

## Kiemelve, de meg nem törve

Minden ember élete egy történet.

Van, akinek mesébe illő, van, akinek inkább egy hegyekkel és viharokkal teli utazás. Az én történetem talán nem a legegyszerűbb, de minden egyes fejezete formált, alakított, és végül azzá tett, aki ma vagyok. Gyerekként még nem értettem, miért történnek a dolgok úgy, ahogy. Csak éltem a magam kis világában, szeretetre éhesen, álmokkal tele, hittel a család erejében. Aztán jött egy pont, amikor minden megváltozott. De, ez a változás nem tört meg, hanem megerősített. Megtanultam, az élet nem kérdezi meg, hogy készen állsz-e, de te döntöd el, hogyan állsz talpra. Ez az én utam története. Egy út, ami néha könnyes volt, néha hangos nevetésekkel teli, néha csendesen fájó, de mindig előre vitt.

### Gyerekkorom (0–6 évesen)

Minden gyereknek megvan a maga kis világához tartozó biztonsága. Az én világom a családom, a nevetésük, és az otthon melegsége volt. Egy kisgyerek nem ismerheti az igazán hideg valóságot, ami kívül vár. És én sem tudtam, hogy az élet hamarosan olyan irányba fordul, amitől soha többé nem leszek ugyanaz.

Hat éves voltam, amikor az egész világom darabjaira hullott. Egy reggel, mikor már az iskolába készültünk, a rendőrök léptek be az életünkbe. Nem volt előjelezve semmi. A reggel ugyanúgy indult, mint a többi. A szüleim próbáltak rávenni, hogy felkeljek, és induljunk. Az iskolába mentünk volna, bár nem minden nap jártunk, de akkor valami más volt.

Hirtelen minden megváltozott. Mielőtt bármit is felfoghattam volna, a rendőrök a szüleimet a földre kényszerítették, és én ott álltam, némán, szinte mozdulatlanul. Emlékszem, ahogy a szívem hevesen vert, de nem tudtam miért. Az arcomon érződött a félelem, de az agyam nem fogta fel teljesen, hogy mi is történik.

Aztán gyorsan beraktak minket egy mikrobuszba. Nem értettem, hova megyünk, miért van szükség erre. Egy hely, amit még sosem hallottam, a gyermekvédelem lett az új otthonom.

Soha nem fogom elfelejteni, ahogy az új helyre vittek. Az utazás során úgy éreztem, mintha minden, amit valaha ismertem, szétesett volna. És abban a pillanatban, ahogy beléptem az új világba, valami megváltozott bennem. A szüleim, a régi életem mind elhalványult a távolban, és én ott maradtam egyedül, egy új valóságban, amit még fel kellett dolgoznom.

Miután gyermekvédelembe kerültem, mind a hét testvéremmel egy külön nevelőszülőhöz helyeztek minket. Amikor megérkeztünk, bár még csak gyerekek voltunk, valami egészen új érzés ébredt bennem. Egy új hely, új lehetőségek. És bár a hely maga nem volt tökéletes, nem is tudtam, mi az, hogy tökéletes. Boldog voltam, hogy kijöhöttem a nyomorból, hogy végre nem kell a hideg és sötét éjszakákban rettegnem. A régi életünket elhagyva valami újra, valami jobb, talán egy kicsit jobb jövőre vágytam.

## Kiemelve, de meg nem törve

De a külvilág nem mindig volt annyira kedves. Mindannyian sebezve, lelkiileg sérülten érkeztünk. Emlékszem, hogy gyakran tetvesek voltunk, és a bőrbetegségek miatt sokszor éreztük magunkat másnak, mint a többiek. Az új hely, bár jobb volt, mint ahonnan eljöttünk, mégis hozott magával új fájdalmakat és kihívásokat. Nehéz körülmények között jöttünk ki a szüleinktől, és bár nem voltunk már ott, a lelkünkben még mindig ott volt a fájdalom.

