



# Egy életed van

*Hányattatásaim* címmel ismét új Gyarmati könyvvel jelentkezik a Saxum Kiadó. Rövid idő alatt ez a hatodik könyve Gyarmati Andreának, ami azt mutatja, hogy a kiadó bízik a szerzőben, ő pedig jókedvvel forgatja a tollat. Hogy honnan datálódik a kiadó kapcsolata a szerzővel, arról Pataki Istvánné kérdezi Jenei Tamást, a kiadó vezetőjét.

A kiadó a korábbi években könyvsorozatban: *Kérdések és válaszok* címmel reagált az interneten feltett szülői kérdésekre Ranschburg Jenő tanácsaival. A Tanár úr halála után megkerestük Gyarmati Andrea gyermekorvost, hogy folytassa a sorozatot, aki ezt szívesen felvállalta. Első két könyve a szülőknek adott válaszokat tartalmazta az evésről és a betegségekről, majd sorra kerültek a gyermekorvos tanácsai és más történetek a szerző életéből. A napokban kerül a boltokba Andrea hatodik könyve.

*Hangvételében és a könyv mondanivalójában mintha eltérne a korábbiaktól?*

Valóban. A korábbiak a gyermekekről és Andrea életének történeteiről íródtak, ez a könyv pedig saját problémáiról, az étkezési anomáliákról és a megoldási lehetőségekről szól. Arról, hogyan küzdjük le evészavaros függőségünket: hogyan segítsünk magunkon és mutassunk példát és mintát azoknak, akik ugyanebben a cipőben járnak. A könyv nem magamutogatás, inkább komoly kapaszkodó lehet az olvasó számára: azt fogalmazza meg,

hogy olyanokkal is megessenek rossz dolgok, akik ismert, híres emberek, akiknek megbicsaklik az élete.

*Hosszú évek óta sok könyv megjelent a bulimiáról és az anorexiáról. miben különbözik ez a korábbiaktól?*

Mindenekelőtt a személyes hangvétele miatt. A szerző hangsúlyozza, nem celebtörténetet olvasunk az evészavaros Gyarmati Andreától: fájdalmas az út a betegségtől a kilábalásig. Pszichológus segítőjével, Csernus Imrével, furcsa és mulatságos jelenetek után végül jó barátságba kerültek. Csernus javasolta az Alapítványt és a csoportos terápiát, ahol találkozott drogosokkal, alkoholfüggőkkel, bulimiásokkal, megismerkedett történeteikkel, így tudott szembe nézni saját evészavarával, hogy megtalálja az okot, amely a betegségéhez vezetett.

*Korábbi könyveiből úgy tűnik, hogy ezt gyerekkori élményeiből vezette le?*

Igen, családi történeteket említ, de általános tapasztalatokra is hivatkozik. Statisztikai adatok szerint nő a túlsúlyos gyerekek száma, a lakosság 50%-a pedig túlsúlyos. Igen nehéz kikerülni ebből, amikor rendellenes étkezési szokás uralja a mindennapjaidat, negatív hatással van egész életedre. Tanulmányokat említ, amely szerint a gyermekorból eredtetően a bulimia és az anorexia olyan fiataloknál jelentkezik, akik úgy érzik, nincs beleszólásuk saját életükbe. Ezzel neki is

szembe kellett néznie: az olimpiai bajnok apa és anya nem tudtak belenyugodni az olimpiai „csak” ezüstérembe.

*Andreának komoly törést jelentett életében szülei válása, erről korábbi könyveiben is olvashattunk.*

Ebben a könyvben is sok részletet megoszt velünk édesanyja, Székely Éva életéről, a tehetséges úszóról, akit származása miatt kirekesztettek, majd 1952-ben olimpiai bajnokságot nyert, és végül ő lett Andrea edzője is. Felteszi a kérdést, szabad-e kitergetni a családi történeteket, végül a közreadásuk mellett dönt, mert azok másnak is tanácsot adhatnak problémáik felismerésében és feldolgozásában.

*Mennyiben ad új fogódzókat a Hányattatásaim az evészavar kialakulásának felismeréséhez és a gyógyuláshoz?*

A könyv az elhatározás utáni utat részletesen ismerteti, de a visszaesés, kudarc fázisait is. Meg kell találni az evészavar okát korábbi életünkben. Ha belenéz a múltba, láthatod, mit hibáztál – véli a szerző, és a gyógyuláshoz vezető utat következetesen végig kell járni. Reméljük, hogy ez az okos, őszinte könyv sok olvasónak kapaszkodót, segítséget nyújt, emellett olvasmányos, kellemes stílusával szórakoztat is.

A könyv bemutatója a Budapesti Nemzetközi Könyvfesztiválon **2017. április 22-én**, szombaton **17 órakor** lesz a Millenárison, a Márai teremben. A szerzővel Endrei Judit beszélget.