártam teljesen sikerrel. Olyan közeli barátságokra gondolok, ahol esetleg még azon is elgondolkoznánk, hogy kis közösséget alkotva éldegéljünk egymáshoz közel vagy akár egymás szomszédságában. Ez egy nagyon kedves fantáziám, egyelőre sajnos semmi több.

Őszintén szólva, nagy a zűrzavar a fejemben azzal kapcsolatban, hogy számomra hogyan néz ki egy ideális közösség vagy egyáltalán mit is jelent az, hogy közösség. Régi képek, elképzelések formájában él a fejemben mindaz, amit az öregeim meséltek a falusi létről. Összegyűltek, ünnepeltek, kalákáztak, ismertek mindenkit a faluban.

Ez számomra is egy nagyon kedves kép és szeretném hinni, hogy egyszer én is fogok tudni így élni.

Az én generációm igazán távol került ettől a valóságtól, a képernyők előtt éljük az életünket, így dolgozunk, így szórakozunk, így pihenünk, így ismerkedünk és kapcsolódunk a legtöbbit. Én még, lévén, hogy 1998-ban születtem, együtt nőttem fel az internettel és mondhatni egy aránylag egészséges korban találkoztam is azzal először és lettem felhasználó. Éppen ezért még szeretném hinni, hogy számomra van visszaút és ki tudok alakítani egészségesebb szokásokat, ha szórakozásról és kapcsolattartásról van szó. Legyen ez az irat a lenyomata a szándéknak és az emlékeztetőm. Sokkal több személyes jelenlétre, kapcsolódásra van szükségem ahhoz, hogy közelebb, ne pedig egyre távolabb kerüljek attól az elképzeléstől, ahogy szeretnék élni és ahogy szeretném magam körülvenni emberekkel.

Jelenleg nehéz még elképzelnem magamat egy közösségben. A Kisebbségek Közösségben projekt elvonulásain sokat tanultam magamról, arról, hogyan működök egy közösségben, ami mind nagyon új, tanulságos és transzformáló is volt számomra. Olyan tükröt kaphattam, amit igyekszem magam előtt tartani, de hosszú még az út ami odáig vezet, hogy annyi energiát, szívet-lelket tudjak beletenni egy közösség formálásába, amennyit az igényel. Ez pedig az önismeret útja. A kis közösségben való együttélésbe - amit el tudok magamnak képzelni - belevágni szervezetlenül, csapongva, egymást és önmagunkat nem ismerve nem lehet.

Hajlamos vagyok nagy célokat kitűzni magam elé, aztán pedig keseregni, hogy mennyire távol állok még attól, amire vágyok. Emiatt megfordul a fejemben, hogy valóban csak ez az út járható-e nekem vagy ez egy olyan távoli végcél, amit megelőzhetne sok más kisebb mérföldkő is?

Valószínűleg védeni akarom magam ezzel, közben pedig elégedetlen maradok.

Minél távolabbra és elérhetetlenebbé teszem a dolgot magamnak, annál később vállalom a kockázatát annak, hogy sebezhető legyek. Félek attól, hogy beleteszem magamat egy ilyen helyzetbe és csalódás érhet.

Kisebb lépcsőfokokat kell beiktatnom a végcél és a jelen közé, például egy stabil és úgy vágyott baráti társaság kialakítása vagy egy hobbi köré összegyűlt közösséghez csatlakozni. Ezek révén is nagyon sokat tanulhatok magamról és közelebb kerülhetek a közösségben való létezéshez.

Mindent egybevetve, kockáztatnom kell, tanulni magamat és felvállalni azt az ént is, aki éppen még nincs olyan formában, mint ahogy azt elterveztem. Az időt, energiát, szeretetet idén elsősorban magamnak ajándékozom, hogy aztán tudjak egy közösségnek is adni belőle.

## 17. KÖZÖSSÉGEZDI A GYAKORLATBAN

„ Goethe mondta : Három nehéz dolog van eme világon:

Úgy mondani igazat, hogy senkinek ne fájjon

Úgy mondani szépet, hogy ne legyen hízelgő túlzás

És úgy érvényesüljünk, hogy ne legyen elnyomás.”

### Alapítás

Nem én alapítottam, csak csatlakoztam hozzájuk 2024-ben.

Egyébként az elindítója egy hölgy, aki a TreeMap táborban határozta el, hogy elindít egy közösségi kezdeményezést, mert ott jött rá, hogy “ Semmi másnak nincs értelme”

Tagok viszonyuk egymáshoz

Többen is párban vannak. Jelenleg 8-an (4 pár) van a 15 tagból. A közös ügy is körvonalazódik, amihez úgy tűnik hogy a tagok is tudnak érzelmileg kapcsolódni.

Jelenleg 15 tag van.

Én 2024 Április óta vagyok tag. Később csatlakoztak még 3-an. Egyenlőre ennyien vagyunk.



A közösségünk hivatalos jogi formáját keressük. Alapítvány, egyesület, szövetkezet, kft. Stb... ami által tudunk telket vásárolni.

Telkeket nézegetünk az összeköltözéshez és a közösségi vállalkozásunk helyéhez.

A közösségi vállalkozásunk módját és tevékenységét/tevékenységei lehetőségeit keressük illetve tisztázzuk.

Tisztáztuk a közösségünk célját és haladási irányát.

2023 októberében alakult a közösség hivatalosan. A 4 alapító tag, akkor döntötte el, hogy közösséget alapítanak. Tartottak több nyílt napot is. Én 2024 áprilisban találkoztam velük. Szimpatikusak voltak és gondoltam kipróbálom milyen a közösségi lét. Több személyes találkozómk volt már. Illetve hetente 1 online találkozót tartunk.

Augusztusban volt 1 hetes közös munka projektünk. Egy faház felújítása, amit direkt azért vásároltak az alapítók, hogy megnézzék mennyire képesek az elvégzendő munkálatok során felmerülő konfliktusokat rendezni. Úgy tűnik működik is, mert egy komolyabb közösségbeli működési konfliktus alakult ki a tagok között. Jelenleg ennek a megoldásán dolgozunk.

A nyílt napok nagyon jól szoktak sikerülni. A programok kidolgozása és szervezés is elég színvonalas. Mi is és a vendégeink is elégedettek szoktak lenni.

A legnagyobb büszkeség a közös ház projekt. A közösségen belüli befektetői csoport által vásárolt ház tetejét újítottuk fel. Jól sikerült.

Számomra a legnehezebb és úgy látom a közösségen belül is több tagnak a legnehezebbje most az egyik tag modora, viselkedése. Ebből fakadtak/fakadnak konfliktusok. Nagyon rosszul viseli a közösségi tagokkal az együttműködést, ha a dolgok nem a saját elképzelései szerint alakulnak. Dolgozunk rajta és ő is igyekszik.

Egyenlőre még semmi nem segített a feloldásban. Felismertük és őszintén kommunikáltuk. Ez szerintem már egész jó helyzet. Nem vagyunk elkerülésben vagy szőnyegalá seprésben. Konfliktus tisztázásban vagyunk. Ami számomra segít, hogy már az elején felhatalmazást adott a közösség, hogy bárkinek bárkivel neheze van, azt hozza be. Az is segít, hogy nem vagyok egyedül ebben a nehézségben és többen is tapasztalják, hogy gubanc van.

#### A képzési folyamat

Segít abban, hogy egységesnek lássam a közösség működését és ne csak egyéni problémának tekintsem, ha valakinél elakad valami. Azt is jó volt felismerni, hogy a különböző dinamikák is nagyon fontosak önállóan is, de egységben is. A startégia, operatív és integráló működési mód, illetve a stratégia, operátor és a facilitátor nem egymás ellenségei, hanem ha szépen sikerül összehangolni, akkor segítik azt a folyamatot amiben vagyunk. Legyen az tervezés, projekt megoldás vagy személyes találkozáson “összeszeretés”. Érdekesebbé, hatékonyabbá és kellemesebbé teszik az együttműködést.

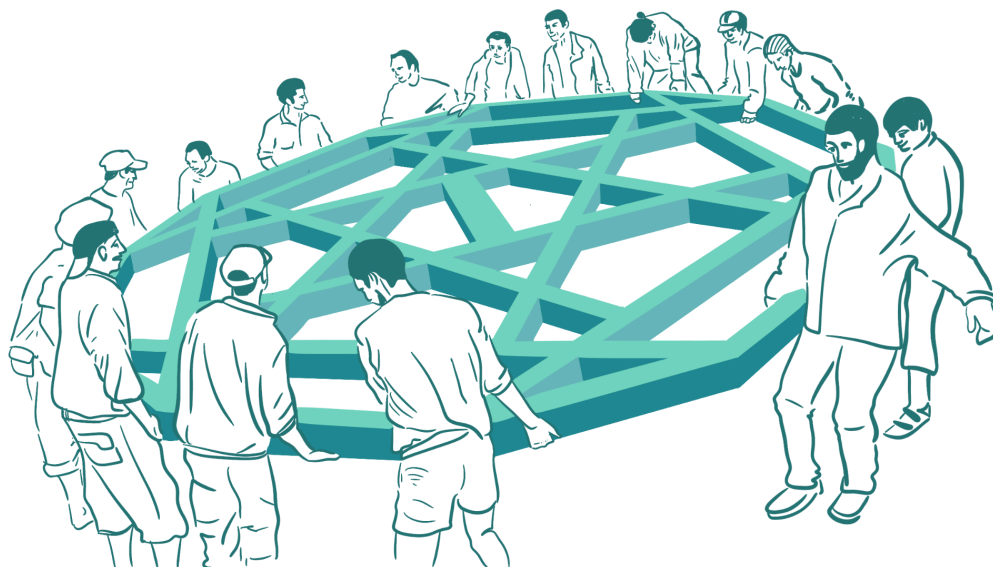
Nagyjából körvonalazódik a közösségünk „értelme”, célja, iránya. Ezt kinyilvánítottuk egymásnak és meghatároztunk egy fő csapásvonalat, amin haladni szeretnénk. Közösség építő Szabadegyetem. Ezzel én nagyon „tudok menni”. Nagyon lelkesít, hogy van lehetőségem ebben részt venni bármilyen szinten is. Persze fő célom és irányom az, hogy ezt tanítsuk, oktassuk másoknak is és ebben tevékenyen részt tudjak vállalni. Ehhez nagyon szívesen tanulok tovább. Felvételiztem a Közösségszervező szakra a Kodolányira, de sajnos a pontszámom kevés lett. Azonban nem adom fel, jelenleg is kommunikációs képzésre járok a Magyarországi Community Building-hez.

Angolul is tanulok és bízom benne, hogy sikerül nemzetközi szintre is kilépni a közösséggel. Nagyon jó lenne részt venni a ti -Képző képzés-eteken is, hogy szellemi szinten is hozzá tudjak járulni a közösségi eszme terjedéséhez.

Engem azért érdekel a közösségi élet, mert azt látom, hogy én a céljaimat egyedül nehezebben vagy egyáltalán nem tudom elérni. Sokkal könnyebb közösségben, ahol “több szem többet lát” és “együtt toljuk a szekeret”, közös a felelősségvállalás és az erőfeszítés is megoszlik. Ráadásul nem értek mindenhez :)

Bízom benne, hogy a közösségünknek sikerül a terve, célja és képesek leszünk minden akadályt áthidalni, ami bennünk vagy a világban van. Tudunk jövőben is fejlődőképesek lenni, s mintává válni valódi, tudatosság alapú közösségként segíteni az embereknek abban, hogy egyre több tudatosság alapú valódi közösség jöjjön létre.

Meglátásom szerint ez a jövő és egyben a túlélésünk záloga is. S egyébként, ha ez nem megy, akkor nem is érdemes az emberiség arra, hogy túléljen, mert minek? Ha nem változunk és változtatunk az életünkön, akkor ugyan ezt a c@rt görgetjük magunk előtt és hagyjuk utódainkra ráömleni generációról generációra, amíg túl sok lesz és ellepi az egész világot és mindenki „belefullad”.



## 18. EGYÜTT KÖNNYEBB

### Mindennek az alapja az önismeret

A Tudatos Test tulajdonképpen a vállalkozásom neve. Gerinctornával foglalkozom és az ott összegyűlő embereket fogja (fogná össze). A tapasztalat az jelenleg (szeptember eleje), hogy bár nagy igény van a kapcsolódásra, legalábbis ez a visszajelzés érkezett még a nyár elején, a megszervezett eseményre kevesebben jelentkeztek. Mintha elfáradtak volna a nyáron. De lehet, hogy ez is egy fázis.

Ez a közösség, úgy érzem, körém csoportosulna. Az általam megszervezett eseményeken vennének részt, ahol egymással tudnának kapcsolódni. Viszont én nagyon szeretnék egy olyan közösséget is létrehozni, ahol 4-5 ember (jelenleg úgy érzem, hogy nők) egy mellérendelői viszonyban dolgoznának együtt. Egymást támogatva, segítve. Egyelőre nem tudom, ez a kis közösség pontosan mivel foglalkozna, csak az igényét érzem.

A Tudatos Testnél olyan emberek kerülnek egymással kapcsolatba, akiknek gerinc bántalmaik vannak. Alapvetően fizikai érzet, viszont elég nyitottak ahhoz is, hogy a mentális, szellemi síkon történő elváltozásokról is halljanak. Vannak olyanok, akik régebb óta barátok, vannak, akik csak itt ismerkedtek meg.

Az általam elképzelt közösségben mindannyian egyenrangúak lennénk, baráti viszonyban egymással elvárások nélküli tiszta kommunikációval. Ahol mindenki a saját szakmájának megfelelően tenne hozzá valamit.

A Tudatos Testtel jelenleg kb 50-60 ember áll kapcsolatban. A vállalkozás 4 éve indult, kisebb-nagyobb pl. karácsonyi akciókkal, viszont komolyabb közösségépítő törekvés az elmúlt egy évben bontakozott ki. A szeptembertől induló időszakban már 3 “gerinctornánk kívüli” eseményt is tervezek. Túrázás, szaunázás. Egyelőre nincsenek nagy céljaink. Az együtt, jó hangulatban eltöltött idő fontos. Esetleg újabb és újabb élmények átélése.

A közösség 2020-ban jött létre. Gerincjógával kezdtem felnőttek számára. A cél az volt, hogy fizikai szinten egyre jobban és jobban érezzék az emberek magukat. A “főhadiszállás” kialakítása is picit hosszabb időt vett igénybe. Ez alatt a 4 év alatt 4 helyen tartottam órát. Aztán 2023 áprilisában költöztem a jelenlegi helyre, ami egy kis oázis lett. Nekem mindenképp :) Elkezdte egyre nagyobb érdeklődés övezni a tornát. Ekkor már gerinctornával kombináltam az óráim. Az idei “születésnapkor” egy kérdőívet küldtem körbe, mivel az volt a benyomásom, hogy szívesen beszélgetnek velem az emberek a gondjaikról, vagy csak úgy egyáltalán szívesen töltik az idejüket egy olyan környezetben, ahol nem várnak el tőlük semmit, ahol megdicsérik és segítik őket. Célzott beszélgetésekben nem gondolkodtam, hisz nincsen képesítem, és nem is érzem magam “felhatalmazva” erre, így azt gondoltam, ki, mi lenne ha a tornákon kívül is teremthetnék olyan helyzeteket, ahol jól érzik magukat, ellazulnak és kötetlenebb formában kérdezhetnek tőlem is akár, vagy egymástól. A kérdőív alapján erre nagyon nagy igény volt. Ezért találtam ki az első túrámat idén áprilisban, amire 40-en jelentkeztek. Végül 30 ember jött el,

ami nagyon nagy pozitív meglepetés volt nekem. Időközben határszabással foglalkozom, picit átalakítom az órák struktúráját, vagy a már említett nyári hőség miatti fáradtság is lehet akár az oka annak, hogy a most szeptemberre tervezett túrával egyelőre nincs olyan nagy lelkesedés. Mindenesetre szépen lassan folytatjuk tovább és meglátjuk hová fejlődik. Itt azonban egy alfa szerepet kell betöltenem, ami - bár mindig azt hittem, hogy az álmom - mégsem olyan komfortos nekem.

Ezért szeretném kialakítani a másik közösségem is.

Számomra a legnagyobb siker a közösségépítés szempontjából az első túrát övező nagy érdeklődés.

Számomra a legnagyobb kihívás a vezetői szerep megtalálása önmagamban. Mmint a számomra egészséges vezetői szerepé. A vállalkozás kezdetén (utólag úgy látom, hogy) túlzott demokráciával fordultam a tornázóim felé. Az összes döntésemet először szavazásra bocsátottam. Az órák kezdetén megkérdeztem, mihez lenne kedvük, stb. A társaság, aki hozzám járt, nagyon kedves, érző emberek társasága, így nem élt vissza a helyzettel. Talán ezért tartott ilyen sokáig, hogy felismerjem ennek az egészségtelen mivoltát. Idővel aztán ez a dolog kezdett átfordulni és a csúcspontja most nyáron következett be. Olyan időpontokban tartottam órát és olyan áron, ami nekem már egyáltalán nem érte meg. Csak hogy a hozzám járó emberek elégedettek legyenek. Az eredmény az lett, hogy a legenyhébb gyakorlástól is brutális fájdalmaim lettek. Kiegészíttem. A nyár 2 hónapja kellett, hogy visszatérjek. (még nem tökéletes). A felismerés akkor jött, amikor bizonyos döntéseimet konkrétan számon kérték rajtam. Elkezdtek próbálni

irányítani. Ezt pedig nagyon nem szeretem. Így a teljes “diktatúrába” váltott át a vállalkozás irányítása. Nem kérem ki és nem fogadom el a kétkedéseket, véleményeket. Gondolom ez sem ideális, mert érezhető távolságot alakítottam ki azokkal szemben is, akik mindig is lojálisak voltak hozzám és sosem próbáltak befolyásolni. Talán ez is az okozója lehet a túra iránti viszonylagos érdektelenségnek. Ez egy folyamat, arra számítok, hogy azok, akiknek nem felel meg az, hogy nincs beleszólásuk a döntésekbe, lassan kihullanak és újra egy elfogadó, tiszta kis közösség lehetünk.

Egyelőre folyamatban van. Arra számítok (remélem), hogy akinek ez így nem felel meg, kiesik, elhatárolódik.

Számomra a képzés legnagyobb felismerése, hogy nem érzem jól magam alfa szerepben, holott mindig erre törekedtem. Nagyon kényelmes nekem, sőt boldog vagyok bétaként és nem csak az üzleti világban, de a párkapcsolatban is. Továbbá rádöbbenem, hogy ha sikerül megfelelő embereket találnom, akkor nagyon is szívesen dolgozom csapatban. Ahol a kommunikáció tiszta, az emberek szándékai pozitívak és ahol egy megtartó közösség van, abba én is bele tudok puhulni. A szakmai életem során most tapasztaltam először ilyen burkot és nagyon megtetszett.

Céлом, hogy olyan eseményeket hozzak létre, ahol kötetlenül, feszengés nélkül vehetnek részt a tornázóim és ahol olyan információkat hallhatnak organikusan, egy egyszerű beszélgetés során, ami akár beépíthető a saját életükbe is. Tulajdonképpen találkozhatnak azzal az élménnyel, hogy “lehet máshogy is” élni/dönteni/beszélni/érezni. Most a fent említett szervezendő események létrehozása a cél és meglátjuk, kit szólít meg és kit nem.

# 19. EGYÜTT EGYMÁSÉRT

Egy őszinte támogató közeg, ahol önmagad lehetsz

Kezdetek

Történetünk 2022 nyarán kezdődik. Többedmagammal robogok egy képzésre. Késve. Természetesen. (Én az égvilágon mindenholnan elkések. Még arról a buliról is, amit a saját otthonomban szervezek...) Szóval robogunk, próbálunk nem sok mindenről lemaradni, de fél nap nem tétlenül telt az időben érkezőknek, így amikor becsöppenek, ők már sok mindenben túl vannak, ismerkednek, beszélgetnek, kapcsolódnak, csoportokba tömörülnek. Egészen pontosan három csoportba. Érkezésünkkor a vezetők felzárkóztatnak bennünket: nekünk, késve érkezőknek, szét kell osztanunk magunkat a létrejött csoportok között úgy, hogy az így létrejött csoportok egyenlő létszámúak legyenek. A jelenlévők között megpillantottam egy rég nem látott barátot. Azt a fajtát, akivel pár évente összefutunk, és ott vesszük fel a fonalat, ahol anno letettük, és minden együtt töltött pillanat kincs. Azonnal tudtam, hogy abba a csoportba szeretnék tartozni, ahol ő van. Sokszor van, hogy szeretnék tenni valamit, lépni, reagálni, de nem szeretném túltolni, visszafogom magam, hogy ne gondolják rólam, túl sok vagyok. (Tudom, ezek az emberek itt körülöttem mind idegenek, miért is fontos számomra, hogy mit gondolnak?! Ezt az agyammal tudom, de gyakran mégse aszerint cselekszem.) Így történt hát, hogy mire szóra nyitottam volna a szám, hogy én *ahhoz* a csoporthoz szeretnék csatlakozni, a szabad pozíció betelt, én pedig megadva magam a helyzetnek, úgy, hogy most már semelyik csapathoz nem húzott a szívem, csak annyit mondtam:



Engedem. Így lettem tagja egy kupac csupaszív embernek, akik azóta a mindennapi életem szerves részévé váltak, és nem cserélném le őket semmi áron.

### Összecsiszolódás

A képzésre azért érkeztem, mert fejlődni szerettem volna. Addigra magam mögött tudhattam három évnyi terápiát, de valahogy éreztem, egyéniben dolgozni magamon, az elakadásaimon kevésbé hatékony, mint közösségben. Mert mint tudjuk, a kapcsolatokban szerzett sebek kapcsolatokban gyógyulnak, legyen szó apróbb nehézségektől, vagy hatalmas traumákról. Minden csoport két vezetőt kapott, egy tapasztalt tréneret és egy segítőt. Nagy biztonságérzetet nyújtott, hogy a második vezetőmet ismertem, talán ennek volt köszönhető, hogy nem éreztem magam annyira feszélyezetten. A napok intenzív tanulással teltek, ismereteket szereztünk csoportdinamikáról, kapcsolódásról, közösségek kialakulásáról és működéséről, de ami számomra a legfontosabb volt, saját magamról. Az után az egy hét után teljesen más szemmel néztem magamra és a csoportomban lévő egy tucat emberre. Számomra a legnagyobb jelentőséggel bíró tapasztalások közül hoznék most egyet.

A hét során több feladatot kaptunk, ezek közül az egyik ez volt: Építsünk hajót, ami eljut A pontból B pontba. Túl sok instrukciót nem kaptunk, így a kreativitásunkra volt bízva a feladat megoldása. Elindultunk egy gondolat mentén: a hajónak van legénysége, kapitánya, különböző posztokat betöltő személyzettel rendelkezik. Léna vállalta, hogy ő kiáll a hajó orrához és onnan irányítja majd, merre kanyarodjunk. Ebbe beleegyeztünk, majd amikor ő a hajó orrához megérkezett, mi pedig elkezdtük rázúdítani, *mit csinálhatna még* (ha már úgyis ott van, nem?!), Léna megtorpant, felénk fordult és közölte, hogy ő az *irányítást* vállalta, de a többit, amit rá szeretnénk pakolni, nem! Életemben nem hallottam még olyan tiszta kommunikációt és ennyire éles határhúzást. Ebből a tapasztalásból azóta is

meríték: hogy merjek szólni, ha már nem bírom, ha túl sok, amit rám pakoltak (akarom mondani, engedtem magamra pakolni), mert nem tisztáztam, hol vannak az én határait. Talán azért tolom ki a határait és azért végzek el olyan feladatokat is, amik már túlnyúlnak rajtam, hogy megfeleljek, hogy szeretve legyek, hogy a közösség tagja maradhassak? De milyen közösség az, ahol nem vállalhatom saját magamat, a gyengeségemet, a határait? Merek szólni? És ha szólnék, mi lenne a reakció? Ez a helyzet rávilágított arra, hogy gyakran én magam nem kommunikálok megfelelően a szükségleteimet, és arra is, hogy ezt megtéve nem csak saját magamon segítek, de a környezetemben élőknek is.

Együtt jó!

