



ARANY AGANCS

POLGÁRI HAVILAP

BERECZ ANDRÁS BUDAÖRSÖN

FÉLBEVÁGOTT PIPAFÜST

Fergeteges hangulatú, teltházás előadások, fellépések nagyjából kétnaponta Egertől, Debrecenig. Címzavakban így néz ki Berecz András előadóművész idei tavaszi hadjárata. Május 16-án mi budaörsiek is ízelítőt kaphatunk a népszerű ének- és mesemondó egyedi stílusú előadásából, hiszen e napon a Jókai Mór Művelődési Házban vendégeskedik „Félbevágott pipafüst” című előadásával. Berecz Andrással ebből az alkalomból beszélgettünk.

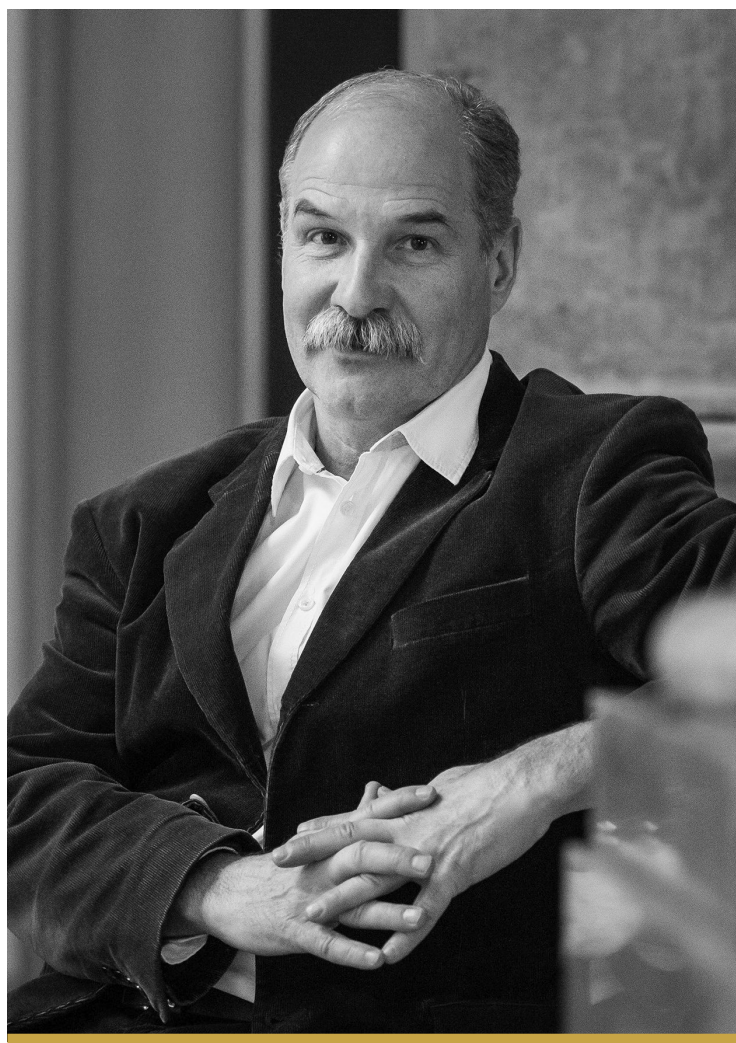
Adódik a kérdés, hogyan lehet ezt a tempót energiával bírni?

Egész egyszerűen imádom csinálni, ha nem lenne, nagyon hiányozna. Végtelenül szeretem az embereket, a velük való találkozások mindig is feltöltenek. Ugyanakkor nagyon szeretem a természetet is, szeretek kicsit elvonulni, kirándulni. Ezek is sokat segítenek.

Azt gondolom az Ön művészete remek példa arra, hogy az igényes, magas színvonalú szórakoztatás is képes tömegeket megmozgatni, nemcsak a bulvárvilág időről-időre megrá-gott, majd kiköpött celebjei. Ezzel pedig megdönti bizonyos műsorkészítők érveit is, akik sokszor az alacsony nézői elvárásokkal magyarázzák a saját igénytelenségüket. Ön hogyan látja ezt?

Azt gondolom, nem az én dolgom megítélni mások munkáját. Én csak azt tudom, hogy amit én hurcolok le-föl magyar nyelvterületen, sőt idegen földön, jó tolmáccsal, az ki van próbálva, tehát túl rossz nem lehet. Amióta az ember a nyelvét bírja és amióta egyáltalán ez a magyar nyelv létezik, azóta a mesék is léteznek. Tehát ez egy olyan kipróbált műfaj, amelynek párja nincs. A sok mese az maga az ember, mindenféle indulatunk, vágyunk és kísérletünk, hogy ennek az egésznek értelmet adjunk, a szomorúaknak a fejét megemeljük, az elbizakodottaknak az orrára koppintsunk. Erre nagyon jó, ráadásul úgy okos, hogy szerény, mert azt se tudjuk, ki a szerző. Buborékfúvásról tehát szó se lehet, mert ugye meg van fertőzve a levegő a végtelenségig. Megcsodálandó viszont, hogy van úgy gondolat, hogy gazdátlan, de érthető. Az okos embernek sokszor az a kísértés fenyegeti, hogy érthetetlen lesz, ráadásul elbízta magát, lesodródik az emberekről és gyönyörködik saját magában. A mese viszont mindezeketől nagyon távol van.

A humort sokan az egyik legnehezebb műfajnak tartják, az ember ugyanazt a viccet nem sütheti el kétszer ugyanazon a helyen, mert rögtön hiteltelenné válik. Ön honnan merít ihletet, forrást az előadásaira?



