

Bernád Ilona

A rendtartó székely falu egészségkultúrája népegészség és népesedés szempontjából

Bevezető

Az isteni és természeti renden alapuló, rendtartó székely falu szervezettsége lehetséges kiút napjaink válságának megállítására, jóra fordítására, a magyar ember, család, nemzet, anyaföld meggyógyítására.

Neveljük nőnek, feleségnek, anyának kislányainkat és férfinak, férjnek, apának fiainkat, hogy tovább vigyék, megújítsák az Életet, újratanítván nekik az önellátást, önrendelkezést, öngyógyítást, a szeretet- és kölcsönösség alapú kalákákat! Állítsuk vissza közösségi, lelki immunitásunkat! Minél több egészséges és hagyományos szemléletű nemzettársra van szükségünk, hogy gyermekeink természetesen/szelíden szülessenek, ami egészségüket, immunitásukat biztosítja, a családdá válást erősíti, növeli az anyák további szülési kedvét, elősegíti gyermekeink nemzethez való lelki-szellemi kötődését.

Hagyományos egészségkultúránkkal megelőzhetjük a népbetegségeket. Minden korosztályt a természetes, egész embert szemlélő, kitapasztalt népi gyógyászatunkkal gyógyítsunk, s erre mindennapjainkban tanítsuk meg egymást és gyermekeinket! Pl. imádságaink, a hit, ősképeink segítő ereje, a természeti elemekkel, gyógynövényekkel-, fűszerekkel, ételekkel, napfénnel, hővel, méhészeti termékekkel, sóval, életerővel stb. való gyógyítás.

Székelyföldön a józan, egyszerű, paraszti gondolkodás még él, van, amiből megújuljunk!

*

Fiatal szülésznő koromban, a nyolcvanas években értettem meg, hogyha nem működtetjük azt a tudást és gyakorlatot, amivel népünk folyamatosan meg tudott újulni az évezredek során, nehéz jövő elé nézünk. Később néprajzosnak és természetgyógyásznak képeztem magam bábai hivatásom kiteljesítéséért. A kilencvenes évektől összegyűjtöttem és közzé tettem a Kárpát-hazában és Moldvában a gyermekáldással, népi gyógyászatunkkal, egészségkultúránkkal, a nőiséggel kapcsolatos népi bölcséletünket, műveltségünket.

A teljesség igénye nélkül, e dolgozatban a következőkkel fogok foglalkozni:

- rendtartó székeley falu, ebben a magyar ember és közössége egészségét, népszaporulatát segítő szokások, a szeretetből fakadó kalákák megtartó ereje
- a fiúk, lányok családot, életet és nemzetet tovább vivő nevelése
- egészségmegőrző eljárásaink (összefoglaló), (népi gyógyászatunk összefoglalása szintén a Szkitákkal a sötétség ellen Konferencia Egészségüggyel foglalkozó előadásában/kötetében)
- az egyszerű emberek tanácsai, tapasztalatai népesedésünk érdekében

1a, „Erőt adó rend kormányozta a falu életét”

Rend az élet vezetője, volt édesanyám útmutatása. Teljes életével példázta, hogyan kell igazul élni. Rend a lelke mindennek. (BBI, Makfalva, Marosszék)

„A falu mindig képes volt önerőből megújulni. Élt egy kultúra, a népi kultúra, amely hagyományos volt a szó legszorosabb értelmében. **Élt nemzedékről nemzedékre. A legtöbb családba sok gyermek született. Nagybátyámék családjában idős korában is szült az édesanyjuk, a hetedik gyermeket. A szülés az asszonyok dolga volt. A többségnek sok gyermeke volt. Amikor a férfi családot alapított**, és már **lett két-három gyermek**, azok a férfielemek, akik legénykorukban, olyan viccel, vidámsággal... egyszer...egyszer csak **olyan komolyak lettek! Hogy akkor összpontosítani, hogy eltartani a családot, hogy a gazdaság menjen!”** (EÁ, Székelybodos, Erdővidék, Háromszék)

„A történelem alakította magyar falu... Székely falu. Az élet bástyája... Sok dolgos ember tette otthonává, életterévé, védelmezőjévé.

Rendjét – a rendtartó falu élet- és munkarendjét – az évszázadok alakították ki és gyökereztettek meg. A természet alakította, s **az életnek** az ahhoz, a lét szükségleteinek az előállításához igazodó, és annak a szolgálatában kialakult **rendje. A mi falunk önmagát kormányozta. Erkölcse volt, munka- és életrendje volt.** Ezek irányítottak. **A szerelemnek is megvolt a rendje.** Önmagát kormányozta, maga választotta meg a bíróját, albíróját, papját, kántorját, tanítóját, »jogtanácsosát«, bábáját, teljes vezetőségét, előjáróságát és szolgálait is. **S az előjáróknak nemcsak jogaik, kötelességeik is voltak.**

Tüzek égtek nemcsak a kályhákban, de a lelkekben is, a sze-

retet tüzei, a jóság tüzei, segíts a bajban levőn, légy ott kalákázni, segíteni, amikor falustársad, komád vagy barátod házat épít! Adj kenyeret az éhezőnek, vagy vigyél »sorkosztot« a szülőanyának, hogy az ne kelljen a családja gondjaival foglalkozzék akkor, amikor új életet indított útjára! Hatalmas és megtartó, erőt adó rend kormányozta ott az életet. A munka és szokás rendje, az erkölcs rendje.” (GJ, Kovászna, Orbaiszék)

„Gyermekekoromban, az ötvenes, hatvanas években nem futtak se szüléssel, se semmivel orvoshoz, igaz, nem is volt orvos. **Mindent megoldottak ott-hon vagy a faluba’.** Voltak a faluban olyan asszonyok, akikhez lehetett ilyenkor fordulni, az ő segítségüket vette a falu lakossága igénybe. Volt, aki a **szülés levezetéséhez** értett, volt, aki kenőasszony volt, különféle ficamok vagy rándulások, ha valami kiment, a kenőasszonyok, bábák... Aztán más-kor, halálesetkor is lehetett a segítségét kérni, **halottmosó, kántáló, hal-lottöltőtető,** temetés megszervező.” (KL, Bardóc, Erdővidék, Háromszék)

„**Olyan rendszerbe volt foglalva az élet, hogy tökéletes volt.** Ugye, megszült az asszony a bábasszonnyal, otthon. **Szerződés volt. Azu-tán két hétig járt. Két véka rozs volt a díja. Ezért neki kötelessége volt, hogy minden nap ellenőrizze, az asszonyt, a kicsit, tisztába tenni, a babának a szennyését is kimosta. A családban körülnézni, esetleg reggelit is adni. Emellett a szomszédság be volt szervezve, hogy sorban minden délben ebédet a következő szomszéd hozta. Az anyát nem engedték az ágyból felkelni. Ezek a dolgos asszonyok, akik örökké a mezőre jártak, vágytak is rá, na, most a gyermekágyban pihenhetek. Hoztak nagyon finom ebédet, tyúkot vágtak, megfőz-ték, szóval, jó ételt hoztak, megetették a családot és elmosogattak. S ha még kellett is egy kicsit, akkor mostak is, ha volt mit, több gyermek volt már, még a babára is mostak. Következő nap jött a következő asszony. Ez két hétig így volt. S mivel mindenki szült többet, visszaadták nekik ezt, amikor jött az ő idejük. Tehát egy ilyen adok-veszek alapon, szeretettel történt az egész és odafigye-léssel és nagy gondnal. Mikor ők szültek, akkor visszasegítették egymásnak szeretettel.”** (CsFP, Csíkrákos)

A kaláka alapja a szeretet. **A szeretet befektetés a jövőbe.**

1b, „KALÁKÁK! Egymásnak közösen mentünk hetekig!” (1)

„Amikor a lakodalmat megkezdjük, már egy héttel előtte készít-

jűk a laskát, utána jön a többi, addig, amíg minden szépen le nem jár.” (JE, Szolokma-Makfalva)