Az így eltöltött egy hét sok új tapasztalást, tudást hozott. És új barátokat is. Miután szétszéledtünk, sokan éreztük, hogy valami nagyon fontos, intenzív és az életünkben gyökeres változásokat hozó folyamatok zajlottak le és abban is biztosak voltunk, hogy fogunk még találkozni. Nem kellett sokat várni, mert kiderült, hogy többen átutaznak azon a városon, ahol én élek, így egyfajta általános találkozóhelyként tudtam rendelkezésre állni. Ez nagyszerű lehetőség volt, hogy gyakoroljam a határhúzást. Igyekszem figyelni arra, hogy mi a cselekedetem mozgatórugója. A képzés után több alkalommal került megszervezésre nálam a találkozó, aminek egyik oka a praktikum volt, de ha mélyen magamba nézek, szerettem volna azzal bebiztosítani magamnak a közösségben betöltött posztomat, hogy egy ötletre, pl. hogy rendezzük meg nálam az összejövetelt, akkor is igent mondok, ha az ezzel járó feladatok számomra már nem komfortosak (spoiler: az utóbbi két évben ezen már sikerült javítani, már sokkal jobban felismerem ezeket a helyzeteket és sikerül kiállnom magamért). Úgy sejtem, nem vagyok egyedüli, aki olyan környezetben nőtt fel, ahol tenni kell azért, hogy szeretve legyen, hogy elég jó legyen. Szüleink és nagyszüleink nem igazán ismerték a feltétel nélküli szeretet kifejezést, így aztán nem is csoda, hogy sokszor

olyan helyzetekbe sodorjuk magunkat, amely során nem saját szükségleteinket helyezük előtérbe. A felelősséget persze nem szeretném háritani. Látom, mi miért van és folyamatosan azon dolgozom, hogy ha egy helyzet már nem komfortos számomra, azt énközlésből tudjam kommunikálni. És szerencsére ez gyakorlással egyre jobban megy.

Van aztán az a helyzet, amikor valóban a segítő szándék hajt. Történt ugyanis, hogy Léna és családja lakásfelújításba vágta a fejszóját, aminek a kezdeti fázisában jól jött pár segítő kéz. Bedobta, hogy aki ráér, jöhet segíteni (félíg viccesen, félíg az esélytelenek nyugalmaival), és maga is meglepődött, hogy többen jelentkeztünk, épp ráérünk, mennénk szívesen. Visszagondolva, talán az alapozta meg a kapcsolatunkat, az segített, hogy közelebb kerüljünk egymáshoz, hisz a képzés alatt reggeltől estig folyamatosan tanultunk és feladatokban vettünk részt, így nem igazán volt lehetőségünk több órán keresztül kettesben lenni és elmélyülten beszélgetni.

Már a képzés utáni első fél évben kialakult egy kemény mag, akik többször tudtunk személyes találkozón részt venni, nagyobb igényünk volt az egymással való kapcsolódásra. Hogy a csapat fele lemorzsolódott, nehezen éltük meg. Elhangzottak olyanok, hogy nekik nem vagyunk fontosak, őket nem érdekli, mi történik velünk... Én a magam részéről hajlamos vagyok túlagyalni dolgokat, de most volt bennem egy erős érzés, miszerint azok, akik nem tudnak aktívan jelen lenni a közösség életében, őket csupán a munka, család és egyéb kötelességek tartják távol és emiatt egyszerűen nem jut idő egyéb dolgokra, így az életükben perifériára szorultunk. Ez az elmélet az idők során többször is bizonyítást nyert, mert ha valamilyen apropóból mégis sikerült online vagy offline összekapcsolódnunk, a visszajelzés engem igazolt.

## Egy év elteltével

Egyikünknek sem okozott meglepetést, hogy 2023 nyarán újra találkoztunk, a képzés ugyanis, amin egy évvel korábban először találkoztunk, egy éven keresztül online működött, majd zárásképp újra egy hetet együtt töltöttünk. Emlékszem, hogy felrebbent a hír, miszerint a második képzésen újra fogják osztani a csoportokat és így felmerül a veszély, hogy szétdarabolnak minket. A kemény mag már jó előre eldöntötte, hogy erről szó sem lehet, én még azt is kijelentettem, ha nem lehetünk egy munkacsoportban, én bizony felállok és hazamegyek! Végül nyilván szétszedték a csoportot és emiatt nyilván senki sem ment haza. Egy nagyon erős tanulsággal viszont szolgált az eset. Azt éreztem, hogy a mi kis közösségünk, köszöni szépen, így tökéletes, ehhez se hozzáadni, se elvenni belőle nem szükséges. Ami azért valljuk be, egyáltalán nem életszerű. A valóságban ugyanis az emberek lemorzsolódnak, más irányba sodorja őket az élet, és ezzel párhuzamosan lesznek olyanok, akik csatlakoznának hozzánk, így szükséges nyitottnak és elfogadónak lennünk, felkészülve a lehetséges változásokra.

A helyzetben egy parányit puhított az, hogy a kemény mag végül egy csoportban maradt, és kiegészültünk azzal a barátommal, akiről a legelején meséltem. Ezzel bebizonyosodott számomra, hogy a változás bár sokszor félelmetes, és messze kítaszít a komfortzónából, ha nyitottak vagyunk az új dolgokra, abból csodálatos dolgok sülnhetnek ki. Ami végül meg is történt, hisz az ott töltött egy hét újra sokat adott mindannyiunknak.

## Közös programok

Az együtt eltöltött egy hetet azzal zártuk, hogy elköteleződünk egy rendezvény megszervezése mellett. Ennek az alap koncepcióján már ott is nagyon sokat dolgozunk, de maradt még munka bőven. Ahogy teltek a hetek és a hónapok, és a megvalósítástól csak egyre távolabb kerültünk, egyre fogalmazódott meg bennünk

a gondolat: nem biztos, hogy ezt erőltetni kellene. Ez nagy feszültséget okozott, mert volt, aki minden áron meg szeretne volna valósítani az ötletet, és sokáig tartott, mire sikerült belenyugodnia, mi nem tudunk és nem is akarunk ilyen rohamtempóban haladni. Ezt mi sem szimbolizálta volna jobban, mint hogy logónknak megválasztottunk egy csigát, miszerint nekünk kevésbé fontos a határidők tiszteletben tartása, inkább haladunk lassacskán, de nagy figyelmet fordítunk a tagok hogylétére.

Míg mi egyre közelebb kerültünk egymáshoz, a képzés a végéhez ért, és azt éreztük, szívesen mennénk tovább együtt a közös úton. Szerencsére kérésünk meghallgattatott, és a csoportvezetők újabb képzési anyagot állítottak össze, ami újabb lehetőségeket teremtett, hogy együtt dolgozhassunk. És ez már egy teljesen más dimenzió volt. Önismereti úton járni úgy, hogy tudom, bármi történik, a körülöttem lévők megtartanak; hogy nincs rossz válasz, hogy bátran lehetek önmagam, hogy nem kell a felesleges maszk, a sallang; hogy szeretve vagyok akkor is, ha nem adok semmit, ha rossz kedvem van; és a legfontosabb: úgy vagyok jó, ahogy vagyok. Ez megfizethetetlen. Az a fajta kommunikáció, ami nem húz le, nem becsmérel, nem ítélkezik, mégis egyenes és őszinte.

Nagy kincs még a heti egyszeri beszélgetés, amit hónapokkal ezelőtt egy oszlopos tagunknak köszönhetően vezettünk be és jelen vagyunk minden alkalommal, hol kisebb, hol nagyobb létszámban. De ami biztos, oda minkenki kiteheti, ami a boldogsága vagy ami a szívét nyomja. És azt gondolom, ez a legnagyobb kincs, amit egymásnak adhatunk, a rá fordított figyelem és a bizonyosság, hogy ha bármire szüksége van, mi ott vagyunk. Mert - hogy egy klasszikust idézzek - van olyan, hogy az ember zuhan, és saját maga alá kell raknia a saját kezét, hogy elkapja, de ezek között az emberek között biztos vagyok benne, hogy erre többé nincs szükség, mert mi megtartjuk egymást.

## 20. VALAMI ALAKUL

### - NÉHA OTT, AHOL NEM IS VÁRTAD VOLNA!

Az egyetemi évfolyamunkon már régóta beszélgetünk arról, hogy belevághatnánk valamibe együtt, létre is jött egy kisebb csoport, aki szeretne valami “többet” kezdeni a kapcsolódásainkkal. Jelenleg még igazán nem vágunk bele ebbe - mert most a rengeteg iskolai feladatra kellett koncentrálni, mióta kitaláltuk ezt magunknak - de maga az évfolyam is már egyfajta közösségként működik.

Érdekes ebben az egészben úgy benne lenni, hogy az eddig tanultak alapján már egy kicsit “metából” tudom nézni a dinamikák alakulását, és éreztem saját magamból kiindulva is, hogy kezdünk egymáshoz nem csak a tanulási érdekek miatt közelíteni, hanem valamilyen bizalmasabb, biztonságosabb tér is kezd alakulni közöttünk. Más is megalapozza ennek létrejöttét: sokan vagyunk olyan különleges életszakaszban, ami miatt valamilyen szempontból egyébként is fontos megéléseink vannak, például párkapcsolati változások, munkahelyváltás, egészségügyi változások, gyerekvállalás, más mérföldkövek. Emellett sok órán a társadalmi problémák személyes megéléseit is megoszthattuk, ezáltal lett egyfajta belsőbb csoporttér, amelyen keresztül sokan megosztottuk a gyerekkorunk, szociális közegünk, vagy egyes társadalmi interakcióink részleteit. Egy korábbi alkalommal egy nagyon különleges megosztásnak is fültanúi lehettünk, amikor az egyik évfolyamtársunk egy nagyon megrázó, gyerekkori történetet osztott meg velünk.

Személy szerint úgy érzem, ez nem is feltétlen csak az óra anyagához kapcsolódott, hanem megteremtődött az a tér, ahová ő ezt be merte hozni. Az ilyen pillanatokban úgy érzem, hogy “valami” mégis csak történik, és arra jöttem rá, hogy valójában csak a felelősséget és a kockázatokat nem mertem felvállalni, mert már elindult a közösséggé válás folyamata, csak tudatosság nem volt épp benne. Amikor felvettem a többieknek a facebook csoportban, hogy aki gondolja, azzal valamilyen módon tovább vihetnénk más formában is, elég sokan jelentkeztek. Attól még kicsit tartok, hogy mi lesz, ha ez a kisebb csoport, azáltal hogy valamennyire elkülönül, mit jelent majd a nagyobb csoportban, nem lesz-e ezzel gond, de majd lépésről lépésre ránézünk, hogy megy éppen a folyamat. Illetve nagyon tudatosan próbálok nem úgy lenni vezető ebben, hogy elnyomjam más ötleteit, mert természetesen az én fejemben van erről valami, de nem csak arról kell, hogy szóljon, amit én szeretnék, és érzem, hogy ezzel nagyon tudatosan kell dolgoznom.

Eleinte felületesebb, érdek viszony volt közöttünk, ami a tanulás és az azzal kapcsolatos információk köré szerveződött, ez azonban gyorsan elég bensőséges viszonyokba fordult át. A téma átfarmálódott: különleges élethelyzetek, amelyekkel éppen küzdöttünk/küzdünk, vagy az egészségi állapotunk, bármi, ami a munkával kapcsolatos probléma, itt mindenről tudunk gondolatokat megosztani, amit komfortosnak vagy odavalónak érzünk. Például amikor a jelenkori ifjúság szociológiájáról tanulunk, előtérbe kerül a saját gyerekkorunk és a saját családunk, ami elég mély megosztásokat eredményezett. Én úgy látom, sokat segít az is, hogy korábban nem ismertük egymást, kívülállók vagyunk a másik családját, barátait, munkahelyét illetően. Nekem is sokakkal mélyült a kapcsolatam, bár mindenkivel

nincs idő kapcsolódni, de észlelem, hogy a csoporton belül több szálon is alakulnak a mélyebb kötődések.

Nagyjából 20-25 fős a társaság, változó, mert néhány kurzuson van, aki a korábbi évfolyamról csatlakozik, de ők is beintegrálódhatnak a közösségbe (“tiszteletbeli” évfolyamtársaként), ha megvan a kémia. Elég rugalmas az évfolyam olyan tekintetben, hogy kihez hogyan áll, ha egy új arc érkezik, mindig van egy “klikk”, aki szívesen beszélget vele, akihez “csapódni” tud. Én ezt is egyfajta egészséges jelnek látom, hogy nem vagyunk kirekesztőek (ettől függetlenül még van, akivel szemben marad egy távolságtartás, vagy kialakul egy kritika néhány klikkben, de ennek nem is lehet gátat szabni, ez egy egészséges működés - a lényeg, hogy nincs rosszmájúság a társaságban).

Már több, mint egy éve ismerjük egymást, 2023-ban indult a képzésünk. Erre már olyan nosztalgiával emlékszünk vissza, mintha “ezer éve” lett volna, mert annyi minden történt velünk az első két félévben is... A szünetekben, tanítás után, messengeren folytatott beszélgetések mellett sokat erősít a kötetleken a rengeteg közös projektmunka, kiselőadás, beadandó, amiben kisebb-nagyobb variációval, de helyel-közzel azért azonos összetételekben ugyanúgy szerveződünk (nekem is megvan az az 1-2 ember, akivel preferáltan együtt dolgozunk - ugyanakkor, ha másképp alakul, akkor sem szokott nagy gond lenni - ebben is egy rugalmasságot érzek a csapatban).

Most ősszel egy kicsit elkezdtünk tudatosabban kezdtünk el szervezkedni, nagyon lelkesen jött össze a csapat, ez a belsőbb kör jelenleg velem együtt 12 főt számlál, ami nagyjából az évfolyamunk fele. Jelenleg egy közös ötletelésre keressük a



közös időpontot, ami a szorgalmi időszakban nem könnyű. Nagy szerencsémre az egyik évfolyamtársam is beszáll a szervezésbe, nagy terhet vesz le a vállamról, hogy nem csak nálam van ennek a továbbvitele. Egyelőre még csak körvonalazni szeretnénk, hogy ki mit vár, mit szeretne közösen csinálni, milyen elképzelések vannak. Szeretném nem nagyon erőszakolni az időbeosztást, mert mindannyian fáradtak és hajsztok vagyunk, túl sok mindent csinálunk egyszerre, ugyanakkor félek, hogy elszáll a lelkesedés és leül az egész. Ez nekem is nehéz, mert magamat sem akarom kifacsarni, de a lelkesedés meg dolgozna... Azzal, hogy magamat hajtom, lehet, hogy másokat is ilyen helyzetbe hoznék, és ott még lehet, hogy nem tartunk, hogy valaki merje közölni, hogy ez neki sok, és inkább csak kiszállna... Még egyfajta egyensúlykereső fázisban vagyunk, útkeresésben, ez kicsit frusztráló is tud lenni, azonban még dolgozik az újdonság tüze, ez viszont nagyon jó érzés.

Tulajdonképpen két közösségről van itt szó, az egyik, a bővebben értelmezett évfolyam, a másik pedig az azon belül alakuló, még nagyon kezdetleges fázisban létező, fent említett, kisebb csoport.

Az évfolyamból pár emberrel már az Orientációs Napon találkoztunk, így nem teljesen ismeretlenül ültünk be a tanterembe, de amikor valamelyik első alkalommal csoportokat kellett alakítani, mindenkiben teljes volt a pánik, hogy kivel lesz, kimarad-e. Azért ez még most is valamennyire jellemző, ez egy természetes reakció azt hiszem... Akkor, azok az első csoportok nagyon értékes tapasztalatok voltak olyan szempontból, hogy egy pár embert közelebbről megismerjünk. Ugyanakkor a csoportok között is megmaradt a kohézió, sokat kérdeztük egymást, hogy Ti hol tartotok, hogy megy, ti ezt hogy csináljátok, szerintetek itt mit értett a tanár ezalatt a pont alatt, stb. Mert ami az órán

egyértelműnek tűnik, nem biztos, hogy az lesz akkor is, ha már nekiülünk csinálni a feladatot.

Az első év lezárásaként egy közös sörözésre mentünk el egy közeli, belvárosi helyre, szerintem az nagyon nagy lépés volt, egyfajta deklaráció arra nézve, hogy akarunk egymással időt tölteni kétszer 9 órányi iskolában töltött idő után, folyamatos számonkérések közepette, úgy, hogy többen vannak vidékiek, kisgyerekesek. Úgy hallottam, mindenkinek elég mély témákat hoztak az aznap esti beszélgetések.

Másik alkalommal az utolsó vizsgánk után négyen ültünk be egy koccintásra, ez azért volt különleges élmény számomra, mert az egyik lánynak akkor volt pár hónapos a kisbabája (a várandóssága alatt is velünk volt az órán) és ez az alkalom volt az első "kiszabadulása", erről sokat beszélgettünk. A négyből egy másik személy sokat mesélt a lelki problémáiról, ami szintén egy mélyebb megosztást hozott, pedig addig egyikünkkel sem beszélt ilyesmire mélyebben. Emlékszem, hogy akkor én is sokat meséltem személyesebb, bizalmasabb történeteket. Biztosan tudom, hogy ilyen beszélgetések más emberek között is létrejöttek és jó érezni, tanújalenni annak, ahogy szövődik ez a háló közöttünk, egyre többen kapcsolódunk mélyen, és az a benyomásom, ettől az egész szövet is erősebb lesz.

Nagyon sokat adott nekünk már az elején, hogy az egyik tanárunk rengeteget foglalkozott velünk, körbe ültetett minket, rászánt másfél órát, hogy mindenkiről megtudja, ki ő, honnan jött, mi a motivációja. Ez egyrészt jól esett nekünk -

legalábbis nekem biztosan, mert ez azért nem egy jellemző egyetemi gyakorlat - másrészt így mi is meghallgattuk egymást, kialakult egy képünk az évfolyamról.

Az egyik tárgyunkon szabadon választott témából tartott mindenki egy rövid előadást, és az egyik diáktársunk egy elég mélyre ható, erőszakmentes kommunikációról szóló tedtalk-ot adott elő, ami érezhetően megint csak egy olyan mélységet hozott az egész társaságnak, amiről sokáig beszélgettünk utána, volt aki libabőrös lett, volt, aki meghatódott. Kissé emelkedetten hangzik, de “valami történt” akkor is, ami megint formált egyet azon a téren, amiben együtt léteztünk, létezőnk, és akkor megint mélyült egyet a társaság.

Természetesen változó, hogy ezekre a jelenségekre ki mennyire fogékony, ki mennyire tudatos, kinek mennyire van erre igénye. Sokan azok közül, akik esetleg mélyebbé tették az egészet, nem tudatosan reagáltak meglátásom szerint, csak megérezték ennek a biztonságosságát, lehetőségét. Soha senkin nem éreztem azt, hogy ez ne lett volna helyes felismerés, ezért azt gondolom, ezek mindig jó megérzések voltak. Viszont az is fontos tanulság számomra, hogy az, hogy mi ilyen jó évfolyam vagyunk, nem ennyire alapvetés, és az, hogy egy társaság így tud működni, nem ennyire jellemző, de ennek nem mindenki van tudatában. Érdekes lenne megtudni, hogy kinek mit jelent ez az egész és mit gondol erről. A saját meglátásaimat meg tudom osztani, de sokaknál még csak elképzelni sem tudom, hogyan gondolkozhatnak erről.

Idén őszre is szerveztünk egy összejövetelt egy másik vendéglátóipari egységben, és ide már sokan elhívták a párjukat is. Ez volt az első olyan legendás, belső

poénokkal átszőtt, óriási nevetésekbe torkolló találkozóink, amin már észrevettem, hogy az első év megpróbáltatásai, életeseményei, megosztásai, élményei beértek a nyári kihagyás alatt. Az előző egyetemi képzésem az első év után feloszlottak az akkori társaságok, és elmúlt ennek az első évnek a “nagy egymásra találás” hangulata. Nagy öröm és meglepetés volt számomra megélni, hogy ennek nem szükségszerűen kell így lennie, vagy valami tényleg nagyon különleges történik. Azért kell belevágni valami tudatosabba, azért kell felvenni valakinek a felelősséget és megindítani valamit, mert ez értékes ahhoz, hogy csak a szabad dinamikák folyásában szélnek eresszük.

Mindenkinek a belső, mély megosztásai egy órán vagy azon kívül számomra fantasztikusan fontos pillanatok, mert valami olyasmiben kapcsolódunk, amiben ez effektíve nem feladat, vagy nem elvárás, ülhetnénk csak egymás mellett, mint évfolyamtársak, de mégis szintet emeltünk ezen. Nagyon büszkévé tesz minket, hogy van egy tanárunk, aki nagyon sokat dicsér minket, és nagy figyelemmel van ránk féléről-félévre. Kicsit ez is segített abban, hogy ne csak jól érezzem magam, hanem tudatosabban kezdjem figyelni a körülöttem zajló eseményeket és dinamikákat. Érdekes, hogy belülről néha nem érzi az ember, ha nem szándékosan egy közösség létrehozása miatt van benne egy társaságban, ilyenkor jól jönnek a külső inspirációk, észrevételek, javaslatok. Arra is nagyon büszke vagyok, hogy ott tartunk, hogy egy tudatosan formált közösséget hozunk létre. Mindent óriási lépésnek tartok, mert ami nem kötelező, arra nagyon sok ember nehezen szán erőforrást, egy ilyen lépés pedig még többet követel. Főleg olyan emberektől, akiknek munkájuk, családjuk és egyetemi tanulmányaik is vannak, ez hatalmas lépés.

Közösségben lenni mindig sok munka, mert ha nincs mit csinálni, akkor is bele kell tenni az érzelmi munkát, vagy a kapcsolódások életben tartását. Ezt nem biztos, hogy elsőként kihangsúlyoznám, ha valaki megkérdezné, hogy miért érdemes közösséghez kapcsolódni, vagy milyen benne lenni, de ugyanakkor elhallgatni is hiba lenne. Ez olyasmi, amit az ember a családjáért is úgy tud csinálni, hogy nagyon sokáig nem veszi észre, hogy esetleg sok, mert bizonyos emberekért a határainkat is képesek vagyunk átlépni. Ha a közösségem nem ilyen emberekből áll, akkor én azon dolgoznék, hogy ez a fajta kötődés kialakuljon, különben a munka csak munka lesz, és nem egy közösségért végzett szolgálat.

Persze azért nem minden rózsaszín. Volt a nyáron egy komolyabb konfliktus két ember között, amiről én azért értesültem, mert az egyik személy az hozzám közel álló évfolyamtársam volt, és nekem öntötte ki a szívét. Akkor éreztem úgy először, hogy na igen, vége az első idők tökéletes hangulatának, vannak és lesznek konfliktusok és nagyon sok múlik azon, hogy ezekből hogy jövünk ki... Azóta úgy érzem, valahogy ez rendeződött. Nem voltam abban biztos, hogy jó ötlet ebbe beszállni, és most úgy látom, elsimult a dolog, mind a ketten láthatóan jól érzik magukat az évfolyammal továbbra is, és egymást sem kerülik. Ennek nagyon örültem, de elgondolkodtatott arról, hogy vajon mi az a pont, ahol beszélgetést kell indítványozni, vagy hol kell még kimaradni, bízva abban, hogy az érintettek tovább tudnak lépni ezen.

A képzési folyamat nagyon sokat segített abban, hogy felismerjem, hogy az, amiben vagyok, egy közösség. Először úgy érkeztem, hogy nincs közösségem, pedig van, méghozzá egészen különlegesnek tudom megélni.

Nagyon sokat adott abban is, hogy ne engedjem el azt, hogy képes vagyok például arra, hogy közösséget építsek egy ígéretes csapatból és ne féljek belevágni. Valami nagyobb része vagyok és nem csak rólam szól semmi, amit csinállok. Eleinte, ha valamibe belefogtam volna, sokszor ott volt a halogatás, a félelem, amit az egóm mormog legbelül, hogy de hát, mi van ha ez vagy az senkit nem érdekel? Mi van ha ez egy kudarc lesz? Akkor jó megkérdezni magamtól, hogy ez most rólam szól? Amit csinálni akarok, az az én sikeremről szól? Vagy a kudarc tekinthető egy állomásnak a tanulási folyamatban? Lehet, hogy nem mindent a siker-kudarc tengelyen kellene értékelni, hanem csak el is lehetne fogadni, hogy néha ez van, néha az van, és ez mind így van jól? Ha nincs jól, akkor meg, lehet, hogy más irányba kell fordítani a kereket...és csak ennyi?

Azt hiszem, ezeket a gondolatokat mind az az érzés inspirálta, hogy ennyire elfogadva és megtartva lenni még elég kevés alkalommal volt lehetőségem. Már az is óriási dolog, ha én a lakásomon vagy a munkahelyem végén kívül nyilvánosan elsírom magam, de itt még azt is lehetett úgy, hogy nem maradt bennem egy nehéz szégyenérzet ezzel kapcsolatban. Rengeteg megdolgoznivalót vittem magammal haza, amikkel nehezen lehetett mit kezdeni egy olyan környezetben, ahol nincsen meg ez a feltétel nélküli tér, vagy a hozzáértő facilitálás, vagy ez a “rendben vagy” hozzáállás, mint amit a képzés során tapasztaltam. Olyan, mintha a környezetem állandóan elvárásokat támasztana felém, és olyan jó megtapasztalni, hogy van, ahol ez nincsen, és ott teljesen ki lehet bújni a páncélból.

Aztán az ember hazaviszi magával és megtanul küzdeni. Furcsa tanulság, hogy ha valamiben nehéz, és nem látod a kiutat, jön valami, amitől még nehezebb és

kilátástalanabb lesz, az fog kilögni egy megdermedt állapotból és lehet, hogy elkezdesz cselekedni. És ez már önmagában is jó dolog lehet, mert a facebook kommentek, a sörözéseken megvitatott kérdések és a munkahelyi cigizőben lezavart filozofálások is jók, de változni valami akkor fog, azt gondolom, ha az ezekből és minden más megélésünkből leszűrt konklúziók mentén elkezdzünk cselekedni. Ebben nekem nagyon sokat segített a képzés két elvonulása és a segítő beszélgetések is!

