

---

## SÜVEGES GERGŐ: APA-KÉP-ÍRÁS 127. – SZERETETUTAK

2010. május 3.

**Különféle családi kultúrák léteznek. Más-más szokások. És miközben a szülő azt hiszi, majd a sajátjait átadja gyermekeinek, olykor kiderül, hogy a gyermek az, aki újat tanít. Akár már másfél évesen.**

A gyermekek születése még csak az első lépések egyike. A gyermekek után meg kell születnie sok minden másnak is. Megismerésnek, megértésnek, beleértésnek, rácsodálkozásnak: közös életté válásnak.

Egy ilyen megszületés történetét mondom el.

A mi családjunkban és a feleségem családjában sem volt nagy hagyománya a mondott, azaz szavakkal is kimondott szeretetnek. A szeretet légköre kétségtelen volt, annak különféle jeleit nap mint nap tapasztaltuk. De a kimondott szó – „szeretlek” – nem volt a repertoár része. Volt sok egyéb: ölelés, együtt töltött idő, ajándékok, egymás segítése, bátorítás. Csak épp az a bizonyos szó hangzott el ritkán.

A gyerekeinknek sem mondtuk tehát kifejezetten, hogy szeretjük őket, hiszen ezt a hagyományt hoztuk magunkkal otthonról. Szerettük őket sokféleképpen, de ez az egyetlen szó egy ideig nem hangzott el. Míg egyszer...

... míg egyszer Borkán – másfél-két éves lehetett – azt vettük észre, hogy esténként egyre több játékalattot gyűjtöget maga mellé az ágyába. Lassan annyi szőrös lény feküdt mellette, hogy ő maga szinte kiszorult az ágyából. De a tömegeből nem engedett: hiába mondtuk, hiába kérdeztük, hiába javasoltuk, az állatok nem lettek kevesebben.

Éreztük, hogy nem pusztán a plüss szeretete vezérli. Éreztük, hogy valami nem stimmel. Azt is, hogy valami hiányzik neki – valamit pótolni szeretne ezzel a sokasággal. De vajon mit? Az otthoni béke adott volt, a szülők szeretete, a rá fordított idő, a közös programok, a játék, a hancúrozás... tisztának éreztük a lelkiismeretünket. És nagyon rosszul éreztük magunkat. Biztosan rossz szülők vagyunk. Hiszen lelki sérült a gyerekekünk...

Nagyjából ekkortájt került a kezünkbe Gary Chapman alapkönyve a szeretetnyelvekről (*Egymásra hangolva*). A pszichológus azt mondja, hogy miközben minden ember alapvető vágya, hogy szeretetet adjon és kapjon, ezt a szeretetet különböző csatornákon képes közvetíteni és befogadni. Öt ilyen alapvető csatornát sorol fel: a testi érintést, az ajándékozást, a másinak tett szívességet, az elismerő szavakat és az együtt töltött minőségi időt. És ez még nem minden; azt állítja ugyanis, hogy mindenkinek van elsődleges „nyelve”, egy számára legfontosabb, számára legérzékenyebb; azaz az öt közül van egy – mind felett. A többi is lényeges, de az a bizonyos egy: életbevágóan fontos.



Nagyon egyszerűen fogalmazva, ha az én Marci fiamnak a minőségi idő az alapvető szeretetnyelve, akkor vehetem neki tonnaszám az ajándékokat; ha nem ülök le vele beszélgetni, ha nem válaszolok a kérdéseire, nem üldögélek mellette, míg megmutatja, mit rajzolt, akkor nem fogja érezni, hogy igazán szeretem őt. Ha Annamari lányomnak a testi érintés az elsődleges csatornája, akkor beszélgethetek vele naphosszat érdekesebbnél érdekesebb, akár őt magát érintő ügyekről; ha nem kapom fel és nem dédelgetem, nem ölelgetem, nem puszilom, nem simogatom meg gyakran, akkor nem fogja érezni, hogy igazán szeretem őt.

És itt jutunk vissza az öt évvel ezelőtti Borkához. Akkor döbbsentünk rá, amikor már elborították a plüssállatok, hogy a szavak... a szavak addig kimaradtak. Szerettük mi minden módon, de sosem *mondtuk* neki. És akkor programszerűen, magunkat is tanítgatva, szoktatva, elkezdtek napközben is, esténként is tudatosan mondani: „Nagyon szeretlek, Borka.” „Ugye tudod, hogy nagyon szeretlek Téged?” „Borka... nagyon szeretlek.”

A „hatás” frenetikus volt és lenyűgözően gyors. Napról napra újabb és újabb állatok tűntek el az ágyából. Egy hét elegendő volt. Estéről estére újabb szőrös lényeket hajigált ki, és amikor megkérdeztük, miért teszi, annyit mondott akkor még kezdetleges gyereknyelvén: „Nem tell...”

Egy hét elteltével nem maradt az ágyban semmi – az egyetlen és legfőbb kutya kivételével. Mi pedig álltunk az ágya mellett esténként, néztük, ahogy alszik, és folytak a könnyeink.

Megint tanultunk valamit. Vagy ha aktuális akarok lenni, azt mondom: valami megszületett bennünk. Megszületett a felismerés, hogy a szeretet *ereje* nem elég. Kell a szeretet *sokfélesége* is.

Azon a héten új utat találtunk. Borkához, a később megszülető testvéreihez – és önmagunkhoz is.

*Süveges Gergő*  
[gergo.suveges@mtv.hu](mailto:gergo.suveges@mtv.hu)  
[www.suvegesgergo.hu](http://www.suvegesgergo.hu)