

Igen, EZ MIND ÉN VAGYOK!

GUBÁS GABI, POKORNY LIA, D. TÓTH KRISZTA

A NEGYVENES NŐKRŐL...



SZILY NÓRA
INTERJÚJA

„40. születésnap. Hivatalos temetése a fiatalságnak. A középkor első napja.” Idézet D. Tóth Kriszta most megjelent regényéből. Hát, induljunk ki ebből. Ki tudja, hogy a múltó idő kapcsán hova érkezünk...?

D. Tóth Kriszta: Fontos, hogy ez a regény főhősének véleménye, nem az enyém. *Szomjas Helga* 40. születésnapja hajnalán meztelenül áll a tükör előtt, szembesül a testével, a múltjával, a jelenével, a titkaival. Kiborul, és sorolja magának mindazokat a kliséket, amelyeket ehhez a korhoz szoktunk kötni.

Pokorny Lia: Én a 39.-en gondolkodtam el. Azt vettem észre, hogy másként működöm, mint korábban. Már nem szeretnék lobogó hajjal, sortban végigmenni az utcán, hogy minden srác fűtüljön utánam, mert nem azok a fiúk érdekelnek. Mindenben ezt élem, elengedtem dolgokat. Szerintem nem egy korszak zárul le, hanem zajlik egy folyamat. Miközben becsukódnak ajtók, újabb kapuk nyílnak.

„Most van itt az ideje az elfogadásnak. Ez nem ámitás, hiszen arról beszélünk, ami megváltoztathatatlan.”

Gubás Gabi: Én azt is alig vártam már, hogy harminc legyek, mert tudtam, hogy akkor valami egészen más fog történni velem, és így készültem

a negyvenre is. Ezek jó fordulóponatok az életemben, mint egy finom bornál. Azt érzem, egyre jobb lesz az általam, hogy telik az idő, és sok minden rakódik rám. A testem változása kevésbé érdekel, de már sokkal inkább én vagyok, tudatosabb mindabban, ami bennem vagy velem történik.

D. T. K.: A negyventől egyáltalán nem szorongok, főleg most, hogy minden lehetséges aggályt beleírtam a *Húszezer éjszakába*. Helga története abban is segít, hogy a saját életemet megkíméljem az ő hibáitól. Amikor anyagot gyűjtöttem, inspirált, hogy a körülöttem, hozzám hasonló harcra vívó nők nagyon hasonló harcot vívnak, csak a válszaik mások. Van, aki kilépett egy házasságból, van, aki csak megbott, van, aki önmagával sokkal jobb viszonyba került, és megtanulta értékelni azt, amije van. Minden előfordult, és annak az ellenkezője is. A pszichológusok ezt életközépi válságnak nevezik. Tagadhatatlan, hogy lezajlik, nőkben is, férfiakban is. Jó esetben úgy jön ki belőle az ember, mint Gabi. Ha nem ismeri annyira magát, nem elég őszinte és erős, akkor viszont úgy, mint a hősnőm. Én magam még épp 40 előtt vagyok,

de már ebben az életszakaszban. Én is állok a tükör előtt, és látom, hogy többet kell tennem ugyanazért az eredményért. A testem és a lelkem is máshogy reagál. De hál' Istennek nem érzek válságot.

Maradjunk a testnél... Felsőhajtók néha? Valami már sosem lesz olyan!

D. T. K.: Én jókat tudok magamon nevetni, és szerintem ez kulcs az évek méltóságteljes túléléséhez.

P. L.: Nem szeretem, ha azt mondják, hogy „küzdeni az öregedés ellen” – mert ez hülyeség. Persze amit az ember természetes úton megtehet önmagáért, azt tegye! Nem kell előkapni a lapátot, és magunkra hányni a földet. Titeket hallgatva azon gondolkodtam, hogy tizen-huszoneves korban lázadunk, hogy végre fogadjanak el teljes értékű emberként, nőként, aztán mire tényleg ott vagyunk teljes pompában, éretten, akkor pedig beindul a pánik. Miközben szerintem csodálatos, hiszen a szarkalábakra rá lehet állni! Most van itt az ideje az elfogadásnak. Ez nem ámitás, hiszen arról beszélünk, ami megváltoztathatatlan. Szánalmas ellene küzdeni. Szerintem gyönyörű, amikor

