Benei Krónika

2007. január – február **II. évfolyam 7. szám**

Érdekes!

Két neves amerikai klímaszakértő –Singer és Avery- azt állítja új könyvében, hogy a globális felmelegedés a Föld története során ismétlődő jelenség, amelyet nem az üvegházhatást okozó gázok okoznak. Vagyis a riogatás alaptalan? Lehet, hogy mégis fürdenek majd utódaink a Balatonban?
A Föld légköri hőmérsékletének emelkedése és csökkenése, a felmelegedési és lehűlési időszakok nagyjából 1500 évenként követik egymást, és a változásokat a Nap sugárzási tevékenységének módosulása okozza.
A szakértők megállapítása szerint a Föld mostani felmelegedése egy olyan ciklus része, amely nem veszélyes, és amely ellen az ember nem tud tenni, és nem is kell tennie semmit. "A Föld folyamatosan felmelegszik és lehűl. Ez a ciklus cáfolhatatlan, régi, gyakran hirtelen bekövetkező és globális jelenség. Feltartóztathatatlan" – írják a tudósok.
Hatalmas mennyiségű adatot feldolgozva arra a következtetésre jutottak, hogy az utóbbi egymillió évben a Föld hol melegebbé, hol hűvösebbé vált. Ezek az 1500 éves szakaszok nem köthetők a széndioxid koncentrációjának változásához. Különösen meleg volt az időjárás például a római birodalom idején vagy a középkorban, az iparosodás előtt, amikor a vészharangokat kongatók által emlegetett gázok még nem kerültek a légkörbe. A XX. század elején az 1940-es évekig melegedés volt tapasztalható, majd 1975-ig újabb hűvös korszak következett, amely után újabb hőmérsékletemelkedés kezdődött.
A két szakértő szerint nincs semmilyen mérhető adat arról, hogy az atmoszférába jutó széndioxid-mennyiség mennyi hőt tart vissza, illetve hogy ez mekkora szerepet játszhat a felmelegedésben. Semmilyen bizonyíték nem támasztja alá, hogy a széndioxid a klímaváltozás elsőrendű okozója volna és nem igaz az sem, hogy a melegebb periódusok káros hatásokkal járnának. Ellenkezőleg, a hőmérséklet növekedése mindig az élővilág virágzását hozta a bolygón. Nem következtek be azok a katasztrófák, amellyel sok környezetvédő ma riogat. Nem olvadtak le a sarki jégsapkák, nem haltak ki fajok, a Föld nem sivatagosodott el. Ezúttal sem várható, hogy hatalmas viharok fognak pusztítani, és a művelhető földterület homoktengerré változik.
A két kutató szerint "nem kell aggódni", a Föld jelenleg egy hosszabb felmelegedési időszakban van, amely valószínűleg még néhány száz évig el fog tartani. A konzervatív *The Washington Times* a szerzők álláspontját érvként felhasználva azt írta: a globális felmelegedésről szóló vita mögött inkább politikai, semmint tudományos érvek húzódnak. Vagy inkább gazdasági. Vajon milyen gazdasági érdekköröknek kedvező ez a vélemény?
És igazából most kinek higgyünk??

