

2026. szeptember

Hagyományőrző Kulturális Jó-Hírmondó

Földanya hava



A Budapesti Szkíta
Önkormányzat
kiadványa

Hírszerkesztő:

Rónai Krisztina

Kép- és szövegszerkesztő:

Havasi Antal

✠
K
Λ
†
4
D
4

X
4
M
4

Tartalom

KALENDÁRIUM	4
Szeptember (Remete Farkas László)	4
HAGYOMÁNYŐRZÉS.....	8
Kisboldogasszony ünnepe (Naptanya Szellemi Központ).....	8
Archaikus ima (Harangozó Imre)	9
Az igaz magyar himnuszunk.....	10
Nemzeti szakrális hagyatékunkról (Hógyes Károly)	11
Kós Károly: A művészetről.....	13
TÖRTÉNELEM.....	14
Mohács nem 1526-ban kezdődött (Daróczi Zoltán)	14
Mohácsra emlékezünk (Török Hajnalka)	19
Már a 700-as években Kárpáthonban voltak a magyarok! (Magyar Őstörténet)	20
ISMERETTERJESZTÉS	26
„Az egész napom a szeretet körül forog” – kisfilm (Székelyföld 1000 arca).....	26
A Pálosok titka, a Pálos Rend története – kisfilm (Zoltán: A Fátyol Mögött)	26
Pálosok a Pilisben (oslovma.hu).....	27
Molnár V. József: Táltosság	29
GYERMEKEINK.....	31
Megszokna vagy megszökne? Beszoktatás a böcsődébe (Északi Hang).....	31
Kötelező aludni az óvodában? (Szilágyi Kitty)	32
A norvég gyerekek tanítás után (Norvégiai Mindennapok).....	38
Mit etetünk gyermekeinkkel? – riportműsor (Rajtunk múlik).....	40
Hogyan építi a kézimunka a gyermek belső erejét? (Németh Natália).....	41
EGÉSZSÉGVÉDELEM.....	44
Az öregedés és a vese egészségének kapcsolata (Xin Chun)	44
Fluorikonolon (Dr. Piepel).....	46
Svájc betiltja a mammográfiát (Gary Clarkson)	53
MedBed (Sándor Piroska).....	55
A pszichiáterek által sarokba szorított szülő esete (Állampolgári Bizottság az Emberi Jogokért)	56

PROGRAMOK, ESEMÉNYEK.....	58
SZKITA Egyesület: EEM Találkozó – Pomáz, 2026. augusztus 23.	58
Budapesti Szkíta Önkormányzat találkozója: Lőcse István Szakrális geometria című előadása és a MedBed ismertetése – 2026. szeptember 18.	59
Országos Túlélő Találkozó – Szigethalom, 2026. szeptember 19.	61
Pest Vármegyei Szkíta Önkormányzat: Örömnép – Atilla-domb, 2026. szeptember 20.	62
Nógrád Vármegyei Szkíta Önkormányzat: Kulturális Örökség Napok – Alsópetényi Templomdomb, 2026. szeptember 20.....	63
VII. Nemzetközi Béke- és Egészségkonferencia – Budapest, 2026. szeptember 25-26.	64
Csongrád-Csanád Vármegyei Szkíta Önkormányzat: Dr. Boros G. László előadása – Szeged, 2026. szeptember 26.	66

KALENDÁRIUM



Szeptember (Remete Farkas László)

*„Áldott Kisboldogasszony,
hozd el nekem a tisztaság fényét.
Add szívembe a megbocsátás erejét,
lelkembe az új kezdet reményét.
Vezess gyengéden, szeretettel,
hogy életem minden napja
áldásban és békében nyíljon ki,
mint a tavaszi tulipán.”*

Régi kalendáriumok csíziója szerint, Máté (szept. 21.) napja után kellett a telelő és sokáig eltartható gyümölcsöket leszedni, tiszta és száraz időben. Az e hónap végén ásott és forgatott agyag különösen alkalmas kemencézéshez, falazáshoz, tapasztáshoz, mivel abban már semmi féreg nem lakozik. Különösen alkalmas időszak padlások és kamrák sarazásához.

SZEPTEMBER 1.

Kalendárium szerint: EGYED, SIMEÓN napja.

Régi naptár szerint: Régen ünnep.

Ortodox hitűek szerinti évkezdet.

Polgári naptár szerint: Szeptember hónap kezdete Nap-állás: Nap pontosan Dél-irányban delel.

Jellege: Rituális termésnövelő, javasolt búza- és rozs-vető nap.

Sokadalma: Sok városban ősz-eleji nagyvásár.

E naptól a szüretig, tilos volt szőlőterületre szekérrel behajtani, oda abroncsos edényt bevinni. Úgy tartották, hogy az ekkor hízásra fogott sertés étkes lesz és kövérré kerekedik.

A régi kalendáriumok e napot tartották ideálisnak az őszi búza és rozs elvetéséhez. Viszont, a vetésre szánt magot már előző nap összekészítették; mert az a hit járta, hogy az e nap összekészített vetőmagot a madarak kikaparják, felcsipegetik.

Úgy tartották, hogy ha fénylőn és melegen süt a nap, akkor október első harmadáig (vagy szeptember végéig) a hideg sem köszönt be. Esős napja lucskos őszre utalt, míg derült ideje jó szőlő- és gyümölcstermést hirdetett.

Felvidék nyugati részén úgy gondolták, hogy ha e napon esik az eső, akkor negyven napon át újabb esőzések várhatók, és a tél sem lesz nagyon hideg. Ha még dörög és villámlik is, akkor az utak négy héten át sárosak maradnak. Néhol, a szőlőt érhető rontás elhárítása érdekében, a gazda még pirkadat előtt - mezítelenül - körüljárta a szőlőterületét. Majd, annak négy sarkán két-két vesszőt egymáshoz kötözött (hogy a gonosz szellem és rontás be ne juthasson).

Ekkortól állították ki a szőlő csőszöket is, hogy a kártevő vadakat (főleg az őzeket, szarvasokat, vaddisznókat) és a dézsmáló madarakat (seregélyeket) elriasszák, a tolvajokat megugrasszák.

SZEPTEMBER 8.

Kalendárium szerint: MÁRIA, KORBIÁN napja.

Régi naptár szerint: **KISBOLDOGASSZONY** napja.

Régi ünnepnap.

Jellege: Asszonyi dologtiltó nap.

Sokadalma: Sok városban ősz-eleji nagyvásár.

Népies megnevezés: FECSKEHAJTÓ BOLDOGASSZONY napja.

Kenyeret nem süthettek, nem főzhettek és nem is moshattak. Házimunkát nem végezhettek, de kertben-mezőn dolgozhattak. Dióverés és szedés ideje. Többfelé, e napon kezdték az őszi vetést is, ünneplő ruhába öltözve és szótlanul, előzőleg a gazda által megáldva a vetőmagot. Úgy tartották, hogyha ezt a vetőmagot hajnali harmat éri, akkor a jövő évi gabona sem fog üszkösödni.

Néhol az asszonyok már kora hajnalban kimentek valamilyen magaslatra, hogy a felkelő nap „szerencsehozó” fénye érhesse őket.

Egyes vidéken úgy regélték, hogy a Boldogasszony ekkor bocsátja melegebb vidékekre a vándormadarakat. Ugyanis, sokfelé ekkor gyülekeztek a fecskék, hogy délre költözzenek.

Ekkortól a termések többnyire már nem is növekedtek, csak értek és szikkadtak. Némely vidékeken ekkor ünnepelték a zab-aratást. Miután az aratók a munkát befejezték, és járandóságukat megkapták, a háziasszony étellel, a gazda pedig itallal kínálhatta őket.

SZEPTEMBER 14.

Kalendárium szerint: PLACILLA, MATERNUSZ, KRESZKENT napja.

Jellege: Részben dolgoz nap, részben fél-ünnep.

Sokadalma: Sok városban ősz-eleji nagyvásár.

Népies megnevezés: KERESZT ünnepe, KERESZT FELEMELÉSE

Úgy mondták: ahonnan fúj e napon a szél, onnan jön majd a baj és a drágaság. Felvidéken és Erdély egyes részein ez volt az éves utolsó birkanyírás ideje. Az ekkor dél felé szálló vadludak korai telet jeleznek. Helyvidékeken e naptól már hajnali talaj-

menti fagyok is várhatók. Az éjszakai égboltot a Hattyú csillagkép kereszt formájú alakja uralja, jelezve a madárvonulást. Némely vidéken egyfajta jeles nap volt.

A Juliánusz naptárt használóknál: ortodox évkezdet, többnyire innen számítva az őszi kezdetét. Néhol ekkor ültették először lóra a kisgyermeket, aki ekkor kapra meg első saját lovát. Máshol, az addig szabadban dolgozó mesterek ekkortól már zárt-fedett helyen munkálkodtak. Egyes tájakon, a kisebb fákra gyümölcsöket és szalma-díszeket aggattak, a nagyobb falvakban pedig kézműves és termény-vásárokat tartottak.

SZEPTEMBER 23.

Kalendárium szerint: TEKLA, ADOMNÁN napja.

Régi naptár szerint: **ŐSZ kezdet.**

Nap-állás: Nap keleten kel és nyugaton nyugszik.

Jellege: Dolgos nap.

Az éppen esedékes munkálatok elvégzése. Néhol néhány berkenye (vagy bodza) bogyós fürtöt akasztottak a ház eresze alá (ajtó fölé), hogy szerencsét hozzon az év hátralévő idejében. E napon komolyan készültek a másnapi ünnepre (lekvár-készítés, kenyér- és süteménysütés stb.).

Hagyomány szerint, e napon volt az őszi nap-éj egyenlőség ideje. Ilyenkor került sor némely ősi rítus-maradvány felelevenítésére, úgymint: napnyugta után kivonulás a természetbe, tűzgyújtás és körtánc, közös étkezés és mulatozás, jóslás és varázslás. Egy ősi hagyomány szerint, a Világosság Ura ekkor adja át föld feletti uralmát a Sötétség Urának. Más változat szerint az Ősz úrnője is vesztí erejét, és a Nap Urával együtt sem tudják éltetni a természetet.

SZÜRET, ŐSZI VETÉS IDEJE

Általában szeptember 25. és október 25. közötti időszak. A szőlő leszüretelésének és feldolgozásának, valamint az őszi kenyérgabona és némely ültetvény vetésének legfőbb ideje. Az ekkor végzett kerti munkák és veteményezések már nem túl jelentősek.

KISFARSANG ÜNNEPKÖRE

Szeptember 29-től november 25-ig tartó időszak. Ebbe tagozódtak a szüreti mulatságok, állatbehajtási ünnepek, mesterség-napok és vásárok, az őszi lakodalmak és közösségi vacsorásvígasságok. Magába foglalva a kegyeleti emléknapokat is.

HAGYOMÁNYŐRZÉS

Kisboldogasszony ünnepe (Naptanya Szellemi Központ)

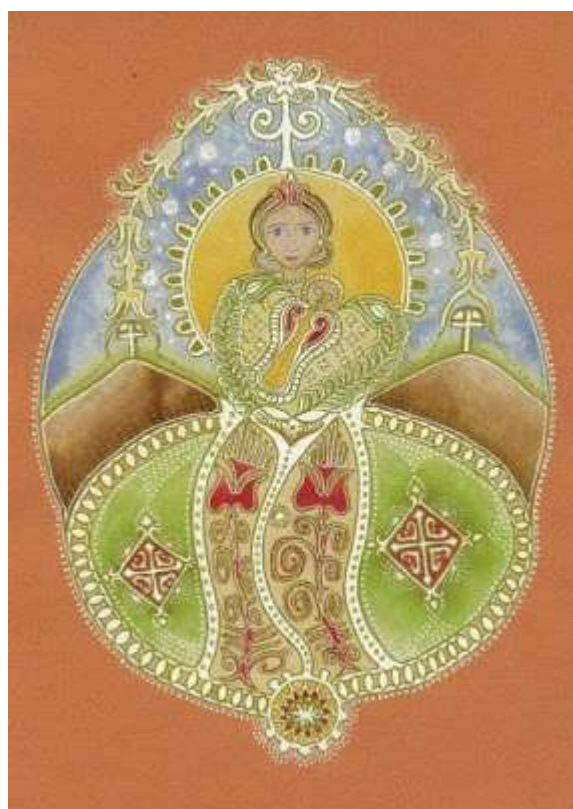
Szeptember 8. **Kisboldogasszony, Kisasszony** ünnepe.

Kisboldogasszony – A kezdet és a vég ünnepe

Szeptember 8. a fordulat napja – a nap, amikor a befejezés és a kezdet összefonódik. Kisboldogasszony, Kisasszony napja Szűz Mária születését ünnepli, de a néphagyományban mélyebb, ősi szimbolikával bír. E nap lezárja a kétasszonyközét – azt a kegyelmi három hetet Nagyboldogasszony és Kisasszony között, amikor a termés beérése és az új vetés előkészítése között egy áldott átmenet zajlik. A két asszony köze csodás új dolgokat hoz az életünkbe, áldott ez az időszak.

Tiszta kezdet, munkálkodás és bőség

E hajnalokon, amikor az asszonyok virrasztás közben a felkelő nap fényében látták Szűz Máriát mint fénybe öltözött Kisasszonyt, az újrakezdés tisztasága született meg bennük. A dióverés és vetőmag-megszentelés, valamint a fecskéktől való búcsúzás mind a természet és az emberi élet körforgását, a lezárást és újraindulást állítják középpontba. A régi szokások szerint a vetőmagot ezen a napon ki kell tenni a reggeli harmatra, hogy ne romoljon meg. Ebben az időszakban gyűjtötték az asszonyok a tojásokat hidegebb időkre, mert ebben az időszakban szedett tojások nem romlanak meg, sokkal tovább tartósak maradnak. Ezen a napon kezdik leszedni vagy leverni a diót, elvetik az őszi búzát.



Kolozsvári-Donkó Rebeka:
Kisboldogasszony képe

Az ünnep tanítása: a megbocsátás, a tisztaság és a feltétel nélküli szeretet napja

Kisasszony napja nem csupán mezőgazdasági tevékenységek ideje — ez a belső tisztulás, belső előkészítés napja. A test és lélek megfürdetése – akár szó szerint, akár szimbolikusan – segít lezárni régi történeteket, és tiszta szívvel elindulni az újak felé. Ez a nap a megbocsátás ideje, a gyengédség és a feltétel nélküli szeretet, amely a női lélek sajátja. Ettől a naptól az új dolgok vagy új kapcsolódások, amelyek elindulnak, azok tisztán tudnak elindulni. Ehhez a naphoz a tisztaság mint minőség nagyon erősen kapcsolódik, ezért ez a nap a fürdés, illetve az állatok fürdetésének a napja is volt.

Kisboldogasszony, az örök remény elhozója

A két asszony (Nagy- és Kisboldogasszony) közti tér gyógyító, áldott idő. Kisasszony napja új lendületet, új kezdetet hoz: tisztán, megbocsátással, feltétel nélkül. És mindeközben ott van a természet jeleiben a bölcsesség – a dióverés, vetés, fecskék vonulása mind az élet apró, tiszta fordulatait hozza el nekünk.

Archaikus ima (Harangozó Imre)

Piros hajnal hasadozik,

Égi madár fölrebbenik,

Én fölkelek én ágyamból,

Testi, lelki koporsómból

Engem angyal megőrizzen,

Szent kereszttel megjegyyezzen,

Hogy a sátán távol járjon,

Pokol erő megtöressen...



