

## Borban az igazság, kertben az egészség

**ELŐREBOCSÁTOM:** fontos nemzeti ügyről akarok írni. Persze sokan mosolyognak majd ezen, s anynyiban igazuk van, hogy ezzel, az általam kezdeményezett dologgal nem lehet megváltani a világot, ám az is biztos, hogy ennek a figyelmen kívül hagyásával minden megváltási kísérlet (itt, a vajdasági magyarság körében is) eleve kudarcra lenne ítélve. Hosszú évek óta elégedetlenek vagyunk (mi is) a helyzetünkkel, a jogainkkal, az életlehetőségeinkkel, most talán egy olyan időszak kezdődött, amikor hihetjük, hogy valóban van esélyünk, tehetünk valami hasznosat az itteni magyar közösség megmaradása érdekében. Az esély önmagában még nem elég, a jó szándék, a tenni akarás sem szavatolja eleve a sikert, ha hiányzik a kellő körültekintés.

**KONKRÉTAN:** az egészséges konyhakertről szól ez az írás, annak fontosságáról, azokról a kiváló esélyekről, amiket nyújthat nyomorúságos helyzetünk felszámolásában. Hozzátehetem: ezt, hogy egészséges konyhakert, nem én találtam ki, jelentőségét felismerték világszerte már, s különféle nemzeti meg nemzeti szervezettek segítik az elgondolás sikeres megvalósítását.

Láthatjuk, rettenetesen sok nagy baj van a világon is, a magyaroknál is, s még hatványozottabban itt nálunk, kisebbségi sorsban. Óriási a technikai, technológiai fejlődés, szédületes távolságot, szintkülönbséget figyelhetünk meg apáink gyermekkorára és a gyerekeink vagy az unokáink életmódja között. Beláthatatlan a gazdagság, de ugyanakkor a szegénység, a nyomor is. Ésszel már föl nem fogható, milyen jók az emberiség előtt álló további gyors fejlődés esélyei (atomenergia, elektronika, géntechnológia), de ugyanígy mennyire reális a teljes megsemmisülés veszélye (s nem is csak az atombomba miatt).

Naponta hallhatunk esetekről, melyek bizonyítják, hogy csodákra képes a modern orvostudomány, de tudomásul kell vennünk azt is, hogy vannak betegségek, amelyek ellen a legnagyobb erőfeszítések mellett sem képes megvédeni az emberiséget. Ezek közé tar-

tozik, mindenekelőtt talán, a rák számtalan fajtája. Sajnos, mi magyarok az erre vonatkozó különféle statisztikákban lesújtóan rossz, vagyis vezető helyezést foglalunk el. A rákos megbetegedések, az elhalálozások riasztóan kedvezőtlen számarányai meghúzták már a figyelmeztető vészharangot. S mint szerte a világon, meghatározták az esetleges tennivalókat is.

Gondolom, ha mi itt a megmaradásunk érdekében kifejtett erőfeszítéseinktől eredményeket várunk, akkor a gazdasági, társadalmi helyzetünk javítása, az anyanyelvű oktatás és művelődés fejlesztése mellett nem feledkezhetünk meg a nemzet egészségéről sem. Hogy mennyire egészséges vagy mennyire beteg egy nemzet(i) kisebbség), az döntő mértékben befolyásolja a közösség életének minden vonatkozását. Az öregek szokták mondogatni, hogy fontos az egészség, vagyis hogy öregkorban a többi már van, ahogy van, csak egészség legyen. Régi, nagyon régi eredetű ez a mondas. Manapság a fiatalokra is vonatkoztathatjuk. Sokféle tényező közrejátszik abban, hogy kevés gyermek születik, de az egyik, a biztosan nem elhanyagolható, a fiatalok rossz egészségi állapota, a betegségek, a betegségtől való félelem.