Szobóczky Tamásné

Nemzetközi lucfenyő-kísérlet a Mátrában

Kékestetőről a déli sípályán haladva rövid séta után elérjük a Veronika rétet, ahonnan Galyatető felé tekintve pompás kilátásban gyönyörködhetünk. Közvetlenül a Csór-réti víztározó felett egy sötét színű fenyő erdőtömböt fedezhetünk fel, mely – különösen lombhullás után – elég szembetűnő. Talán kevesen tudják, hogy ebben az erdőrészletben található a 11 hektáros Nemzetközi Leltározó Lucfenyő Származási Kísérlet.
A kísérlet előkészítése több mint 40 évvel ezelőtt, nemzetközi összefogással kezdődött. A svéd szervezők Európa és Ázsia különböző régióiból, Skandináviától Görögországig, az Alpoktól az Urál hegységig - összesen 1100 különböző helyről – szerezték be a magtételeket, melyekből a csemetéket megnevelték. Európa 13 országában – pl. Svédországban, Norvégiában, Németországban, Ausztriában, Lengyelországban, a Cseh Köztársaságban stb. - összesen 20 kísérlet létesült. A szervezők azonos kísérleti elrendezést javasoltak minden résztvevő ország számára azért, hogy a kísérletek összehasonlíthatók és számítógéppel értékelhetők legyenek. Az eredeti cél az volt, hogy a rendkívül eltérő termőhelyi adottságok számára megtalálják a megfelelő, legjobb teljesítményt nyújtó származásokat.
A hazai szervezőmunkát, valamint a nagy figyelmet és fegyelmet igénylő erdősítés irányítását az Erdészeti Tudományos Intézet munkatársai vállalták, a gondos kivitelezés az egykori Mátrai Erdőgazdaság dolgozóinak köszönhető. Az első év (1968) a rendkívüli aszály miatt nem volt problémamentes. A kis csemeték többségének tűlevelei lehullottak, félő volt, hogy az egész kísérlet megsemmisül. Szerencsére a gyöngyösi tűzoltók lajtos kocsival segítségünkre siettek és megöntözték a szomjazó növényeket. Az őszi felvétel már igen kedvező eredményt mutatott, a csemeték 96 %-a megmaradt.
A kísérletről pontos növénytérkép készült, így minden fácska azonosítható. Növekedésüket, vitalitásukat, egészségi állapotukat stb. a mai napig figyelemmel kísérjük. A jól sikerült kísérletet számtalan belföldi és külföldi szakember tekintette meg. Az eredeti nemesítési – genetikai kutatáson túlmenően ma már egyre több megfigyelés folyik a területen, közülük elsősorban az ökológiai, légkörfizikai, faterméstani vizsgálatokat kell kiemelnünk.
A következő alkalommal a kutatási eredményekről szeretnénk rövid tájékoztatást adni.

Ujváriné dr. Jármay Éva, erdőmérnök

Rendhagyó karácsony

Idei karácsonyunk kissé eltért a szokásostól, mivel két angol barátunk látogatott el hozzánk az ünnepek idején. Valami különlegeset szerettek volna csinálni, ezért megkértek bennünket, lássuk őket vendégül.
Szokatlan Karácsonyuk részeként alig várták, hogy síelhessenek. Jóval indulásuk előtt eldicsekedtem nekik, hogy Magyarországon, nem csak hogy a karácsony „fehér", de annyi hó szokott esni, hogy bátran lehet síelni is.
Erre mi történt? Beköszöntött az emberemlékezet óta legenyhébb tél! Nos igen, nekem se jöhet be minden! S bár nem tudtak síelni, sikerült egyéb izgalmas programot biztosítani a számukra. A remek időnek köszönhetően, a Pipis-hegyi repülő klub működött, így Angela és Andrew részt vehettek egy vitorlázórepülésen. Nagyon boldogok voltak, és elismerték, hogy nagyon is ínyükre volt a programmódosítás.
Ugyanezen a napon, ebéd után, kihasználva a kedvező körülményeket, elvittem őket egy egri kiruccanásra. Útközben két helyen álltunk meg; első állomásunk a kisnánai vár volt, ahol megmásztuk a főtornyot, és gyönyörködtünk a szép fekvésű falucska látványában. Még arra is alkalmam nyílt, hogy egy igazán művészi felvételt készítsek az erőműről, ahogy szürke füstgomolyagot pöfékel a lenyugvó nap adta arany háttérben.
Majd a verpeléti Vár-hegy következett, ahol fölküzdöttük magunkat a kihunyt vulkán egykori kráteréhez. Vendégeimnek ez volt az első találkozása egy valódi tűzhányóval!
Késő délutánra érkeztünk meg Egerbe. A történelmi városrészben tett rövid barangolás után elértük a várat, és kellemes órát töltöttünk a régi csatározások színhelyén. A nap hamar nyugovóra tért, de sikerült egy-két szép fotót készítenünk a fényárban úszó épületekről.
Hazafelé úton, csak én voltam ébren, barátaimat legyűrte az izgalmakkal teli nap fáradsága.
Sajnos, a szokatlanul enyhe idő azt is jelentette, hogy a nagyvadak, mint a vaddisznók, vagy muflonok, amiket itt tartózkodásuk alatt szerettem volna megmutatni barátaimnak, az erdőkben rejtőzködtek, holott tavaly ilyenkor többször is láttam ezeket az állatokat a hegyi tisztásokon bóklászni.
December 28-án fölvittem barátaimat a budapesti repülőtérre, így maradt egy pár meghitt nap nekünk is a karácsonyi szünetből.
Ahogy Január 11-én ezt a cikket írom, süt a nap, kék az ég, és kint plusz 12 fok van. De a hideggel együtt elmaradtak a rendszeresen itt áttelelő csonttollúak is, noha egy éve 100-200 példány töltötte Mátrafüreden a téli hónapokat.

