

# NŐI HULLÁMHOSSZ

M A G A Z I N



A hónap témája:  
Az utazás

Bemutatkozik  
WANITA  
VILÁGOK KÖZTI HANGUTAZÁS

Utazás a tarot körül

7. SZÁM  
2024. JÚLIUS

## A SZERZŐK



### MELINDA

Az élet egy kaland, és tapasztalatom szerint, nem feltétlen csak könnyű, de aki az úton jár, az már kalandor. Ezekről a kalandokról szeretek írni, mesélni, beszélgetni. Mindannyiunknak van története, azért is vagyunk itt, hogy megosszuk egymással, segítsünk, utat mutassunk, és elfogadjuk a kinyújtott kezet. Remélem abban a pár percben, amíg minket olvasol sikerül kapcsolódnod.

Kellemes időtöltést!



### EDINA

Mehetnékkel születtem. Amióta az eszemet tudom, mozgásban van világom. Hol kicsiket, hol nagyokat utazom, a lényeg az, hogy pöfögjön, guruljon, zakatoljon, szálljon, ússzon valami a fenekem alatt, és lehet az bármi, bicikli, motor, köttyögő, autó, busz, vonat, kenu, csónak, hajó, komp, repülő is akár. Ha pedig másként nem megy, legalább a lábaim járjanak. A lelkemnek ajándék minden út, még az is, amikor kerülök egyet a határban, vagy ellátogatok a szomszéd faluba.



### KRISZTA

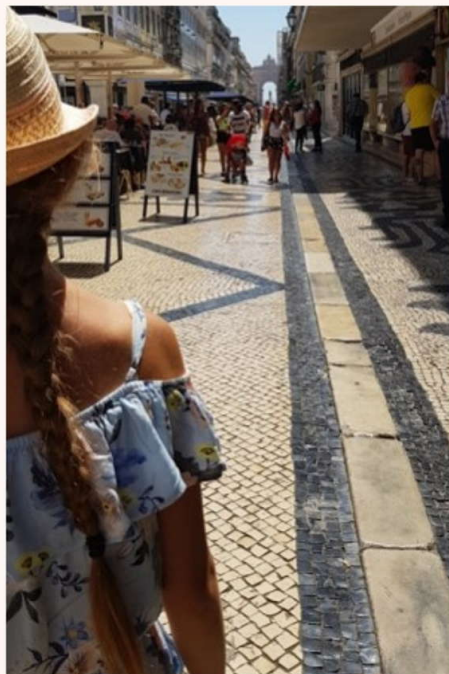
Sokáig elhittem, hogy a világ annyi, amennyit látok belőle. Aztán szép lassan elkezdtem érzékelni olyan dolgokat, amik a megszokott érzékszerveinkkel felfoghatatlanok. Egy végtelen kozmosz tárult fel előttem, aminek egyszerre vagyok része és egésze. Szenvédélyemmé vált a Tarot, ami ezt a két világot köti össze kifinomult szimbólumaival. A célom, hogy a lapok üzeneteit közvetítve bepillantást nyújtsak ebbe a varázslatba.

## ÚTRA KELNI

Jó útra kelni, legyen bármekkora a táv. Elvegyülni, elmerülni, egy kicsit eltűnni a megszokásokból, még akkor is, ha nincs két egyforma nap. Felfedezni tájakat, vidékeket, szokásokat, különbözőségeket és hasonlóságokat nyitottságot feltételez. Levetkőzni a megszokásokat, elengedni magunkat, és belemerülni az ismeretlenbe. Nagy lehetőség, ha tényleg meg tudjuk tenni, ha van bátorságunk.

Természetünk része a kíváncsiság a másság iránt, és ha hagyjuk is ezt a részünket megnyilvánulni, érdekes felfedezésekben lehet részünk.

Különleges érzés megtapasztalni, hogy például csak az országhatárok átlépésével valami azonnal megváltozik. Sokat elmélkedtem rajta, hogy vajon miért van ez?



Azután találtam pár érdekes gondolatot a témában. Például a beszélt nyelv. Az országhatárokat meghatározza a beszélt nyelv, más a dallama, különböznek a hangok, amelyeken az emberek egymáshoz szólnak. Más a gondolatvilág, más történelmi háttérrel rendelkeznek, mások a nehézségek, könnyebbségek, és most még csak a környező országokat említtem, ahol az éghajlat nagyjából megegyezik a miénkkel. A kultúra, a szokások, az emberek általános gondolatvilága, mind-mind meghatározhatják azokat az érzébeli különbségeket, amelyeket átélhetünk, ha átlépünk egy adott országhatárt. Mint egy láthatatlan búra.

Ahogy egy nagyobb város felé indulunk, vagy az országok szíve, fővárosa felé, sűrűsödik ez a láthatatlan közege, ami persze

mindenütt egyértelműen fizikálisan is megnyilvánul az ételekben, építészetben, növényzetben, az utak minőségében, a szemtelési szokásokban, amelyek jól meghatározzák a különböző vidékek lelki állapotát. Nincs egyetlen olyan részlet sem, ami ne arról árulkodna, milyen az adott nép.

Messzemenő következtetéseket felesleges levonni, de azért érdemes nyitott szemmel járni-kelni.

Segített a megfejtésben az is, hogy bizonyos tájakon életvitelszerűen éltem, így még jobban befolytam a mindennapjaiba. Megismertem helyieket, beszélgettem velük, és megosztották világlátásukat.

Kívétel nélkül, minden alkalommal a saját hozzáállásom is nagyban befolyásolta tartózkodásaim minőségét, legyen szó évek leforgásáról, vagy csak egy hosszú hétvégéről külföldön.

A természet, az emberek, a látványosságok körülvesznek minket, de közben ott van a belső megélésünk, a csendben tett következtetéseink, benyomásaink. Amikor kellemes arcok társulnak helyekhez, akkor biztosak lehetünk benne, hogy életre szóló élményekben volt részünk.

Ebben a cikkben arról az esetről írtam, amikor az utazó valóban nyitottan és kíváncsian áll utazása tárgyához, nem a sztereotípiákat és fotózási lehetőségeket keresi, majd stílusosan távozik.

Melinda

## AZ ÁTLÉNYEGÍTŐ UTAZÁS

A nő indulás előtt állt, bőröndjei sorakoztak, becsomagolta mindazt, amit fontosnak tartott. A kiüresedett szoba közepén állva semmit nem érzett mindaddig, amíg belé nem hasított a maró hiány. Ereje elhagyta, a földre roskadt, alig emlékszik, hogyan érkezett meg ebbe az eldugott kis földi paradicsomba, ahol már két hete elvonultan él orvosi utasításra. Az orvos szavai visszhangoztak az első napokban a fülében, százsor elmondta, hogy muszáj átmenetileg fizikálisan kiszakadnia a lakásból, a környezettől, ahol évtizedeket élt le.

Tessék, itt van, a levegőváltozás kimondottan kellemes, csak szomorúság hagyná magára, ezt kívánta.

Történt pár érdekesség, többek között, számára ismeretlen kapcsolatot létesített a természettel, szépségei mellett csak az első héten tudott elmenni. A színes, és legmeglepőbb helyekről ráköszönő virágok nem hagyták magára, szinte beszéltek hozzá, bármerre járt, akárcsak a fák. Gyengesége, labilis idegi állapota megnyitott előtte egy olyan világot, amit addig legtöbbször egykedvűen nézett. A virágok illékony szépsége rádöbbenette, hogy a természet folyamatosan átmegegy azokon a stádiumokon, amelyeken az ember. Ami tegnap még étellel és ígérettel teli, az mára eltűnhet a szemünk elől. Mi marad így akkor neki? Egyáltalán érdemes feltenni ezt a kérdést? Az orvosnak részben igaza volt, tényleg segített neki valamelyest ez az út.



