

1.

MINDENNAPI KENYERÜNK!

– avagy Az leszel, amit megeszel! –

Mottó:

„Hallgatóságod ostobaságát sohasem becsülheted túl. Magyarázd azt, ami nyilvánvaló. A lényegen elég átsiklanod.”

(Ernst Zermelo)

Vetítenek!¹
Elhazudják nekünk a világot!
Meghazudtolják az Életet!

A városi létezésben tobzódó emberiség saját tapasztalás helyett immáron csak és kizárólag a média által megszűrte „valóságot” (igazságot?) hajlandó elfogadni, befogadni és magáévá tenni. Különösen igaz ez a technikai, technológiai „vívmányok” modernnek nevezett világába leszülető újonnan érkezettekre. Ők azok, akik számára elképzelhetetlen, hogy létezett valaha egy olyan világ, amikor ezek az eszközök még nem léteztek. Nem is nagyon tudnak mit kezdeni egy olyan világgal, ahol az emberek idejük túlnyomó részében olyan ósdi, elavult – no és persze környezetszennyező, környezetter-

1 Ugye mindenki számára világos, hogy ezúttal nem csak a mozgóképszínházról van szó?!

helő – módon érintkeztek egymással, mint példának okáért a papír alapú írott közlési forma, a levelezés. Vagy ne adj' isten, szemtől-szembe (Interesönel Trendi Lengvidzs Verzsön²: face to face) közvetlenül érintkeztek egymással, szóbeli közlés, beszélgetés útján. Nem tudják, de talán nem is akarják már elképzelni.

A „vezetékes telefon” mint szóösszetétel, számukra értelmezhetetlen, az pedig, hogy erre az eszközre éveket kellett várni, legalább annyira hihetetlen, ma már a fantasztikum kategóriájába tartozik.

Mindeközben elindultunk, elindítottak bennünket lefelé megalázóba.

Nem is gondolunk rá, de az élet legapróbb, legalapvetőbb, legegyszerűbb dolgainál is tetten érhető ez a műviség, ez a megcsinált mesterkéeltség. A média tömegmanipulációs kommunikációja és a mindent eluraló, az oktatás, a nevelés, a mértékadás helyett mindenütt erőszakosan előtérbe nyomuló, minden mást maga mögé utasító, „csak szórakoztatni akarás” immáron egyre gyakrabban érezteti, és aztán kisvártatva ki is mondatja velünk, hogy ez az egész tulajdonképpen nem igaz(i), nem valódi, sokkal inkább, csinálva vagyton!

„... aki csak önmagában szórakozni akar, csiklandoztassa meg az úszógumiját a csajjával, mert attól óhatatlanul felröhög.”

(Anger Zsolt)

„Az eszme nem felelős azokért, akik hisznek benne.”

(Don Marquis)

„Ha a játszma véget ér, a király és a paraszt is ugyanabba a dobozba megy vissza.”

(Olasz közmondás)

„Minél inkább eltávolodik egy társadalom az igazságtól, annál inkább utálni fogja azokat, akik kimondják azt.”

(George Orwell)

„A kormányok nem akarják azt, hogy a lakosság képes legyen kritikusan gondolkodni. Engedelmes munkásokat akarnak, akik elég okosak ahhoz, hogy a gyártósoron dolgozzanak, azonban épp elég buták ahhoz, hogy passzívan elfogadják azt a helyzetet, amiben vannak.”

(George Carlin)

2 továbbiakban: ITLV

A manapság végletesen és végzetesen túlfetiszizált, parlamentien demokratikus köztársasági létformák anyagba ragasztott tömegembere bérabszol-gaként, munkaerő-haszonállatként (jószág) tengeti nyomorúságos hétköznapjait ebben a lélektelen, embertelen, istentelen és ateista modernítésban, melyet ma hivatalosan szabad-verseny, a nép ajkán viszont sokkal talá-lóbban és pontosabban, csak barbárkapitalizmus néven emlegetünk. Gyer-mekkori emlékeiből – valahonnan az egykori központi bizottságilag ateista államszocializmus egy-párti béketáborának legvidámabbnak kikiáltott ba-rakkjából – még itt van vele a nagyszüleitől tanult imádság, mely talán a világ legismertebb fohásza a Teremtőhöz³, s amely megmutatja számunkra, miért és mennyire vagyunk különlegesek, mi, magyarok⁴. Bizony azok va-gyunk, jócskán ki is lógunk a vásárlók rendezett szövetéből.