Bár, jómagam szeretek sokat beszélni, de azért szeretek más embereket is meghallgatni. Hogy ne én beszéljek mindig, hanem hallgassam a jó beszédű embereket, hiszen telis-tele van a világ olyan tréfás emberrel, akiből könnyen szakad a jó szó. Sokszor egy-egy ilyen találkozás, beszélgetés megfrissíti az előadásom. Én úgy gondolom, a munkám nagy része nem írott kultúra, hanem a szóbeliség, igazából ez működteti. Olyan vagyok, mint egy focikapus, aki a 11-es rúgás előtt figyel és koncentrálni, hogy aztán el tudja kapni a kapura lőtt labdát. Én is folyamatosan figyelek és koncentrálok, hogy el tudjam kapni azokat a csodákat, amelyeket másoktól hallok. Azt pedig, hogy mennyire jártam sikerrel ezekkel, azt a közönség reakciói remekül megmutatják.



Berecz András
BUDAÖRS

FÉLBEVÁGOTT "PIPAFÜST"
ELŐADÓI ESTJE

HELYSZÍN:
Budaörs,
Jókai Mór
Művelődési Ház
(Szabadság út 26.)

IDŐPONT:
2023.
május 16.
(kedd) 19:00

JEGYÁR:
Elővételben: 2900 Ft
Az esemény napján: 3400 Ft

JEGYEK VÁSÁROLHATÓAK
ONLINE A [TIXA.HU/BERECZ-BUDAORS2023](https://tixa.hu/berecz-budaors2023)
OLDALON.

FIATALOK A NEMZETÉRT ALAPITVÁNY

BUDAÖRSI JÓKAI MÓR MŰVELŐDÉSI HÁZ

Térjünk rá egy kicsit a mostani előadásorozatára. Félbevágott pipafüst. Ez a cím nekem kicsit olyan befelé fordulást, elmélyültséget sugall. Jól látom ezt?

Ez a gondolat egy vőfély-szövegből származik és elég talányosnak éreztem ahhoz, hogy jó címe legyen egy előadásomnak. De a lényege az, hogy a pipafüst olyan, hiába vágod félbe, az előbbutóbb újra egyé válik. Viszont abból a homályból, amit a füst okozott, egy pillanatra valami feldereng, aztán ismét mesés félhomály lesz. Ez a pipafüst természete, kicsit olyan, mint a mese. Neked kell egy kicsikét széthajtani, hogy „mi van e mögött, mit is akar”? Ezen az estén a vidámság és a képzelet fognak egymással kezdet. A játék és a szárnyaló fantázia. Olyan öregektől szedegtettem, akik valahol ezzel a képességekkel, tudománnyal születtek.

Ha már az ember veleszületett képességeiről beszélünk. Azt tudjuk, hogy Ön is a családjától kapta ezt a képességet, hiszen anyai nagyapja a híres kunhegyesi táncos, tréfa és nótafa, Tanka Gábor volt. Ebből azt hiszem, adódik is a kérdés, négy gyereke közül esetleg van-e olyan, aki majdan továbbviheti ezt a tudományt? Megfogalmazódott-e esetleg valamiféle célként Önben ez?

Az számomra semmiképpen sem cél, hogy a gyerekeim engem kövessenek. Én elmondtam nekik azt, amit tudtam, elénekeltem nekik, amit tudtam. Úgy látom, ők azért viszik tovább, de nem akarom őket befolyásolni, hanem hátradőlök és várom a meglepetést. De mint mondtam, ez nem célo, nem is hajtom, nem is motiválom, de azért úgy látom, jó helyen vannak a dolgok.

Ön szerencsére rendkívül elfoglalt, keresett művészember, aki már szinte mindent elért, amit csak lehetett. De van-e esetleg még olyan, amit szeretne megvalósítani?

Mindig vannak új terveim, álmaim, sokról azonban sajnos már a megszületésük pillanatában látszódik, hogy álom is marad. De azért van számtalan olyan, ami mellett tűzön-vízen kitartok. Mondok egy-egy példát, kezdeném a szomorúval. Belekezdtem állatterelő, meg állatutánzó hangok gyűjtésébe. Olyanokban, amiket a természetet nagyon jól megfigyelő pásztoemberek használnak. Olyan különlegességek vannak benne például, mint például a vágyakozó hörcsög hangja, akit ezzel lehet közelebb csalni, hogy aztán a pásztoember jófajta ételt készítsen belőle magának. Ez egy nagyon izgalmas tudomány, de az igazi megvalósításra, kiadásra már sajnos nagy valószínűséggel nem lesz időm. Ami viszont sikerülhet, az a meséim lefordítása japánra. Jelentkezett nálam egy Kaoru Watanabe nevű csodálatos japán tanárnő, aki a Károli Egyetemen tanít. Ő vállalta, hogy lefordítja őket. A közös munkából pedig úgy tűnik, nemcsak könyv lesz, hanem közönséget szervez, tehát én úgy nagyjából másfél havonta japánoknak mondok magyar mesét. És már az is szerveződik, hogy esetleg Japánba is ellátogatunk néhány előadás erejéig. Ez olyan dolog, ami miatt sok mindent félretettem, hogy ez megvalósuljon. Egyszerre kaland és gyönyörűség. Szóval a számtalan megvalósíthatatlan álom mellett szerencsére sok megvalósult is van. Azt hiszem, nyugodtan kijelenthetem, én azon ritka emberek közé tartozom, akiknek kijutott az, hogy azt csinálhassák, amit szeretnek. Azt szoktam mondani, nem tudok szebbet-jobbát álmodni annál, mint amit elértem.

