

Azt mondják ha az otthon pokollá válik az utca mennyország lesz.

Az én otthonom pokollá vált.

Hallgasd meg a történetem.

Nem biztos hogy ez bárkit érdekel de téli gyerek vagyok.

Január 8.-án születtem. Éjszakai órákban, 0:42-kor, bak vagyok az aszcendensem pedig mérleg.

Nem szeretem a nyarat, a meleget, a hosszú napokat, a világosságot. Frászt kapok tőlük.

A lelkembe és a szívembe beköltözött a fagy, a sötétség, a vihar.

*“Drasztikus”*

Az életem mindig a magyarázkodásról szólt.

A könyörgésről.

A félelemről.

A dühről.

A csalódottságról.

A könnyekről.

A hibákról.

*“Tragikus”*

Gyerek vagyok még és nem látom át, hogy ami történik körülöttem nem követendő példa.

Ha a végére érsz és azt gondolod már okosabb vagyok ennél, lehet, hogy mindketten csalódni fogunk.

Az öcsémmel játszunk, bepakoljuk a szekrénybe a játékokat.

-Mit szólsz ha a szekrény elé állunk és hagyjuk magunkra borulni a sok játékot?

Én vagyok az idősebb és utólag azt mondom buta voltam, hogy beleegyeztem.

Megtesszük egyszer, kétszer, háromszor, egyre többször. Egyre hangosabban nevetünk.

Hirtelen meghallom hogy apa jön fel a lépcsőn, kattog a bokája. Erőtéljesek a léptek.

Gyorsan az ágyhoz szaladunk, leülünk.

Zsákok vannak nála.

Tele pakolja őket a játékaikkal.

Közben megállás nélkül kiabál.

Kiviszi az udvarra a zsákokat majd felgyújtja őket.

Ekkor még nem értem, miért teszi.

Nem értem, hogy ez rossz dolog.

Egyszerűen csak megtörtént és én elfogadtam.

Következő nap amikor indulnánk nagyapához, megint nagy a zaj.

Az öcsémekkel állunk a teraszon várjuk, hogy anya elkészüljön.

Megint veszekedés.

Nem értünk belőle semmit.

Nem is halljuk a saját sírásunktól.

-Kérlek, ne bántsd anyát!

Pár órával később anya úgy ül nagyapával szemben és beszélget nyugodtan mintha mi sem történt volna.

Csak nézem őt, miközben az asztalnál ülök és épp sóspufit falatozom.

Nagyapa szokása volt hogy minden alkalommal mikor ellátogattunk hozzá kaptunk tőle pufit és rizses csokit. Imádtam.

Ő volt a menedék, az egyetlen hely ahol biztonságban éreztük magunkat.

Miközben habzsolok látom ahogy anya hol az ujjával dobol, hol keresztbe teszi a lábát, stresszes, de az arca semmitmondó, sőt talán még békés is. Vagyis annak mutatja magát.

Ő a legerősebb nő!

De ekkor még azt hiszem mindez rendben van mert ő csendben marad.

Így megy ez időről időre.

Kiabálás majd csend.

Kiabálás majd hosszas csend.

Majd eljött a személyes poklom időszak.

A folyamat ahol megtanulok én is csendben lenni.

Olyan gyakran kényszerültem csendben lenni, hogy már kezdtem azt hinni én magam vagyok az.

A harmadik osztályt kezdem.

Leválták a hajam.

Szemüveges lettem.

Elkezdtem hízni.

Azóta megállíthatatlan a folyamat.

Apám elkezd még jobban utálni mint azelőtt.

Azt mondja az egészségem miatt aggódik.

De ez nyilvánvalóan hazugság.

-Hogy nézel ki? - Düh lángol a szemében és bele áll az arcomba.

Csak úgy törnek elő belőle a szavak, végig sem gondolja.

Undorító vagy, nézz magadra, sosem fogsz így kelleni senkinek.

Éveken át hallgattam ezt.

Éveken át csendben maradtam.