Legyen elég csak annyi, hogy mindjárt az imádság legelején, az első sor-ban, letegezzük a Jó Istent:

„Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy...”

Ez a lelkünkről szól.

Két világ polgáraiként – emlékezzünk Márton Áron szavaira –, egyrés-zről „lelkünk gyökérszálai az éghez kötnek” bennünket, míg másrésztől „lá-bunkkal sáros földi utakon botorkálunk”.

A Teremtőhöz fohászkodik az anyagi világ embere is.

„Mindennapi kenyerünket, add meg nekünk ma...”

Ez meg a testnek szól.

És ha már a kenyérnél tartunk! Jó néhány évvel ezelőtt egyszer volt sze-rencsém ellátogatni Abádszalókra a híres neves böllérfesztiválra. Ottan ta-lálkozhat az ember a nagybetűs Élettel⁵. No, meg különböző étkekkel.

Az ismerkedés úgy indult, hogy a gyanútlan látogató betévedt az egyik vadásztársaság vendéglátásra kijelölt területére. A szíves invitálás vaddisz-nópörköltre szólt, a magyar embert pedig nem olyan fából faragták, hogy efféle kihívások láttán megrettenjen. Az asztalra kitett kb. 10–12 kilós házi

3 Az Úr imádsága (Miatyánk)

4 Ne felejtse el, a Föld nevű bolygón valahol minden órában értünk, magyarokért harangoznak!

5 A régiségben a búzát életnek is nevezték.

kenyér már inkább adott okot aggodalomra, de legalábbis sejtetni engedte, hogy itten bizony fel kell kötni a magyar textilt. Mondjuk úgy, erős kontrasztot mutatott azzal a hipermarketekben kenyérként kapható, pékáru címszó alatt megvásárolható valamivel, aminek sajátos ismertetőjele, hogy kilós kiszérése ellenére is két ujjal lazán össze tudod nyomni. Anyag nem nagyon van benne, levegő annál inkább.

Ez természetesen a kenyérnek csupán az anyagi világ felé szóló egyik vetülete, és ebből a kis összehasonlításból is érezzük, hogy itt valami más is hiányzik, de nagyon.

Még hozzá a LÉLEK!

Ahogy mondani szokás: „Ember tervez, Isten végez.”

Egy megvalósult álom.

Egyszer volt egy fiatal férfi, aki fiatal korában a világ egyik legnagyobb írója szeretett volna lenni. Amikor megkérték, hogy mondja el, mit ért „nagy” alatt, azt válaszolta:

- *olyan dolgokat akarok írni, amit az egész világ olvasni fog,*
- *olyat, amire az emberek valódi érzelmekkel reagálnak,*
- *olyat, amelyetől síkítani, sírni, a fájdalomtól és dühtől ordítani fognak!*

Most a Microsoftnal dolgozik, hibaüzeneteket ír.

(Aprócska graffiti történet, amolyan tanulságféleképpen)

Ahogy azt mindjárt látni fogjuk, még az anyagi világ mezsgyéjén lavírozva sem megy a dolog Lélek nélkül. Talán ezért van az, hogy amihez hozzáragasztják az „ipar” szót, azt azonnal átkapcsolják a gombnyomásos tömegtermelésre, és lélektelenné válik az egész.

A dátum 2017. 06. 19. A Kovászlabor blogjáról idézünk.

FALJUK A KAMUKOVÁSZOST

– avagy min kéne változtatni, hogy valóban jó legyen a kenyér?

Három évvel ezelőtt, 43 éves fejjel újra iskolapadba ültem. Mivel érdekelt a kenyérsütés, gondoltam, nem bénázok otthon, hanem elmegyek az iskolába, ott megtanítják, hogy kell csinálni, én meg majd attól kezdve tudom.

A következő párbeszéd ezen ominózus OKJ-s pékképzés egyik első óráján zajlott, miközben az anyagnormákat (értsd: alaprecepteket) körmöltük épp:

„– ... és végül hozzáadunk 0,5-3% adalékanyagot.

– Elnézést, miért kell adalékanyagot adni hozzá?

– Azért, mert rossz a liszt.

– Hát akkor miért nem használnak jó lisztet?

– Mert az drága. Nem fizeti meg a piac.”

