



A fák ÉLŐ lények. Ahogy mi is. Éreznek, érzik és segítik egymást, és számtalan módon segítenek miniket... Milliónyi okunk van szeretni és tisztelni őket.

Akkor a hétköznapokban miért nem vesszük észre a fákat? Miért nem „szólítjuk meg” őket soha, miért nincs kapcsolatunk velük azon túl, hogy leszedjük a gyümölcsöket, nyársat vágunk róluk a szalonnasütéshez, az árnyékukba húzzuk a nyugágyat vagy egy vastagabb águkra akasztjuk a hintát? Miért nem tanulunk tőlük – róluk, magunkról, a minket körülvevő világról, a helyről, ahol a fa és mi együtt léteztünk?

A világ számos táján ma is vannak szentként tisztelt fák (ld. Brit-szigetek), amelyeknek az ágaira a hely szellemeihez írt kívánságokat aggatnak az emberek, a buddhisták a fa szellemének szánják a friss gyümölcsáldozatot, és Kínában van olyan masszázsiskola, ahol a fákkal való kapcsolatteremtést oktatják! Nem tenne-e jól minden ember lelkének, nem lenne-e áldásos a világ jövőjére nézve, ha rendelkezniénk és élnénk ezzel a tudással, ha tisztelettel és szeretettel tekintenénk a bennünket tápláló, gyógyító, melegítő, óvó fákra?

*Chelsea Steinauer Scudder*, forráscikkünk írója akkor határozta el, hogy „összebarátkozik” egy fával, amikor új helyre költözött. Kíváncsi volt, milyen lenne hónapokon, éveken át rendszeresen időt tölteni egy fa társaságában, és a szokatlan ember-fa kapcsolaton keresztül jobban megismerni, másként látni időt és teret... Nem a fák ökológiai jellemzőivel akart foglalkozni, hanem meg akarta érteni őket mint élőlényeket. Végül egy tölgyfa lett Chelsea barátja, róla ír bővebben, és vele nagyjából az alábbiak szerint „ismerkedett meg”.

### **10 lépés, amely közelebb hozhat bennünket a fákhöz:**

1. Látogassunk el egy fához, amelyhez valamiért vonzódnunk: lehet a kedvenc fánk a kertben, vagy egy fa, amelyet régről „ismerünk” az utcából, gyakran látjuk a park-

ban, vagy nemrég botlottunk bele egy túra során. Úgy induljunk útnak, hogy biztosan legyen elég időnk, amit csakis a fára fordítunk.

2. Ha megvan a fa, amelyhez – úgy érezzük – kötődni tudnánk, mert valamilyen módon megszólított minket (a szépségével, színével, virágaival, illatával, természetével, hús árnyával stb.), „mutakozzunk be” neki. Akár szóban, akár azzal, hogy a fa törzsének dőlve megpihenünk alatta, körbesétáljuk, végigsimítunk a törzsén vagy felvesszük egy lehullott levelét a földről – bármit tehetünk, amit jónak látunk.

3. Ne tárgyként, hanem személyként gondoljunk a fára.

4. Pár percet szánjunk arra, hogy elcsendesedjünk. Engedjük el mindent, ami nem az adott pillanathoz tartozik. Csak magunkra és a fára koncentráljunk, minden más gondolatot próbáljunk kikapcsolni.

5. Ülünk vagy állunk a fa alatt. Rövid ideig tanulmányozzuk a fát: a színeit, a kéreg mintázatát, a levelek formáját, az illatokat. Gondoljunk az óriás gyökérrendszerre, amely a talpunk alatt élteni a fát.

6. Ha ezzel megvagyunk, próbáljuk meg nyitott szívvel és elmével szemlélni a fánkat: ha voltak elképzeléseink, elvárásaink, feledjük el őket, és hagyjuk, hogy a fa „vezessen” minket – meglepő lehet az élmény! Merre visz bennünket a fánk, mire emlékeztet, milyen érzéseket, gondolatokat ébreszt? Milyen környezetben él, milyen ökoszisztéma veszi körül?

7. Miután rövid időt így eltöltöttünk, valószínűleg kérdések fogalmazódnak meg bennünk. Néhányuk bugyuta vagy egyértelmű lesz; másokat meg sem tudunk fogalmazni, és olyanok is lesznek, amelyek megválaszolhatatlanok. Nem számít – tegyük fel a fának a kérdéseinket! „Milyen lehet faként létezni? Érzet hiedet? Érzed a rajtad rohangáló mókusokat? Mit csinálnak a gyökereid? Hogyan érzed az időt? Tudod, hogy hol vagy? Milyen érzés itt lenni?”