Minden alkalommal mikor ezeket vágta hozzám az élet adta irónián gondolkodtam, hogy mindketten tudtuk pontosan a hasonmása vagyok.

Nyolcadikos vagyok és az osztálytársaim megismernek egy új szót. Az erkölcsstan órán egy random könyvből szedték ki.

Bulimia.

Így hívnak egész évben. Bulimiás.

Nem csináltam ilyesmit, a kövérségemmel kötötték össze.

*“Mily eredeti”*

Akkor viszont csendben maradtam.

Azt hittem ez így helyes.

Pár év elteltével megszületik a második öcsém.

Amikor ő világra jött két dolgot ismertem fel magamban.

Az erőt amivel védelmezni akarom és a gyengeséget, hogy túl gyenge vagyok ahhoz hogy anya legyek, hogy ne csak magamat de valaki mást is életben tartsak. Hogy én aki faggal és szomorúsággal a szívében született, boldoggá tegyen valakit.

Vizont minden gyengeségem ellenére győz az erő mert túlságosan védelmezni akarom őt.

Életemben először olyan erősnek érzem magam, hogy próbálom megvédeni anyát.

Próbálom megvédeni az öcsém.

Részt venni egy olyan küzdelemben amiben anya 20 éve részt vesz és rájönni milyen kegyetlenül fárasztó ez.

Az öcsém beleszületik ennek a kegyetlenségnek a közepébe, én pedig ezen a ponton szándékosan lépek bele.

Mert én vagyok a tél, a fagy, a vihar, míg az öcsém a tavasz, az újjászületés, a napsütés, az enyhe zápor.

Majd nagyapám elmegy.

Életemben először ismerem meg közelről a halál fogalmát.

Az az egyetlen férfi aki valaha őszinte szeretetet mutatott ki irányomba itt hagyott.

Aki kemény volt mint a kő.

Végül csont és bőr lett. Nem úgy nézett már ki mint a nagyapám. A leukémia teljesen megváltozatta őt.

Életem egyik legnagyobb hibája az, hogy az utolsó hónapokban nem mentem el hozzá.

Gyenge voltam és nem bírtam ránézni, gyengének látni őt, szenvedni látni őt.

December 15.-én hátrahagyta földi életét.

A temetés kifejezetten későn került megrendezésre, 29.-én.

Egészen addig úgy teltek a napok mintha mi sem történt volna, nem voltam szomorú, nem sírtam, nem éreztem a hiányát.

Az agyam automatikusan azt a képet tárta elém amikor rá gondoltam, hogy otthon van, fekszik és tévét néz.

Majd eljött a temetés napja.

Amíg be nem mentem és meg nem láttam a koporsót teljesen nyugodt voltam, mintha nem is tartoznék a sok fekete ruhás ember közé.

Viszont legközelebbi hozzátartozóként közvetlen a koporsó mellé állítottak.

Élt 86 évet.

Ez volt belevésve az oldalába.

Elovestam egyszer, kétszer, rengetegszer. Újra és újra közben csak sírtam megállíthatatlanul.

Akkor tudatosult bennem, hogy elment.

Hogy többé nem vár az udvaron ha megyek hozzá.

Többé nem válaszolja azt, hogy nyomor a tanyán ha megkérdezed tőle miújság.

Többé nem láthatom az érdekes tetoválásait amik az idő múlásával még érdekesebbek lettek.

Többé nem hoz nekem és anyának virágot nőnapon.

Többé nem járok azon az útvonalon ami a házához vezet.

És nincs többé hová menekülni ha nehéz otthon a helyzet.

A gondolataimból anya zökkenett ki ahogy útnak indított mert a koporsót a sírhoz vitték.

A nagyobbik öcsémnek záporoztak a könnyei és kapkodta a levegőt.

Egészen amíg vége nem lett a temetésnek és mentünk oda a kocsinhoz.

Ekkor viszont apa odafordult az öcsémhez és ráparancsolt, hogy hagyja abba a sírást. Hiszen ő férfi, ne bömbölgjön mint egy gyerek.