Szerencsére a piac tudatosabbik fele már megfizeti. És persze, valóban drágább a kézműves kovászos kenyér, de azt meg is eszi az ember az utolsó morzsáig. Ha kiszámoljuk, hogy családonként mennyi másnapra már ehetetlen pékáru kerül a szemétkébe, akkor sejtésem szerint már nem is olyan nagy a különbség.

Tanárunk még sietve hozzátette azt is, hogy az oké, hogy szép kenyeret sütök otthon kovással, de azért ezt nagy mennyiségben nemigen fogom tudni produkálni, meg se próbáljam, a kovász nagyban nem működik. (Pedig DE!)

(A laikusok kedvéért: a kenyértészta ezekben a receptekben a liszt mennyiségéhez képest 56-61% vizet tartalmaz. Tudni kell, hogy minél jobb minőségű a liszt, annál több vizet vesz fel. A kézműves pékségekben a liszt mennyiségéhez képest 70-90% vagy akár 100% víztartalmú kenyerekkel találkozhatunk. Ebből is látszik, hogy az alapképzés receptjei eleve nagyon gyenge minőségű lisztekre vannak kalibrálva, kell hozzá az adalékanyag, ami feljavitja.)

A képzés keretein belül gyakorlatra mentem egy általam választott kézműves pékségbe. Ugyan nem kovással dolgoztak, de igényes, szép termékeket készítettek. Segítőkések és kedvesek voltak, sokat tanultam tőlük. A vezetőjük képzett pék és cukrász, ám amikor azt kérdeztem, miért élesztővel sütnek, azt mondta, ugyanazt tudja a kovász és az élesztő is. (NEM!)

Amikor véget ért a gyakorlat, fél évre rá megkeresett az egyik ottani pék, hogy tanulni szeretne tőlem. Nevettem. Tőlem? Te? Mit? Kovászo-lást, mondta erre ő. Ahhoz ugyanis én nem értek. Eljött hozzám, sütöttünk együtt, elvitte magával a kovászt és azóta is neveli. Leköltözött vidékre, ott akar kézműves pékséget nyitni.

Azt hiszem, az alapprobléma itt kezdődik. A hazai pékek nem ismerik a hagyományos kenyérfőzés technikáit, mivel ez nem tananyag a pékkép-

zésben. Kovásznak nevezik az élesztővel készült elő-tésztát, holott egy kovászos kenyér nem tartalmaz élesztőt. Kiírják, hogy „kovászos”, a gyanútlan fogyasztó pedig megeszi a marketinges szöveget és boldog lelkiismerettel falja a mesterséges anyagokkal dúsított kamukovászoszt.

Magyarországon nagyon kevés a hagyományos kovászos technikával dolgozó kézműves pékség, talán két kezemen meg tudnám őket számolni. Legtöbbjük nem a hazai pékképzésben szerezte a tudását, hanem Nyugat-Európában, ahol reneszánszát éli a pékeskedés. Aztán hazajöttek, pékséget nyitottak és ma az egyik legnagyobb problémájuk nem a liszt minősége (mert abból van jó itthon!), hanem az, hogy honnan szerezzenek olyan munkaerőt, aki tisztában van a kenyérsütés alapjaival. Ugyanis azt a technikát, amivel ők dolgoznak, a hazai pékiskolák nem tanítják.

Remek törekvés tehát a napokban hatályba lépő szabályozás, talán kicsit kevesebb átverésre ad lehetőséget, hogy például a teljes kiőrlésű kenyér 60% teljes kiőrlésű gabonából kell, készüljön (jogos a kérdés: eddig miből volt?), ám sajnos arról nem szól a fáma, hogy ezt ki, hogyan, milyen gyakorisággal fogja ellenőrizni és milyen szankciók érvényesek a szabályszegőkre.

Nem látok sajnos szabályozást az adalékanyagok használatára sem. Ne csodálkozzunk azon, ha az országban minden második ember gluténérzékeny, hiszen annak érdekében, hogy szép, nagy és puha legyen a pékáru, a pékségek – többek között – hozzáadott sikerrel (gluténnal) dúsítják a tésztát, amit az emberi szervezet alaphelyzetben is nehezen bont le, no, pláne ha még extra adagot is kevernek bele.