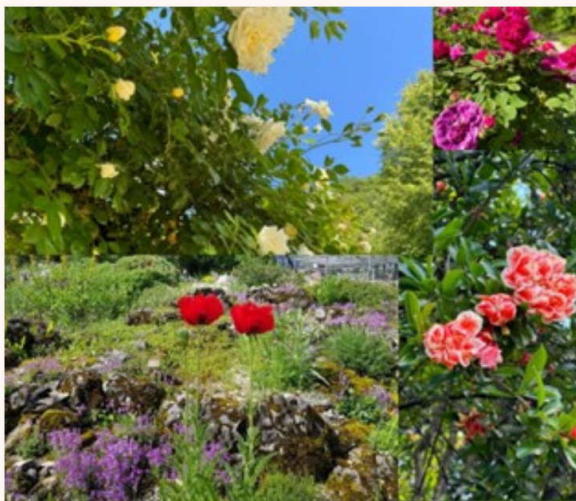
Így morfondírozott kora reggel kávéja felett az egyik helyi kávézóban – ahol nagyjából három asztal szolgálta ki a vendégeket –, amikor valaki helyet kért mellette. Felnézve, egy idősebb férfi világító kék szemével találkozott. Elsőre el akarta küldeni, de gyorsan felférve a helyzetet észrevette, hogy az összes asztal foglalt. Beleegyezett, és különösebb jelét nem mutatta az érdeklődésnek, a férfi pedig elég intelligensnek bizonyult ahhoz, hogy fogja a jelet. Próbált magába zárkózni, viszont a férfi mellett megállt egy hölgy, akivel halk beszélgetésbe fogtak.

A hölgy tapintatosan megkérdezte hogyléte felől, hogy esetleg tud-e bármiben segíteni, biztosítani akarta arról, hogy számíthat rá. A férfi kedvesen megköszönte, de látszott, hogy nem akar a témába túlságosan belebonyolódni. A hölgy tovább folytatta, ecsetelte, mennyire fájdalmas emlék neki is, amikor a férje meghalt, és közben próbálta győzködni, hogy jobb lesz, idővel könnyebb lesz. A férfi erre már nem reagált, mintha egy másik világba távozott volna, messze elnézett a hölgy válla felett. A hölgy meglepettségében ugyanabba az irányba nézett, mintha kereste volna a hirtelen hallgatás okát, de csak a kék eget nézte. Sértődöttségében furán nyögött egyet, és köszönés nélkül eltűnt.

Ez a viszonylag rövid történet mintha átkapcsolt volna benne valamit. A csendes sorsközösség mélyen meghatotta és rádöbbenetette arra, hogy nincsen egyedül gyászával és bánatával, ráébredt, hogy ezen a világon mindenki átéli a veszteség okozta zűrzavart, fájdalmat és űrt. Legszívesebben megölelte volna a mellette ülő férfit, mégsem tette. Felkelt az asztaltól, elköszönt tőle, gyengéden megérintve vállát. A férfi nem érezte a külvilágot, bezárkózott.

Milyen érdekes, hogy mit sem tudva a nő fájdalomról, sorstásként ült le mellé, és szavak nélkül segített.

Az apró, idillikus faluban hátrálévő idejét a nő azzal töltötte, hogy bejárta annak minden zegzugát, élvezve a meleget, a napsütést, az élet adta apró örömeit.



Megmagyarázhatatlan csoda történt vele, attól tartott, hogy egy éjszakai alvás majd eltűnteti, de megmaradt a titokzatos, légiés állapot. Könnyedség járta át, bánatát pedig áthatotta a szépség.

Bizonyos távolságot tartva szemlélte magát, kívülről látta az életét, mintha egy barátja lett volna önmagának, aki támogatóan kísérté, amerre csak járt. Ebben a szemlélődő állapotában kétség sem fért hozzá, hogy a férje vele van, és még biztosan találkoznak.

Melinda

# AHOL AZ ÚT KEZDŐDIK, S VÉGET ÉR, OTT KEZDŐDIK...

Lezártam egy rövid szakaszt az életemben, otthagytam a munkahelyem. Mikulás napja volt. Felültem egy vonatra, és feltettem magamnak a kérdést: „Hogyan tovább?” Mit rejteget a télapó puttonya? Vajon milyen változást hoz az életemben? A szerelvény zakatolásával zakatoltak a gondolataim, és megkönnyebbült a lelkem. Mozgásban voltam, igazán az elememben. Majd csak lesz valahogy! Délután találkoztam egy kedves barátommal, akivel időről időre megvitatom az élet nagy dolgait. Ezt tettük az egyetem alatt, és egyetem után, és aznap sem volt másként. Gondoltuk, hogy ezt a jeles napot megtiszteljük egy közös teázással, és a reggeli drámán már együtt neveltünk. Beszélgetésünk során kiderült, hogy pont a napokban kapott egy levelet Spanyolországból, hogy önkéntest keresnek annál a környezetvédelmi szervezetnél, amelyiknél ő is eltöltött egy kis időt, és már úgy ismeri az ottani terepet, mint a tenyerét.



„Lenne kedved egy galíciai kalandhoz?” „Még ilyen kérdést?! Hogyne lenne!”

Régi álmom volt, hogy megtanuljak spanyolul. Utazni szeretek. A lehetőséget tálcán kínálta az élet vagy tényleg a télapó hozta? A lényegen mit sem változtatott. Kaptam ajánlólevelet, én is elkészítettem a bemutatkozómat, és meg sem fordult a fejemben, hogy ezt a helyet rajtam kívül bárki más is megkaphatná. A lelkem már akkor készen állt a kalandra, viszont az indulásra csak a hivatalos papírok megszerzése és az önkéntes turnusváltás után kerülhetett sor.

Pár hónapos intenzív spanyolkurzussal a hátam mögött, május végén már tükön ültem, tele izgalommal, várakozással. Az indulásom előtt megígértem a barátomnak, hogy mindenről beszámolok, és az általa oly nagy becsben tartott hely iránt én is tisztelettel leszek.

Otthonról május huszonkilencedikén indultam el, amolyan zajos búcsúzkodással, talán mondhatnám magyar ember módjára. A szülői aggodalmak és izgalmak egyvelegével fűszerezett készülődés mellett az alapkérdéshez – miszerint: „Mi lesz veled kislányom egy teljes évig Spanyolországban?” – társult még a többi. „Mi lesz, ha lekésed a vonatot?”; „Mi lesz, ha a buszpályaudvarra menet kilyukad a Trabant kereke vagy neadjisten lerobban?”; „Miért kell mindent az legutolsó pillanatra hagyni?”; „Akkor hogyan jutsz majd el Budapestre?”; aztán meg „Lekésed a repülőt...” és bár csendben ültem a csomagjaimmal a kocsiban az állomásra menet, nagyon hálás voltam a szüleimnek is, hogy mégiscsak utazhatok.

Budapesten a testvérem segített a nehéz pakkok mozgásában, aztán tőle is búcsút vettem, ahogy az ismerős utaktól, a falvaktól, városoktól; de egyedül, hogy bírom majd? Nem tudom. Fejem ismét megtelt zakatoló gondolatokkal. Hát, így kezdődött az út.

# RIBADAVIA

*A gallegók kultúrájának gyöngyszeme a ribadaviai történelmi fesztivál, amit általában augusztus utolsó szombatján rendeznek meg. Ezen a napon a település történelmi központjában a rendezvény keretében egyedülálló módon teremtik újjá a középkori zsidó negyedet. A történet 1693-ra nyúlik vissza, és a helyiek korabeli jelmezekbe öltöznek; lovagok és bábosok töltik be az utcákat; zsidó esküvőt elevenítenek fel, lovagi tornékat szerveznek, a kézműves mesterek az utcai piacon kínálják áruikat, ahol újra a régi Maravedi pénznemet használják.*

Ahogy az emlékeimben él a 2004-es évi esemény:

Már kora reggel a vonatállomáson középkori ruha utánzatokba, kiváló jelmezekbe öltözött emberek várták a vonatot. Mikor a munkatársainkkal és a barátainkkal megérkeztünk a kisvárosba, már szinte nem is láttunk olyan embert, aki korunk öltözékét viselte volna.

Minden utcát felzászlóztak, a faasztalokon hegyekben állt az étel, az üstökben rotyogott a víz a polipoknak, az emberek készülődtek a sokadalomra. Száz ágra süttött a nap. Átváltottuk az eurókat Maravedire, az itteniek középkori pénzére, mivel minden árusnál csak ezzel lehetett fizetni.