-fela-



Hazánkban és nemzetközileg is elismert Dr. Gellért Géza fotóművész születésének 100. évfordulója alkalmából, a budaörsi székhelyű Ikarosz Művészeti Alapítvány emlékkiállítását rendez 2023. május 20-tól az Aranytíz Kultúrházban (1051 Budapest, Arany János u. 10.). A kiállítás egy hónapig ingyenesen látogatható minden nap 8:00-19:00 között (hétvégén is).



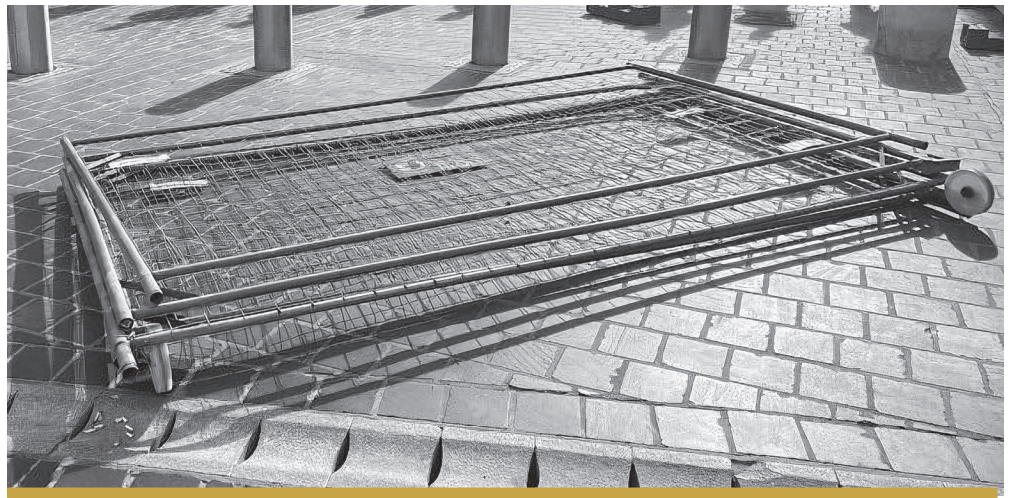
A KORDONBONTÓ MOMENTUMOS GITTEGYLET VÉGSŐ VERGŐDÉSE MÉG A SZEMKILÖVETŐT IS MEGIHLETTE

Pedig mekkora dobpergéssel érkeztek a momentumos ifjak néhány évvel ezelőtt. Ők voltak az új generáció, akik ugyan egyből a magyar olimpiai álom sárba tiprásával kezdték pályafutásukat, akik mindenre csak nemet tudtak mondani, de valljuk be, nem is voltak olyan kevesen, akik esélyt adtak volna a nagy csapatnak és szimpatikusnak találták a Fegyőr-féle brigádot.

Aztán kiderült, hogy azt sem tudják, mennyibe kerül egy liter tej, az atomerőművek paraméterei is komoly problémát jelentettek, és az is egyre szembeötlőbb lett, hogy sok régi kommunista sarja is szerepet kapott a csapatban, szóval egy új SZDSZ-t láttunk szárnyat bontogatni. A tudásról, tehetségről csak beszéltek, a gyakorlatban porig égették magukat, a hangjuk harsány volt, a tetteik szárnyszerűek, ezt pedig a magyar emberek nagyobbik fele gyorsan rögzítette is.

Most pedig eljutottak a mélypontra. Lehet, hogy lesz még lejjebb, de nehéz lesz alulmúlni a legutóbbi kordonbontó széansz hullámot, ahol háromszor is nekirugaszkodtak a semminek, és hiába fájt nagyon, újra és újra fejjel mentek a falnak, miközben fennhangon rikoltották, hogy most aztán jól megadták a fránya Orbán-nak. Nem gondoltuk volna, hogy valamikor igazat fogunk adni Gyurcsánynak, de amikor gyengének, közepszerűnek és tehetségtelennek nevezte a baloldali politikusokat, akkor nem tehetünk mást, egyetértettünk vele. Még akkor is, ha tudjuk, hogy a nemzet szemkilövetője ettől még sosem lesz minimálisan sem vállalható figura, erkölcsileg elfogadhatatlan, hogy egyáltalán még politizálhat, de ha a baloldali becsületet és szabályokat nézzük, akkor érthető, hogy miért mondta hetykén, hogy miért ő vonuljon vissza, menjenek inkább a többiek.

A baloldal szemétdombján jelenleg Feri az úr, ez kétségtelen. Ez pedig elképesztő szegénységi bizonyítvány a komplett dollárbaloldal számára, akik 1, 2 és szerencsés esetben 3 százalékos pártocskákkal a hátuk mögött beszélnek a többségről, a rendszerváltó magyar társadalomról. Az ellenzék, a baloldal teljes nihilbe süllyedt, külföldi pénzekkel, külföldi érdekeket képviselnek, a magát frissnek és generációváltónak nevező Momentum pedig eközben építési területen bohóckodik a Várban, és úgy próbálja felhívni a figyelmet magára, hogy a ködöt szurkálja. A székház bűdösbogara, Hadházy megérezte, hogy itt is földhöz vághatja magát, ezért ő is csatlakozott