„Élt a kalákarendszer. A segítségnek a kölcsönössége. Azt mindenki tudta, hogy ha valaki bajba került, azt meg kell segíteni, mert holnap rajtam lehet a sor. Ez íratlan törvény volt, ezt mindenki a végtelenségig betartotta. Be kellett tartani! Ha valaki nem tartotta be, azt nagyon megbélyegezték. Ha kilógott a sorból, annak adtak egy olyan nevet, hogy azt jelentette, hogy semmire való ember, ezzel nem érdemes. De ilyen nemigen volt, hát, egy-kettő. Édesapám arra tanított, mindenkivel alázattal, s becsülettel járjál el!” (dr. EÁ, történész, Bodos, Erdővidék–Kolozsvár)

A kalákásokat ellátták a háziak, miután összegyűltek, a munka megkezdése előtt **áldomást ittak**. Általában bor és kenyér, de édesanyám szilvapálinkával vagy köményessel és kaláccsal is kínálta a segítségeket. Ekkor Isten áldását kérték, fohászkodtak. A kaláka befejeztekor, édesanyám, mindig hangosan megköszönte Isten segítségét, hogy befejezték baj nélkül a közös munkálkodást. (Makfalva, Székelyföld)

A fiatalok ismerkedtek ilyenkor, szerelmek, párkapcsolatok is szövődtek, dolgoztak, viccelődtek, még **tánckalákaival** is segítettek egymáson.

„Régebben több tánc, bál vót, a házakba, az udvarokba. Amikor valaki régen házat épített – ezelőtt nem vót ilyen padlás –, meghordták a házat földdel, s akkor nekiálltak, ilyen döngölőpadot csináltak, s jól-jól megdöngették, s akkor táncot csináltak, és letáncolták. Ezelőtt ez vót! Minden vasárnap! A házakat, csűröket kalákába építették. Együtt hordták a köveket, mindent, kalákában tapasztották a falat is. Sokat énekeltek közben.” (FLM, Torja, Háromszék)

A vidámság megszenteli, életerővel, vidámsággal tölti fel az embert, a teret, s azt a tárgyat, dolgot, amit elkészítünk. **Erősíti a közösségi összetartozást. A munkába öröm kell kerüljön! Az odaadó lelkiületben végzett munka szent.**

A kaláka az élet legtöbb területén élt. **Ünnepen**, amikor menyegzőt, keresztelőt, konfirmálást, bérnialást, farsangot, bált, fonót szerveztek, valamint, temetéskor. Munkáknál: **aratásnál, cséplésnél, osztagkirakásnál, búzahordáskor, szalmahordáskor, kapálásnál, kaszáláskor, lennyűvésnél, szüretkor, gyümölcszedéskor, kukoricatöréskor –**, és **hántáskor, napraforgó koppeláskor, agyagfazék kemencében való kiégetésekor, legelőtakarításkor, trágyahordáskor, tollútépéskor, juhnyírásakor, pokrócszövésakor, tilolásnál, szapulásnál**. A juhnyáját is

kalákában őrizték, több család pásztorkodott az esztenán, a majorok is kis közösségekben éltek.

„Kaláka volt a **szántásnál, az egyházi birtokot így szántották**, hasonlóképpen megkínálták itallal a népet, jókedv volt.” (JE, Makfalva)

Fonókalákát is rendeztek a lányok, asszonyok! Kisegítették egymást a fonásban. Akinek dolgoztak, zenészt fogadott, táncoltak, s egytálételt, paraszti édességeket is készített asszonytársainak.

Méhész kaláka: Százéves férfival beszélgettem 2004-ben Csíkkarcfalván. „Ezt a szép kort egyik oldalon a jó levegőnek köszönhetem. **Mikor felkeltem, kimentem a méhekekhez, jött az a fenyőillat**, ezt egész nyáron használtam, tudatlanul is, az, hat az emberre. Másik a méz, a **friss méz**. Azt ettük. **Kalákát is kellett hívunk a pergetéshez, hogy segítsenek**, de sokat a feleségemmel csináltuk. Nem kegyelmeztük magunkat, mindig munkában voltunk. Nemcsak a méhekekkel, **a gazdálkodásban is benne voltunk.**” (HSA) András bácsi lánya jelen volt a beszélgetésnél, így folytatta: „**Az orvosnál a rendelőben még kórlapja sincs magának!**” Így is le lehet élni egy életet... Imecsfalván (Kézdiszék) szintén százéves asszonnyal beszélgettem, aki elmondta, hogy őt nem ismerte orvos sem leányul, sem asszonyul.

A közös étel a kalákában: „**A krumplitokánylevest** babérlevéllel ízesítették, húsdarabokat főztek bele, ilyenkor kalákában, arató, cséplő vagy építéseknel, a halotti torokban is sokáig az volt. Nagy mennyiségben főzték. **Amikor sok embernek főzünk, finomabb az étel.**” (AF, Vargyas, Erdővidék, Háromszék)

Imádkozó női kaláka: „**Csíksomlyón nekünk van egy asszonyközösségünk az egyháztól függetlenül, rendszeresen összejárunk imádkozni a nőkért, a gyermekáldásért, általában az emberekért és népünkért.**” (BPE, Csíkszereda)

Minden Újkenyér ünnepen az Ország kenyerét is kalákában, adományokból állítják elő. Székelyföldön megszentelik azt a búzát, amit kiküldenek Magyarországra közösségünk kenyerébe. **Búzaszentelő vasárnap** Csíkszentdomokoson kimennek a határba, a pap szentelt vizet hint az emberekre, megfüstöli a vetést, és mindannyian nemcsak a táplálékra, hanem az emberekre, a falura is áldást kérnek a Teremtőtől.

2015-ben alapítottam egy Asszonyközösséget, a Fészek Női Kört, ahol el tudjuk mondani örömeinket, bajainkat, terveinket, mindent, ami foglalkoztat. **Hangot adunk az örömnak, a boldogságnak.** Imádkozunk. Együtt étkezünk, iszunk egészséges, általunk készített dolgokat, beszél-

getünk, kézimunkázunk. Gondoskodok arról, hogy mindenki jól érezze magát. Gondozzuk lelki egészségünket, őrizzük a magyar népleletet, szellemiséget, női tudást. Ahol közösség van, ott nincs magadra maradottság érzés és kilátástalanság, depresszió. Újjászületés szertartásokat tartunk. Kalákázunk, mert élni akarunk.

A kaláka az **ÖNELLÁTÁS ESZKÖZE**. Eddig, ahány kalákát végigéltem gyermekkoromtól, mind békességben járt le, minden ember egységesen gondolkodott és cselekedett. Erdélyben, Gyimesben, Moldvában, hagyományban élő vidékeken él a közös munkálkodás.

„Szeretettel minden nyomorúságot átvészeltünk”

A szeretet legyőzhetetlen: **„Mezősége nagy szeretet van az emberekben, erős közösségi élet, amivel minden nyomorúságot átvészeltünk.”** (HJ, Sármás, Mezőség, Erdély)

*

Népi kultúránkban a leányt nőnek, feleségnek, anyának nevelték, a fiúkat férfinak, férjnek, apának. A leányságra, legénységre, szép fiatal életre épül a boldog szülőség, amikor eljön annak az ideje. Így lehet az Életet tovább vinni! Fontos, hogy a férfi és a nő mindent tudjon az élet fenntartásáról, mert válságos, nehéz időkben úgy maradhatott meg a közösség, a család, ha mindkettő végezte a rá eső részt. A legegyszerűbb dolgok a leghasznosabbak! A Teremtővel és természetével együttműködő földműves mindent tud, ezermester.

Amíg a legény nem építette fel a házát, szülei, közössége segítségével, nem házasodhatott, amíg a leányzó nem tanult meg kenyeret sütni, szelni, addig nem mehetett férjhez! (Székelyföld)

Édesanyám azt mondta, **gyermekünkben élünk tovább.**

Ezek mind szellemi-lelki beavatások. Következnek az emberélet fordulóiban, az életlépcsőkben adott támaszok.

