

2018

Ára: 299 Ft

**Family**

**KÜLÖNSZÁM**

**Family**  
www.family.hu

# házasság



## Kellemetlen kártevők

– apróságok, amelyek  
szúként rágják szét  
a kapcsolatot

## Házasság 2.0

Mihalec Gábor írása

## Dr. Mészáros Ádám: Nyerhetünk mindketten!

Amit a mediátor-coachtól  
tanulhatunk

## Újrakezdés – kegyelemből

„Ide bármikor  
haza lehet jönni”

Találkozás a házasság hete idei arcaival,  
Zámbori Somával és dr. Fazekas Ritával

  
harmat

# „Ide bármikor haza lehet jönni”

## Találkozás a házasság hete idei arcaival, Zámbori Somával és dr. Fazekas Ritával

Huszonkét évvel a hátuk mögött pontosan tudják, mit jelent indulás előtt összekapni a kocsikulcsot vagy kivárni, míg végre megcsörren a vezetékes telefon. Az egyik rájött, hogy érdemes reggel randizni, a másik pedig megtanulta elengedni a társát, ha az épp csöndre vágyik. Rita egy biztonságos kikötő, Soma pedig inkább egy cirkáló, mely a móló vonzaskörzetében körözik. Lehet velük azonosulni, és lehet tőlük tanulni – például hogy miért jó, ha éjszakára is égve marad a villany... Ismerjék meg a házasság hete idei arcait: *dr. Fazekas Rita* médiatört és *Zámbori Soma* színművészt!

**Amikor először beszéltünk telefonon, Soma éppen Afrikában volt, a második alkalommal pedig alighogy hazaért, máris útra készülődtek. Mindig ilyen örült tempóban éltek?**

Z. S.: A házasság hete idei jelmondata, az „Éltető sodrásban” nem csupán egy szlogen, nekem ez valóban lételemem. Az én huszonnégy órámba negyven is belefér. Nem mondom, hogy tökéletesen, de tudok egyszerre többfelé figyelni, például amikor az egyik gyerek vacsorát kér, a másiknak pedig pont akkor jut eszébe, hogy „apa, gyere, játssz velem!”. Meglehet, hogy én gerjesztem a feszültséget, de a csendet is. Időben észreveszem magamon a jeleket, amikor kezdek besokallni, és akkor szándékosan „lekapcsolom” magam. Olyankor elmegyek vitorlázni, vagy megmászom a nagyfiammal az Atlasz hegységet.

**Rita, te partner vagy ebben a kettősségben?**

F. R.: Igyekszem Somát magam elé helyezni, mert tudom, hogy ő a szabadság embere, és nem szeretném őt eléggé, ha visszatartanám. Egy ideig én is bírom ezt a tempót, sőt szeretem, hiszen nálunk emiatt ritkán vannak szürke hétköznapiak, de azután eljön egy pont, amikor szólok, hogy elég, ez most már sok, és akkor magamhoz húzom Somát, hogy álljunk meg egy picit.

Z. S.: Ritus nagyon bölcs, úgy tudja elérni, amit akar, mint egy királynő, hogy azt higgyem: azok az én saját gondolataim.

### Mint hajótöröttnek a sziget

**Lassan huszonkét éve ismeritek egymást, igaz?**

Z. S.: Az '56-os forradalom negyvenedik évfordulójára egy nagyszabású versmondó versenyt rendeztek, ahol Ritus az akkori barátjával szervező volt, én pedig végzős gimnazistaként versenyzőnek jelentkeztem.

F. R.: Hát, én ott rögtön kiszúrtam magamnak Somát! Emlékszem, első éjszaka hajnalig beszélgettünk, azután másnap gondoltam, kinézek az egyik helyszínre, és pont abba a budakeszi gimnáziumba mentem, ahol Soma is szerepelt. Nem csodálkoztam, hogy azt a döntőt megnyerte! Én még senkit nem láttam így szavalni, mintha a saját gondolatait mondta volna el. Ott álltam a díszteremben, és tiszta libabőr lettem.