Colin Penny
Fordította: Kovács Kinga

A Sár-hegy zoológiai értékei

A Sár-hegy zoológiai célú vizsgálatai az elmúlt 30 évben változó intenzitással folytak. Részben, mert a zoológiai vizsgálatok egy-egy specialista érdeklődéséhez, gyűjtéséhez, feldolgozásához kötöttek, és specialistából, kevés van, legalábbis kevesebb, mint azok az állatcsoportok, melyeket szükséges lenne kutatni.
A Sár-hegyen a feldolgozott zootaxonokból a csigafauna, a rovarfauna, a hüllők, a kétéltűek a madarak faunájából lehet ismertetni, az alapkutatásokat végzők szerint és saját véleményem alapján kiemelésre érdemes fajokból.
A csigafauna vizsgálata több társulásból, talajminta vétellel történt. A Sár-hegyről 39 faj került elő, melyek közül 9 faj volt társuláshoz kötött, faunisztikai érdekességet, vagy ritkaságot nem mutatott ki.
A szitakötők közül 29 faj került elő, közülük 3 faj jelentősebb. Élőhelyeik a Szent –Anna-tó, a Gyöngyös irányába folyó erecske, és a mélyedésekben meg maradt vizek. Megjegyzendő, hogy a kevés csapadék következtében e vizek szinte vagy egészen eltűnhetnek bizonyos években, mint például 1983-ban, 1993-ban és 2007-ben is ez várható.
Az egyenesszárnyúak rendjébe, a szöcskék, tücskök, sáskák tartoznak. A Sár-hegy területe e tekintetben kutatatlannak számít, és a gyér fajszám (7 faj) ez jelzi, nem, pedig azt, hogy ezen a területen kevés az Orthoptera. A szerény tarsza, és a fűrészlábú szöcske, említést érdemlő igen ritka és védett fajok.
A poloskák 80 faját sikerült kimutatni a vizsgált növénytársulásokból. 7 faj ezekből figyelemre méltó, egy faj a levélforma karimáspoloska köztük a védett. Bár a poloskák esetében a védett fajok száma csekély más állatcsoportokhoz képest, ez talán méretüknek és általános népszerűtlenségüknek is köszönhető (itt jegyzem meg, hogy természetvédelmi szempontból a köz által nem kedvelt csoportoknál ez kifejezetten előnyt jelenthet).
A lepkék. Íme egy csoport, mely népszerű, jól kutatott és sok köztük a védett is. Ez nem jelenti, hogy e rendbe tartozó állatok nem érdemlik meg az odafigyelést! (Sokszor van az, hogy egy-egy rovarcsoport tüzetesebb vizsgálata más taxon kutatására is ráirányítja a figyelmet). A Sár-hegyről 400 lepkefajt mutattak ki, számos védett faj van köztük. Érdekességként, a természetfilmek kedvelői, David Attenborough különös szaporodásról és furcsa együttélésekről bemutatott filmjében szemlélhették meg az utóbbi időben a hangyaboglárkát és a hangyák „kapcsolatát", melyek itt a Sár-hegyen is élnek.
A kétszárnyúak közé tartoznak a katonalegyek, 23 fajuk kimutatott a hegyen. Jelen kutatottság mellett a böglyök 24 faja, pöszörlegyek 22 faja, zengőlegyek 68 faja képviselt e területen. A fürkészlegyek speciális élettevékenysége miatt gyűjtésük részben lepkehernyókból való kikeltetésükkel történik. 13 lepkefaj hernyójából 11 fürkészfajt sikerült kinevelni.
A hártyásszárnyúak: célirányos kutatása nélkül, mindössze 7 levéldarázs fajt lehet említeni.
Az említett ízeltlábú rendszertani csoportok és azokat érintő kutatási eredményekből kitűnik, hogy a Sár-hegy egy ökológiai szigetként emelkedik ki a környezetéből, kedvező túlélési viszonyokat nyújtva számos olyan fajnak, melyek a hegységben és az alföldön sem élnek már, vagy csekély mértékben fordulnak elő.
A Kétéltűek, hüllők: rendszeres vizsgálat nem volt a hegyen, 8 kétéltű és 6 hüllőfajt ismert a hegyről. Magyarországon valamennyi kétéltű és hüllő védett. A leglátványosabb és talán a legkiszolgáltatottabbat, a mocsári teknőst említem kiemelten, mert mozgása és tojásrakási szokásai miatt közvetlenül érinti.
A madarak. A Sár-hegy területéről 110 madárfajt sikerült kimutatni, ebből 76 faj költ a területen, 26 faj átvonuló, 8 faj, pedig telelő. A madaraknál is jellegzetes élőhely típusok vannak, ahol más-más madár együttesek fordulnak elő, 15 élőhely típus megfigyelése történt rendszeresen a hegyen.
Emlős fauna felmérésére történő kutatás sajnos nem volt a hegyen. Gímszarvas, őz, vaddisznó, róka, nyúl, görény él a területen, nyomaikból és az őket vadászók, állandó nyomaiból lehet ezt tudni.

