



Pokorny Lia



TARTSUNK ÖSSZE!

Kívül-belül mosolygós receptkönyv ötletgazdájaként jelentkezett nemrég a népszerű színésznő a fenntarthatóság, a környezettudatosság jegyében. A Holnapra is marad íz- és színgazdag, főként húsmentes ételek és vitaminbomba juice-ok gyűjteménye. Pokorny Lia hisz abban, hogy a bolygó védelme a konyhában is elkezdhető. Közismert emberként minden alkalmat megragad arra, hogy kiálljon a természetvédelem mellett. De nemcsak beszél róla, hanem tesz is érte.

Édesapád szakács, kislányként a nagymamád konyhájában sertepertéltél. Ők keltették fel az érdeklődésed a konyhaművészet iránt?

Valóban, olyan emberek között nőtem fel, akiknek nagyon fontos volt a főzés. Apukámnak a mai napig ez a szeretetnyelve. Most, felnőtt koromban tanulok tőle főzni. Ha megyünk hozzá, és valami finomat készít, elkérem tőle a receptet. Nagymamám Hatvanban kertés házban lakott, sok minden megtermett a kertjében, egy időben még csirkét is tartott. A piacra járás, a szomszédolás hagyományát tőle örökölttem. Nekem is fontos, hogy jóban

legyek a szomszédaimmal, hogy ha bárki segítségre szorul, egymáshoz fordulhassunk.

A közösségi lét nosztalgija is inspirált abban, hogy egészséges alapanyagokat használó szakácskönyvvel rukkolj elő?

Azzal együtt, hogy rendszeresen főzök, nincs örületes receptgyűjteményem, nem lett belőlem szakács. A fenntarthatóság miatt kezdtem bele a könyvbe. Évek óta éreztem, hogy a világban nagy változásokra lenne szükség. Tehetetlenül vergődtem abban a feszültségben, hogy mit tehetnék. Hiába jelzik régóta a szakemberek, hogy nagy baj van, még mindig keve-

sen gondolják, hogy cselekedni, mozdulni kell. Nyilván ebben az is benne van, hogy sokan épp elég teherrel küzdenek a mindennapokban, képtelenek újabb lemondásokat bevállalni. Nagy felismerés volt számomra, mikor rájöttem, hogy a környezetvédelem és a fenntarthatóság nem elvesz tőlünk, hanem minőséget kínál, az igazi élet lehetőségét, amit a nagymamáink még tudtak. Gondolok itt az étel tisztelőre és szeretetőre, a pazarlás elkerülésére. A háborúban felnőtt nemzedék még értette, hogy nem dobunk ki ételt, az én nemzedékem már nem így gondolkodik. A Holnapra is marad re-

ceptgyűjteménnyel alternatívát szerettem volna kínálni az embereknek, hogy a fenntarthatóság jelenjen meg a főzésben, az étkezésben is.

Mi alapján bízta el alkotótársakat magad mellé?

Amikor tervezni kezdtük a könyvet a kiadóval, még nem tudtuk, hogy karanténos idők jönnek. Mivel hiszek a kis közösségekben, fontosnak tartottam, hogy a recepteken keresztül mások is megszólalhassanak, mint például Berényi András és a felesége, Cili, akik a Good Karma indiai street food étterem receptjeit gondolták tovább. A karantén alatt nem maradt más örömöm, mint hogy együtt lehettem a fiammal és főzhettem neki. Rossz érzés volt lejárni bevásárolni, úgy éreztem magam, mint egy bozótharcos asszony, akit közben megtámadnak a vírusok. Ezért átválttam arra, hogy kistermelőktől rendeljek, lehetőleg fenntartható csomagolásban. Figyeltem, mások hogyan szervezik az életüket, az étkezésüket. Így bukkantam a neten a Vegán Hegylakó blogra – akkor még nem tudtam, hogy a név Karalyos Gábor színész kollégámat rejti. Maga a tökéletesség, ahogy ő él, virágokkal, gyümölcsfákkal teli kertesházban, mindent felhasznál, semmi szemetet nem termel.

A magad számára is bazonló természetközeli életformát képzelnél el?

Mostanra eljutottam odáig, hogy pont olyan életet élek, amelyet szeretnék. Ha vidékre vágyom, akkor elmegyek apukámhoz vagy a barátaimhoz. Az egyszerűség felé törekvés egyre erősebb bennem. Mindenért hálásnak kell lenni, ami van. Nem akarnék már olyan dolgok után

sóvárogni, amik vagy megadatnak, vagy nem. Miért tegyem tönkre magam azért, amit nem kapok meg a sorstól. Van otthonom, gyerkőcöm, élnek a szüleim, olyan munkám, amit szeretek. Az összes többi rajtam múlik.

Kamasz fiad mennyire követi az egészség- és környezettudatos életformádat?

Alapvetően megeszi a főztömet. Több húst eszik, mint én, odafigyelek arra, hogy sok zöldséget, salátát, teljes kiőrlésű gabonát is fogyasszon. Magától értetődő számára, hogy lekapcsolja a villanyt, nem folytatja feleslegesen a vizet, szelektíven gyűjti a szemetet. Az összes többi dologról tud, látja, hogy csinálom: ha elmondom neki: „képzeld, fát ültettem”, azt mondja, milyen király. Nem várom el tőle, hogy ő is csinálja, hanem megosztom vele.

A 10 millió fa közösség nagykövete vagy. Mit tartasz a hozzászárulásod sikerének?