Maghar himnusz

Országok országa
Törvénytudás népe,
Napkelet s Nyugat közt
A világnak fénye,
Nagy a te nemzeted,
Nagy a te végzeted,
Oly messze magasztos,
Hogy föl sem érheted.



Mint a magas mennyiség,
Szíved mérhetetlen,
Életed gyökere
Szent és sérthetetlen,
Hegyek, árnyas erdők,
Hős föld büszke népe,
Ez a te végzeted
Ősi öröksége:



Erős, gazdag vár vagy,
De az örök törvényt,
Amit Isten rád rótt,
Vállalnod kell önként,
Hogy beteljesüljön
Győzelmes végzeted:
Úr oltára te vagy,
Emeld fel a fejed!



Forrás: rovásírás alapján Dr. Bobula Ida nyelvész

Nemzeti szakrális hagyatékunkról (Hógyes Károly)

Péntektől vasárnapig tartó érdekes utunkról osztanék meg pár fontos gondolatot. A Habsburg uralom évszázadai alatt teljesen el lett sorvasztva a nemzet emlékezete, szakrális és történelmi tudata teljesen ki lett fordítva. Ilyen demens pontja a nemzetnek Vajk, a stephanos, vagyis Szent István.

Hatalmas és karizmatikus munkásságával eléri, hogy a római rítustól függetlenül megerősödjék az oly különleges ősvallásunk, melyről a Hartvik-féle legenda is megemlékezik, ugyanis II. Szilveszter pápa így rendelkezik:

„Ezért rendelkezésére bízuk, miként az isteni kegyelem őt oktatja, az egyházaknak s népeiknek mindkét törvény alapján történő igazgatását.” Ezt a mondatot csak az elvakultság nem tudja értelmezni, ezért lefordítom... A magyar jogalkotás és a magyar egyház feje SZENT ISTVÁN, ez így marad Mátyás királyig. Az inkvizíciós jegyzőkönyvek említést tesznek a XIII. század végén itt Magyarországon egy igen érdekes egyházi titulusról, melyet latinul pontosan megnevezni sem tudnak. Ő a Pontifex Maximus Magorum, tehát a mágusok pápája. Itt érdemes elgondolkodni azon is, hogy ezt a személyt mágusnak tehát táltosnak tartják, és a pápával egy rangra emelik, hiszen a Pontifex Maximus az a pápa...

A XI. századtól, tehát Szent István *tíz falu egy templom* törvénye utántól intenzív körtemplom-építés indul Magyarországon, mely centrális szakrális terével, eltérő számú fülkéivel egy teljesen más szertartásrendet követelt meg, mint a római rítus. Könyves Kálmán idejére már oly sok körtemplom áll hazánkban, hogy Európában összesen nem volt annyi körtemplom, mint itt nálunk, és ezen el lehet azért gondolkodni, miért... Szent István a korabeli táltosokat egy zseniális tervvel, hajj rege rejtem, elrejteteti regős gúnyába, a PiLiS mélyére, hogy amikor a XIII. század derekán Magyarországon is megjelenik az inkvizíció, PáLoS rendként szülessen újjá, gondjaikra bízván a PiLiS szent kis körtemplomait...

Az inkvizícióval kezdődik meg ezeknek a kis centrális szakrális gyöngyszemeknek az áthangolása, átalakítása a kör alakú szertartásrend megélésén, tehát élményen és megtapasztaláson alapuló rítusából való átváltás, a frontális rituálékba, az én majd ELMONDOM neked miserendbe... Így a centrális körtemplomok, bár egy részük megtartva körtemplom jellegét, de félköríves apszissal kibővíve már a frontális

miserendre rendezkednek át, a szerencsétlenebb sorsú centrális terek pedig egy hosszúhajós templom félköríves szentélyzáródására zsugorodnak...



Hétvégén folytattuk tehát különleges ősvallásunk morzsáinak felszededegetését, és dokumentálását, a fényjáték, tájolás és a maradék freskókból való üzenetek kibontása, a korabeli névváltozatok megértése, összefüggéseinek felismerése, a névadó szentek kimérése, valamint hangkísérletek a fülkék szerepét illetően.

Külön hálás vagyok Kovács István Barátomnak, egyrészt a meglepetés-találkozásért, másrészt az „ajándék” körtemplomért, melyet elkerültünk volna, pedig úgy tűnik a legősből volt mind közül, amiket végiglátogattunk...

A csapatnak pedig végtelenül hálás vagyok a roppant sűrű terhelés, feszített tempó türelmes elviselésére és a kutatásban, kísérletekben való maximális fegyelmezettség és részvétel tekintetében.

Isten áldjon érte benneteket!

Kós Károly: A művészetről



*„Minden művészetnek ugyanaz a törvénye. —
Mi az a törvény? — Az, hogy a nép
szelleméből merítsünk ihletet. A nagy világ
művészetének dús kertjét gazdagítsuk azzal a
varázslatos virágzással, amely a magyar nép
talajából sarjad. Tanulhatunk a külföld
művészetéből, de ne másoljuk és ne
majmoljuk. Inkább adjunk hozzá valamit a
magunkéból, a mi sajátos világunkból, abból,
ami egy kicsit más, és csak a miénk. Akkor
talán sikerül időállót alkotnunk.”*

Kós Károly

TÖRTÉNELEM

Mohács nem 1526-ban kezdődött (Daróczi Zoltán)

Szeptember elseje. Iskolakezdés. Az ismeretek begyűjtésének ideje.

Újra tanulunk, rendszerezünk, összefüggéseket keresünk.

Most ne egyszerűen egy történelmi évszámot idézzünk fel, hanem próbáljunk meg rendszerben gondolkodni.

1526. augusztus 29. – Mohács

Hajlamosak vagyunk úgy tekinteni a mohácsi csatára, mintha egyetlen tragikus nap története lenne.

A hálózatos gondolkodás azonban mást tanít.

A látványos esemény sokszor csak az a pont, ahol hosszabb ideje zajló társadalmi, politikai, gazdasági, katonai és szellemi folyamatok egyszerre válnak láthatóvá.

Mohács erre tankönyvi példa.

Ha egy kicsit hátrébb lépünk az időben, egészen más kép rajzolódik ki.

1513 – Bakócz Tamás és a pápaválasztás

Az esztergomi érsek és bíboros, Bakócz Tamás Európa egyik legbefolyásosabb egyházi személyiségként vesz részt a konklávéban.

Magyar ember talán soha nem került ilyen közel Szent Péter trónjához.

Végül Giovanni de' Medici (bankár klán jelöltje) győz, és X. Leó pápa néven foglalja el a pápai széket.

Bakócz vereségét nem lehet egyetlen okra visszavezetni, de Magyarország számára elvesztett egy rendkívüli történelmi lehetőség.

1514 – a törökellenes keresztes hadjáratból belső háború lesz

Alig egy évvel később Bakócz már pápai megbízással törökellenes keresztes hadjáratot hirdet.

A keresztes sereg élére Dózsa György kerül.

A gyülekezés eredeti célja a török elleni keresztes hadjárat. Néhány hét alatt azonban teljesen más irányba fordultak az események.

A török ellen összegyűlt fegyveres tömegből végül az országot lángba borító felkelés lett. A történeti kutatás valóban összetett társadalmi és belpolitikai folyamatként írja le ezt az átalakulást.

A külső ellenség ellen összegyűlt fegyverforgatók egymás ellen fordultak.

Az ország saját fegyveres erejét kezdte pusztítani.

A felkelést leverték, Dózsát kivégezték.

A külső veszély közben egyre közelebb került.

1517 – Luther 95 tétele

Három évvel később Wittenbergben Luther Márton közzéteszi 95 tételét.

A reformáció hullámai hamarosan eléri a Magyar Királyságot is.

Újabb törésvonal jelent meg egy olyan térségben, amelynek néhány éven belül történelmi léptékű külső támadással kellett szembenéznie.

1521-ben I. Szulejmán elfoglalja Nándorfehérvárt

A Duna és a Száva találkozásánál álló erőd a Magyar Királyság déli védelmi rendszerének kulcsa volt.

Az a kapu, amelyet Hunyadi János 1456-ban még meg tudott védeni, hatvanöt évvel később megnyílt az Oszmán Birodalom előtt.

1526 – a rendszer eléri a töréspontját

Szulejmán hadjárata tudatosan megszervezett katonai vállalkozás volt.

Az anatóliai és ruméliai hadtestek, a janicsárok, a lovasság, a tüzérség és az utánpótlás hatalmas, összehangolt rendszerként haladt Magyarországra felé.

Mohácsnál velük szemben egy körülbelül 25–30 ezres keresztény sereg állt fel.

És itt van egy különösen érdekes, de forráskritikával kezelendő kérdés.

Felmerülnek olyan vitát kiváltó elbeszélések és értelmezések is, amelyek szerint egyes tüzéreket megvesztegethettek, illetve nyugati, köztük német származású szakemberek jó fizetségért akár az oszmán hadigépezet szolgálatába is állhattak?

A jelenleg elérhető hivatalos történeti és régészeti kutatások dokumentálják a német katonák és tüzérséghez rendelt zsoldosok jelenlétét II. Lajos seregében.

1526. augusztus 29-én bekövetkezett az, amit ma mohácsi vészként ismerünk.

Meghalt II. Lajos király.



Elesett a politikai és egyházi elit jelentős része.

A csatavesztést trónutódlási válság, kettős királyválasztás és hosszú hatalmi küzdelem követte.

A Magyar Királyság addigi politikai egysége és közép-európai helyzete alapvetően megrendült.

És talán éppen ez Mohács egyik legfontosabb tanulsága.

Mohács nem egy nap története.

Mohács egy folyamat.

Ha csak 1526. augusztus 29-ét nézzük, egy elveszített csatát látunk.

Ha azonban rendszerben nézzük, akkor már látjuk

- a külpolitikai érdekeket,
- a belpolitikai megosztottságot,
- a társadalmi konfliktusokat,

- az egyházi és szellemi átalakulást,
- a déli védelmi rendszer meggyengülését,
- a gazdasági és katonai erőforrások problémáit,
- valamint egy rendkívül szervezett birodalom növekvő nyomását.

A csata csak az a pillanat volt, amikor ezek a folyamatok egyetlen pontban találkoztak.

Ez a hálózatos gondolkodás egyik legfontosabb üzenete:

Ne csak az eseményt nézd – keresd meg a rendszert, amely létrehozta.

Mohács sem Mohácsnál kezdődött.

Azt szokták mondani, hogy a történelem nem ismétli önmagát.

Lehet.

Ugyanazok az események nem térnek vissza ugyanabban a formában.

Más korban élünk. Más szereplőkkel. Más eszközökkel. Más feladatokkal.

De vajon a mögöttük működő emberi mintázatok is mindig újak?

- A megosztottság.
- Az egymás ellen fordítás.
- A hatalmi érdek.
- A rövid távú gondolkodás.
- A közös cél elvesztése.
- A valódi veszély késői felismerése.

A történelem más eszközökkel és más feladatokon keresztül mégis újra és újra elénk hozza ugyanazokat a leckéket.

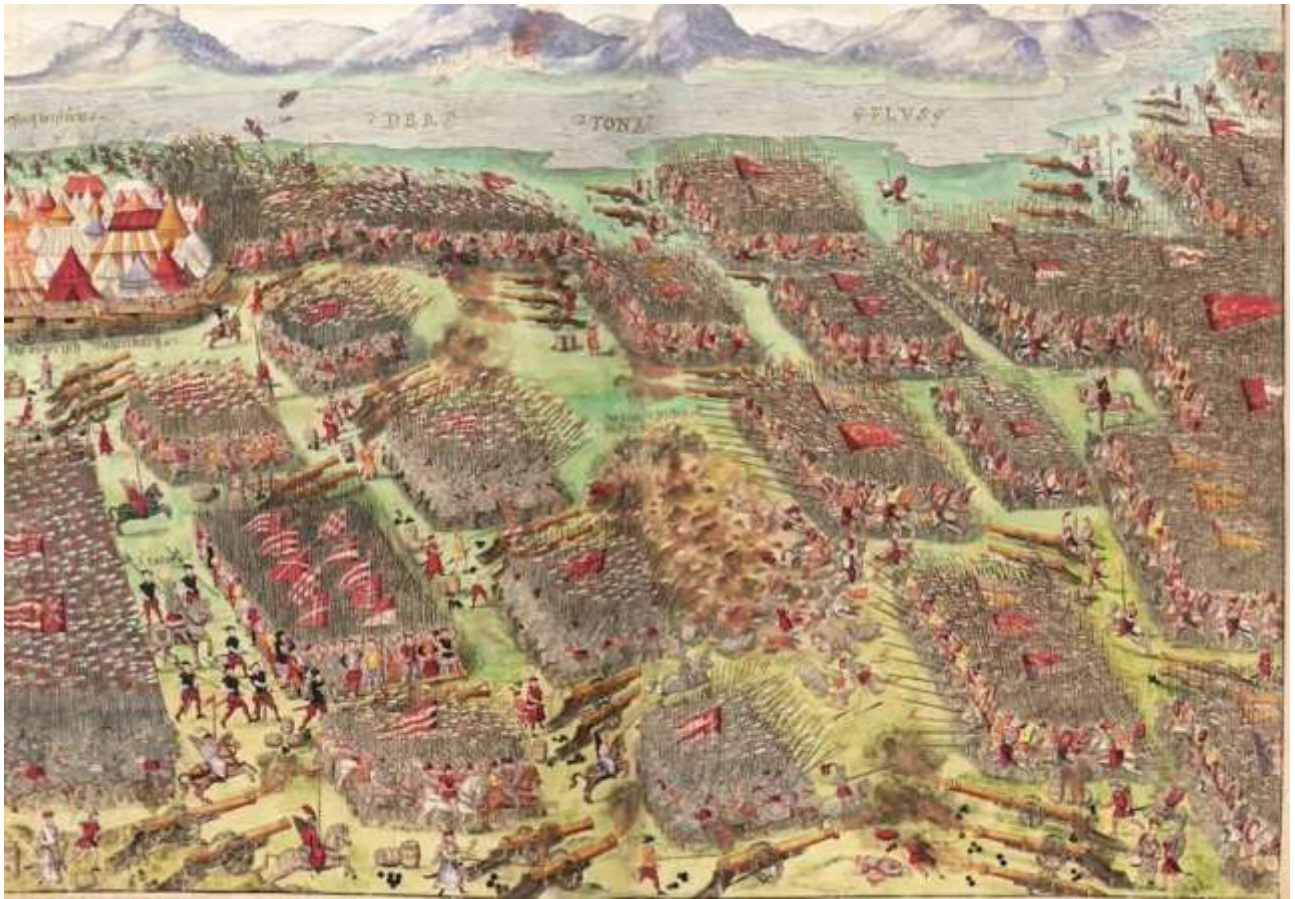
Mindaddig, amíg egy ember, egy közösség, egy nemzet – vagy akár az egész emberiség – nem tanul a múlt hibáiból.

Mert a történelem nem csupán arról szól, hogy mi történt azokkal, akik előttünk éltek.

Hanem arról is, hogy mi felismerjük-e időben azokat a mintázatok, amelyek az ő történetüket alakították.