Megnéztük színes forgatagot, a grandiózus középkori felvonulást, a bábosokat, a lovagokat, a zászlóvivőket, ettünk, ittunk, sodródtunk a tömeggel, minden sikátor tele volt emberekkel. Itt-ott dobosok verődtek össze és adták a naphoz a ritmust, és inkább karneváli hangulata volt az egésznek, mint középkori. A házfalakon elhelyezett hangszórból középkori zene szólt, de alig hallatszott, mert elnyomta a dobszó és az emberek éneke és örömváltése.

Délután három fele már kezdtünk fáradni, a rengeteg inger, élmény, ember és a tűző nap kivette az erőnket. Kerestünk egy csendesebb helyet a belváros forgatagától, hogy majd újult erővel ismét belevethessük magunkat a folyamba.

Mialatt mi fújtunk egyet és sziesztáztunk egy fa árnyékában a külvárosban, addig a tömeg folytatta ugyanúgy, ahogy azt délelőtt megkezdte. Mikor visszaértünk a központba, már alig lehetett józan embert találni az utcákon. Tánc, dob, ének, evés, ivás, amolyan IHB-s (iszunk, hányunk, belefekszünk) bulihoz kezdett hasonlítani.

Hullámoztam az emberárral, közben a retinámba beleégtek a bizarr képek: jobbra egy férfi a kapualjban az egyik kezével a szerszámjából facsarja ki épp a fáradt levelet, a másik kezében mobiltelefon, és örülten magyaráz, körülötte jönnek, mennek az emberek. Tőle egy karnyújtásra a haverja épp okádik, a lábánál páran már csak fetrengenek a földön, mert nem tudnak lábra állni. Balra a szemközi kapualjban hárman kiterülve, egy nagy empanadat mócsingolnak a mocskos kezükkel a földről, ahová, ki tudja épp valaki nem ürített véletlenül pár perccel ezelőtt. Mindez délután hat körül. Mi lesz itt még később?!





A főtéren gyülekeztünk, aztán elmentünk, hogy megnézzük munkatársaink hordógurító versenyét, de akárhogy is szurkoltunk, utolsónak értek célba. A vásártéren ölyvökkel, sólymokkal, baglyokkal tartottak bemutatót. Zene mindenütt. Tánc és mulatság. Este nyolckor a városközpontban úgy tűnt, hogy már egyetlen egy józan ember sincs talpon rajtunk kívül. Úgy éreztem, hogy bokáig gázolok a szennyben. Tiszta középkor, nem hazudtolták meg magukat! Már zsongott a fejem.

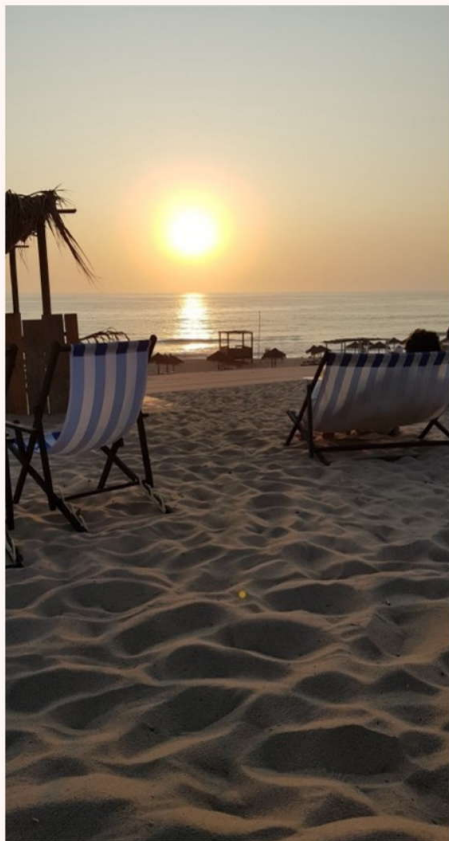
Az utcai árusok sem segítették az embereket a kijózanodáshoz, mert minden egyes bódénál csak bort lehetett kapni. A vízért úgy kellett könyörögni, hogy adjanak. Lehet, mi voltunk a kivételek, meglehet, a helyieknek meg sem fordult a fejében, hogy vizet kérjenek.

Ez a fesztivál, a "Festa da Istoría, Ribadavia", sok ember számára akkoriban csak erről szólt: kikapcsolódásként beöltöztek középkori kosztümjeikbe, és addig ittak, míg a szervezetük fel nem mondta a szolgálatot. Azóta eltelt húsz év, leírni is sok, népszerűsége viszont töretlen, hisz a fesztivált az idén XXXV. alkalommal rendezik meg. Aki kedvet kapna egy ilyen történelmi kalandhoz Spanyolországban az a <https://festadaistoria.com/> oldalon minden információt megtalál hozzá. Egy ilyen élményutazás garantáltan elrepít egy másfajta világba, megmutat egy különleges életérzést, egy egyedi szemléletet, bármerre is állítsuk gyölkölkünk fókuszát.

Itt a fiatalok, ahogy elnéztem, már tizenévesen elkezdik élni a nagyok életét, bandákba verődve a barátok együtt mennek inni. Ez jelenti a szórakozást számukra, a bulit. „Vamos a beber! Vamos a la fiesta! Vamos a los vinos!” Sokuknak a hétvégék szinte csak ebből állnak: találkoznak, elmennek inni közösen, vagy egy fesztiválra, vagy csak bárról bárra járva a várost, és jön egyik pohár a másik után. Ivás nélkül elképzelhetetlen számukra a buli. „Ez olyan szokás, amit nehéz elhagyni, mert már régóta csináljuk, és mert így tetszik, a kultúránk része...” – mondta egyszer egy helyi barátom.



# EGY ÁLOMNYARALÁS



Lisszabonban töltöttük az első két éjszakát egy szuper, autentikus portugál lakásban, nagy terasszal. A teraszon megterítve, mindenféle földi jó, csodás tálalással várt ránk az éjszaka közepén. Tökéletes, csak a szemeim ne akartak volna másodpercenként alvásra csukódni.

Reggel kissé szórakozottan szálltam be az autóba, hogy városnézésre induljunk a nyári hőségben, amikor meglepetésemre az autó teteje megmozdult, majd behúzta magát a csomagterbe, és előállt a kabrió-élmény! Mintha egy filmbe csöppentem volna, a szűk utcákban szinte kézzel is elérhettük az épületek falait, a növények, az illatok és a színek változó kavalkádja lenyűgözött. Újabb álom vált valósággá.

Portugália adta helyszínét az álomnyaralásnak. Az előzményeket összefoglalom pár mondatban.

Portugál barátom egyszer nálunk töltött öt napot, és annyit kért, hogy pihenhesen, kikapcsolódjon, elszakadjon a gondjaitól. Nem volt más hátra, beosztottam minden percét, megszerveztem a kikapcsolódását és a programokat. Boldogan tettem eleget a kérésnek, barátom meglepedettségére. Sikerült megpihennie és feltöltekeznie, ahogy nekem is, vele együtt.

Azután jött a meghívás, és mi repültünk. A reptéren stílusosan várt minket, kellemes fogadtatásban volt részünk, habár a gépünk sokat késett...



Egy pillanatig sem kellett azon gondolkodnunk, hogy mikor és merre induljunk, elmerültünk Lisszabon szépségeiben, közben hallgattuk történetét. Rejtett kincseket fedeztünk fel a helyi „idegenvezetőnkkel”, aki készen állt teljes figyelmét ránk koncentrálni a legtöbbet megmutatni, ami a két napba belefért.

A harmadik napon félúton az óceán és Lisszabon felé álltunk meg, egy régi várból átalakított szállodában. Lélegzetelállító kilátással, extra meglepetésként ajándékba kaptuk az egyik legszebb szobát. Újabb varázslat, óceánra néző ablakok, vacsora a hegyen a naplementében, tágas terek, nyári illatok, majd csodás napfelkelte.

Élmények, élmények, utazás lenge kendővel a fejünkön, mint a filmekben, és az országúton is nyitott tetős élmény, amivel még közelebb lehettem a mellettem úszó tájhoz. Gondtalanság, szépség, barátság, nyári hőség, igazi kikapcsolódás, és egyre közelebb a hatalmas víztömeg.

