

## Örület

Kárpátalján születtem a gyönyörű, szeretett Visken. Szegény, mégis szeretetben gazdag nagy családban nőttem fel nyolc testvérrel, egészen pontosan öt bátyámmal, két nővéremmel és egyetlen öcsikémmel. Egyedülálló, igazi "anyatigris" nevelt fel, mivel édesapám alkoholista. Életem során rengeteg nehézségbe ütköztem: elvesztettem két bátyámat, kisebbséghez tartozom, mint Ukrajnában született kárpátaljai magyar, az ukrán-orosz háború negatív hatása a mentális egészségemre való tekintettel, és bipoláris zavart is diagnosztizáltak nálam. Mindig is a hit tartotta bennem a lelket.

Sok összeomlásom volt és sok boldog pillanatom, amiről szeretnék most mesélni. Tanulmányaimat szülőotthonomban kezdtem, kilencedik osztályig oda jártam. Minden reggel az öcsémmel sétáltam el az iskolába. Egyik alkalommal, tisztán emlékszem, ezt mondtam neki: "Figyeld meg, egy szempillantás alatt elrepül az idő, és felnőttek leszünk." Most csak mosolyogva nézünk egymásra, mert tudjuk, hogy igazam volt. Itt élünk Budapesten, felnőttként, közös albérletben.

Minden vasárnapot édesapámnál töltöttünk, akkor még nem tűnt fel, milyen súlyos alkoholizmussal él együtt. Azt sem tudtuk, hogy édesanyámmal miért váltak szét útjaik. Üdítőitalokkal, chipsekkkel, édességekkel halmozott el. Egy alkalommal elküldött a sarki kisboltba sört venni. Az eladó megjegyezte, hogy ha legközelebb alkoholra vágyik, jöjjön el ő érte. Az élet felhőtlen volt gyermekként. Mindig felmáztunk a cseresznyefa tetejére, énekeltünk, vihorásztunk.

Sok barátom volt: ukránok és magyarok. Gyakran jártunk ki, beöltöztünk mindenfélenek, és előadásokat tartottunk. Egy alkalommal megszerveztem egy feladatokból álló "Nyári Olimpiát". Szórolapokat készítettünk, minden ismerősünket meghívtunk, olyan tíz éves lehettem. Még okleveleket is készítettem. A versenyek között volt távugrás, kincskeresés, énekverseny. A nővérem fordított az ukránoknak, így jó kis csapat voltunk mi ketten.

Mindig is kitűnő tanuló voltam, így sok helyen vettem részt táborokban. A kedvencem talán a református Aklihegyi tábor volt. Sokat énekeltünk, imádkoztunk, barátkoztunk. Igaz, minden tele volt méhekkel, de ez mellékes. Fiatalabb koromban a Nagyberegi táborokban vettem részt. Mindig is extrovertált személyiség voltam, imádom új barátokat szerezni és kilépni a komfortzónámból. Egyszer Pakson is jártam, ahol sok határontúli barátot szereztem. Úgy gondolom, hogy összeköt minket Magyarország, a magyarság és a hagyományok iránti szeretet. Három alkalommal voltam Zánkán, az Erzsébet táborokban. Kétszer nyáron és egyszer télen. 2017-ben, a Balatonon éltem át életem legszebb nyarát: megismerkedtem Dáviddal. Azóta az életem része. A rádióból folyó Despacito, a jégkásák, tábortűz és hattyúk még emlékezetesebbé tették azt a nyarat. Első és utolsó szerelmem. A tábor után egy-két hét múlva vált hivatalossá. A drága technológiának hála mindig elértük egymást, így tudtunk 4 évig távkapcsolatban lenni. Hajnalokig maradtunk ébren és telefonáltunk, néha elaludtunk, és hívásban maradtunk, hogy reggel ott folytathassuk, ahol abbahagytuk. Egyszerre indítottuk el a videókat, és sokat játszottunk. Dáviddal mindig is arról álmodoztunk, hogy lesz két gyermekünk, két macskánk és Budapesten fogunk élni. Budapestet és a két cicát kipipálhattuk. A rózsaszín köd azóta sem szállt el. Minden pillanat vele egy örökkévalóság a mennyek országában. Az első csókunk 2018 tavaszán csattant el, amikor először jártam nála. Éjjel egy cseresznyefa alatt. Sose felejttem el azt az érzést. A szívem kalapált, az idő megállt és csak mi voltunk az egész univerzumban. Minden elképesztő volt egy éven keresztül.