a performanszhoz és hozta is a formáját, vergődött, rikoltozott, majd nagy bölcsen elmondta, hogy ez a TÍZ ember kevés lesz még a rendszerváltáshoz, de legközelebb talán többen lesznek, akkor pedig kő kövön nem marad. Biztos így lesz. Ötlettelenség, rosszindulat, a magyar emberek akaratának teljes negligálása, ez a mai baloldal, Gyurcsány pedig joggal dörszöli a tenyerét, hiszen ahelyett, hogy a parlamenten kívül siránkozna a maradék munkásörrel karöltve, vagy az elrabolt szemlőhegyi villából kiköltözve csomagolná a hamburgereket egy gyorsétteremben, még mindig élet és halál ura a baloldalon. A kordonbontó takaréklángelmék és a többi szerencsétlen baloldali politikus tehetségtelensége és ostobasága tett róla, hogy ismét az ősödi böszme oszt-hassa a lapokat, akinek meg sem kell erőltetnie magát, ha meg akarja leckéztetni a többieket. Ezek után csak abba gondoljon bele mindenki, hogy mi lett volna, ha az egymást lehülyéző, szétszalámizó gyötrelmes vert sereg jutott volna hatalomra. Ez lenne az alternatíva? Kordonbontó, üresfejű hülyegyerekek és az országot egyszer már lenullázó, gonosz szemkilövető? Lehetett választani, a magyarok pedig bölcsen meg is tették. Soha többet baloldalt!

Szabó Gergő,
a PestiSrácok főszerkesztő-helyettese

Dobrev Klára volt a Budaörsi Olvasókör vendége a Gróf Bercsényi Zsuzsanna Városi Könyvtárban tartott rendezvényen. A DK politikus a PestiSrácoknak adott interjújában elmondta, nagyra értékeli a Momentum kordonbontását. Úgy fogalmazott, hogy minden olyan akció, amely felhívja a figyelmet erre az antidemokratikus és autokrata rendszerre, az hasznos. Dobrev Klára szerint az országban többen vannak azok, akik elégedetlenek az Orbán-rendszerrel, csak 2022-ben a baloldal minden idők legrosszabbul összerakott és megszerkesztett kampányát tudta felmutatni, ezért szenvedtek súlyos vereséget.

Arany Agancs Polgári Havilap
Felelős kiadó: Aranyagancs Alapítvány
2040 Budaörs, Víg köz 4/D
ISSN 2786-250X

A kuratórium elnöke: Szilágyi András
Főszerkesztő: Fejes Lajos
fejes.lajos@aranyagancs.hu
aranyagancs.hu

Megjelenik minden hónap utolsó hétfőjén



MINISZTERELNÖKSÉG

BETHLEN GÁBOR
Alapítvány



KÉTÉVES AZ ÚJJÁALAKULT BUDAÖRSI FIDELITAS – INTERJÚ KELLER-DEÁK KRISTÓFFAL

A jól ismert, már-már elcsépelet, Winston Churchillnek tulajdonított mondás szerint, ha egy ember 30 éves koráig nem liberális, akkor nincs szíve, ha viszont 30 fölött nem konzervatív, akkor nincs esze. Ám, hogy a közhelyek sorát folytassuk, a kivétel mindig erősíti a szabályt, ilyenbe pedig itt Budaörsön is belefuthatunk. Mégpedig Keller-Deák Kristóf személyében, aki immáron két éve vezeti a nagyobbik kormánypart ifjúsági tagozata, a Fidelitas helyi szervezetét és elmondása szerint, amióta foglalkozik a politikával mindig is a jobboldali, konzervatív értékrend állt hozzá közel.

Az érdeklődésem a konzervatív értékrend iránt mindig is egyértelmű volt, köszönhetően környezetemnek, barátaimnak – meséli Keller-Deák Kristóf, amikor a kezdekről faggatom.

Budaörsi vagy, de ha jól tudom, aktívan nem itt a városban kezdted el politikával foglalkozni.

Igen, ez így van. Engem úgy 2014-15 tájéka kezdtek el érdekelni a hazai és a külföldi politikai élet hírei, eseményei. Ennek is köszönhető, hogy nemzetközi tanulmányok mesterképzésre jelentkeztem. Aztán az egyetemen találkoztam több, velem hasonlóan gondolkodó társammal. Velük kezdtünk el napi szinten foglalkozni, beszélgetni ezekről a kérdésekről. Így kerültem kapcsolatban a Fidelitással és lettem a tagja a soroksári csoportnak, ahol öt éven át tevékenykedtem. Aztán 2021-ben Czuczor Gergely, a Fidesz budaörsi elnöke keresett meg azzal, hogy vállalnám-e a városunkban a Fidelitas csoport vezetését, hogy ezáltal egy aktív, a helyi hasonló értékrendet valló fiatalokat összefogó szervezet jöjjön létre. Így két évvel ezelőtt májusban én lettem a helyi Fidelitas elnöke.

Hogyan értékeled ezt az elmúlt két évet?

Mindenképpen élményekben gazdag és eredményes volt. Elnökké választásomkor, az újjáalakult csoportban mindössze öten voltunk, mára ez a szám megsokszorozódott és most is van néhány érdeklődő fiatal, akik nagy valószínűséggel csatlakozni fognak hozzánk. Igen lelkes, aktív a csapat, példaként említeném, hogy a tavalyi országgyűlési választások kampányában minden tagunk komoly munkát végzett. Ott voltunk számos – akár országos, akár helyi jelentőségű – eseményen, részt vettünk az aláírásgyűjtésekben. Több rendezvényünk van azóta is, ezek rendkívül jó hangulatúak,



ahol hasonlóan gondolkodó fiatalok találkoznak. Ezek pedig igen komoly összetartó erőt tudnak eredményezni. Akiiket tehát érdekelnek a közéleti kérdések és szeretnének többet tenni akár a szűkebb, akár a tágabb környezetéért, vagy csak egy közösségre vágyik, ahol jól szeretné érezni magát hozzá hasonló fiatalok társaságában, annak azt gondolom, megfelelő színtér lehet ez az ifjúsági szervezet.