És arról, hogy mi mit kezdünk azzal a tudással, amit a múlt ránk hagyott.

Kívánom, hogy legyen ez mindannyiunk számára elgondolkodtató.



Mohácsra emlékezünk (Török Hajnalka)

500 évvel ezelőtt, 1526. augusztus 29-én volt a mohácsi csata. Brodarics István kancellárt idézve: „A vereség összes halottjainak és foglyainak számát – már akiről egyáltalán tudni lehet – közel kétszázezerre merném tenni.”

Emlékezzünk! Ne csak a mohácsi csata hőseire! Ne csak azokra, akik neves főurakként és főméltóságokként részt vettek az ütközetben, hanem azokra is, akik 1526 névtelen hősei voltak. Akik nem teheték meg, hogy egy kétórás összecsapás után gyors lovaikkal elmeneküljenek az oszmán támadás elől, és akik utolsó vérükig harcoltak a földjükért, családjaikért, szeretteikért!

Mert lehet, hogy nagy nevek estek el a mohácsi csatában, de a legfőbb kínokat a mindennapok embere viselte: a török hódítók a csecsemőket kardélre hányták, az időseket agyonütötték, mint a kutyát szokás, a fiatal nőket megerőszakolták, majd rabszolgapiacon eladták prostituáltaknak, a fiatal férfiakat alaposan megverték, majd rabszolgapiacon szintén eladták gályaraboknak.

A csata krónikása kétszázezer főre becsülte az 1526. évi török hadjárat magyar áldozatainak számát. Pótolhatatlan veszteség! Mert nekünk augusztus 29-e nem csupán egy nap. Mert hisszük és tudjuk, hogy csak az 1526-os év teljeskörű megismerésével állíthatunk méltó emléket a mohácsi csatában elesetteknek, és azoknak is, akik az augusztus 29-én történt ütközetnél 1526-ban sokkal komolyabb veszteségeket okoztak az oszmánoknak. Mert az idei év nem lehet, nem szabad, hogy csak a mohácsi csatáról és a mindenkori hatalombirtokos politikai elit veszteségeiről szóljon, hanem tudnia kell mindenkinek, hogy 1526-ban volt egy maróti csata, ahol nem két órán át, hanem két napig tartottak ki az ismeretlen és névtelen magyar hősök a török ellen.

Vagy volt egy Bácsban lezajló csata, ahol az ostrom során több török tiszt esett el, mint bárhol előzőleg, az 1526. évi hadjárat közben. Az idei év tehát ne csak Mohács500 legyen, hanem Marót500, Bács500 vagy Pétervárad500 is, mert a névtelen magyar hősöket legalább akkora, ha nem nagyobb tisztelet illeti, mint a nagy nevekkel, hadvezérekkel, haditanáccsal, előre eldöntött taktikával, komoly létszámmal és fegyverzettel harcoló, súlyos vereséget szenvedő uraikat.



Ismét Brodarics István kancellárt idézve: „1526-ban, a vesztes csata után „az esztergomi várat, amit a fentebb megnevezett Orbonász András otthagyt, a legalacsonyabb rangú emberek és azelőtt e káptalan gyalogságának vezetője, a kevesekkel odamenekült Máté, kinek vezetéke Nagy, megvédték.

Visegrád várat pedig, a királyi korona őrzőhelyét a parasztok és szerzetesek tartották meg. A Magyarországon ekképp dühöngő ellenséggel sehol sem szálltak szembe úgy, mint egy helyen, melynek a neve Marót, nem messze Esztergomtól.

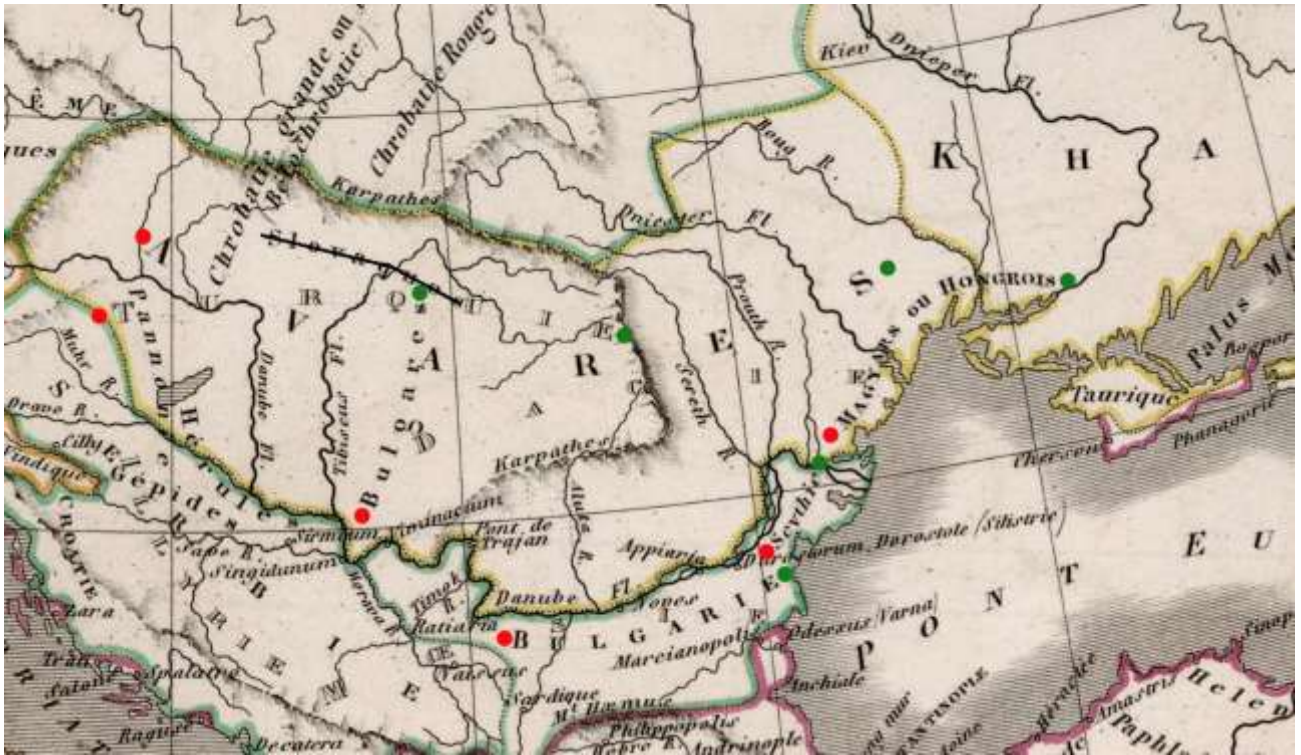
Az esztergomi érsekségnek van itt egy kies üdülője, azon erdőségek közt, melyet Vértesnek nevezünk, mindenütt erdővel és ligetekkel övezve. A mieink közül néhány ezren, a hely eldugott voltában bizakodva, itt húzódtak meg feleségeikkel és gyermekeikkel. Ezekkel nemegyszer vívott véres csatát az ellenség, súlyos veszteségeket szenvedve. Végül, mert semmiképpen nem tudta bevenni a mieink táborát, amit ezek szekerekkel körbevettek, kénytelen volt ágyúkat is odavontatni, és így aztán a tábor szétrombolta, és csaknem mindenkit lemészárolt. A hatalmas hullahegyek, amelyek azon a helyen ma is látszanak, könnyen tanúsítják az öldöklés nagyságát. Páran, akik elmenekültek, elmondták, hogy körülbelül 25 ezren voltak a mieink.”

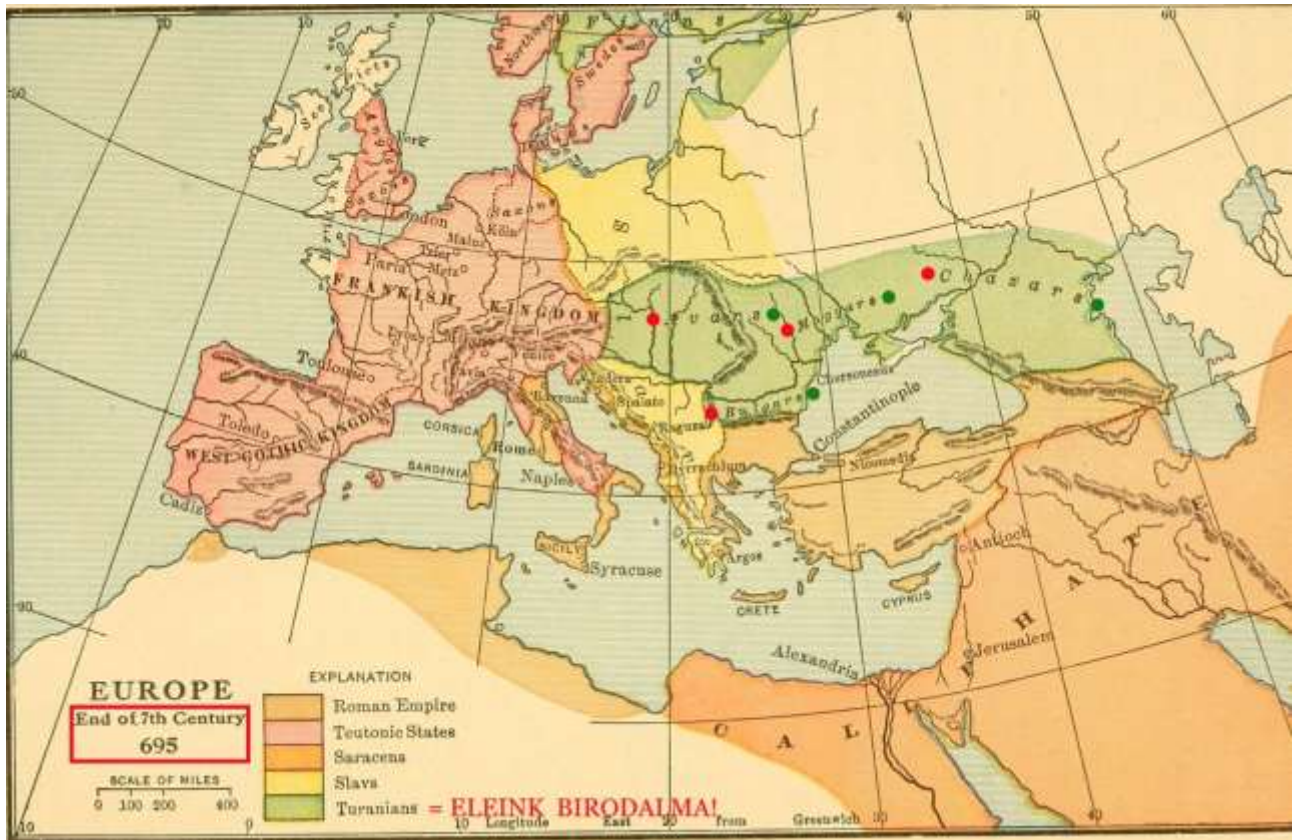
Dicsőség a Hősöknek!

Már a 700-as években Kárpáthonban voltak a magyarok! (Magyar Őstörténet)

A 19. századi nyugat-európai tananyag szerint eleink már Nagy Károly idején is a Kárpát-medencében éltek, erről tanúskodnak ezen olasz, angol, francia, német, spanyol és holland iskolai térképek! Vagyis egész Nyugat-Európában ez volt a tananyag! Nem volt „honfoglalás”! Első térképünk 565 és 717 között ábrázolja a térséget, duplán tüntette fel eleinket, egyrészt Turquie (=Hunnia=Hungaria) országnévvel, másrészt Magyar és Hungár népeveinkkel. Sajnos amint látható, van egy szépséghibája, úgy tűnik a Szlovák szeparatisták kilobbizták, hogy felkerülhessenek erre a térképre, amely olyan kort ábrázol, amikor még hírben sem voltak.









ISMERETTERJESZTÉS

„Az egész napom a szeretet körül forog” – kisfilm (Székelyföld 1000 arca)

Attila gombákat és gyógynövényeket gyűjt, amelyekből különféle tinktúrákat készít.

Célja, hogy tudásával és munkájával segítsen másoknak.

<https://www.facebook.com/share/v/19eJbMLi1t/>



A Pálosok titka, a Pálos Rend története – kisfilm (Zoltán: A Fátyol Mögött)

A Pálos rend története: Alapítás és a 18. századi feloszlítás

Történelmi elemzés a Pálos rend (Fehér Barátok) magyarországi tevékenységéről. Áttekintjük a rend történetét, kulturális hatását és az 1786-os feloszlítás történelmi körülményeit.

<https://www.youtube.com/watch?v=PoMbJrQDzD8>

Pálosok a Pilisben (oslovma.hu)

Pálosok a Pilisben: remeték, kolostorok, szlovák történelmi nyomok

A Pilis azon vidékek közé tartozik, ahol a középkori szerzetesrendek története évszázadok múltán az itt élő szlovákok történetével is összefonódott.

A hegység pálos örökségére a Mandiner is felhívta a figyelmet; a Pilis múltjának szlovák vonatkozásairól azonban különösen értékes és részletes képet nyújt Gregor Papuček *Mlynky a okolie* című monográfiája.

A pilisi ciszterci apátság építése 1184-ben, III. Béla uralkodása idején kezdődött. A mai Pilisszentkeresztől nyugatra fekvő kiterjedt romokról a régészeti kutatások egyértelműen megállapították, hogy az egykori ciszterci kolostor maradványai. Mintegy 65 évvel később, 1250 táján a Pilisben kialakult a pálos remeték közössége. Papuček – az Eggerer munkájában fennmaradt leírás alapján – arról ír, hogy Özséb esztergomi kanonok néhány társával a Pilis egyik hármass barlangjába vonult vissza, a mai Pilisszántó közelében. Itt egy kis, Szent Keresztnek szentelt templomot emelt, amelyhez később kolostor is épült.

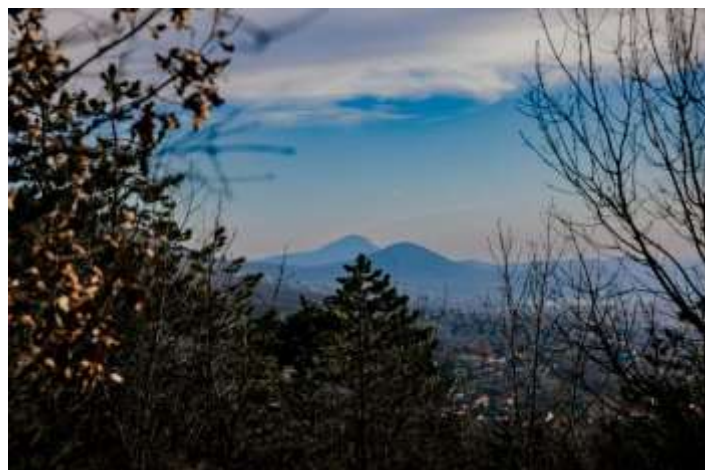


Az egykori pálos kolostor pontos helye azonban továbbra is nyitott kérdés; Papuček egy, a pomázi út mellett fekvő helyszínre is felhívja a figyelmet, amelyet a pilisszentkeresztiek emlékezete „pútskí kostel” néven őrzött meg.

A középkori pálosokra ugyanakkor nem vetíthetjük vissza mechanikusan napjaink nemzetiségi kategóriáit. A középkori Magyar Királyság soknyelvű ország volt, a szerzetesi közösség tagjait pedig mindenekelőtt hitük és rendjük szabályai kötötték össze. Félrevezető volna tehát a pálos rend egészét mai értelemben vett magyar, szlovák vagy bármely más nemzeti identitással felruházni.