8. Utánajárhatunk, hogy a fa konkrétan melyik faj tagja, milyen

idős, mi a története, de ha úgy gondoljuk, hogy a barátkozás szempontjából ez nem fontos, az is rendben van.

9. Látogassuk meg a fánkat három-négy alkalommal hetente vagy havonta, vagy ahogy ráérünk, és töltsünk minimum 30 percet a lombjai alatt. Figyeljük meg, milyen változásokat észlelünk magunkon, miket látunk/gondolunk másként, mint azelőtt.

10. Idővel a fát egyre közelebb érezzük magunkhoz, olyasmi az élmény, mint egy kezdődő barátság. Mit jelent gondoskodni egy fáról, barátkozni egy fával? Nem kell határozott válasz. De a megélt tapasztalatokat, érzéseket rögzíthetjük, *átadhatjuk* írásban, fotókon, rajzokon vagy más alkotásokban.

**Ha írunk** – Tollal és papírral felszerelve érkezünk. Írjuk le, az érzékszerveink mit észlelnek a fából. Milyen a levelek között átszűrődő napfény? Milyen illata van a kéregnek? Hogyan mozgatja az ágakat a szél? Nem kell teljes, nyelvtanilag tökéletes mondatokban fogalmazni, csak írjuk le, ami eszünkbe jut. Szánjunk rá kb. 10 percet. Aztán rövid időre tegyük félre a tollat, sőt, várhatunk az íromány elolvasásával, amíg haza nem érünk. Melegpő lehet visszaolvasni a jegyzeteinket. Esetleg úgy érezzük, bővebben akarunk írni a tölgyfa alatt gyűjtött makkról vagy a fenyőtobozról. Válasszuk ki a számunkra legvonzóbb témát, és próbáljunk verset, rövid történetet írni róla.

**Ha fotózunk** – Legyen nálunk fényképezőgép a látogatásokkor. Bármit fotózunk is – mindig ugyanazt a részletet, vagy mindig valami mást –, próbáljunk különböző napokon, különböző nap- és évszakokban visszatérni fotótémáinkhoz. Lehet, hogy mindig ugyanazon a dolgon akad meg a szemünk: egy ágon vagy egy csomón a törzsön, és lehet, hogy egyszer közlőről, más-szor távolról csodálkozunk rá a fára. Fotózzhatjuk a kérget, a leveleket, a madarakat, vagy a fényeket, a lomb árnyékát. A fotózás segítségével

minden alkalommal új dolgokat vehetünk észre. A fotókat időrendi sorrendbe is rendezhetjük, amivel a fa életének egy rövid időszakáról kapunk képet.

**Ha rajzolunk** – Vigyünk magunkkal vázlatfüzetet vagy rajzlapot és ceruzákat, festéket. Rajzolhatunk vázlatokat a levelekről, ágakról, megfesthetjük az egész fát, vagy rajzolhatjuk azt is, hogy milyen gondolatokat ébreszt bennünk újdonsült barátunk. Ne aggódjunk, ha

nem lesz részletes és valóságos rajz – a cél az, hogy a képzeletünkben és elménkben élő fánkat varázsoljuk a papírra.

**Osszuk meg az élményeinket** – Amikor már egy ideje megfigyeltük a fánkat, számoljunk be tapasztalatainkról a témára érzékeny barátunknak, családtagoknak vagy olyan valakinek, aki ért a növényekhez, esetleg egy helyi arboristának, aki számos információval segíthet még jobban megismerni a kiszemelt fát.

*Fordítás és összefoglaló:  
Antal Orsolya, GreenDependent*

*Megjelent a Kislábnymom hírlevél 2018. júliusi (108.) számában.*

Eredeti megjelenési helyén az írás internetes hivatkozásokat is tartalmaz, ezeket a következő címen találhatja meg az érdeklődő olvasó: [www.kislabnyom.hu](http://www.kislabnyom.hu).