Szót ejtettünk a közelmúlt eredményeiről, de mivel lennél elégedett a közeljövőben. Mik a célok, tervek itt a helyi Fidelitas csoportban?

A létszám bővítése az egyik kiemelt cél. Már most jó eredményeket tudunk felmutatni és végig tekintve a tagságon a jövő is biztató. Nagyon jó kapcsolatot ápolunk a helyi Fidesz szervezettel, segítünk, ahol tudunk. Voltak már saját rendezvényeink is, például Varga Ádámot (The Fair Right Vlog) hívtuk meg és beszélgettünk vele. Az ilyen típusú események számát szeretnénk még jelentősen emelni, ismert gondolko-



dók, szakemberek meghívásával, hogy aktuális közéleti kérdésekről, mindennapi életet érintő eseményekről beszélgessünk. Emellett további közösségi programokat is szeretnénk, hogy a csoport tagjai minél érezhessék, hogy ebbe a közösségbe tartoznak. Jövőre önkormányzati és EU-s választások lesznek, ahol mi is segíteni fogjuk helyben a jobboldali jelöltjeinket, ahogy azt tettük a korábbi választások során is. A Fidelitas budaörsi csoportja egy olyan csapat, amely nyitott az aktív, segítőkész, jobboldali fiataloknak. Várjuk a jelentezőket a Fidelitasba – mondta a csoport elnöke.

-fela-



NAGYHÉT UTÁN - TAVASZ A BUDAÖRSI SZÉKELYKÖR EGYESÜLETTEL

*Forum Sicolorum
Sötét a város, ráfeküdt az éj,
Más tájakon kalandoz a hold,
S a csillagok behunyták
Arany szemeiket.
Olyan fekete a világ
Mint a kibérlett lelkiismeret.*

Az Apostol - Petőfi elbeszélő költeménye kezdődik ezekkel a sorokkal és én is ezzel a képpel kezdem a történetem. Annyi mindent kéne megírni, „Annyi mindent kéne még elmondanom”. Nagyhétben vagyunk. A keresztyén élet asztala Nagycsütörtökön Jézus elárultatásának és elfogásának napján indult. Emberré az asztal mellett válunk, Isten terített asztalánál lelünk (lelhetünk) igazi önmagunkra. Jézus az értünk adott életét, húsvétját, halálát és feltámadását is belefoglalta ebbe az „utolsó vacsorába”. Közösségeinket ma is az Úr asztala fogja össze és a kenyér, amit megtörünk. Pál apostol így folytatja a gondolatmenetet „mert egy kenyér egy test vagyunk mindnyájan”. A baj az, hogy ez a természetes magától értetődő valami napjainkban ténylegesen nem létezik. Lözüngként néha szerepel ugyan, a valóságban elhatározott tettek nem nagyon történnek ez ügyben. Széthúzást teremteni nem nehéz, békességet teremteni, megőrizni inkább kihívás, küldetés. Éppen ezt az



áldatlan állapotot ismerte fel Budaörsön a Budaörsi Székelykör Egyesület és baráti kézfogásra, eszmecsereire hívja a város véleményformáló egyesületeit: hogy adjuk vissza a szónak erkölcsi tartalmát, nemzeti súlyát és emberi hitelét. Meghívott vendégeinket tisztelettel várjuk az Apostolok asztalához (Kamaraerdőn) május 6-án szombaton, délelőtt 11 órára.

Régóta fontolgatjuk egy székely-magyar testvérnapi szervezést Budaörsön. Választásunk Szent-György napja (04.24) környékére esett (idén 650 éve annak, hogy a Kolozsvári testvérek Márton és György elkészítik Szent György bronz lovas szobrát -1373; -1428-ban ez a szobor a Prágai vár Hradin díszé lesz; a szobor másolata 1904 óta Kolozsvárt is látható). Idei endezyünk kitolódott május 6-ra, mely napon lesz az angol-brit monarchia koronázási ünnepe, amelyre Isten áldását kívánjuk mi is. Engedjenek meg egy bekezdésnyi kitérőt, ha már II. Erzsébetnek a tavaly elhunyt Nagy-Britannia uralkodójának erdélyi református felmenője is volt, egyik ükanyja a XIX. század elején élt erdőszentgyörgyi Rhédey Klaudia grófnő. 1952-ben imát kért közelgő koronázásáért: „Szeretnék megkérni mindenkit, bármilyen vallású legyen is, hogy imádkozzon értem ezen a napon. Imádkozzanak azért, hogy Isten adjon nekem bölcsességet, erőt, ünnepélyes ígéretem teljesítéséhez, hogy életem minden napján hűségesen szolgáljam őt és önöket”.

2000-ben így vallott hitéről „Számomra Krisztus tanításai és Isten előtti elszámoltathatóságom adják az életem keretét”.

Térjünk vissza a mi szolgálatunkra. Testvéri szeretettel hívjuk és várjuk az érdeklődőket május 6-án délelőtt 11 órától a Kamaraerdő Szabadidőparkban (Apostolok asztala) székely ízekre (szilvórium, kalács, pityókakomány) muzsika és jókedv (Üsz-tűrű, Csíki sör) a kicsiknek Legendárium (mese és játék).