Számunkra különösen érdekes a történet későbbi fejezete, amikor a pálosok története már közvetlenül összefonódott a pilisi szlovákok múltjával. A török uralom megszűnése után a pesti pálosok birtokvitába keveredtek a ciszterciekkel. Az 1746. május 22-én és 23-án Pilisszántón tartott tanúkihallgatáson a pomázi és csobánkai szerbek mellett szántói szlovákok is vallomást tettek: Martin Remeš, Martin Voderadský és Jakub Trkal. A pert végül a pesti pálosok nyerték meg, és Papuček hozzájuk köti az egykori Pilis, a mai Pilisszentkereszt újjáalapítását. A településnek és

határának földesurai, lakóinak pedig lelkipásztorai lettek. A Pilis történetében így két, időben egymástól távoli réteg találkozik: a Szent Kereszt középkori remetéinek története, valamint Pilisszentkereszt és Pilisszántó újkori múltja, amelynek forrásaiban már név szerint is megjelennek az itt élő szlovákok.



<https://mandiner.hu/belfold/2025/08/ha-a-palosok-nyomaba-eredunk-a-lelki-bekenkre-lelhetunk>

Molnár V. József: Táltosság

*Az üres kalász fenn tartja a fejét,
a teli kalász fejet hajt Isten előtt. – közmondás*

*A táltos, isten elhívott szolgája.
Tudását nem intézménytől és nem másik embertől
kapja, hanem közvetlenül Istentől kapja.*

*Táltos és sámán között akkora különbség van,
mint a tölgyfa és a csalán között.*



A magyar nép Szent István előtt is egyistenhitű nép volt. Vallásunk Szkítiától máig folytonos. A szkíta utódnépek nem szervezett egyházat üzemeltettek, hanem szervesen alakult ki a vallási életük. Szellemi vezetőjük a táltos volt. A magyar nép Istentől elhívott papjait nem nevezte sámánnak. A germánok nevezték az általuk lenézett „természeti vallások” vezetőit sámánnak. Nálunk a táltos elnevezés volt használatos az ilyen személy megnevezésére. A magyar nép meg tudta tartani a Teremtő Élő Mindeneket, nem pusztító parazitaként, hanem serkentő gazdaként élt. Egy nép fiataljai a megtartó tudást, a tudást, ami biztossá tette az embert, az öregektől kapták régen.

Mi Nimród népe vagyunk. A Jóisten ezt a drága népet jelölte ki arra, hogy az Istentől kapott erő segítségével, letaszítsa a sátánt a trónjáról, hogy az utolsó időben a fenevad általa múljon ki. Ezért fontos a tisztánlátás.

A mi gondolkodásunk gyökeresen más, mint a többi nép gondolkodása. (De nem alávaló.) Műveltségünkben hatalmas bölcsesség, tapasztalat és valódi tudás halmozódott fel. Népmeséink erkölcsi világképet és teljességet adnak. A magyar népmese minden szereplője te vagy, te, aki olvasod, hallgatod. A három királyfi te vagy, benned történik. Kapsz három lehetőséget, öreg királyfiként nem ismered fel.

Legkisebb királyfiként ismered fel a lehetőséget, „jó hogy öreganyádnak szólítottál”. Te vagy a kun vitéz és te vagy Szent László, benned folyik a küzdelem.

A táltos révülése – ízelítő az öröklétből.

A táltos révül, Istentől révül. A sámán magának idézi elő a révülést, ajzó szerekkel, bolondgombafőzettel, vodkával. A sámánnak dobja van. A táltosnak lova van. A táltos Isten által révül. Akkor, amikor Isten akarja. Isten adja a szent időt, a lehetőséget. Aki révül, Isten tenyerére kerül. Kívül kerül ebből a téridő-rendszerből, Isten világába.

Bálint László, az Oroszhegyi ember elmondja révülését. Minden szava hiteles. Honnan lehet ezt tudni? Onnan, hogy minden részlete ősképekre utal. L alak, az ősműveltség alapja, az életcsíra, a hármasság alapja, ebből indul az élet, a változás és a változtatás lehetősége, a legkisebb közös többszörös – LÉPCSŐ és a SPIRÁL, emelkedés után lefelé csigalépcsőn érkezik.

Szolgálatra elhívott emberek:

Meggyesi József, XIX. sz. közepén Kecskemét környékén élt. Imával gyógyított. Éjfél imarendet írt fel a hozzáfordulóknak. Őt még foganása előtt hívta el a Teremtő Isten.

Mészáros Mihály, a csépai ember. Őt öregkorában hívta el a Jóisten.

Miklós István, a tápai Pista, imádsággal gyógyított, zarándoklatokat vezetett.

Orosz István, a jászladányi, „Egy magyar szentember” címmel olvashatjuk az életrajzát. Ő is gyarló ember volt. Emellett erős hit munkálkodott benne.

Völgyi Ferenc, a nárai ember; képi beszéde: csontját összetörték, húsát ledarálták.

Borsi Ilona beszéde: repülés, révülés – minden belül történt, nem kívül.

Frankovics Mihály, Szent Miska, a küllődi ember, imával és nyállal gyógyított, a főpapok irigyek voltak rá.

Isten elhívott szolgája volt Szent Ferenc is, Mindszenty József is, Prohászka Ottokár is.

Szent Erzsébet is, Szent László királyunk is, Szent György is.

GYERMEKEINK

Megszokna vagy megszökne? Beszoktatás a bölcsődébe (Északi Hang)

Túl gyors lehet a bölcsődei beszoktatás



Nem könnyű a beszoktatás, de egy új kutatás szerint szerencsére a kicsik maguk jelzik, mikor állnak készen arra, hogy elengedjék a szülőt.

Sok dán bölcsődében túl gyorsan próbálják beszoktatni a kisgyerekeket, állítja Grethe Kragh-Müller kutató. A szakember 1997 óta kutatja a kisgyerekek és a bölcsődék világát, és az évek során sokféle beszoktatási módszert látott. Szerinte a jelenlegi gyakorlat sok helyen nem veszi eléggé figyelembe a gyermekek egyéni igényeit. Ezt egy 2025-ben végzett kutatása is alátámasztja, amelyben három éven keresztül figyelték meg bölcsődei beszoktatásokat. A tapasztalatok szerint a gyerekeknek több időre lehet szükségük ahhoz, hogy biztonságban érezzék magukat az új környezetben.

Sok bölcsődében azonban meglehetősen kötött menetrendet követnek: az első két napon a szülő általában néhány órát tölt a gyermekkel a bölcsődében, a harmadik napon pedig már 10–30 percre elmegy, miközben a gyermek egyedül marad. Ezután fokozatosan növelik a szülő nélkül töltött időt.

Kragh-Müller szerint azonban már az is túl gyors lehet, ha a harmadik napon elkezdik magára hagyni a gyermeket. Egy kisgyermeknek ugyanis nem feltétlenül elég két nap ahhoz, hogy megszokja az új környezetet és az új felnőtteket. Ha túl korán választják el a szülőtől, az szükségtelen stresszt és bizonytalanságot okozhat.

A kutató ezért úgy véli, hogy nem egy előre meghatározott menetrend alapján kellene eldönteni, mikor mehet el a szülő, hanem magát a gyermeket kell figyelni. Fontos jel, hogy a gyermek a szülő jelenléte nélkül is képes-e megnyugodni, és elfogadja-e a bölcsődei dolgozó segítségét. Ha már kialakított egy biztonságos kapcsolatot valamelyik gondozóval, az azt jelezheti, hogy készen állhat az elválásra. Ha viszont csak a szülő tudja megnyugtatni, akkor valószínűleg még több időre van szüksége.

A kutató szerint tehát a beszoktatásnak nem egy minden gyermekre érvényes, három- vagy ötnapos programnak kellene lennie. Nem a naptárnak kell megmondania, mikor mehet el a szülő, hanem annak, hogy a gyermek már biztonságban érzi-e magát a bölcsődében.

Kötelező aludni az óvodában? (Szilágyi Kitty)

Kötelező aludni az óvodában? Nem. De ennél azért jóval összetettebb a kérdés.



Újra előkerült egy téma, amellyel óvodapedagógusként szinte minden évben találkozunk:
kötelező-e a gyermeknek aludnia az óvodában?

A rövid válasz: nem.

Az óvodai szabályozás a pihenést az egészséges életmód részeként kezeli, de nem írja elő, hogy minden gyermeknek kötelező délután elaludnia. Az óvodai napirend kialakításánál pedig figyelembe kell venni a gyermekek egyéni szükségleteit.

Ezzel szakmailag nehéz lenne vitatkozni.

Egy hároméves és egy hatéves gyermek alvásigénye egészen más lehet. Sőt, két azonos korú gyermeké is.

Van, aki ebéd után szinte azonnal elalszik. Van nagycsoportos, akinek még mindig szüksége van egy óra alvásra. Más gyermek otthon már évek óta nem alszik napközben. És olyan is van, aki otthon nem alszik, de az óvodai közösségben, a rengeteg inger után mégis elfárad.

A gyermek alvásigényét nem lehet kizárólag az életkorából meghatározni.

De van ennek a kérdésnek egy olyan oldala, amelyről szerintem sokkal kevesebbet beszélünk.

A magyar óvodák jelentős része ma egyszerűen nincs felkészülve a valóban differenciált pihenés megszervezésére.

Mert nagyon jól hangzik az a mondat, hogy:

„Aki nem alszik, nézegessen könyvet, rajzoljon vagy játsszon csendben.”

Egy óvodai csoportszobában azonban ez egészen máshogy néz ki.

Ott fekszik húsz-huszonöt gyermek ugyanabban a helyiségben.

Lehet, hogy közülük csak egy vagy kettő nem alszik.

Ha felkelnek és könyvet nézegetnek, rajzolnak vagy kirakóznak, annak akkor is van hangja és mozgása. Elő kell venni az eszközöket, fel kell kelni, széket kell húzni, lapozni kell, ceruza eshet le, a gyermek kérdezhet valamit.

Ezek önmagukban jelentéktelen dolgok.

Egy olyan szobában azonban, ahol közben húsz másik gyermek próbál elaludni, már egyáltalán nem azok.

És van egy másik, pedagógiai szempontból legalább ennyire fontos jelenség.

A gyerekek figyelik egymást.

Ha azt látják, hogy aki nem alszik el, egy idő után felkelhet rajzolni, könyvet nézegetni vagy játszani, akkor könnyen előfordulhat, hogy az a gyermek is ébren próbálja tartani magát, akinek egyébként szüksége lenne az alvásra.

Nem azért, mert manipulál.

Hanem mert gyermek.

A rajzolás, a könyv, a puzzle vagy bármilyen más tevékenység természetesen vonzóbb számára, mint az, hogy feküdjön és elaludjon.

És másnap már ő is szeretne azok közé tartozni, akik felkelhetnek.

Így egy jó szándékú differenciálásnak akár az lehet a nem kívánt következménye, hogy éppen azok a gyermekek sem alszanak el, akiknek fejlődési, idegrendszeri vagy egyszerűen fizikai szempontból még szükségük lenne rá.

Erről is beszélnünk kell.

Ezért szerintem nem elég azt mondani az óvodáknak: „legyetek rugalmasabbak”.

Előbb meg kell teremteni hozzá a feltételeket.

Ha valóban azt szeretnénk, hogy az egyik gyermek aludhasson, a másik pedig csendes tevékenységet végezhesen, ahhoz ideális esetben külön tér és elegendő felnőtt szükséges.

Egy nyugodt pihenőtér azoknak, akik alszanak.

És egy másik hely azoknak, akiknek már nincs szükségük délutáni alvásra.

Ehhez pedig olyan személyi feltételek is kellenek, amelyek mellett mindkét gyermekcsoport megfelelő felügyelete biztosítható.

Csak hogy a magyar óvodák jelentős részében nincs két külön erre használható helyiség egy csoport számára, és nincs plusz óvodapedagógus vagy más megfelelő szakember sem arra, hogy a pihenőidőben ketté lehessen választani a csoportot.

Sok helyen ugyanabban a csoportszobában játszanak, étkeznek, foglalkoznak és délután ugyanott alszanak a gyermekek.

Ebből a valóságból kell kiindulnunk.

Nem egy ideális intézményből, amelyben korlátlan tér és személyzet áll rendelkezésre.

Ezért számomra ez nem „alváspárti” vagy „alvásellenes” kérdés.

És végképp nem arról szól, hogy az óvodapedagógusok azért szeretnék, hogy mindenki feküdjön, mert akkor nekik könnyebb.

Az óvodapedagógusnak egyszerre kell figyelembe vennie annak a gyermeknek a szükségletét, aki már nem alszik, és annak a húsz másiknak is, akinek lehet, hogy nagyon is szüksége lenne a nyugodt alvásra.

Az individualizálás ugyanis nem jelentheti azt, hogy az egyik gyermek szükségletének biztosítása közben egy másik gyermek szükséglete sérül.

Ez az egész kérdés egyik legnehezebb pontja.

Persze ettől még változtatnunk kell.

Szerintem hosszú távon igenis az lenne a jó irány, hogy az óvodákban differenciált pihenési rendszert tudjunk kialakítani.

De ezt nem lehet pusztán pedagógiai elvárásként rátenni az intézményekre.

Ha ezt várjuk az óvodáktól, akkor biztosítsunk hozzá megfelelő tereket.

Megfelelő csoportlétszámot.

Megfelelő számú szakembert.

És olyan intézményi környezetet, amelyben ténylegesen megoldható, hogy az egyik gyermek aludjon, miközben a másik már csendes tevékenységet végez.

Előbb a feltételeket kell megteremteni, és utána lehet számon kérni a differenciálást.

És talán éppen itt kapcsolódik ez ahhoz a kérdéshez is, amiről az elmúlt napokban a csökkenő óvodáslétszám kapcsán beszéltünk.

Ha valóban kevesebb gyermek lesz az óvodákban, akkor a felszabaduló kapacitást nem feltétlenül kell azonnal megszüntetendő feleslegként kezelni.

Lehet belőle kisebb csoport.

Fejlesztőhelyiség.

Mozgástér.

És akár olyan külön tér is, amely lehetővé teszi a differenciált pihenést.

Ez lenne az egyik nagyon konkrét példája annak, hogyan lehetne a demográfiai csökkenést minőségi fejlesztésre használni pusztán leépítés helyett.

A szülők tapasztalatát pedig ebben is komolyan kell venni.

Ha azt mondja, hogy a gyermeke már nem alszik otthon, az fontos információ.

De ugyanígy fontos az óvodapedagógus tapasztalata is, aki azt látja, hogyan működik ugyanaz a gyermek egy hosszú, közösségben töltött óvodai nap során.

A kettőt nem egymással szembe kell állítani.

Beszélgetni kell róla.

Mert lehet, hogy a gyermek valóban nem igényel már alvást.

Lehet, hogy még szüksége van rá.

És lehet, hogy éppen egy átmeneti időszakban van.

Az óvoda nem katonai rendszer, ahol parancsszóra mindenkinek el kell aludnia.

De nem is egy huszonöt külön szobából álló otthon, ahol huszonöt különböző napirendet tudunk egyszerre működtetni.

Közösség.

