



# ÖTLETTÁR 2

## CSALÁDI GYAKORLAT - MELLÉKLET

### LÁZÁR ERVIN: A KALAPBA ZÁRT LÁNY

Hetyke lány volt. Nem tűrt a fején se kendőt, se sapkát, se kalapot.

Dühönghetett a szél, eső, hó szakadhatott, nem és nem. Aztán egy szép napon kilépett az utcára a kertkapun és mit lát? Bizony, egy kalapot. Ott lebegett a kalap a kerítést szegélyező bokrok mellett, éppen a feje magasságában. Jó formájú, fekete kalapocska volt.

- Jó napot - mondta a kalap.

- Mit akarsz? - kérdezte gyanakodva a lány.

- Én vagyok a te kalapod - mondta a kalap.

- Nekem ugyan nem - tiltakozott a lány.

- Tudhatod, hogy soha semmiféle fejfedőt nem hordok. Szabad lány vagyok. Így akarok járni mindig. Hajadonfótt.

- Márpedig akkor is én vagyok a kalapod - mondta ellentmondást nem tűrően a kalap, és sutty, se szó, se beszéd, mint egy ragadozó madár, rászállt a lány fejére.

A lány se volt rest, rángatta, tépte, huzigálta.

Na de rángathatta, téphette, huzigálhatta, a kalap oda se neki. Azazhogy mit oda se neki, éppen hogy, mintha növekedne a súlya, egyre nehezebb lett.

- Te átkozott vaskalap! - nyögte a lány.

- Nem én vagyok vaskalap, te vagy makacs számár - felelte a kalap és most már nemcsak a súlya nőtt, hanem a mérete is.

- Hagyd abba! Nem látok ki alólad - kiabált a lány.

Persze, hogy nem látott ki, hiszen a növekvő kalap karimája már a vállát nyomta. A lány térde meg-meg rogyott, minden erejét összeszedte, megpróbálta lelökni magáról az átkozottat. De feszíthette az izmait, amennyire csak bírta, a kalap meg se rezzent. Akkor kibújok alólad, gondolta a lány, hirtelen lebukott, s megpróbált kiugrani a kalap alól. De ahogy lebukott, a kalap szegélye elérte a földet, mély csend lett és mély sötétség, a lány ott görnyedt, bezárva a kalap alá.

- Jaj, engedj ki, nem látok - mondta a lány.

- Nem baj, majd tapogatódzol - válaszolta a kalap.

- Nem bírok ilyen görnyedt testtartásban kucorogni, elgémberedik minden tagom - panaszkodott a lány.

- Hát állj föl - mondta a kalap.

Óvatosan fölállt, attól félt, a fejét beüti a kalap tetejébe, de nem, volt elegendő tér. Fölnyúlt a feje fölé, hogy ott-e a kalap teteje, de nem ütközött a keze semmibe. Balra nyúlt, jobbra nyúlt, hogy kitapogassa a kalap oldalát, de ott sem talált semmit. Állt a meghatározatlan térben, koromfeketességben. Félelem és harag fogta el.

- Itt akarsz engem örökös rabságban tartani?

De válasz nem érkezett, a lány elszántan ugrálni és csapkodni kezdett a sötétségben, hátha lyukat tud ütni a kalap oldalán, és kijut a szabad fényességbe. De csak a levegőt csapkodta, s a dühödtt ugrálás közben megbotlott egy kőben és elesett.

Egy darabig magába roskadtan feküdt a földön, aztán sírva fakadt.

- Akkor hát ez a sorsom, itt kell meghalnom egy gonosz kalap alatt.

Fölült.

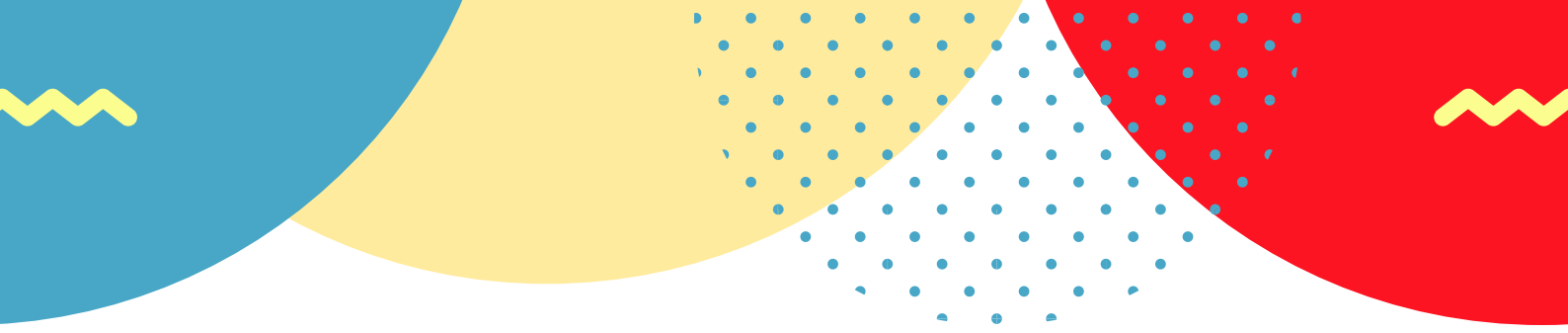
- Szomjas vagyok - mondta. - Hallod, te kalap, szomjan halok!