2, Legény- és leányavatás

A nőnél az első, életkorváltozáshoz kötődő avatás a **leányavatás**, miután **holdazott**, mutatkozott az első havivérzése, 14 év körül. Majd következett 21 év körül házasságkötéskor az **asszonyavatás**, utána, amikor anya lett, az anyaaavatás. A fiúkat is 14 év körül avatták, **cihelték** legénynek (FL, Zsére). A leány- és legényavatás során **hozzáségítik a felnőttkor küszöbén**

álló fiataalt, hogy lelkierejét, figyelmét a következő életszakaszába helyezze és az elkövetkezőkben felnőtt módon, felelősen élje életét.

„Kiskapus környékén, Kalotaszegen farsangvasárnap van a leányavatás. A Galga mentén a leányokat a farsangi fonóházban avatják, ahol körbe táncolták előbb lassú, majd egyre gyorsuló forgással. Amikor a révületet hozó forgás egygyé avatta a lánycsoportot, kinyílt a kör és befogadták, a beavatandó beállott a táncba.” (MVJ, Marcali, Őrvidék)

A körtánc módosult tudatállapotot hoz. Az első, **beavató körtánc**cal kezdődött a leányság, a közösségi életbe lépés, majd a **menyasszonyi és menyecske**táncsal folytatódott.

Nagylánysorba kerülés alkalma még, amikor *egy legény vagy a legények vezetője elhívja a lányt bálba, táncházba vagy más közös multságba*. Az ifjak társadalmába való avatás az is, ha a serdülőt *leöntik vízzel* (vagy bedobják a vízbe), *megvesszőzik, felemelik*. A vízzel leöntés, a megvesszőzés, az ég felé emelés termékenységvarázslás. Munkaalkalmakkor, **tollfosztóban** is avatták a lányokat.

„A pünkösdi királynéjárás és pünkösdi királyválasztás alkalmával próbatételek után avatások voltak.” (KK, Siklód, Udvarhelyszék)

Ma a konfirmálás, bérnálás a felnőtt élet küszöbe, az is a közösségi életbe való belépést jelenti szellemi szinten.

„Virágvasárnapján történik Vadadon az ifjak felnőtté avatása, a konfirmálás. A fiatalokat 14-15 éves korban konfirmálják. Napjainkban székely népviseletbe öltöznak a konfirmálandó fiatalok. A lányok ezután beülhettek a nagylányok padsorába. Ilyenkor a fiatalok szülei ünnepi ebédde fogadják a nagycsalád minden tagját.” (KI, Vadad, Felső-Nyárád mente)

Ezután elkezdődtek a fonók, majálisok, szüreti bálók, táncház, szindarabozás, a szabad madár, vidám, fiatal élet. A felnőttek ily módon is teremtetek alkalmakat az ismerkedéshez, a szerelem kivirágzásához és a családlapításhoz.

A nemiségbe farsangkor avatják be a fiatalokat. Beresztelkén, a Maros mentén a mai napig szekérrel, zenés-énekes menettel körbe vitt *Gyuri szalmaember* murok (sárgarépa) hímveszőjét emelgetik egy madzaggal (ébred a természet, az ember), közben tréfálkoznak, vidámkodnak, erotikus jeleket játszanak.

3, Szellemi, lelki életvezetési tanítások fiataloknak:

„Fiam, vigyázz a becsületedre! Ha elveszíted, soha nem tudod vissza-szerezni!” (ifj BM, édesapám, Makfalva, Marosszék)

„Isten az igaz ügyet nem hagyja el! Ha Isten velünk, kicsoda ellenünk?”

Figyelmeztetett: *Addig takarózz, amíg a takaród ér! Légy mértékletes mindenben!*” (id BM, apai nagyapám, Makfalva)

Édesanyám tanítása, az is, hogy a család minősége olyan, amilyen a nő.
Az anya a család lelke.

Annak a fiatalnak, aki nem ismer sem Istent, sem embert, nem lesz jó élete, sem a mellette lévőnek!

Dolgunk van a világban! Mindenkinek dolga van a világban!

Ember tervez, Isten végez.

Isten, ha nehézséget ad, erőt is ad az elviselésére.

Minden rosszban van valami jó.

Az idő jó orvosság.

Egyszer mindennek vége lesz, a jónak is, a rossznak is.

Segíts magadon, mert az Isten is megsegít!

Jónak kell lenni! Mindenki velünk légy kedves!

Mondj igazat!

A hazug embert hamarabb utoléri, mint a sánta kutyát!

Nem mind arany, ami fénylik.

Várd meg a vásárt napjáig!

Holtig tanul az ember.” (BBI, Makfalva)

Ma is minden dologban, életvezetésemben kíséretet kapok felmenőim tanításából.

„A szüleink úgy vitték végig a gyermekvilágom, hogy én azt láttam, hogy szeretik egymást. Nagyanyám mindig reggel kitette a kosarat és kiadta, hogy az öcsémekkel ketten mit tegyünk. Reggel kimentünk, és szedtünk egy kosár cikóriát a majorságnak, tíz órákor bedobtam a törökbúzákat és a zöldet.” (CzBJ, Marossárpatak)

„Gyergyóórán éltem dédnagyanyámmal, 98 évesen halt meg. Nagyon sokat foglalkozott az unokákkal, mindenről beszélt, az udvarlásról, a menstruációról, hogy hogyan udvaroltak, szokásokról, gyógyításról, mindenről. Mindenhez volt kedve.” (KMN, Kolozsvár)

Ötgyermekes édesanyja: ***„Gyerekkoromban, ha munka volt a megérett gyümölcsökkel a nagyszülőknél, vagy a háztartásunkban, akkor***

minket is bevontak. Gyerekeinknek is vannak kisebb feladataik, amiket kérünk tőlünk: kerti feladatok, konyhai előkészítő munkák, takarításban, vásárlásban segítenek a koruknak megfelelően. A fiúknak ugyanúgy, mint a lányoknak van lehetőségük sütni, főzni a konyhában önállóan, amit örömmel tesznek, a kenyérsütéstől a háromfogásos ebédig. **A nagyszülőknek is segítenek abban, amiben segítséget kérnek.**” (PFA, Szászrégen, Marosszék)

„Soha ne feküdj le haraggal! Napnyugtáig békülj meg! Nagymamikám intése.” (SÉ, Marosvásárhely)

Védelem megfázás, felfázás megelőzésére: „Milyen gyakran elhangzott nálunk, **tégy a vesédre valamit! Tégy a hátadra valamit, mert ha nem, kihűl a veséd!** S olyankor sokszor nem is várták meg, hogy én vegyek fel valamit, tettek valamit rám. Anyám **nagyon gondos volt**, azonnal borított egy posztómellényt vagy kabátot ránk.” (KK, Siklód, Udvarhelyszék)

Édesanyám arra tanított, hogy mikor hazaérünk valahonnan, azonnal mossunk kezet, és öltözzünk át házi ruhába. A munkaruha ezen kívül volt. (Makfalva)

Édesanyám: **Vigyázz magadra, pénzen nem vehetsz egészséget!**

„Gyorsan és nagyon nagy mennyiségű munkát voltak képesek elvégezni a székely asszonyok! Évszázadokra visszamenőleg a székelység katonanemzet volt, ami azt jelenti, hogy a közösségek, családok gyakran voltak erőteljes férfiak nélkül maradvá, akár hónapokra, évekre is. Helyt kellett állni, nevelni a gyerekeket, vigyázni az öregekre, ahogy lehet. A székely konyhán is ez figyelhető meg, hogy mindent felhasználnak, és úgy fűszereznek, hogy az étel egyben betegségmegelőző és gyógyító is legyen. Nagymamától tanultam kézimunkázni, mindenféle hímzést, horgolást és kötést. Most a varrásból is van jövedelmem, megélhetésem.” (FN, Marosvásárhely)

Párválasztás:

Édesanyám arra tanított, hogy a **szem a lélek tükre**. Széppel főttet nem lehet, csak jóval! Az alma nem esik messze a fájától. Amilyen az apja, olyan a fia. **Madarat tolláról, embert barátjáról!**

Vagy legények esetében: **Nézd meg az anyját, vedd el a lányát!**

4, „A rendtartó székel faluközösségben a szerelemnek is megvolt a rendje.”