És a jó óvodai működés egyik legnehezebb feladata éppen az, hogy az egyéni szükségleteket összehangolja a közösség szükségleteivel.

Ezért szerintem rossz helyen keressük a választ, ha a vita mindössze arról szól:

„Kötelező-e aludni?”

Nem.

A valódi kérdés inkább az:

megteremtettük-e már annak a feltételeit, hogy az óvodák valóban minden gyermek eltérő pihenési szükségletéhez alkalmazkodni tudjanak?

Szerintem ma még a legtöbb helyen nem.

És amíg ez így van, nem az óvodákat és nem az óvodapedagógusokat kell hibáztatni azért, mert egy elméletben jól hangzó megoldást a gyakorlatban nem mindig lehet úgy megszervezni, hogy közben minden gyermek érdeke érvényesüljön.

A cél viszont szerintem egyértelmű:

olyan óvodai környezetet kell teremtenünk, ahol annak is joga van nyugodtan aludni, akinek szüksége van rá és annak sem kell alvást erőltetni, akinek már nincs.

Na, ehhez kellene végre a feltételeket is megteremteni.

A norvég gyerekek tanítás után (Norvégiai Mindennapok)

Sokatokban felmerült a kérdés, mikor dél körül kiürül az iskola, mi történik a gyerekekkel, hova lesznek, amíg a szülők még dolgoznak. Norvégiában erre több természetes, jól működő lehetőség van. A városunk ilyenkor megtelik apró, önálló kis emberekkel, akik hazafelé tartanak gyalog, biciklivel vagy rollerrel. Teljesen hétköznapi, hogy egy 7–10 éves gyerek egyedül megy haza, leül otthon, játszik, eszik, vagy átmegy egy barátjához. A szülők nem rohangálnak utánuk, nem aggódnak minden percben, mert a környezet maga vigyáz rájuk. A sofőrök már akkor megállnak, amikor még el sem érsz a zebrához, a gyerekek pedig úgy közlekednek, mintha mindig is így csinálták volna. Ez így van nálunk, egy 24000 lakosú helységben. A nagyvárosokban, pl. Oslóban ez nem tudom, hogy működik.



A másik lehetőség az SFO, ami az iskola utáni foglalkozás. Ez viszont mindenhol egyformán működik és sokan erre támaszkodnak. Az SFO az „iskolai szabadidős rendszer” rövidítése, vagyis az 1–4. osztályosok délutáni felügyelete. Itt játszanak,

kézműveskednek, sportolnak, kint vannak a levegőn, és általában kapnak egy egyszerű uzsonnát is: gyümölcsöt, kenyeret, sajtot, felvágottat. Az SFO körülbelül délután ötig tart, és havonta nagyjából 2500–3500 koronába kerül, részidős program esetén kevesebbe. Nem olcsó, de létezik jövedelemtől függő támogatás, így az alacsonyabb jövedelmű családok jelentős kedvezményt kapnak, sőt egyes helyeken akár ingyenes is lehet. A gyerekek itt felügyelet alatt vannak, de nem „örzik” őket, hanem hagyják, hogy játszanak, mozogjanak, barátkozzanak, és közben megtanulják a saját kis feladataikat önállóan megoldani.

Sokan választják azt is, hogy egyik szülő rövidebb munkaprogrammal dolgozik, például 80–90 %-os állásban, hogy délután otthon legyen a gyerekekkel. Ez Norvégiában teljesen elfogadott, senki nem néz furcsán miatta. A munkáltatók általában nagyon megértők, ha gyerekről van szó, és sokan heti néhány napot home office-ban dolgoznak, hogy rugalmasabban tudják megoldani a délutánokat.

A norvég gyerekek önállósága nem hirtelen jön, itt sem velük született adottság, nem szupergyerekek, hanem a mindennapokból nő ki. Már az óvoda is erre neveli őket: sokat vannak kint a természetben, az óvónők nem szólnak rájuk minden másodpercben, és hagyják, hogy felmérjék a saját határaikat. Sokszor bennem megfagy a vér, amikor látom, hogy már a fán lógnak, vagy egy nagyobb köről készülnek leugrani, de ők ettől tanulják meg, hogyan vigyázzanak magukra. Tudok olyan esetről, amikor egy kislány leesett a fáról és eltört a keze. A szülők nem mentek a pedagógust felelősségre vonni, csak annyit mondtak: ez egy pillanat műve, mellettünk is megtörténhetett volna. A gyerek meg azért gyerek, hogy fára másszon.

És mi van akkor, ha a gyerek beteg és otthon marad? Norvégiában erre külön szabadság jár, amit mindkét szülő külön kap meg. Alap esetben anya 10 napot kap, apa 10 napot kap, tehát összesen 20 nap áll a család rendelkezésére. Ha két gyerek van, akkor szülőnként 15 nap jár, ha három vagy több gyerek van, akkor szülőnként 20 nap. Egyedülálló szülőknek a teljes keret jár egy személynek. Ezeket a napokat a munkáltató fizeti, és a fizetés 100 %-át kapják ilyenkor is. A férfiak ugyanúgy élnek ezzel a lehetőséggel, mint a nők, teljesen természetes, hogy az apa marad otthon a beteg gyerekekkel. Ha a gyerek hosszabb ideig beteg, orvosi igazolással hosszabb távú megoldás is létezik, de a hétköznapi betegségekre ez a rendszer működik. A szülő ilyenkor otthon marad, ápolja a gyereket, és nem kell magyarázkodnia, mert ez a munka és a család egyensúlyának természetes része.

Norvégiában tehát nem az a kérdés, ki vigyáz a gyerekre délután, hanem az, hogyan tanul meg vigyázni magára. A rendszer, a környezet és a társadalmi hozzáállás mind ezt támogatja, és ettől lesznek a norvég gyerekek magabiztosak, önállók és nyugodtak. A szülőknek itt is nehéz néha kisakkozni, hogy minden gördülékeny legyen, de könnyebb egy támogató rendszerben.

Mit etetünk gyermekeinkkel? – riportműsor (Rajtunk múlik)

Ma már nem csak ételt eszünk. Vegyszereket, ipari maradványokat, kísérletek eredményeit is a tányérunkra tesszük – tudattalanul gyermekeink elé is. Miközben egyre többet beszélünk egészséges életmódról, soha nem volt ennyi ételallergia, emésztőrendszeri probléma és immunzavar, különösen a gyermekek körében. Vajon valóban az emberi szervezet romlott el – vagy az étel változott meg körülöttünk?

A **Rajtunk múlik – Jövők a tét!** adásában arról beszélgetünk, hogyan jutottunk oda, hogy a tej, a tojás és a liszt ma sokaknál tüneteket okoz, mit jelentenek valójában a mindenmentes étrendek, és milyen kockázatokat hordoznak a műhúsok.

Ez az adás gondolkodásra hív, mert amit ma megeszünk, az határozza meg egészségünket. Legyünk tisztában azzal: mit etetnek velünk.

Vendégek:

Dr. Papp Éva, Ph.D. – emeritus földtudományi kutató

Dr. Bardócz Zsuzsanna – a táplálkozásban emeritus professzora, az MTA doktora

Szerkesztő-műsorvezető: Gulyás Anita

https://youtu.be/jS6wNuFvPfM?is=e_4b5b78-BElhqpH



Hogyan építi a kézimunka a gyermek belső erejét? (Németh Natália)

Amikor egy első osztályos gyermek először ül le kötni, biztosan nem sejti, miért is sejtené, hogy nem csupán egy fonalat fog a kezében, hanem egy olyan folyamat első lépését kezdi meg, amely majd az iskolai évek alatt formálja a belső tartását.

A Waldorf-pedagógia abból indul ki, hogy a kisiskolás korban a gyermek elsősorban cselekvésen keresztül fejlődik, és az akarat, vagyis a belső cselekvőképesség nem magyarázatokból, hanem megélt tapasztalatokból épül fel.

A kézimunka ezért a Waldorf-óvodákban és -iskolákban nem kiegészítő foglalkozás, hanem tudatos nevelési tér, ahol a gyermek nap mint nap átéli, mit jelent elkezdni, benne maradni, és végigvinni egy folyamatot.

Az iskolában az első években a kötés lassú, nagy mozdulatokkal indul, vastag fonallal, közös tempóban. A két kéz váltakozó mozgása nemcsak technika, hanem idegrendszeri rendező erő is, amely támogatja a finommotoros koordinációt és a figyelem összeszedettségét.

A szemek számolása, a ritmus megtartása, a forma alakulásának követése mind olyan tapasztalat, amelyben a gyermek megtanulja, hogy a világ érthető és alakítható. Ha egy szem kimarad, a forma megváltozik, és ha kijavítjuk, helyreáll. A cselekvés és a következmény kapcsolata világos, és ebből lassan egy belső rend születik.

A kézimunka során a „elrontás” nem egy rossz dolog, hanem természetes része a folyamatnak. Egy szem lecsúszik, a minta eltolódik, a fonal összegubancolódik, és a gyermeknek meg kell állnia, visszanéznie, javítania. Ebben a pillanatban formálódik igazán a belső erő, mert megtapasztalja, hogy a hiba nem kudarc, hanem lehetőség a javításra. A frusztráció túrése, az újrakezdés bátorsága és a folytatás képessége mind olyan minőségek, amelyek nemcsak a kézimunkaórán, hanem az élet számos más területén is megtartják majd.

Ahogy a gyermek halad az évfolyamokon, a kézimunka is átalakul. A harmadik, negyedik osztályban már tudatosabban érzékeli a folyamat ívét, büszke arra, hogy képes egy hosszabb munkát végigvinni, és örömet talál abban, hogy a kezében

formálódik valami, ami az övé. A felsőbb évfolyamokon a technikák összetettebbé válnak, megjelenik a tervezés, a szabás, az anyag tudatos megválasztása, és egyre inkább saját elképzeléseit valósítja meg. Itt már nemcsak követi a mintát, hanem alakítja is. A döntései láthatóvá válnak a munkájában, és ezzel együtt felelősséget vállal értük. A kézimunka ekkor már nem pusztán gyakorlat, hanem önkifejezés, amelyben a kamaszodó fiatal saját belső világát is megmutathatja.

A felsőbb években a diák számára a kézimunka gyakran a koncentrált jelenlét egyik utolsó, csendes tere marad az iskolában. Miközben kívülről egy ruhadarab, egy táska vagy egy összetettebb projekt készül, belül tovább épül az a tapasztalat, hogy „képes vagyok egy összetett folyamatot megtervezni és megvalósítani”. Ez a tapasztalat már nemcsak a kéz munkájáról szól, hanem az önállóságról, a felelősségről és a saját erőbe vetett bizalomról.

És közben végig jelen van az öröm. Az anyag tapintásának öröme, a minta kibontakozásának öröme, a közös csend biztonsága, a segítő tekintetek a társak között. A kézimunkaóra nemcsak fejleszt, hanem megtart, és ebben a megtartó térben a belső erő nem feszültségből, hanem biztonságból és sikerélményből táplálkozik.

Amikor Waldorf-iskolát választasz, valójában azt is választod, hogy a gyermeked olyan közegben fejlődjön, ahol a belső erő tudatosan épül fel az évek során. A kézimunka nem csupán kézügyességet fejleszt, hanem cselekvőképességet, kitartást, önszabályozást és felelősséget formál. A mozdulatok ritmusában, a javítás bátorságában és a befejezés örömében lassan, de tartósan megszületik az a belső tartás, amelyre a gyermek később a tanulásban, a munkában és az emberi kapcsolataiban is támaszkodhat.

A kérdés tehát nem az, hogy mit készít el az iskolai évek alatt iskolás gyermekünk, hanem az, milyen erő épül fel benne mindeközben. És talán ez az a válasz, amely igazán számít, amikor egy szülő iskolát választ a gyermekének.

A Waldorf Útravalók podcast-csatornánk új podcast-epizóddal jelentkezik.

Ezúttal Körtvélyesi Bori Tihanyi Timivel, a Mandulafa Waldorf Iskola kézimunkatanárával, aki szívből mesélt a gyerekekkel való munkafolyamatokról, a velük megélt kedves történetekről, és életútjáról, hogyan sodorta az élet egészen a pécsi Waldorf kézimunka-tanárságáig.



Itt találod a Waldorf Útravalók legújabb podcast-epizódját, amelyben a Waldorf-kézimunkaórák világába hívunk:

<https://tinyurl.com/kezimunka>

EGÉSZSÉGVÉDELEM

Az öregedés és a vese egészségének kapcsolata (Xin Chun)

Az öregedés és a vese egészségének kapcsolata a Hagyományos Kínai Orvoslás szemszögéből

Tudományos vizsgálatok kimutatták, hogy Európában az átlagos várható életkor Magyarországon a legalacsonyabb. A tanulmány kitért arra is, hogy különösen magas a korai halandóság a férfiak között. A Hagyományos Kínai Orvoslás szerint az öregedés és korai halandóság egyik legfőbb oka a vese energiájának kimerülése.

A kínai orvoslás úgy tartja, hogy a vese energiája kb. harmincéves korunkig abból táplálkozik, amit szüleinktől kaptunk, de ezek után már erősíteni kell.

A Hagyományos Kínai Orvoslás (HKO) szerint a vesemeridián – a vese és funkcionális területe – a szervezet energiájának legfőbb forrása. A vesemeridián felelős a csontok fejlődéséért, a csontvelő-képződésért, a szexuális teljesítményért, a nehéz fizikai munkavégzésért, a hormontermelésért, valamint a széklet- és vizelet-kiválasztásért. A vese állapota jól kimutatható a haj, a memória, és az egész test általános egészségi állapotából.

A vese gyengesége számos súlyos problémát okozhat, mint például csonttritkulást, a végtagok gyengeségét, sarokfájást, a hormonok rendellenességét, szabálytalan menstruációt, korai menopauzát és méhcisztát, impotenciát, korai magömlést, a vizelet visszatartásra való képtelenséget, öszülést és hajhullást. A vese gyengeségére vezethető vissza az emlékezet gyengülése, szédülés, fülzúgás is.

A meggyengült vese és a szív közötti kapcsolat hiánya magas vérnyomáshoz és cukorbetegséghez, a gyenge vese yin-hiánya pedig magas zsírszinthez és elhízáshoz vezet.

A modern kutatások is alátámasztják azt a tényt, hogy szoros összefüggés van a vese állapota és az öregedés között.

A vese, amely számos hormon kiválasztásáért felelős, nagymértékben befolyásolja az öregedés tüneteinek megjelenését, és bizonyos öregkori betegségek jelentkezését.