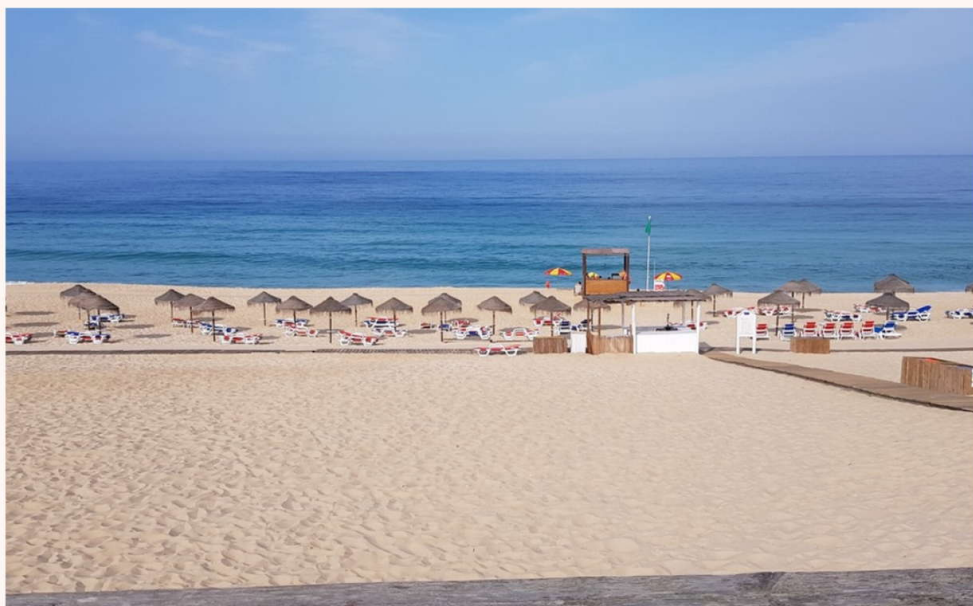
Az érkezés előtt még egy kitérő egy híres borászatba, ahol a kostolónak átadva magam, ízlelőbimbóim segítségével hallhattam a Napot, tapinthatam az esőcseppeket, szagolhattam a Földet és az azt összetevő anyagokat, sejtszintre bontva.

Az óceánhoz érve más világ fogadott. A víz, a hullámok korokról, történelemről meséltek, Amerika közelsége szinte tapinthatóvá vált. A kis falu, ahol több napot töltöttünk azonnal az otthonunkká vált, mert egy szülőtte vezetett be minket. A vendégszeretet, a füge, helyi kagylós előétel, a halleves, a sütemények, a hullámok és az emberek mind Portugáliáról meséltek.

Felhőtlen napok, gondtalan órák, tervezésmentes percek, nagy beszélgetések, jövőbeli elképzelések és az óceán. Az óceán, ami újra gyermekké változtatta a felnőtteket, hűsen fodrozódott a hőségben, megmutatta létünk törékeny rövidségét, ezzel együtt pedig fontosságát.

„Hogyan szeretnél élni a neked megadatott idődben?” – ezt kérdezte.

Melinda



“A legfontosabb összetevő: az EMBER.”

## PORTO

A hajnali friss szél átsuhant a szűk utcákon. Egy kilátó padján ültem, és elmerültem a látványban, majd hirtelen egy dal refrénje töltötte be a lelkemet, mintha akkor és ott Portó üzent volna nekem:

„Tegnap volt, most van ma  
És a holnap ki tudja, mit hozhatna  
Most még jó, s ha holnap nem  
Most pihenj meg lelkemen”  
(Demjén Ferenc – Tegnap volt)

Végigperegtek a szemem előtt azok a pillanatképek, amiket a röpke két napban láttam. Volt köztük halat cipelő idős néni, aki fájós lábait rakosgatta egymás után a kaptatón. Fején egy hatalmas fonott kosár megrakva friss hallal, kezeiben táskák. Ahogy lépdelt, mint egy inga mozgott vele rakománya tökéletes harmóniában, jobbra-balra, jobbra-balra. Mögötte egy lesifotós szorgosan kattogtatta gépét, „Nahát, ilyen még létezik Európában, 2005-ben?!”

Aztán megjelent az örömlány is, aki hajnali 5 és 6 között még a vonatállomás előtt hajtotta fel a prédát. Odament egy férfihoz, váltottak pár szót, majd eltűntek a sötétbe vesző utcán. Negyedóra elteltével előbukkant a lány, igazgatva a kabátja jobb felső zsebét, majd leállt beszélni egy parkoló autóban ülő ipsével, őt követte pár lépés hátránnyal a fickó, aki kért valakitől egy szál cigit, és eltűnt az aluljáróban.

Később arra kerestem a szavakat, hogyan lehetne leírni egy álomféfit, akivel egy percet töltöttem el egy baráti társaságban, de semmi értelmes nem jutott az eszembe. „Egy szuperhím, egy tökéletes férfiszépség, olyan, akít, ha Michelangelo ismert volna, a Dávid szobrot inkább Juannak nevezi el, fittyet hányva a bibliai történetre”; aki egyébként olyan, mint bármelyik másik ember, hús és vér, vannak nevető szarkalábak a szemei körül, mosolygó tekintete, szépen ívelt orra, formás ajkai, bronzbarna bőre, arányos teste, finoman kidolgozott izmai, aki tudja is magáról, hogy jól néz ki. Én pedig már boldogan halok meg, mert láttam a fehér hollót.

A sikátorok pisiillatú levegője a tengerével vegyült, az ablakokból itt-ott nénik, bácsik kandikáltak ki, figyelve az utca mozgását. Ha mosolyogtam rájuk, ők visszamosolyogtak rám. Ez a mosolygás különben is egy jó dolog!

Portó ablakainak látványa emellett milliónyi gondolatot is tódított a fejembe. Szeretem az ablakokat. Az ablak együtt él az étellel. Az ablak megmutat és eltakar. Stílusa van. Az ablakok sokfélék lehetnek, épp készülők, újak, frissen festett keretűek, vagy épp kopottak, tiszta üvegűek vagy épp koszosok, áztató esőtől könnyezők, lehetnek színesek vagy szürkék, szimplák vagy duplák, nagyok, kicsik, repedt vagy kitört üvegűek, és ezek még vagy ezerféle változatai. Ugyancsak mindegyikben van valami közös. Az ablakok rátekinenek a világra, és a világ pedig beáramlik az ablakokon; előttük és mögöttük folyamatosan zajlik az élet. Mindig. Még akkor is, ha az idős néni már nem kémleli az utcákat az ablak mögül, mert elragadta őt a halál, a háza pedig üresen áll, az üresség viszont csak látszatra az. Hisz az ürességben ott van számtalan kis élet, például a pók az ablaktok sarkában.

Lenyűgöztek a piciny szatócsboltok, ahol a hetven év felé közeledő eladók életkora megegyezett az általuk használt tárgyakéval; az utcán halat áruló és pucoló nénik, a reggeli fényben fürdő, ébredező arcok; a kávé szürcsölő vagy épp hosszan elmélázó idős férfiak, az illatozó sütemények, kopogó cipők az esőtől fénylő utcakövön; az utcára teregetett, friss illatú, szélben lengedező lepedők; a fázó, rühes kismacska a repedt kapualjban egy üres vajasdoboz mellett, a sikító sirályok hangkavalkádja. És a jó bor. Tovább is van, mondjam még?

# ARAMBOL

Az énekes a két dal között megszólalt: "...minden világtutató egyszer az életben eljut Goába..." - s ekkor megdobbant a szívem. India nem volt a bakancslistámon, Arambol sem, vagy ahogyan a helyiek mondják Kis Moszkva. A tánc miatt mentem Indiába, nem kevés előítélettel és pár fogadalommal: egy kutyához sem fogok hozzáérni, nem mosok fogat csapvízzel, sőt, még tusoláskor, hajmosáskor is vigyázok, hogy még véletlenül se kerüljön csapvíz a szám környékére.

Több átszállással, fáradtan, mégis izgatottan érkezem meg Goa repterére. Mikor kimentem a friss levegőre, odaszaladt hozzám egy gyönyörű kutya, akit azonnal megsimogattam, eszembe sem jutott a fogadalmam, sőt a szállásomhoz érve automatikusan letusoltam, és fogat mostam, és gyorsan aludtam pár órát. Nevetve ébredtem, mert rájöttem, hogy minden fogadalmamat azonnal meg is szegtem. Ott és akkor belazultam, elöntött a hála, és velem maradt.