FOTÓ: EMMER LÁSZLÓ · STYLIST: MILKOVICS KRISZTINA · STYLISTASSZISZTENS: BALOGH NÓRA · SMINK: ETTER DALMA, SOMGYVÁRI DÓRI · HAJ: BRIGI ÉS MARCUS/HAIR CLUB · RUHA: BENETTON, CAMAIEU, F&F, GUESS BY MARCIANO, NEW YORKER, ORSAY · ÉKSZER: NEW YORKER, SWAROVSKI



valaki méltósággal azt tudja mondani, igen, élek, és ehhez hozzáartozik, hogy megöregszem. Én is nézegetem a testem, de nem vagyok szomorú, hanem van bennem egy fura nosztalgia. Ismerek olyan 70–80 éves hölgyet, akit gyönyörűnek látok! Nemrég ismerte meg a párját, szerelmesek egymásba, tehát nem az éveken múlik! Az elfogadástól, a bölcsességtől ragyog az ember. Az élet nem áll meg, csak egy másik szinten halad a befejezésig.

D. T. K.: Nem mindenkinek sikerül eljutni erre a tudati szintre. Sokan vannak, akik nem képesek önmagukat szeretni.

Noná, hisz a 40+-os nők szinte láthatatlanok. A külvilág azt üzeni, hogy nem engedheted, hogy múltjon az idő. Paradoxon. Hisz az életkor egyre jobban kitolódik.

G. G.: Engem egy ideje már nem foglalkoztat, mit gondol rólam a világ. Az érdekel, amit én gondolok magamról. Amikor ezt a döntést meghoztam, képes lettem szeretni önmagam. Ha neked tetszik az arc, ami visszanéz rád, akkor mindenkinek tetszeni fog. Ha nem, akkor mindegy, hogy van-e rajta szarkaláb.

P. L.: Már csak azért is, mert a kétségbeesésnek van egy szaga, amit az emberek megéreznek! Én próbálok megérteni magam, hova jutottam el, és mindeközben igyekszem nyitott maradni az örömről, ami független a kortól. Az öröm harmóniát teremt, amihez mindig vonzódni fognak. Hiába sulykolnak bármit, az elfogadás visszatükröződik! Csodálatos körforgás, a harmónia ott világít benned. Vagy áldozata leszel annak, amit diktálnak, vagy úgy döntesz, hogy köszönöm, kiszállok, csináljak, amit akartok, de én élni szeretnék! Ehhez folyamatosan dolgozni kell magunkon, de nagyon megéri.

G. G.: Sokkal jobban megéri, mint azzal törődni, hogy úristen, mit csináljak, hogyan kaszkszkodjak mások szeretetébe, visszajelzésébe, tetszésnyilvánításába? Ne az tápláljon, hanem az, amit magunkban találunk, vagy magunknak adunk!

D. T. K.: Igen, mondják, hogy egy ember sem azért születik a Földre, hogy egy másik embert boldoggá tegyen, hanem azért, hogy megtalálja a boldogság forrását önmagában, és ezt ossza meg a társával. Ezt kellene megtanulni...

G. G.: Nekem a színház pont erről szól. Ha én jól érzem magam, akkor az is, aki néz engem. Nem azért megyek ki, hogy neked jó legyen, hanem magamért! Ez bizonyos szempontból egoista hozzáállás, de nem önzés! Arról szól, hogy befelé figyelek, és magamon dolgozom. Nem az a cél, hogy elhiggy bármit rólam. Azon dolgozom, hogy a legtöbbet hozzam ki abból az állapotból, helyzetből, amelyben most vagyok.