2019 tavaszán sokkolt a bátyám halálának híre, a padláson találták rá. Remegtem és sírtam, nem akartam elveszíteni. El akartam kerülni az elkerülhetlent. Édesanyámmal együtt zokogtam, millió apró szilánkra törtem. Hirtelen csend és üresség töltötte be a nagy családi házat. Tényleg megtörtént? Nem látom többé? Mindig is úgy gondoltam, hogy azok közé a zsenik közé tartozott, aki anyagilag nem engedhette meg magának, hogy kibontakozzon. Apró alkatrészekből épített működő robotot, mindent megjavított és készen állt megvédeni bármitől, bármikor. Most ki fog megvédeni? A temetés éjszakáján a barátnőmnél aludtam, ő éreztette velem, hogy sose leszek egyedül. A mai napig számíthatok rá.

Ősszel felvételt nyertem egy görögkatolikus gimnáziumba. Azt hiszem, az ottani barátok és tanárok nélkül nem bírtam volna ki azt az időszakot. Sok szabály volt: le kellett adni a telefonokat, nem volt szabad sminket használni, haját festeni, gyakran jártunk liturgiákra és kötelező volt vasárnap templomba menni. Reformátusként nem éreztem magam kiközösítve, nem kellett gyakorolnom a görögkatolikus vallást. Az unokatestvérem mindig ott volt mellettem, szinte biztos vagyok benne, hogy átvette a gyászom egy részét és feltöltött energiával a maga módján.

Egy alkalommal, amikor különböző témákról volt szó a gimnáziumban egy kisebb csoporttal, felmerült az öngyilkosság, mint téma. Egy fiú azt mondta, hogy aki ilyet tesz, az egy idióta. A szemem egyből könnybe lábadt és felszaladtam a szobámba. Most nem tudsz megvédeni, de én kiállhatnék melletted. Ha egy kicsit is erősebb, bátrabb vagy okosabb lettem volna, de nem voltam. Remegő hanggal megkértem a barátaimat, hogy hagyjanak magamra. Én és a gondolataim, ketten egyedül.

Kitört a koronavírus. A gimnáziumból haza, elrendelték a karantént és újra magamra maradtam. Sokat rajzoltam és olvastam abban az időszakban. Átálltunk a távoktatásra. Az érettségi felkészítőkre azonban be kellett járni. Az egyik akkori osztálytársam szervezett egy házibulit, ami egetrengető volt. Életemben akkor először és utoljára ettem sushit. A fiúk olyan szendvicseket készítettek, amikben a kolbász vastagabb volt mint a kenyér. Nem akarjátok tudni, de elárulom, hogy másnap reggel egészben jött ki belőlem, úgy ahogy lement fel is jött.

Jó tulajdonságaim közé tartozik, hogy nem vagyok előítéletes és tudok feltétel nélkül szeretni. Édesanyám mindig azt mondta, hogy Isten egy. Úgy gondolom, hogy ezért nem vagyok előítéletes, így könnyen elvegyültem a görögkatolikusok között a gimnáziumban, az ukránok között a főiskolán és mindenféle rassz között az egyetemen. A párom tanított meg feltétel nélkül szeretni, én őt minden hibájával együtt, és ő engem minden hibámmal együtt.

Céлом volt az, hogy feljussak a Budapesti Gazdasági Egyetemre, gazdaságinformatikus szakra. Sajnos ekkor még nem láttam előre, hogy Budapesten fogok élni és a családomnak nem tellett a taníttatásomra, így jó alternatívának tűnt egy közeli főiskola pénzügy és számvitel szakára jelentkezni. A főiskolára feljutva rengeteg barátot szereztem és sok már meglévő barátom körülvett. Pénzügy és számvitel szakon bővíttem tudásom magyarul, angolul és ukránul. Igazi kollégista voltam. Reggel egy liter vízzel megjelentem az órákon, éjjel pedig zajlott az élet. Az üres vodkás üvegeket a szekrényben tároltuk, és lehetett hétfő, kedd vagy bármi, bárhol és bármivel megünnepeltük a bármit. Szó szerint mindig volt indokunk arra, hogy jól érezzük magunkat. Jó volt a nap? Iszunk! Rossz volt a nap? Iszunk! Egészen addig, amíg 2022. február 24-én arra ébredtem, hogy a kollégiumban mindenki összepakol, a bankautomaták előtt hatalmas sor áll és a közlekedés egy katasztrófa: kitört a háború, az oroszok megtámadták Ukrajnát.