Bár egyelőre nagyon kezdeti fázisban látom magunkat, de ugyanakkor nagyon ígéretes is, amit eddig megéltem belül. Sok érdekes nézőpont, különböző társadalmi helyzet és életút keveredik itt, és az ilyen diverz társaságokkal kapcsolatban mindig jó tapasztalataim voltak eddig. Még nem ötleteltük ki, hogy mibe szeretnénk fektetni az időnket és a közös tettvágyunkat: én benne lennék egy közös tanulásban vagy programszervezésben is, de nagyobb volumenű projektekben is látnék fantáziát, például együtt önkénteskedni, vagy valamilyen egyetemi kezdeményezést indítani. Természetesen ezekkel kapcsolatban csak visszafogottan ábrándozok, mert mindenkinek a szempontjait meg kell hallgatni, és olyan közös nevezőt találni, ami mindenkinek motiváló és amibe mindenki be tud kapcsolódni. Valamerre elindultunk már együtt, most majd együtt forgatjuk tovább a hajó kerekét.



## 21. KÖLTÖZZÜNK ÖSSZE,

### EGYMÁS MELLÉ MIND!

Egy rövid történet arról, mennyire fontos a türelem

A barátok erdője

...a maga végtelenül patetikus hangzásával, de hát mit tegyek, ha mi így emlegetjük.

Hogy őszinte legyek, soha nem gondolkodtam közösségi kontextusban. Voltam picit itt, picit ott. Volt munkaközösségem, családom, na meg barátaim (akik, édesanyámat szabadon idézve és így nagy túlzással megspékelve, mindig fontosabbak voltak a családomnál). De soha nem gondoltam rájuk úgy, mint egy társadalmi jelenségre. Annál meg még kevésbé láttam akkoriban a közösségekben a jövőt, vagy tekintettem rájuk egy életminőséget lényegesen elősegítő eszközként. Így visszamenőleg elég viccesnek találom, hogy mégis úgy hozta az élet, hogy egy olyan, mások szerint fura férfira és olyan közeli barátokra találtam, akikkel a közösségekről való tudás híján is elindultunk egy egymáshoz közeledő, közösségépítő úton.

Először csak négyen voltunk (bár most sem vagyunk sokkal többen): Matyi, Ági, Samu és én. Matyi és Ági párt alkotnak, ahogy mi ketten Samuval is. Ági és Samu a kapocs négyünk között, ők csaknem 20 éve lettek jó barátok. Még a középsulis



éveik alatt ismerkedtek meg, közösen bandáztak, majd mindketten a művészeti egyetemen törekedtek nagyot és feledhetetlent alkotni. Én 12 évvel ezelőtt kerültem képbe, amikor összejöttem Samuval. Ági volt az egyetlen olyan lánybarátnő az akkori csapatban, aki nem döntötte el még a megismerkedésünk előtt, hogy nem vagyok Samunak való, így tüstént megkedveltem. Hát, hogy a pokolba ne!

Pár év elteltével Ági is megtalálta a nagy Őt, Matyit, aki óriás szívével, rengeteg felesleges kérdésével és a Samuéhoz hasonló erős erkölcsi elveivel azonnal mindenki cukimatyijává vált.

Az évek során a köztünk kialakuló kapcsolatok érdekesen formálódtak. Samu gyakran utazott, Ági elköltözött egy évre Kanadába, így Matyival rengeteg időt töltöttünk együtt, nagyon jó barátok lettünk. Mikor a két világutazó újra hazakerült, elválaszthatatlan 'fantasztikfór' lett belőlünk. Gyakran jártunk össze katározni, bangezni, cslovecsezni (Ki nevet végén?) és már egyikünk sem tudta elképzelni a születésnapokat vagy a szilvesztereket a másik három nélkül. Néha gúnyosan vigyorogva, néha könnybe lábadt szemmel állapítottuk meg, hogy a környezetünkben már nem sok ember érti az életfelfogásunkat. Ez pedig olyan apróságokban manifesztálódott, mint hogy nem járunk a mekdonáldzba, nem használunk szavót vagy zacskó nélkül vesszük a lencsét. Pici, mások számára észrevétlen dolgokban leltük meg a mi igazi és nagyon mélyen gyökerező közös nevezőnket.

Aztán jött az ötlet

Költözzünk össze két picike házba mind.

A telek közös lesz, a porszívó is, csak a házak lesznek magántulajdonban. Hiszen úgyis van már egy közös Katánunk, meg egy csomó közös témánk. Miért ne lehetne egy közös mosókonyhánk is, ahol a lányok majd jól kibeszélhetik a fiúkat, akik történetesen a szerszámos házban fognak titokban sörözni és közben a Római Birodalom bukásának okán vitázni, mit sem tudva kedveseik érzelmi hullámvasútajáról. Tudom, picit sztereotipizált képet festettünk magunkról akkoriban, de olyan jókat neveltünk rajta és annyira örültünk a jövőnek, hogy szinte minden belefért a napi poénos ládába. Nyilván mind a négyen tudtuk, hogy ebben a csapatban nincs NoGo humor, illetve ha van, akkor azt már garantáltan senki közülünk nem tartja komikusnak.

A telek keresés olyan volt, mint egy friss házaspárnak a fürdőszoba felújítás: vagy egy nagy adag kamu alázattal és összeszorított fogakkal kibírod a poklok poklát vagy szégyenszemre ugyan, de még a startvonalon feladod és beadod a válópert. Konfliktust kezelő eszközök és facilitálási technikák ismerete híján mi az előbbit választottuk. Mindenki mást akart, senkinek nem volt pénze, és volt akinek még annál is kevesebb. A mai napig nem értem, hogyan sikerülhetett. Akinek pénze nem volt, az energiát és rengeteg entuziazmust adott bele a projektbe. Én akkoriban döntöttem el, hogy kell ide egy kapcsolati support is, egy olyan ember, aki érti mi folyik bennünk és köztünk.

Samu volt a láng, az ötlet és a keresés mestere, Matyi ellenben a megfelelő kérdések és az esetleges bökkenők szószólója. Mi Ágival mindenben az egyensúlyt kerestük, és próbáltunk Samu segítségére sietni, ha intézkedni kellett. Voltunk romantikus gesztenyefa ültetvényen, hajléktalan laktanyán de egy milliomosnegyed flancos rózsakertjében is szerencsét próbálni. Sehol sem jártunk sikerrel.

Közben Ágiék elbizonytalanodtak, amit újra csak a jó öreg “hát, hogy a pokolba ne” tudna szakszerűen megmagyarázni. Találtak egy gyönyörű lakást. Belső udvarral, egy picinyke kertsarokkal és nagyon sok csendes nyugdíjas szomszédal a város kellős közepén. Úgy tűnt, hogy még azzal az egetverő kölcsönnel sem lesz áthidalhatatlan gondjuk, bár őket ismerve, úgy gondolom, a Xanax lett volna a kölcsönrel járó igazi havi kamat. Samuval rengeteget beszéltünk róla, de értettük, elfogadtuk, de azért kerestünk tovább. Na jó, a királyi többes szám talán enyhe ferdítés. Samu keresett tovább elemi elszántsággal. Mondtam is neki, hogy hagyja a fenébe, ez a hajó elúszott, de neki lett igaza.

Az erdő avagy a szerencsés átverés

Erdő mellett jó lesz lakni, mert van sok fa, és nem is kell annyit hasogatni, legalábbis ha passzív házat építesz.

Egy igazán otromba, szürke, őszi napon Samu talált egy közeli telket jó áron. Futottunk. Megvettük. Négyen. Ennyire egyszerű? Jaj, dehogy.

Az ingatlanos eltitkolt előlünk pár fontos infót, amiket mi csak a szerződés aláírása után tudtunk meg. Pánikba estünk. Féltünk, nincs visszaút. Felhívtam a tulajt, aki egy 60 év körüli, visszahúzódó, így visszagondolva picit talán gyanús hölgy volt. Őszintén, kiabálás és rosszindulat nélkül meséltem el neki négyünk történetét. Azt, hogy mennyire szeretnénk természetközeli helyen élni, food forestet gyarapítani, pici fából készült mobilházakat építeni. Szeretnénk lelassulni, fát ültetni, másokat inspirálni, de ez mind lehetetlennek bizonyul, ha ő most hazudik, mi pedig minden pénzünket egy átverésbe fektetjük. A nő nagyon meglepően reagált. Elmondta, hogy tartozik, és szüksége van a pénzre. Elmondta, hogy a telek nem teljes átverés, csak egy-két lépés még hátra van, azelőtt, hogy építkezésre lehessen használni, ezért nincs akkora értéke, amilyenben megállapodtunk. Elmondta, hogy a telek felett van egy ugyanakkora területű erdő, amely bár nem használható

építkezésre, de biztosítja, hogy a felettünk lévő telken soha senki nem építkezhet. Felajánlotta, hogy a szerződésben említett összegért ezt a telket is ránk íratja. Így lett az 1000m<sup>2</sup> -ből 2000 és így lett egy átverésből, sok bonyodalom és stressz árán, egy igazán jó üzleti tranzakció.

Ezt meg kell beszélnünk!

Frusztrált vagy? Kommunikálj!

A telekválasztás folyamatában lényeges kompromisszumokat kötöttünk, a vétel után pedig rengeteg egyezséget kellett leszögeznünk. Mi lesz, ha valaki mégis ki akar majd szállni? Kinek a nevére írjuk a telek erdei részét, amely hivatalosan csak egy ember tulajdona lehet? Aztán jöttek a: 'hol lesz a kút?' és a 'tényleg szükségünk lesz-e a megálmodott mosókonyhára?' jellegű kérdések. Ezek a bökkenők sokszori szomszédi ülésel vagy inkább szom-szédüléssel jutottak a pontból bébe. De úgy gondolom, hogy szinte mindenben sikerült dűlőre jutnunk. Szavaztunk, vitáztunk, érveltünk és bevallom, Ágival picit azért szövetkeztünk is, ha kellett. De megérte. Azt hiszem, hogy itt már minden témának megvolt a saját facilitátora, csak akkor még nem tudtuk, hogy ezt így hívják. Mindent elterveztünk. Aztán ahogy az lenni szokott "történt az élet" és megszületett Ádám, Ágiék első kislánya. Két év múlva pedig jött Botond, a második. Mi közben építettünk egy házat, betartottunk minden szabályt, minden ígéretet. Persze, picit mi is kicsúsztunk a tervezett tájmlájból, de hamarosan készen állunk a beköltözésre. Matyiék nem.

Én szívesen haragudnék rájuk, úgy talán könnyebben menne, de mivel nem egy tisztázó beszélgetésen vagyunk túl, így még csak dühös sem tudok lenni. Mert képtelenség két gyerek mellett erdei házat építgetni saját erőből, két kézzel, pénz nélkül. Nyilván. És hát, van hogy a gyerekekre fogjuk, de szegények a negyedéről sem tehetnek az egésznek. Matyi sört főz, mellesleg zseniálisat. Van egy kocsmája, ahol ha nincsenek eldugulva a vécék akkor éppen elfogy a sör vagy bedurran a

pénztár. Neki már van projektje, amire 24/7 gondolni kell, emellett nagyon nehéz időt találni másra.

Szilárd és Vica

A szomszédodat nem te választod.

A telek sok jót hozott az életünkbe, a kiirthatatlan akácfák és a végeláthatatlan terepmunka mellett, többek között Szilárdot és Vicát, a szomszédokat. Az egész várost átkutatva sem találtunk volna hasonzorúbb embereket, mint ők. Csak úgy összefújta a szél, és lásd, ők sem esznek mekdonáldzban, nem lételemük a bevásárlóközpont és nem irtóznak a komposzt vécétől. Egy húron pendülünk. Hivatalos közösségi tagkérés (a lánykérés példájára) még nem volt, de mindenki tudja, hogy már nincs messze az a nap. Mindenben a segítségünkre vannak, és mi is nagyon igyekszünk ezt tenni. A közös alkotás, a munka és a közös érdek csoportként összekovácsolt a tábortűz pedig emberileg összeolvasztott minket.

Így hát most megkockáztatom a következőt: a közösségünkben jelenleg hét felnőtt és két imádnivaló gyerek van. Hárman már a helyszínen laknak (Vica, Szilárd, és az ő nyugdíjazott tengerész édesapja, Tóbi), mi ketten Samuval tavasszal költözünk, a négy fős család pedig...készül.

Útfelújítás minden évben

A közös munka ereje néha felér egy tökéletesen lefacilitált csapatépítéssel

A hozzánk vezető földút ugyan a város tulajdona, de a karbantartására évtizedek óta nincs pénz, ezért a sok esőzés következtében alig funkcionál. A helyi kert negyedben legalább 25 víkendház van, amelyekhez nagyon nehéz, helyenként

teljesen lehetetlen feljutni autóval. Mi, akik az egész évünket ide tervezzük, kicsit pánikolunk a téli hónapokra gondolva.

3 évvel ezelőtt összehívtuk a szomszédokat. Szilárd hozta a kotrógépet, Matyi a sört, én főztem a gulyást. A többiek egy-egy lapátot és egy adag jókedvet hoztak a nehéz munkához. Megjavítottuk. Két hónapra rá elmosta az eső. Egy évvel később a scenárió megismétlődött. Tanultunk a hibánkból, vettünk úti, esővizet elvezető csatornákat. A többi maradt. Volt gulyás, sör és nagykanál is. Sok jó sztori hangzott el a lapátolás zsivalyában. Összejött a kertnegyed apraja-nagyja. Megbeszéltük, hogy következőre fákat ültetünk.

Ebben a felállásban sikerült kitisztítanunk egy erdei forrást és tavaly, amikor a mellettünk fekvő tó egészen a fenekéig jéggé fagyott, összetoboroztunk pár szomszédot egy jó kis hokimeccsre. A helyiek elmondása szerint régen a telkünk feletti réten minden évben rendeztek szomszédi focibajnokságot. Fényképek bizonyítják, hogy nagyon jó buli volt. Talán jövőre...

Tanulságok és tanulnivalók

Kivárni, amíg mások készen állnak valamire, a legnehezebb dolog, amit eddig tanultam.

Úgy érzem, ez most nagyon aktuális és még nem igazán léptünk tovább. Nem félek. Türelmet ígértem, be is tartom. Csak ez a fránya várakozás. Tényleg felépítik azt a házat? Beköltöznek? De mikor? Segít, ha kérdezek. Amit meg tudok válaszolni én, azzal nem traktálom őket. Amit nem, azt a lehető leghamarabbi, legalább valamennyire helyénvaló időben bedobom a közösbe. Sokkal többet

kérdezek, mint régen, és ez működik. Eddig többet beszéltem és annál is több tanácsot osztottam. A hallgatás és az érdeklődés ennél sokkal, de sokkal jobb módszernek bizonyult.

Bevezettem a megosztó köröket is. Először csak Samu és köztem, majd négyünk között is. Abban bízom, hogy ez hamarosan nagyobb körben is megvalósul. Szerintem már az segít, hogy közösségként tekintek magunkra. Olyan ez picit, mint a házasság. Szeretet eddig is volt, de most felelősségtudat és kötelezettség is társult hozzá.

Megtanultam, na jó, tanulom az elvárás nélküli kapcsolatok működését és a feltétel nélküli szeretetet. Ezzel párhuzamban tudatosan próbálok minél láthatóbb, hallhatóbb és érzékelhetőbb határokat húzni, amelyek az én javamat szolgálják. Példa? Matyi.

Matyi mindig késik. Igazából, szerintem soha nem sajátította el az idő koncepcióját, akárcsak a spanyolok. Volt már olyan, hogy elküldtem melegebb égtájakra, de tényleg csak azért, mert úgy gondolom, ott senkit sem zavarná annyira az időmenedzsmentje. Itt viszont?! Borzalom! Régen kiakadtam minden késésén, és nem állt szokásomban elmondani neki, miért vagyok olyan feszült. Most viszont próbálok kategorizálni az elidőzéseket. Ha a helyzethez nem járul felelősség és nem érzem úgy, hogy az időmmel játszik, akkor nincs miért haragudnom. Amikor viszont az én időm kárára megy a késés, akkor őszintén kommunikálom, határt szabok, hogy nekem is jó legyen. Azért gyakran játszok az empatikus gondolattal, miért is késhet éppen, és hogy ezt mennyire nem szándékosan teszi, de kénytelen vagyok a végén közölni vele, hogy ez akkor sem igazságos. Kevesebb a feszültség, több a határ.

Nem mindenki szeret beszélni az érzéseiről...

Na, az még csak hagyján, de van, aki nem is képes rá. Még. Hiszem, hogy ez változó és formálható, de itt jön az, hogy nem várhatom el. Az első közösségi képzésem után rémesen rákattantam az emóciók témájára, mindenben a mélységet kerestem, mindenki érzelmi világát ismerni akartam. Abban az időben Ági és Matyi között zörgött az ég. Mindezek mellett már egy ideje érlelődött bennem, hogy kéne egy “ki miért érzi hasznosnak magát a közösségünkben” kör, mert Matyin látszott, hogy kívülállóként viselkedik. Terveztem, próbáltam, tukmáltam, erőltettem. Nem ment. Haragos voltam, Matyira is, magamra is. Én, amikor csak tudtam, kényszerítettem, ő meg az érzelmei helyett egy rádiójátékról mesélt. Ágival is tanácskoztam, ő is tanácstalan volt, és, jaj, milyen jól esett osztolni a reményvesztettségen. Rövidre fogva a tanulságot: nem kényszeríthetek senkit arra, hogy érezzen, arra sem, hogy ha már érez, akkor érdeklődjön az iránt, mit. Ennél is kevésbé erőltethetem azt, hogy mindezt elmondja nekem. Elmondja, ha akarja, ha itt az ideje.

Közös jövő

Közös vállalkozás?

Ágival hetente új vállalkozásba kezdünk. Elméletben. Volt már óvodánk, elvonulásokat szervező irodánk, főzőiskolánk és ökoközpontunk is. Samu már régen eldöntötte, hogy az operatőri állása hobbivá zsugorodhatna, ha



megvalósítaná az álmát és zöldségközösséget alapítana. Matyi álma egy gravitációs sörfőzde, ne kérdezzétek mi az, mert mi sem tudjuk.

Egy a baj, én még soha az életben nem éreztem olyat, hogy “itt az idő”, így feltételezem, hogy ez most sem fog bekövetkezni. Várom, várunk, közben álmodozunk. Majd Samu...



## 22. KÖZÖS LÓ

Részt vettünk a „Közösségi facilitátorok - a magányos útkereséstől a közösségi vállalkozásig” nevű kétéves projektben, ahol mindannyian közösségi facilitátornak tanultunk. 2023 tavaszán az egyik társunk behozta az ötletét, hogy az Őrség szomszédságában, Zala megyében szeretne létrehozni egy közösséget és tagokat toborzott hozzá.

Feleségével és kislányával egy 150 fős zalai faluba költöztek Budapestről és a házhoz tartozó nagy területet és melléképületeket szeretne volna közösségi projekt keretében használni és fejleszteni, táborokat és képzéseket tartani és kialakítani egy közösségi nyaralót, élet-teret ahol erősíteni lehet a város-vidék kapcsolatot.

Erről mesélt nekünk és elkezdtük ezzel hárman aktívabban foglalkozni, és kialakítani egy egyszerű jelentkezési folyamatot. 2023 nyarán a képzésbe is behoztuk ezt az ötletet és ezen dolgoztunk a projekt részét képező egyhetes táborban, akkor már 11-en. A tábor során segítséget kaptunk, hogy alapozhatjuk meg jól ezt az együttműködést és kidolgoztunk egy pilot projektet, egy eseményt, amit 2023 őszén valósítottunk meg.

A közös ügy hozott össze minket, de közben én úgy érzem mély barátságok is kialakultak, és most épp az tart össze minket, a közös ügyünk újragondolásra vár.

2023 tavaszán kezdett el formálódni a közösségünk és őszre alakult ki a mostani 9 fős tagság. Többen budapestiek és Budapest környékiek vagyunk, van egy tagunk Zala megyéből, egy Vas megyéből, és egy Pozsonyból is. Most ketten kevésbé

aktívak és kérdéses, hogy folytatják-e velünk tovább a közösségi létet, de időközben 4 tagunk párja is becsatlakozott bizonyos programokra, közös kalákákra és ők is kezdenek beépülni a közösségbe. Szóval hivatalosan 9-en vagyunk és pluszban még van körülöttünk további 4-5 ember.

2023 tavaszán kezdtünk el formálódni.

2023 júliusában kezdtük meg a működésünk hatalmas lelkesedéssel az említett táborban, ahol kidolgoztuk a közös víziót, hogy szeretnénk létrehozni egy közösségi vállalkozást,

- ami egy közösségi tér is egyben,
- ami gazdasági tevékenységet is folytat (az ötleteink között szerepelt workshopok, tréningek és táborok szervezése, művészeti tevékenység, gazdálkodás, vendéglátás, és közösségi iroda kialakítása is)
- ami bevételt is termel
- ami erősíti a vidék-város kapcsolatot és pozitív társadalmi hatással bír

2023 októberében rendeztük meg az első közös hétvégénk a fent említett pilot projektet, ahol az volt a célunk, hogy együtt töltsünk a projekt helyszínén 3-4 napot, ahol közösen együtt dolgozunk a terület rendbetételén, miközben jól érezzük magunkat, jobban megismerjük egymást és tovább dolgozunk az értékeinken, alapelveinken és jövőbeni projektjeinken. A hétvége nagyon jól sikerült és a közös készülés és a közös munka egyre jobban összehozott minket.

2023 őszén kialakítottunk munkacsoportokat, fájlmegosztó rendszereket és rendszeres hívások keretében alakítottuk a közösség operatív működését.

2023 novemberében újra találkoztunk személyesen egy napra, és ekkor megegyeztünk, hogy 3an lelkesebbek vagyunk és amellet, hogy mi vállaljuk a közösség vezetését, mi aktívabban együtt dolgozunk majd egy közösségi vállalkozás kialakításán, amiről a többieket is rendszeresen tájékoztatjuk.

2023 decemberében átvettünk egy egyesületet, hogy legyen egy jogi formánk, ami segíthet minket jövőbeni projektek megpályázásában, a közösségi tér kialakításában.

2024 januárjában újra találkoztunk személyesen egy napra, és megbeszéltük fókuszainkat és terveinket az éve első felére és eldöntöttük, hogy élünk egy nagyszerű lehetőséggel és megszervezünk egy 3 hetes nemzetközi önkéntes tábort a projekt helyszínen a Szatyor Egyesülettel együttműködve.

2023 márciusában a közösségünk 4 tagja részt vett egy tanulmányúton Szlovéniában, a Value of Waste nemzetközi projekt keretében, ahol kapcsolatokat építettünk, sokat tanultunk és közben jobban megismertük egymást is.

2024 márciusában megrendeztük a projekt helyszínen a második közös hétvégénk, ahol újra együtt töltöttünk 3-4 szuper napot és jól érzetük magunk, közben együtt dolgoztunk a nyári konyha padlójának kialakításán és együtt ötleteltünk, hogy mi legyen a hivatalos nevünk. Ez a hétvége is nagyon jól sikerült és hozzájárult, hogy egyéni és közös kapcsolódásaink is el tudjanak mélyülni.

2024 májusában 3an, a közösség vezetői és legaktívabb tagjai megszerveztük és lebonyolítottuk az önkéntes tábort magyar és nemzetközi fiatalok részvételével. Mire elkezdődött a tábor kialakítottuk a fogadásukra szükséges feltételeket, és a helyszínt az ő segítségükkel a 3 hét alatt tovább fejlesztettük. Átalakult a pajta, amit az étkezések és a közösségi programok helyszíne lett, tovább fejlesztettük a nyári konyhát, készültek kinti bútorok és asztalok a segítségükkel. A kert is

átalakult, készült fűszerspirál, kerti út, új veteményes stb. A táborban nagy hangsúlyt fektettünk arra is, hogy meséljünk a közösségünk alakulásáról, terveiről és néhány közösségi tagunk is lejött pár napra és segített a feladatokban.

A tábor nagyon jól sikerült és a résztvevők és néhány napra becsatlakozó ismerősök visszajelzése is nagyon pozitív volt. Ennek ellenére a vezetői hármasunk működése nem volt probléma mentes, megtapasztaltuk, hogy sok mindent máshogy látunk más a munkastílusunk és voltak kisebb konfliktusaink, amit sikerült kitisztázni, de felmerültek kételyek, hogy a jövőben együtt tudunk e majd hosszú távon működni.

2024 júniusában egy újabb projekt kapcsán már kiélesedett egy nagyobb konfliktus a vezetői hármasunkban, amit külső segítséggel megpróbáltunk akkor kitisztázni, majd szeptemberben személyesen újra, de arra jutottunk, hogy nem szeretnénk a közös vállalkozást együtt folytatni.

2024 októberében egy új helyszínen, egyik tagunk nógrádi lakhelyén valósult meg a harmadik közös hétvégénk, ahol a közös együtt lét, kert rendezés és kirándulás volt a fókuszban.