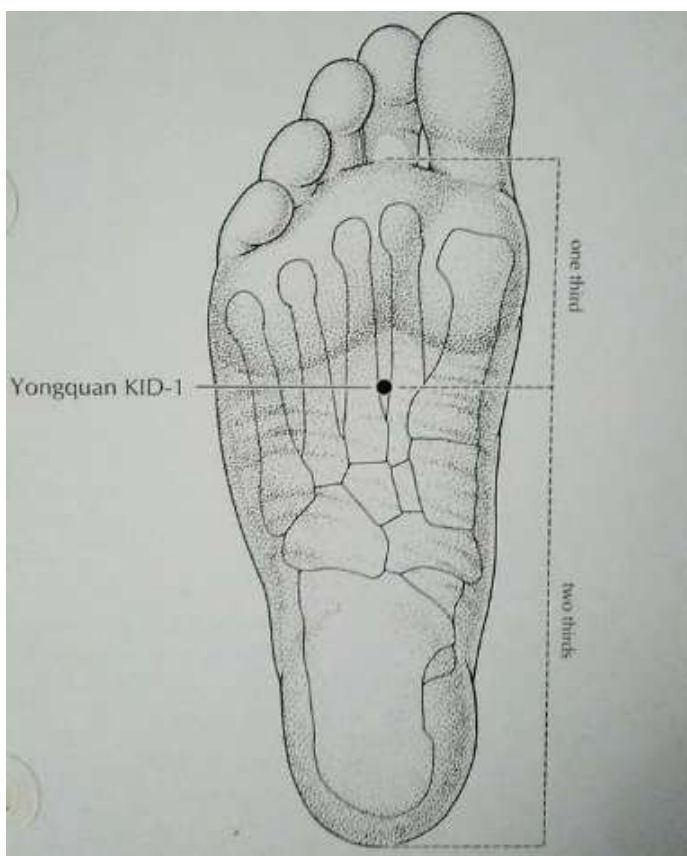
A kínai orvos ezért tartja fontosnak a vese egészségi állapotának védelmét, erősítését.

A következő tanácsok figyelembe vételével sokat tehetünk veséink védelmében:

- Tartsuk vesénket mindig melegen, kívülről a vesét takaró ruhával, belülről meleg italok fogyasztásával és a hidegek kerülésével. Tartsuk lábunkat melegen, viseljünk mindig meleg cipőt, felfázáskor áztassuk lábunkat meleg vízben, masszírozzuk a veseponthoz minden este lefekvés előtt.
- Kíméljük vesénket a gyógyszerfogyasztástól.
- Terhesség alatt és a szülés utáni hónapban fokozottan ügyeljünk az egészséges életmódra. A kínai orvoslás szerint ez az időszak alapvetően befolyásolja az öregkori erőnlétet.
- Kerüljük az ijedtséget, pánikot, depressziót, erős szívdobogást kiváltó stresszhelyzeteket.

A Yong Quan-pont a vesemeridián kezdő pontja, amely fontos szerepet játszik az egészségmegőrzésben, a betegségek megelőzésében és kezelésében. A vesemeridián energiája olyan, mint a tavasz vize, a talpból eredve „megöntözi” az egész testet.

A Yong Quan-pont stimulálásával erősítjük a szervezet állóképességét és segítjük a hideg elleni védelemben.



Fluorikonolon (Dr. Piepel)

A fluorokinolonok tartósan károsítják a mitokondriumokat (a sejtek energiatermelő központját). Ezért minden gyógyulási folyamat lassabb, mert nincs elég energia a sejtek javítására.

Az inakban és szövetekben károsodik a kollagéneképzés, így a sérülések kijavítása sokkal nehezebb.

Az idegrendszeri károsodások (pl. polineuropátia) miatt a sejtek közti kommunikáció is romlik, ezért a regenerációs folyamatok nem összehangoltak.



A szervezet gyakran oxidatív stressz állapotában marad, ami folyamatosan újabb károsodásokat okoz és akadályozza a gyógyulást.

Ezért a fluorokinolon-károsodott test sokkal sebezhetőbb, és minden újabb sérülés tartósabb, maradandóbb következményekkel járhat.

Miért veszélyes a futás és az intenzív terhelés fluorokinolon-károsultaknál?

Egy egészséges ember futás közben természetes módon terheli az inakat, izmokat, csontokat. Az egészséges szervezet képes regenerálódni a terhelés után, mert a sejtek, a kollagéntermelés és a szövetek működése ép.

Egy fluorokinolon-károsult szervezetben azonban más a helyzet:

- A szövetek sérültek – az inak, izmok, kötőszövetek gyengébbek, a kollagéntermelés károsodott.
- A csontok törékenyebbek – a sejtek ásványianyag-háztartása felborult, emiatt kisebb terhelésre is repedések, törések jöhetnek létre.
- Az inak és izmok könnyebben szakadnak – a károsodott sejtek nem tudják helyreállítani a szövetet, ezért a futás vagy ugrálás szinte azonnali sérüléshez vezethet.
- A sejtek regenerációja lelassult – a mitokondriális és DNS-károsodás miatt a test nem képes ugyanúgy helyreállítani magát, mint egy egészséges embernél.

Ezért fluorokinolon-károsultaknál a futás, nagy súlyok emelése, hirtelen mozdulatok vagy intenzív sport nemcsak kockázatos, hanem életveszélyes is lehet az inak, izmok és csontok állapota miatt.

Amit szabad: kímélő mozgás – jóga, gyógytorna, úszás, vagy könnyű séta, mindig fokozott óvatossággal.

Képzeljünk el egy erős kötelet: amikor új, feszes és ép szálakból áll, nagy terhelést is kibír. Ez olyan, mint egy egészséges ember inai és szövetei – futás, ugrás, súlyemelés közben is rugalmasak, és utána helyreállnak.

Most képzeljük el ugyanezt a kötelet, de már évekig a napon volt, megázott, kiszáradt, esetleg meg is rágták a moly vagy megcsípte a rozsdá. Kívülről még hasonlít a régihez, de a szálak belül elgyengültek. Ha ilyet hirtelen meghúzzunk, ráakasztunk egy súlyt, vagy elkezdjük rángatni, pillanatok alatt elszakad.

Pontosan ez történik a fluorokinolon-károsult testében:

- kívülről úgy tűnhet, hogy jobban van, mert már nincs állandó fájdalma,
- de belül a szövetek, csontok és inak már nem olyan erősek, mint régen, ezért bármilyen nagyobb terhelés – futás, ugrálás, súlyemelés – sérülést, szakadást okozhat.
- És ami nagyon fontos: ha egy orvos ránéz egy ilyen betegre, gyakran nem lát rajta semmit, mert ez a károsodás többnyire nem kívülről látható. Belül zajlik, sejtszinten, ezért különösen veszélyes és félreérthető.

Ha olyan állapotban vagyunk, hogy el tudunk menni fürdeni, akkor mindenképpen olyan helyet kell választani, ahol nincs vegyszer a vízben. Ilyen lehet a tó, patak, folyó, sós tenger vagy óceán. Ha mégis uszodába mennénk, nagyon fontos, hogy utánanézzünk, milyen vegyszereket raknak a vízbe, mert a szervezet hiperérzékenyen reagálhat ezekre.

Az étkezés tekintetében nincs mindenkire egyformán beváló módszer. Vannak, akiknek a gyümölcs- vagy zöldségkúrák segítenek a fájdalmak csökkentésében, mások léböjtnapokat tartanak. Megint másoknak a ketogén diéta válik be, vagy éppen a vegetáriánus étrend.

Nagyon fontos azonban, hogy a cukrot kerülni kell, főleg ha polineuropátiás tüneteink vannak, mert a cukor erősen fokozza a neuropátiás fájdalmakat. Sok beteg tapasztalata, hogy akár egy darab csokoládé is érezhetően felerősíti a fájdalmakat.

Kerülni kell minden olyan anyagot, ami a bőrön keresztül felszívódhat. Ezért nem ajánlott hajfestéket használni, mert a kemikáliák bejutnak a szervezetbe.

A csontkovácsolás különösen veszélyes fluorokinolon-károsultaknál, mert a csontok, inak és szövetek törékenyek.

Ha valaki mégis elmegy csontkovácshoz, mindenképpen figyelmeztesse, hogy rángatás, erős húzás, hirtelen mozdulat tilos.

Biztonságosabb inkább gyögmasszázshoz menni, mert a masszázs nem okoz olyan mértékű fizikai traumát, mint a csontkovácsolás.

Orvosi felelőtlenség és szabályozási problémák fluorokinolonokkal kapcsolatban

Sajnos a tapasztalat az, hogy az orvosok többsége bagatellizálja a fluorokinolon-károsodásokat. A betegek gyakran megkapják a „beképzelt” vagy „paranoid” jelzöt, és sokszor pszichoszomatikusnak bélyegzik őket – vagyis azt állítják, hogy lelki problémáik okozzák a fizikai tüneteiket.

A valóságban azonban a fluorokinolon-károsultak nem kapnak érdemi segítséget az orvosoktól. Magyarországon általában csak gabapentint vagy Lyrica-t (pregabalin) írnak fel, esetleg elküldik az embert ENG-vizsgálatra, MR-ire, de ezen túlmenően valódi terápiás lehetőséget nem kínálnak. Külföldön sem sokkal jobb a helyzet.

Kontrasztanyagot adni fluorkiononkárosultnak szigorúan tilos, de egészséges embernek se ajánlott.

Súlyos probléma, hogy ha egy orvos pszichiátriai vizsgálatot javasol, és ezt leírja a dokumentációban, akkor a későbbi orvosok is aszerint kezelik a beteget, mintha mentális problémája lenne. Ez komoly megaláztatást jelent, és eltereli a figyelmet a valós testi károsodásokról.

Az orvosok többségének nincs tudása arról, hogy a fluorokinolonok milyen mértékű és milyen típusú károkat képesek okozni. Csak ritkán találni olyan orvost, aki elismeri, hogy valóban létezik és komoly probléma ez a gyógyszercsoport.

Az egyik legsúlyosabb probléma, hogy az orvosok sokszor különbözőként kezelik a **ciprofloxacint** és a **levofloxacint**, pedig ezek valójában egy kaptafára épülő fluorokinolonok. Ha valaki érzékeny az egyikre, semmiképp sem szabad felírni a másikat sem – mégis előfordul, hogy így tesznek.

További gond, hogy a fluorokinolonok felírása az esetek körülbelül 88%-ában teljesen indokolatlan. Ez azt jelenti, hogy 100 orvosból 88 feleslegesen írja fel ezt a rendkívül kockázatos antibiotikumot.

Magyarországon 2019 áprilisa óta szigorú szabályozás van érvényben, miszerint fluorokinolont csak kivételes esetekben szabad felírni. Ennek ellenére az orvosok döntő többsége nincs tisztában ezzel a szigorítással, és sokan még mindig úgy kezelik, mintha „cukorkát” lehetne osztogatni.

Pedig a fluorokinolonok a legmagasabb rokkantsági kockázattal rendelkező antibiotikumok közé tartoznak.

Műtétek során, illetve műtétek után sem lenne szabad automatikusan fluorokinolont adni, csak akkor, ha valóban nincs más lehetőség, és a beteg állapota életveszélyes. **Valójában azonban számos más antibiotikum áll rendelkezésre, amelyek biztonságosabb alternatívák lennének.**

Figyelmeztetések és hivatalos elismerés

Az Egyesült Államokban a fluorokinolonok dobozán már jól látható figyelmeztetés szerepel, miszerint ez egy veszélyes antibiotikum, amely súlyos és tartós károsodást okozhat.

Emellett fluorokinolon-károsodásnak már van hivatalos kódja, tehát betegségként elismert állapot.

ICD-10 kódok fluorokinolon társulású mellékhatásokhoz – Amerikában

- Jelenleg van érvényben egy ICD-10-CM kód a fluorokinolonhoz köthető antibiotikumok rendszerszintű mellékhatásaira.

T36.8X5A: Adverse effect of other systemic antibiotics, initial encounter

(Más szisztémás antibiotikumok nem anafilaxiás mellékhatása – kezdeti ellátás)

- Krónikus vagy maradványtünetként felmerülő esetekre létezik a folytatólagos kód:

T36.8X5S: Adverse effect of other systemic antibiotics, sequela

(Szisztémás antibiotikumok utáni maradvány- vagy késői mellékhatás)

Ezzel szemben Magyarországon nincs semmiféle hivatalos elismerés, nincsen diagnosztikai kód, és a gyógyszerek dobozán sincs figyelmeztetés – mintha a probléma nem is létezne.

További probléma a dokumentálásban

Az ambuláns lapokon az orvosok gyakran nem a hatóanyagot, hanem csak a gyógyszer kereskedelmi nevét írják fel.

Ez azért veszélyes, mert:

- ugyanaz a hatóanyag több különböző gyógyszer néven is forgalomban van,
- ha a beteg egy adott hatóanyagra allergiás, akkor hiába más néven kapja meg, ugyanúgy súlyos reakciót okozhat,
- így könnyen előfordulhat, hogy a beteg ismét ki van téve annak a szernek, ami már korábban károsította.

Ezért nagyon fontos lenne, hogy mindig a hatóanyagot tüntessék fel, ne csak a gyógyszer fantázianevét.

Fontos tisztázni az orvosok számára

A fluorokinolonok nem egyszerű allergiás reakciót váltanak ki, hanem toxikus mérgezést okoznak a szervezetben.

Ez alapvető különbség:

- Egy allergia esetében a szervezet immunrendszere túlreagál egy anyagot, és ha elkerüljük azt az allergént, a beteg általában tünetmentes marad.
- Az FQ viszont sejtszinten mérgezi a testet, roncsolja a mitokondriumokat, idegeket, inakat, csontokat és kötőszöveteket.

Ezért a károsodás maradandó lehet, és újra előjöhet akkor is, ha a beteg már nem szedi a gyógyszert.

Nagyon fontos, hogy az orvosok ne úgy tekintsenek rá, mint egy „egyszerű gyógyszerallergiára”, hanem mint toxikus mérgezésre, amely tartós egészségkárosodást okozhat.

Gyógyulás esélyei fluorokinolon-károsodás után

Stefan Pieper könyve hangsúlyozza, hogy az FQ DNS-károsítást és mitokondriális károsodást okoznak. Ez alapvetően azt jelenti, hogy a sejtek működése tartósan sérül.

A szerző szerint teljes gyógyulás nagyon ritka, inkább részleges javulásról lehet beszélni.

Sok beteg évek múltán is szenved tünetektől (idegi fájdalmak, ínsérülések, kimerültség, szív- és emésztési problémák).

Az adatok szerint a betegek egy kisebb része tapasztal enyhülést életmódváltással, antioxidáns terápiával, diétával, de a maradandó károsodás gyakori.

☞ A könyvben idézett megfigyelések alapján:

- a betegek kb. 10%-a javul valamennyit,
- de teljes felépülés gyakorlatilag nem fordul elő.

Lelki és életminőségi következmények

Az FQ-károsodás nem csupán testi probléma, hanem az egész életet darabokra töri.

- Munkahely elvesztése – a fizikai munkát sokan már nem tudják ellátni, így munkanélkülivé válnak.
- Kapcsolatok széthullása – sok betegnél előfordul, hogy a párjuk elhagyja őket, mert már nem tudnak teljes életet élni együtt.

- Társadalmi elszigetelődés – a folyamatos fájdalmak és az orvosi segítség hiánya miatt a betegek élettere beszűkül.
- Mozgáshiány és sorvadás – a súlyos állapot miatt sokan ágyhoz kötöttek lesznek, ami további izomsorvadáshoz és romláshoz vezet.
- Megaláztatás az orvosok részéről – sokszor hülyének, beképzeltnek vagy pszichiátriai esetnek bélyegzik a károsultakat, ami tovább mélyíti a lelki terhet.

Az állandó, évtizedeken át tartó fájdalmak miatt sokan végső kétségbeesésbe kerülnek. Ha valaki 5–10 éven át mindennap küzd, hogy meggyógyuljon, és nem tud, az nem elmebeteg. A döntéseik mögött a fájdalom, a tehetetlenség és a kilátástalanság áll – nem pszichiátriai betegség.