„**Annak is megvolt a rendje**, hogy mikor és hol ismerkedhetnek meg, mikor és hol találkozhattak a jövő párok, a majdani apák és anyák, hogy megtalálják, megtalálhassák egymást. A falusi élet részei voltak **a fonóházak, munka- és találkozáshelyek, a táncház, ahol a szülők jelenlétében ismerhették meg egymást a fiatalok. De megismerhették a kultúrát, a táncokat és énekeket, a népművészetet, a nép, a közösség évszázadokon át megteremtett értékeit. Nemcsak dolgoztak ott – fonták a leendő ruhák anyagát –, de játszódhattak is. Szerelmi játékot, élet-játékot. S ezért voltak az ünnepek, amikor bált lehetett rendezni**, ahová elkísérték az édesanyák a lányait, az édesapák a fiaikat, mert **ők feleltek értük**. Megvolt a szabályrendje annak is, hogy mikor mehetett a fiú a lányhoz, hogy találkozhattak, mikor hívhatta már be a lány a fiút, s hogy – ha érkezett annak is az ideje – miként, kik által történjék a **leánykérés**, s mikor jöhetett el **a boldog nap, hogy végre egymáséi lehettek. Mindennek rendje volt és ideje volt. Az esküvő, mint közösségi és élet-megnyilvánulás, a közösség ügye-ünnepe is volt**, majdnem az egész falu ügye-ünnepe. Akik kívül estek, azok is részt vettek benne, ha másképp nem, úgy, hogy az ifjú pár előtt elkötötték az utat, nekik pedig meg kellett váltaniuk, hogy tovább haladhasanak. A hagyományos rend irányította a falu minden megnyilatkozását. És **mint minden szentséget, keresztelőt, felnőtté avatást, eljegyzést, megünnepeltek, összegyűltek, énekeltek, táncoltak, beszélgettek.**” (GJ, Kovászna, Háromszék)

„A fonóban fontak, csipkét horgoltak, a szünetben egyet szánkáltak. **A legények mentek a fonóba, ültek a lányok mellé, az orsót kiváltották két puszival. Farsangkor öltöztettek maszkába, mindenki ment a fonókba. Vagy három volt a faluban. Tollúfosztó kalákát is szerveztek, a lányok is ott voltak az édesanyjukkal, a legények prüsszentettek, a tollú szétrepült, viccelődtek, kacagtak, ettek, ittak, zenéltek. A fiúk citeráztak, hegedültek, szájharmonikáztak. A fiúk szorosra kötték az ajtót, a lányokat egyenként engedték ki, beszélgettek, csókot kértek tőlük.**” (JE, Makfalva)

Menyegző, esküvő, lakodalom:

A magyar nyelvterületen a lakodalomban megjelenítik a közösülést (az első beavatást a termékenységbe), a babát/gyermeket, tehát a szerelem gyümölcsét vagy annak jelképét, tartozékait. (Lásd bővebben: Bernád Ilona Nő – örökkévaló pillanat magyar szakrális női kötetemet!)

**„A magyar embernek a felesége azt jelenti, hogy a fele tár-
sa, s családban élt. Egynejűség. Akivel egyszer kezét fogott, azzal
meg is halt. Egyenlő félnek tekintette, tehát feleségnek, s anyá-
nak. Megvolt a munka, hogy mit kell végezzen az egyik, mit a má-
sik. Általában a családfőség a férfit illette a hagyományban. Egy
apának kötelessége, ha gyermeke van, hogy mellette álljon, s vé-
gig ott legyen! A családtervezés egyik felét vinni kell! Hogy hány
a gyermek? Legyen gyermekem, amennyi tud lenni, **amennyit Isten ad,
mert ahol madár van, van bogár is!**” (SzM, Énlaka, Udvarhelyszék)**

**„Jobb, ha elnézzük a hiányosságokat, hibákat és békességben, szere-
tetben vagyunk, mint hogy hibát keressünk egymásban!” (HBK, húgom, Er-
dőszentgyörgy)**

Társadalmunkban kellene segíteni a fiatalokat, hogy **ismét a húszas
éveikben alapítsanak családot, amíg egészségesek, termékenyek,**
így hamarabb és könnyebben születik meg az első gyermek. Mindemellet, ha-
zaszeretetre kellene nevelni őket, hogy tudatosan vállaljanak több gyermeket
a nemzet szaporítása céljából.

Gyermeekáldás:

**„Nagymama mondta, ahányszor gyermeket szülsz, annyi-
szor fiatalodsz meg. A Jóisten minden gyerek születésekor rendel mellé
egy darab kenyeret. Isten soha el nem hagy!” (MM, Nagyenyed–Sepsiszent-
györgy)**

**Ne maradj egy gyermekkel! Kell a testvér, hogy az élet során
tudjanak egymásnak segíteni!** (Édesanyám, Székelyföld)

**„A mi világunkban megvannak a férfi munkakörök, női munkakörök.
a gyermekáldásban a nőt védte a hagyomány, mert védték a tilalmak,
hogy ne dolgozzon, feküdj a gyermekágyat! Védtek a megerőltetéstől, az est-
legesen káros, idegen behatásoktól. Jönnek a nők az ő ágyához, hozzák
a sort, a komatálat, vagy pocitát, radinát. Az utca beosztja, hogy
ma ki segíti ki őt. Ez a falu élete volt, hogy egymás között beosztották az
emberek az első három hétbe. A teljes családnak hozták az ebédet, amit az
asszony kellene előállítson, de mert Ő gyermekágyas és mert Őt védeni kell,
ezért a rokonság, a közösség megoldja az ő külön feladatát, a fő feladatát...
mert **az asszony fő feladata ellátni, megetetni a családot, megfőzni
az ebédet, vacsorát,** satöbbi, satöbbi, és ezt a közösség átvállalja. **A közös-
ség ebben az esetben védi az egyént, az asszonyt, és egy nagyon
szép kultusza alakult ki ennek a régi falu életében, ez egy gyönyörű dolog.****

**A gyerekek tulajdonképp az asszonynak a gondozottjai, tehát lel-
kileg hozzá közelednek. Az asszony ezeket az anyaság-feladatokat
természetsszerűleg végzi.** Ez már a helyzetből is adódik, de az ő feladatai
közé kerül az, hogy amikor kicsi gyerek van, de a helyzet, ha úgy kívánja –
ha szegények –, akkor viszik batyuban a hátukon a gyereket is, a csecsemőt,
kisgyermeket is a mezőre, és az asszony, miközben kell, végezze feladatát...
Az életet kell élni.” (GJ, Kovászna, Kovászna megye)

5, A szeretetre való képességünk és az ősbizalmunk születésünkör alapozódik meg.

Ezért életfontosságú, hogy mind a családban, mind az intéz-
ményekben, szülészetben, megtiszteljük az édesanyát magzatával
együtt úgy is, hogy segítsük kettejük természetes szülés-születési
együttműködését, a világra jövetel együtt munkálkodó folyamatait,
mert ez alapozza meg a későbbi felnőttként együttműködési képes-
ségét, kötődését.

**„Ha a magyarság a helyére akar kerülni és gyógyulni sze-
retne, nagyon fontos, hogy hogyan születnek az újak. Lényeges,
hogy a jövő nemzedéket úgy segítsük, hogy támogassuk a háborí-
tatlan, természetes szülést-születést** (a szülőanya mozgás- és döntéssza-
badtsága, étel, ital magához vétele, nem diktáljuk a szülés menetét). **Ott ala-
pozódik meg a szeretetre való képességünk. Ahogy Michel Odent
szülészorvos írta, társadalmunk betegségének gyökere a szeretet-
re való csökkent képességünk. Már a szülés előtti, méhen belüli
megéléseknek is óriási szerepük van; a szülés alatt és még inkább
az azutáni, úgynevezett aranyórákban átélteknek pedig rövid és
hosszú távú hatása van az egyén életére. Az, hogy hogyan születik
valaki, meghatározó. Olyan mintákat kap, hogy azok egész éle-
tét befolyásolják. Itt van még egy fontos dolog a szeretetre való
képesség mellett: az ősbizalom is ekkor alapozódik meg.”** (HH szü-
lésznő, Lánycsók, Mohács)

Ősbizalom alatt én hitet, reménységet, küzdőerőt értek, ez, létfontos-
ságú egy nemzet megtartásában, tovább éltesében, felvirágoztatásában.
A szeretet, a jó szó nemcsak bábaságunkban hangsúlyos, hanem az egészség-
megőrzésben, egészségkultúránkban és népi orvoslásunkban is.