Most ősszel majd tisztáznunk kell közösségi szinten is, hogy a vezetői hármasunk felbomlása hogyan befolyásolja a nagy közösség működését, mik a közös jövőbeli terveink és hogyan folytatjuk tovább a működésünk. Tartjuk magunkat az eredeti célokhoz vagy átalakulunk egy baráti közösséggé kicsit más célokkal és tervekkel.

Kialakítottunk egy nagyon jól működő operatív rendszert, kommunikációs csatornákkal, fájlmegosztással, világos szabályokkal, ami egy bő éve működik

különbéle munkacsoportokat formálódunk, amiknek vannak vezetői és aktív tagjai, így mindenki részt tudott venni abban, amiben szertette volna

2024 májusában sikeresen megvalósítottunk a 3 hetes önkéntes tábort és a résztvevők visszajelzései nagyon pozitívak voltak, megható leveleket és emaileket kaptunk tőlük a tábor vége után

amire a legbüszkébb vagyok, hogy egy nagyobb konfliktust sikerült kitisztáznunk, és annak ellenére, hogy az lett a vége, hogy nem tudunk és nem szeretnénk a jövőben együtt dolgozni, meg tudtuk beszélni a történeteket és úgy érzem a barátság meg tud maradni

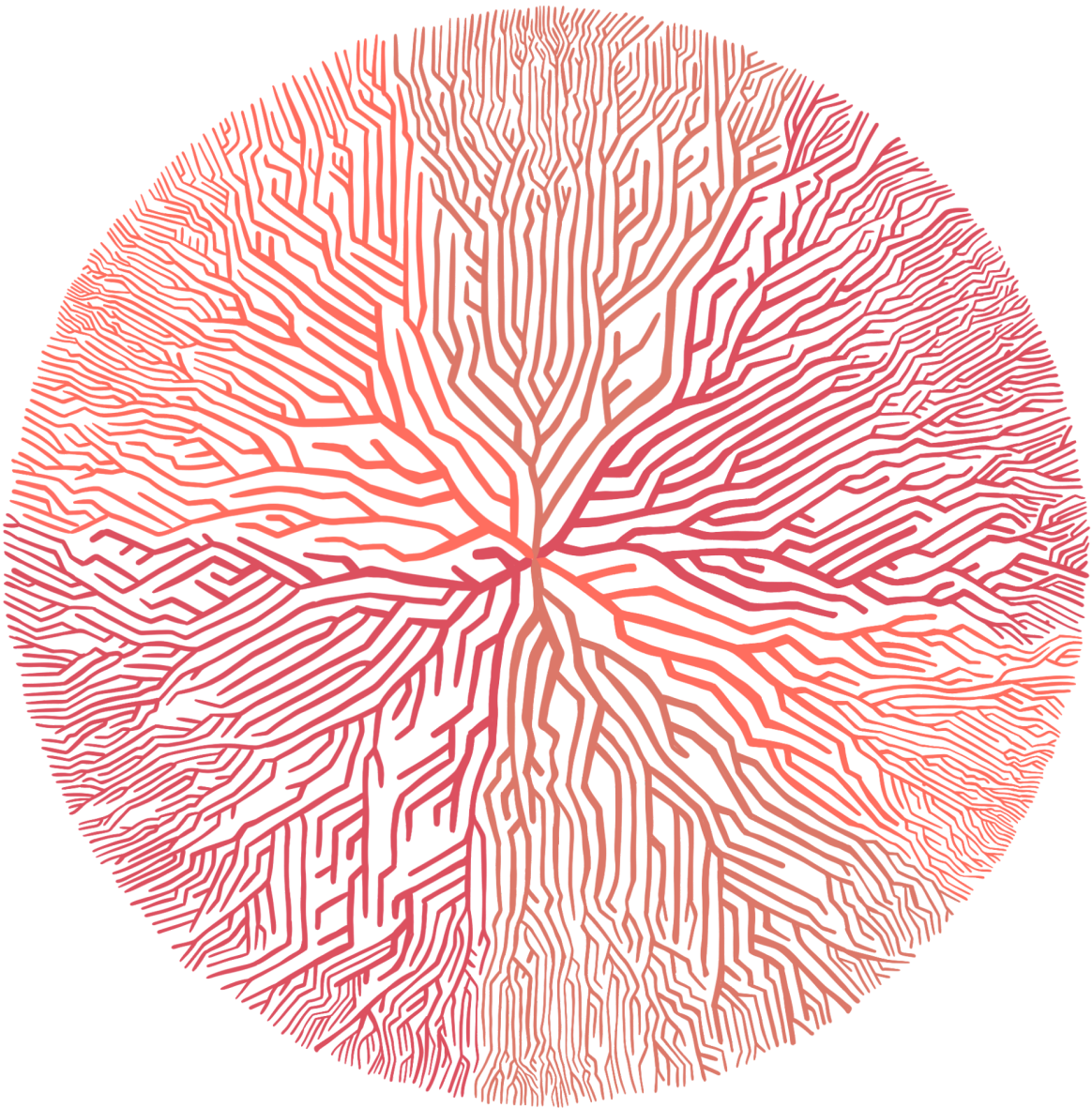
Az egyik, hogy 3an nagyon aktívak voltunk és szerettünk volna haladni, míg a többiek kevesebb időt és energiát tudtak a projektbe beletenni. Ezt a két sebességet nehéz volt eleinte összeegyeztetni, hogy együtt közösséget építettünk, míg hárman aktívabban dolgoztunk a közösségi vállalkozás ötletén is.

A másik az önkéntes tábor volt 2024 májusában, aminek az első nagyobb projektünk volt, és ez volt az, ahol megtapasztalhattuk élesben, hogy milyen együtt dolgozni intenzíven 4-5 héten át, és itt voltak surlódásaink és kisebb-nagyobb konfliktusaink.

Az két sebességes probléma esetén egy személyes találkozón átbeszéltük a helyzetet a közösséggel és megpróbáltunk kialakítani egy olyan működést, amiben a 3asunk is aktívan tudott működni és a nagyobb közösség is ezzel párhuzamosan funkcionált és tájékoztattuk őket folyamatosan arról, hogy éppen min dolgozunk

az önkéntes tábor kihívásait megpróbáltuk még ott a helyszínen átbeszélni és megoldani, a júniusi nagyobb konfliktusunkhoz már külső segítséget kértünk tisztázó beszélgetésekhez de általánosságban az, hogy együtt tanultuk és tapasztaltuk meg a közösségi létezést, egy fantasztikus alapot teremtett és ez a megértés nagyon sokat segített mindenben

Azt hiszem a motivációm szeretném valahogy visszakapni, hogy megszervezzünk egy személyes találkozót, ahol tisztázhatjuk a kialakult helyzetet és megbeszéljük együtt, hogyan szeretnénk a jövőben együtt működni közösségi szinten. A vezetői hármasunk konfliktusai erősen demotiváltak és most nem érzem túl lelkesnek magam, de rengeteg időt és energiát tettem ebbe a projektbe, sok taggal mély barátságom alakult ki. Nem szeretném az egészet veszni hagyni, de most azt sem látom merre van az előre.



## 23. 11-11 KAPU A KÖZÖSSÉGEMHEZ

### Amikor valami lezárul akkor elindul valami más

Budapesten járunk a MEMO házban 2023.11.11-én egy közel 100 fős rendezvényen.

Ez a nap egy záró akkordja volt a közösségi facilitátor képzésnek ([www.kozossegifacilitator.hu](http://www.kozossegifacilitator.hu)), melyen összesen 40-en vettünk részt, tanulva önmagunkról, egymáshoz való viszonyunkról és közösségeinkben betöltött szerepekről. Ez az emlékezetes nap pedig arról szólt, hogy kicsit a külvilágnak is megmutassuk, mi mindent tanultunk, tapasztaltunk és milyen eredményei lettek ennek a 1,5 évnek ami formált bennünket.

Egy nagyon tartalmas napnak és képzésnek a zárása volt ez és egy új valami fogantatásának a pillanata is. Mit értek ez alatt?

Két facilitátor társam Juli és Dorka, akik szintén Vajdaságból vettek részt ezen a képzésen oda jöttek ezen a napon amikor már búcsúzkodtunk, hogy meséljek nekik a suska körről. Ekkor nagyon sok érzés futott át rajtam.

Hogy milyen érzések?

Ezt mindjárt elmesélem csak pár gondolat a suska körről előtte, hisz ez a szó kapcsolat sokak számára nem érthető.

Suska kör egy csere-bere kör, amely egy sajátos elszámolási rendszeren keresztül ad lehetőséget tárgyak és szolgáltatások cseréjére a kör tagjainak. Ezt a kört



2013-tól 2017-ig vezettem másodmagammal Szegeden, Szabadkán és még jó néhány városban voltunk jelen vele. Nagyon sok emberrel kapcsolódtunk ebben az időszakban és közösségépítő tudás és tapasztalat nélkül nem teljes felelősséget felvállalva inkább csak koordináltuk mintsem vezettük azt. Ebből kifolyólag sok csalódás, is volt a nagyon emelő és baráti kapcsolódásokból, és nekem 2018 környékén volt egy erős kijelentésem, ami így hangzott:

“Én soha többet nem fogok suska kört indítani és vezetni.”

Ez a kijelentés felidéződött bennem és mindazok a dolgok, amiket a suska kör koordinálása alatt megtapasztaltam.

Erre ott van mellettem két facilitátor társ, akikkel a 1,5 év alatt kialakult egy kapcsolódás.

Hát most mit mondjak? Ugye bennem még erősen élt a kijelentésem, viszont közben eszembe jutott egy másik mondatom:

“Álomból valóság, egy titok van csupán, soha ne mond, hogy soha.”

Ezek után szerintem már kitalálhatod kedves olvasó, hogy Igent mondtam és találtunk egy időpontot 2023. december 17-ére, ahol Dorka és Juli a Vajdasági Waldorf Közösségnek hirdetett egy találkozót, melyen én is kaptam más fél órát, hogy bemutathassam a suska kört és beszélgessünk egy lehetséges újra indulásról Szabadkán.

Így történt az, hogy életem egyik legfontosabb képzésének kapuja bezárult és elkezdett kinyílni egy számomra fontossá vált közösség kapuja - amit még akkor nem tudtam, hogy ennyire meghatározó lesz az életem ezen részében.

Tanulságok: érdemes a “soha” szó helyett mondjuk használni azt az időhatározót hogy “most éppen nem”. Valamint legyünk nyitottak és kíváncsiak arra, hogy milyen csodák történhetnek velünk ha megengedjük, hogy történjenek.

Suska kör újraindulás

Szabadka, 2023. december 17. némi internetes előkészület után újra a suskáról, suska körről és az ehhez fűződő élményekről mesélek. Látok nyitottságot azokban az emberekben, akik eljöttek a találkozóra és magamban is érzek egy bizsergető érzést, hogy érdemes volt beleállni ebbe az újraindulásos gondolatkísérletbe.

A régi suska kör tagok közül két jó barátomat is meghívtam, hogy ők is tudjanak mesélni a tapasztalataikról és hogy segítsenek az újraindulásban.

Több szabályt is meghoztunk közösen, amik nem voltak régen valamint én is jobban éreztem, hogy most már tudok felelősséget vállalni és akarok is azért hogy mi történik ebben az alakuló közösségben.

Így elhatároztuk, hogy havonta tartunk ilyen suska találkozókat, hogy a cseréken keresztül kibontakoztathassuk az értékteremtő képességünket. És ez által erősítsük az emberek közötti kapcsolatokat.

Mivel az egyik fő célja az volt ennek a suska újraindulásnak, hogy a Vajdasági Waldorf Közösség ne csak a Waldorf pedagógiához kapcsolódó programokon találkozzon, hanem más tevékenységeken keresztül is kapcsolódjon egymással és hogy azok az emberek is tudjanak kapcsolódni, akiknek még nincs gyermeke aki óvodába vagy iskolába menne, mégis szimpatizál ezzel a szellemiséggel.

Így hónapról hónapra találkozókat szerveztünk melyekre elsősorban saját készítésű tárgyakat, ételeket vittünk, valamint saját szolgáltatásainkat is felkínáltuk.

Az első 3 hónap sokunkban kíváncsisággal teli volt, hogy mi lesz majd a találkozón, mivel készülünk, mit tudunk elcserélni. Viszont többekben megjelent az is, hogy ő éppen nem tud semmit sem hozni. Ez a jelenség viszont volt akire ösztönzőleg is hatott és beindította a kreativitását, ez volt egy másik célja is az újra indításnak, hogy fejlődjön a kreatív énünk is. Ez részben sikerült is, voltak jó kezdeményezések, viszont szerintem még nem tudtuk kihasználni azt, ami ebben a sajátos elszámolású suska körben benne van mint lehetőség, mert vannak olyan hiányosságai a rendszernek, amire még nem találtunk jó megoldást.

Az egyik jó kezdeményezést viszont leírom, mert nekem nagyon hasznosnak tűnt:

Kira egyik suska tagunk kitalálta, hogy szerb nyelven online térben tart beszélgetéseket, hogy tudjuk az országunk nyelvét is gyakorolni. A beszélgetés célja nem az volt, hogy tökéletesen beszéljünk, hanem az hogy meg merjünk szólalni és beszéljünk szerbül. Ezek a beszélgetések több mint 6 héten át tartottak és szerintem érezhető volt a résztvevők megnyílása és önbizalmának a növekedése.

Az első 3 hónap után éreztük, hogy jó ez amit csinálunk csak valahogy mintha megrekettünk volna és nem annyira bővült a csapat és kialakult egy mag akik jártak a találkozókra. Ennek a rendszernek viszont jó lett volna ha másokat is be tudunk vonni, viszont ez nem következett be talán az első találkozókra meghozott szabályok miatt és ami miatt is hogy az emberek nem tudtak éppen mit kitalálni, amit felkínhatnának a kör tagjai részére.

Azért hogy ez változni tudjon kitaláltuk, hogy szervezzünk egy piknikkel összekötött találkozót, ami egy nyitott találkozó is lenne, hogy új embereket tudjunk meghívni a körünkbe. A piknik hangulatilag jól sikerült, jöttek olyan emberek is akik eddig nem és jöttek ismeretlenek is. Viszont ez az egy találkozó még nem volt elegendő arra, hogy csatlakozzanak a csere körünkhöz. Így

júliusban is szerveztünk egy nyitott találkozót Palicsra, ahol éppen egy nagyobb fesztivál is zajlott.

Ez viszont egy részt jó ötlet is volt másrészt meg nem, mert a fesztivál szétszakította kicsit a csapatot, viszont egy olyan döntés is született a suska kör tagjai között, hogy azt a kitűzött időpontot, amit eddig suska kör találkozóra áldoztunk, azt használjuk ki inkább arra, hogy elmegyünk valahova kalákázni és ott a suskázást is megtudjuk ejteni.

Ezzel a döntéssel egyetértettek a tagok és innentől kezdve kicsit kibővültünk átalakultunk. Erről a következő részben fogok írni, viszont nézzük meg ennek a 6 hónapnak milyen tanulságai és hozadékai voltak a csoportunkra, akik már elindultak a közösségé alakulás ösvényén.

Tanulságok: a suska kör első 5 hónapja arra volt jó, hogy hónapról hónapra találkoztunk személyesen és tudtunk egymásról mivel minden találkozót egy rövid "HogyVagy?" körrel kezdtük - ami személyes tapasztalatom szerint nagyon fontos alapköve a közösség építésnek. A cseréken keresztül tapasztalhattuk, hogy nemcsak úgy tudnak működni a dolgok ahogy ezt megszoktuk, hanem vihetünk bele egy kis kreatív és innovatív részeket is.

A közösségben szereplő emberek viszonyát meg tudja határozni az, hogy milyen szabályokat és kereteket adunk és érdemes ezeket felülvizsgálni és ha szükséges változtatni is.

## Szünet és újrászerveződés

Ez a kalákás dolog nem júliusban - a fesztiválos találkozón - fogant meg hanem akkor született. A fogantatásának a pillanata februárra tehető, amikor is egy magyarországi csoport indulását láttam az interneten. Kalákát hirdető csoportot indított egy ismerősöm ahol lehetet kalákát szervezni vagy kalákára jelentkezni. Ezt elmondam a suska kör tagjainak is és nekik is megtetszett ez a kezdeményezés, valamint meséltem arról hogy a suska kör előző életében mi nagyon sokat kalákáztunk és hogy ez mennyire közösségépítő tevékenység tud lenni.

Mi is elhatároztuk hogy nyitunk a kaláka felé is, ami meg is történt áprilisban Dorkáéknál, ahol egy közösségi ház építési területéhez vezető utat tisztítottuk meg.

Jó hangulatban és humorral fűszerezve tapasztaltuk a kaláka előnyeit, és a szervezők is tanultak belőle, hogy például az nap nem érdemes ebédet főzni, mert akkor sok mindenből kimaradnak, hanem ezt előző nap jó megtenni.

A júliusi döntésünk után a hónap végén pedig volt még két kalákás napunk Martonoson, ahol a Waldorf szemléletű iskola területét csinosítottuk és változtattuk át gyerekbaráttá.

Itt nemcsak mi, hanem a Vajdasági Waldorf közösség tagjai is ott voltak és együttes erővel átvarázsoltunk egy falusi házat és annak udvarát, kertjét.

Mivel az indulásnál a Vajdasági Waldorf Közösség erősítésére alakultunk így ez természetes volt, hogy ott leszünk a kalákákon mi is.

Ezután következett be a szünet a csoportunk életében, ami augusztus és szeptember folyamán tartott, ekkor viszonylag kevesebbet kommunikáltunk, személyesen pedig nem is szerveztünk közös találkozókat, és azokat az időket amiket suskázásra használtunk volna sem használtuk ki kaláka szervezésre. Ennek több oka is lehet, egy részt a nyár vége amikor mindenki kihasználta az időt a családi utazásokra, nyaralásokra és egyéb tevékenységekre, valamint a másik tényező a szeptemberi iskolakezdés is beleszólt a közösségi programok szervezésébe.

Csapatunkat családos szülők és egyedülálló tagok is alkotják, így mindenki más dinamikában és magánéleti szinten éli az életét, és érthető hogy a családosoknak ebben az időszakban más dolgok részesülnek prioritásban.

Ez az időszak nekem mint a közösség egyik szervezőjének volt nehezebb, mivel nem tudtam akkor még a kommunikáció hiánya miatt miért nem történik semmi. Aztán azóta erről többekkel is beszélgetve megértettem a háttérben húzódó dinamikákat.

Újraszerveződés: megérkezett az október, amikor új szintre léptünk közösségileg.

Több egyeztető beszélgetés után találtunk egy időpontot, amelyre Tamás és párja megtudta hirdetni a kerítésépítő kalákájukat, amihez a bátorítást a Waldorf iskola szépítő kaláka adta számukra.

Úgy szerveztük a kalákát, hogy dolgozzunk is és legyen idő tábortűz mellett éneklésre és beszélgetésre is. A napzáró körben, mint a házigazdák mint a

résztevők is hálatelt szívvel osztották meg a bennük lévő érzéseket és a nap során tapasztaltakat.

Az hogy sok gyerek is volt körülöttünk nagyon sok emlékezetes pillanatot adott.

Ezen a kalákán már nemcsak vajdasági emberek vettek részt hanem Magyarország több településéről is érkeztek barátok. Ez volt az az esemény mely újra összekapcsolt bennünket és itt nagyon megéreztük azt hogy a kalákázás által sokkal jobban hozzá tudunk járulni egymás életéhez, mint csak a suska körrel.

A kalákás csoporttá(közösséggé) alakulásunk által sok mindenben nyitottunk több irányba is. Mint abba az irányba, hogy a szerb nyelvű ismerőseinket is bekapcsoljuk ezekbe a tevékenységekbe és abban is nyitottak lettünk hogy ne csak vajdasági emberek tudjanak hozzánk kapcsolódni.

Októberben volt még egy kisebb kaláka Gergő tagunknál és ott is tudtunk haladni a munkálatokkal és éneklésre is volt idő szentelve. Azt tapasztaljuk, hogy ezek a kalákás találkozók közelebb hozzák az embereket egymáshoz, növekszik a bizalom egymás iránt és tudunk egymástól ellesni apró kis praktikus fogásokat akár a fa háncsolás, vagy oszlop égetés vagy oszlop ásás kapcsán is. Tamás mondta, a kaláka zárókörében, hogy aki fogadja a kalákások segítségét annak a szíve megtelik örömmel, viszont aki adja annak meg boldogsággal.

Tanulságok: Vezetőként személyesen is fontos kommunikálni a tagsággal, mert akkor sokkal több mindenről lehet tudomást szerezni és átláthatóbbá válnak a csoport dinamikák és az emberek viszonyai és a lehetőségek, akadályok is.

Háttértámogatás:

Kettő képzés is hozzájárult ahhoz - személyes szinten és kapcsolati szinten is - hogy tudjak felelősséget vállalni ebben a közösségben. Az egyik a közösségi facilitátor képzés volt, ahol Dorkát és Julit is megismertem, a második pedig a Kisebbségek Közösségeiben képzés, aminek az érdekessége, hogy 2024. november 10-én zárult, szinte egy évre rá hogy megfogant a suska újraindulása.

Az első képzésen önismeretben volt szint lépésem, valamint a közösségben betöltött vezetői szerepekről szereztem tapasztalati tudást.

A második képzésen pedig közösség vezetői tapasztalatokat szereztem, valamint megtanultam azt, hogy lehet kérni segítséget ha elakadok, és hogy nem vagyok egyedül, mások is hasonló helyzetben lehetnek és ennek érdemes hangot adni, hogy közösségileg tudjunk változtatni és kilépni az elakadásból.

Hogyan tovább?

Csoportunk célja, hogy kalákák formájában együtt dolgozzunk, segítsük egymást, ismerkedjünk, tanuljunk egymástól, az ökotudatosság mentén: nagyobb részt természetes alapanyagú házépítés, bio- és vegyszermentes kertművelés, ősi mesterségek tanulása és tanítása, munkák kisgazdaságokban.

Ezen célok mentén szeretnénk bővíteni a közösségünk létszámát, ami most 17-18 aktív és még kb. 10 főnyi ritkábban aktív tagból áll.

Célunk, hogy mind inkább kétnyelvű legyen a közösségünk ezzel is tovább erősítve a magyar - szerb közösségek közötti kapcsolatot, amit többen is azt látunk, hogy pozitív irányba mutató tendenciát követ, ami ismerve a két nemzet történelmét, eddig nem igazán volt jellemző.



Összegzés:

Közel egy évnyi tapasztalat után azt látom, hogy fontos, hogy:

- legyen egy csoportnak célja,
- vezetője(akár több is, akik egymást közt megosztják a felelősséget).

Fontos hogy legyenek “HogyVagy?” körök - beszélgetések, ahol nem csak a projekt megvalósulására figyelünk, hanem egymásra és a folyamatokra is, hogy a tevékenységek alatt is tudjuk magunkat jól érezni és örömmel kapcsolódni egymással, és fontos figyelniük arra is ha valakin változást látunk és hogy ilyenkor akár megszakítva az adott tevékenységet figyelmet adva ennek a helyzetnek, támogatást és teret adni a nehéz érzések kimondásának is.

valamint ha a vezető van mentálisan nehezebb időszakban, akkor merjen kérni támogatást a társaitól vagy szakembertől.

Amire pedig a legbüszkébb vagyok az az, hogy Tamásék bátorságot kaptak arra, hogy megszervezzék a kalákájukat és ez által nagyon sok változáson mentek át személyesen is és a birtokuk is látványos átalakulásnak indult.

Ami még fontos, hogy a csoportok vagy közösségek vezetői résztvegyenek vezető-i, illetve közösségépítő képzéseken, valamint önismereti vagy csoportdinamikai programokon és növeljék tudás és tapasztalat szintjüket, mert minél jobban dolgoznak önmagukon annál jobban tudják majd megállni a helyüket a közösségükben is.

## 24. WALDORF ISKOLAKEZDEMÉNYEZÉS

Mivel nagyon fontos volt számomra is és szerencsére a környéken mások számára is, hogy a gyermekeink hol, hogyan tanuljanak, adta magát az út, alternatív oktatást kellene biztosítsunk a gyermekeinknek. A Waldorf pedagógiával ismerkedtünk és vágyjuk már 3 éve lassan, 2021-ben én elkezdtem jobban tanulmányozni, sok videót megnéztem eleinte youtube-on, podcasteket hallgattam róla - emlékszem, hogy amíg a 3 és 4 éves lányaim az állami oviban voltak délelőtt én a hátamon hurciban hordoztam az 1 éves legkisebb kislányomat, így tudtam hatékony lenni, miközben altattam is őt, főztem, takarítottam, folyamatosan a fülemben volt a füles és hallgattam, ahogy a Waldorfról mesélnek. Egyre inkább meggyőződtem arról, hogy ezt tartom a leghelyesebbnek, amit csak adhatnánk a lányoknak és elhatároztam, hogy tanulok róla. Jelentkeztem a 3 éves posztgraduális képzésre, ami természetesen önköltséges és havonta egy hétvégét tesz ki Solymáron. Szerencsére Kinga is jelentkezett ezek után így ketten vágunk bele. Mi hárman Dorinával alkottunk egy olyan magot, amely hétről hétre minden szerda este foglalkozott szellemi munkával ez adta meg az alapot ahhoz, hogy a későbbiekben személyesen is könnyebben kapcsolódunk.