S hogy egészségi állapotuk nagymértékben függ a táplálkozásunk minőségétől, vagyis hogy a nem megfelelő táplálkozás elősegítheti bizonyos súlyos betegségek megjelenését, azt ma már nemcsak az úgynevezett alternatív gyógyítók hirdetik. Az egészségügy világszervezete is kidolgozott egy tízparancsolatszerű ajánlást: eszerint az egészségünk megőrzése érdekében kevesebb zsíros húsfélét kellene fogyasztanunk, helyette viszont több zöldségfélét, főzelékfélét, tehát konyhakerti veteményt és több gyümölcsöt. Manapság a rádió, a televízió, a műholdak korában gyorsan eljuthatnak az emberekhez az ilyen ajánlások, s az ezek szellemében készített műsorok könnyebben megértetik az emberek tömegével, miért kell elfogadniuk a tanácsokat.

Az utóbbi évtizedben jelentősen megnőtt nálunk is a zöldségfélék iránti kereslet, az emberekben kifeje-

zésre jutott az egészséges táplálkozás iránti hajlam. Ez azonban újabb veszélyeket hozott magával. A fokozott kereslet esélyt teremtett a termelés növelésére. Egyre többen foglalkoztak konyhakertészettel, egyre nagyobb területen s mind intenzívebb termelési technológiákat alkalmazva. Az jár jobban, aki többet, szebbet termel, s aki a többit megelőzve elsőként jelenik meg árujával a piacon. Érthető, hogy minden termelő azt szeretné, hogy munkája minél nagyobb hasznot hozzon, hát igyekszik maximálisan kihasználni - ami nagy veszélyt hozott - elsősorban a talajtáplálás és a növényvédelem korszerű eszközeit. Ezt nevezik még vegyszerezésnek. A túlzott műtrágyázás és a vegyszeres permetezés folytán olyan szermaradványok találhatóak a salátában, sárgarépában, paprikában, paradicsomban meg a többi zöldségfélében, amelyek a táplálékkal szervezetünkbe jutva mérgezik azt, s amelyekről kimutatták, hogy rákkeltő hatásúak.

Persze ezeket a vegyszereket nemcsak a konyhakertben alkalmazzák, de a szántóföldi termesztésben és a gyümölcsösökben is elképzelhetetlen ma már a jövedelmező termelés a műtrágyák és a vegyszerek használata nélkül. S általában az a vélemény, hogy a gyorsan szaporodó emberiséget csak a nagy terméshozamokat szavatoló fejlett technológiák segítségével lehet ellátni elegendő élelemmel (ezzel magyarázzák ma már a génmanipulált növények termesztését is). Más szóval: akármilyen mérgező ez a termelésfejlesztő hajsza, megállítani lehetetlen. Még akkor is, ha egyre világosabb: az emberi szervezetet nemcsak a szermaradványoktól fertőzött táplálék mérgezi, de jelentős mértékben károsítja ez a mezőgazdasági technológia a talajt, a vizet és a levegőt is, s ez a környezetszennyezés (a többi más hasonlóval együtt) ugyancsak az egészségünkre káros tényezők (amúgy is vészesen nagy) számát szaporítja. A vegyszermentes mezőgazdasági termelés, pontosabban: „az ellenőrzött ökológiai gazdálkodás” - mert erre kell törekednünk - tehát több vonatkozásban is az egészséges életet szolgálja. S nem is csak a miénket. De a jövő generációkéét is. Ez az egyik alapköve a biokertészkedők, biogazdálkodók filozófiájának: megőrizni a természeti erőforrásokat, a talajt, a vizet, a levegőt a következő nemzedékeknek.

A legújabb adatok szerint a nyugati országokban - nyilván a terméshozó technológiák erőltetett alkalmazása miatt bekövetkezett katasztrófák (kergetmarhakór) hatására - az utóbbi években mintegy húsz százalékkal nőtt a biotermékek forgalma, s a számítások szerint 2005-re 10 százalékos lesz a piaci