Ami fért, bele egy bőröndbe, táskába, mindenki annyit vitt, amennyit tudott, és indulás haza. A buszban nem volt elég hely, így egymás hegyén-hátán kellett utaznunk. A határnál hatalmas sor. A szekrénynek, tele vodkás üvegekkel, a hátrahagyott barátságoknak és a feledhetetlen éjszakáknak búcsút inthettem. Hetekig könyörögtem édesanyámnak, míg végül beleegyezett, hogy elutazzunk egy kis időre. Szinte a fél életét töltötte abban a házban. Minden egy apró darabja volt az életünknek: a családi képek, az oklevelek és a rajzok a falon, az idővel felnőtte válás által kiürült szobák. Minden bizonytalan volt. Hol töltjük az éjjeleket? Meddig maradunk? Lesz hová visszatérni? Légiriadó, óvóhelyek, reménytelenség és bánat. A bátyám rátalált egy kedves pár által felajánlott visegrádi nyaralóra. Csomagot is összeállítottak nekünk, ami élelmiszerből és vitaminokból állt. Ha be akartunk vásárolni, komppal kellett átmenni a Dunán Kisorosziba, a legközelebbi kisboltig. A fenyőfákkal körbevett hegyek valamilyen szinten emlékeztettek az otthonomra, de gyötört a honvágy. Mivel a párom már szeptember óta Budapesten élt és dolgozott, ő biztonságban volt, és többet is tudtunk találkozni. Két hónapot töltöttünk Visegrádon, édesanyám nem bírta tovább. Az öcsémmel hazautazott, míg én betöltöttem a 18. életévemet és állást kerestem. Mivel nem az Európai Unión belül tanultam, nehezen találtam diákmunkát.

Éppen Szőlősön tartózkodtam az egyik barátnőmnél, a Fekete Hegynél úszkáltunk, mígnem egy telefoncsörgésre lettem figyelmes. Magyarországi szám volt, így reménykedtem a legjobbakban. Az UniCredit Banktól hívtak, hogy aktuális-e még az álláskeresőm. Örömben majdnem sírva fakadtam. Másnap meg is ejtettük az állásinterjút, és felvettek. Utólag kiderült, hogy a főnököm is kárpátaljai, egészen pontosan szőlősi, így gondolom, benne volt a keze abban, hogy engem választottak, ezért is hálás vagyok neki.

Az öcsém, Imi, azért költözött hozzánk, mert a 16 éveseket is fenyegette a sorkatonaság, és édesanyám félt, így ketten neveltük. Dávid családja is elköltözött otthonról, ők is kárpátaljaiak, a házukat sajnos el kellett adniuk, de így legalább gyakran láthatjuk őket. Pesten belül háromszor költöztünk: a XVII., V. és XV. kerületbe. Az utóbbi egy nagy kertes családi ház. Összeköltöztünk a párom legjobb barátjával és az öcsémmel, így a szeretteimmel vagyok körülvéve.

Sokat utaztam: voltam Ausztriában, Szlovákiában, Görögországban, Olaszországban és Máltán. Ausztriába azért mentünk, hogy megünnepeljük Dávid legjobb barátjának a születésnapját. Práter olyan volt, mint amiről gyermekkoromban mindig is álmodoztam, szemetkápáztató fények, adrenalin, édesség, minden amire a kicsi énem vágyott. Táplálták a lelkemet a jó kapcsolatok. Így ellátogattunk másodjára is, egy évvel később.

MCC Fesztiválon voltam egy nyáron, Esztergomban. Régi osztálytársakkal találkozhattam, jókat ettem, ittam, csodás zenét hallgattam és egyszer csak elájultam. Alkoholmérgezést kaptam. Egyszer csak arra eszméltem, hogy egy mentőautóban fekszem és az adataim iránt érdeklődnek. A telefonom lemerülve, a világ másik végén, egyedül. A szívem kalapált, hogyan tovább? Dávid éjfélkor befejezte a munkát és hajnalok hajnalán felutazott Budapestről Esztergomba, csak hogy én biztonságban hazaérhessek. Amikor kábultan felébredtem már ott állt a kórházi ágyam felett. Simán hazaengedtek volna úgy, hogy a katéter még a kezemben volt. Ahogy kivették elájultam. Az ott dolgozók csak nevettek, hogy megérdemlem. Szégyelltem magam. Miért nem ismerem a saját határaitam? Miért nem tudom leállítani a cikázó gondolataimat és kikapcsolódni egy kicsit? Nincs az az alkoholmennyiség ami képes lenne erre, ez sajnos így derült ki.