Az iskolában sokszor úgy éreztem, hogy mások nem értik meg, hogy mi miért vagyunk mások. Nem tudták, mi rejtőzik a hátunk mögött. Nem tudták, hogy miért voltunk azok, akik, hogy miért viselkedtünk úgy, ahogy. De az új helyen, a testvéreimmel együtt próbáltunk alkalmazkodni, próbáltunk elfogadni mindent, ami körülöttünk történt. Volt valami nyugalom abban, hogy nem voltam egyedül.

Mindezek ellenére, hét éves koromig, úgy éreztem, hogy elindultam egy jobb úton. De a sebek, amiket hoztunk, nem gyógyultak meg olyan gyorsan. Az új élet nem volt könnyű, de végre volt valami, amiben reménykedhettem, egy új esély, egy új jövő.

Az új élet nem volt könnyű. Képzeld el, hogyan éreztem magam, amikor először ágyat kaptam. Valami, amit talán sosem értettem meg teljesen, hogy miért voltunk mi ennyire mások, hogy miért nem volt nekünk saját ágyunk, amiben nyugodtan alhatunk. A gyermekvédelemben kerülve, amikor végre saját ágyam lett, és úgy éreztem, hogy valami most végre stabil, biztos alapot ad, olyan érzés volt, mintha végre kezdhettem volna igazán lélegezni. Furcsa volt, hogy fürödhettünk, hogy nem kellett attól félni, hogy sosem lesz tiszta a bőrünk, vagy hogy nem lesz esélyünk tanulni, fejlődni. A mindennapi élet, amit az előző években nem ismertünk, most elérhetővé vált számunkra. Kikapartak minket a szenvedésből, a koszból, a betegségből, és most egészségesek vagyunk.

De míg ezek a dolgok új világot adtak nekem, a lelkemben még ott volt a fájdalom, a kétségbeesés, amit az életem első éveit hoztak. Egyre inkább zárkózottá váltam. Három évig egyáltalán nem szóltam, még az iskolában sem. Senki nem tudta, mi zajlik bennem, és én sem tudtam, hogyan mondhatnám el. Az én világomban, a hallgatás volt az, ami megnyugtató. Miután évről évre pszichológusokhoz jártam, próbáltam feldolgozni mindazt, amit átéltem, de nem volt könnyű. Éreztem, hogy valami bennem elakadt, valami, amit nem tudok szavakkal kifejezni.

De az évek alatt, amíg a nevelőszülőknél éltünk, volt egy olyan időszak, amikor minden a helyére került. Két évig úgy tűnt, minden rendben van. A családdal való kapcsolat is egyre jobban alakult, mi pedig mindig reménykedtünk, hogy talán hazamehetünk a szüleinkhez. De aztán újra jött a csalódás. A szüleink lemondtak rólunk, ahogy a gyermekvédelemben kerültünk. Az élet újra pofon vágott, és a reményeink szertefoszlottak.

De mégis, valahol mélyen, az új élet, az új esélyek adottak voltak. A szeretet, amit ott kaptunk, és a biztonság, amit a nevelőszülőktől éreztünk, segített abban, hogy elinduljunk a gyógyulás útján. Néhány éven belül már nem éreztük annyira a fájdalmat, a hiányt. Az életünk más irányt vett, és mi ott voltunk, készen arra, hogy újra boldogok legyünk.

## Kiemelve, de meg nem törve

### Kamaszkor (8–12 évesen)

Nyolc éves koromban újabb változás történt az életünkben. A nevelőszülőhöz egy újszülött kislány, érkezett, és bár ő volt a legkisebb a családban, hamar a figyelem középpontjába került. Az új kis családtag sok mindent megváltoztatott. Eleinte minden úgy folyt, mint addig, egy szoros közösség, ahol a nevelőszülők gondoskodtak rólunk, és mi igyekeztünk egymásra figyelni.

De ahogy telt az idő, valami megváltozott. Az új kislány lett a kis kiváltságos, ő lett a központi figura, aki mindig megkapta a legtöbb figyelmet. A nevelőszülők, akik eddig mindannyian egyenlő mértékben támogattak minket, most egyre inkább csak rá összpontosítottak. Míg addig mindenki egyformán fontos volt, most az új kislány lett az elsődleges. Sokat dolgoztunk azon, hogy segítsünk neki, és mi, a testvérei, nemcsak segítettünk, hanem mi ettük, pelenkáztuk, gondoskodtunk róla.