Földessy Mariann, biológus

Vadonélő állatok a Mátrában

Kedves olvasóm! Azokkal a vadonélő állatokkal szeretnék foglalkozni, amelyekkel hétvégén idelátogató üdülő vendégek is, kis szerencsével találkozhatnak túrázás közben. Annyit azért tudni kell, illetve nem tévedünk nagyot, ha kijelentjük, hogy az összes madár, és a patakok partján, vizes élőhelyen élő **hüllő, kétéltű, hal, rák** védelmet élvez. Még „nagyobb" zoológusnak érezhetjük magunkat, ha ezeket az élőlényeket, nem gyűjtjük be, növényeket és állatokat nem visszük haza kertünkbe, mini terráriumainkba, mert ott csak sínylődni fognak, természetes közegükből kiszakítva. Higgyék el, egy-egy jól sikerült fotó, vagy csak emlék, sokkal tovább él bennünk, mint a begyűjtött élőlények!
Találkozhatunk nagyvadakkal is, ha csendesen közlekedünk az erdei ösvényeken. Ezek gyakorisági sorrendben: őz, muflon, gímszarvas, vaddisznó. Éjszakai életmódhoz alkalmazkodtak, ezért este és hajnalban találkozhatunk velük, sajnos az országutakon is, az autósok számíthatnak erre! Leggyakrabban őzeket láthatunk túrázás közben. A gímszarvas, és vaddisznó nagyon óvatos, muflonból pedig ténylegesen kevés van, köszönhetően annak, hogy valakik kitalálták, hogy tájidegen betelepített faj, károkat okoz a sziklagyepek taposásával, és elveszi a többi vad elől a táplálékot, a fiatal fákban okoz rágáskárokat, stb. Nos, ha ránézünk „hegyünkre", rögtön láthatjuk, hogy nem a muflon rágta szét az erdőt Füredtől - Kékestetőig. Tagadhatatlan viszont, hogy annyi fiatal erdő lesz, hogy a vad nyugodtan bújhat, táplálkozhat benne, ha hagyjuk!
Felvetődik a kérdés, sok a vad a Mátrában? Merthogy a disznó rendszeresen bejár a lakott területek szélére, sok az utakon a vadütközés, hatalmas szarvas - rudlikat (csordákat) látnak tél végén a déli lejtőkön, stb. Eszünkbe sem jut, hogy itt mi vagyunk a hívatlan vendégek, utakkal, házakkal, mi akadályozzuk természetes mozgásukat, a közutakon az elmúlt 20 évben duplájára nőtt az átlagsebesség és az erdőt kimeríthetetlen extrémsport pályának tekintjük és hát vadászunk is, amíg van mit! Rögtön hozzá kell tennem, éves létszámbecslés alapján, tervszerűen folyik a vadászat 10 évenként felülvizsgálva a fő számokat, mégis fogy a vad, a korösszetételt tekintve pedig elfiatalodott az állomány.
Vadállományunk a megváltozott feltételekre (klímaváltozás, urbanizáció, gépesített gazdálkodás, stb.) megváltoztatta viselkedési szokásait, szokatlan időben és helyen fordul elő, keresi táplálékát, így alkalmazkodik a túlélése érdekében, de semmiképpen NINCS SOK vad a Mátrában.
Hogy a következő nemzedék is láthassa erdeink és vadjaink szépségét, sürgősen változtatni, újítani kellene törvényeinken! Az erdő-és vadgazdálkodást mentesíteni kell az egyoldalúan nyereségtermelési szemléletű tendenciáktól védelmük és létük érdekében, mint ahogy teszik ma Európa szerte!