A 19. születésnapomra meglepett a párom egy Görögországi utazással. Ő két nappal később töltötte a 20-at. Minden vágyam volt, hogy eljussak Athénba. Imádtam a görög mitológiát, nagy Percy Jackson rajongó vagyok. Először utaztam repülőgéppel, csodálatos volt a felhők fölött szállni. Nem volt bennem félelem, csak szintiszta boldogság. Hihetetlen volt.

Egy kedves idős úr vitt el minket a bérelt szállásig. A tengerpart 5 perc sétára volt. Csak ő, én és a lány szellő.

Eltelt egy év és a 20. születésnapomat Milánóban töltöttük. A milánói Dóm látványa lélegzetelállító. Vettünk egy kis epres sajtortát és elindultunk este képeket készíteni. Zuhogott az eső, ezért vettünk 10 euróért egy esernyőt. Szombaton bejártuk a várost. Vasárnap napszúrást kaptam. Ilyen közel még soha nem éreztem magam a halálhoz. Hogy jutok haza? Vajon elkönnyvelik koronavírusnak és karanténba tesznek?

### *Roszsabb történet.*

Amint hazaértem minden sokkal színesebbé és egyértelműbbé vált. Mintha újraszülettem volna. Megállás nélkül beszéltem. Erős hangulatingadozásaim voltak és folyamatosan ismételtam önmagam. A munkahelyemen kerülgetett a sírás és szinte nem tudtam dolgozni. Az egyik kollégám látva az állapotomat, odajött és elkezdtünk beszélgetni. Egyszer csak arra jutottam, hogy egy felnőtt bőrbe bújt gyerek vagyok még és ez a gyökere a viselkedésemnek, mire ő azt válaszolta, hogy szerinte inkább túl gyorsan kellett felnőnem. A gyerekkori traumáimra gondoltam és minden tiszta volt. Nem lehettem eleget gyerek.

Hazamentem és összehívtam a lakótársaimat: a páromat, a legjobb barátját és az öcsémet. Elkezdtem arról áradozni, hogy mennyire jól érzem magamat és megnyílt előttem a világ. A párom barátjának megakartam változtatni az életét, és a nagy tervet azzal keztem, hogy tanuljon meg programozni. Megakartam tanulni játszani azzal a számítógépes játékkal, amivel ők játszottak, a League of Legends-el. Ezt nyomtam éjfél-től reggel ötig. Mindenkit lefárasztottam és elmentek aludni. De én nem aludtam, írtam. Le akartam írni azt, ami a fejemben zajlott, hogy ne ismétlegessem önmagam. Másnap sem hagytam őket békén, könyörögtem, hogy megértsenek és fogadjanak el, szinte már agresszív voltam. Még olyat is mondtam, hogy manipulálom őket. A barátnőmmel kora reggel három órán át beszéltem telefonon, és rengeteg tanáccsal láttam el. Ez volt az örület kezdete.

Erősködtem, hogy menjünk el a párom szüleikhez, hát végül elmentünk. Amikor odaértünk megállás nélkül beszéltem és azt szajkóztam, hogy milyen jó szülők. Nyilván egyből észrevették, hogy baj van, ezért kihívták a mentőket. Nekem azt mondták, hogy félnek, hogy tüdőgyulladásom van, mivel több mint valószínű, hogyha azt mondják, hogy megőrültem, akkor nem megyek be. A mentőautóban lévő tárgyakat végigkérdeztem a páromtól. Testen kívüli érzés volt. Miközben az orvosok vizsgáltak csak beszéltem és beszéltem. Még a vérvételt sem éreztem. Átvezettek a kórház pszichiátria részlegére és amikor kérdezték, hogy tudom-e hol vagyok csak bólogattam. Az orvos felvette az adataimat és mehettem CT-re és MR-re. A kísérőimnek azt mondtam, hogy még hallani fognak rólam, és megkérdezték, hogy hol, a magazinokban? Erre azt feleltem, hogy az interneten. Egyszer csak a zárt osztályon találtam magma, ahol hálórúhát adtak és elvették az összes személyes dolgomat. Az első ember akit megismertem Lali volt. Egyből észrevettem, hogy ő egy olyan zseni, akit nem értenek meg. Biztos voltam benne, hogy marijuána fogyasztó. Nagyon ügyesen sakkozott és rovásírást használt. Emlékeztetett az elhunyt bátyámra, aki szemétből épített működő robotot. A