Volt, hogy úgy éreztem, mintha egy kicsit háttérbe szorultam volna, mintha ez az új érkezés mindent megváltoztatott volna. A családi dinamika eltolódott, és bár tudtam, hogy kislány csak egy baba, és tudtam, hogy mindent megérdemel, de mégis. Sokszor éreztem azt, hogy valami megváltozott, a családban betöltött szerepem és a helyem is más lett. Ez nem volt könnyű, mert nekem is megvolt a saját fájdalom és vágyam arra, hogy figyeljenek rám. De ugyanakkor valami új erőt is éreztem, és ezzel egyfajta felnövést fedeztem fel magamban.

Ahogy teltek a hónapok és az évek, a kezdeti békesség egyre inkább eltűnt. Megjelent a verbális bántalmazás is a nevelőszülők részéről. Nap mint nap megkaptuk a megalázó szavakat: “büdös cigányok”, “semmirekellők”, “kurvák leszteek úgyis” Ezek a mondatok beleégtek a gyerekkorunkba. Szinte nem telt el nap, hogy ne hangzott volna el valami bántó, valami olyan, amit egy gyereknek soha nem lenne szabad hallania.

A mindennapok nem szóltak játékról, gyermeki boldogságról. Inkább munkából álltak, főztünk, mostunk, takarítottunk. Mi tartottuk rendben a házat, és sokszor ránk maradt minden teendő, amikor a nevelőszülő vagy a segítő éppen nem volt jelen. Az udvarra néha kimehettünk, de ott is gyomlálni, takarítani kellett. Ritka volt, hogy valóban szabadok lehettünk.

Ha mégis kikerültünk a játszótérre, akkor is éreztették velünk a másságunkat. A többi gyerek csúfolt minket: “hipószagúak” – mondták, mert a ruhánk állandóan a takarítószeres szagát árasztotta. Hiszen mi végeztük nap mint nap a házimunkát, míg mások játszhattak, élhettek gondtalanul.

És ahogy telt az idő, jöttek a fizikai bántalmazások is. Eleinte mindig úgy, hogy ne látszódjon másnapra az iskolában. Ütöttek, megaláztak, a sebek nem mindig voltak láthatók kívülről, de

## **Kiemelve, de meg nem törve**

belül egyre mélyebb nyomot hagytak. Megtanultam csendben szenvedni, úgy, hogy ne vegyék észre. Megtanultam viselni a fájdalmat, még akkor is, amikor már szinte elviselhetetlen volt.

Voltak jó pillanatok is, apró foszlányok, mint egy-egy napsugár a viharfelhők között. De ezek az emlékek egyre inkább elhalványultak a mindennapos félelem és szomorúság árnyékában.

### **Útkeresés és kitartás (12–16 évesen)**

Az iskolába szinte minden nap jártunk, ritkán maradtunk csak otthon. A tanulás a mindennapjaink része volt, ugyanúgy, mint a nehézségek. A verbális és a fizikai bántalmazás szinte napi rutinná vált, de mégis, volt egy másik oldala is az életünknek.

Nem tagadom, a nevelőszülők foglalkoztak velünk, fejlődtünk. Sokszor mentünk kirándulni, láttunk, tapasztaltunk olyan dolgokat, amikre más gyerekeknek, még normális családi háttérrel sem mindig volt lehetőségük. Ezért mindig hálás leszek. Olyan élményeket élhettem át, olyan helyekre jutottam el, amit sok gyerek csak álmodhatott volna. Egy darab esély volt az életemben, amit sosem fogok elfelejteni.

Közben szép lassan, csendben, de biztosan haladtam előre. Az általános iskolát szinte kitűnő eredménnyel végeztem el. Az első hét évben minden egyes év végén kitűnő bizonyítványt kaptam. Büszke voltam magamra, még akkor is, ha mások nem is igazán adtak hangot a büszkeségüknek.