D. T. K.: Ugyanakkor nehéz megélni, hogy közben azt hallod, hogy – édesanyaként, feleségként, beosztottként, főnökként – neked így negyven körül már rendben kéne lenned magaddal. Élj a gyerekeidért, a családodért vagy a munkádért! Ha anya vagy, piedesztálra emelnek és elvárják, hogy foglalkozz magaddal kevesebbet! Ezzel az elvárással kezdenünk kell valamit, mert rengeteg nő érzi, hogy elveszik a mindennapokban, az elvárásokban. Természetesen a családom az első, de azt szeretném, hogy közben úgy mehessek ki az életem színpadára, hogy jól vagyok, és nőnek érzem magam. Amikor a gyerek bölcsődébe, óvodába, iskolába jár, elkezdnek „anyukának” szólítani. „Anyuka, be kéne fizetni az ebédpénzt!” „Apuka, kifogyott a tisztasági csomag!” Komoly kihívás „anyuból” visszavedleni olyan nővé, aki a saját testével, intellektusával, szexualitásával rendben van, és becsüli önmagát.

Jó, hogy szóba hoztad. A negyvenes nő, mint vágyakkal teli lény – nem téma, mintha nem is lenne.

P. L.: Én soha ennyire jól és teljesnek nem éreztem magam! Huszonévesen mit tud még az ember, de tényleg?

D. T. K.: Nagyon fontos, hogy az ember teljes egésznek érezze magát, hogy ismerje a testét, hogy mit szeret, mire képes, és ezt élje is meg, ne szégyellje.

Azért ne feledjük: sok nő ekkortájt váltani kényszerül, vagy éppen elvált, egyedül neveli a gyerekeit.

P. L.: Erről is tudok beszélni, egy másodpercig sem vagyok ettől kétségbeesve! Amikor eljöttem az Új Színházból, fogalmam sem volt, mi lesz. De aláfeküdni olyan tehernek, amit nem bírok el? Képtelenség. Hátrébb léptem, és arra gondoltam, lehet, hogy más lesz a dolgom. Honnan tudjam ebben a pillanatban, hogy a fejlődésemhez mire lesz egyszer csak szükség?

„Nem az a cél, hogy elhiggy bármit rólam. Azon dolgozom, hogy a legtöbbet hozzam ki abból az állapotból, helyzetből, amelyben vagyok.”

Nem az a kérdés, hogy mi marad abból, ami volt, hanem az, hogy mivel tudom megteremteni a harmóniát ma! Ha nem egy pasival élem le az életemet, hanem most éppen

a gyerekemmel ketten, az is egy helyzet, ami van. Vele foglalkozom esténként, kitalálok magamnak ezt-azt, és megtalálom az örömet. Ha görcsösen ragaszkodnék a látszólag egyetlen lehetséges boldogsághoz, akkor egyenes út vezetne a boldogtalanságba.

D. T. K.: Rengetegen ragadtak bele kapcsolatokba, pozíciókba, ahol már régen nincs semmi keresnivalójuk. Én is kelepcebén éreztem magam pár éve a munkahelyemen. Amit megtanultam 35 és 40 között, hogy merjek az ösztöneimre hallgatni. Vegyem észre, és vegyem komolyan, ha a testem-lelkem jelez, hogy nem jó. Ne intézzem el egy legyintéssel, hanem próbáljak alternatívát keresni. Kell kurázzsi és bátorság ahhoz, hogy az ember azt mondja, lépek, és meg fogom találni az utat és önmagam. Persze, ki tudja, a társam támogatása nélkül képes lettem volna-e rá...

P. L.: Én megtettem! Sokan azt gondolják, akkor lépnek, ha jön az új lehetőség. Pedig ez pont úgy működik, hogy ha lezárod – akkor táruled.

G. G.: Már ismerjük az élet szabályait. Tudom, hogy kell ezt a játékot játszani, nem esem csapdába, tudom, hogy mindennek ok-ozatai függvénye van, és már tisztában is vagyok velük. Most már ülünk le, és játszunk úgy, hogy élvezzük minden egyes pillanatát!