Végül, hogy a kezdő képet is árnyaljam gyancsak Az Apostolból idézek:

*„A szőlőszem kicsiny gyümölcs
Egy nyár kell hozzá mégis, hogy megérijék
A föld is egy gyümölcs, egy nagy gyümölcs,
S ha a kis szőlőszemnek egy nyár
Kell, hány nem kell egy nagy gyümölcsnek,
Amíg megérik? ez belékerül
Évezredek vagy tán évmiljomokba,
De bizonyára meg fog érni egykor
És azután az emberek belőle
Világ végéig lakomázni fognak.
A szőlő a napsugaraktól érlik;
Míg édes lett, hány napsugár
Lehelte rája élte melegét,
Hány százezer, hány miljom napsugár?...
A földet is sugárok érlelik, de
Ezek nem nap sugárai, hanem
Az embereknek lelkei.”
Békesség Istentől!*





HISZTAMININTOLERANCIA 2. – MESTER KÁROLY TERMÉSZETGYÓGYÁSZ ROVATA

A hisztaminintolerancia egyre gyakrabban előforduló táplálkozás-élettani probléma.

A hisztamin lebontásának a testben három fontos útvonala van:

- A DAO (diamino-oxidáz) enzim felel a lebontásért, a máj és a bélnyálkahártya sejtei az enterociták is termelnek és raktároznak a DAO enzimet.
- HNMT (hisztamin N-metil-transzferáz) általi lebontás.
- A hasznos bél mikroorganizmusok acetilezéssel semlegesítik a hisztamint.

A DAO enzimet folyamatosan termelik a hasznos bélbaktériumok. Az egészséges embereknél a magas hisztamin tartalmú ételek a bél üregében nagymértékben „megtisztulnak” a hisztamintól. A fennmaradó hisztamin a bél nyálkahártyáján való áthaladáskor az ott lévő DAO enzim tovább tudja bontani a magas (káros) hisztamint. A máj DAO enzime is részt vesz az optimális hisztamin szint szabályozásában.

A DAO érzékeny enzim, amelynek működését különböző anyagok jelentősen gátolni tudják. Az alkohol, különböző gyógyszerek hatóanyagait. A kívülről érkező hisztaminnal szemben az első védelmi vonal a bélben található DAO, továbbá itt bontódik le a bél rossz mikrobiomja által termelt hisztamin is. Ami itt nem bomlik le, a véráramon keresztül a májba érkezik. A májban a DAO enzim mellett a HNMT enzim, a második legfontosabb hisztamin bontó enzim.

Következő létező, de nem eléggé ismert probléma a xenobiotikumok hatása.

A GMO glyphosate rezisztens élelmiszerek hatása:

Hisztamin intolerancia alakulhat ki a GMO-os élelmiszerek és a GMO-s takarmányon előállított állati termékek fogyasztása esetén is.

Számos új tanulmány kimutatja a kapcsolatot a hisztamin intolerancia, a glyphosate tartalmú GMO-os élelmiszerek



között. A glyphosate gátolja a cytochrom p450 enzimrendszer működését. A hisztamin lebontó DAO enzim is ebbe az enzim családba tartozik.

Néhány tanulmány bebizonyította, hogy a glyphosate tartalmú GMO-os szója és kukorica befolyásolja a bélcsatorna mikrobiom állapotát, a bél immunállapotát és az állatok máj- és vese funkcióját. A glyphosate közvetlen DAO enzim blokkoló hatását is kimutatták.

Ha küzd a hisztamin intoleranciával, akkor mindenképpen próbálja elkerülni a géntechnológiával módosított élelmiszereket és a GMO-os takarmánynövényekkel etetett állatok húsát, tejét és tojását.

A szabad aminosavként élelmiszerekbe rakott L-lizin szerepe a hisztamin érzékenységben:

Az élelmiszerekben az Európai Unióban 2006 óta engedélyezett a L-lizin szabad aminosav használata, ennek komoly kockázata van a hisztaminózis kialakulásában. A szabad aminosavak nehezen szívódnak fel, mivel a felszívódásukhoz úgynevezett hordozó (carrier) molekulát igényelnek. A carrier molekulák mennyisége limitált,

ezért a lizin nem szívódik fel tökéletesen. A bél tartalomban maradt lizinből a vastagbélben a decarboxiláz enzimtermelő baktériumok megtermelik a lizin aminosav biogén aminjét a cadaverint, magyarul a hullamérget.

A cadaverin önmagában is mérgező, de kimutatták, hogy fokozza a hisztamin toxicitást. Ez mutatja, hogy a biogén aminok közötti szinergikus hatás is lehet.

Mivel a DAO enzim bontja le a cadaverint is, amelynek a mennyisége adott esetben nagyon nagy is lehet. A cadaverin veszélyes máj toxikus biogén amin, emiatt lekötí a szervezet teljes DAO enzim termelő kapacitását.

Az elmúlt közel két évtizedben az élelmiszeripar egyre nagyobb mennyiségben használja szabad aminosavként a L-lizint. Ez az „új” biogén amin (cadaverin) is gerjeszti hisztamin problémát. A glyphosate bél mikrobiom károsító hatása és a glyphosate DAO enzim termelődés gátlása és L-lizin használat kettős hatása az oka a megmagyarázhatatlan, nagyon durva hisztamin problémáknak.

Mester Károly
agrár-mérnök, természetgyógyász



A MŰVÉSZET A NEMZETÉRT ALAPÍTVÁNY ROVATA – A CSONKA HŐS – RÉSZLETEK EÖTVÖS KÁROLY REGÉNYÉBŐL, 2. RÉSZ

Házi könyvtáramban keresgélve került a kezembe, Eötvös Károly: Magyar alakok című, 1908-ban kiadott könyve. A kötet lapozgatása közben akadtam rá a „Csonka hős” című írására, melyet hosszúsága miatt csak részletekben tudunk közölni. Történelmünkben sok még az ismeretlen hős, akik névtelenül áldozták fiatal életüket hazánk szabadságáért. Őértük is lobogjon mindenkor a nemzeti emlékezés lángja.