Elöntött a harag.

De csendben maradtam újra.

*“Micsoda pancser vagyok”*

Ezután elhatározom hogy elfogok költözni.

Mert utálok élni.

Minden nap félni, rettegni.

Minden hangos szóra megrebbeni.

Minden szúrós tekintetet kerülni.

Minden könnyet elrejtteni.

Telnek az évek és ezeken kívül mostanra már semmi másra nem emlékszem.

A gyermekkorom megszűnt.

Épp a konyhában ülök. Épphogy befejeztem a főzést.

Apa szed magának enni.

Pár perc csend... hallom ahogy a kanál a tányérhoz ütődik.

Nem merek ránézni.

Valahogy érzem, az ereimben, az egész testemben.

Ha az ember egy olyan házban nő fel ahol a levegővételre is figyelned kell megtanulsz olvasni a hangokból.

Milyen hangosan nyel, hogyan veszi a levegőt, milyen hangosan csapódik a kanál a tányérhoz, vagy épp milyen hangosan csapja a poharat az asztalhoz.

Dühös lesz és bevágja a kaját a mosogatóba.

-Egy nulla vagy, semmit nem tudsz megcsinálni.

Mostmár ránézek, nem szereti ha nem tartjuk a szemkontaktust mikor kiabál.

-Mindent elcseszél ebben az életben, egy senki vagy, semmire nem vagy képes, sosem leszel belőled semmi. Bár ne kéne már mindennap nézned téged.

Csak hallgatom, még mindig tartom a szemkontaktust.

Elindul lefelé az emeletről.

Végre sírhatok.

Nem azért sírok mert fáj amiket mond. Hanem mert fáradt vagyok.

Nem bírom már vissza tartani a levegőt, kiegyenesedve ülni, percenként csak kettőt pislogni. Minden alkalommal amikor a közelben van.

A gondolatmenetem után feltápáskodom a székemből, letörölöm a könnyeim, kiszedem a mosogatóból a kaja maradékot és elmosom a tányérját.

Miután minden újra tiszta, a szobámba megyek.

Újra rám telepszik a csend.

Szerencsére kapok egy ajánlatot és pár napra eltűnhetek.

Akkor még nem tudom hogy ez semmivel sem lesz könnyebb.

Bekerülök egy olyan társaságba ahová a legkevésbé sem illek.

Ahol azt érzem apám szavai lassan igazgá lesznek.

Azzal a reményemmel mentem, hogy azt hittem itt vége lesz a csendnek.

Viszont amikor azt mondták nekem, hogy ne beszéljek a traumáimról azt éreztem megnyílik a föld alattam.

-Ezek az emberek itt körülöttem egy kipárnázott életben élnek és fogalmad sincs mit okozol a lelkükben amikor elmondod a történeted nekik.

Egy ideig csak néztem abba az eltökélt szempárba aminek tulajdonosa szentül hitte, hogy az élet igazságát tárta elém. Sosem voltam még olyan szituációban, hogy nyelnem kelljen egyet egy válasz előtt, de ez egy olyan helyzet volt.

-Rendben. - Ennyi jött ki a számon. Egy nyomorult rendben miközben belül tomboltam és a vér forrt az ereimben.

Miután felálltam az asztaltól és elhagytam a termet, azonnal a kabátomért kaptam és elindultam a szállodába.

Az érzelmek csak úgy kavarogtak bennem és percenként azon kaptam magam, hogy győzködnöm kell magam arról, hogy ne forduljak vissza.

Elsősorban dühös voltam de volt egy bennem megmagyarázhatatlan érzés ami elszorította a torkom. Bocsánatot akartam kérni, bocsánatot kérni mindenkitől akivel valaha megosztottam a legapróbb részletét is az életemnek.

Amikor már szinte teljesen tele beszéltem a saját fejem azzal, hogy igenis sajnálkoznom kell, megpillantottam a villamos ablakából egy sörözőt.