D. T. K.: Azt várom, hogy a negyedik X, az önfelvállalás évtizede lesz. Ez vagyok én, tökéletlenül, túl néhány kudarcon, sikeren, megedzve, megkarcolva, de közben erősebben, mint valaha. De lányok, azért ne tegyünk úgy, mintha az élet minden pillanatában olyan biztosak lennénk magunkban, mint most! Amit veled szemben ülve megfogalmazunk, arról szól, hogy nagyjából milyenek vagyunk, és mi felé törekszünk. Közben igenis van úgy, hogy megkérdőjelezzük magunkat, elbizonytalanodunk, hogy helyes-e az út, amelyen járunk?

G. G.: Igen, de ha megtaláltad magadban a belső középpontot, ha a mérleg nyelve jól le van fixálva, akkor hiába leng ki pozitív vagy negatív irányba – egyszer csak újra visszaáll. Persze történnek veled olyan dolgok, amik sírásra, nevetésre ösztönöznek, de legalább nem ragadsz bele egyik szélsőséges

állapotba sem, hanem vissza tudsz térni az arany középutra.

P. L.: Én ezt tartásnak vagy méltóságnak hívom. Ha az megvan, akkor tudsz igazán önfeledt lenni, és ugyanúgy átadni magadat az örömeknek, a boldogságnak. De már nyilván nem habos-babos szoknyában fogok sikítózva rohanni az Andrásy úton, érted...

D. T. K.: Volt ilyen?

P. L.: Igen, én kicsit szélsőségesen élek, de már képes vagyok középre visszatálatálni. Ezt nevezem harmóniának.

D. T. K.: Szerintem ehhez kell, hogy igenis vállaljam a vadhajtatásimat. Azt is, hogy sírok, vagy nyitott szájjal röhögök. Igen, ez mind én vagyok. Nem kell állandóan beleerőszakolnunk magunkat középre.

P. L.: Persze, ismerem már magam. Nem csinállok úgy, mintha. Sőt. Pontosan tudom, hogy mitől tudok pánikba esni, megengedhetem magamnak, hogy kétségbe essek, de mi a francnak?!

Kislánként a negyvenéves kor olyan távolinak tűnik... Ha most betoppanna az a régi énetek, vajon mit szólna? Megölelné? Arról álmodott, amit megvalósítottál?

P. L.: Azt érezném, hogy a csuda gondolta volna ezt a gazdagságot! Az életem csomópontjain mondtam igeneket és nemeket, és sokszor csak utólag értettem meg, mit is kellett megtanulnom, és hogy a saját belső mércém szerint feljebb léptem, még ha ott, akkor fájt is. Minden úgy volt igaz, ahogy történt. Szerintem ez a legfontosabb. Ezért remélem, hogy megölelné...

G. G.: Biztos mosolyogna az a kislány, aki én voltam – erről álmodott. Hogy neki jó legyen ott fönt a színpadon. Hogy valamit ki tudjon adni. Nekem ez egy terápia is, hogy el tudjam fogadni az életet. Sok minden hamarabb történt meg velem a színpadon, mint az életben. Hamarabb csókolóztam, szültem, ami egy kicsit furcsa, de aztán utolértem magam, és most már kerek az egész. Tényleg élvezni lehet a játékot.

D. T. K.: Szerintem nekem azt mondaná, hogy „Na, végre!” Nem mindennap ölelt volna a keblére, de most már egy jó ideje igen! Mert rátaláltam arra az útra, amit kitalált nekem. ■

Élmény!
Minden
tekintetben.

Művészetek
Palotája
Budapest

KARÁCSONYI ORGONAKONCERT

In dulci jubilo

Hans-Ola Ericson estje

2014. december 18. / 19.30

Csajkovszkij: A diótörő

Vezényel: Kocsis Zoltán

2014. december 23. / 18.00,

2014. december 27. / 11.00, 18.00

ÚJÉVI HANGVERSENY

Haydn: A teremtés

2015. január 1. / 19.00

mupa.hu

Stratégiai partnereink

Stratégiai médiapartnereink

metropol

A Múpa támogatója az Emberi Erőforrások Minisztériuma

EMBERI ERŐFORRÁSOK MINISZTERIUMA

Jegyek kaphatók a Múpa jegypénztáiraiban, és online a www.mupa.hu oldalon.

További információ: +361 555 3300, +361 555 3310

ISO 9001:2000