Indiához napról napra kerültem közelebb, túl a szeméten, túl a kaotikus forgalmon, túl az "élménykombinát" tengerparton, ott voltak a nyitott, tiszta szívú, szép lelkű emberek, a dzsungel gyönyörű élőlényei, a famatuzsálemek, a csendesen hullámozó tenger, a felhőtlen égbolt, a kellemes meleg.

Lélekgyógyító.

Edina

## Naplementék Arambolban

Fut a homok a parton,  
Szélbe veszik a kutyaugatás,  
Hullámok csattannak sorban,  
Rózsaszín gömbként tűnik el a nap  
A horizonton.

Sétálok a parton,  
Szél simítja arcom,  
Hullámok siklanak sorban,  
Aranyló hídon megy le a nap  
A horizonton.

Ülünk a parton,  
Érzékeink tárva,  
Hullámok zenélnék sorban,  
Vörös koronggal folyik le a nap  
A horizonton.

SZEM



## VILÁGOK KÖZTI HANGUTAZÁS BEMUTATKOZIK: WANITA



### Mi a Világok közti hangutazás?

A hangutazás és hangfürdő egy olyan zenei utazás, amelyen az effektezett gitáron túl, harmonikus tibeti hangtálak, sámándobok és más egzotikus hangszerek összhangzásából olyan biztonságos tér jön létre, amiben mindenki megnyílik önmaga előtt, és találkozhat saját valódi rezgésével, tudatosságával. A 60–70 percen keresztül közvetlenül a testre ható, a test közelségében indított gyógyító rezgéseket a résztvevők fekvő vagy ülő pozícióban élvezhetik. A hangszerek mellett WANITA különleges, sámánisztikus hangokkal, intuitív dallamokkal mélyebb tudatállapotba segíti a hallgatót, hogy felülemelkedhessen a hétköznapi gondolatok zűrzavarán, és – elhagyva az elme irányítását – a szív terébe helyezkedhessen. Mélyrelaxáló, tisztító, oldó és feltöltő hatásaival emeli a rezgésszintet, harmóniát teremt a finom és fizikai testeinkben.

**Kriszta:** Úgy tudom, klasszikus gitár szakon végeztél a Zeneművészeti Egyetemen, és jelenleg is tanítasz egy zeneiskolában. Ugyanakkor mantra zenét játszol a zenekaroddal, és hangutazásokat, hangfürdővel egybekötött csikung órákat tartasz a jurtádban. **Mikor fonódott egybe nálad a zene és a spiritualitás?**

**Wanita:** Igen, klasszikus gitárosként végeztem a Zeneművészetin. A zene kiskoromtól az életem része volt. Hat év zongoratanulás után kezdtem gitározni. A főiskola után rájöttem, hogy a klasszikus zenében nekem nagyon sok a korlát, én pedig szabadon szeretek szárnyalni. Akkor elmentem jazz gitárt meg jazz éneket tanulni, és az improvizáció szerelmese lettem. Évekig játszottam latin jazz számokat egyedül, aztán egy trióban. A spiritualitás szintén már gyerekkorom óta jelen volt az életemben, komoly vitákat folytattam a családom papi ismerőseivel. Aztán felnőtt koromban volt egy meghatározó élményem, amikor a kórházban egy szobába kerültem egy tanítóval. Egy hétig, amíg ott voltunk, tanított minket mindenfélére. A nővérek mikor beléptek, mindig azt mondták, hogy olyan, mintha ebben a szobában mindig sütné a nap. A végén azt is megjegyezték, hogy mindenki hamarabb ment haza a kórházból, mint a többi beteg szokott. Akkor, ott ez a gyógyító azt mondta nekem, hogy: "Ha hazamész, akkor lesz valami probléma az egyik karoddal, de próbáld ki, amiket tanítottam, és meg fogod tudni gyógyítani." Négy nappal azután, hogy hazatértem, vénagyulladás alakult ki a karomban, valószínűleg a sok szurkálástól, és rosszul voltam a rengeteg gyógyszer mellékhatásától is. Megkértem a férjemet, engedje meg, hogy ne kelljen mással foglalkoznom (akkor volt két éves a gyerekünk), pár napig hadd ülhessek egy székben és gyógyítsam magam. Az orvosomat is értesítettem, hogy én most abbahagyom a gyógyszereket, és meggyógyítom magam. Nahát az totálisan kiakadt, hogy ez milyen veszélyes, és naponta felhívott ellenőrizni, jól vagyok-e. Én pedig beültem egy hintaszékbe, és négy napig csak ilyen agykontroll-szerű gyakorlatokkal gyógyítottam a fájó részt a karomon, és az meggyógyult. Akkor tapasztaltam meg ezeket az erőket, hogy ezek működnek. Egyébként biztos vagyok benne, hogy ez a képesség mindenkiben ott van. Itt csak az a kérdés, hogy ki mennyire fejleszti, mennyire figyel oda rá, mennyire használja.

Ezután az élmény után erőteljesen belevettem magam ebbe a témába. Elmentem mindenféle tanfolyamra, és ahogy egyre többet foglalkoztam ezekkel a dolgokkal, pár év múlva úgy éreztem, minden egy irányba mutat.



*Wanita, azaz Mihók Anita*

A zenében sem arra vágytam már, mint korábban. Nem akartam "számokat" megtanulni és lejátszani, olyan szövegeket és dallamokat akartam énekelni, amik sokkal mélyebb tartalommal bírnak. Így jutottam el a mantrákhoz. Emlékszem, egy nyaralás alkalmával, amíg a családom bent aludt a házban, én kint a teraszon elkezdtem mantrákat énekelni magamtól. Annyira élveztem, órákig el voltam vele. Ettől kezdve mantraszerű dalokat kezdtem írni, és felkérésre csináltam meditációs CD-ket is. Két zenész társammal megalapítottuk a **Samsara Boulevard** nevű zenekart, akikkel még inkább elmentünk ebbe a zenei irányba. A Samsara elindulásánál nagyon-nagyon komoly szellemi és lelki folyamatok voltak a zenekarban. Abban mind egyetértettünk, hogy ez csak úgy tud működni, hogyha nagyon egy síkon vagyunk ebben a témában. És hogy erőteljesen és ugyanolyan szinten foglalkozunk ezzel, mert csak úgy fog tudni működni.

**Kriszta: Hogyan jött a képbe a sáámádobolás és a sáámáni énekhang, ami annyira jellemző rád?**

**Wanita:** Akkoriban kezdett divatba jönni a sáámádob. Elmentem egy boltba, és kipróbáltam néhányat. Amelyik legjobban tetszett, megvettem. Esténként, mikor már egyedül voltam, leültem gyakorolni. Először csak elkezdtem finoman dobolni, majd egy idő után rádúdoltam, énekeltem hozzá. Már az első alkalommal fura dolgok történtek. Nem tudom szavakkal elmondani, de éneklés és dobolás közben már nem a lakásban voltam, teljesen máshova kerültem. Minden egyes hangnak különös ereje, rezgése volt. Néha finoman, néha erőteljesebben játszottam, énekeltem, ízlelgettem a hatást, kísérleteztem a hangokkal. Mindezt úgy, hogy nem én csináltam, egyszerűen csak jött magától.

**Kriszta: Valaki vagy valami vezette a hangodat?**

**Wanita:** Lehet, hogy belülről, nem tudom. Úgy éreztem magam, mint Jodie Foster a Kapcsolat című filmben, mikor ilyen színes féreglyukakon áramlott, repült keresztül. Azt éreztem, hogy ez annyira csodálatos állapot, hogy nem akarok visszajönni. Ha itt és most kellene meghalnom, az lenne a tökéletes. Egyáltalán nem volt bennem félelem, inkább eszméletlen jó érzés volt. Egy idő után azonban úgy éreztem, vissza kell jönnöm. Még feladataim vannak. Nehezemre esett, iszonyú nehéz volt a visszakapaszkodás. Az "utazás" után még sokáig ültem kábán az ágyamon, azt sem tudtam, hol vagyok.