16 éves voltam mikor életemben először és utoljára jártam ott. Egy 10 évvel idősebb férfi szólított le és hívott el egy randira. Akkor léptem át először annak a sörözőnek a küszöbét. Ennek már 6 éve.

Ekkor elöntött a düh.

Életemben akkor először feltettem magamnak a kérdést.

Tőlem ki fog bocsánatot kérni?

-A 10 évvel idősebb férfi aki kihasználta a gyermeki naivitásom?

-Nem!

Leszálltam a Blaha Lujza téren, átsiettem a zebrán majd mintha a testem az elmém ellen dolgozott volna földbe gyökerezett a lábam és nem tudtam megmozdulni.

Körbe néztem és megláttam azt a bizonyos padot ahol először és utoljára találkoztam azzal a 4 évvel idősebb sráccal aki végül megerőszkolt. Ekkor voltam 15. Ennek már 7 éve.

Tőlem ki fog bocsánatot kérni?

-A srác aki megerőszkolt?

-Nem!

Átléptem a szálloda küszöbét, a liftek felé vettem az irányt, beszálltam és miközben a lift a negyedik szintre araszolt a tükörben farkasszemet néztem önmagammal. Dühös vagyok, látszik a szemeimben.

Először látom magam ilyennek.

De még mindig csendben vagyok.

Hátat fordítottam majd megkerestem a szobámat a zárba helyeztem a kártyám és beléptem a szobába.

A tegnap viselt nadrágom még a széken volt. Ebben sétáltam vissza a szállodába tegnap este. Elmellőztem benne a régi iskolámat. A kezembe vettem és megint megállt az idő egy pillanatra.

14 éves vagyok, elkezdtem a középiskolát, kollégista vagyok a szülővárosomtól 130km-re.

Tetszik nekem egy srác. Ő végzős, én elsős.

-Most jogosan felteheti mindenki a kérdést, hogy mi a bajom, miért mindig az idősebb férfiak? Bár a gyerekkoromból ítélve mégsem olyan meglepő. - Lopva odatekintek, látom őt és a barátait. Bármennyire próbáltam óvatos lenni elkapták a pillantásom. Másodpercekkel később hangos nevetés és hallom az új becenevem. BAJUSZ.

A bulimiást felváltotta a bajusz.

14 évesen fogalmam sem volt róla, hogy ez probléma vagy hogy mit kezdjek a test vagy arcszőrzetemmel. Ennek már 8 éve.

A mai napig görcsösen figyelek minden egyes szőrszálla.

Ki fog tőlem bocsánatot kérni?

-A srácok akik gúnyolódtak rajtam?

-Nem!

Bele tuszakoltam a nadrágomat a táskámba és elindultam lefelé.

Elköszöntem a recepcióstól. Egy 50-es éveiben járó férfi.

Emlékeztet a portásra abból a bizonyos iskolából.

Ő volt az utolsó akit láttam mielőtt végleg hátrahagytam azt a helyet.

Már 16 éves vagyok. Küszködöm az angollal és a tanárim dühöseks rám. Nem értik miért nem szólok fel órán, miért nem kérek segítséget az osztálytársaimtól.

A tanárim szemében én voltam a problémás gyerek.

A valóság viszont, hogy nem volt kihez szólnom, egyetlen romaként mindenki ki volt rám éleződve. Minden mozzanatom figyelték és tudomra adták, hogy látják ha hibázom.

Erőt vettem magamon. Felemeltem a kezem odahívtam a tanárom és segítséget kértem.

-Mégkérdezhetem hány éves vagy?

-16 éves vagyok Tanárnő.

-Akkor nem kell itt küszködnöd, nyugodtan hazamehetsz és alapíts családot mint a fajtád.

Senki nem hallotta, mert senki nem akarta hallani.

Ki fog tőlem bocsánatot kérni?

-A rasszista angol tanár?

-Nem!

*“Egy diplomás ember, hogy lehet ilyen buta”*

Felszálltam a metróra és irányba vettem a Puskás Ferenc Stadiont.