Mivel én mindig hű voltam ahhoz, akivel épp jártam, kezdtem rosszul érezni magam. Mégis csalódott voltam, egyszerűen nem értettem, miért nem kéri el a számomat, hiszen egy nő megérzi, ha tetszik egy férfinak.

Z. S.: Ritus olyan tisztának tűnt, én meg finoman szólva nem éltem erkölcsös életet. Nem beszélve arról, hogy nem is volt szabad préda.

F. R.: Azután egy év múlva csak azért jelentkeztem újra szervezőnek, hátha megint Somába botlok. Össze is futottunk, mégsem kérte el a számom, pedig akkor már semmi akadálya nem lett volna a folytatásnak.

Z. S.: Azt hittem, Ritus még mindig együtt van azzal a fiúval, és én sem voltam egyedül.

**Azért csak eljött az a pillanat, amikor elkérte a számod...**

F. R.: Gondolatban le is zártam, hogy akkor ennyi volt az egész, ehhez képest fél évre rá, '98 februárjában a 4-es villamoson megbotlottam Soma lábában.

Z. S.: Én úgy emlékszem, hogy Ritus belém rúgott. Mindenestre megörültünk egymásnak, aztán gyorsan meg is kérdeztem, hogy van a barátja.

”

Nemcsak a másikat szereted, hanem azt is, ahogy ő szeret téged, amitől aztán egyre inkább azzá válsz, akivé mindig is vágytál lenni.

F. R.: Ez fontos kérdés volt...

Z. S.: ...merthogy én azért sem léptem addig.

F. R.: Erre én megvontam a vállam, hogy biztos jól, és akkor Somának felcsillant a szeme, de úgy, hogy teljesen belepirultam. S akkor végre elkérte a vezetékes telefonszámomat, és harmadnap felhívott, ám az első randi elég nehezen jött össze. Soma anynyit próbált a színművészeti főiskolán, hogy egyetlen szabad napot tudott csak mondani.

Z. S.: Sosem felejttem el, mikor Ritus felcsapta a határidőnaplóját, és közölte, hogy akkor találkozunk vasárnap reggel hétkor a Moszkva téren, az óra alatt. Nem akartam elhinni! Aztán, amikor aznap megláttam őt – abszolút randiképesen: pufikabátban, kutyasétáltatás közben –, hiába álltam ott öszszefagyva, tudtam, hogy ez a „Michelin baba” lesz a feleségem.

**Honnan tudtad, hogy ez most valami más, ha akkoriban nagykanállal faltad az életet?**

Z. S.: Hát, a többiekhez képest inkább villával. Addigra én már mindentől megcsömöröltem. Ritus óriási kontraszt volt, olyan, mint a hajótöröttnek egy sziget. Már annyira hiányzott, hogy nyugvópontra jusson az életem, hogy az olyan apróságok, mint egy teli hűtő vagy a Ritussal megélt érzelmi biztonság újabb életcélt adott számomra. Biztos ismered az érzést, amikor nemcsak a másikat szereted, hanem azt is, ahogy ő szeret téged, amitől aztán egyre inkább azzá válsz, akivé mindig is vágytál lenni. Annyira jó volt a közelében lenni, hogy amikor még nem aludhattam náluk, akkor felvertem a sátram a házuk mellett a Normafán.

**Akkor minden értelemben lehorgonyoztál.**

Z. S.: Ez az a fajta biztonság, amelyben az ember mer bátor döntéseket hozni. Sokáig vacilláltam, hogy ott hagyjam-e a színművészetit, hiszen én eredetileg sportoló szerettem volna lenni, számomra a főiskola csupán egy B terv volt – igaz, bejött. Aztán *Benedek Miklós* tanár úr, akinek a fia épp arra az olimpiára készült, amelyikre én egy »





» sérülés miatt nem jutottam ki, utánam nyúlt, segítő jobbot nyújtott, és egy év gondolkodási időt adott.