részesedésük. A (majdnem) szomszédos Ausztria bio-nagyhatalomnak számít. Noha 1991 végén még csak mintegy 2000 biotermelő volt, most a kétszáz ezret is meghaladja a számuk, s az ösztvetésterület 10 százalékan már olyan gazdálkodást folytatnak, amely harmonizál a természettel, tehát miközben egészséges élelmiszert állítanak elő, nem semmisítik meg, de kímélik a természeti értékeket. A környezetszennyezés elképesztő méreteket Ölt, következményei végzetesek lehetnek (ibolyántúli sugárzás), éppen ezért az embernek cselekednie kell, ha felelősséget érez saját sorsa iránt. Világszerte terjed a biogazdálkodók mozgalma, gyarapodik az egészséges élelmiszert igénylők és fogyasztók tábora. Különféle civil szervezetek, gazdasági társulások és állami hivatalok szerveznek tanfolyamokat az új termesztési mód elsajátítóinak és persze a fogyasztóknak is. Nemcsak a termesztése, de az egészséges élelmiszer konyhai elkészítése is új ismereteket követel. Hosszú éveken át kialakult szokásokat kellene nagyon rövid idő alatt megváltoztatni. De manapság felbecsülhetetlenül nagy segítséget jelenthetnek ebben a felvilágosító munkában az újságok, a rádió és a tévé.

Nálunk is szaporodnak az újféle élelmiszertermesztés és - fogyasztás hívei, vannak szervezett próbálkozások a biogazdálkodás népszerűsítésére, az egyes eljárásoknak a hazai körülmények között való alkalmazására, megjelentek a boltokban, a piacon a hazai bioélelmiszerek, s tudunk egyénekről, akik saját kertjükből biomódszerrel előállított egészséges főzelékfélével, salátával, gyümölcscsel látják el családjukat. Tehát nemcsak beszélünk már róla, a kételkedők saját szemükkel nézhetik meg, s meg is kóstolhatják a mérgek nélkül előállított táplálékot. Kétségtelen azonban, hogy még nagyon kis mértékben alkalmaznak biomódszert a szántóföldi zöldségfélék termesztésében, s ugyanígy elenyészően kicsi még falvainkban az egészséges konyhakertek száma. Érdeklődés ugyan lenne, az emberek kérdezősködnek, de nem tudják elhinni, hogy vegyszerezés nélkül is egészséges, szép terményeket szedhetnek a kertben. A kételyeiket, a bizalmatlanságot a szemléltető példák tudnák eloszlatni. S mert komoly akadályát nem látom, azért gondolom, hogy indulásként minden faluban létesíteni kellene egy biokertet, akit érdekel, ott a helyszínen maga győződhet meg róla, milyen az egészséges konyhakert. S talán nemcsak a rossz példa ragadós. Ha Ausztria tíz év alatt bio-nagyhatalom lett, hogy megcsináljuk ezt a csodát, nekünk erre jobb esélyünk van. De nemcsak az

esélyünk jobb, a szükségünk is nagyobb. Az egészséges élet számára nincs más alternatíva.

Ezért kezdődött úgy ez az írás, hogy fontos nemzeti ügyről akarok írni. A vajdasági magyarság nagy része nem nagyvárosi felhőkarcolóknak, hanem kertes házban él, s mert egyelőre a saját konyhakert kínálja a legjobb esélyt az egészséges táplálék megtermesztéséhez, nagy felelőtlenség lenne, ha azok, akik irányítják, befolyásolják egy nemzeti közösség életét, nem tennének meg mindent az egészséges konyhakertért mozgalom megszervezése, beindítása érdekében.

Olvasok egy jelentést az itteni népművelési munkáról (1941-1942), a hároméves tanfolyam terve

részletezi a szükséges gazdasági ismereteket is. A szántóföldi növénytermesztés mellett megtaláljuk itt a konyhakertészeti (a bolgárrendszerű kertművelés), a gyümölcsfa kertészeti és szőlészeti témákat. A nők számára tervezett tanfolyam gazdasági témái között ugyancsak első helyre került a konyhakert. De noha nem most volt már, emlékszem rá, hogy ötven évvel ezelőtt, a lázas pályaválasztás korában olvastam Somogyi I.: Kertmagyarország felé című könyvét, amelynek az anyaga, akár az említett tanfolyamoké is, nyilván jócskán elavult, mégis talán érzékeltetheti azt az igényt, aminek a fontosságára itt is fel szerettem volna hívni a figyelmet.