Onnan indult a buszom haza.

Rengetegszer megjártam ezt az útvonalat.

Miután a földalól felkúszkódtam magam a felszínre és sétáltam a kisbolthoz ahova mindig bemegyek mielőtt buszra szállok megpillantottam a másik oldalon azt a kis utcát ami a kollégiumhoz vezet ahol laktam. Ott megváltozott az életem.

20 éves voltam. Egy okj-s képzésre jártam. Suli után gyakran főztem a többieknek a koliban. Aznap is ezt tettem.

Valaki kinyitotta mögöttem az ablakot. Teljesen bele merültem a főzésbe. Megfordultam és a halántékomat beütöttem az ablak szélébe.

Agyrázkódás.

Mentő.

Kórház.

Orvosok.

Vizsgálatok.

*“Már csak ez hiányzott”*

Hónapokkal később a pszichiátrián magyaráztam az orvosomnak mit érzek amikor pánikrohamom van.

Ennek már másfél éve. Mai napig a gyógyszerek határozzák meg a mindennapjaim.

Ki fog tőlem bocsánatot kérni?

-Aki kinyitotta mögöttem az ablakot?

-Nem!

Mire visszarángattam magam a jelenbe már a boltban voltam.

A hűtőhöz mentem és kivettem egy islert. A kasszás fiú elé tettem majd elkezdtem kutakodni a táskámban apróért.

Közben hívást indított.

-Dolgozol még MANÓ?

A vér megfagyott az ereimben és hirtelen a pénzemet is elejtettem.

21 éves vagyok. Március 9.-ét írunk, egy pláza parkolóházának tetején állok.

Mellettem a srác.

-Lennél a párom?

-Igen!

Az első igen.

Aznap nem volt pánikrohamom, sőt utána jó ideig.

A srác a találkozáskor után továbbment a barátaihoz iszogatni. Este kaptam egy üzenetet.

-Kitaláltam hogyan foglak becézni.

-Hallgatlak.

-MANÓ.

Ennek már egy éve. Azóta 22 vagyok és 7 hónap után először újra hallom a becenevem.

Az eddigi kedvenc becenevem. Az első ami mögött nem áll rosszindulat csak szeretet.

Végre összeszedtem a pénzt, kiegyenesedtem és a kezébe adtam amikor a tekintetünk találkozott még jobban ledöbbsentem.

Hasonlít rá! Kicseszettül hasonlít rá!

Ki fog tőlem bocsánatot kérni?

-Az univerzum amiért kerekre zárta a történetet és a mai nap mindennel szembe találokoztam ami sebet hagyott rajtam?

-Nem!

Ki fog tőlem bocsánatot kérni?

-Sajnálom! - suttogtam magam elé.

Sajnállok mindent.

A gyerekkorod, amire valójában nem is emlékszel már igazán.

Az apád aki elhitette veled hogy semmit nem érsz, senki nem fog szeretni.

Ezért nem tudsz normális emberi kapcsolatokat kialakítani és akárhányszor elhagy valaki egy világ török össze benned.

Sajnálom, hogy ilyen gyengék lettünk.

Tudom azt hittük olyanok vagyunk mint anya. De nem.

Nem vagyok olyan.

Sajnálom azt is, hogy akárhányszor a beszédet választottad a csend helyett süket fülekre találtál.

Felültem a buszra és egy kínkeserves három órának néztem elébe.

Folyton az elmúlt napok eseményein kattogtam. Eszembe jutott minden aminek a legkevésbé sem kellett volna.

Fájtak ezek az emlékek de tulajdonképpen rávezettek arra a döntésre ami most következik.

Arra a bizonyos következő lépésre.

Mindössze várnom kellett.

Amikor végre hazaértem és lefeküdtem a saját ágyamba még nehezebb lett minden.

Vissza a kiinduló pontra.

Magamhoz szorítottam a plüssmackóm amivel évek óta alszom és csak meredtem a semmibe.

Végre nem voltak gondolatok.