A fenti sorok után Petőfi érzése van bennem is:

„Ha nem születtem volna is magyarnak, / E néphez állanék ezennel én (...)”

Siklós Endre

EÖTVÖS KÁROLY (1842-1916) A CSONKA HŐS - RÉSZLETEK -

(Szalay József 1848-ból és 1849-ből legnagyobb hőseink egyike, nagy-kőrösi nemes és birtokos család ivadéka. Született 1826-ban.)

De a vezéri parancs az volt, hogy a szoros meg kell védelmezni az utolsó emberig. S a jó katonának a parancs felett nem szabad okoskodni.

Szalay árkot húzatott a szoroson át s hatalmas kőtorlással is megnehezíté a kertesztül hatolást. A szoros egyik oldalára felvitte legénységét s kövek és fák védelme alatt tüzelt az ellenségre s állotta ki annak iszonyú puska és ágyú tüztét. A szoros másik oldala járhatatlan volt.

Két nap, két éjjel védte az állását. Embereinek nagy része elhullott már s a ki megmaradt: az az éhség, álmatlanság és örökös harcz miatt

halálig ki volt merülve. Néhányan sürgették a visszavonulást.

Szalay azt felelte a sürgetésre:

- Fiaim, utolsó emberig kell e helyet védelmeznünk s még vagyunk hozzá egy néhányan. A ki utolsóinak martad: csak annak szabad visszavonulni.

A halálig kimerült legénység még elnevette magát. Hát hiszen a kapitánynak igaza volt.

A következő éjjel az orosz vadászok és árkászok átlopóztak a szoroson, nyomukban áthatolt egy csomó kozák s har-

madnapra hajnalban a kis csapat honvéd körül volt véve.

Nem adta meg magát, harcolt utolsó emberig. Az utolsó volt maga a vezénylő tiszt, Szalay. Összelőtték, összevágták, száz sebből vérezve eszméletlenül dőlt össze egy szikla tövében.

Bizonyára az volt utolsó gondolata, bár sohase ébredne fel többé.

Kassán a katonai kórházban tért magához. Valami jószívű orosz orvos még életet látott benne és csak úgy kíváncsiságból kísérletet tett vele, ha vajon megmenthetné-e? A kísérlet sikerült, az ifjú honvéd tiszt élete megmaradt, de mindkét kezének s mindkét lábának használatát örökre elvesztette. (...)

...Húsz év múlt el a történet óta. (...)

A csonka hős szíve melegen dobogott az ország ifjú szép fővárosáért. (...) Ellenálhatatlan vágy szállta meg szívét, hogy meglássa Budapestet. Nem akart addig meghalni, míg vágya nem teljesül. (...)

Szép, verőfényes délelőtt volt. Valami nagy ünnep, talán éppen húsvét. A korzó tele volt szép úri néppel, fényes arcú vidám asszonyokkal és szórakozó, csevegő férfiakkal. A legény a kis kocsin a vigadó előtt oda tolt a csonka hőst a fényes nép közé.

Egyetlen percig se volt még ott a csonka hős, midőn oda ugrik a rendőr s ráivall a hősré és legényére.

- Takarodjatok innen, ilyen alakkal



nem szabad itt botránkoztatni az úri közönséget.

A hős meghallotta ezt.

Tehát koldusnak nézik őt s kiutasítják az úri nép közül, hogy csonka testén meg ne botránkozzék senki!

Hiszen koldus, igaz, ott hullott vére Budavár falán, hazájának megszentelt határán. Hogy nem tudott kihullani ott egészen. (...)

- Takarodjatok innen! - rivallt újra rájuk a rendőr.

A legény ellenkezni akart.

A csonka hős szemeiből kicsordult a keserű könny. Odaszólt legényéhez:

- Fogadj szót fiam, vígy engem haza a pusztára, ott az én helyem örökké.

...

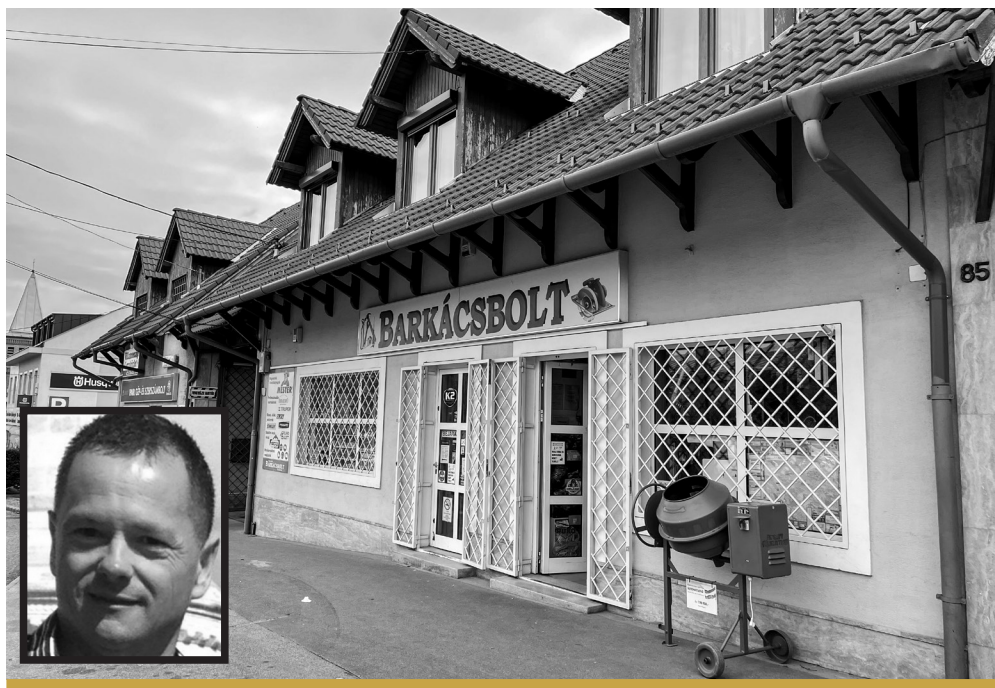
Ezt a történetet beszélte el nekem a csonka hős. S midőn végére jutott, azt kérdezé tőlem:

- Tanácsolja-e még most is öcsém uram, hogy bemenjek Budapestre?