A közösséggé alakulás útját nagyon szépen kivilágította a közösségi facilitátor képzés. Rengeteget tanultunk belőle és szerencsére más szemszöggel tudunk tekinteni a folyamatokra. Hosszú út áll a civil szervezet mögött, de én most az Iskola alapítói közösségre helyezném a hangsúlyt.

Befejeztem 2024. májusban a képzést és nem maradt más választás, mint hogy közösséget gyűjtsek magam köré, akiknek szintén elsős korú/körűli a gyermeke, hogy szeptemberben az én lányom is már Waldorf szerint tanuljon, de nem mint magányos otthon tanuló diák, hanem egy osztályban (még ha kislétszámú, akkor is). Ez volt az egyik fő mozgatórugó az ötletben. A másik pedig az antropozfiában, azaz Rudolf Steiner tanításain keresztül a világ és az ember megismerésében rejtőzik. Teljesen új szemüvegen keresztül szemlélem általa a világot, az embereket és egyenes arányban a gyermekeket is.

Hitemmé vált, hogy a régiónk számára gyógyító jellegű lesz, ha itt gyökeret ereszthet egy Waldorf iskola. Kulturális szempontból is, de szociális és gazdasági szempontból is sok új tanulnivalót rejt magában egy Waldorf iskola létezése. Sokszor mondtam a közösségnek, hogy valójában nem is saját gyerekeinknek csináljuk ezt, amit most véghez viszünk, hanem sokkal inkább azoknak a gyerekeknek, akik még meg sem születtek.

Hosszú évek munkája és kihívása előtt állunk ahhoz, hogy egyszer ezt az iskolakezdeményezést valóban iskolának mondhassuk, de szerencsére az elhivatottságunkból nincs hiány.

Először még csak két család tudta biztosan, hogy Waldorf iskolába szeretné járattatni a leendő elsőseit az egyik mi magunk voltunk a lányunkkal a másik pedig egy kanizsai család a fiukkal. Jól ismerjük már egymást, hiszen a kezdetektől fogva együtt járjuk ezt az utat. Az első gondolatunk az volt, hogy Szegedre jelentkezünk és hátha engem is felvesznek napközis tanítónak, vagy osztálytanítónak. Meg is kerestem őket szeptemberben emailben, de nem válaszoltak semmit. Októberben is írtam nekik, de szintén nem érkezett tőlük válasz. Közben én az egyéni segítő beszélgetéseimben ki tudtam mondani, mi van az mögött, hogy miért nem vágunk

bele itthon az iskola alapításba. Az lett a válaszom, hogy mert félek a kudarctól, hogy szégyenkezniem kell azért mert nem sikerült, amibe belekezdtem. Ez hatalmas felismerés volt számomra, és egyszerűen akkorát robbant, mint egy bomba. Abba, hagytam a kudarctól való félelmet és bátorsággal a szívemben mentem és mentem egyre előrébb.

2023. decemberben már elkezdtem keresni az érdeklődő pedagógusokat, 2024. januárban már 10 tanár állt össze egy körbe, hogy azon gondolkodjon, hogyan is lehetne Vajdaságban Waldorf iskola. Megállapodtunk abban, hogy havonta, azaz minden hónap negyedik csütörtökén 3 órás találkozót - konferencia a neve Waldorf berkekben - szervezünk, ahol Rudolf Steiner írásaival is ismerkedünk, de egymással is illetve igyekszünk kitalálni az iskola belső szervezeti felépítését, koncepcióját is. Elég nagy volt a fluktuáció ebben a körben, mert elsöre lelkesednek az emberek az új iránt, de mihelyt kiderül mekkora falat is ez az egész, valahogy megfutamodnak, kényelmesebb, kiszámíthatóbb, biztonságosabb a poroszos, régebbi munkahely. Beköszönt hozzánk 3 tanító, egy gyógypedagógus, egy angol tanár és egy dráma tanár, de valamilyen oknál fogva mégsem maradtak velünk. Jelenleg, akikre biztosan mondhatom, hogy hozzátartozik a tanári közösséghez, az egyelőre még csak 3 ember velem együtt, de lelkes követők, akikre lehet, hogy építhetünk az egy zene tanár, két angol tanár, egy szerb tanár, egy fafaragó, egy képzőművészet tanár, a kézimunka tanárunk is már megvan, látszik, hogy a közösségből, ki lehetne majd a szabad vallás tanárunk is, úgyhogy én nagyon pozitívan látom a jövőt ebben a tekintetben.

Minden Waldorf iskola három erős lábon kell, hogy álljon ahhoz, hogy stabilan tudjon működni. Egyik lába a tanári kollégium, másik lába a szülői kör és a

harmadik láb pedig a fenntartói kör. E három csoportnak meg kell tanulnia együttműködni, egymást elfogadni és hatékonyan igyekezni, hogy mindenki érdeke képviseltetve legyen és konszenzusos döntéseket tudjon mégis hozni. Jelen helyzetben sok helyről hallom azért, hogy általában a szülői kör "láb" szinte csak formális, nem nagyon van beleszólási joguk a működésbe, ami persze egyenes úton hozza a nehézségeket az iskoláknak.

Nagyon szeretném, hogy mi már a kezdettől kezdve figyelembe vegyünk és igenis figyeljünk oda arra, ami a szülők felől jön, mert nagyon fontos lehet.

A tanári kollégium oldaláról, elmesélném mi mindenen vagyunk túl. A januári első konferenciánk Zentán egy új tagnál lett megtartva, ahol jó hangulatban telt a találkozó, sikerült ismerkedős játékokat játszani, volt páros beszélgetős ismerkedésre lehetőség, sikerült közösen elolvasnunk a Waldorf pedagógiában alaplámpént kezelt Embertan című könyv előszavát és értelmezni azt, beszélgetni róla, ezt nevezzük stúdium munkának. Lefektettünk bizonyos szabályokat, hogy mivel nagy szórásban lakunk elég nagy távolságokra egymástól, ezért váltakozó helyszíneken tartjuk a jövőben a konferenciákat, h kb egyformán kelljen a kilométereket róni a tanároknak. Arról is beszéltünk, hogy attól, hogy ebben a körben gyűlünk, még nem elvárás mindenkitől, hogy azonnal kezdje el a Waldorf tanárképzést.

Februárban ajándékba kapott a tanári kollégiumunk egy kommunikáció fókuszú tréninget, amelyből tudtunk meríteni módszereket, technikákat és még jobban összekovácsolódtunk. Ebben a hónapban láttunk vendégül 2-2 apukát és a gimnazista lányait Budapestről. Az egyikőjük az az antropozófus szervezetfejlesztő, aki már három éve segíti a civil szervezetünket tanácsaival, a másik pedig egy tapasztalt osztálytanító, aki most bemutatót tartott arról, hogy

hogyan tanít ő a Waldorf iskolában. Belekóstolhattunk általa, milyen lehet Waldorf diáknak lenni. Ennek a napnak a végén mi is beszámoltunk arról, hogy arra az elhatározásra jutottunk, hogy belekezdünk az iskola alapításba, úgyhogy innentől kezdve várjuk azoknak a családoknak a jelentkezését, akik azon gondolkoznak, hogy csatlakozzanak hozzánk.

Márciusban a szervezésé volt a főszerep. Nyílt napot tartottunk Magyarokanizsán a Tündéerkert családi napközinkben, ahová az iskola iránt érdeklődőket is szeretettel vártuk, nagy meglepetésünkre voltak köztük teljesen új emberek is, akikre nem is számítottunk. Áprilisban a szülői kör bővítésére és a népszerűsítésre helyeztük a hangsúlyt. Meghívtam két barátnőmet, akiket a solymári osztálytanító képzésen ismertem meg Annát és Anettet. Mindkettőjüknek 3-3 gyermeke van, régóta Waldorf szülők már, rengeteg tapasztalattal rendelkeznek és kendőzetlenül elő is adták, a Waldorf iskolákban tapasztalt dolgok szépségeit és nehézségeit is akár. Májusra eléggé körvonlázódott, mely családok fognak velünk tartani, így a tanári kollégiummal is elkezdtük a tervezést. Részletesen megvizsgáltuk a Waldorf kerettantervet és így körülbelül világossá vált, mire, mikortól lesz szüksége az iskolának.

Érdekes, hogy a májusi szülőin már nagyon jó hangulatban tudtunk egymással beszélgetni, nem volt jelen az a mérhetetlen nagy izgalom, mint az ezt megelőző alkalmakon. Kezdett bennem megérkezni az az érzés, hogy igen, ezekre az emberekre számíthatok, ők is megbíznak bennem, én is megbízhatok bennük és a legföltettebb kincsükért képesek leszünk jól együttműködni. Akkor még úgy volt, hogy csak 5 családdal és 5 gyerekkel kezdjük el a tanévet. Majd hirtelen csak 4 családra csökkentünk, mert az egyik kihátrált. Szerencsére már jó ideje mondom

minden áldott reggel és este a Mihály meditációt, így tudtam, hogy ennek is helye van most ebben a folyamatban.

Nagyon rövid időn belül azonban jött a helyükbe másik kettő, így végül 6 család 6 tündéri gyermeke lett az, akinek sorsába kovácsolódott a vajdasági Waldorf iskola története.

A nyár folyamán számíthattunk egymásra az iskola épületének felújításában. Kalákákat szerveztünk, az elsőn körülbelül harmincan dolgoztunk és pillanatok alatt változott a régi rendezetlen helyszín, csodásan megtisztított új területekké. Festettünk, fúrtunk, csiszoltunk, én táblát festettem, bútort szereztem be más iskoláktól, művelődési egyesületből, szobanövényeket gyűjtöttünk és nagy lelkesedéssel készültünk az elsőseink fogadására.

A tanári kollégiummal lelkesen állítottuk össze a programot, milyen dalok, táncok lesznek, amelyekkel összehozzuk az egybegyűlteket és végül milyen ceremónia keretében fogadjuk közénk az első osztályt. Megépült egy nagy kapu, amelyet feldíszítettek a tanárok meg a szülők szebbnél szebb virágokkal és szeptember 1-jén annak az iskola felőli oldalán várt engem Kinga, aki behívott, mint első osztálytanítót az iskolában, megöleltük egymást és én hívhattam oda magamhoz a kis diákjaimat. A családjuk a kapuig kísérte őket, de átkelni már nekik kellett egyedül. Ez a kapu szimbolizálja magát az intézményt és már biztosan tudjuk, amikor el fognak ballagni, akkor szintén egy ilyen csodálatos kapun fogjuk őket újtjukra engedni.

Nagyon megható nap volt mindannyiunk számára ez a 2024. Szeptember 1.

Szeptember óta pedig új szintre kezdünk lépni, ugyanis azt látjuk körvonalazódni, hogy szép ötlet volt az, hogy nem elvárás a Waldorf továbbképzés, de hosszú távon akkor tudunk közös nevezőn maradni, ha mindenki tanul róla és ő maga is kutatja, hogy mi is a Waldorf lényege igazán. Úgyhogy szépen lassan, de biztosan kezdjük mondogatni azoknak az embereknek, akik kapcsolódnak hozzánk, hogy nézegessék a képzéseket és, ha érzik a hívást, ne habozzanak, induljanak el és mi támogatjuk őket közben ahogy csak tudjuk. Eleinte lelkesítéssel, de a későbbiekben akár ösztöndíjakkal is (reméljük ki tudunk valami ilyen jellegű pályázatot találni).

A szülői körre, had térjek még vissza kicsit, mert fontos dolog maradt ki. Júniusban tartottuk meg az első szülői estet. Ez olyasmi, mint egy szülői értekezlet, csak sokkal jobb. Körben ülünk és mélyebb megosztások is történhetnek. Elmondtam, hogy a testvériesség eszméje, hogyan nyilvánul meg a Waldorf iskolában a családok között. Amennyiben van olyan család, aki anyagilag nem engedheti meg magának, hogy kifizesse az iskola alapdíját, az jelezheti ezt és akkor a vállalói esten más családok, akik viszont megengedhetik maguknak, hogy többet vállaljanak, megteszik ezt.

A mi esetünkben egyelőre nem volt túl nagy alapdíj sem, de érdekesen alakultak a vállalások, pont úgy, ahogy annak lennie kellett. Hat családról van szó az első osztályban, amely jelen esetben 6 házaspárt és összesen 6 gyermeket jelent a 2024/2025-ös tanévben, de hosszútávon természetesen ez bővülni fog. Jelenleg még inkább a közös ügy köti össze a tagokat, mely szerint a gyerekek legyenek megmentve az állami rendszer betegítő, butító, versenyztető hatásaitól és legyenek olyan helyen, ahol elfogadást kapnak, lelkesítést, szeretettel nevelést és az a fontos, hogy ki ő valójában, nem az, mi mit várunk el tőle..



Látszik, hogy több szálon futottak az ügyek, rendszeresen vettem részt a civil szervezetünk heti rendszerességű megbeszélésén, havonta találkoztam a tanárokkal, és havonta találkoztam a szülői körrel. Egy nagyon fontos témát nem beszéltem át a szülőkkal, mert azt gondoltam, hogy ez annyira evidencia, hogy erre nem kell külön kitérni. Ez a téma pedig az okostelefon használata. Hogy mikortól lehet majd a gyermekeinknek saját okostelefonja és azon, mit és mennyi ideig csinálhat.

Az első igazán igazi szülői estünk, sajnos teljesen másként alakult, mint ahogy terveztem, több élethelyzet adódott össze és így a tervezett 120 perces estből egy 45 perces hadarás lett, ahol gyakorlatilag minden nagyon életbevágó és fontos infót megkaptak a szülők, de kapcsolódási lehetőségük nem volt egyáltalán egymással sem, velem sem, a gyermekük munkáját se nagyon tudták így megnézni egy rohanás volt az egész... Ez hirtelen a részemről egy nagyfokú elfogadással járt, de ahogy teltek a napok egyre inkább éreztem azt, hogy ez azért nagyon sok szempontból nem volt rendjén. Összeszedtem a gondolataim és emailben elmondtam, hogy mennyire fontos alapul szolgál nekünk a szülői est lehetősége és, kértem a szülőket, hogy vegyék komolyan, nem hiába lettek megadva a dátumok már augusztusban, van ideje mindenkinek úgy intéznie az életét, hogy ha egy mód van rá, akkor a családból legalább egy felnőtt jelenjen meg.

Az októberi alkalom nagyon gyorsan eljött, ráadásul egy komoly problémába is ütköztünk pont előtte. Ugyanis az egyik diák okostelefont hozott az iskolába. Ami egyrészt érthető, hiszen messziről utazik a diák és iskola után a nagyszüleinél kell legyen, míg a szülők közül valaki érte tud menni, ez az eszköze a

kapcsolattartásnak, de! Ilyen célra a nyomógombos is megfelel és sokkal fontosabb, hogy erről eddig, hogyhogy nem beszéltünk. Kim John Payne Melegszívű fegyelmezés című könyvéből adtam fel “házi feladatnak” 8 oldal elolvasását, a digitális eszközök és közösségi média világában, majd igyekeztem megnyugtatni magam, hogy ne éljem meg katasztrófának és kudarcnak a történeteket. Ezen a szülői esten már teljesen más energiák mozogtak, volt idő és tér az emberek megérkezéséhez, mélyebb kapcsolódások tudtak megtörténni néhány perc leforgása alatt, mint az elmúlt pár hónapban. Volt sírás és kacagás is. Amikor azt láttam, hogy megérkeztünk, hoztam fel a telefon ügyet, összeraktuk, ki mit tudott meg a dologról, otthon, kinek a gyereke, mit mesélt a történetekről, majd a vicces részek után komolyra fordult a szó és megkérdeztem a családok képviselőitől, hogy válaszolják meg legyenek szívesek a szeptemberi szülői estre feladott kérdést, miszerint miért vannak itt? Mit várnak a Waldorf iskolától? Mit szeretnének, hogy gyermekük, hogyan hagyja majd el 15 évesen ennek az iskolának a kapuját?

Érkeztek a válaszok, melyek szerint nincs nagy elvárásuk, annyit szeretnének, hogy gyermekük önbizalommal teli, kíváncsi fiatallá cseperedjen és ne szorongjon. Hogy képes legyen könnyen kapcsolatot teremteni más akár idegen emberekkel és ne féljen az újtól.

Ezek után azt kérdeztem, ki mit gondol, hogyan segíti vagy hátráltatja a gyermekét, ha kapna okostelefont? Valamint azt is megkérdeztem, hogyan gondolkodnak erről a témáról a családok, mikor vennének nekik sajátot.

A lélegzetem is elállt, mert a családok mind-mind azokat a dolgokat mondták, el, amelyekkel én is egyezem, hogy ameddig csak lehet ki szeretnénk tolni annak az idejét, hogy ne legyen saját eszközük, és hogy mennyire nem áll még készen egy gyermek idegrendszere azokra a hatásokra, amelyek őt érik általa. Hiszen nekünk felnőtteknek is komoly gondot okoz a függőség, hogy képtelenek vagyunk mi magunk is letenni(még ha csak munkára is használok), akkor hogyan is várhatnánk el egy kisgyerektől, hogy valamit ne akarjon, ami iszonyú addiktív.

Érdekesen alakult a kör, ugyanis az az egy anyuka, akinek a gyermekének már volt okostelefonja, egyre feszültebben érezte magát és végül szót is kért, mert egyáltalán nem értette, hol van abban a baj, hogy a gyermekének már van okostelefonja. Mert szerinte nagyon keveset használja, és cserébe rengeteget van odakinn a szabad levegőn, játszik, mozog, pónin lovagol és nagyon-nagyon keveset van a kezében a telefon. Szinte csak akkor amikor egy messzebb élő kisbarátnővel videochatel, és amikor az anyuka éjszaka dolgozik, akkor a munkahelyéről, "távirányítja" a gyerekeket, hogy mikor menjenek vacsizni, fürdeni és aludni. Az apukára nem nagyon lehet számítani sajnos... Így már mindjárt más megvilágításba kerülnek a dolgok, de a tényen akkor sem változtat. A végén még én is elmondtam, hogy a mi családnak miért választotta a Waldorfot, mert pont a társadalom elvakult képernyőfüggése volt az egyik elborzató dolog, ami a Waldorf felé sodort. Szerettünk volna olyan közösséghez tartozni, ahol mindannyian megegyezve X ideig nem adunk a gyerekeinknek okostelefont és ezzel megkönnyítjük a magunk helyzetét is, mert közösségben erősebbek vagyunk. Ezt szülőként mondtam.

Osztálytanítóként pedig elmondtam, hogy teljesen mássá teszi a gyermekek képzelőerejét a képernyőhasználat és a Waldorfban nagyon sokat dolgozunk a

fantáziavilággal, amit a kütyük teljesen megsemmisítenek,ugyanis megtöltik a fejet kész “halott” képekkel és egyszercsak elvész a gyerekből a képzelőerő, a képzelet. Ezért én nem fogok olyan gyereket vállalni az iskolába, akinek már van okostelefonja, úgyhogy ezt átgondolhatja és vagy elteszik azt a telefont pihenni a nyolcadikig vagy búcsút kell mondjunk egymásnak, akárhogy is sajnálnám. Mivel ez az egész most indul, nagyon fontos, mire hogyan regálunk mert mintaképző hatással bír.

Ez valósággal sokkolta a szülőt, de muszáj volt világos határokat szabnom, különben nagyon gyorsan hasraesett fene sem lesz a kezdeményezésünkből, nemhogy Waldorf iskola.

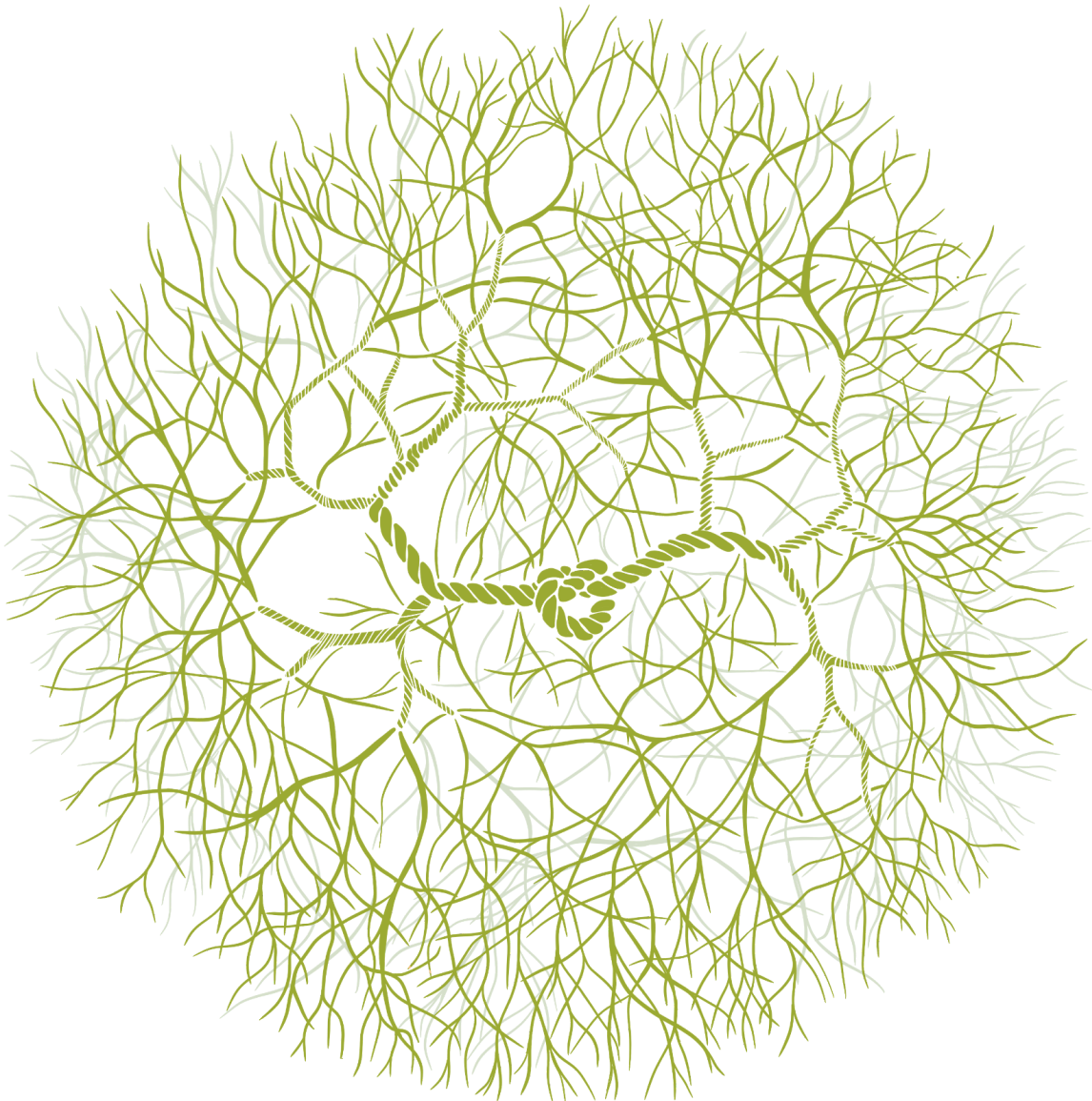
A novemberi szülői est is remekül telt, nagyon jó és mély beszélgetéseket és megosztásokat tudtunk meghallgatni egymástól egy Rudolf Steiner idézet kapcsán.

Idézet: “A GYERMEKET TISZTELETBEN KELL FOGADNI, A GYERMEKET SZERETETBEN KELL NEVELNI ÉS SZABADSÁGBAN KELL ELBOCSÁTANI”.

Megegyeztünk a szülőkkel, hogy elengedhetetlen, hogy azonos alapokból merítsünk a gyermeknevelés területén, ezért beleegyeztek, hogy fejezetenként feldolgozzuk Kim John Payne: Egyszerűbb gyermekkor című könyvét. Végtrelenül boldoggá tesz, hogy egy olyan közösség része vagyok, ahol hajlandóak vagyunk meghallgatni a másikat és meg tudunk maradni a saját határainkon belül.

A gyerekekkel is nagyon jól halad a közösséggé kovácsolódás. Volt egy fiúcska, aki még az első héten minden nap csak az én kétméteres körzetemben volt hajlandó tarózkodni csak. Hatalmas fejlődésen megy keresztül. Voltak is itt nagylányosabb viselkedésű kislányok, előfordult egymás gúnyolása, de én az ilyesmit csírájában

nem engedem, hogy csinálják egymással. Arra kérem őket, hogy keressék egymásban a szépet, a csodálni valót és azt lehet hangoztatni, a hibáinkat pedig azért vétjük, mert így tudunk belőlük tanulni, hibázni ér és kell is, hogy hatékonyan tudjunk tanulni. Hát itt tartunk most.