Csak ültem, és azon gondolkodtam, mihez kezdjek ezzel az élménnyel. Akkor eldöntöttem, hogy ez annyira jó volt, olyan fantasztikus volt benne lenni, hogy én ezt akarom csinálni. Először viszont meg kell tanulnom kezelni a folyamatot, hogy szándékosan el tudjam érni ezt az állapotot, és tudatosan ki tudjak jönni belőle, amikor én akarok. Rengeteget gyakoroltam, egyre jobban átláttam, mit kell csinálnom ahhoz, hogy könnyen bele tudjak menni és kijönni onnan. Pár hét után egy Samsara relax koncert műsorába is beartunk egy rövid dobolás, intuitív éneklős részt.

**Kriszta: Hogyan fogadta a közönség?**

**Wanita:** Mindenkinek nagyon tetszett, azt mondták, nagyon erőteljes. Arra már nem is emlékszem, ki kezdte rám mondani, hogy "sáámánasszony", talán az első ilyen koncert után.



*Wanita és a sáámádob*

Én sosem fogalmaztam meg magamnak, hogy mi ez pontosan. A koncertek alkalmával előfordult, hogy annyira erőre sikeredett az a 10-15 perces sáámádobos rész, hogy utána iszonyatos fizikai fájdalmaim lettek. Volt, hogy az ájulás kerülgetett, volt, hogy úgy éreztem, mintha a gerincemet hátulról döfködtek volna. Egyértelművé vált számomra, hogy amikor egy nagyobb koncerten csináltam a dobolást, az emberekből felszabadult negatív érzések, gondolatok, entitások mind rám másztak. Egyszerűen olyan erők mozdulnak itt meg, ami nem játék. Ezért aztán kidolgoztam egy védelmi rendszert, ami megvéd ezektől az energiáktól. Ettől kezdve a koncertek vagy hangfürdők előtt tértisztítást végeztem, és védelmet kértem magamra. Itt a jurtaban is minden alkalommal úgy kezdem a felkészülést a hangutazásra, hogy kitakarítom a sáárat, utána 45-50 perces energetikai tisztítást végzek, védelmet kérek magamra, a helyre, a résztvevőkre. Így most tisztán működik a dolog.

**Kriszta: Hogyan tudod megosztani a figyelmed a zenélés és a résztvevők között?**

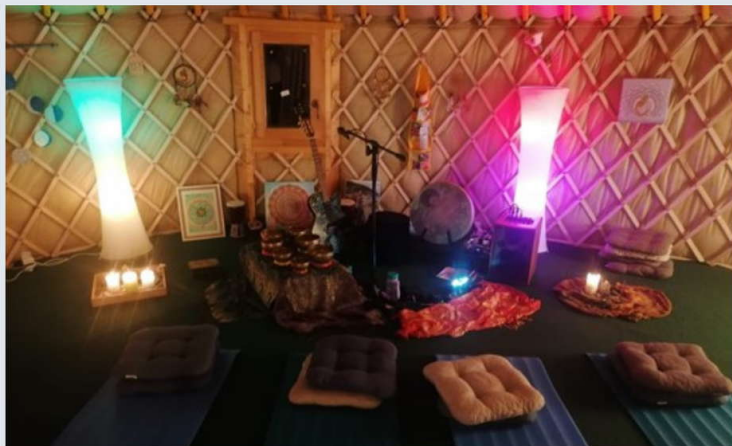
**Wanita:** Meg kellett tanulnom, hogy oda tudjak figyelni a jelenlévőkre anélkül, hogy kiesnék ebből a tudatállapotból. Az, hogy mit és milyen erőteljesen játszom, függ az emberektől is, akik eljönnek hozzám, rájuk kell hangolódnom. Fél szemmel időnként rájuk nézek, hogy minden rendben van-e. Mégiscsak én tartom a teret, nem engedhetek szabadjára mindent. Egyszer volt egy női résztvevő, aki hangutazás közben elkezdett hevesen zihálni. Észrevettem, de folytattam a zenélést. Mikor elértem a hangutazás csúcspontjára, felerősödött a dob, az ének, annyira belemerültem, hogy nem voltam ott. Mégis, a csúcsponton kinyitottam a szemem, és rápillantottam a nőre. Abban a pillanatban láttam távozni a testéből valami szürkés árnyat. Hosszúak alakú volt, kiszabadult belőle és elment. Utána a nő légzése megnyugodott. Volt még egy pár ilyen élményem, de valahogy a végére minden kitisztult.

**Kriszta: Mit szól mindehhez a családod?**

**Wanita:** A párom néha szóvá teszi, hogy "Muszáj ezt csinálni?" vagy hogy "Miket hozol ide?", de mondtam neki, hogy egyrészt muszáj, hogy ezt elfogadja, másrészt meg ezek az energiák, ezek az entitások itt vannak körülöttünk, akár csinálom, akár nem. És a legjobban azokat támadják be, akik félnek. Vagy akik nagyon depressziósak, vagy akik alkoholizálnak. Amikor az ember nincs egyensúlyban, akkor a legtámadhatóbb. A hangutazásokkal én magam is azt tanulom, hogy kezeljük ezeket a helyzeteket. Bennem nincs félelem. Csinálom, és tudom, hogy minden rendben lesz. Ha már ilyenfel foglalkozom, akkor azért is kell sokat csinálnom, hogy minél több tapasztalatom legyen, és tudjam ezeket kezelni.

**Kriszta: Hogyan élted meg a Covid-időszakot mint zenész és mint magánember?**

**Wanita:** Abban a két évben brutál élményeim voltak. Annyira be voltunk zárva és annyira befelé éltem akkor én is, hogy rengeteg érdekes megélesem volt, amiket imádtam. Nem lettem covidos egyáltalán. Semmi mást nem csináltam, csak csikungoztam, és lejöttem a pincébe zenélni, ahol nem zavartam a családot. Iszonyatos erőbedobással és mély elszántsággal doboltam, énekeltem magamnak, meg online élőztam, amit sokan hallgattak. Volt egy "Egészség dal", amit elkezdtem egy ilyen alkalommal énekelni. Hirtelen azt éreztem, hogy megérkezett belém a covid, és tetőtől talpig minden porcikámon végigment, mintha csak azt kereste volna, hol tud megtapadni, beágyazódni. Éreztem, ahogy lassan végigvándorol egy ilyen meleg gyulladás érzés a testemen: a tüdőmön, a szívemen, a hasamon, a végtagjaimon. Eközben ment az élő videó, de tudtam, hogy folytatnom kell az éneklést. Addig kell csinálnom, amíg ki nem megy belőlem ez a vírus. Egyre erőteljesebben mantráztam, egészen addig, míg azt nem éreztem, iszonyat lázas lettem. Mindennem égett, ömlött rólam a víz, az ájulás kerülgetett. A hangom már rekedt volt, de én nem hagytam abba. Közben vizualizáltam, ahogy távozik belőlem a vírus. Valahogy hirtelen, határozott módon befejeztem az éneklést, és eldőltem a kanapén, amin addig ültem. Mikor magamhoz tértem, olvastam az aggódó üzeneteket az interneten, hogy mi van, mi történt velem. Mindenkit megnyugtattam, elbúcsúztam, és felmentem a lakásba lefeküdni. Kialudtam magam, és utána semmi bajom sem volt.



*A Gyógyító Erdő Központ  
jurtája Budakeszin*



**Kriszta: Vagyis a zene erejével meggyógyítottad magad. Ebből az élményből fejlődött ki végül a hangutazás?**

**Wanita:** Abszolút! Ebből és a sok-sok hasonló élményből alakult ki. Eleinte csak úgy játszottam. Aztán kitaláltam a felépítését, hogy milyen fajta zenei részek jöjjenek egymás után, és ahhoz mindig tartom magam, mert annak jelentősége van. Az elején van egy ráhangolódás, aztán következnek egy erőteljes oldás, amit egy végső tisztítás követ, a végén pedig a teljes megnyugtatás. Ezt követi a beszélgetős kör, ahol a résztvevők megoszthatják az élményeiket, amiket átéltek a hangutazás során. Hogy az egyes részekben belül mi történik, azt viszont nem tudom előre. Az attól is függ, kik vannak jelen. Például volt egy alkalom, amikor egy kórházi dolgozókból álló csoport jött hozzám hangutazásra. Nem tudtam pontosan, milyen osztályon dolgoznak, néhányukról tudtam, hogy az onkológián. Gondoltam, na akkor csináljunk egy erőteljes tisztítást, biztos jól fog tenni nekik, hiszen sokat vannak szomorú, fájdalmas dolgok közelében. Elkezdtem játszani, és a közepén nagyon bele akartam menni, egyre hangosabban, erősebben, gyorsabban akartam játszani, de valami nem engedte. Éreztem, mintha nem kapnék levegőt. Mikor párszor nem sikerült, tudomásul vettem, hogy ez így nem fog menni. Finomabb hangokra váltottam, és akkor egyszeriben megjelentek előttem picibabák. Jöttek sorra, és felszabadultak. Nagyon megrázó élmény volt. *[Wanita szemébe könnyek gyűlnek.]* Akkor megértettem, miért nem jöttek az erőteljes hangok. Az ő kicsi lelküknek finoman kellett játszaniuk. Mikor vége lett, a megosztó körben kiderült, hogy a résztvevők fele a gyerekosztályon dolgozott...