Miután '99-ben megkértem Ritus kezét, sokan legyintettek, hogy a színészi hivatást lehetetlen a családdal összeegyeztetni, én mégis visszamentem a főiskolára. Elvégre én eredetileg öttusázó voltam, s ha nekem azt mondta az edző, hogy fussak öt kört, akkor én hét körig meg sem álltam. Azt mondtam magamnak: nincs többé a régi Soma, szembefordulok azzal, aki voltam. Visszamegyek a színművészetire – ám most már Istennel együtt, és nem hagyom abba, míg végig nem csinálom.

## Kettős pálfordulás

**A keleti vallások színkavalkádja után mi vonzott beneteket a jóval puritánabb kereszténység felé?**

Z. S.: A Krisna-hittől a New Age mozgalomig millió helyen kerestem a megnyugvást, mire rájöttem, mi hiányzik az életemből. Valahányszor feltettem egy kérdést, jött utána egy másik, és nem tudtam elcsendesedni. Úgy éreztem, a békeség nem tud gyökeret verni bennem. Folyton külső dolgokban kerestem az igazságot, nem mélyen a szívemben. Egészen addig, míg Ritus szülei meg nem hívtak bennünket a Biblia Szól Gyülekezetbe.

F. R.: Mivel csukva volt a szemünk, azt sem tudtuk, hogy ezen az alkalmon mindketten elmondtuk a megtérők imáját. Utólag derült ki, hogy Soma pontosan ugyanúgy élte meg, mint én, hogy a pásztor egyes szám első személyben hozzám beszél. Aznap együtt sírtunk, és együtt jutottunk hitre.

Z. S.: Ott szembesültünk a kegyelem gondolatával. Persze az már az ember saját döntése, hogy megteszi-e azt a lépést Jézus felé. Mi megtettük, és attól kezdve elmúltak a kérdések, és olyan megnyugvás költözött a szívünkbe, hogy azt nem lehet másra fogni, csak a Szentlélekre.

**A kapcsolatokban is volt egy pálfordulás. Milyen lép-**

**csőfokok vezettek odáig, hogy Soma végül hátat fordított a színpadnak?**

F. R.: Úgy nyolc éve történt, én épp két kicsi gyerekkel otthon voltam, míg Soma havi harmincszor játszott színpadon. Vallotta, hogy a család az első az életében, miközben alig volt otthon. És egy nap eljött az ideje, hogy tükröt tartsak elé.

Z. S.: Miután hetekig magába fojtotta az érzéseit, Ritus egy éjjel elem állt, de addigra már elfogyott minden könnye. Hajnali kettőkor állítottam haza, ő pedig az előszobában várt, és bemutatkozott: „Én vagyok Fazekas Rita, a feleséged. Nem a *negyed-* vagy az *ötöd-séged*, hanem a *fele-séged*. Nem kérek többet, de kevesebbel sem érem be.”

Tudtam, miről beszél. Az első fiunk, *Doma* délután született, és én aznap még visszamentem a színházba játszani. Miután elment a darab, spuri vissza a kórházba. Hol az feszített, hogy ha nem pörgetem eléggé a karrierem, akkor nem tudom eltartani a családot, hol meg attól szenvedtem, hogy nincsenek velem. Aztán egyszer, amikor a Gyulai Várszínházban két felvonás között épp esti mesét mondtam az egyik gyerekünknek, Ritus meg otthon maradt a másikkal, akkor hirtelen rám szakadt, hogy az egység, amelyre alapozni szeretnénk az életünket, megbomlani látszik.

Persze attól még, hogy időben felismered, hogy rossz úton jársz, a tükörbe nézés ugyanolyan fájdalmas élmény. Bár hűz a szíved a jó felé, minden az ellen dolgozik, hogy irányt válts. Mert az addig felépített dolgok ellen kell menni. Hiába húzod be a kéziféket, az autó nem áll meg egy csapásra, van egy fékútja is. Szerencsés egybeesés volt, hogy Ritus akkortájt ment vissza dolgozni, én pedig elmentem a szinkronizálás irányába, ami azért kevesebb kötöttséggel jár.