## 25. EGY BEVÁSÁRLÓKÖZÖSSÉG

### Egy régi és egy új találkozója - közösségi újjászületés

Kezdetek

Eleinte csak vásárlóként voltam jelen az akkor éppen közösségnek nem nevezhető rövid ellátási láncban, azaz az előnyeit élveztem, kihasználtam a lehetőséget, de energiát nem tettem a működtetésébe. Nem is tudtam volna, 2 pici gyermek mellett a vállalkozásomat építettem. Úgy alakult, hogy találkoztam egy sráccal, aki kosárlékösséget szervez, és sokat mesélt az ő közösségi működésükről. Általa kedvet kaptam, hogy közelebbről is megismerjem, milyen munka folyik nálunk a háttérben és kikhez lehet csatlakozni. Ennek lassan 5 éve.

Az egyesület 15 éve működő, de a jelenben névleges közösség volt csupán, mikor én bekapcsolódtam. Kezdetben nagy volt a lelkesedés, még boltot is nyitottak, de se a bolt se a közösség nem maradt meg sokáig. 5 évvel ezelőtt egy hölgy működtette egyedül a bevásárló közösséget a saját garázsában, maroknyi termelővel. Az egyesületi tagok passzívák voltak. Sok beszélgetés és a kosárlékösség indításáról szóló képzés abba az irányba vitt, hogy újítsuk meg mind a tagokat, mind a rendszert, növeljük és frissítsük a termelői bázist, hiszen az, hogy ellenőrzött termelőtől magas minőségű élelmiszert tudjak vásárolni a

családomnak, nekem volt ennyire fontos, hogy energiát tegyek ebbe. Elindult ez a munka, és szembesültem a közösségben lévő laza kötődésű és kicsiny elhivatottságú személyekkel való együttműködés nehézségeivel, a korosztályos különbözőségekkel és azzal, hogy negatív volt a megítélésem, hiszen én voltam az új, aki jött a semmiből és most mindent máshogy szeretne csinálni mint eddig. Ekkor nekem már volt egy waldorfos szülői közösségszervezői élményem és tapasztalatom, amire valamelyest tudtam építeni, és sokat olvastam/beszélgettem a témában, hogy miként lehetne csapatot kovácsolni ebből a maréknyi nagyon különböző személyből. Pár hónap leforgása alatt érkezett még több fiatal lendületes és az ügy mellé komolyan odaálló személy, köztük az egyik legjobb barátnőm is, így indultunk utunkra. Nagyon hosszú idő volt míg sikerült kitisztázni a régi tagok és régi keretek, célok, és az új tagok kicsit más céljait és elképzeléseit. 1,5 év beszélgetés, egyeztetés, tervezés és termelőikkel való munka következett, aminek a végére kialakult az a mag, 6-7 személy, akikkel valóban úgy éreztük, hogy egy úton járunk.

## Mély víz

Nagy kihívás előtt álltunk: egy már motiválatlan és szétszéledt csapatot meg tudunk-e újítani, az ő víziójukat a magunkéval kiegészítve tovább tudjuk-e vinni, és a régi rugalmatlan tagokat be tudjuk-e integrálni egy új, fiatalos, lendületes csapatba. Mindezt úgy, hogy ne sérüljenek, figyelembe legyen véve a tapasztalatuk, az ő erőfeszítéseik és tempójuk. Aztán amikor ezen kezdtünk dolgozni kiderült hogy az is hatalmas feladat, hogy a mi víziókat, missziókat megfogalmazzuk. 3 éven keresztül dolgoztunk ezen és mostanra sikerült.

Mindenki kellett hozzá.

A régi tagoknak fel kellett venni egy más tempót, elsajátítani az online kommunikáció és webshop működtetés alapjait, és el kellett fogadniuk azt, hogy ez az új csapat sok mindent máshogy gondol és csinál, mint ahogy a régi időkben mentek a dolgok az egyesület háza táján. A hölgynek, aki évekig egyedül vitte a “bevásárlóközösség” mindennapos ügyeit és feladatait, el kellett fogadnia, hogy már nem egyedül van, nem neki kell mindent egyedül megoldani, és elfogadni azt, hogy más megoldások is lehetnek célravezetőek. Bele kellett jönnie abba, hogy elfogadja, hogy már nem egyedül hoz döntéseket, és sokszor nem olyan döntés születik a közösség részéről, mint ami benne megfogalmazódott.

Az újaknak pedig el kellett fogadni a korosztályos különbségekből adódó nehézségeket, türelmet gyakorolni, sok energiát beletenni a tanításba.

Demo

Ennek az időszaknak a lezárásaképpen egy demo átadási ponton egy bérelt szoftverrel, 13 termelővel elindult a valós megvalósítás, a cselekvés. A gyerekeim waldorf iskolájának az udvarán, egy 10 m<sup>2</sup>-es kis faházban, kifejezetten az intézmény családjai részére. Ez arra nagyon jó volt, hogy összeszokjunk, hogy a rendszerhibák kiderüljenek. Ez 3 hónapig működött, majd kaptunk egy nagyobb helyet az egyik termelőtől, ahol további 3 évig működött a bevásárló közösség, maroknyi önkéntessel és azzal a maggal, akikkel indultunk.



Megcsináltuk és csináljuk hétről hétre!

Azt gondolom, hogy hatalmas eredmény volt az, hogy elindultunk és működtünk heti szinten, kb 40 családot elláttunk és jó kapcsolatokat építettünk ki termelőkkel.

A harmadik év második felében többen eltávolodtunk, élethelyzetből és értékrendbeli különbségek, belső konfliktusok miatt. Érkeztek újak ezzel egyidőben, akiket közelebb tudtunk léptetni, így a közösség élete ment tovább, de ekkor már nélkülem. Azóta megnyertek egy pályázatot, amivel egy civil házat kezdtek el működtetni szeptember elején, ami átadópontként is működik. Egy kicsit közelebb léptem, de már nem teljesen önkéntes alapon, és nem vezetői-szervezői minőségben vagyok jelen. Részt vettem a stratégia tervezésben, arculatot és weboldalt tervezek és támogatni fogom a civil ház kommunikációját vizuálal. Ez még nem indult el. Felajánlottam a facilitátori segítségemet a csapatnak, de ezzel még nem éltek.

Jelen

Nem tudom pontosan, hogy jelenleg hány aktív szervező van , mivel már nem vagyok aktív tagja a közösségnek. A szeptemberi állás szerint a mag 6-7 fő, a lazábban kapcsolódók kb 5-7 fő és az önkéntesek kb 10 fő, akik tervezési és működtetési folyamatokba nem vesznek részt, átadónap lebonyolításban, költözésben viszont igen. Vannak olyan lazább tagok is, mint én, akik IT vagy kommunikációs, esetenként rendezvényszervezői feladatokat ellátnak, kb 4-5 fő.

A viszony a közösség tagjai közt nagyon vegyes. Vannak barátságok, vannak cimborák, és vannak akik együttműködnek és csapatszellemben vannak, fontosnak tartják az ügyet. Nem mindenki tud őszintén megnyilvánulni, nem mindenki vállalja fel a félelmeit és fájdalmait, de egyre inkább megyünk/mennek ebbe az irányba. A visszajelzések nagyon hiányoznak. Ennek oka szerintem, hogy sokan nem tudják, hogyan jelezzenek vissza bántás/bántódás nélkül, illetve az ettől való félelmük visszatartja őket. Tapasztaltam, hogy ez tanulható, sőt kötelezően tanulandó, hiszen az élet minden területén szükség van erre, egy családi kisközösségtől a munkahelyi környezeten át... mindenhol, ahol megjelenünk és képviseljük önmagunkat, adunk és kapunk jelzéseket. Sok múlik rajta. Nagyon sok.

Vizionáljunk!

A közös vízió és misszió idén szeptemberben állt össze, a Közélet Iskolája tartott egy stratégiai tervezés workshopot, aminek eredményeképpen meg tudtak születni ezek, sőt egy stratégiai terv is lett, rövid és hosszabb távú célokkal. Ehhez az is hozzájárult szerintem - de ez csak az én meglátásom, nem biztos hogy így is van - hogy egy elnyert pályázat kapcsán egy civil házat kell most működtetni komoly anyagi elvárásokkal, amit már nem lehet enélkül megugrani. Tehát az én meglátásom szerint a csapat előre menekült, és mivel olyan helyzetbe találta magát, amihez fel kellett nőni, így segítséget tudtak kérni, és profi szakemberek segítségével ezt sikerült is megszűlni. Biztos vagyok benne, hogy ehhez hozzá tett az ezt megelőző 2,5 év rágódás a témán. Én is részt vettem a workshopon, mert

hívtak, szeretik a meglátásaimat és hasznos tagjának érznek a csapatnak. Volt is szerepem benne, hogy a vízió összeálljon. Nagyon nagyon fontos tapasztalás volt számomra ez a hosszú út, ez a folyamat, sokat tanultam belőle!

Ki vagyok én köztetek, veletek?

A facilitátor-képzés legfontosabb tanulságának azt érzem, hogy magamat és a helyemet tisztábban látom, a határaitam sokkal erőteljesebben meg tudom tartani. Ennek és az elmúlt 2 évben az élethelyzetemnek az lett az eredménye, hogy hátrébb léptem, és a távolból figyelem az eseményeket. Itt vagyok ha kellek, ha hívnak megyek, az egyesületben benne vagyok, döntési helyzetekben kikérik a véleményem, de a mindennapos munkában nem veszek részt. Nem éreztem jól magam a csapatban, nem értettem egyet kardinális kérdésekben a csapat nagy részével és elfogyott a türelmem, elvesztettem a hitem és a motivációm. Ezzel párhuzamosan megtanultam magamról, hogy melyik szerepekben vagyok otthon, mi az amiben fejlődni szeretnék és mi az amit a jövőben tudok tenni a közösségemért. Lehet hogy ezért, lehet hogy egy másik közösségért. Én a képzésnek köszönhetem, hogy megtudtam látni magam - a társaim és mentoraim tükrében leginkább - facilitátori szerepben, és nagyon jó érzés volt ezzel a minőséggel azonosulni, ebben lenni. Elhatároztam, hogy tovább képződöm és szeretnék komolyan foglalkozni azzal, hogy mi az plusz, amit én tudok adni egy közösségnek, akár tagja vagyok, akár nem - egy workshop vagy elvonulás keretein belül. Hatalmas inspirációt és tudást kaptam mentoraimtól ehhez, hogy járjak az utamon és keressem meg azt az énem, aki önazonosan és magabiztosan, ha kell gyengéden, ha kell keményebben, de hatalmas figyelemmel és őszinteséggel és elfogadással tudja tartani a teret egy csoportnak. Megszületett bennem a

belátása annak, hogy ha valamiben nem vagyok jól, és hátra lépek, az nem biztos, hogy rossz. Hiszen lehetőségem van távolabbról, egy más perspektívából figyelni az eseményeket. A képzésnek hála tudást is kaptam hozzá, így tudom értelmezni, látni is nem csak nézni azt, ami történik. Persze ebben még nagyon elején vagyok a tanulási folyamatnak, de már tapasztalom hogy sokkal tudatosabb vagyok mint voltam. Hiszek benne, hogy tud majd élni a közösség azzal, hogy van egy facilitátoruk a személyemben, aki ha kell, segít és levezeti a folyamatokat. Talán nekem is meg kell érkezennem oda, hogy higgyek magamban, hogy képes vagyok erre.

Azt hiszem, az a célom, hogy magamat fejlesszem szakmailag és lelkileg is, majd ezzel a segítséggel támogassam a csapatot, amit én tudok nekik nyújtani. Szeretném ha sikerülne egyre több tudást átadni nekik a természetes vezetésről és ennek fontosságáról, mert a csapatban hiányoznak a vezetők, illetve nincsenek a helyükön és még a felelősségi körök sem tisztázottak, ahogy látom. Ez is változik, dolgozik rajta a csapat, és szerintem meghatározza a jövőt, hogy ezt mennyire sikerül kitisztázni.

Nagyobb rálátás: természetes vezetés és a hiánya

A legnagyobb problémának azt látom, hogy a közösség legtöbb tagja elzárkózott attól, hogy vezetői legyenek, és mindent totál demokratikusan igyekeztünk megbeszélni és így döntést hozni. Nagyon sok idő, energia és végelethetetlen beszélgetések/viták alakultak ki, sokszor döntés nem született, vagy ha igen, akkor az aki nem értett egyet, nagy sértődésekkel állt csak bele a döntésbe, és

voltak ebből problémák, hogy nem érezték magukénak a közös döntést, így nem is alkalmazták. Erre hoztuk azt az változtatást, hogy csapatszerződést írtunk, lefektettük a döntéshozatal szabályait, és munkacsoportokat hoztunk létre.

Sajnos a munkacsoportos rendszer szétesett. Azt hogy miért, azt nem láttam, mert már nem voltam benne a hétköznapiakban. A döntéshozatal szabályait meghoztuk, aztán megszegtük, amitől bennem hatalmas belső feszültség keletkezett. Azt hogy nincsenek személyek döntéshozó helyzetben illetve hogy egy közösség nem hatalmaz fel senkit bizalommal kompetenciák alapján arra, hogy egyes területekért vállaljon felelősséget és ezért cserébe kapjon magasabb rendű figyelmet és súlyozást a véleménye, én a közösségek útvesztőjének tartom. Látok más közösségeket is, belelátok a működésükbe és ez megerősít abban, hogy szükség van személyekre, akik nem csak névlegesen és kényszerből (mert nincs más), hanem elhivatottságból és arra alkalmasságból adódóan beleállnak a vezetői minőségbe és ezzel nagyban támogatják a közösségük fennmaradását, előremenetelét, élhető hétköznapijait. Nagyon hamar súlyos kiégéshez vezethetnek az állandó egyeztetések, az egy helyben toporgás, az egyet nem értés végett.

Az én belső labirintusom

És egy nagyon személyes. Voltam vezetői minőségben a waldorf szülői közösség születésénél és a bevasárlóközösség újjászületésénél is voltak olyan érzéseim, hogy egyfajta vezetői minőséget töltök be időnként. Rendszeresen kaptam olyan visszajelzést, hogy túl gyors vagyok, túl határozott vagyok, túl sok vagyok. Nem voltak ezek egyértelmű, őszinte visszajelzések, hanem én értelmeztem, vonatkoztattam magamra ebben az értelmezésben. A legintenzívebben az emberi

viszonyok vonatkozásában éreztem fontosnak magam a közösségen belül, azaz ha feszültség, ellentét vagy kommunikációs probléma adódott, akkor engem kerestek meg a csapattagok, hogy segítsek kibogózni, megoldani, hallgassam meg őket, adjak tanácsot. Nem értettem, nem állt össze bennem ez a kettősségem. Hogy lehet, hogy túl sok és túl nyers és túl őszinte és túl intenzív vagyok, és mégis hozzám fordulnak segítségért? Nagyon nagy munka van ebben a képzésben a mentorok részéről és hatalmas önismereti utat járhattak be azok a képzés során, akik valóban beleálltak a feladatokba és mertek szembe nézni önmagukkal a folyamatok során, mertek őszinték lenni magukkal. Én rengeteget tanultam magamról, a vérmérsékletemről, az érzelemszabályozásról, a figyelemről, a csendről és az ezekkel való viszonyomról. Rájöttem, hogy míg erős stratégiai elképzeléseim vannak, határozott vízióm, céljaim és értékrendem van, ezzel párhuzamosan van bennem egy olyan női finom és érzékeny, együttérző és támogató rész is, ami talán sokkal fontosabb és hasznosabb a közösségem számára, mint az erős stratégia részem. Mert ameddig nem vagyunk jól egymással, nem tudunk őszintén de nem bántóan kiállni magunkért, nem tudunk türelemmel odafordulni egymáshoz, addig hiába vannak égbe kiáltó stratégiai tervek. És ha meg tudjuk teremteni a biztonságos megtartó teret, akkor kijöhetnek másokból is stratégiai tervek, kijöhetnek azok a finomságok, hogy ki miben jó, ki miben érzi jól magát, és ki tud alakulni egy olyan közösség, ami halad a maga tempójában a maga útján és jó odatartozni. Így láttam meg magam, hogy ebben a feminin facilitátori énrészemben sokkal jobban működök, mint a maszkulin stratégia énrészemben. Mindkettő van, mindkettőt szeretem és működtetem is, de a fókuszom az emberi viszonyokon és a belső utakon van, és azon, hogy ezeken az utakon miként tudunk időről időre együtt haladni.

## 26. MŰKEDVELŐ, AMATŐR SZÍNJÁTSZÓ TÁRSULAT KÖZÖSSÉGE

Az én elsődleges közösségem egy műkedvelő, amatőr színjátszó társulat, amely egy Szerbiában bejegyzett civil szervezet keretei között működik. Maga a szervezet idén ünnepelte bejegyzésének tizedik évét, viszont ez nem a teljes történet. A szervezet ugyanis egy korábbiak a jogutódja, amely belső konfliktusok miatt nem tudott tovább működni.

A szinte a feledésbe merülő múlt

Az amatőr színjátszó csapat, ami valamikor a kétezres évek közepén verődött össze, több fiatal felnőttből és középiskolás diákokból állt. A csapat előszeretettel készített saját darabokat, többnyire szatírákat, amelyek fiatalosak és lendületesek voltak, sőt viccesek, helyenként meghökkentőek. Ahogy a középiskolások, úgy a felnőttek is a szabadidejükből áldoztak a darabok színpadra állításához szükséges munkára. Az akkori szakmai kör nem volt még teljesen felkészülve az efféle, szabadosabb színházra, ami miatt gyakran érte kritika az előadásokat. Mindez nem szegte a társulat kedvét, hisz a fő dolog a játék élvezete volt. Egy idő után viszont egyre inkább a szakma kezdett előtérbe kerülni, ami gyakran veszekedésekbe, konfliktusokba és a próbák hangulatának elromlásába vezettek. A tagok lassan kikoptak, vagy már nem volt kedvük próbákra járni. Nem csoda,

hisz senki se szeret egy nyomasztó légkörben olyasvalamit csinálni, amit elvileg élveznie kellene, valami oknál fogva viszont mégsem teszi. Utolérte az elkerülhetetlen a közösséget, ami addigra csak pár emberre redukálódott. Az akkori vezető kilépett, és átruházta a szerepét másra.

## Újrakezdés

Az új vezető tiszta lappal szeretett volna indulni. A régi társaságot el kellett engedni, hisz közben egyetemre, külföldre mentek, nem voltak már elérhetőek. Emellett a gondolatmenet az volt, hogy annak a közösségnek a szép és jó pillanatait meg kell hagyni azon a néven és egy teljesen új közösséget kell építeni. Új nevet vett fel a szervezet és új tagokat toborzott. Erőfeszítései sikerrel jártak. A csoport fő szempontjai nem változtak: élvezni azt, amit csinálnak, és egyedi, saját darabokat színpadra vinni. Mindezt továbbra is amatőr Színjátzókkal.

## Érkezésem a közösségbe

Miután Magyarországról Szerbiába költöztem, ismerkedni kezdtem az otthonomnak választott kis városnak a kulturális életével. Részt vettem könyvbemutatókon, kamara színházi előadásokon, kvíz esteken és megannyi érdekes programon. Az egyik ilyen program volt egy amatőr színházi előadás is, amiben az egyik ismerős piaci árus szerepelt. Az előadás érdekes



volt és számomra rendkívül szimpatikus. Korábban voltam diákszínjátész, sőt dráma, színjátékot tanultam öt éven keresztül. Annak ellenére, hogy játszottam professzionálisan, drámaírók által megírt darabokban, mégis vonzott ez a fajta szabados színház is. Talán a laza szabályok, a rugalmasság, a különtség vonzott. Ekkor már évek óta nem játszottam semmilyen színpadi előadásban, és amúgy is úgy gondoltam, hogy legalább ismertségre teszek szert, tehát ebből a felindulásból kifolyólag megkerestem a piaci árúst, és jelentkeztem a társulatba.

Nagy örömmel vette az érdeklődésemet, és elhívott a legközelebbi próbára. Ahogy kiderült ő a társulat és a szervezet vezetője, valamint a darabok rendezője és többnyire írója is egyben. Izgatottan vártam, hogy találkozhatok a többiekkel. Különös volt, hogy rajtam kívül csak hárman vannak. Hamar beavattak a szervezet múltjába. Ezt követően be lettem dobva a mély vízbe, hisz a korábban látott darabban, ami egy duó-dráma volt, azonnal meg is kaptam az egyik szerepet. Ez rendkívül nagy kihívás volt számomra, hisz egy előadáson belül több karaktert is meg kellett személyesítenem. A csoport tagjai kedvesek volt velem, segítőkészek voltak a próbafolyamatok során. Sőt, a duó-dráma másik szereplőjével külön elmentünk egyik este egy helyi kocsmába, ahol pár korsó mellett jobban meg tudtuk ismerni egymást, hogy könnyebben menjen a közös munka. A próbafolyamatok során sokat viccelődtünk, sztorikat meséltünk. A csoport tagjai mind felnőtt emberek, akiknek vannak hétköznapi problémáik. Voltak olyan próbák, amikor szinte nem is törődtünk a darabbal, hanem valaki behozta a csoportba az éppen aktuális problémáját és azt vitattuk meg, vagy épp abból kifolyólag kerekedett ki egy jó beszélgetés, ami megerősítette és közelebb hozta a társulat tagjait. Kiváltképp szimpatikus volt az a hozzáállás, hogy annak ellenére, hogy volt egy darab, lehetett benne újítani, változtatni saját elképzelésünk szerint. A rendezőnek bár volt egy elképzelése, viszont volt annyira rugalmas, hogy nyitott

volt az új ötletekre, amik, ha beváltak be is építettünk az előadásba, még ha ez azzal is járt, hogy néha át kellett írni itt-ott az egész darabot.

Sajnos a járványhelyzet miatt ez a duó-dráma méltatlanul kevés előadást élt meg, ámbár fennmaradt egy teljesen egyedi, diafilm-előadás formában.

A csoport részévé válni

A következő előadás ötlete egy beszélgetős, laza összejövétel során alakult ki, amikor a rendező előállt egy ötlettel, amit rekordidő alatt továbbfejlesztettünk. Szükségünk volt még előadókra a darabhoz, így toborzásba fogtunk. Szerencsénkre sikerült is találni három hölgyet, akik voltak annyira elvetemültek, hogy csatlakozzanak hozzánk. A csoport így már magában foglalt egy piaci árust, egy termelőt, egy könyvelőt, egy termelési mérnököt, egy pincért, egy fűtéstechnológiai szerelőt és egy újságírót.

Mindenki a hétköznapiakból való kiszakadásként tekintett a heti egyszeri próbákra. A hölgyek nagyon jól ellensúlyozták az eddig fiús társaságot. Életkori különbségek nem okoztak gondot, hisz a zömmel középkorúakból álló csoportból csak ketten voltunk fiatalabb harmincasok, vagy a körüliek.

Nagyobb létszámmal mindig nagyobb kihívás is dolgozni. Ahogy korábban is, most is begyűrűzték a mindennapok gondjai, amiben továbbra is igyekeztünk

segíteni egymásnak. Néha egy-egy jó szóval, egy vállon veregetéssel, eseteként egy sörrrel. A különbözőségek is gyakrabban jöttek elő, ami természetesen vitákban csapódott ki. Mindezek ellenére ezek nem véresen komoly összeszólalkozások voltak. A csoportot mindig is jellemezte egyfajta bajtársiasság. Mivel mindenki a saját szabadidejét fordította a próbákra, többnyire kimondatlanul is ott volt a kölcsönös tisztelet mindenkiben ez iránt. Az egymásra való odafigyelés, valamint az őszinteség sok bukkánón átsegített minket. Az ilyen helyzetek olykor nem voltak egyszerűek. A csoport tagjai keresztül mentek magánéleti, vagy épp munkahelyi kríziseken. Úgy voltunk színpadra vinni egy darabot, hogy volt, aki munkahelyet váltott, és volt olyan, aki épp egy váláson ment keresztül. Sőt, volt olyan is, aki épp akkor vált szülővé. Ekkorra már szerves részeként éreztem magam ebben a közösségben és nem csak azért, mert nem én voltam a legújabb tag, hanem mert azt éreztem, hogy meghallgatnak, hogy szerves részét képezem a darabnak, és emberként a csoportnak is.

Nyáron rendszerint mi is szünetet tartottunk és az ősz eljövetelével ismét új előadásba fogtunk. Az előző darabot sikerült a környező településeken is bemutatni. Sajnos a munkahelyi és magánéleti változások hatására a következő évadra két hölgy elhagyta a közösségünket, viszont helyükre két fiatal középiskolás lány érkezett. Ők frissességet és fiatalos lendületet hoztak. Érdekes volt látni, és tapasztalni, ahogy a közösségen belül egyfajta generációs kapocsként helyezkedtem el, hisz egyes tagoknak idősebb gyerekeik voltak, mint a csoportunk új tagjai.