Nyolc éves koromban rátaláltam valamire, ami igazán boldoggá tett, elkezdtem vízilabdázni. Ez a sport nemcsak fizikai erőt adott, hanem menedéket is a mindennapos családi zűrzavarok elől. A víz lett a második otthonom, a csapatom pedig a második családom. Edzések, meccsek, csapatutazások, minden alkalommal egy kicsit messzebb kerülhettem attól a fájdalomtól, amit otthon éreztem. A vízilabda lett az én szabadságom, a hely, ahol nem számított, honnan jövök, csak az, hogy ki vagyok és mit tudok elérni.

Ott, a medencében, újra és újra megtaláltam önmagam.

### **Törések és küzdelmek (14–16 évesen)**

Ahogy a vízilabdában egyre jobban teljesítettem, megjutalmaztak, az utazásaimat, a sportfelszerelésimeket az egyesület állta. Igazolt sportoló lettem, büszke voltam magamra. Minden hétvégén meccsre jártam, és mindig előre szóltam a nevelőszülőnek, hogy készüljön szendviccsel, és azért, hogy engedjen el.

## Kiemelve, de meg nem törve

Egy alkalommal elfelejtette, hogy szóltam neki. Előző este figyelmeztettem, hogy meccsem lesz. Ekkor annyira feldühödött, hogy megtiltotta, hogy elmenjek, és attól a naptól fogva meg is vonta tőlem a vízilabdát, azt az egyetlen dolgot, ami boldoggá tett.

Közben a mindennapokban semmi sem változott, folytatódtak a szokásos verbális és fizikai bántalmazások. Nap mint nap el kellett viselnünk a szidalmakat: "bűdös cigány vagy", "kurva lesz belőled", ezek a szavak égették a lelkünket. A nevelőszülő egyre kegyetlenebb lett, nem nyugodott meg, míg vért nem látott.

Amikor a húgomra kezet emelt, és szegény ijedtében bepisilt, végleg megtört bennem valami.

Minden lépésünket félelem kísérte. Soha nem tudtunk senkitől segítséget kérni, mert a nevelőszülő mindenhol ott volt, mindent ellenőrzött, és megfélemlített minket. Ha valamit el mertünk volna mondani valakinek, utána biztosan megvert bennünket.

Volt zsebpénzünk, de nem kaptuk meg. Ha kértük, az ételünket vették el büntetésből. Sokszor vacsora sem jutott, vagy romlott ételt kellett ennünk. Ha szóvá tettük, az asztalba verte a fejünket.

Az ünnepek is üresek voltak. Az első pár karácsony még szépnek tűnt, de aztán már csak egy-egy szaloncukrot kaptunk, és felzavartak minket a szobánkba. Egyedül az új kislányt halmozták el ajándékokkal. Számomra minden ünnep egyformává vált, semmit sem jelentettek. Még ma is, ha jönnek az ünnepek, csak egy átlagos hétfőként élem meg őket.

A legmélyebb pont 14 éves koromban érkezett el. Mikor elvették tőlem a vízilabdát, a szabadságomat, az életem egyetlen örömét, teljesen összetörtem. Egy este kétségbeesésemben feldaraboltam magam. A nővéremtől kértem segítséget, de ő levitt a nevelőszülőhöz. Ott a nevelőszülő ezt vágta a fejemhez:

"Miért nem vágta el a torkodat is? Egy cigánnyal kevesebb lenne!"

Ezek a szavak mély sebet hagytak bennem. Olyat, amit azóta sem tudott begyógyítani sem pszichológus, sem más. A nevelőszülő az eset után elvitt a kórházba, nem azért, hogy segítsen, hanem hogy a gyámhivatal felé legyen papírja róla. Azt mondta mindenkinek, hogy szerelmi bánat miatt tettem, pedig akkoriban még azt sem tudtam igazán, mit jelent a szerelem.

