



SZÜLŐI KÖR-KÉP

SZENT MIHÁLY ÜNNEPE

A ÓBUDAI WALDORF ISKOLA LAPJA,
2022.SZEPTEMBER - 2. SZ.

TARTALOMJEGYZÉK

—

01 - 03

"Mihály erőgyűjtésre szólít minket"

Szombauer István gondolatai a Mihály ünnephez

05

Jelenések könyve

07 - 17

Interjú dr. Antal Péter iskolaorvossal

19

Kérdőív az iskolaújság témáihoz



Nekünk kell önmagunkban megtalálni a melegséget, a belső fényt.

Vége a nyárnak, szeptember 29-én a nap 12 órát van az égen – ez az őszi napéjegyenlőség napja. Pillanatnyi az egyensúly, a nappalok 2-3 perccel rövidülnek naponta, az éjszakai órák száma pedig nő. A fény visszahúzódik, a sötétség előretör.

Ennek nemcsak fizikai, de lelki, szellemi tartalma is van. A nyelvünk ezt igen árnyaltan fejezi ki:

“Szeretem, mint a szemem fényét.”

“Többet ér egy nap, mint száz holdvilág.”

“Sötét gondolata támadt.”

“Sötéten nézett rá.”

“Az okosság sötétben is világít.”

“Másnak világít, míg maga sötétben ül.”



Jelenések könyve (12. fejezet)

"Az égen nagy jel tűnt fel: egy asszony, öltözete a Nap, lába alatt a Hold, fején tizenkét csillagból korona. Áldott állapotban volt, gyötrelmében és szülési fájdalmában kiáltozott.

Most egy másik jel tűnt fel az égen: egy nagy vörös sárkány, hét feje volt és tíz szarva, s mindegyik fején korona. Farkával lesöpörte az ég csillagainak egyharmadát, és a földre szórta.

Ekkor a sárkány odaállt a szülő asszony elé, hogy mihelyt megszül, elnyelje gyermekét. Fiút szült, fiúgyermeket, aki majd vaspálcával kormányozza mind a nemzeteket.

Gyermekét elragadták Istenhez és az ő trónjához. Az asszony a pusztába menekült, ahol az Isten helyet készített számára, hogy ott éljen ezerkétszázhatvan napig. Ezután nagy harc támadt a mennyben.

Mihály és angyalai megtámadták a sárkányt. A sárkány és angyalai védekeztek, de nem tudtak ellenállni, s nem maradt számukra hely a mennyben. Levetették a nagy sárkányt, az ősi kígyót, aki maga az ördög, a sátán, aki tévútra vezeti az egész világot.

A földre vetették, s vele együtt letaszították angyalait is."

Interjú dr. Antal Péter iskolaorvossal

Dr. Antal Péter egy évvel ezelőtt csatlakozott az Óbudai Waldorf óvodából, kisfia nálunk kezdte meg iskolás éveit.

Péter - dr. Szőke Henrikkal együtt - iskolánk orvosa, családorvos és antropozófus orvos.

Az interjú tavaly készült, olvassátok szeretettel.

Mikor tudta, hogy orvos szeretne lenni?

Viszonylag korán kellett dönteni, ami azért ütközött nehézségbe, mert szinte minden érdekelt, és bárminek el tudtam magam képzelni. A nagy kérdés akkor az volt, hogy vajon mi adja majd ténylegesen azt az örömet (boldogságot?), amit akkor láttam magam előtt magamról. (Gyerekként akkor még nem tudtam, hogy az öröm/boldogság nem kívülről jön :D)