Manapság egy átlagos pékségben 2,5-3 óra alatt készül el egy kenyér, élesztővel, adalékanyagokkal. Ennyi idő alatt esély sincs arra, hogy a lisztben végbemenjenek azok a biokémiai folyamatok, amelyek emészthetővé teszik számunkra a gabonát. Egy kovászos pékségben minimum 6, de akár 12, 24 vagy 36 órán keresztül is érnek a kenyerek és a kovászban lévő nagy mennyiségű, széles diverzitású baktériumflóra segítségével a gabona lebontása már a tészta érésekor megindul, így a szervezetünkbe már egy „megdolgozott”, sokkal könnyebben emészthető anyag kerül. Így lehetséges, hogy a kovászos kenyeret fogyasztók között ritka a puffadásos tünet, stabilabb a vércukorszint és a gluténérzékenység is sokkal ritkábban jelentkezik.

Egyszóval a szabályozást szerintem az oktatásnál kellene kezdeni, és azon belül is a hagyományos technológiák ismeretének elsajátításával. Jelentősen korlátozni kéne az adalékanyagok használatát, vagy akár teljesen ki kéne iktatni őket. Ezek azok a pontok ugyanis, amik valóban hatással lennének az egész társadalom egészségére és nem mellesleg jelentősen tehermentesítenék az amúgy is gyengélkedő hazai egészségügyet is.

Ormós Gabriella

Forrás: http://kovaszlabor.blog.hu/2017/06/19/mitol_valtozna_meg_igazabol_a_kenyer?utm_source=bloghu_megosztas&utm_medium=facebook_share&utm_campaign=blhshare

A cikkhez érkezett hozzászólásokból egyet még idepattintanék, megint csak amolyan okulásképpen, hogy a minden hogyan függ össze, a mindennel.

Miklós Gellért: Miért rosszak a lisztek? Mert az elmúlt 50 évben gyakorlatilag megszűnt a szerves trágyázás. Helyette műtrágyázunk, amely katasztrofális hatással van a talajokra. A szerves trágyában nagyságrenddel több tápanyag van. Itt található egy táblázat, mely bemutatja, hogyan tűntek el a tápanyagok a lisztekéből és persze más élelmiszereinkből: www.szike.eu/bioszertar Amúgy valójában minőségi éhezésben élünk, ennek minden következményével...

Üdv.: egy biogazda

Ideje lenne végre az eszmélésnek! Csak úgy mondom. A rend, no meg a mihez tartás végett.

„Jamaicában elfogy az utolsó szál füves cigi is, mire valaki felkiált: Mi ez a szar zene?”
(**Graffiti felirat**)

Vetítenek.

A jól működő eredetit lecserélik valami silány másolatra, ami talán halványan emlékeztet arra, ami valaha bevált és kipróbált volt, de az ember valahogy a zsigereiben érzi, ez csinálva van, ez nem a miénk, ez nem mi vagyunk. Ez sem mi vagyunk! Te sem, én sem, meg úgy általában senki más sem érti, egyáltalán mi szükség volt a cserére, de nemhogy beszélni nem

lehet, nem szabad róla, hiszen be- és meg van tiltva, hanem lassan már gondolkodni sem. Ez a minőségi helyett kétségkívül mennyiségi rendszerként funkcionáló, demokrácia néven futó hibás alapértelmezés nem engedi meg számunkra, hogy kilógjunk a vásárlók rendezett szövetéből. Pedig nekünk, magyaroknak, ez az egyik legalapvetőbb tulajdonságunk. Ezért van az, hogy aranykori népként sehogy sem találjuk a helyünket a kíméletlen Vaskorban, Sáremler korában.

Pedig nagyon is tisztában vagyunk a mihez tartással, legalábbis nem felejtettük el használni a józan paraszti eszünket! A világ dolgaihoz való hozzáállásban mi még mindig nyeresre állunk! Beletúrva a házi archívumba ezt találtam:

7 KIS OKOSKODÁS

1.) Egyszer a falusiak úgy döntöttek, hogy esőért imádkoznak. Másnap összegyűlt az összes ember, de csak egy fiú jött esernyővel. Ez a HIT.

2.) Amikor a levegőbe dobod a kisbabákat, nevetnek, mert tudják, hogy el fogod kapni őket. Ez a BIZALOM.

3.) Minden este, mikor ágyba megyünk, semmi biztosítékunk nincs arra, hogy másnap reggel még életben leszünk, de azért beállítjuk a vekkert, hogy felkeltsen bennünket. Ez a REMÉNY.

4.) Nagy dolgokat tervezünk másnapra, annak ellenére, hogy semmi fogalmunk sincs a jövőről. Ez a MAGABIZTOSSÁG.

5.) Látjuk, hogy a világ veszélyben van, de azért házasságokat kötünk és gyermekeket vállalunk. Ez a SZERELEM.