Ez a vegyes korosztályú közösség nagyon érdekes belső dinamikákat hozott. Az idősebbek hajlamosak voltak atyáskodni, vagy épp anyáskodni a fiatalok felett,

ellátni őket tanácsokkal, a színházi játékkal és az életet illetően egyaránt. Míg mi, a régebbi tagok, és idősebbek sokkal nyíltabbak voltunk, a fiatal tagok kevésbé merték behozni saját problémáikat a csoportba. Többnyire a próbafolyamatok során létrejött szimpátia során inkább privát módon beszéltek meg problémáikat valamelyikünkkel. Az is rendszeresen előfordult, hogy a különböző konfliktusokat úgy kezeltük, hogy szóltak valakinek a csoporton belül, aki kihangosította a problémát, vagy épp mellé állt a fiatal tag mellé egy vitás helyzetben, hogy ne érezze úgy, hogy fiatalként az ő szava nem ér annyit. Ez a későbbiek folyamán megváltozott és ők is leküzdötték azt az akadályt, hogy nem mernek szólni, ha problémájuk adódik. A közös munka olyan jól sikerült, hogy sikeresen részt vett a csoport az amatőr színjátszók szemléljén abban az évben és nagyon jó kritikákat kapott. Ez egy nagyon pozitív löketet adott a kis közösségnek a további munkához.

A következő évadban a korábbi hölgy is elhagyta a társaságot, akinek a helyére ismét egy fiatal érettségiző lány érkezett. A lányok ismerték egymást, és az eddigiek már magabiztosan vettek részt a próbafolyamatokban. A régiek tapasztalata motiválta és segítette a fiatalokat. Egy nagyon pozitív dinamizmus alakult ki a régi-új előadás próbái folytán. Azért rég-új, mivel egy régebbi darabnak a felújított változatát vittük színpadra, ami a remek ötleteknek és dinamizmusnak köszönhetően sokkal jobb lett, mint elődje volt. A fiatalok rengeteg kreatív energiát hoztak be, ami mindannyiunkra nagyon pozitív hatással volt.

Szeretném azt mondani, hogy ez volt jellemző az egész évadra, de sajnos ezt nem tudom megtenni. Az emberi oldal itt is megjelenik. Az érettségi előtt álló fiatalokat maga az érettségi is frusztrálta, de emellett nekik is megvoltak a privát gondjaik.

Ezek gyakran okoztak súrlódásokat. Hiányzások, motiváltság hiánya, érzelmi és/vagy fizikai kimerültség, stressz. Emellett a korábbi sikereket látván a rendező is igyekezett minél több helyre előadást szervezni. Sajnos többször előfordult, hogy nem éppen élveztük már a próbákat, mert kezdett nyomasztó lenni, aminek hangot is adtunk. Nem volt egy szerencsés évünk, mert a próbafolyamatok elején otthagytunk minket az egyik színész, megszűnt a korábbi próbahelyünk és egy teljesen új helyet kellett találnunk. Mégis valahogy sikerült mindezeket az akadályokat átvészelnünk. Sokszor egymásban tartottuk a lelket, felvidítettük a másikat, vagy épp ott voltunk, amikor egyikünknek szüksége volt rá. Ez a fajta összetartozás érzése az, ami egyben tartotta a társaságot, ami amellett, hogy az amatőr színházi szemlén ismét jelen volt, jó kritikát kapott, másfél hónap alatt hét előadást játszott a régióban, több településen is.

## A régmúlt és a jelen

Az évad sikeres zárását követően meg kellett válnunk a három fiatal tagunktól. Ezt korábban is tudtuk, számítottunk rá, de valójában csak az utolsó előadások során kezdett realizálódni bennünk. Az évadzáró előadás emiatt egy nagyon jó és egyben szomorú volt. Minden darab premierjét követően, valamint az évadzáró előadás után ünnepelni szoktunk. Ez amolyan szokás, rítus, amit magunknak kialakítottunk. Az évadzáró ünnepelésünket amellett, hogy nagyon megkönnyebbültünk, körbe lengte az elmúlás szele. Tudtuk, hogy ebben a formában ez a közösség akkor és ott lesz együtt, utoljára.

A nyár bizonytalanságot hozott. Igaz, nem igazán foglalkoztunk a színjátszással, pihentünk. Néha összefutottunk a városban a csoport többi tagjával, de nem igazán beszéltünk a közösség jövőjéről. Volt, aki egy év pihenőt pedzegetett, hisz kevesen maradtunk, bár nem ez lett volna az első alkalom, hogy ilyen alacsony létszámmal dolgozunk.

Az ősz eljövetelével tartottunk egy összejövetelt, ahol a rendező hozott egy témát, ami azonnal felkeltette mindenki érdeklődését. Emellett elismerte az előző évad problémáit, és megoldási javaslatokat adott, amiből közösen elfogadtuk a számunkra megfelelőt. Ezen kívül bemutatta az új tagunkat, akinek szimpatikus volt a mi kis közösségünk és szeretett volna a tagja lenni.

A húszas évei második felében járó hölgy nagyon őszinte volt már a kezdetekkor irányunkba. Mesélt magáról és arról, hogy miért szeretne a csoportunk tagja lenni. Az elmondottak alapján hamar világossá vált, hogy jól bele fog illeni a csapatba. Az első olvasópróbákon tűnt, ami érthető volt, és amit igyekeztünk oldani. Mindenesetre lelkesedése, motiváltsága visszahatott ránk, főleg ösztönzőleg. Az új tagok integrálása mindig egy izgalmas és kétesélyes dolog. Igaz, általában már az első próbák után ki szokott derülni, hogy ha valakinek mégsem váltottuk be a hozzánk fűzött reményeit. Ilyenkor harag nélkül, elengedjük a személyt. Ami viszont mindig egy érdekes dolog, hogy az új tagok miket hoznak be a közösségbe. Milyen energiákat, dinamikát.

## Összegezve

A mi közösségünk egy rugalmas, nyitott társaság, amelyet összeköti a barátság, a bajtársiasság, a különtség és a színházi játék szeretete. Bár a rendező a szíve-lelke és mozgatórugója a közösségnek, vezető szerepét demokratikusan gyakorolja. A saját magunk írta darabokat a színészek is formálják, ami akár a történet átírásához is vezet. Talán ezt lehetne közösségi színháznak nevezni, már ha létezik ilyen. Mindenki kiveszi a részét a kreatív munkából egyaránt. Ebből következik, hogy mindannyian egy kicsit magunkénak érezzük a darabot, amin dolgozunk, mert benne van a saját kreatív energiánk is. Nagyon fontos a közösség diverzitása is, hisz nagyon különböző területekről, háttérből és foglalkozásokból érkezünk mindannyian. Erre sokszínűségre büszkék vagyunk, mert mindig előnyünkre vált.

A szabályaink íratlanok, bár meg kell említeni, hogy vannak kimondott szabályaink a próbafolyamatokat tekintve. A tisztázó beszélgetés sokat segített rajtunk, hogy fel tudjuk oldani a korábbi feszültségeket. Szembesülni kellett a saját határainkkal, hisz mindenkinek a közösségben magánélete van, családja, munkahelye. Mi ezt a színházi tevékenységet szabadidőnkben, a magunk és mások szórakoztatására tesszük. Fontos, hogy erre időről-időre emlékeztessük magunkat! Ezúttal egyértelmű határokat húztunk és pontosan megfogalmazzuk és lefektettük, hogy ebben az évadban mit vállalunk és azt hogyan.

A saját szerepemet tekintve a közösségben, úgy érzem, hogy továbbra is elsősorban összekötő ember vagyok. Úgy érzem én vagyok az, aki kimondja, ha ki kell valamit, vagy felismeri, hogy most épp hallgatni kell. Mindezek mellett jobban be tudok vonódni a kreatív munkába, könnyebben belefolyok.

Terveim közt szerepel a közösség tagjai közötti emberi oldal megerősítése. Fontosnak tartom, és emiatt elég egyedi is a mi közösségünk, hogy a fő tevékenységünk mellett képesek vagyunk egymásra is odafigyelni, mint emberre. A közösségünknek ezt a tulajdonságát igyekszek erősíteni és fejleszteni a jövőben. Emellett a csoport két veterán tagjának a "puhítása", mivel ők elég erős személyiségek, mégis megvan bennük a potenciál arra, hogy rugalmasabbak és nyitottabbak legyenek a közösségi dinamikák történéseinek könnyebb elfogadása felé.





## 27. MELÓS ÖNSEGÍTŐK

Az ötlet maga, hogy kis közösségben oldjuk fel egymást, ventilláljunk, nem igazán eredeti - erre már akár jogi keret is szolgál (szakszervezet). Mindemellett, sajnos a szakszervezetek személytelensége elveszi a fókuszot az egyénről. Ebben a kis közösségben pedig pont ez az egyik összetartó erő - hogy meghallgatást nyerünk egymástól, kommunikáljuk, ami bennünk van, nem csak azt ami bánt, hanem ami jó. A térben viszont természetesen meg kell jelennie a meghallgató erőnek is - aki ítéletmentes meghallgat és elfogad minket. Nem ajánl, nem akar mindenáron megoldani. Csak van.

Ennek a térnek az igénye a legfontosabb hajtóerő, ami a tagokat egymás felé hozta - és ez az, ami több hónapos, akár éves munkával, beszélgetésekkel kikristályosodott mindannyiunkban. Igény egy elfogadó, megtartó térre.

Mint közösség a legfontosabbnak az alábbiakat tudjuk megfogalmazni:

Kiegész megelőzése

Játszva együtt levés

Ventillálás - otthoni vagy más ügyek átbeszélése

## Viszony rendszer a közösségben

### Munkatársi, ismerősi

Mindannyiunk életében fontos helyszín a munkahely - életünk nagy részét ebben a közegben töltjük el. Saját életem legutolsó 12 évét ilyen közegekben töltöttem el, beosztotti létben. Személyes megélés, hogy ezekben a közegekben nagy hangsúlyt kap a csoport, a csoportos munkavégzés - és háttérbe szorul az egyén, annak felelőssége, problémái.

Mindezen dinamikákkal akár egy teljes iparág is foglalkozik - erre szolgálnak a szervezetfejlesztők és a munkaügyi kollégák.

Mindezen szervezeti megoldások mellett azonban aktívan tapasztalom, hogy számomra is sokkal megfelelőbb, ha együtt a munkatársaimmal, közösen, leggyakrabban akár külső nyomás nélkül, a kommunikáció által oldjuk fel azt, amit a szervezet rendszerben, de lassan tudna megoldani (személyügyi felelősök ilyen találkozókat van hogy hónapokig szerveznek, volt, hogy el is felejtettem már a gondom, mire megkerestek, hogy lenne tere a beszélgetésnek. Több cég is alkalmaz pszichológust, illetve ad lehetőséget segítő beszélgetésekre, anonim módon - személy szerint ezt nem használom, mert egyénibe járok - munkatársaim erre a kérdésre a szégyen és személytelenség szavakat válaszolták - szégyenérzet, mert pszichológus hallgatja meg őket (még mindig ez a felfogás uralkodik, ez is egy nagyon érdekes kérdéskör), és nem érzik a személyes jelenlétet - online verzió az elérhető és az is csak szlovák nyelven.

Számunkra így természetessé vált, hogy az együtt töltött időben, mely életünk nagy része (napi legalább 6-7 óra) együtt próbálunk megoldást, vagy könnyülést találni ügyes-bajos, akár személyes vagy munkabeli gondjainkra. Ennek tere

elsősorban az étkező, a dohányzó de nagyban hozzájárul a recepciós tér illetve van, hogy személyes találkozókat szervezünk munkaidőben.

Alakuló félben vagyunk, kimondottan még nem volt alakuló gyűlés. Lényegében ez is egy olyan folyamat, amivel coming\*outolni ideje lenne - hogy egyáltalán megmutassuk, hogy létezik ilyen - munkatársi közösség.

Nagyjából 40 fő összesen , akit érint, pillanatnyilag a kis mag kialakulása, ami megvan - ez 4 fő

Mindenképpen szükség van a vezetői szerepbe való belállásra - ez részemről váratott magára. Minden esetre a tavaszi elvonulás óta ebben is változás állt be - nagyban segített az, hogy felvételiztem a Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézményének - Nagyvállalati Segítő szakember képzésére.

Miután még csak egy alakuló közösségről van szó, nem beszélünk történelemről, mindamellett érdemes megemlíteni, hogy nem egy szakszervezeti munkaközösségről beszélünk. Nem a munka köt csupán minket össze. Az egyes tagok sokrétű kapcsolódása elsősorban a nem-munkával eltöltött időből ered - kávégép, közös ebédek, dohányzó, munkaügyi találkozók előtt és után található üresjáratok kitöltése.

Kezdeteknek nevezhetjük már az első napokat is. Vízváltónak viszont azt mondanám, amikor is megválasztásra kerültek a szakszervezeti képviselők, valamint szakszervezet alakult. Egy szervezet, amiben aztán többen csalódtak is.

Mindenképpen kiemelendő részemről az ebédek és kávészünetek alatti beszélgetések fontossága. Számomra elsődleges szempont, hogy ne csak a

formális találkozási formák kerüljenek elő, hanem szeretem, ha egyből mélyebb témákba is belekezdünk - nem csupán a szokványos "hogy-vagy", de ismerősöknél a "hogyan van a kislányod/anyukád/apukád" kérdéskör az, amit jól tudom, hogy elvezet egy kicsit mélyebb beszélgetésbe, megnyílásba is. Természetesen, semmi nem kötelező - bár az elutasítás is mutat valamit. Minden esetre nem sürgetem a válaszokat - de észrevettem, hogy néha egy kis nyomás nem árt.

## Sikerek

Rá tudtam venni az openoffice-ban ülőket, hogy együtt gondoljuk ki a téli fűtő szezonra való felkészülést. A környezettudatosság a tagok számára alapvető fontosságú - minden egyes tag fontosnak tartja a környezetvédelmet, a környezeti terhelés csökkentését, így az október végi időszak nagyon fontos sarokpontra adott rálátást. A közös tér, melyben 20 ember osztja meg napi legalább 8 óráját (saját életének nagyobbik részét) fűtése egy ilyen jellegű dolog - ugyanis lehetőségünk van gázzal radiátorokon keresztül, illetve elektromosan is fűteni - nem beszélve a nagy ablakfelületekről, ahonnan szellőztetéssel friss levegőhöz tudunk jutni. Ezen energia elemek kombinálása és effektív felhasználása mindannyiunk érdeke.

A közös terület három nagy részre bontható fel, mindegyik rész rendelkezik egy darab radiátorral és minden rész lefedett elektromos plafonba szerelt fűtéssel.

Mint az később a megosztások során kiderült, sokaknak szüksége van a friss levegőre - ám ezt huzat nélkül szeretnék elérni. Mindamellettt távolabb ülnek a fűtőttesttől - így számukra az elektromos melegítés lenne a kézenfekvő. Másoknak ebben gátló a porallergiájuk, illetve a gyors megfázásra fogékonyság.

Többszöri egyeztetés után sikerült megoldanunk a dolgot - eleve, nem mindig voltak jelen sem a tagok, sem a tagnak még nem számító kollégák. Így fokozatosan vontam be az embereket a közös diskurzusba - kérdezvén meg őket arról, hogy fáznak-e.

Három napi egyeztetés az összes kollégával és egy külsős hozzáértővel (értsd: a kedves kolléga nem is ott dolgozik, de a kötelékünkbe tartozik, illetve a raktár egyik technikai managere - az elmúlt évben az ő feladata volt a hűtés-fűtés optimalizálása) való konzultálás után felállítottuk a közös tér téli fűtésének szabályait, amit mindenki elfogadott és igyekszik majd betartani.

Még nincsen írásos visszajelzés, ez lesz a következő, amit el akarok érni.

### Kihívások

Megalakulás - Jelen pillanatban még az alakulás sem zökkenőmentes. Több tag is úgy gondolja, hogy nem kéne ezt komolyabban csinálni, megelégszenek a mostani állapottal, ami nem áll másból, mint ebédkori vagy kávészüneti megbeszélésekről, ventilációból. Ezek kiterjesztése másokra már számukra kényelmetlennek tűnik - bár ezt még konkrétan nem hangoztatták. Hiányzik azonban a felelősségvállalás - a vezetői szerepek kiosztása/magára vállalása még várat magára.

Kommunikáció - nincsen egy saját, csak ennek az ügynek dedikált hálózati vagy személyes kommunikációs rendszer - magyarul, a mai, 21. Század eleji korban nem használunk mást, mint személyes találkozókat. Nem érintkezünk online, nincsen Facebook vagy bármilyen más csoportunk sem.

Szakszervezeti tevékenységek illetve a munkáltató általi nihil - mindannyian tisztában vagyunk azzal, hogy a munkáltató csakis a törvényi környezet miatt ment bele a szakszervezetek alakulásába - annak vezetősége abszolút nem reprezentálja a munkásokat )a közel egy éves tevékenységük hatékonysága és láthatósága is nagyjából a nullához közelít. Ezen segítve próbálkozunk, nem mint ellentábor, hanem mint a szakszervezet erejét meglovagolva több tagot, illetve ismeretséget elérni. Mindez segíteni nem csupán többünk személyes ambícióit (az emberek mentális egészségének segítése, kiégés megelőzése, közösség kialakítása), de szolgáltatás nyújtására adna lehetőséget a szervezet szempontjából.

### Megoldás

Tevékenységi körök kiépítése egyre több szó kerül a felelősségről és tervekről. Mindenki próbálja hozni a saját vágyait mindamellett még nem sikerült felvállalni ezen vágyak felelősségét. Személyesen abban bízom, hogy a segítő pályán való elindulásom és a facilitálási gyakorlatom nagyban hozzájárul majd ezen állapot megváltoztatásához.

A képzési folyamat személy szerint nekem abban segített, hogy rálátást adott a vezetői szerepekre és elsősorban a felelősségvállalás fontosságára. Ezek nélkül nem tudunk elindulni sem.

Kommunikációs csatornák megválasztása.

Tértartás és az alapvető értékek kialakítása - hogy aztán azt személyesen is felvállalhassuk. Sajnos ez nem megy felelősségvállalás nélkül.

Önbecsülés, önismeret fontossága - mindamellett, hogy segíteni szeretnénk, szerveződni. Nagyon fontos teret kap a saját fejlődésünk.

Keretrendszer felállítása - nem csak szervezeti hanem szerveződési szinten is.

### Fejlesztési célok

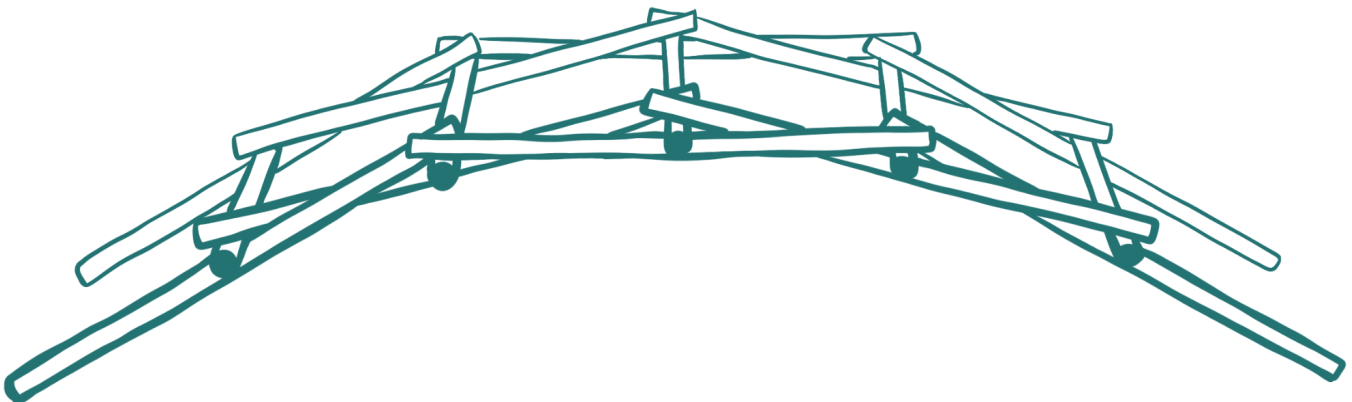
Semmelweis-es képzés, labrintusjárások, szervezetfejlesztés

Oktatásokon való részvétel.

Segítő beszélgetések lebonyolítása, felmérések készítése a munkavállalók lelki egészségét felmérendő.

Meditatív és relaxatív események és lehetőségek biztosítása

Önismereti út támogatása és elindítása



## 28. ENYVES

A cserkészlet szült minket. Nem volt konkrét tervünk, hogy mi most egy közösségé alakulunk, csak igényünk volt összejárni, beszélgetni, megosztani egymással a mindennapi feszültséget ami körülvett, vagy éppen ellenkezőleg a jó dolgokat amik történtek velünk.

Baráti kapcsolat van a tagok között, a közös ügyünk hogy legyen egy olyan kapcsolódás köztünk, ahol bátran lehetünk önmagunk, mindenféle ítékezés nélkül, ahol segítjük, támogatjuk egymást.

2016- ban alakultunk meg, legtöbben a közösségben cserkészek vagyunk, de vannak ´civil´ tagjaink is, akikkel más módon ismerkedtünk meg, és hoztuk be a közösségünkbe. Jelenleg 8 tagja van a csapatunknak, de indulásunkor heten voltunk, és a kezdetektől cserélődött is egy – két tag. Az eredeti felállást inkább a cserkészlet szülte, mert vagy cserkész anyukák, vagy felnőtt cserkész nők alkották. Ahogy telt az idő ez természetes úton változott, formálódott. Soha nem hirdettük magunkat, nem toboroztunk tagokat, csak ahogyan összejártunk, és esetleg tudomásunk volt róla, hogy van valaki a közelünkbe, akinek jót tenne a mi közösségünk, akkor azt a személyt meghívtuk egy alkalmunkra, és ha jó benyomást tettünk rá, akkor ő is szívesen csatlakozott a továbbiakban hozzánk. Színes egyéniségek alkotják a közösséget, még a szakmáink is különbözők, de a pedagógusainkból vannak a legtöbben.



## Közösségem története

Emlékszem még 2015-ben volt a városban az első karácsonyváró káposztafőző verseny, ahová a cserkészek is jelentkeztek. Egész nap kint voltunk a téren és készítettük a káposztalevest, amit aztán az késő délutáni órákban a város lakói közt kiosztottunk. Erre a versenyre nagyon sok közösség, cég és társulás jelentkezett, ekkor ismerkedtem meg én is a közösségünk egyik tagjával, aki akkoriban költözött haza Csehországból. Kereste a kapcsolódást az új és a régi kapcsolatokban is, amikor is az egyik cserkészanyukánk bemutatta nekünk őt. Ők ketten osztálytársak voltak alapiskolában, próbálták újra melegíteni a kapcsolatukat, így hoztuk össze az első közös alkalmunkat, hogy megismerjük egymást. Először csak hárman, négyen jöttünk össze, de gyorsan híre ment a kapcsolódásunknak, és az első úgymond hivatalos alkalmunkkor már hatan voltunk. Próbáltunk mindig valami témát adni az összejöveteleinknek, így az első alkalmunk a szépítkezés volt. Az új tagunk aki Csehországból jött haza, hozott nekünk egy ütős arcradírt receptet, amit közösen próbáltunk ki, ezt muszáj leírnom, méz és kávé egyvelege, amit ő becsületesen felkent mindnyájunk arcára. Meg is örökítettük az első ilyen alkalmunkat, és ebből az első közös élményből született meg az Enyves elnevezés is, mert ragadtunk mindnyájan. A továbbiakban is minden alkalomra készültünk valamivel, legtöbbször sütöttünk, vagy főztünk valamit, amit aztán együtt elfogyasztottunk, de voltunk közös túrán és agyagoztunk is. Mindig másnál jöttünk össze, de sose volt előre meghatározva a találkozás dátuma, csak amikor már éreztük, hogy egyikünknek szüksége van a kapcsolódásra akkor összehoztuk. Szerveztünk így lánybúcsúkat, születésnapokat, együtt voltunk egymás sikereiben, és kudarcaiban is. Ezek alatt az évek alatt, ketten férjhez mentünk és gyerekeink lettek, így aztán ezek a találkozások egyre ritkábbá váltak, természetesen a babák körül forgott a világ.

Volt hogy gyerekestül mentünk egy – egy ilyen találkozásra, de az már másmilyen volt, nehéz figyelni úgy egymásra ha közben a gyerek félbeszakít, aztán még ritkábbá váltak ezek a találkozók, és sok esetben inkább estére beszéltünk meg találkozót, hogy gyerek nélkül tudjunk menni ki borozni, beszélgetni. Most ott vagyunk, hogy a gyerekeink már nem annyira fognak vissza, beiktattuk a rendszeres havi egy találkozást. Szerettük volna a témát is előre meghatározni, hogy ne csak pletykálni jöjjünk össze, de ez még döcögösen megy.

### Sikerek

Még sosem tűztünk ki magunk elé egy közös célt amit el kellett volna érjünk. De amit én kitudok emelni, amit én nekem adott ez a pár év, az a biztonságos baráti környezet.