## Az ajtó mindig nyitva áll

**Rita, jogi egyetemet végeztél, és mediátorként dolgozol. Egy helyen úgy fogalmaztál, hogy a jó mediátor tu-**

## **lajdonképpen nem pártatlan, hanem mindkét fél pártján áll. Te magad tudsz ennyire józan lenni, amikor otthon áll a bál?**

F. R.: Számomra a mediáció ma már nem pusztán konfliktuskezelési módszer vagy technika, inkább életszemlélet. Például ha látom, hogy Somának vagy valamelyik gyermekünknek rosszul áll a szénája, akkor nem azzal kezdem, hogy számon kérem, különben legközelebb nem nekem fogja elmondani, mi bántja. Már nem kezdek el hegyi beszédet tartani, hanem inkább befogom a szöveget, hiszen tudom: csak arra vár, hogy valaki meghallgassa.

Somát is próbálom arra sarkallni, hogy beszéljünk énközlésekben, mert akkor nem sértjük meg egymást. Ne azt mondogassuk, hogy a másik mit vétett ellenünk, hanem a bennünk megfogalmazódó érzéseket fogalmazzuk meg. Hazaérve a fejéhez vághatom, hogy „hát, szép kis fogadtatás!”, de mennyivel jobban hangzik, ha azt mondom: „Rosszulesett, hogy így fogadtatok. Olyan jólesne, ha mindenki elém rohana, amikor hazaérek, és a nyakamba ugrana, hogy de jó, anya megérkezett!”

## **Vannak párok, akik vallják, hogy veszekedni szigorúan csak zárt ajtók mögött szabad, mások szerint nem árt a gyerekeknek, ha látja, hogyan kell konfliktust rendezni. Ti melyik álláspontot képviselitek?**

F. R.: Ha nevelési elvek miatt van nézeteltérés köztünk – bár nem jellemző –, azt igyekszünk négy szemközt megbeszélni. Nálunk tipikusan akkor éleződik ki a helyzet, amikor az a bizonyos időfaktor kettyeg. Indulni kéne, késésben vagyunk, Soma meg nem találja a kocsikulcsot, és persze rajtam keresi. Na, akkor aztán kitör a balhé. S mivel mindketten szenvedélyesek vagyunk, a kapkodásban el sem jutunk a másik szobáig, de nem gondolom, hogy mindent hermetikusan el kellene zárni a gyerekek elől. Az sem feltétlenül jó, ha csak a szépet látják. Mi egy-egy összetűzés után elmondjuk nekik, hogy anya és apa valójában nem úgy gondolják, csak elragadták őket az indulatok.

Z. S.: Mindketten mediterrán típusok vagyunk, úgyhogy elég vehemensen vitatkozunk. Olyankor én hirtelen kitörök, mint a Stromboli vulkán, majd ugyanolyan hirtelen ki is alszom, és nem értem, miért vannak körülöttem „sebesültek”.

F. R.: Somának könnyen elszáll az agya, és akkor olyat mond, amit aztán megbán, de az a zseniális, hogy utána őszintén tud bocsánatot kérni, akár a gyerekektől is. Szerintem ha egy szülő felelősséget vállal a hibáiért, az előremutató. Nem baj, ha már gyerekként szembesülnek vele, hogy nincs tökéletes ember.

Egyébként van nálunk egy szertartás, az úgynevezett „esti sutyorgás”. Ha a gyerekek kérnek, akkor bebújok melléjük az ágyba, és ott bármi olyan téma terítékre kerülhet, amit a vacsoraasztalnál esetleg nem mernek felhozni.

## **A Névtelen Utak Alapítvány önkénteseiként gyakran beszéltek fiatalokkal olyan kényes témákról, mint például a pornó. A saját fiaitoknak milyen fogódzókat adtok, hogy ne a világban keressenek válaszokat?**

Z. S.: Igyekszünk inkább bizalmat építeni, mint kontrollt gyakorolni. Nem az a cél, hogy mindig minden lépésüket lessük.

Nem kell mindig tudnunk, merre járnak, elég azt tudni, hogy hol nincsenek biztosan.