Ekkora annyira elfáradt az elmém és a lelkem, éreztem, hogy baj lesz.

Aztán megjelent a feszítő érzés a mellkasomban.

A gyomrom görcsbe rándult, vártam a folytatást.

Egyre nehezebben vettem a levegőt.

A bal karom elkezdett zsibbadni és annyira szédültem hogy ki sem bírtam nyitni a szemem.

Felültem az ágyban, hogy jobban tudjak koncentrálni a levegővételemre.

Rossz szokásomhoz híven rögtön a telefonoméért nyúltam, de mindenki aludt már.

Viszont kinek is szólhattam volna.

Az életem történései és a mentális problémáimnak köszönhetően falakat húztam magam köré és mindenkit a lehető legtávolabb löktem magamtól.

A srác sincs már... aki hajnalokig telefonált velem ha pánikrohamom volt, akinek megnyugtatót a hangja, aki el tudta terelni a figyelmem.

*“Egy újabb dolog amit elcsesztem”*

Hosszú órákon át próbáltam magam lenyugtatni.

Már majdnem feljött a nap mire végre elaludtam.

Mivel nem dolgozom az én feladatom reggel takarítani, mosni, megfőzni a családnak mire mindenki hazaér.

Szóval másnap a késői lefekvés ellenére próbáltam időben felkelni.

Azt éreztem nem bírok megállni a lábamon vagy épp nyitva tartani a szemem.

Hallottam, hogy apa itthon van, valószínűleg délutános.

Így hát nem mentem mosdóba, nem mostam fogat, át se öltöztem. Rögtön belekezdtem a feladataimba.

Elég lassan haladtam a fáradtságnak köszönhetően.

Épp a mosogatásnál tartottam amikor hallottam ahogy feljön a lépcsőn, még mindig kattog a bokája pár pillanat múlva megjelent a konyhában.

-Neked mibajod? - szegezte nekem a kérdést.

-Rohamom volt este, elég későn aludtam el.

Nagylevegőt vett, leült az asztalhoz majd egy ideig csak nézte mit csinállok.

Tudtam mi következik, hiszen mint mondtam olvasok a hangokból.

Igazam volt.

Neki kezdett.

-Neked mindig van valami bajod, mindig mindenre van valami kifogásod. Nem unod még?

Felállt majd közelebb jött és úgy folytatta.

Most nem néztem rá, folytattam a mosogatást.

-Elmondom én mi a bajod lányom, bolond vagy. Elmondtam már nem egyszer, hogy tedd túl magad ezeken a mentális dolgokon, de úgy látszik neked lehet mondani bármit.

Éreztem, hogy szokásosan elkezd remegni a kezem.

Már alig bírtam a tányért a kezemben tartani.

-Ráadásul azt hiszed, hogy beveszem, hogy egy agyrázkódás miatt bolondultál meg? Nem vagyok hülye! - toroka szakadtából kiabált.

Ekkor elengedtem a tányért és felé fordultam.

-Hagyj békén, elegendem van belőled. Folyton csak kiabálsz. Utállak apa, utállak.

Kikerültem őt a szobámba mentem és lefeküdtem.

Nem fejeztem be a dolgaim. Nem takarítottam a tombolása után.

Csak pihenni akartam mert ezeket kimondani olyan volt mintha mintha minden szónál egy kést szúrtak volna belém.

Természetellenes volt számomra felszólalni önmagamért.

Még fáradtabbnak éreztem magam ezután a pár mondat után.

Átaludtam a délutánt.

Mikor legközelebb kimerészkedtem a szobámból azt a taktikáját vetette be nálam amit anyánál szokott. Kedves és úgy csinál mintha mi sem történt volna.

Ezúttal viszont én emlékeztettem magam.

Nem néztem rá. Nem válaszoltam neki.

Kimentem az erkélyre. Leültem és vettem pár nagy levegőt.

Végre leesett mit tettem!

Kiálltam magamért!

Nem maradtam csendben!

“Végre”