Jobbról mintha halk csobbanást hallott volna. Tapogatózott. Tenyere egy hűvös kő sima felületére tévedt. "Talán éppen ebben botlottam el" - gondolta, s a keze átsiklott egy másik kőre, éppen olyan sima volt és hűvös, mint az előbbi. A két kő között kisujjni rést, a résből üde párák áramlottak. Lehet, hogy víz? A lány fölkel, minden erejét összeszedte, és megpróbálta elmozdítani az egyik követ.

Nagyon nehéz volt, de moccan. S a moccanással együtt halvány derengés váltotta föl a bakacsin-fekete sötétséget. A lány meglátta, azaz inkább csak sejdítette a kezét, a két követ, s igen, a két kő alatt ott a víz. Hogy hozzáférhessen, el kellett mozdítania a másik követ is. Reménykedve nekifeszült, elmozdította azt is. Előbukkant egy kis kristály tavacska, egy forrás. A lány ivott a vízből, s mire fölemelte a fejét, már majdnem teljesen világos volt a különös, szivárványszínű búra alatt. "Ez lenne a kalap?" - kérdezte magától.

Már elég jól látott az opálos félhomályban. Egy gazos kertben állt, a gazok közt kövek, fák, s nicsak, mintha virágok is virítanának a gizgazok között. "Nagy itt a rendetlenség" - gondolta, és nekilátott, görnyedezett, cipekedett, egy kupacba hordta a köveket. Mire végzett a kőhordással, már nyoma sem volt a félhomálynak, szép reggeli fényességben fürdött a kert, most már színről-színre látta, milyen gyönyörűséges virágok virítanak a gazok között. Látta a fák leveleinek smaragd színét s a fákon a cirnos, pöttyös, aranyló meg ezerszínű, sosem látott gyümölcsöket. Fogta magát, kihúzgálta a gazokat. Jó sokáig tartott, sajgott a dereka, égett a tenyere, mire végzett, de nem törődött idővel, fáradtsággal, tette a dolgát. Mire az utolsó gázt is kihúzta, égi fényességben ragyogott a kertje. Makulátlan zöld pázsit, középen átkígyózik rajta a forrás-tóból kibuggyanó erecske, a fák meg gyümölcsrel ékszerezett lobbanások. "Pompázatos" - mondta a lány, s mivel megéhezett szakított magának minden fáról egy-egy gyümölcsöt, leült a kőrakásra, és megebédelt.

Elillant a fáradtsága, megtelt erővel.



Ekkor valami furcsa zajt hallott. Dörgést, durrogást, harsogó morajt és erőszakos kopogást. Igaz, nagyon távolról. Feszülten figyelt és rájött, ez a zaj a kalapon kívül dörög. Már nem is érdekelte annyira. De a kalap fölvilágosította:

- Talán vihar. Vagy háború. Az is lehet, hogy aranyakat szórtak a nép közé. Nem tudom pontosan.

A lány végigjárta a kertjét, megsimogatta a fáit, leguggolt a virágai mellé, hogy jobban megcsodálhassa őket. Ivott a forrásából.

- Akkor most nekem örökké itt kell élnem? - kérdezte tétován.

- Dehogyan kell. Most már igazán szabad lány vagy - mondta a kalap.

És lassan fölemelkedett. A kert összezsugorodott és összezsugorodott a kalap is.

Ott állt a lány a kertkapu előtt, a kerítést szegélyező bokrok mellett a feje magasságában egy jó formájú kis fekete kalap libegett.

- Most elhagysz? - kérdezte a lány.

- Mondtam, hogy a te kalapod vagyok - válaszolta a kalap.

A lány kinyújtotta a kezét, megfogta a kalapot és a fejébe húzta. Jó erősen, nehogy elfújja a szél. Elindult a villamosmegálló felé. Amerre járt, megfényesedett az utca. Talán a kert miatt.

**forrás:** [https://pszichoforyou.hu/a-kalapba-zart-lany-koronavirus/?fbclid=IwAR3R-zjAjmMZ2uIHHLAOF2Uai3W4OqbX\\_8UkQ1Gil\\_TTZiN-X4DVTmTTSOE](https://pszichoforyou.hu/a-kalapba-zart-lany-koronavirus/?fbclid=IwAR3R-zjAjmMZ2uIHHLAOF2Uai3W4OqbX_8UkQ1Gil_TTZiN-X4DVTmTTSOE)

## **Az alábbi kérdések is segíthetnek a közös beszélgetésben:**

### **Makacsság**

Milyen a makacs ember? Mi jellemzi?

Mik azok a dolgok, amikhez Te makacsul ragaszkodsz?

Mit vált ki benned, ha egy makacs emberrel találkozol?

Ki a legmakacsabb ismerősöd?

Mit gondolsz, miben segíti őt a makacssága? Miben hátráltatja?

Mikor éltél át olyat, hogy valaki rád erőltetett valamit? Milyen érzéseket okozott ez benned?

### **Bizonytalanság**

Ismerős neked ez? "Bizonytalanul tapogatózom, nem tudom, mi lesz." Honnan?

Mit teszel, amikor bizonytalan vagy? Mi segít ilyenkor?

### **Rend, rendezés**

Rendrakás, rendezgetés... mi jut erről eszedbe?

A te életedben hol lenne most a legnagyobb szükség a rendrakásra?

Ki vagy mi segítené ahhoz, hogy ezt megtegyed?

### **Irányítás**

Neked mennyire fontos, hogy irányítsd a dolgokat? Miért?

Hogyan hat rád ez a mostani helyzet ebből a szempontból?

Mik azok a dolgok, amiket te irányíthatsz most is?

Mik azok a dolgok, amelyeknek az irányításáról átmenetileg le kell mondanod?