- Soha!



ÜZLETSOR A SZABADSÁG ÚTON



Ilyen se fordult elő még velem. Mármint, hogy úgy léphettem be a Szabadság úton lévő üzletek egyikébe, hogy épp nem valami házkörüli teendő okozta problémára kerestem megoldást. Az elmúlt mintegy 30 évben ugyanis, mint sok más budaörsi, én is hozzászokhattam ahhoz, ha csavar, szeg, kalapács, villanykörte kellett, akkor az ember csak beugrott a „Gyuszikához” és megvette. Mindez pedig a mai napig így van, még akkor is, ha az alapító Horváth Gyula néhány évvel ezelőtt sajnos tragikusan fiatalon, mindössze 47 évesen elhunyt. Most azonban másra kerestem megoldást, mégpedig arra, hogy kicsit többet tudjak meg az egykor „egy szem” üzletből mára bolthálózatá fejlődött cég titkaiból. Ehhez pedig a jelenlegi ügyvezetők, Szép Heléna, az alapító néhai ifj. Horváth Gyula özvegye, valamint az unokaöccs, Pálfi Gergely segítségét kértem.

Az első barkácsboltot még kicsivel a rendszerváltozás után, azaz jó harminc éve nyitotta férjem a szüleivel, mégpedig a dédi házában egyik szobájából. Akkoriban csak családtagok dolgoztak itt, apósom, anyósom és Gyula. Aztán 1993-ban nyitottuk azt a barkácsboltot, ami most a villamossági üzlet, négy évvel később a mostani barkácsboltot, 2000-ben pedig a szerszámboltot, aztán szépen, fokozatosan fejlődünk tovább – kezdi a beszélgetést Szép Heléna.

Jelenleg így hány alkalmazott dolgozik az üzlethálózatban?

Ó! Ez nagyon erős kifejezés! Nekem kollégáim vannak, jelenleg tizenötön, és ez

így van már gyakorlatilag mintegy 15 éve. Büszkén mondhatom, hogy nálunk mondhatni kihalásos alapon lehet munkahelyhez jutni, hiszen, aki egyszer a csapatunk, vagy mondjuk így inkább, a családjunk tagja lesz, az szerencsére nem igazán vágyik el máshová.

Az elmúlt évtizedekben, amióta gyakorlatilag öt perc autókázással elérhetjük bármelyik multicég áruházát itt Budaörsön, a városban rengeteg vállalkozás indult, majd ment tönkre. Az Önök üzlethálózata azonban töretlen sikerrel halad előre. Minek köszönhető ez?

Nagy titkok nincsenek. Azt gondolom, elsősorban annak, hogy mi a tevékenység-

günket a kezdetektől fogva máig a vásárlói akarathoz igyekszünk igazítani. Mindig afelé haladtunk, olyan irányba fejlesztettünk, amit a vevői igény diktált. Ha kerítést kellett árulnunk, akkor kerítésléceket gyártottunk, ha kutyaól kellett, akkor azt. Alapvető célunk ráadásul nemcsak az, hogy pusztán eladjunk valamit azoknak, akik betérnek hozzánk, hanem az is, hogy segítséget nyújtsunk annak, aki rászorul arra, aki esetleg laikus ezekben a kérdésekben. Ezt a fajta családi légkört szerencsére minden munkatársunk a magáénak érzi és a vevőink is értékelik. Azt gondolom, ez a legalapvetőbb különbség köztünk és egy multiáruház között.

Ha már a családi hangulatnál tartunk, Önnél már valahol a születésénél eldőlt, hogy az üzlethálózat munkatársa lesz? –fordulok a cég társügyvezetőjéhez, Pálfi Gergelyhez.

Azért akkor még nem, sőt én a tanulmányaimat is egészen más irányban kezdtem el. Gépészmérnökként végeztem. Az igazsághoz azonban hozzátartozik, hogy már gyermekkoromban is az életem része volt ez az üzlet, hiszen óvodásként már jártam a Papával árubeszerző körutakra. Viccesen mindig azt szoktam mondani, hogy amíg más gyerek matchboxokkal játszott, addig én csavarokkal. De mondom, eleinte teljesen mást csináltam, dolgoztam is végzettségemnek megfelelően gépészmérnökként. Aztán amikor a nagybátyjammal, Gyulával történt a tragédia, akkor ültem le a családdal beszélgetni és akkor döntöttem úgy, hogy szeretném kivenni a részem a cég körüli munkákban és segíteni Helénának annak vezetésében.

A többi testvér, unokatestvér is ilyen aktív?

Gyulának a kisebb lánya is a cégnél dolgozik, de jelenleg fél éves kisfiával van otthon. Nagyfia már egyetemista, és mellette a számla kezelésben segít. Öccsével évek óta a nyári szünetekben tevékenyen részt vesznek a bolt működésében.

Ezzel pedig valóra válhat az alapító álma is, hogy a családiként indult vállalkozást egyszer majd a gyermekei vigyék tovább, megtartva annak eredeti célkitűzéseit és szellemiségét.