Nem volt kihez fordulnunk. Bármit is akartunk volna mondani, ott volt, megfigyelt minket, megfélemlített, és ha kellett, ütött is. A szüleink sem voltak jobbak, gyakran bántalmaztak, késsel támadtak ránk. A mai napig viselem a lapockámon az égetés nyomait. Volt, hogy úgy tudtunk csak enni, hogy a nővéreinket kiküldték az utakra pénzt szerezni.

Ez volt az a pokol, amelyből túl kellett élnem.

## Kiemelve, de meg nem törve

### Kettős mérce és elválások

A nevelőszülőnek és a kislánynak mindig volt külön hűtője, tele minőségi ételekkel. Mi, a többiek, mindig csak az olcsóbb változatokat kaptuk. Nem mindig jutott nekünk édesség, és ha mégis megkívántuk volna, sokszor kénytelenek voltunk belopózni a spájzba, hogy keressünk valami falatot. A szociális munkások, a gyámok és a nevelőszülői hálózat dolgozói rendszeresen kijöttek hozzánk, hogy megkérdezzék, hogy vagyunk, de ott is mindig ott állt mellettünk a nevelőszülő. Egy pillanatra sem hagyták, hogy egyedül beszéljünk velük, hogy esetleg elmondhassuk, mi zajlik valójában a háttérben. Egyre sűrűbben kezdtek látogatni bennünket, mintha ők is érezték volna, hogy valami nincs rendben. Aztán egy nap a bátyámat elvitték Helvéciára, egy lakásotthonba. Ez nagyon rossz érzés volt. Ő mindig ott volt velünk, erőt adott a mindennapokban, és az, hogy nem lehetett többé mellettünk, még inkább megviselt minket. Mintha darabokra szakadt volna a családuink, ami addig is csak rongyokból volt összefércelve.

### Új kezdet — vagy csak egy újabb állomás?

2015. augusztus 31-én újra fordult az életem, átkerültem egy új nevelőszülőhöz. Egy új hely, új emberek, ismeretlen szabályok és én. Én, aki már annyi mindenben keresztülmentem, nem tudtam eldönteni, hogy reménykedjek-e, vagy csak egyszerűen túléljem a következő napokat is. Mélyen legbelül bíztam benne, hogy talán most jobb lesz, hogy most végre megtapasztalhatom, milyen is az, amikor egy gyerek nem fél minden percben. De ott volt bennem a félelem is, amit az évek tapasztalatai égettek belém, hogy az ígérek mögött újra csak csalódás vár.

### Újrakezdés és gyógyulás az új nevelőszülő mellett

Mielőtt elkerültem volna az új nevelőszülőhöz, a régi nevelőszülő mindent megtett, hogy félelmet ültessen belénk. Azt hajtogatta, hogy az új hely rossz lesz, hogy majd még sírva fogjuk magunkat visszakönyörögni. Megijesztett, sok rosszat mondott a számomra új nevelő néniről, ezért az elején nem is igazán mertem megszólalni az új környezetemben. Ekkor kezdődött a középiskola is, új emberek, új szabályok között. Nehéz volt újra beilleszkedni. Az osztálytársaim sokáig piszkáltak, és egészen kilencedik év végéig azon gondolkodtam, hogy iskolát váltok.

De valami megváltozott bennem. Bennem és körülöttem is.

Tizedik osztályra elkezdtem megtalálni a helyemet, a nevelő nénivel is egyre szorosabb lett a kapcsolat. Megbízta benne. Úgy éreztem, hogy végre van valaki, akinek bármit

## **Kiemelve, de meg nem törve**

elmondhatok anélkül, hogy elítélne. Ő nem csak meghallgatott, hanem meg is értett. A születésnapok, a karácsonyok új értelmet nyertek. Nem csak üres szavak és ígéretetek voltak, hanem valódi ünneplések. Mindig felköszöntött, mindig gondolt rám, mindig érezte, hogy fontos vagyok. Már nem voltak olyan becsapások, mint régen, amikor anyák napján egyedül szavaltam, hiába vártam valakit, aki sosem jött el. A nevelő néni ott volt. Mindig. Kialakult köztünk egy igazi, szinte anya-lánya kapcsolat. Ez a kötelék a mai napig tart, születésnapokon, karácsonykor, minden fontos pillanatban tudjuk egymásról, hogy a másik gondol ránk.