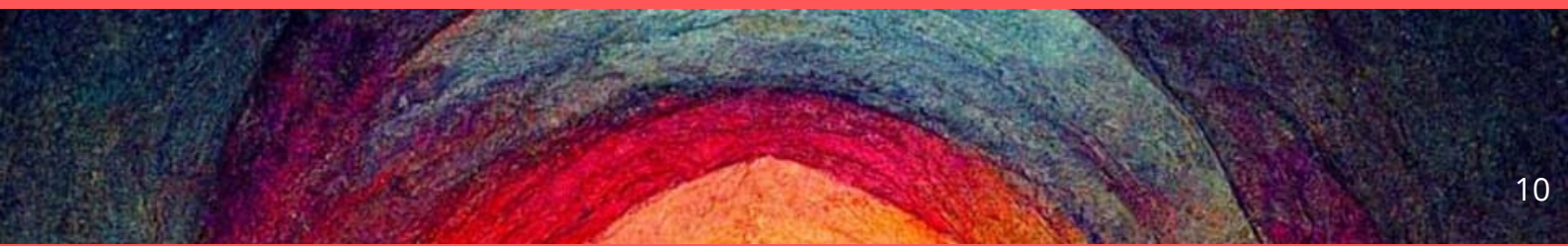
Orvos családban nőttem fel, néhai Nagyapám Szegeddel azóta összenőtt faluban, Szőregen volt házi orvos, Édesanyám pedig a Szegedi Tudományegyetemen szemész és gyermekszemész. Annak idején ahhoz, hogy a felvételi jól sikerüljön, gimnázium 3. osztály végére döntés kellett születessen a továbbtanulást illetően, hogy a felkészülést meg lehessen kezdeni. Tekintettel arra, hogy az angol nyelv volt a kiemelt tantárgy az osztályomban, fizikából és biológiából külön kellett készülnöm.

Hogy választotta, hogy családorvos szeretne lenni?

Ez az évek hosszú sora alatt alakult így. Valójában nem akartam specializálódni. Olyan „igazi” általános orvos szerettem volna lenni-maradni, aki az emberrel foglalkozik úgy egészében, és akihez mindenféle testi-lelki panasszal lehet fordulni. Eredetileg Szegedről mint leendő szemészrezidens kerültem Budapestre. Rögtön a szakképzést a János Kórház Központi Intenzív osztályán kezdtem, ahová az ottani főnököm unszolására és hívására átjelentkeztem, és így lettem szemészrezidensből aneszteziológus és intenzív terápiás rezidens. Ezt két évig bírtam. Nem találtam olyan kollégát akkor, akit szívesen követtem volna. Ma is azt gondolom, hogy amikor egy ember mellé, kimondva vagy kimondatlanul, odaszegődünk tanulni – akár felnőtt fejjel is –, akkor nemcsak szakmát tanulunk, hanem az illető lényéből is átragad, átmásolódik sok minden. Mint a szüleink és tanáraink esetében is.

Akkor ezt a személyt, akitől a következő hosszú évtizedeket megalapozhattam volna, nem találtam.

Ezt követően egy magánintézetbe kerültem, a Mantra Intézetbe, ahol kizárólag komplementer módszereket alkalmaztunk a hozzánk forduló pácienseknél. A jelenleg általam használt módszerek és felfogás, emberekhez, egészséghez-betegséghez való hozzáállás nagyon nagy részét itt tanultam meg orvos főnökömtől, mentoromtól, Dr. Földes Lászlótól, aki régen szintén mentőorvos és intenzív orvos volt. Benne láttam meg azt a személyt, akit szakmailag és emberileg is követni tudtam, tudok. A Mantrán dolgoztam közel 5 évig, de a válság miatti, utáni évek úgy hozták, hogy felismertem azt, hogy ha azzal szeretnék foglalkozni és úgy, ahogy azt tanultam és saját belső igényeim diktálják, akkor bizony mégiscsak kell egy szakvizsgát csinálni, és így esett a választás a legátfogóbb, a legkiterjedtebben az egyénnel foglalkozó családorvoslásra.





A „probléma” abból adódott, hogy az orvosi egyetemmel párhuzamosan kezdtem kínai orvoslást, természetgyógyászatot, pszichológiai technikákat tanulni, csupa olyasmit, ami az alternatív vagy komplementer – vagy ma integratívnak nevezett – medicina témakörébe tartozik. Viszonylag korán, a gimnázium végén, az egyetem első éveiben saját betegség hatására egy nagyon jól képzett szakember által ismerkedtem meg Szegeden azzal, hogy a testi tünetek mögött szükséges és kell keresni érzelmi és tudati zavart is. Őt Tézsla Csabának hívják, aki szintén mantrás volt ☺. Mondhatni Ő indított el azon az úton, amin ma is vagyok. Tőle is rengeteg dolgot tanultam, amit a mai napig használok. Az egész orvosi egyetemet ezzel az elképzeléssel kitöltekezve jártam végig. Tanultunk sokat a testről, egy keveset a lélekről és tudatról, de engem folyamatosan az foglalkoztatott, hogy egy adott testi tünethez, testi elváltozáshoz milyen érzelmi és/vagy tudati zavarok köthetőek.