6, Bevésődés születéskor. Az újszülött kötődése az anyához, apához, nemzethez:

„Akik természetesen születnek, ők tudnak kötődni anyához, apához. Az Isteni kapocs, a szellemi kötődés nagylányom és köztem most is létezik. Annyira egyszerű az egész és annyira kölcsönös!” (BKE, Fogaras-Marosvásárhely)

„Hatodik gyermekemet, Hubát otthon szültem. Világra jövele után, hatalmas szemekkel nézett, és ahogy az apja körbevitte a házon és megmutatta a családtagokat, többek közt, öt gyermekünket, az pici pár perces baba mindenkire hallgatott egy-egy kis hangocskát: mindenkit köszöntött!” (dr SzÁ, orvos, Kétvölgy, Őrség)

Folytatjuk a bábaasszony gondolatmenetét **„Támogatnunk kell a természetes és háborítatlan, ösztönös szülést és az azt követő meghitt együttlétet anya-gyermek-apa kapcsolatot. Így lehet egész-séges a szülés-születés, a kezdet. Ez a gazdag talaj, amin bármely csíra, palánta könnyebben fejlődik, így gyarapodik a gyermek is, ha gazdag talajból meríthet erőt. Ezzel, természetesen támogatjuk a korai kötődést, bőr- és szemkontaktust anya és gyermek között. Ezt a szent időszakot tiszteletben, békességben meghagyjuk a családnak.**

Nagyon **fontos folyamatok** zajlanak édesanyában és gyermekében az aranyórákban, szülés utáni néhány órákban, ebben a sérülékeny időszakban. **Az Édesanya, ahogyan megszüli a gyermeket, látja őt, érzi az illatát, melléhez emeli - hatására oxitocin (szeretet-szerelmehormon, fájdalomcsillapító, félelemoldó) termelődik - aminek méhösszehúzó szerepe is van - így könnyebben születik a méhlepény. A szeretethormon hatására felmelegszik az anya mellkasa. A babának a közvetlen bőrkontaktus fizikailag is segít az átállásban a kinti világhoz (szív- és tüdő működése, hőháztartás). Az oxitocin hormonnak számos jótékony hatása van anyára, újszülöttre egyaránt, nemcsak fizikailag, hanem lelki értelemben is. Működési körébe tartozik maga a szülői viselkedés és a baba kötődési magatartásformái, nyugtató hatással bír, így könnyebb a stressz kezelése. A baba keresi az anyai mellet, éber, szopik. Ez is nagyon fontos, nemcsak az újszülött táplálása szempontjából, hanem a kötődés szempontjából is. A szülés utáni, közvetlen, háborítatlan találkozással kezdetét veszi anya-gyermek között egy**

érzelmi ráhangolódás, mely hosszú távon is szeretetteljesebbé teszi a szülő-gyermek kapcsolatot, akár távolabbi generációkra is kihatással lehet. (2) Ez életünk legnagyobb változása.

A társadalom alapja a család, és az anyák szerepe döntő fontosságú, hiszen ők ringatják a jövő nemzedéket.” (HH, bába, Lánycsók, Mohács)

„Szerintem, amikor Imike megszületett, szerintem, orgazmikus szülés volt, 20-30 percig kitörő eufórikus hangulatba voltam. Akkor is, meg mindig, amikor rá gondolok. Sejttem mi is okozta... Az, hogy kinn van a kezembe, az a boldogság, szerintem addig sem és azóta sem voltam olyan állapotban. Az, hogy kinn van. A kezemben. Az a boldogság... Igen, de az, hogy VAN - inkább ez a lényege. Maga a LÉT, hogy EMBERT tartok a kezembe, egy világot, egy Isten csodáját, azóta is, amikor rá nézek, a szemébe, ezt látom Imikének. Amikor megszületett Attila, vártam ezt, de nem volt oly kitörő, hanem csendes és bensőséges. Bent volt ez meg, és nem kifelé. Hát meg is lepődtem. Azonban annál nagyobb boldogság volt bennem belül, az az igazság nem is tudom szavakkal kifejezni. Bensőben hatalmas távlatok, távolságok szabadultak fel, univerzum nagyságú, ahol fény öröm, derű, a tökéletes boldogság, egyre csak növekvő, és ez állapot, lét, létezés. Én is meglepődtem ezen a megtapasztaláson.” (MT, Rimóc)

Az aranyórában nemcsak anya, család is születik: „Katival, a negyedik kicsimmel, amint megszületett, férjemmel hagytak több, mint egy órára. Biztosították a zavartalanságot. Ez alap a házasságnak, a családnak. Jött a lányom, s úgy éreztem, kerek a világ, tudod, hogy minden rendben van...” (VSzA, Nagyszalonta, Partium)

7, Szülés-születés, gyermekágy, anyatej, szoptatás:

„Én sokat sétáltam várandósságom alatt és elmélkedtem mindenfélén. Az ember a jóra gondol, szuggerálja magát, s nem hallgat mindenféle hülyeségre.” (BE, Székelykeresztúr, Udvarhelyszék)

„A nagyanyjuktól, anyjuktól tanultak a gyimesi asszonyok szülni. (a Gyimesvölgy Székelyföldről települt be) Amikor fiatal szülésznőként idekerültem, akkor figyeltem fel erre, hogy szülnek itt, a Gyimesekben. Nem mindig úgy vezettem le a szülést a szülőotthonban, ahogy meg-

tanultam, hanem ahogy megszoktam a csángó asszonyok között. Megengedtem, hogy ordítsanak, ha nekik úgy jött, hogy kuporogva vajúdjanak, négykézláb, hogy leguggoljanak. Ezt tapasztaltam negyven év alatt. Ezt én így láttam, könnyebb. Különben szinte-szinte nem is kellett gátat védeni ebben a testhelyzetben, ahogy ők szerettek szülni, négykézláb. Ahogy tanulták és ahogy ők ezt érezték.” (FFE, Krizba, Barcaság, szülésznő)

Ez a természetes gátvédelem.

„Én otthon születtem 1958-ban, a bába úgy segített, hogy hát szépen súrolta a hasát az embernek, de egyebet nem csinált. Nagyon jó bába volt ez a Giza néni. Vigasztalt, bátorított. Ha hitták mingyá jött, mosakodott szappanyal. A szülő nő lepihent a szobába, ugye az a tisztasoba vót, régi székely ház, s szépen a nagy vetett ágyba ott születünk meg.” (SMI, Siménfalva, Nyikó mente, Udvarhelyszék)

„Nyolc hónapja szültem otthon. Úgy, ahogy az Isten hagyta... Semmilyen utasítást nem kaptam, csak biztatást. Jött magától minden. Csoda szép élmény volt. Mindig jó érzés visszaemlékezni. Olyan sikerélmény volt, amelyet még sosem tapasztaltam, annak ellenére, hogy értem el kielégítő sikereket előtte. A férjemmel vajúdtam 11 órát, és egy bába jött a vége felé. Az érkezése után két óra sem telt el, és megszületett a fiam. Nagyon megdicsért, hogy ilyen szülést ritkán látni. Van jó anyatejem, szoptatok.” (BEI, Mezőzáh–Marosvásárhely, 2022. február)

„A szülés, anyaság egészen új kapukat nyitott meg előttem, és úgy sejtem, hogy az ősi tudás felé való fordulásom, igényem is akkor kezdődött igazán. Hároméves fiamat természetes úton szültem, a kötődésen alapuló neveljük minden nap, igény szerint szoptatok.” (SzO, Székelyföld–Budapest)

Hogyha nem az isteni és természeti rend szerint sikerült a szülés-születés, akkor, **a bábaasszony vezetésére, a rokonasszonyokkal és az asszonysegítőkkel újjászületés szertartást tartottak, fölülírták, kijavították a nem kívánatos állapotot.** Ezt a rítust 2014-ben felújítottam és folyamatosan gyógyítjuk a családokat.