**Kriszta: Jellemző, hogy az összegyűlt résztvevők valamilyen közös traumával vagy élethelyzettel érkeznék?**

**Wanita:** Igen, ez gyakran előfordul. Lehet, hogy egymás számára vadidegen emberek jönnek el, de legtöbbször van egy központi téma, ami összeköti őket.

**Kriszta: Sokan sámán gyógyítóknak tartanak. Te mit gondolsz erről?**

**Wanita:** Nagyon sokszor jön fel az a kép, hogy egy öregasszony vagy öregember vagyok valamilyen törzsben, általában indiánok között,

vagy egy faluban. Ilyen gyógyító. Biztos volt ezzel dolgom előző életeimben, de nem szeretem magam címkézni. Eleinte "sámánhangok" néven hirdettem meg ezt a fajta zenét, de bizonyos körökből nyilvánosan betámadtak emiatt. Azt mondták, mit képelek én, hogy ezt a szót használom, én nem vagyok sámán. Sokan keltek a védelmemre, amin meglepődtem. Szerintük igenis az vagyok. Megtisztelő, hogy annak látnak, de én nem fogok szavakba kapaszkodni. Sokkal nagyobb az univerzum és a benne rejlő dolgok annál, mint amit egy szó ki tud fejezni.

**Kriszta: Honnan jött a Wanita név?**

**Wanita:** Ezután az eset után elkezdtem gondolkodni, hogyan nevezsem át a programomat. Az egyik hangutazáson láttam magamat a középkorban, egy fából készült emelvényen álltam egy nagy tömeg előtt. Valamit magyaráztam nekik, meg énekeltem. És akkor hirtelen a tekintetem a színpad mellé tévedt, és egy fa táblán ott láttam a feliratot, hogy "WANITA". Utána olvastam, van-e ennek a szónak valami jelentése. Kiderült, hogy a *Vanita* jelentése: A NŐ, annak minden minőségében: lány, anya, szerető, feleség, gyógyító, tanító – egyszóval minden. Ó, mondom, ez kell nekem! Én leszek Wanita! Azt éreztem, ez sokkal kifejezőbb, mint a sámán szó. Ebben minden benne van, ami voltam, ami vagyok, vagy ami lenni szeretnék.



**Kriszta:** Ha már a szavaknál tartunk, a hangutazások alatt, mikor énekel, nincs szövege a daloknak. Ennek mi az oka?

**Wanita:** Ezt már többen kérdezték, hogy amikor hangutazást tartok, miért énekelek ilyen halandzsza nyelven, miért nincs érthető szöveg. Próbáltam szöveggel énekelni, de nem működött. Mert a szavakhoz bizonyos tartalmat társítunk, és ha én szöveggel énekelek, az megköti az elmét, és már nem tud a tudatalatti szabadon kóborolni. Ha "halandzsázok", akkor mindenkinek a maga története születik meg, és a maga dolgaihoz tudja kötni a hangokat. Az egyiknek ezt jelenti, a másiknak meg valami teljesen mást, és pont ez a lényeg. Az a cél, hogy a tudat félreálljon, és felszabaduljon, aminek fel kell szabadulni. Ez olyan, mint egy hangszínház, ahol sokféle zenei hang, énekhang, szellem hang, angyali hang, meg a sötét oldalunk hangjai megszólalnak, ennek így, szöveg nélkül van igazán ereje, ettől lesz izgalmas. Eleinte kicsit hülyén éreztem magam emiatt, de most már ragaszkodom a szöveg nélkülséghez.

**Kriszta:** Hogyan töltödsz fel?

**Wanita:** A hangutazások alkalmával mindig nagyon sokat töltődök, az nekem olyan, mint egy ünnepnap. Már a rákészülésem is olyan, mint egy nagy eseményre, akkor is, ha csak öten jönnek. Egyébként az asztrológusom mindig figyelmeztet, meg én is tapasztalom, hogy nekem rendszeresen kell pár óra, amikor magamban "varázsolgatók". Elvonulok a jurtába és csak meditálok, csikungozok, zenélek. Hogyha ez nincs meg, akkor nem leszek jól. Hál' Istennek, nekem olyan a természetem, hogy például nagyon szeretek gyakorolni, skálázni. Ez is egy olyan meditatív állapotba visz, ami közben egyre jobban rendeződnek az ujjaim, a gondolataim, minden. Igyekszem úgy élni az életemet, hogy ezekre maradjon idő. Igaz, most volt egy pár hét, ami kimaradt, de nem több, mert egy idő után már éreztem, hogy ez nem jó. Ezt is meg kéne sokaknak tanulni, hogyan lassítsanak le. Lótunk-futunk itt a pénz, a melók, meg minden után. Ha valami baj van, akkor elmegyünk egy terapeutához, aki majd megoldja minden problémánkat, hazamegyünk, és akkor minden rendben lesz. Ez nem így működik! Ennek rendszeresnek kell lennie, mert az

agyunk is állandó programozásnak van kitéve, folyton érnek mindenféle külső hatások, amiket ellensúlyozni kell. Mert ezek mindenképp bemennek, de nem mindegy, hogy mennyire határozzák meg a működésünket. Meg kell tanulnunk magunkra figyelni, és észrevenni, hogy ha valami rossz hatással van ránk. Ez tanulható, de csak egy folyamat által lehetséges. Amikor például a csikung óráimat hirdetem, akkor is mindig odaírom, hogy csak a rendszeres gyakorlás fogja meghozni az egyensúlyi állapotot, a gyógyulást és a megfelelő kapcsolódást magadhoz. Ez egyfajta megelőzés is.

**Kriszta:** Mik a hosszú távú terveid?

**Wanita:** Imádom ezt a jurtát, és nagyon hálás vagyok, hogy ez van, és hogy ez így működik, és mindig tele van. Sok meghívást kapok kisebb-nagyobb elvonulásokra is, de van bennem egy vágy, hogy kivigyem a hangutazást a világba, nagyközönség elé. Abszolút el tudnám képzelni kicsit más formában egy koncert- vagy színházteremben. Most ezen dolgozgatok egyébként itt magamban, hogy tud ez olyan lenni, hogy aki nem annyira spirituális, az is el tudja fogadni mint zene, közben mégis erőteljesen hasson.

**Kriszta:** Mi volt a legérdekesebb hely, ahova eljutottál a zenédnek köszönhetően?

**Wanita:** Ez egy érdekes kérdés, de nem tudok most így kiemelni egy konkrét helyet. De például amikor a hangutazást csinálom, akkor én tényleg utazom, nem azon a konkrét helyen vagyok. Érted? Hanem teljesen máshol. Nem egy fizikai helyen. Alig tudom felidézni magát a környezetet, ahol jártam, inkább azt, hogy mit éltem át. És utána olyan jó érzésem van mindig! Elégedettség tölt el, hogy csináltam valamit, hogy jó dolgot csináltam - magamnak, meg remélhetőleg másoknak is.



# UTAZÁS A TAROT KÖRÜL

Júliusban elkezdődik a nyári szezon, sok ember útra kel, hogy egy távoli helyen kikapcsolódjon. Kevesen tudják, de a tarot az utazásunk megtervezésében is segítségünkre lehet. Tanácsot adhat arra vonatkozóan, merre menjünk, mire figyeljünk, vagy milyen dolgokat érdemes elkerülni a nyaralás alatt. Számos olyan lap van a pakliban, amik valamilyen kapcsolatban állnak az utazással – legyen az tényleges, fizikai utazás, vagy éppen lelki. Ahogy már egy korábbi cikkben említettem, a Bolond lapjától a Világ lapjáig a Nagy arkánus 22 kártyája is egy óriási fejlődési úton vezet minket végig, egy izgalmakkal teli belső utazás állomásait szimbolizálják, amelyet mindannyian végigjárunk. Most nézzük meg azokat a kártyákat, amik közvetve vagy közvetlenül az utazással kapcsolatosak, és lássuk, mit üzennek nekünk.