### Kihívások

Mivel baráti társaság a mi közösségünk, így ebben a közösségben is vannak súrlódások a tagok között. Nem kell hogy mindig mindenki mindenben egyet értsen, és az jó ha hangot is adunk neki, mert így is egyeztünk meg, hogy ebben a kapcsolódásban mindenki adja magát, és ne álarcoskodjon. Viszont nehéz aztán oldani ezeket a feszültségeket, ha a nyolc emberből kettő közt ez létrejön. Így van ez köztem és az egyik tagunk közt. Nem a közösségből jött a problémánk, hanem a személyes kapcsolatunkból. Oldottuk is egy beszélgetéssel, de én úgy érzem hogy nem hozott sikert. Személy szerint bennem nincs ellentmondás, de érzem

hogy a másik fél nem békélt meg velem, és én sem tudom igazából hogyan kezeljem, hogy ne romoljon tovább a kapcsolat.

### Megoldás

Nincs még megoldva a problémánk, ez jelenleg is zajlik. Igazából tudom mi hozhatna enyhülést, de a félelmem erősebb, hogy bántani fogom. Az igazság elviselése is egy önismereti szint, és ha nem beszélhetek őszintén mert a másiknak az fáj, akkor inkább nem beszélek, kockáztatva azt, hogy én fogok lemorzsolódni a közösségből. Mi ugyanúgy összejövünk, de az a bizalmi kapcsolat amit éreztem, ami nekem óriási biztonságot adott a családon kívül, most megszűnt.

Jelenleg nem is érzem ezért olyan nagyon ezt a szoros köteléket a közösséghez. Magamban próbálom ezt elrendezni, a helyére tenni, megérteni és minden alkalommal amikor újra találkozunk valami új értelmet adni neki.

### A képzési folyamat

Amilyen önismerettel indultam, és ahol most tartok, mondhatom hogy maratont futottam. Egyrészt a képzés segítségével sokkal gyorsabban haladok az önmagam megismerése felé, és ez teljesen megváltoztatta a kommunikációm, gyorsabb a rálátásom egyes problematikára és megoldásra is. Nekem ez volt az elsődleges célom, hogy megtanuljak helyesen kommunikálni, és már látom hogy jó úton haladok. Minden téren fejlődést értem el, a magánéletemben, a férjemmel sokkal

meghitebb lett a kapcsolatunk, pedig már 17 éve együtt vagyunk, gyerekeimmel sokkal tisztább a kommunikáció ami nekik is sok hasznot hozna, mivel utánoznak, és könnyebben megértik és kifejezik az érzelmeiket, és az induló karrieremben is. Bátorabb lettem, felismerem a gyengeségeimet, amik már nem rémítenek meg, hanem kihívásként tekintek rájuk, szeretettel oldom. Ez az önismereti folyamat ugyanúgy segíti a közösséget is a fejlődésben.

### Fejlesztési célok

Nagyon szeretném, ha a közösség tagjai is felismernék, hogy az önismeret mennyire fontos, és részt vennék egy közösségre irányuló önismereti csoportban, hogy mindenkinek lehetősége nyíljon a fejlődésre.



## 29. ÜGYBŐL KÖZÖSSÉG

Kisfiam megszületése után, amit tudtam megadtam mindent, amiről azt gondoltam, hogy érzelmileg tudom őt biztonságos kötődésben nevelni. Viszont mikor arra gondoltam, hogy majd eljön az idő hamarosan mikor ki kell adnom a kezemből Merlint, akkor félelem fogott el, hogy nem szeretnem a mai nap működő rendszerébe átadni, mert nem vagyok elégedett vele.

A szép szülésélményem adta lendületből, elhatároztam, hogy szeretném megcsinálni a dúla képzést amit Vajdaságban szerveztünk meg. A képzés első napján késett az előadó a határ miatt, és elkezdtünk beszélgetni a résztvevők. Elmeséltem nekik, hogy hallottam a Waldorf pedagógiáról, ami figyelembe veszi a gyermek, testét, lelkét szellemét is a nevelés során és, hogy szeretnék Waldorf óvodát, iskolát létrehozni. Két másik résztvevő akik pedagógusok voltak fellendültek az ötlettől, mert nagyon kiégték az állami rendszertől, és tetszett nekik amit a Waldorf máshogy lát. A képzés után felvettük a kapcsolatot egymással, és segítséget kértünk a közösségi médiában egy waldorfos csoportban, ahol rátaláltunk Emich Szabolcsra, aki antropozófus, biográfus, szervezetfejlesztő, ez mellett sok Waldorf iskola létrehozásában mentoráló vajdaságból származó ember volt, aki most Budapesten élt. Mi ugye jöttünk a vágyainkkal, hogy akkor hogy találjunk, szülőket meg helyet hogy megnyithassuk az iskolát... Szabolcs erre elmosolyodott, és elkezdett mesélni arról, hogy ez milyen folyamatokkal szokott együtt járni. Mesélte, hogy itt nem az az első lépés hogy helyszínt keresünk, hanem hogy létre kell jöjjön egy erős közösség aki majd fenntartója is lehet ennek az iskolának, és az nem egy két hónap lesz, hogy ez lassan létrejöjjön.

Megbeszéltük, hogy csinálunk egy nyílt napot ahova hoz Waldorf pedagógusokat hogy megismerjék a pedagógiát az itt élők is.

A tagok között van pár ember 10-15 kb akik között egy mély bizalom alakult ki. Van akikkel nem csak a Waldorf miatt kapcsolódunk, hanem vagyunk páran dúlák is, akik többször is találkozunk, ezért velük erősebb a kapcsolat. Illetve a Waldorf 3 as mag akik elkezdtük az egy nagyon erős bizalomra épült baráti kapcsolat már. Van akikkel nem olyan mély a kapcsolat de általában szerintem egész jól megismertük egymást, mert több mindent is együtt csinál a közösség. Sokat dobott amikor elkezdtük a közösségi pénz helyettesítőt mert még jobban megtudtuk ki mihez ért, és több személyes kapcsolat alakult ki a közösségi találkozón kívül is.

A közösségben 30 család és kb. 10 felnőtt van. A közösség 3 intézményt működtet ezért most már a nagyobb közösségben 3 kisebb közösség is kialakult, és ritkábban jövünk össze mindannyian, amin szeretnénk változtatni. 3 éve vagyunk együtt.

Az első nyílt napnak, 30 család eljött az egész napos alkalomra, ahol nem csak előadásokat tartottak, hanem megmutatták gyakorlatban miben más a Waldorf pedagógia, szülők újra gyerekek lehettünk és nagyon élveztük. Ez az alkalom után bővült az aktívabb családok száma és most már volt e mail cím listánk a hasonló érdeklődésű családokról. Nem állunk meg szerveztük a következő nyílt napokat... Közben Szabolcs azt tanácsolta, hogy kezdjünk el, heti rendszerességgel Rudolf Steiner könyveket olvasni szellemi műhelynek nevezve, mert ami szellemileg nem állunk készen az iskolára addig nem fog tudni létrejönni fizikai térben előbb a szellemi térben kell megszületnie. Ez egy nagyon fontos része volt a közösségünk mag tagjainak, akik minden héten a szerda estéket ezzel töltöttük miután elaltattuk a gyermekeinket. Nem csak Steinerről tudtunk meg többet hanem

egymásról is, hiszen elmeséltünk minden alkalommal, hogy milyen érzéseket hozott fel bennünk, illetve milyen gondolataink vannak az írással kapcsolatban. Ezek az esték közösséget alkottak belőlünk.

A nyílt napok egyre több szervezést igényeltek, ezért elkezdtek ilyen körök létrejönni a közösségen belül, amiben Szabolcs adott tanácsot hogyan tud jól működni egy közösség. Mindenki vállalt valami felett felelősséget és akkor ha az ő ügye volt pl. a helyszín keresése a nyílt napnak, akkor miután elmondta milyen lehetőségeket talált bízunk az ő véleményében. Úgy vettük észre hogy ez a fajta hozzáállás nagyon új dolog volt mindenkinek, hogy volt minden résznek egy kis felelőse és ezért megbízunk benne annyira, hogy ő is dönthessen abban a kérdésben, persze aztán minden nyílt nap után csináltunk közös kiértékelést ami visszajelzést adott, máskor mit csináljunk másképp. Az egyik fontos dolog még az volt, hogy a szellemi műhely mellett heti rendszerességgel tartottunk online megbeszélést az aktuális kérdésekkel kapcsolatban a Waldorf szervező köre, ami néha változott, időszakonként volt, aki nem tudott egy ideig időt fektetni ebbe aztán egy idő után újra csatlakozott, de volt ennek egy mag része az pedig az a 3 ember volt aki a dúla képzésen lelkesen megindultak (Kinga, Szandi, én). Kinga és Szandi beiratkoztak a 3 éves Waldorf osztálytanító levelező képzésre Budapestre.

Havi szinten tartottunk személyes találkozót, ahol jobban megismerjük egymást, különböző csapatépítő játékokat végeztünk azon kívül, hogy megbeszéltük a fontos kérdéseket az ügyünk haladásával kapcsolatban.

1 év szervezkedés után létrejött az első Waldorf szellemiségű óvoda Vajdaságban amit Szinti indított be 6 gyermekkel, köztük a saját gyermekével is. Szandi motiváltsága annyira erős volt, hogy egy elég alap fizetéssel megelégedett, és maga vitte a vállán az óvodát néha volt segítsége. Milyen jó hogy ilyen kitartó volt Szandi, mert követlkező évre haza csalogattuk Henriettát aki Budapesten fejezte

be a Waldorf óvónői képzést és mivel meghallotta, hogy mi létrehoztunk egyet itthon, hazaköltözött. Szandi következő évben Henrietta segítője volt sokkal kisebb felelősséggel a vállán, ezért elkezdtehett fókuszálni az iskola nyitásra. Iskolai családi napokat tartottunk, ahol elkezdtük hirdetni, hogy szeretnénk a következő szeptemberétől iskolát nyitni. Pedagógusokat hívtunk, és szerveztünk egész napos rendezvényeket. Jól sikerültek, és egyre több érdeklődő szülő lett.

Nagy kérdés volt mindig számunkra, hogy hol is legyen a Waldorf iskolánk, mert a közösség egyik része Szabadkán, másik Kanizsán vagy Zentán lakik. Ezek a települések 30-40 percre vannak egymástól. Nehézséget jelentett, hogy kezdenek gyarapodni a gyermekek, de helyszínel bajban vagyunk. Szandi egyszer csak azt mondta, hogy az első évben nem tud vállalni utazást mindennap, mert sokszor kell neki iskolán kívül us bemenni, hogy előkészítsen dolgokat másnapra, ezért a falujában Martonoson szeretné nyitni ideiglenesen az iskolát és aztán változhat a helyszín idővel. Bele mentünk közösségileg, és a szülők is akik elsőbe írátták gyermekeiket. Ez azt igényli, hogy a Szabadkáról utazó gyermekek mindennap 30-40 percet utaznak oda és vissza amit ideiglenesen egy pedagógus utaztat, aki amúgyis járná ezt az utat. Ez a téma még mindig nincs megoldva, mert szeretnénk végleges helyet találni, ami a miénk lehet és nem bérlőtől bérelni. Szóval 3 év aktív munkával, de létrejött Szerbia első Waldorf iskolája, ami nem a minisztérium által van elfogadva, hanem másik jogi utat használva járnak a gyermekek ide, de azon is rajta vagyunk csak az hosszú folyamat.

Én Szabadkán élek, és az óvoda, amit Szandi és Henrietta vezettek Kanizsán volt, ezért szerettem volna hogy, itt is legyen nálunk, ez is 3 évbe tartott mire sikerült pedagógust, szülőket, helyszínt találnunk. Sokszor akartam feladni, mert nagyon nehezen tudtuk a szülőket megszólítani, de végül sikerült az utolsó pillanatban annyi szülőt találni, akikkel pont el tudtuk kezdeni az óvodát. Így indult 3 intézmény el 2024 szeptemberében Vajdaságban. Mind három intézményben van 3 szülői és



pedagógus közösség, amit havi szülői estekkel, közös ünnepekkel, közös probléma megoldásokkal, közös felelősséggel tartunk fent. A gyermekek nagyon szeretnek járni ezekre a helyekre, ami nagy ösztönzést ad hogy folytassuk, persze a legnagyobb motiváció a saját gyermekeink jövője, és most már nem is tudom máshogy elképzelni az életem mint ilyen erős közösségi létben.

Létrejött 3 intézményünk 3 év alatt, ahova most 28 gyermek jár. Van egy olyan erős közösségünk, ami a Waldorf intézményen kívül is létrehozott dolgokat ilyen pl. A suska vagyis helyi pénz bevezetése a közösségbe. Ilyen a másik dolog a kaláka újra ébresztése Vajdaságban ahova járunk egymáshoz segíteni, ennek az is hozadéka, hogy nem csak azok az emberek vannak a kaláka csoportba akik Waldorfban érdeklődők, hanem emberek akik hisznek még a közösség erejében. Arra is büszke vagyok, hogy elértük azt, hogy sokkal sokkal több ember tudja már mi a Waldorf pedagógia, és tudnak az összefogásról, amit mindig megdicsérnek és motiválnak hogy csak csináljuk. Arra is, hogy mindezt úgy csináltuk meg, hogy nem kértük egyik politikai párt segítségét, teljesen megmaradtunk függetlenek. Olyan szülői közösséget hoztunk létre, ami nagyon mély barátságokat hoztak létre és mindenben számíthatunk egymásra.

## Kihívások

Egy gyerek nélküli találkozón történt az első konfliktusunk, amikor az egyik szülő úgy érezte nem tud a szervezői csapatba bekerülni, mintha nem adnánk elég segítséget ehhez, és azt is elmesélte hogy egyik alkalmon, mikor online beszélgettünk, akkor neki fájó volt egy mondat mit az egyik anyuka mondott arról, hogy ez a szülő nevezzük, most Zoltán milyen kritikus mindennel

kapcsolatban csak ezt humor formájában mondta. Ezt Zoli nem tudta ott kikommunikálni, hanem hónapokig magában tartva érezte magát rosszul ez miatt. Mivel hárman a közösségből tanultunk már, akkor a közösségek dinamikájáról, facilitálásáról, mondtuk, hogy rendben van az ha van konfliktus és fontos róla beszélnünk, beszélgettünk is róla, bocsánatot is kért az illető anyuka. Viszont hosszú távon Zoli nem maradt a közösségben, de szerintem nem ez az eset miatt, hanem végül számára nem lett olyan fontos a Waldorf pedagógia, és nem kereste a társaságunkat egy idő után.

Az egy konfliktus még a közösségben, hogy nincs még eldöntve hol lesz végleges helyszíne az iskolának mert 3-4 helyről vagyunk tagok, ez még egy nagy feladat, amiről már tanácskoztunk párszor direkt erre összehozott alkalmakon, de valószínű azért nem jutottunk tovább, mert nem volt mindegyik helyszínről ott tag, ezért nem tudtunk reálisan dönteni. Erre még a jövőben kell szerveznünk mihamarabb találkozót, mert már égető kérdés ez.

El kellett fogadnunk, hogy ha valaki nem szeretne a közösséghez tartozni akkor azt el tudjuk fogadni. Sokat jelentett hogy tanultunk a közösségek dinamikájáról, és tudtuk, hogy a konfliktus nem rossz jel egy közösségben hanem inkább jó, hogy ha fel tudjuk vállalni.

A képzési folyamat segített

Rengeteget. Az hogy megtanultam, hogy kell facilitátor, hogy hogyan tud kialakulni a természetes vezetés, az mind nagy köveket vett le a vállamról, hogy értsem azt ami velünk történik, önbizalmat adott. Az hogy magamon dolgozok, az pedig megint rengeteget jelent mert, ahogy vagyok azt viszem be a közösségbe, ezért már nem csak miattam, hanem a közösség miatt is szeretnék minél többet magamon dolgozni.

Segített megérteni a alfa béta gamma szerepeket és ez megértetett velem sok szituációt a csoport dinamikával kapcsolatban, és már mosolyogva tudom nézni ha valaki épp ebben vagy abban a szerepében van, mert mindennek helye van. Facilitátorként hogy sok tapasztalatot szereztem a képzés alatt az magabiztosságot adott, és hogy kaptam visszajelzéseket az segített a hiányosságaimon változtatni, rálátni.

Az iskola helyszínének meghatározása igen nagy falatnak tűnik, hiszen egymáshoz nem lakunk közel. Ennek a megoldására van sok ötlet a közelebb költözéstől kezdve a kisbusz megoldáson keresztül. Ezt a témát most erősen meg kell rágnunk, mert lehet jövőre lenne lehetőségünk pályázni is helyszínre, de amíg nincs bennünk szellemileg megérve a téma addig nem hiszem, hogy meg tud születni a hely.

## *30. HOGYAN LEHET FELISMERNI EGY VALÓDI KÖZÖSSÉGET*

Nehéz lenne kiemelni egyetlen egy közösséget is ezen a kerek világon amihez olyan komolyan kötődnek, hogy ez a kötődés már szinte elhomályosítja a többit. Nehéz feladat a 21. század valósággal, és virtuális valóságokkal tűzdelt tájképében megtalálni a megoldást arra, hogy mire van szüksége a mostani embernek. Ez az esszé is azt a célt szolgálja, hogy áttekintést nyújtson számomra, és az olvasók számára abban, hogy hogyan is lehet felismerni egy valódi közösséget. Bár úgy gondolom, hogy maga a valódi közösség koncepció túlságosan idealista ahhoz, hogy teljes mértékben megvalósuljon, de idővel a rendelkezésünkre álló tapasztalatok, kutatások, és megélések folyamatosan közelebb juttatnak minket az elérhetetlen célhoz, a valódi közösséghez.

Az emberiség hosszú történetén keresztül folyamatosan a közösségeire volt utalva, az egyének egyfajta viselkedési kultúrát kellett elsajátítani, ez által alkalmazkodni a közösség szabályaihoz. Ha az illető nem tudta, vagy nem akarta követni ezeket a szabályokat akkor kiteszítették. Ezekből a kötöttségekből, és szégyenből próbált meg az ember az individualizmusba menekülni, ami viszont úgy látszik, hogy nem adott elég értelmet az életnek. A legnagyobb kérdés viszont az: Lehet-e úgy közösségben élni hogy megtartsuk a kapcsolatot saját magunkkal, úgy hogy közben egy jól működő valódi közösség részei vagyunk?

Saját szavaimmal úgy tudnám megfogalmazni, hogy a valódi közösség egy élő, lélegző szervezet, amelyet a kölcsönös tisztelet, a bizalom és a megértés határoz meg. Tagjai nem csak egymás mellett élnek, hanem egymásért is élnek, és a közös célok, értékek és tapasztalatok kötik őket össze. Ez a kapcsolat nem csak a jó időszakokban, hanem a nehéz időkben is megmutatkozik, amikor a tagok egymásra támaszkodnak és támogatják egymást.

A valódi közösségekben az emberek szabadon lehetnek önmaguk, nem kell szerepet játszani vagy megfelelniük egy előre meghatározott képnek. A tagok elfogadják egymás hibáit és gyengeségeit, és együtt dolgoznak a közös jólét érdekében. Ez a fajta elfogadás és támogatás biztonságot és stabilitást nyújt, ami lehetővé teszi az egyéneknek, hogy kibontakozzanak és a lehető legjobbat hozzák ki magukból.

A valódi közösségek nemcsak az egyének életére vannak pozitív hatással, hanem a társadalom egészére is. Erősítik a társadalmi összetartozást, elősegítik a tolerancia és a befogadás kultúráját, és biztosítják a közös jólét fenntartásához szükséges alapvető értékeket.

A virtuális világban könnyű elfeledkezni a valódi közösségek fontosságáról. De fontos, hogy ne felejtsük el, hogy a valódi kapcsolatok, a személyes találkozások és a közös élmények nem helyettesíthetők semmivel. Keressük a valódi közösségeket, építsük és támogassuk őket, mert ezek a kapcsolatok adják az életünknek a valódi értelmét és jelentőségét.

Úgy gondolom, hogy az által hogy az ember eltávolodott a természettől eltávolodott a természetes életformájától is, bár lehet hogy ez is csak egy egy illúzió. Nem lehetünk benne biztosak hogy az érzékszerveink által érzékelt világ valódi, és hogy mindenki ugyan azt képes belőle érzékelni amit a többiek.

Egyrészt soha nem voltunk ennyire összekapcsolva a világgal, a technológia lehetővé teszi, hogy bármikor, bárkivel kapcsolatba lépjünk. Másrészt soha nem voltunk ennyire magányosak, a személyes kapcsolatok gyakran felületesek, a virtuális világban keresünk menedéket a valóságos világ küzdelmei elől.

A közösség fogalma, amelyet a múltban a biztonság, a támogatás és a közös identitás forrásának tekintettek, ma már egyre inkább homályos. Az individualizmus térhódítása, a globalizáció és a gyorsan változó világ hatásai mind hozzájárulnak ahhoz, hogy az emberek egyre inkább magukra hagyatkoznak. A hagyományos közösségek, mint az egyházi közösség, a faluközösség vagy a munkahelyi közösség, elveszítik vonzerejüket, az emberek egyre inkább virtuális közösségekben keresnek menedéket.

A woke irányzatok és a társadalmi igazságosság iránti növekvő figyelem kétségtelenül színesítette az emberek hozzáállását, de ugyanakkor polarizációt is szült. Az emberek egyre inkább csoportba rendeződnek a vélemények és az identitás alapján, ami nehezíti a különböző nézőpontok közötti párbeszédet és a közös megoldások megtalálását.

A közös cél és a megosztott értékek nélkülözhetetlenek a közösség működéséhez. A bizalom, a tisztelet és az empátia nélkülözhetetlen elemei a kölcsönös elfogadásnak. A hibák elfogadása és a megbocsátás képessége kulcsfontosságú a közösség fejlődéséhez.

# 31. ALAPVETŐ SZÜKSÉGLETEM A KÖZÖSSÉG

Több közösségnek vagyok egyidejűleg a tagja. Amikor ezen a kérdésen gondolkoztam, hogy miért is fontos nekem a közösség, egyszer csak azon kaptam magamat, hogy a testvérem ballagásán ülök a korábbi iskolámban, ahol jelenleg is öregdiák közösségi tagként vagyok alkalmanként jelen s ahol ennek a fontosságáról beszél az igazgató a ballagókat köszöntő beszédében. A beszédből semmire nem emlékszem, csak arra, hogy folyik a könnyem és azt érzem, hogy ez nekem alapvető szükségletem. Hogy én bármilyen ügy mellé állok, bármilyen ügyet magam mellé rendelek az nem működik nekem, abban nem tudok működni, ha nincs mellette egy megtartó, összefogó közösség. Akkor jöttem rá, hogy ez nekem mindent is jelent. Amiről itt most írni fogok, az egy olyan közösség aminek a tagja vagyok. A közösség vezetője Palya Bea énekesnő, a tagok pedig azon ügy mentén szerveződtek, hogy önazonosabbá váljanak a hangjukba fektetett munkájuk által. Ez egy egy éves mély önismereti utazás, melynek a neve ÉSZA az az Énekeld magad szabaddá. Mesteremmel, Palya Beával és társaimmal csodálatos utat járunk be – itt a saját bőrömön tudtam megtapasztalni a zene jellemformáló, felszabadító, közösségépítő erejét. A programban a zenével, mint az önismeret egyik királynőjével dolgozunk. Zseniális és szinte hihetetlen, zsigeri módon lehet ezzel a technikával a saját belső magunkhoz közelebb kerülni. Persze ehhez kell a közösség megtartó ereje, egy mester, aki páratlanul tudja tartani a teret, de zene és ének nélkül ez az egész nem működhetne.

A program egy része online zajlik, az online részeket két részre lehet osztani. Vannak az előre felvett bölcsesség videók, illetve minden hétfőn azonos időpontban van egy videó hívásos óra. Ennek az órának vannak algoritmikus részei, amik erősítik a közösséget, a biztonságérzetet és egy fajta rutint, ismerősség érzést biztosítanak. Ezenkívül mind a 4 nagy részhez tartozik egy-egy

offline alkalom is, ilyenkor egy hosszabb offline workshop keretében van lehetőség személyesen is találkozni, együtt rezegni. A képzést nagyjából 40-en végeztük el az első évfolyamban amibe én is jártam. Fantasztikus dolog, hogy Bea arra is gondot fordít, hogy legyen lehetőség a képzés végeztével is a “tűz körül” maradni, vannak mester képzés alkalmak, havi 1 x, amik inkább közös öröm ünnepek, vannak közös találkozók, sok-sok lehetőség ami a közös törzshöz való tartozást erősíti, azonkívül is, hogy van élő online kommunikáció.

A képzés, amelyen most itt részt vettem sokat segített, hogy el tudjak csendesedni és legyen lehetőségem a saját utamat, a közösségeimmel való munkát átgondolni, átkeretezni. Lehetőséget adott, hogy megtapasztaljam azt testi érzetek szintjén, hogy milyen az amikor biztonságban vagyok, hogy milyen az amikor bíznak bennem, számítanak rám... Hogy hálás tudjak lenni azért amim van, ami megadatott nekem és nagyon sok új perspektívát kaptam ahhoz, hogy a közösségem vezetésével kapcsolatosan gondolkozzam.