Az Óbudai Waldorfba hogy került?

Az út hasonlóan kalandos ☺ Dr. Szőke Henrik kollégámat is régebb óta ismerem. Őt feleségem révén ismertem meg. Amikor mi Csengével megismerkedtünk, akkor Ő éppen Henrikék második antropozófusorvos- és terapeuta-képzésére járt. Henrikkel évek óta beszélgetünk arról, hogy szeretnék a megtanultakhoz, a meglévő munkáimhoz hozzátenni. Szóba került az iskolaorvosi munka, újabb szakvizsga, PhD, antropozófusorvosi képzés is, amit addig azért nem kezdtem el, mert mindig benne voltam valami más képzésben, és azokat szerettem volna tisztességgel mindig befejezni. Végül évek hosszú várakozása után tavaly el tudtam kezdeni a negyedik antropozófusorvos- és terapeuta-képzést, ami soha nem remélt lendületet adott és olyan távlatokat nyitott, amit el sem tudtam képzelni.

Miket vizsgálják a gyerekeken?

Általános orvosi státuszvizsgálat történik, szűrővizsgálatokkal egybekötve, valamint azoknak az életkorhoz kötött kampányoltásoknak a beadása fizikai vizsgálat után, amit az iskolaorvos köteles beadni. A gyermek fejlődése szempontjából meghatározó az a közeg, amiben él és nevelkedik. Ennek két végpontja van. Az egyik a család, a másik pedig az iskola, az osztály. Ezekben ő hogy érzi, éli meg magát. Összességben saját magával hogy van. Ezeket mind szükséges – lenne – figyelembe venni egy kérdés, panasz, nehézség, probléma felmerülése kapcsán.

Mit tehet a szülő, hogy egészséges maradjon a gyermeke?

Ez egy nagyon összetett kérdés, és nagyon nehéz általános választ adni, mert ez mindig az egyén szintjén dől el, az adott életszakban.

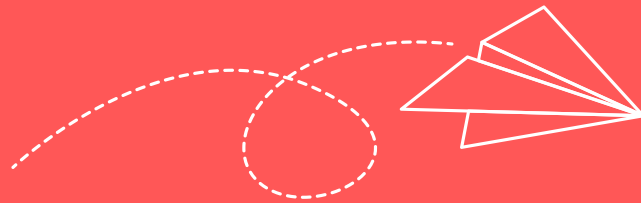
Nagyon sokat lehetne az étrendről akár általánosságban írni, és nagyon nagy indulatokat lehet már csak a témával is generálni. Az étrend és az étrendi tanácsadás olyan, mint a foci. Mindenki ért hozzá – legalábbis sokan azt hiszik. Dióhéjban csak annyit szeretnék megjegyezni, hogy az egyik leginkább örök érvényű mondat: hosszú ideig folytatott egyoldalú táplálkozás hiánybetegséghez vezethet. Az étrend kapcsán nemcsak a „junk food” ételek kerülését érdemes megfontolni – chips, előre csomagolt péksüti, gyorséttermi ételek, az agyonfinomított, agyonkezelt alapanyagokból készült ételek –, hanem a teljesen indokolatlanul, divatirányzat miatt (ilyen-olyan vagy minden) mentes ételek.

Miben kérheti a szülők a tanácsát egy antropozófus orvosnak?

Gyakorlatilag orvosi témakörben, egészség-betegség kapcsán, a gyermek fejlődésével, saját testi-lelki- szellemi panaszokkal kapcsolatban bármiben.



Milyen témáról olvasnál szívesen az iskolaújságban?



Írd meg nekünk:

<https://forms.gle/tHhWLXGUGCmJzkSu7>