## BOLOND O

Váratlan, spontán utazás: A Bolond kártyája az új kezdetek és az ismeretlenbe való ugrás szimbóluma. Ez a lap arra ösztönöz, hogy lépjünk ki a komfortzónánkból és induljunk el egy új kalandra. A Bolond utazása nem gondosan megtervezett, és nem is mindig kiszámítható, amiből adódhatnak kellemetlenségek, de az új tapasztalatok és bukkanók révén csodálatos élményekkel gazdagodhatunk.



## DIADALSZEKÉR VII

Pattanj az autóból! Ez a kártya hagyományosan a vezetéshez kapcsolódik, így ha a kirakás során a Diadalszekér jelenik meg, vedd elő a gondosan megtervezett útteredved, a kedvenc zenéidet, és készülj fel egy élményekkel teli autós kirándulásra! A Diadalszekér kocsisa – a Bolonddal ellentétben – előrelátó, szereti tudni, hova tart, de ahhoz, hogy útközben jól érezze magát, felül kell tudnia emelkedni azon, ha nem minden a terv szerint alakul. Egy út során bármikor történhetnek váratlan helyzetek.

## REMETE IX

Ha a Remete lapját húzod, magányra van szükséged. Ha el is utazol, társaság nélkül teszed, egy csendes, távoli helyre, talán egy erdő mélyi kunyhóba, vagy egy szigetre. Tisztába szeretnél kerülni önmagaddal, ki akarod zárni a külvilág zaját. Kerüld a társas körutazásokat, válassz inkább elvonulós helyeket, egy jógatábor vagy meditációs hétvégét.



## VILÁG XXI

Hosszú, világszerte utat tervezel? Régi álmod valóra válik. Ez az út megváltoztatja az életed, sorsfordító emlékeket, élményeket szerzel, amik alapvetően megváltoztatják világlátásodat, az élethez való hozzáállásodat. Egy ilyen út gondos tervezést igényel, szánd rá az időt az előkészületekre!

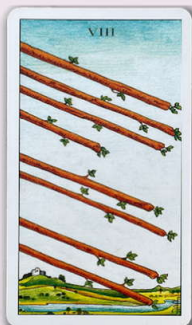


**BOTOK II**

Ez egy nagyszerű kártya, ha külföldi munkavállaláson vagy tanuláson gondolkodsz, legyen az egy kiküldetés, egy ösztöndíj vagy csak egy néhány hetes tanfolyam. Értékes tudással gazdagodhatsz, és jobban megismerhetsz egy másik kultúrát.

**BOTOK III**

Mivel ez hagyományosan az üzlet és a vállalkozás lapja, arra utalhat, hogy hivatalos külföldi utazás vár rád. Új üzleti lehetőségeket szeretnél feltérképezni vagy üzleti hálózatodat szeretnéd bővíteni. Még az is lehet, hogy a munkahelyed állja az utazás költségeit!



**BOTOK VIII**

Remélem, szeretsz repülni, mert a Botok VIII a légi utazás lapja. Lehet, hogy csak egy villámlátogatást teszel valakinél, vagy ha hosszabb útra mész, nagyon sűrű programra számíthatsz. De vigyázz a fordított Botok VIII-ra, mert ez előre nem látott késéseket jelezhet az utazásod során, és ha szoros az időbeosztásod, ez komoly zavart okozhat.



**KARDOK VI**

Hamarosan útra kelsz, de nehéz szívvel vagy kellenlenül indulsz el. Talán egy nehéz helyzet elől menekülsz, például egy szakítás után, vagy meglátogatsz valakit, akinek szüksége van rád, például egy beteg rokont. Ez a kártya egy hosszú hajóútra is utalhat. Csak nem egy ócenjáróra tervezel jegyet venni?

## ÉRMÉK II

A zsonglörködő alak mögött a hullámzó tengeren hajók hánykolódnak. Tengeri utazásra készülsz, de bizonytalan vagy. Menjek? Ne menjek? Azon töprengsz, hogyan szabadulhatsz meg itthoni kötelezettségeidről, hogy egy kicsit kipihenhesd magad? Ki végzi el addig helyetted a feladatokat? Ki eteti meg a kutyát? Egyáltalán megengedheted magadnak ezt az utat? Hogy nyugodt legyen a nyaralásod, először tisztázd az előbbi kérdéseket. Mindent meg lehet oldani, csupán szervezés kérdése.



## ÉRMÉK LOVAGJA

Túrázásra vagy kerékpározásra készülsz? Az Érmék Lovagja lassan halad előre, nem túlzottan törődve azzal, mi van a következő kanyarban, inkább csak a haladásra koncentrál, gyönyörködik a tájban. Gyalogosan van időd megcsodálni a természetet, felmászhat egy magas hegy tetejére, elzarándokolhatsz távoli szent helyekre.

## KELYHEK VIII

Hosszú útra indulsz, mindent magad mögött hagyva. Az is lehet, hogy sosem térsz vissza, vagy csak sok idő múltán. Ez a hely már megadta neked, amit lehetett, most új kihívásokra, új kalandokra vágysz, nincs maradásod.



Természetesen más lapok is összefüggésbe hozhatók az utazással, de ezek a leginkább beszédesekek, ha utazásról van szó. Legyen szó tényleges, fizikai utazásról vagy belső fejlődésről, a tarot lapjai mind arra ösztönöznek, hogy merjünk lépni, felfedezni és növekedni. Az utazások, amelyeket ezek a kártyák szimbolizálnak, mind hozzájárulnak ahhoz, hogy gazdagabb és teljesebb életet éljünk. A lapok arra is emlékeztetnek, hogy minden utazásnak van kezdete, közepe és vége. Ahogy haladunk előre, különböző kihívásokkal és lehetőségekkel találkozunk, amelyek mind hozzájárulnak személyes növekedésünkhöz és fejlődésünkhöz.

Mindenkinek jó utat kívánok!

Kriszta

# Ahol még megtalálsz minket:

TANLEY MILET

**Női**  
Arcok

073211 142 021038 07321071 0630262 07321030  
0730000 113020 02100111 0110111 0210111 02000010

[WWW.TANLEYMILET.COM](http://WWW.TANLEYMILET.COM)

SZEM

**Egy aupair naplója**

[WWW.GYOGYITOILLATOK.HU](http://WWW.GYOGYITOILLATOK.HU)

## VILÁGOK KÖZTI HANGUTAZÁS

Wanita szóló műsora egy szabad áramlás, kitekintés különféle Világokba, hangulatokba. Gitárjával, az effektek játékával, énekhangjával, időnként sámanyangokkal, sámanyangokkal különösen izgalmas új helyekre, más dimenziókba repít... Az intuitív, szabadon áramló részeket időnként saját dalok tarkítják, majd ismét tovább repítenek az improvizatív dallamok.

A looper pedál lehetőségeit felhasználva gazdag, telített, áramló hangzásban merülhetünk el, hogy kiszakadjunk hétköznapi valóságunkból, és teret adjunk fantáziánknak és érzékelésünknek...

WANITA  
Mihók Anita

wanita.mihok@gmail.com

+36 20 323 8514

WANITA

WEB:  
[WWW.WANITA.HU](http://WWW.WANITA.HU)

FACEBOOK:  
[WWW.FACEBOOK.COM/ANITA.MIHOK.5](http://WWW.FACEBOOK.COM/ANITA.MIHOK.5)

**Melinda**



[/tanleymilet](#)



[@tanleymilet](#)



<https://tanleymilet.com>

**Edina**

[/gyogyito.illatok](#)

[@gyogyito\\_illatok](#)

<https://www.gyogyitoillatok.hu>

**Kriszta**

[/zidkozosseg](#)

[tudatossagtarot@gmail.com](mailto:tudatossagtarot@gmail.com)



**NŐI HULLÁMHOSSZ**  
MAGAZIN