Bordás Bertalan
hivatásos vadász

Ülésezett az Alapítvány

A Mátrafüredért Természetvédelmi és Turisztikai Alapítvány 2007. január 17-én tartotta ülését, amelyen az erre az évre vállalható teendőket tárgyalta meg.
1. A Szent Anna – tó drámaian csökkenő vizének megmentésére a környező bokrok és a nád levágása. Az ehhez szükséges engedély megszerzése 30 napot vesz igénybe, így február 20-a körül hozzá lehet kezdeni a munkálatokhoz, amelyhez felajánlotta a segítséget a Mátrafüredi Sportegyesület és több magánszemély is. Itt szeretném megköszönni Földessy Mariann tudományos értékű cikkeit, amelyekben megismertette velünk a Szent Anna – tó és környéke végtelenül gazdag növény- és állatvilágát, amelynek egyúttal jelzés értéke is van arra vonatkozóan, hogy a tó állapotának romlása milyen természeti értékeket veszélyeztet. 2. Az Alapítvány tervezi egy 1929-es Mátra útikönyv reprint kiadását. Kandra Kabos után talán ez a leggazdagabb ismertető a Mátráról, amelyben olyan építmények fotói is láthatók (pl. Vass-kilátó Kékestetőn), amelyek sajnos ma már nem léteznek, de a Mátra turisztikai történelmének részei voltak. 3. Ebben az évben is tervezzük további tablók kihelyezését, amelyek a természeti környezet védelmére hívják fel a figyelmet.

R.G.