Ezért sajnos nem ritka, hogy a betegek 2, 4, 6 vagy 10 évnyi küzdelem, tehetetlenség, fizikai fájdalom után elfáradnak, öngyilkosságot követnek el, vagy az eutanáziát választják.

Fluorokinolon-károsodás – tapasztalatok és figyelmeztetések

Több ezer fluorokinolon-károsult tapasztalatai alapján:

Tilos

- az intenzív terhelés,
- futás,
- súlyemelés,
- ugrálás,
- göröngyös úton biciklizés.

Még akkor is veszélyes, ha:

- csökkentek a fájdalmak,
- több energiát érez,
- úgy tűnik, hogy a polineuropátia javult.

Ez csalóka: a szövetek, csontok, inak továbbra is törékenyek, a test „porcelántestté” válik.

Nagyon óvatosan kell bánni vele, akár 10 évvel később is.

Miért nem regenerálódik a test úgy, mint egészségesen?

- Mitokondrium-károsodás – kevesebb energia jut a sejtek javítására.
- Kollagéntermelés zavara – az inak és szövetek gyengék, könnyen szakadnak.
- Idegrendszeri károsodás – romlik a sejtek közti kommunikáció.
- Oxidatív stressz – folyamatos károsodás, ami akadályozza a gyógyulást.

Ezért minden újabb sérülés sokkal tartósabb és maradandóbb lehet.

Miért veszélyes a futás és az intenzív sport?

Egy egészséges ember:

- futás után regenerálódik, az inak és csontok helyreállnak.

Egy fluorokinolon-károsultnál:

- a szövetek és csontok sérültek, gyengék,
- az inak könnyen szakadnak,
- a regeneráció lelassult vagy leállt.

A tünetek jelentkezése

Gyakran napokkal, hetekkel, sőt hónapokkal a kezelés után bukkan fel az első tünet; például az ínszakadások átlagosan 18 nappal a szedés kezdete után alakulnak ki, de már 2 órán belül is megtörténhetnek, vagy akár 200 nappal ($\approx$ 6 hónap) a kezelés után.

Idegrendszeri tünetek (pl. neuropátia) szintén késleltetve, akár hónapokkal később jöhetnek elő, és sokszor maradandóak.

Ezért minden orvosnak számolnia kell azzal, hogy egy FQ-mellékhatás a terápia befejezése után is bármikor előjöhethet.

Az FQ-mellékhatások késve is jelentkezhetnek, akár fél évvel ($\approx$ 200 nap) a gyógyszer szedése után.

Laborvizsgálat kiemelt fontossága

Minden terápia előtt szükséges a részletes laboreredmények alapos átnézése.

A labor mutatja meg a nyomelem- és vitaminhiányokat, az ionháztartás állapotát, és a szervezet aktuális terheltségét.

Labor nélkül nem szabad étrend-kiegészítőket vagy bármilyen kezelést ajánlani, mert könnyen ronthat a beteg állapotán.

Ha az orvos nem tud konkrét terápiát nyújtani, legalább küldje el a beteget laborvizsgálatra – ez a minimumsegítség.

Rendszeres kontrollvizsgálatok segítenek megelőzni a további károsodást, és objektív képet adnak a betegség alakulásáról.

Fluorokinolonok felírásának szigorítása

Nagyon fontos kiemelni: **A fluorokinolon hatóanyagú antibiotikumok kizárólag életveszélyes állapotban írhatók fel. (Viszont 83% - os indikáción felüli felírás!!!!)**

2019 áprilisa óta az EMA és az FDA szigorításai egyértelműen kimondják ezt.

Jó lenne, ha az orvosok tisztában lennének ezzel, mert a betegek tapasztalata szerint sokan még soha nem hallottak róla.

Ez a gyógyszercsoport a legmagasabb rokkantsági kockázati skálába tartozik.

Sok betegnek nincs visszaút: soha nem kapják vissza a régi életüket.

Műtéteknél különösen fontos: Ne alkalmazzák feleslegesen, műtét után se írják fel, ha a beteg nincs életveszélyes állapotban!

Miért kellene kórházakban rutinszerűen, teljesen feleslegesen használni, ha biztonságosabb antibiotikumok is elérhetők?

Gyógyszerek, amelyeket kerülni kell FQ-károsultaknál

Az FQ-károsult betegek szervezete hiperérzékennyé válik, ezért minden további kemikália erősebb mérgező hatást fejthet ki.

Szteroidok és nem-szteroid gyulladáscsökkentők (NSAID-ok) – tapasztalatok alapján nem enyhítik a fájdalmat, viszont tovább rontják az állapotot, fokozzák a mellékhatásokat és a mérgezést.

A Dr. Pieper könyvében is hangsúlyozott jelenség: ezek a gyógyszerek nem működnek megfelelően FQ-károsultaknál, mert a sejtszintű károsodás más mechanizmusokon alapul.

Ezért nem szabad szteroidot és NSAID-ot felírni FQ-betegeknek, mert többet ártanak, mint használnak.

Svájc betiltja a mammográfiát (Gary Clarkson)

RENDKÍVÜLI HÍR: SVÁJC BETILTJA A MAMMOGRÁFIÁT – LELEPLEZŐDÖTT AZ ORVOSI CSALÁS

Svájc lett az első ország, amely betiltotta a mammográfiát, ezzel napvilágra hozva az orvostörténelem egyik legnagyobb csalásának hátterét. Nők millióit félemlítették meg, diagnosztizáltak félre és csonkították meg évtizedeken át egy olyan rendszer nevében, amelyet nem a gyógyításra, hanem a profitmaximalizálásra terveztek.

Most lehullt a lepel. A mammográfia sosem az életmentésről szólt. A cél a páciensek „előállítása” volt. A tények megdöbbentőek:

Akár 60%-os álpozitív arány – A diagnózisok fele téves. Nőket vetnek alá kemoterápiának, emlőeltávolításnak és sugárkezelésnek olyan betegségek miatt, amelyekben valójában nem is szenvedtek.

Maga a vizsgálat is veszélyes – A melleket brutális erővel préselik össze, a szöveteket pedig sugárzásnak teszik ki. Egy „rákszűrés”, amely valójában rákot okoz.

A daganat továbbterjedésének kockázata – Tanulmányok szerint a mammográfia akár serkentheti is a daganatok növekedését. Képzeljük csak el: bízunk egy olyan vizsgálatban, amely éppen azt a betegséget segíti elő, amelyet elvileg megelőzni hivatott.

Több mint 690 ezer téves diagnózis – Egészséges nőket nyilvánítottak betegnek, és tettek a nagyipari gyógyászat (Big Medicine) fejőstehenévé. Ez nem egészségügy. „Ez nők elleni szervezett bűnözés.” Egy olyan, profitra épülő gépezet, amely a félelemre, a propagandára és a kötelező éves szűrésekre épül, és milliókat ejt a túldiagnosztizálás és a túlkezelés csapdájába.

Svájc háborút indított az orvosi maffia ellen. A betiltás nem csupán szakpolitikai döntés, hanem forradalmi tett, amely leleplezi azt a sötét titkot, miszerint a profit fontosabb az embernél. A világ többi része nem hunyhat többé szemet a valóság felett. Az egyszerű igazság az, hogy léteznek jobb és biztonságosabb megoldások. Összenyomás és sugárzás? Nem. A manuális vizsgálatok és a fejlett képalkotó eljárások ezt igazolják is. Az orvosi ipar tisztában van ezzel, mégis elhallgatja az információkat, hogy megőrizze milliárdos birodalmát.

Globális felhívás cselekvésre:

- Állítsák le a mammográfiát minden országban!
- Kerítsék elő és vonják felelősségre a nyereszkeskedőket!
- Támogassák a humánus és biztonságos diagnosztikai módszereket!
- Tájékoztassák a nőket az igazsággal, ne pedig félelemkeltő propagandával!

Svájc már meggyújtotta a kanócot. Az orvosi establishment harcolni fog birodalma védelmében, de a repedések már látszanak. A hazugságok nem állják ki az idő próbáját. Itt nem csupán az emlőrák felismeréséről van szó, hanem az emberi szenvedésből élő teljes rendszer leleplezéséről. Svájc megtette az első lépést egy valódi egészségügyért folytatott világméretű forradalomban. A kérdés az: vajon fellázad-e a világ, vagy hagyja, hogy az orvosi maffia továbbra is életeket tegyen tönkre a profit érdekében? A hallgatás ideje lejárt. Az igazság napvilágra került.

Az onkológus, aki abbahagyta a gyógyszerek felírását

*„22 éve vagyok onkológus. Több mint 4000 betegnek írtam fel kemoterápiát. A múlt hónapban abbahagytam. Soha többé *nem fogom felírni. És el kell mondanom, miért.*”*

2004-ben végeztem a Johns Hopkins Egyetemen. Hittem a rendszerben. Úgy gondoltam, hogy a kemoterápia a legjobb eszköz, ami rendelkezésünkre állt. Láttam a betegek szenvedését, mert őszintén hittem, hogy esélyt ad nekik.

2026 márciusában meghívtak egy bizalmas orvosi konferenciára a marylandi Bethesdába. A meghívó egy ismert névtől érkezett: egy volt kollégámtól, aki 2019-ben eltűnt a civil orvoslásból.

A konferencia nem szerepelt semmilyen nyilvános programban. 40 orvos volt a teremben. A bejáratnál katonai biztonsági őrök voltak. Telefonálni tilos volt.

Megmutattak nekünk egy készüléket.

Úgy nézett ki, mint egy MRI-készülék, de a benne lévő technológia semmihez sem hasonlított, amit valaha láttam. „Kvantumsejtes Recovery Unit”-nak nevezték el. Elmagyarázták, hogy célzott skaláris frekvenciákat használ a beteg DNS-ének eredeti „tervrajzának” leolvasására, és a sérült sejteket egészséges frekvenciájukon rezonálni kényszeríti.

Aztán megmutatták nekünk az eredményeket.

Páciens beteg után. Hasnyálmirigyrák: 6 ülés alatt elmúlt. Glioblasztóma: 9 nap alatt visszafejlődött. Áttétes emlőrák: teljes remisszió 14 nap alatt. Nincs műtét. Nincs sugárkezelés. Nincs kemoterápia.

Abban a szobában ültem, és néztem, ahogy 22 évnyi karrierem jelentéktelenné válik 45 perc alatt.

Egy tábornok végül felállt, és azt mondta: „Ez a technológia 2003 óta működik. Jelenleg 47 intézményben használják világszerte. A 2026-1947-es végrehajtási rendelet megkezdte a titkosítás feloldási folyamatát. Azért tájékoztatjuk Önöket, mert 90 napon belül a betegek kérdezni fognak Önöktől róla. Készen kell állniuk.”

Felemeltem a kezem, és megkérdeztem: „Hányan haltak meg rákban 2003 óta, amíg ez a technológia létezett?”

A teremben csend honolt.

„Nincs ilyen számunk.”

„Van.” Azt mondtam: „Van. Ez körülbelül 10 millió amerikait jelent.”

Aznap este hazavezettem, és két órán át ültem az autóban. Minden betegre gondoltam, akinek kemoterápiát adtam. Minden családra, akinek azt mondtam: „Mindent megteszünk, amit tudunk.” Minden temetésen, amin részt vettem, azt hittem, elvesztettem a csatát.

Nem veszítettük el a csatát. A csata manipulált volt.

Másnap abbahagytam a kemoterápia felírását. Szembe kell néznem a következményekkel. Elveszíthetem a jogosítványomat. Nem érdekel.

10 millió ember halt meg, miközben a gyógymódot földalatti bunkerekben rejtették. Ez a szám nem statisztika. Ez bűncselekmény.

A pszichiáterek által sarokba szorított szülő esete (Állampolgári Bizottság az Emberi Jogokért)



A fiún már óvodás korában látszott, hogy intelligensebb, mint a korabeli gyerekek. Remekül kijött csoporttársaival, gond nélkül beilleszkedett, ám ekkor egy másik csoporttársa bántani kezdte őt. Az anyuka, amikor erről tudomást szerzett, az óvodától kért segítséget, de sajnos hiába: közölték vele, hogy nem tudnak mit tenni. Az anyuka így az óvodaváltás mellett döntött, és – bár a helyzet továbbra sem volt zaklatásoktól mentes – a fiúnak sikerült elballagnia az óvodából.

Az iskolában a fiú teljesen új gyerekek közé került, és ismét akadt egy osztálytársa, aki őt jelölte meg célpontjául: újabb zaklatások és bántalmazások vették kezdetüket. Ezek hatására a fiúnál viselkedési problémák kezdtek mutatkozni, így nevelési tanácsadóhoz kellett fordulniuk – itt hangzott el először a kijelentés: a gyermek hiperaktív, és gyógyszert kell szednie. Az anyuka, hogy megvédje gyermekét, ismét az iskolaváltás mellett döntött, ám a fiúnál az őt ért traumák hatására sajnos megmaradtak a viselkedési problémák az új iskolában is. Az új iskola igazgatója – hogy elkerüljék a Gyámhivatal

közbelépését – magántanulói státuszt javasolt a gyermeknek, melyet édesanyja kénytelen-kelletlen elfogadott. A fiú a tanévet ezután nagyon jó eredményekkel zárta, ám mégis szeretett volna inkább iskolába járni a többi gyerekkel.

Ismételten felkeresték hát a nevelési tanácsadót, ahol bebizonyosodott: a fiúnak átlag feletti az IQ-ja. Az anyuka elvitte fiát egy mentálhigiénés központba, hogy megállapítsák, ténylegesen szükséges-e a pszichiátriai szer a gyermeknek. A központban egy számítógépes tesztet töltettek ki a fiúval, ami az ADHD (figyelemhiányos hiperaktivitás zavar) meglétét hivatott kimutatni. Bár a teszten a fiú jól szerepelt, mégis azt kérték, hogy gyógyszer hatása alatt is végezze el újra. Az anyuka erősen ellenkezett, ám végül meggyőzték, hogy egyezzen bele a vizsgálatba, hiszen csak egyetlen szem gyógyszerről van szó – ezt a döntését azonban később megbánta.

A fiú édesanyja ekképp írta le tapasztalatait a gyógyszer hatásairól: „A fiam pupillái fél órára rá beszűkültek, a gyógyszer után három órával evés közben keze-lába járt, mint egy »ideggyengének«, délután kiborulás, dührohamok, este a nyolc órakor alvó gyerekem még fent van, este 10-kor pörgött, ugrált! Sírtam! Soha nem akarom ilyen állapotban látni!”

Az ezt követő egy hetes megfigyelés után a mentálhigiénés központban kijelentették: a fiú ADHD-s, és mindenképpen gyógyszert kell szednie, addig nem vállalják a pszichoterápiás kezelését sem. Ezzel egy időben az anyukát meg is fenyegették: ha most nem egyezik bele a gyógyszerelésbe, akkor a gyámhatóság fogja majd elrendelni. Bár az anyuka tiltakozott a szakvélemény ellen, fia mégis SNI státuszba került (sajátos nevelési igény).

Időközben az anyuka elvitte fiát egy vizsgálatra is, melyen kiderült: a gyermek gluténérzékeny. Gluténmentes diétával már egy hét után javulást tudott elérni a fiú viselkedésében, ám ez már nem segített: a nyomás hatására, hogy gyermeke ismét iskolába járhasson, kénytelennek érezte, hogy beleegyezzen a pszichiátriai gyógyszerelésbe – bár tisztában volt vele, hogy fiának nincs erre szüksége.