Doma most éli a kamaszkort, úgyhogy igyekszünk nem ajtókulcsot rontani a házba, inkább finom ráutaló jelzéseket tenni. Ha úgy látjuk, kíváncsi valamire, és kérdez, akkor megpróbálunk a válaszokkal egészen addig elmenni, amíg érdekli. Törekszünk a szerelem azon részét propagálni, amely az igazi érzések megéléséről szól, ne hogy idejekorán nyitott legyen valamire, ami hamis. Ha netán mégis kíváncsi lenne, akkor sem mondjuk majd, hogy ne nézz pornót, hiszen amit tiltanak, az még édeesebb. Mint ahogy azt sem állítjuk, hogy az internet az ördög műve. Inkább elbeszélgetünk vele arról, hogy mi visz rá embereket, hogy titkos élvezetet keressenek, anonimitás mögé bújva.

F. R.: Én hiszek abban, hogy ha férj és feleség biztonságos otthont tud teremteni, és folyamatosan élő kapcsolatban vannak a gyerekeikkel, akkor nem fognak a szexuális függőségek irányába vonzódni: egész egyszerűen nem lesz rá igényük, mert teljesen mást látnak otthon, egy valós érzelmekre épülő kapcsolatot. Hogy *Vekerdyt* idézzem: „Nevelés nincs, csak hiteles együttélés.”

Egyszer valahol olvastam egy gondolatot, amely mélyen szíven ütött: ha eljönne a kamaszos kicsapongás ideje, szülőként nincs más dolgunk, csak hogy égve hagyjuk a villanyt – a gyerekeink majd hazatalálnak.

## **Sok házasság meg sem éri a tizennyolcadik évfordulót. Ti idén lesztek „nagykorúak”. Ha én most tanácsért fordulnék hozzátok, mit mondanátok, mi a titka a kapcsolatotoknak?**

F. R.: Mindannyian sodrásban vagyunk, egyénileg és közösen is halad valamerre a hajónk, amelyet rengeteg hatás ér a világban. De ha én tényleg őszintén kíváncsi vagyok a másikra – nem arra, hogy hányra megy a gyerekért, hanem hogy lelkiileg, érzelmileg hol tart –, akkor fontosnak, értékesnek érzi magát, és nem keres majd más karjában kielégülést.

Hullámvölgyek nálunk is voltak, mindig is lesznek, de mára már tudatosan odafigyelünk arra, hogy ezek rövid ideig tartanak. Volt idő, mikor Soma alig volt otthon, és ha máshogy nem tudtam vele megosztani, mi van bennem, leírtam neki levélben, és belesúsztatam a határidőnaplójába, mert tudtam, hogy azt nap mint nap úgyis kinyitja.

Z. S.: Azt gondolom, hogy a párkapcsolatok elejét körülöngő rózsaszín ködöt igenis racionális döntésekkel kell visszahozni a hétköznapokba. Hányszor hallom, hogy „kihúlt a kapcsolatunk”! Igen, kihúlt, de azért, mert már nem vagy rá kíváncsi, hogyan éli meg a másik az adott pillanatot a szülői értekezleten, a munkahelyi intrikák közepette vagy a hálószobában.

Ebben a szédült tempóban könnyű elsodródni egymás mellől, épp ezért, ha kell, mi inkább ébren maradunk még egy órát, de úgy nem fekszünk le, hogy meg ne kérdezzük egymástól, mi történt ma veled, hogy élted meg a mai napot. Ahogy említettük, van otthon egy mondanánk, amely ránk is vonatkozik, nemcsak a gyerekekre: „Nálunk mindig ég a villany.” Ide bár mikor haza lehet jönni. Bármi történt is, bárhogya vagy is, az ajtó mindig nyitva áll.

Fekete-Sipos Márta