„Anyu azt mondta, hogy ha letelik a hat hét szülés után, első utam a templomba vezessen, hogy megköszönjem, hogy egészséges gyermekeket szültem.” (MM, Nagyenyed–Sepsiszentgyörgy)

A gyermekágy szent idő, elődeink Boldogasszony ágyának nevezték. A közösségi hozzáállásról, a két-három-hat hét ágynyugalomról és a komatálról fentebb beszéltünk.

Csecsemőápolás, anyatej:

„A csecsemőket, kisgyermekeket nem lehet elkényeztetni! Nem lehet túlszeretni! Csak szeretni lehet és gondoskodni, válaszkésznek lenni, figyelni, érezni. **Az újszülött az édesanya lelkivilágát tükrözi.** Ha az édesanya rendben van, akkor a gyermek is rendben lesz! **Az anyákat kell figyelni, szeretni, gondoskodni, és akkor a gyermek is megnyugszik.**

Van az élettani hasfájás, ami ez első három hónapban van, ekkor is a gyermeknek az anyatejre, a testi érintkezésre, a babusgatásra van szüksége, hogy kézben tartsák, ott legyenek, biztonságban.” (BZI, szoptatási tanácsadó és csecsemős nővér, Perbété, Felvidék)

„Az első szülésem után nem tudtam, hogy kell szoptatni. És **akkor jött az ösztön**, hát megszoptattam a lányomat. Tudta, hogy hogy kell csinálni! Olyan jól csinálta, hogy kilenc hónapig szopott, nem volt nehézségünk soha.

A hosszú szoptatás ad egy kölcsönös bizalmat, azért tudom könnyen kezelni a lányomat. Ezt elmondták más anyák is. **Van egy olyan láthatatlan bizalom**, ami másképp nem tud kialakulni. Emlékezetes egy hajnali szoptatás megmagyarázhatatlan, **túláradó szeretetet adott.**” (DK, Lőrincfalva-Marosvásárhely)

„**Az én életemben az egy olyan szép időszak volt, hogy teljesen újjá születtem, amikor szoptattam.**” (TMI, védőnő, Nyáradkarácsony)

Az anyatej nemcsak étele, itala a gyermeknek, gyógyszere is (szemgyulladás, fül-fájás, hasmenés). Felnőttnek is szépítő- és gyógyszere az anyatej és a csecsemővizelet (ált. az emberi és állati váladékok).

„**Fontos, hogy a gyerekek nagycsaládban nőjenek fel, minél többen foglalkozzanak vele, s ez meghatározza az értelmi fejlődését a csecsemőnek, kisgyermeknek.** Minél többen legyenek körülötte, a legfogékonyabbak babakorban, ez meghatározó korszak. Minél több személy foglalkozik a kicsivel, **annál sokkal inkább közlékenyebb, annál könnyebben illeszkedik bele a társadalomba. Az anya-gyermek kapcsolat is meghatározó.**” (BE, Székelykeresztúr)

8, Gazdálkodás, élelemteremtés, konyha:

Édesapám arra tanított a háztájjal kapcsolatban: **Ahogy gondozod, úgy veszed hasznát.**

„Teli kamrának okos a gazdasszonya, üres kamrának boldog a gazdaasszonya. Aki nem tesz el, nem főz be, nem gyűjt a kamrába, azaz nem **gondoskodik előre**, az felelőtlen, képtelen ellátni a családot.” (SzTA, Felsősófalva)

„ÉTEL. ITAL. ÁLOM. Hasznos mind a három. De ha nem rendjén csinálod, káros mind a három. Apukám intelme.” (SÉ, Marosvásárhely)

„Amikor főzök, mindig annak az ételnek az ízét idézem fel, amit a nagymamám főzött, egyszerű, de ízletes leveseket. Ha sikerül nekem is azt az ízt elérnem, boldog vagyok. Amikor a friss zöldségekből készült levest kikanalaztam, azt mondtam, ez ORVOSSÁG volt! Gyermekként még nem olvastam arról, hogy az étked legyen orvosságod. De ráéreztem, hogy a szeretettel főzött, friss, házi termékekből készült étel orvosság.” (MM, Nagyenyed–Sepsiszentgyörgy)

A táplálás női feladat, mert a nő tud táplálni lelkileg, testileg az ételen, életen keresztül. Az étel élet. A nők dolga a háztartás vitele, minden családtag, a teljes laktér tisztán tartása és lelki megtartása.

9, Népi gyógyászatunk:

„Mindenki saját maga orvosa.” – anyai nagyanyám példamutatása. (BDI, Makfalva)

„A gyógynövények dicséretére: nagyon sokat köszönhetünk a gyógynövényeknek. Az orbáncfű teája nemcsak antidepresszáns, emésztésszervi, hanem nagyon jó a gyomorbetegségekre, a gyomorvérzésekre és a hasmenésekre is. Mindig szeretünk ilyet szedni, családi program lányomékkal. Ilyenkor „párnacihát” viszek, és abba rakom bele, tiszta helyen, a határban szoktuk szedni. Személyes történetem: **kétszer is volt olyan, mikor az orbáncfűfőzetnek köszönhetően megúsztuk a kórházi kezelést, súlyos hasmenés, szalmonellamérgezés miatt. Először édesanyám mentette meg a kamasz testvéremet, másodszor én az óvodás kislányomat.** A kórház akkor jó, hogyha muszáj, és arra kéne, hogy fenntartsuk. Nem arra, hogy a könnyebben, házilag ellátható dolgokkal bemenjenek az emberek.” (BIH, természetgyógyász, Marosvásárhely)

„Tizen voltunk gyerekek. A nagymamám meg az édesanyám tudott mindent. Nekünk is kellett a gyógynövényeket kis kosárba külön-külön szedni, hogy megmutatta, mit szedjek, s ezeket használtuk.” (NSB, Balázsfalva, Kis-Küküllő mente)

Magyar földön az ősi magyar módszereket kellene nemcsak a családban, hanem intézményesen is tanítani, tovább örökíteni. A népdalok, néptánc, népmesék mellett a népi gyógyászatot, növények népi felhasználását is szükséges lejegyezni, tovább adni, újratanítani. (Lásd Élő népi gyógyászatunk, Egészségünkért3 könyvem!)

10, Életvég, megboldogulás

„Mi, akik megszülettünk, mind tartozunk egy halállal.” – mondta édesanyám elrévedve, eltűnődve. Folytatta azzal, hogy jó, hogy nem tudjuk, hogy mikor és hogyan lesz az... A szüléshez-születéshez hasonlóan a haldoklás, a meghalás, megboldogulás is szent titok, egyéni út, amikor Isten, a hit, a lélek erejét, segítségét kérjük. És amint a születés-születést is saját magunkon keresztül, egyedül kell végig csinálnunk, a visszafele utunkon is magunk vagyunk, még ha családunk, égi, földi segítők mellettünk is állnak. Ahogy a szülés-születés, beavatások, a halál is módosult tudatállapotot kér. Néphagyományunkban az emberi élet két végpontja, a születés és a halál, valamint a menyegző, keresztelő rítusai párhuzamosak.

A régiek nem féltek a haláltól, mert az **élet körforgásában** éltek. (MVJ, Marcali)

Az én fiatal koromban még fontos volt az **utolsó kívánság**... Azt, **teljesítette a család**. (Makfalva)

„**A nagybetegek elgondozása, ápolása, a haldoklók mellett ülés mind asszonyfeladat. A halott mosdatása, felöltöztetése** megint asszonymunka. A siratást is asszonyok végzik. Néha több nemzedék egyszerre. Ez a **közös néplélek**. A **közös családi lélek**.