Az édesanya ezt írta nekünk levelében: „Amit tapasztaltam az elmúlt két évben, hogy nem érdekli az orvosokat az ok, hanem az aktuális tüneteket kezelik gyógyszerrel!”

Az Állampolgári Bizottság az Emberi Jogokért alapítvány jelenleg jogi úton segít az anyukának, hogy fia gyógyszerelés nélkül is járhasson iskolába, és teljes életet élhessen.

<https://sbee.link/76wnxg3yhb>

<https://emberijogok.hu/a-pszichiaterek-altal-sarokba-szoritott-szulo-esete/>

PROGRAMOK, ESEMÉNYEK

SZKITA Egyesület: EEM Találkozó – Pomáz, 2026. augusztus 23.

Az elkészült videófelvevételek elérhetők
a <https://eem.hu/pomaz/> oldalon
a programpontokra kattitva.

EGYESÍTSÜK ERŐINKET MOZGALOM ÖSSZEJÖVETELE
2026. AUGUSZTUS 23. POMÁZ, MAGYAR VÁR

„Minden virág virágozzék.”



Vegyen részt a tanácskozáson nemzetünk fontos kérdéseiben!
Program: 15 perces felvezetőket követően konstruktív, csoportokra bontott közös beszélgetés a megadott témákban.

09:00–09:30 Megnyitó. A csoportmegfigyelők kiválasztása
09:30–11:00 Tanácskozások, megbeszélések
11:00–11:30 Zene (Fliszár Mária és Budai Gábor)
11:30–13:00 Tanácskozások, megbeszélések
13:00–14:00 Ebéd
14:00–15:30 Tanácskozások, megbeszélések
15:30–16:00 Zene
16:00–18:00 Közös beszélgetés a nap tapasztalatairól

Témák: személyi azonosítás, digitális pénz, chemtrail, oltásmentesítés, civil ellenőrzés, Tisza-kormány új alkotmánya, gyógyvirágok, ősmagyar szimbólumok, alternatív Magyarország

Előadók: Botka István, Dr. Horkovics-Kováts János, Schall Attila
Dr. Pál-Szántó Ágnes, Dr. Mihalik Angelika, Dr. Dóra Márta,
Boór Ferenc, Dr. Pócs Alfréd, Nagy Gábor, Juhász Zoltán János,
Szecsei Miklós, Kállai Edit, , Csizmadia Klára, Dr. Tamasi József

A részvétel regisztrációhoz kötött: fesztivaleem@gmail.com
Belépés: 3000 Ft | Ebéd: 1500 Ft/fő

**Budapesti Szkíta Önkormányzat találkozója:
Lőcse István Szakrális geometria című előadása és
a MedBed ismertetése – 2026. szeptember 18.**

A Szkíta-Magyar Hagyományélő Közösség Rendezésével

ISMERD MEG ISTENT

SZAKRÁLIS GEOMETRIÁVAL

Szept. 18 2026



LŐCSE ISTVÁN
PSZICHOLÓGUS

FŐ TÉMÁK:
A FORRÁS TULAJDONSÁGAI ÉS FUNKCIÓI
A HOLOGRAFIKUS UNIVERZUM
FRAKTALITÁS ÉS A TÖBBDIMENZIÓS VALÓSÁG
MEDBED BEMUTATÓ

NYILTNAPI RENDEZVÉNY - ADOMÁNY 1000 FT. KÖNYVVÁSÁRLÁS ÉS DEDIKÁCIÓ AZ ELŐADÁS VÉGÉN

BUDAPEST

HELY: Budapest 1119, Fehérvári út 179.
Hotel VenturA, Super8 étterem

IDŐPONT: Szeptember 18, 2026, 17:30 ÓRAI KEZDETTEL

INFORMÁCIÓ:
LŐCSE ISTVÁN: +40 771012141

EMAIL:
ATEREMTESFIZIKAJA@GMAIL.COM
BP.SZKITAONKORMANYZAT@GMAIL.COM

IRATKOZZ FEL:

 FACEBOOK.COM/TEREMTESFIZIKAJA  YOUTUBE.COM/ATEREMTESFIZIKAJA



Országos Túlélő Találkozó

– Szigethalom, 2026. szeptember 19.

ŐSZI ORSZÁGOS TÚLÉLŐ TALÁLKOZÓ

♥ Hálaadó nap – Együtt, Egymásért! ♥



2026. szeptember 19. (szombat)
9:00 – 22:00

SZIGETHALOM, PLACC

 Szeretettel várjuk kézműveseket a helyszínre vásár fiával.
Kipakolás: 09:00 órától.

 Szálláslehetőség van, a távolról érkezőknek.

 **A JÓ ÜGY SÉFJE
BUKROS MIKLÓS**
babgulyást főz.

MŰSORTERV

09:00-tól Gyülekezés.
Kézműves kipakolás 10:00 óráig.

— Műsorközlő: Orosz Adrienn —

10:00  Ünnepestes megnyitó

10:15  Polovics Zoltán bemutatja a Túlélők Egyesületét

10:25  Nagy-Szilvas Kincső
2 népdalt énekel

10:40  Balázs Gergely lélekhegedű – hegedűművész

11:10  Hegedűs Kolos *Ősten kardja* címmel mond mesét a gyerekek bevonásával

11:50  Szigethalmi versmondók

12:00–14:00 **EBÉDSZÜNET – FELNŐTT MESEHALLGATÁS**

- Hála asztal elkészítése.
- Gyertyagyújtás zárt méccsel.

Hegedűs Kolos mesél a felnőtteknek. 

14:00  Király Tibor nagy sikerű rockoperából ad elő, többek között *Vazul vére*, *Hazám felől Hazám felé*, *Magyarok Fénye*, stb.

15:00  Tóth Dávid és Lengyel Judit a Nógrád Operett Társulat művészei operett dalokat énekelnek

15:40  Csengettyű bábcsoport előadása

16:10  Zabari Bazsarózsa Dalkör

16:40  Csáky testvérek: Kirándulás harmonikaszóval

17:10  Szigethalmi Táncház néptáncosainak a bemutatója
Szünetekben: szigethalmi versmondók

18:00  **REGENDA** zenekar saját szerzeményű hazafias és történelmi rock improvizációkat játszik.

DÉLUTÁN

 Íjászat a Szent Sebestyén Íjász Alapítvány közreműködésével.

20:00–22:00  Táncház a szigethalmi néptáncosokkal, éptánc tanulással, a Csáky testvérek zenéjére.

 esemenyek.tulelok@gmail.com  +36 70 274 9891  www.t-u-l-e-l-o-k-kozossege.hu  Túlélők Községe

♥ Szeretettel várunk mindenkit! ♥

Pest Vármegyei Székita Önkormányzat: Örömnép – Atilla-domb, 2026. szeptember 20.

Családi programok



színpadon és jurtákban

Örömnép az Atilla-dombon 2026 szeptember 20-a Tápiószentmárton, Kincsem Lovasparkban

9.00- Megnyitó

Közös dobolás
Vándor kiállítás bemutató
Labdarózsa népdalkör
Fehér Boglárka
Tolcsvay Béla
Alexander Horsch ősi hangszerek bemutatója
RajzPályázat eredményhirdetés

13.00- Tremoló citerazenekar

Olasz Etelka mesemondó
Fehér Táltos Dobcsapat
Szer – Hang hangtál
Karakürt koncert



Jurtákban egész nap: kézműves foglalkozások,

Rovásírás gyermek foglalkoztatók, bemutatók

Székíták régen – székíták ma Vándorkiállítás

Szervezők: Székita Kultúraért Hagyományörző Egyesület, szekitakultura.hu
Székita Vármegyei Önkormányzatok.

A programváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tápiószentmárton vasútállomástól, saját szervezésű buszjárat indul az Atilla Dombra minden óra 20-perckor,
A járat Tápiószentmárton központjában /posta/ minden óra 30-kor veszi fel az **Örömnépre** érkező látogatókat.

Nógrád Vármegyei Szkíta Önkormányzat:
Kulturális Örökség Napok
– Alsópetényi Templomdomb, 2026. szeptember 20.

KULTURÁLIS ÖRÖKSÉG NAPOK

SZEPTEMBER 20. VASÁRNAP ALSÓPETÉNYI TEMPLOMDOMB

10.00-18.00 Kézműves vásár és gyermekfoglalkozások
10.00 Helytörténeti séta
Találkozási pont: az Alsópetényi Kultúrház előtt
10.30 "Hét nap, hét éjjel, hét szempillantás" - Csiki Lóránt mesél a gyermekeknek
11.15 Szentmise, valamint a Szent Korona hiteles másának látogatása a templomban a Magyar Királyi Koronaőrök Egyesületének jóvoltából
12.30 A Werbőczy-gúla ünnepélyes megkoszorúzása
13.00 Ebéd
14.00 Solymászat szirti sassal, Bató Miklós solymász mesél
15.00 Werbőczy korának zenéje a Gál-Balog Reneszánsz Duó előadásában
16.00 Werbőczy István és kora - a Szent Korona-tan jelentősége napjainkban, Simon Tamás előadása
17.00 Alsópetényi történetek-Kiss Ernőné írásai, a szerző előadásában, zenésztársak közreműködésével

VÁRUNK MINDEN ÉRDEKLŐDŐT SZERETETTEL!



VII. Nemzetközi Béke- és Egészségkonferencia – Budapest, 2026. szeptember 25-26.

<https://caraka.hu/vii-nemzetkozi-beke-es-egeszsegkonferencia-budapest/>



VII. NEMZETKÖZI BÉKE- ÉS EGÉSZSÉGGONFERENCIA – BUDAPEST

„Szövetkezünk a jövő orvoslásáért”
2026. szeptember 25–26.



Helyszín

Turul Ház, a Magyarok Világszövetségének székháza
1052 Budapest, Semmelweis u. 1–3.

Rendező

Caraka Alapítvány

Társrendezők

Új Magyar Orvosi Kar (ÚJMOK)
Korona Igazsága Tanácsadó és Jogvédő Egyesület (S

Fővédnök

Patrubány Miklós, a Magyarok Világszövetségének elnöke



Elnök

Dr. Tamas József

Szervezőbizottság

Dr. Helko Schöning
Dr. Guseo András

A titkárság elérhetőségei

orvosokatisztanlatasert@gmail.com • +36 30 967 0375 • www.caraka.hu

Regisztráció

A konferencián előzetes regisztrációval lehet részt venni!
Részvételi díj

- 40.000 Ft két napra
- 30.000 Ft egy napra

Szívesen fogadunk pénzügyi adományokat a konferenciára!

A Caraka Alapítvány bankszámlaszáma

OTP 11702043-21456499 (Magyarországról)

IBAN: HU92 11702043-21456499-00000000 Swift: OTPVHUB (külföldről)

A konferencia hivatalos nyelve magyar, német és angol.

Kiállítókat, vásárolókat is várunk: 3 m² alap kiállítói felület ára naponta 30.000 Ft.

További információk a titkárságon Hegyi Mirjamnál.

TÁMOGASSON BENNÜNKET, HOGY TÖBBET SEGÍTHESSÜNK!

A Caraka Alapítvány tudományos konferenciákat, továbbképzéseket rendez, tudományos életet szervez, a gyógyszeripar termékeit helyettesíteni képes természetes gyógymódokat kutatja.

Mindent a tevékenységet csakis az Ön adományaiból tudjuk fenntartani.

Caraka Alapítvány
OTP 11702043-21456499
IBAN HU92117020432145649900000000
SWIFT OTPVHUHB
Adószám 191644 81-1-03
Cégi. sz.: 03-01-0002609



VII. NEMZETKÖZI BÉKE- ÉS EGÉSZSÉGGONFERENCIA – BUDAPEST
„Sétélkezünk a jövő orvoslásért”
2026. szeptember 25–26.

VII. INTERNATIONAL PEACE AND HEALTH CONFERENCE
“Joining Forces for the Medicine of the Future”
25–26 September 2026

VII. INTERNATIONALE FRIEDENS- UND ESUNDHEITSGONFERENZ
„Gemeinsam für die Medizin der Zukunft”
25.–26. September 2026

KEDVES KOLLÉGAI!

Tegye tartózkodását az ÚJMON orvosokkal a konferencia után is! Lépjen be tagunk! Keresse a szervezői standunkat az előtérben, és töltse ki a belépési nyilatkozatát! Aki nem orvos, annak ajánljuk a Szent Korona Igazsága Egyesület (SZKITA) tagságot, hogy megmaradjon az információáramlás köldökzsinórja!

Keressen bennünket weboldalainkon:

nyomok@szkita.hu
www.szakmai-tanacsadok.hu
szkita.hu



Sebestyén Szilvia

Makrobiotikus
Táplálkozástudományi Szakértő
Tanácsadó | Szakos | Oktató
A Magyar Makrobiotika Intézet
alapítója és vezetője

MAKROBIOTIKUS TÁPLÁLKOZÁS

AZ ELFOGYASZTOTT ÉTELEINK

Alapvetően, hosszú távon meghatározzák az életminőségünket, befolyásolni tudják a mentális, érzelmi és fizikai állapotunkat.

A MAKROBIOTIKUS ÉTREND

- Gyulladáscsökkentő, antioxidánsban, rostokban, mikro tápanyagokban gazdag.
- Stabilizálja a mentális, kognitív és fizikai állapotunkat, megakadályozza az agyi kódot, memóriazavar, szellemi leépülést.
- Glutén, tejtermék, tojás és cukormentesen hiányállapotok nélkül is lehet összeállítani gyógyhatású étrendet.
- Természetes étrend. Kárpát medencei alapanyagokat használ.

Könyvek | Főzőiskolák | Tanácsadás



sebestyenzsilvia.hu
makrobiotika@gmail.com
+36-20-554-7777



Csongrád-Csanád Vármegyei Szkíta
Önkormányzat: Dr. Boros G. László előadása
– Szeged, 2026. szeptember 26.

**TUDTAD, HOGY
NEM MINDEGY,
MIT ESZIK AZ ÁLLAT?**

ELŐADÁS KÓSTOLÁSSAL EGYBEKÖTVE!

**2026. Szeptember 26.
– 15:00 ÓRA**

**SZEGED, PETŐFI TELEPI
MŰVELŐDÉSI HÁZ**

ELŐADÓ:
Dr. Boros G. László
Kennedy egészségügyi miniszter tanácsadója

A TÉMA:
**Legeltetett állatok és azok húsanak
fogyasztása – élettani hatások**

Vajon hogyan befolyásolja az állatok tartása
és takarmányozása a hús minőségét?

Milyen élettani hatásai lehetnek a legeltetett
állatok húsanak?

Az előadást kóstolás is színesíti!

**ÉRDEKES TÉMA, HASZNOS INFORMÁCIÓK ÉS KÓSTOLÓ –
ÉRDEMES ELJÖNNI!**

Szeretettel várunk minden érdeklődőt!

A rendezvényre a belépéshez e-mailben jelentkezni
a szkita.csongrad@gmail.com vagy a Mars téren az
Irén csarnokban személyesen, név és e-mail cím
megadásával lehetséges.

SZERVEZŐ:
Csongrád Vármegyei
Szkíta Önkormányzat
szkita.csongrad@gmail.com

TÁMOGATÓINK:
SZOMOR
BERTOK
ZSÍROS
Húsüzlet