Különbségek a jóga gyakorlatai és más testedzési módok között
3. rész

A jóga a fizikai testet járműnek tekinti, amelyben a tökéletesség felé utazik.
Számtalan olyan testedzési mód létezik, amelynek célja az izmok erősítése. Ezeknek követői izmaikat gépies mozgások és gyakorlatok segítségével próbálják formálni. A jóga gyakorlatai ezzel szemben nemcsak a fizikai testet, hanem mellette az elmét is fejlesztik. A jógagyakorlatok és a modern testkultúra közötti alapvető különbség az, hogy míg ez utóbbi szorgalmazza az erőteljes izommozgást, addig a jóga ellenzi azt, mivel hatására az izomrostokban nagy mennyiségű tejsav termelődik, ami fáradtsághoz vezet. A tejsav hatását és az így létrejövő fáradtságot az izomrostokban levő lúg és a belélegzett oxigén tudja semlegesíteni. Erre alapoznak a modern testedzés hívei. Megpróbálják növelni az oxigénfelvételt, és ezzel csökkenteni a fáradtságérzetet. Bár elméletük igen meggyőzően hangzik, a jóga szellemi atyjai évszázadokon keresztül olyan ismeretekkel rendelkeztek, amely messze meghaladta a modern tudást.
A jóga rendszere nem új dolog, sok száz éve tanítottak már, amikor a modern rendszerek elkezdtek kialakulni. A fejlett izomzat nem feltétlenül takar egészséges testet, ahogyan azt a legtöbben gondolják. Az egészség azt az állapotot jelenti, amikor minden egyes szerv tökéletesen fejti ki tevékenységét egy intelligens elme irányítása alatt. Az izmok gyors mozgatása rendkívül nagy megterhelést jelent a szívnek. A mozgásban levő izmok széndioxidot és más salakanyagokat termelnek. Ha ezek termelődése megnő, a szív erősebben kezd verni, így a gyakorlatok önmagukban felgyorsítják a szívműködést. A jógában minden mozdulat lassan, fokozatosan kerül kivitelezésre, s fontos szerepet kap a helyes légzés és a lazítás is. A testedzés legfőbb célja a vérkeringés serkentése és az oxigénfelvétel növelése. Ezt elérhetjük olyan egyszerű gerinc- és ízületi-mozgatásokkal is, amelyeket mélylégzés kísér, de amelyek nélkülözik az izmok túlerőltetését.
Az izommunka hatékonyságát befolyásoló tényezők: az izmok kezdeti rugalmasság, a hőmérséklet, az izmok viszkozitása, a végrehajtás sebessége és a fáradtság. Ha egy izmot az összehúzódás előtt megnyújtunk, akkor az még nagyobb mértékben tud összehúzódni. Egy nyújtott izmom tehát több munkára képes, mint az ellazult állapotban lévő. Bizonyítást nyert, hogy több eredményt tudunk elérni közepesen nehéz súlyok emelgetésével, mintha könnyebbeket vagy nehezebbeket emelgetnénk felváltva. Ez azt jelenti, hogy az izom fokozatosan, közepes terhelésével tudjuk a leghatékonyabban a legtöbb munkát elvégezni. Ha az izom nincs megnyújtva, nem lesz elég hatékony…(folytatjuk)

Marschall Katalin

Láthatalan családi kötelékek

A ma már 80-as éveiben járó Bert Hellinger német terapeuta foglalkozott azokkal a családi energetikai kötelékekkel. Melyek láthatatlanul hatnak ránk. Azért kezdte el ezt a témát vizsgálni, mert a páciensei között nagyon sok problémás viselkedéssel küzdő ember volt, aminek okát nem lehetett megmagyarázni az illető élettapasztalata, életvitele, körülményei alapján. Véleménye szerint nem vagyunk annyira szabadok, mint gondolnánk, mert a családi energiák akaratunkon kívül befolyásolnak minket.
Hellinger szerint a gyermek a férfi energiát az apától, a nőit az anyától kapja, ez az energia áramlik generációkon át. Ha a szülők, nagyszülők harmonikusan éltek, akkor a gyerek pozitív energiákat kap. Ha viszont történt valamelyik generáció szintjén nagyon negatív esemény – például háborús élmény, vagy egy anya nem nevelte fel gyermekét-, és azt életében nem tudta jóvá tenni– jóvá tehette, ha a gyerek felnőtt korában súlyos beteg és az anya ápolja őt–, akkor negatív energiákat kap.
Tehát az ilyen ki nem egyenlített negatív esemény, negatív energiaként áramlik generációkon át, ez okozhat lelki feszültséget, vagy lehet valaki a későbbi generációkból, aki magára vállalja a fenti példában említett anya feladatát, és fel neveli másnak a gyermekét. Ez csak akkor jelent problémát, ha a feladatot magára vállalónak ez feszültséget okoz, nem tudja, miért érez erre késztetést, esetleg a családjának okoz ezzel gondot. Ilyenkor segít a Hellinger-féle család felállításnak nevezett csoport terápia, ahol ki lehet deríteni, hol volt a családban ez a negatív energia, és ezt oldani lehet. Ennek segítségével az egyén megszabadul a feszültségtől, élheti a saját életét.
Természetesen ez csak egy példa, rengeteg a variációja a negatív történéseknek, és az erre való reagálásnak. Ezzel a pár gondolattal csak annyi a szándékom, hogy felhívjam mindenki figyelmét erre az érdekes módszerre, amely segítség lehet egy olyan ember számára, aki eddig más módszerekkel nem talált megoldást.
A témáról bővebben olvashatunk a következő könyvekben: Bert Hellinger – Felismerni, ami van; Peter Orban – A szeretetből fakadó erő.