legfurcsább az volt, hogy a kezdetektől kezdve huginak szólított. Az első reggel kimentünk az udvarra sakkozni és hirtelen felinulásból letakarítottuk a padot először vizes szivaccsal, aztán bementem kérni száraz törülkönyt, de nem tudtak adni, így rájöttem arra, hogy itt mindennel spórolni kell. Sajnos ameddig a pad száradt a többieknek állni kellett, így arra is rájöttem mennyire oda kell figyelni másokra. Amikor reggeliztünk a paprikámat felajánlottam Lalinak, mire ő azt mondta, hogy egyem meg. Rávezetett arra, hogy ki kell lépnem a komfortzónámból.

Két hetet töltöttem a zártosztályon. Sok mindent tanultam az alatt az idő alatt. Rengeteg magazint olvastam és ismerkedtem. Minden percét élveztem, eufórikus állapotban voltam. Egyszer nem sikerült jól aludnom, így áttettek a nyílt osztályra. Sok program volt, amiken részt is vettem. Rajzoltam, filmet néztem, tornáztam. Lett két új barátnőm és minden a legnagyobb rendben ment. Alig vártam, hogy hazamehessek, de utólag hálás vagyok, hogy ilyen sokáig bent tartottak, mert elveszítettem volna a munkahelyemet, a párom elhagyott volna és elköltöztek volna tőlem. Gyakran látogatott meg a párom családja, amiért nagyon hálás vagyok.

Hazautaztam. Reggel kettő, este egy gyógyszer. Sose gondoltam volna, hogy mentálisan instabil leszek. Nem sokkal utána, talán egy-két hét múlva elutaztunk Máltára. Csodálatos kikötő, szép szálloda, csak ő és én. Minden nap fagyiztunk és körbenéztünk a városban is. Sajnos a nyaralásokról csak annyit tudok mondani, hogy varázslatosak voltak. Visszatértem a munkahelyemre, minden a lehető legnagyobb rendben ment. Felvételt nyertem a Milton Friedman Egyetem gazdaságinformatikus szakára. A kórházban megismert barátnőimmel azóta is tartom a kapcsolatot. Azóta felmondtam a munkahelyemen, visszamentem az UniCredit bankhoz és felvettek az Óriáskerékhez.

Jelenleg a valaha volt legrosszabb éneket adom a világnak. Nem tanulok eleget, meghíztam, rászoktam a dohányzásra, nem figyelek arra hogyan nézek ki, valamint meggondolatlan vagyok. Ez vagyok én. Próbálnék változtatni de a lustaság visszatart. Ha minden jóra fordul, a terveim 2035-re a következők:

- felesége leszek a csodálatos páromnak
- két gyermek édesanyja leszek (remélhetőleg ikrek)
- a következő végzettségeim lesznek: gazdaságinformatikus és logisztikus
- megveszem a házat amiben jelenleg élek
- kedvesebb és türelmesebb ember leszek
- már nem kell több gyógyszert szednem

Remélem akkorra már hazamehetek Dáviddal és tarthatunk egy nagy kárpátaljai esküvőt és abban a templomban esküdhettek, ahol megkereszteltek és lekonfirmálhattam. 2035-re egy olyan jövőt várok el, ahol az emberiség nem csupán technológiailag, hanem érzelmileg és toleranciában is magasabb szintre jut. A logisztikai láncok környezetbarátok és fenntarthatók, a mindennapok pedig békésebbek, tervezhetőbbek. Azt remélem, a gyermekeim már egy olyan közösségben cseperednek fel, ahol a múlt nem okoz szégyent, és a mentális jólét ugyanolyan hangsúlyt kap, mint a test egészsége. Egy olyan világra vágyom, ahol a szeretet nem kiváltság, hanem alapvető dolog. Az élet néha kiszámíthatatlan fordulatokat hoz, de mindig tanulunk belőle. Minden nap új lehetőséget ad arra, hogy fejlődjünk, változzunk, és közelebb kerüljünk ahhoz az emberhez, akivé válni szeretnénk. Hiszek abban, hogy a múlt sebeiből erő fakad, és hogy a jövőben megtalálhatjuk azt a békét, amire mindig is vágytunk.