A **virrasztást** a nők készítik elő. Felsúrolják a földet, előkészítik, a másik főzi az ebédet, berendezik a virrasztót, hozzák a padokat... Vegyítik a pálnakát, hogy kínálgathassák este a virrasztásnál. A férfiak majd mennek virrasztóba, imádkoznak, énekelnek. A rokonságon kívül a virrasztás inkább férfi kötelesség. Tehát a **nagycsalád a halál beállta pillanatában egy gyászoló kis közösséggé vált**, akinek kiszakadt egy tagja a köréből, és azt gyászolja. Ezért a **halott körüli cselekvő munka teljes egészében a közösségre szakad**. A férfiember faragja a fejfát, ássák a sírt. A **sírás is beosztott munka, mint a komatál**. Az asszonymunka főleg a háznál van, az udvart a férfiak takarították nálunk, amikor volt az apósom halála, a **háznál viszont tisztítás, súrolás, főzés, mosás, mindent a szomszédasszonyok végeztek**, tehát ott is megoszlik a női-férfi munka. A

paphoz bejelenteni a férfi megy, megbeszélük a temetést. Mind' amikor bejelentik a gyermeket, hogy megszületett, vagy készülnek keresztelni. Ugyanaz.

Kivétel nélkül megadják a végtisztességet, segítenek a gyászoló családnak, vigaszt nyújtanak.” (GJ, Kovászna, Székelyföld)

Az emberek a fizikai igények mellett elvégzik a szakrális dolgokat, követelményeket is.

*

11, Egyéni, közösségi lelki- és testi védekezőrendszerünk (immunitásunk)

Minden jó, ami a lelkünkre hat, a testünkre is egészséges hatással van, egészségmegőrző, gyógyító: **„Az emberek sokat voltak levegőn, sokat dolgoztak fizikailag, természetes alapanyagokból étkeztek és betartották a böjtöket. S a közösségnek az ereje... Bizonyára a közösségek immunitását is rendezte az, hogy működjünk együtt, a kalákák, dalkörök, táncok, betegápolás, gyermekágy közösen.”** (R.I.M., Parajd, Udvarhelyszék)

Ajánlott - tehát - eleink módszertárát igénybe venni egészségünk érdekében, szakrális egyéni- és közösségi örökségünk követésével! A felsoroltak mellett lakterünk magyar módon való berendezése, mivel a magyar színek, formák, minták gondoskodnak a lelki-elmebeli, testi egészségünkről! Továbbá, egyszerű, tiszta étrend, gyógyélelmiszerek, teázás, gyógynövénykivonatok használata, a természet adta kúrák, levegő, víz, agyag, hó, gázfürdő, nap, szellő... S nem bedőlni az újabb „elméleteknek”!

Lásd bővebben a megelőzést, népi, természetes eljárásainkat az Egészségünkért 1-2, Isteni folyamat, Szerettem őket, úgy ahogy kellett köteteimben!

12, Nagycsalád. „Félfehér pelenka, a', volt a nemzetiszín zászló!”

„Én hármat, de édesanyám nyolc gyermeket szült, s egy adott pillanatban megkérdeztem tőle, hogy lehetett, s azt mondta, úgy éreztem, hogy minden gyerek születésekor új erőt kaptam.” (CsFP, Csíkrákos)

„Nyolcgyermekes anya vagyok, két-három évenként születtek a gyermekeim egymás után 50-től-69-ig, az utolsóval 43 éves voltam. Nehézség is volt, de nagyon szép volt a nagycsaládos élet.” (PBV, Oroszhegy, Udvarhelyszék)

„Az Isten kirendeli mindenkinek a betevő falatot. Ezt mondta édesanyám. Ő soha nem mondta, hogy mennyi baj van ilyen sok gyermekkel,

tizenegyen voltunk testvérek, dolgoztak, segítették egymást édesapámmal, olyan szép összhangban, egyensúlyban összedolgoztak.

Egy gyermekkel több baj van, mint tízzel! - mondta édesanyám. Mi mind egészségesek, pirosposzgások voltunk. Volt a szomszédba' egygyermekes család is, mindig sápadt volt a gyermek, s azt mondta az anyjának, hogy hozza ide, mert megtanítom enni. Így is lett, áthozták, s úgy evett velünk... A malacok is... (mutatja, hogy milyen jóízűen és habzsolón)

Vagy ha jött valaki, mindig megkínálták, az asztal mellé akarták ültetni, az, még csodálkozott, szégyellte magát, hogy 13 ember mellé hogy üljön, de édesanyám mondta, hogy a gyermekeknek kikerül még annyi, nyugodtan üljön le közénk. Pedig milyen nehéz idők jártak az én gyermekkoromban! Az utolsó szem búzát is elvitték, mindent be kellett adni, ott a sok gyermek, de mindenikünk azon volt, hogy megkeresse a kenyerét. Én is eljöttem egészen fiatalon, mert láttam (megnedvesedik a szeme), hogy nehéz volt ennyi sok gyermekkel, és dolgoztam, hogy megkeressem a kenyeremet, hogy ne a szüleimet terheljem. De ők sosem panaszkodtak. Mindenikünk törtetett, hogy az életben mindene meglegyen, jól is vagyunk mind, mind gazdák és jó családi életet éltünk. Nagyon sok szépre, jóra tanítottak szüleink. Nyugodtan megkérdezheti a környéken, hogy mit tudnak a családjukról.

Egy derék, igen erős, jódolgó asszony volt édesanyám, és mindig abba járt, hogy örömet szerezzen nekünk. Mindig mindent, ajándékot adott, hogy lássa, örvendünk neki. **Nagyon sok szeretet volt benne.** Azt mondta, hogy **nem a sírra kell vinni virágot, hanem az ember éltibe kell egymást boldoggá tegye. Mindig segített megoldani minden bajunkat. És nagyon jó érzésű, megérzésű volt, erős volt benne az anyai érzés,** hogyha titkoltuk is, mindig meglátta, hogy valami bajunk van. Az arcunkról leolvasta, de mindig azt mondta, hogy az anyai érzés (a szívére teszi a kezét), az..." (CsJ, Szentháromság, Nyárádmunte)

„Nagyon jó nyolcgyermekes családban élni. Annyira mélyebben nem beszéltem a szüleimmel, mit jelent nekik, hogy nyolcan vagyunk, de úgy látom, szüleimnek nem teher a nyolc gyermek. Nem hallottam őket soha panaszkodni, hogy ennyien vagyunk. Katolikusok vagyunk. Én vagyok a hetedik gyerekük. **Húsz év korkülönbség van közöttünk, a nővérem 41, az öcsém 21 éves.**

Akik hozzánk járnak, a fiatalok mindig megjegyzik édesanyámról, hogy milyen fiatal. Nem látszik rajta a nyolc gyermek. Most három gyermek vagyunk otthon. Amikor sikerült, hogy mind otthon legyünk, 27-en voltunk. Ennyien ültünk az asztal körül. Tizenegy unoka van.

Az egyik nővéremnek még nincs gyereke, jegyben vannak.” (KB, Oroszhegy, Udvarhelyszék)

**„Nagyanyám velünk lakott. Sok mindent tudott. Olyan bé-
kesség, olyan nyugalom volt akkor. Az is nagyon sokat számított,
nagyanya ott élt velünk, nálunk. Háromnemzedékes családuk
volt. Ez olyan természetes volt, hogy nagyanyám ott van. Eltörött a lába,
ott volt nálunk. Mindenki csinálta a feladatát, s olyan nyugalom volt. s
ezt az érzést az asszonyok, anyám jelenléte, nagyanyám jelenléte
hozta. A békét, nyugalmat, biztonságot.”** (MM, Újszékely–Székelyke-
resztúr)

**13, A magyarság jövője. „JOBBAN KELLENE SZERETNI AZ ÉLE-
TET!”**

„Hát, én nagyon el vagyok keseredve a magyarság miatt.
C... világ lesz. **Nagyon félnek a magyarok a gyermektől.** Régen kitet-
tük (kiterítették) a pelenkát, akkor még ki kellett mosni, félféher **pelenka,**
a’ volt a nemzetiszín zászló! Születtek a babák. Sok gyermek volt,
nagy élet volt itt. Most már nem jönnek a babák. Nehéz a helyzet na-
gyon. Na. Így van. Nehéz az élet, nagyon nehéz most az élet. Mikor felnőnek,
nincs munkalehetőség. Régen dolgoztuk a magunkét vagy a kollektívánál, én
harminc évet dolgoztam, kapáltunk, arattunk, hogy legyen meg a **megél-
hetésünk. Mindenkinek megvolt.** Bizony-bizony, a nagygazdák is mind
élvezték a munkát. A szegény ember, csurran-cseppen... Mégis mindenki
megélt. S ami kis föld volt, mindenki karban tartotta, ganézte. **Minden na-
pon tudták, hogy mit kell csinálni. Megvolt az életnek a ritmusa...**
Úgy voltunk, ahogy a kicsi csirke kibújt a tojásból. (olyan ártatlanok, tiszták)”
(NHI, Bogdánd, Szilágyság)