### **Új szerelem, új célok — és saját jövő építése**

Tizenhét éves koromban megtapasztaltam, milyen érzés igazán szeretni. Lett egy párom, akit nevelő néni is támogatott. Úgy állt mögém, mint egy igazi anya, segített, teret adott, és bízott bennem. Eközben befejeztem a középiskolát is. Minden nap, minden egyes lecke, minden vizsga egy közös munka volt köztem és a kedves néni között. Ő nemcsak azt tanította meg, hogyan tanuljak, hanem azt is, hogy milyen az, ha valaki tényleg büszke rád, feltétel nélkül. Miután sikeresen elvégeztem az iskolát, kikerültem a nevelőszülői családból, de a gyermekvédelem rendszerében maradtam, bekerültem az utógondozásba. Ez azt jelentette, hogy továbbra is kaptam segítséget és támogatást, amíg tanultam vagy dolgoztam.

Az utógondozásban is rengeteget tanultam, nemcsak a könyvekből, hanem az életről is. A kollégák mindig segítőkészek voltak, és mellettem álltak, amikor építettem a saját jövőmet. Elkezdtem egy üzletvezetői tanfolyamot is, amelyet sikeresen elvégeztem, így kereskedelmi és üzletvezetői végzettséget szereztem. Emellett felnőttképzésben szociális ápoló és gondozói tanfolyamra is beiratkoztam, mert szívügyem lett, hogy másokon segíthessek. Lassan, lépésről lépésre, felépítettem azt az életet, amit gyerekként mindig is csak álmodtam magamnak.

### **Felnőtté válás — Sebekkel, de emelt fővel**

Ahogy telt az idő, és én egyre jobban kezdtem megismerni önmagam, tizenkilenc éves koromban egy fontos döntést hoztam meg. Véget vettem egy bántalmazó kapcsolatnak. Eleinte szerelem volt, de aztán előjött a másik oldala, a narcisztikus, bántó énje. Eszembe jutott a gyerekkorom minden fájdalma, a régi minták, és tudtam, hogy nem érdemlem meg, hogy újra ugyanazt a fájdalmat éljem át. Nem akartam még egyszer áldozat lenni. Erőt vettem magamon, és kiléptem ebből a kapcsolatból. Ezután Budapestre költöztem, ahol másfél évig dolgoztam gyermekekkel, felnőttekkel és mozgássérültekkel. Rengeteget tanultam ebben az időszakban az alázatról és az emberségről.

## Kiemelve, de meg nem törve

Majd új utat választottam, és jelenleg a Platán Otthonban dolgozom segédápolóként, fogyatékos idősokkal. Tanulok és dolgozom egyszerre, hogy építsem tovább a jövőmet. Az élet nem mindig ad hálát. Csalódtam emberekben, helyzetekben, és megtanultam, hogy a hegek, amiket hordozunk, nem tűnnek el. De eldöntöttem, ezekből a hegekből nem romot, hanem erődöt építek. Építkezem. Mert lehet választani, vagy hagyom, hogy a múlt lehúzzon, vagy használom arra, hogy erősebb legyek. Én a magam részéről az utóbbit választottam. Nem vagyok hibátlan. Tele vagyok sérülésekkel, emlékekkel, sebekkel. De ha egyszer az életembe érkezik az a különleges ember, akinek megmutathatom, mi is az igazi szeretet, tudni fogja, milyen hosszú és nehéz út vezetett idáig. Büszkén viselem a múltam hegeit, mert mindegyik egy győzelmem története. Szeretnék egyszer családot alapítani, jó emberré válni, és napról napra jobbbá lenni.

Ma már tudom, ha senki más nem is lenne büszke rám, én akkor is büszke vagyok arra, amit elértem. Büszke vagyok arra, hogy nem adtam fel, hogy nem tört meg az, amin keresztülmentem.

És bár mosolygok, boldognak látszom, a mosoly mögött egy igazi harcos áll, egy ember, aki sosem felejt el honnan jött és aki tudja, hová tart.