## Az erdők védelmében

Hazánk legnagyobb részén az erdő magától értetődően jelen van az életünkben: közelségével, látványával, szolgáltatásaival. Annyira mindennapos, annyira hétköznapi jelenség, hogy csak ritkán tudatosítjuk magunkban hatalmas jelentőségét. (Talán csak akkor kezdjük el értékelni zöldből pompázó domb- és hegyoldalainkat, amikor Horvátországból hazatérőben szembeülnünk a Dinári-hegység tengerre néző oldalának vigasztalan kopárságával, ami jórészt a középkori Velence meg gondolatlan erdőirtásának eredménye.)

Hogy jobban tudjuk becsülni az erdőket, vegyük sorra, miért pótolhatatlanok az emberiség, sőt az egész földi élővilág számára.

1. Oxigént termelnek: az évente légkörbe jutó oxigénnek kb. a felét. (Nagyjából ennyit termelnek a tengerben élő növényi planktonok is.)

2. Szén-dioxidot vonnak ki a légkörből, csökkentve ezzel az

üvegházhatást. (Sajnos az emberiség fokozódó kibocsátása következtében mindezzel nem bírnak el, ezért melegszik Földünk légköre, változik az éghajlat.)

3. Lejtős területeken megfogják a talajt, csökkentve ezzel az eróziókat és a folyók, tavak eliszapolódásának veszélyét.

4. Biztosítják a hegy-, illetve domboldalakra zúduló esővíz lassúbb lefolyását, jelentősen mérsékelve az árvízveszélyt.

5. Folyamatos párologtatással növelik az általuk fedett területre hulló csapadék mennyiségét.

6. Élőhelyül szolgálnak növény- és állatfajok millióinak.

7. Nélkülözhetetlen nyersanyagokat (legfőképpen fát!), gyógy- és tápláléknövényeket, gombát, vadhúst biztosítanak az emberiségnek.

8. A természetközeli, kevésbé háborgatott erdők lehetőséget nyújtanak a kikapcsolódásra, a feltöltődésre, az erdei életközösségek és az egész erdő tanulmányozására, a teremtésben működő szervezethez való rácsodálkozásra.

Ezeket olvasva talán többekben felmerül a kétely, hogy kissé eltúlozzom az erdők szerepét, jelentőségét, ám ez nem így van! *Szinte minden korábbi vagy jelenlegi társadalmi összeomlásban jelentős vagy döntő szerepet játszott az erdők kiirtása:* gondoljunk csak a hűsvét-szigetiekre, a grönlandi vikingekre, a majákra vagy napjaink Haitijére.

Az sem véletlen, hogy az erdővel rendelkező

fejlett országok többségében feltétlenül vigyáznak az erdőkre, még az olyan sűrűn lakott, művelhető területekben roppant szűkölködő állam is, mint Japán, amelynek erdőszültsége 70% körüli.

Nagyon kellene hát becsülnünk erdeinket, udvarias, tapintatos vendéggé viselkedve hallgatag, de élő fáik közt. Sajnos nem ezt lehet tapasztalni! Gyakran találkozni bántóan zajos, mindenén átgázoló csoportokkal, máskor pedig embertársaink erdőt megbecsüléssel, hulladékával: kiselejtezett hűtők, gáztűzhelyek, babakocsik, üvegek, műanyagpalackok, építési törmelékek hevernek a bokrok alján, fák tövében, gödrök mélyén. Van, aki indulatos, a természetet szerető, féltő emberek, akik ilyen esetekkel találkozáskor első haragjukban megkorbácsolást, kézlevágást és egyéb drákói rendszabályokat emlegetnek, én azonban csak szomorúságot és sajnálatot érzek: sajnálom az erdőt, hogy ezt tették vele, és sajnálom az elkövetőt, hogy képes volt megtenni. *Milyen sivár lehet annak a lelki-világa, aki képes a szépet, a természetet így elrontítani! Mennyire hiányozhat belőle a felelősségérzet saját, az utódai, illetve az egész emberiség jövője iránt!*

Társadalmunk jelenlegi állapotában valóban fontosak az erdők védő, kellő szigorúságú rendszabályok, a rendszeres ellenőrzés, a büntetés, de közben folyamatosan törekednünk kell arra, hogy a megfontolt, célirányos nevelés, felvilágosítás révén, hosszú távon ezekre ne legyen szükség.

Reméljük, idővel mindenki úgy tekint az erdőkre, ahogy azok megérdemlik azt: mint a Teremtés csodálatra méltó, nélkülözhetetlen részeire.

Zámbó Zoltán