„Sajnos a magyar népesség helyzete, állapota az elég elszomorító, a faluban
elég kevés gyerek születik. A szülések nagyon lecsökkentek. **Annak idején
5-6 gyerek volt egy családban, és mindég meg tudott újulni a falu.**
Ma már úgy van, hogy egy-két gyerek van, és egyre inkább csökken a falu la-
kossága. Az okokat abban látom, egyrészt a **szemléletváltásban, vala-
hogy a gyerek nem érték. Hogy egészen más az emberek erkölcsi
viszonya és a gondolkozása, és a szemléletváltást kellene először
is azt, hogy a gyerek nemcsak, hogy érték, hanem a gyerek az az
új életet jelenti, az életünknek a folytatója. LEGALÁBB HÁROM
GYEREK JELENTI AZ ITTENI MAGYARSÁGNAK A MEGMARADÁ-**

SÁT. Különben apad, és egyre inkább betelepülnek, jönnek a tótok, ez a tendencia a kormány részéről is. **A világháborúk között szintisza magyar faluk voltak itt a környéken, jelenleg már nincs is talán.** Bögellő talán, Lenke, a feleségem faluja egyedül, de ott is sok szlovák, hétvégi házat vett. Most még van magyar óvoda, iskola kilencedik osztályig, 94% a magyar. Énnekem egy családom van, de három unokám van, nagyon aranyosak. Csicsón laknak, az is egy közelebbi község itt, magyar falu Csallóközben. Áron, az nagyon értelmes, érdekes az, hogy általában a génuszok is mindig hatodik-hetedik gyerekek. Nem kell neki tanulni, mer nagyon értelmes, mert látja azt, amit a többi nem. Ma már az a szemlélet, hogy nehéz. Nehéz? **DE JOBBAN KELLENE SZERETNI AZ ÉLETET!** Meg ahogy öregszem úgy látom, hogy most volna jó, hogy gyerekeim legyen.” (LÁ, Alistál, Felvidék)

„Ami az ötvenes évek Ormánóságának nemzetre káros szokása, az egyke vagy egy se, most egész Európa minden civilizált népének gondja, és most is, kiemelten is a mi gondunk. A magyarság gondja. Vörösmarty szörnyű jóslata csenghet a fülünkbe: „A sírt, hol nemzet sülljed el!” Igen, van egy sír, az a sír meg **van ásva mesterségesen is, és ássuk mi magunk is. Ássuk, ha nem vállaljuk a gyermekeket.**

A modern kor felborította a hagyományos családi rendet. A nők emancipációja végül is hamis eszme volt, annyit jelentett – és alig valamivel többet –, hogy a társadalom nem vállalja azt az »aránytalanságot«, azt a hagyományos rendet, hogy a **férfi a család-fenntartó s a nő a család-megtartó. A férfi feladata az életfenntartó javak megkeresése, a nő feladata a gyermekek kihordása, megszülése, felnevelése, az otthon gondjának a vállalása. Pedig ez klasszikus egyensúlyt adott az élet, a lét melegágyának, a családnak, az otthonnak évezredek át!** Nyilván, a korral sem tudunk szembefordulni. De a társadalom is érzi saját torzságát, a családot kezdik törvények védeni. S főleg van már GYES, gyermeknevelési segély, a gyermeket vállaló anyák, családok segítséget kapnak, így az elvetteket töredékében visszavállalja a társadalom. Tehát a modern kor is megadja a lehetőséget a családra. A család fenntartására, mely az egész társadalom alappillére. És: a közösség alappillére. Már őseink tudták – mondóka is született erre -: »Egy gyermek nem gyermek, Két gyermek fél gyermek, Három gyermek egy gyermek!« **Ahol legalább három gyermek van, ott közösség van. Ott működnek, működhetnek a közösség szabályai. Az egymásrautaltság, az egymás megsegítése. A klasszikus családokban volt egy bizonyos élet- és feladat-rend. Megvolt mindenkinek a „dolga”, már a 7-8 éves gyermeknek is.**

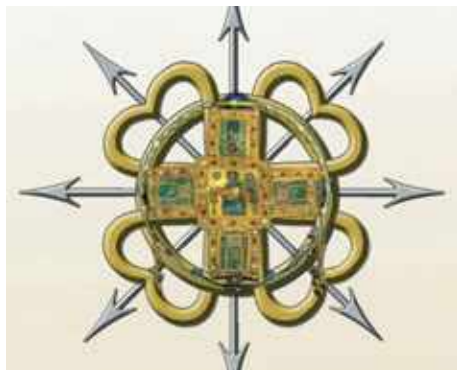
*Akkor. Ment ki a libákkal, majd a disznókkal, majd a fűgyerek ki a havasba a teheneket őrizni. Akkor is volt részük a nőknek is a gazdaságban. A férfiak kaszáltak, a nők takarták fel a száradó szénát, sarjút. Az asszonyok mentek elől, arattak a sarlóval, a férfiak kötötték kévébe, rakták kalongyába. Segítségeik már akkor: a lánygyerekek voltak. Ők vitték az ebédet is ki a mezőre, melyet otthon az édesanya vagy a nagyanya főzött... Ám **ebben a mai kifordított világban is van helye a Rendnek, s az ősi hivatást itt is lehet és kell is gyakorolni. Isten rendelését: isteni küldetését vállalnia kell a nőnek. Így tud, és csakis ő tud hozzájárulni a társadalom továbbéléséhez, a közösség, a nemzet fennmaradásához. De: az élet szépségéhez, az otthon melegségéhez is, a boldogságnak a biztosításához is, mely nélkül hideg-rideg és sivár lenne a világ. A Világ, melyen – Tamási Áron szavaival - azért vagyunk, hogy valahol otthon legyünk benne.**” (GJ, Kovászna, Erdély)*

Bernád Ilona

Hivatkozások

(1, JE, Szolokma-Makfalva, Marosszék)

(2, Varga Katalin - dr. Bálint Balázs dr.: A természetes és a szintetikus oxitocin szüléskor és szoptatáskor. In Orvosi Hetilap 2022. 41. szám)



Tömörítvény – Bernád Ilona

A rendtartó székel falu egészségkultúrája népegészség és népeseés szempontjából

Az isteni és természeti renden alapuló, rendtartó székel falu szervezethege lehetséges kiút napjaink válságának megállítására, jóra fordítására, a magyar ember, család, nemzet, anyaföld meggyógyítására.

Neveljük nőnek, feleségnek, anyának kislányainkat és férfinak, férjnek, apának fiainkat, hogy tovább vigyük, megújítsák az Életet, újra tanítván nekik az önellátást, önrendelkezést, öngyógyítást, a szeretet- és kölcsönöség alapú kalákákat! Állítsuk vissza közösségi, lelki immunitásunkat! Minél több egészséges és hagyományos szemléletű nemzettársra van szükségünk, hogy gyermekeink természetesen/szelíden szülessenek, ami egészségüket biztosítja, a családdá válást erősíti, növeli az anyák további szülési kedvét, elősegíti gyermekeink nemzethez való lelki-szellemi kötődését.

Hagyományos egészségkultúránkkal megelőzhetjük a népbetegségeket. Minden korosztályt a természetes, egész embert szemlélő, kitapasztalt népi gyógyászatunkkal gyógyítsunk, s erre mindennapjainkban tanítsuk meg egymást és gyermekeinket! Pl. imádságaink, a hit, ösképeink segítő ereje, a természeti elemekkel, gyógynövényekkel-, fűszerekkel, ételekkel, napfénnel, hóval, méhészeti termékekkel, sóval, életerővel stb. való gyógyítás. Székel földön a józan, egyszerű, paraszti gondolkodás még él, van, amiből megújuljunk!