6.) Egy idős férfi pólóján a következő felirat volt: Nem 71 éves vagyok, hanem egy édes 16 éves, 55 évnyi tapasztalattal. Ez a HOZZÁÁLLÁS.

7.) És az, hogy én ezt Neked is elküldöm, az ÖRÖMSZERZÉS.

Éljétek az életet a hét fogalom észben tartásával!

Tehát mi, magyarok, nagyon is kilógunk a vásárlók rendezett szövetéből! És ez így van jól! Nekünk ugyanis az egyik legfontosabb dolgunk az, hogy jó értelemben különbözzünk a többiektől, azaz tényleg kilógjunk a vásárlók rendezett szövetéből!

„Ti magyarok vagytok a legősibb nemzet, minden ma élő nemzet közül. Ezt mi zsidók, nagyon jól tudjuk. Még a kivonulás előtt, Egyiptomban, már ott is megjelentek lovasaitok, és tudtuk rólatok, hogy ősidők óta léteztek. Amikor a XIX. század végén a kiegyezés után, a kultúrpolitikai terrort már nem lehetett fenntartani tovább, a tudományos kutatásban újra felbukkant a szkíta-hun irányzat, osztrák ügynökök kerestek meg, komoly összeget ajánlottak, hogy a dolog ne derüljön ki. És mi meg is tettük a megfelelő lépéseket.”
(Drechsler Miksa, Temesvár főrabija 1910)

„Itt voltak a Szkíták, akik lovon ültek hátrafelé nyilaztak és őseik sírját védték (Dareiosz elől) Pannóniában. Azután itt voltak a Hunok, akik lovon ültek, hátrafelé nyilaztak és őseik sírjainak feldúlását büntették meg a rómaiakon Pannóniában. Azután jött a Zavar. Utána jöttek a Magyarok lovon ülve, hátrafelé nyilazva és őseik központját elfoglalva Sicambriában (Pannónia). Magukat hunnak, szkítának és Attila meg Nimród unokájának tartva. Mindeközben körös-körül senki nem nyilazott hátrafelé – kivéve, ha a Magyarok odalovagoltak – és senki sem tartotta magát hunnak meg szkítának – kivéve egy rövid próbálkozásra a Németek, akik szkíták akartak lenni, de rájöttek, hogy ez nem ilyen egyszerű. Azután egy-két száz évvel ezelőtt jöttek az Akadémikusok, akik a lovasoktól nyerítene, hátrafelé ágyúznak, és azt sem tudják őseik sírját hol és milyen név alatt keressék. Aztán most már nem tudom, mi van, illetve mi volt, szóval, hogy mi lesz?”
(Erdélyi István)

Egy újszülöttnak minden vicc új – tartja a régi mondás. De nemcsak a vicc az, ami új, hanem az ismeretek is. Ezért nagy a felelősség a tanítókon (szándékosan nem a pedagógus szót használtam!), hogy milyen ismereteket adnak át az életük során azoknak, akiket tanítanak.

Mi történik akkor, ha az újonnan születők már nem ismerhetik meg az életszerű, az Élettel összeegyeztethető dolgokat, működéseket, hanem helyettük csak azokat, melyek elsődleges funkciója – mondjuk a tudás, a jó, az Élet, a boldogság, az egészség továbbadása helyett – csupán az anyagi haszonszerzés szolgálata, elősegítése és/vagy dicsőítése? A haszon ezúttal is felülír minden mást, mivel Mammon világában általában a hibás tudás a kifizetődő, lévén az hoz azonnali megtérülést, vagy busás profitot. Hogy milyen áron? Egy ilyen világban bármi áron.

Ebben az esetben az történik, hogy kezdünk eltávolodni a Teremtéstől és nagyon könnyen a Jurassic Worldben, Dr. Wu laborjában találhatjuk magunkat, ahol „jó” pénzért, még a Teremtést is sikerült lealjasítani holmi ipari méretekben kivitelezett tömegreprodukciós termelési folyamattá.

Ami a mutatványosbódé vetítéstechnikai módszertanát illeti, még csak egy olyan egyszerű dologról ejtettünk néhány keresetlen szót, mint mindennapi betevőnk, a kenyér.

Ezek után gondolod, hogy ez csak a kenyérsütésnél van így? Én nem hiszem. És most már szerintem te sem hiszed.

És még csak a könyv elején tartunk!