Salgáné Kósik Anikó
tanár, kineziológus

Életerő a zenében

Ezzel a címmel került kezembe nem is olyan régen egy érdekes könyv (eredetileg: "The Life Energy in Music"). Az író, John Diamond, amerikai kutató, pszichiáter, orvos, zeneterapeuta, tanár; intézetében a zene fizikai és lelki gyógyhatásait vizsgálja.
Első pillantásra azt gondoltam, ez is biztos csak egy szokványos könyv a helyes és hatékony gyakorlásról, a lámpaláz legyőzéséről, vagy a hatásos, magabiztos fellépésről, ami nélkül egy zenész bizony könnyen koldusbotra juthat. Csalódnom kellett, és még örültem is neki. Mert bár ezekre a kérdésekre is választ találtam, mégis más megvilágításból, mint ahogy azt az ilyen típusú könyvektől megszoktam.John Diamond ugyanis abból indul ki, hogy a zene valami egészen különös adománya az Égnek. A zene hallgatásától az amatőr muzsikáláson át a "szakma" összes nehézségéig mindent visszavezet a zene eredeti rendeltetésére: arra, hogy a zene olyasvalami, amivel nemcsak magunknak, hanem másoknak is javára lehetünk.Örömet okozhatunk, kifejezhetjük szeretetünket és ezzel a hallgatónk testi-lelki egyensúlyát "gyógyíthatjuk".
Elmondja, mennyivel könnyebb lenne és mennyivel több élvezet lenne a gyakorlásban, a "stresszes" fellépésekben, ha a zenész (és ezalatt értem a zenével még csak frissen ismerkedő zeneiskolás gyerekeket, vagy műkedvelő, amatőr zenész felnőtteket is) ezzel a belső hozzáállással és szándékkal menne színpadra, vagy ülne otthon a hangszere mellé. Kísérletekkel igazolja, hogy jótékonyan változik a zenének a publikumra gyakorolt hatása, ha a fellépö muzsikus felhagy a már-már beidegződött félelmekkel: "Mi lesz, ha elrontom? Mi lesz,ha hamisan szól a hegedűm? Mi lesz, ha nem sikerül az a nehéz ütem, vagy elfelejtem, mi is következik azután a bizonyos rész után?"
Ehelyett, és sajátmaga megvalósítása helyett arra összpontosít, hogy közönségének átadja a zeneszerzö hangokba öltöztetett üzenetét,s ezzel maradandó emléket adjon a hallgatóknak. Mihelyest a zenész "stresszmentesen" játszik, ugyanezt a hatást éri el a publikumnál is - az ember fellélegzik, ha érzi, ahogyan a zongorista, vagy a hegedüs átadj a magát a zene lüktetésének, magával sodorva a közönséget is. Ès hogy miért mesélem mindezt el? Nem csak azért, mert zenészként rám nagy hatással voltak ezek a gondolatok - még ha kicsit pátoszosak is.
Ès nyilván nem azért, mert John Diamond volna az elsö,aki a muzsikát ebböl a szempontból vizsgálja. Sokkal inkább azért, hogy bátorítsak mindenkit, aki olvassa ezeket a sorokat, arra, hogy merjen zenélni, zenét tanulni. A zenével ugyanis mindenki hozzáadhat valamit a környezete életéhez, gazdagíthatja azt,akkor is, ha nem professzionálisan játszik. Megéri zenélni, mert aki próbálta, tudja jobb adni, mint kapni.

Kovács Margit

Zenei nevelés az óvodában

Az óvodai nevelés feladata a 3-6 éves gyermekek sokoldalú, harmonikus fejlődésének elősegítése. A zenei nevelés az óvodában csak akkor valósulhat meg hatékonyan, ha figyelembe veszi az általános nevelési elveket, és a zenei feladatokat egyezteti az óvodás korú gyermekek számára kidolgozott oktatási – nevelési elképzelésekkel.
A program a zenei nevelés feladatát úgy határozza meg, hogy az óvónő juttassa a gyermekeket az énekléssel és zenehallgatással élményekhez, keltse fel zenei érdeklődésüket, formálja zenei ízlésüket. Az ének-zenei nevelés kapcsolatban van a többi nevelési feladattal is, de elsősorban az esztétikai nevelés körébe tartozik. A zene nem luxus, a zenei képességek fiatal korban történő fejlesztése nagyon fontos, hiszen a muzikalitás a beszédhez hasonlóan velünk született képesség. Az intenzív zenei nevelés nagy hatású, hiszen nő a kreativitás, gyorsabb az intellektuális fejlődés, és jobb a gyermek szocializációja.

Simon Ágota

Óvodai hírek

2006. december 5-én karácsonyi műsorral leptük meg a Mátrafüredi Idősek Otthonát és a Villa Rosa lakóit. Délután az óvodába látogatott a Mikulás. December 13-án karácsonyi hangversenyt adott az óvodában Kováts Krisztina a tanítványaival. December 19-én volt az óvodai karácsony, amelyhez a fenyőfát az Egererdő Zrt-től kaptuk, amit ezúton is köszönünk.

MEGHÍVÓ

AZ MMÁR HAGYOMÁNNYÁ VÁLÓ JÓTÉKONYSÁGI BÁLUNKAT 2007. FEBRUÁR 17-ÉN TARTJUK A BENEVÁR ÉTTEREMBEN, AMELYRE MINDEN KEDVES ÉRDEKLŐDŐT SZERETETTEL VÁRUNK.

A belépőjegy ára 2.700. forint / fő. Tombola nyereményekhez felajánlásokat szívesen elfogadunk

Tasi Józsefné, vezető óvónő

Beszél az írás

A XI. századi Kínában a személyiség és a kézírás közötti kapcsolat már ismert volt. Ezt az összefüggést Európában csak a XVII. században ismerték fel, 1622-ben jelentette meg a bolognai egyetem orvos professzora *Az ember szokásainak és tulajdonságainak megismerése a leveleiből* című könyvét.
A kézírás pszichológiájára vonatkozó értékes észrevételei voltak Leibnitznek Walter Scottnak és Einsteinnek. Ma már nem szorul bizonyításra, hogy az írás tükrözi írója lelkivilágát, sőt fizikai állapotát is. Az írásvizsgálat lehetőségével a történelmi kutatás már korábban is élt például,hogy egy irat autográf-e vagy másolat, vagy anonim kéziratok esetén írás összehasonlítással próbálta a szerző kilétét megállapítani.
Napjainkban felértékelődött a grafológia, mert ez is egy lehetséges út – a sok közül – az önismeret felé. A konzumgondolkodás, a fogyasztói társadalom értékrendje mintha hiányérzetet teremtett volna, mert egyre többen indulnak el a belső utakon, ahol megismerhetjük rejtett képességeinket és azt is, hogy semmilyen álarc nem védhet meg önmagunktól.

Rostás Gabi

Abasár és Vidéke Takarékszövetkezet - HIRDETMÉNY
Lakossági és vállalkozói bankszámlák akciós kamatai 2006. október 26-tól 2007 február 28-ig.

Fix kamatozású hónapra lekötött betétek:		**EBKM**
1 hóra történő lekötés esetén	7,50%	7,61
2 hóra történő lekötés esetén	7,75%	7,79
3 hóra történő lekötés esetén	8,00%	8,02

P r o g r a m a j á n l ó

Jóga tanfolyam Mátrafüreden kezdőknek és haladóknak egyaránt (20/ 935-1848)
A Bach-terápiáról részletes tájékoztatást kaphatnak: 30-637-20-62
Mátra Művelődési Központ: Natura – nap 2007. februárjában

Impresszum

Felelős kiadó és szerkesztő: ***Rostás Gabi;*** *Tördelő:* ***Zsupán Emil***

A Benei Krónika támogatói: ***Abasár és Vidéke Takarékszövetkezet, Bőgér András, Jurecska Endre, Dr. Mózer Albert, Németh Gyula, Szobóczky Tamas, Varga István***

Megjelenik 340 példányban Mátrafüreden, Mátraházán és Kékestetőn. *Elérhetőség: 30/28-48-176*