Tavaly a rengeteg erdőtüz kapcsán tehetetlenül néztem, mit teszünk a bolygónkkal, milyen világot hagyunk a gyerekeinknek. Akkoriban olvastam Bojár Iván András felhívását, hogy ültessünk fákat. Rögtön csatlakoztam a mozgalomhoz, ami azóta igazi közösséggé nőtte ki magát. Amikor csak lehetőségem van rá, részt veszek az ültetéseken, ez a tevékenységünk legszebb része. Eleinte én is mentem tárgyalni önkormányzatokhoz, főkertészekkel, erdészekkel, de rájöttem, hogy nekem leginkább az való, hogy szócsöve legyek a mozgalomnak, viszem a hírt, beszélek róla. Csodálatosnak tartom, hogy a színházam, a Centrál is csatlakozott a Zöld színház programhoz.

A színészi jelenlétéből szeretnél visszavenni a jövőben?

Nekem valamiért a szolgálattal van dolgom. A színészet a legfontosabb, de emellett még rengeteg mindent csinállok, sok mindenbe teszem bele az energiáimat. A Természetvédők Szövetsége felkérésé-

re elvállaltam egy szerepet a kisfilmükben, a Közel A Part Egyesülettel élelmiszer gyűjtünk és viszünk mélyszegénységben élőknek Monorra, és Zuglóban aktív szerepet vállaltam A Szomszéd Mindig Zöldebb kampányban a közelmúltban. Vagy éppen túszeret szervezünk a Greenpeace-en belül Udvaros Dorottyaival, ahova környezetvédelemmel foglalkozó szakembereket is hívunk. Dorottyaiban is buzog a tettvágy, és ő is úgy gondolkodik, hogy a színészet csak egy területe az életünknek. Nem az önmegvalósításról szól számunkra, hanem arról, hogy lelki táplálékot adjunk az embereknek. Aki nyilvánosság előtt éli az életét, dönthet annak a minőségéről: csilivili életet, minél nagyobb házat, jakuzit akar, vagy pedig azt mondja, „figyeljetelek, fát ültettek, túszeret, jöttök velem?”.

Érdekes színfolt a pályádon a kétszereplős Héjánász Ady és Léda szerelméről a Kugler Art Szalonban. Változott a dekadens, szeszélyes, nagyvülagi dámaként ismert Brüll Adérról alkotott képed?

Gazdagabb és színesebb képem lett Lédáról az Adyval folytatott levelezés alapján készült előadásnak köszönhetően. Sok finom esendőség, kiszolgáltatottság is volt Lédában, miközben elképesztően befolyásolta Ady ízlését, gondolkodását, szexualitását. Hatalmas, soha el nem múló szerelem volt az övék, akkor is, amikor már menekültek egymás elől. Bárnai Péter csodálatos partnerem abban, hogy a szalon intim légkörében hús-vér valóságában megelevenedjék a nézők előtt ez a héjánászszerelem.

A járványhelyzet miatt többször is elnapoltatok a LIAison című önálló estedet, amely sanzonok köré épül. Mit szeretnél magadról közölni a dalok által?

Most éppen jövő februárra toltuk el az eredetileg márciusra, majd októberre tervezett koncertbemutatót. A szerelem érdekelt a szép, szomorú vagy éppen ironikus, esetleg bohókás dalokban; mindegyik más női hozzáállásról szól. Kevésbé ismert, főleg magyar sanzonokat válogattunk





Zöldi Gergellyel és Juszt Balázssal, akikkel együtt dolgoztunk egy izgalmas koncerten. A különböző típusú nők érzelmei mögé elbújva hol tökéletesen magamról énekelek, hol olyan szerelemről, amire vágyom, vagy amit soha nem éltem meg, és nem is szeretnék.

A mostani Pokorny Lia mennyire van összbangban önmagával, a férfiakkal?

Elképesztő változások történtek bennem önellfogadásban, megbékélésben. Hamarosan betöltöm a 49-et. Azt gondolom, hogy pont abban a korban vagyok, amikor az ember elfogadja azt, ami van. Kimondottan szeretek magammal lenni. Már nem akarok iparkodni, megfelelni. És ez akkora megkönnyebbülés!

A járványhoz, a szakmádat is érintő kényszerszünethez hogyan viszonyulsz?

Nagyon félttem az első karantén alatt, fél-

tettem a szeretteimet, a barátaimat, az embertársaimat. Aztán eljutottam oda, hogy nem szabad félni, nem tudjuk megúszni a vírust. Tartsunk össze, ha valaki bajban van, segítsünk rajta. Egymásra és magunkra vigyázva szépen, alázattal, csendben csináljuk végig ezt az időszakot.

Hogyan zajlik nálatok a karácsony?

Évek óta nálunk van mindenki, együtt főzünk, játszunk, izgatottan készülődünk, díszítjük a fát, kora délelőttől együtt van az egész család: a szüleim, a testvérem és a gyerekeink. Vannak hagyományaink, és van, ami mindig változik. Anyukám süti a bejglit, apukám főzi a halászelevet, én pedig a töltött káposztát, ezekhez mindnyájan ragaszkodunk. A testvéremék hozzák a mentes ételeket, süteményeket, ők ebben erősek. A meglepetés főtéellel én készülok, ez évről évre más, mindig igyek-

szem valami izgalmasat kitalálni. Épp itt az ideje elkezdenem ezen gondolkodni, ötleteket gyűjteni. A mi hagyományunk éppen az, hogy nem mindig ugyanaz a vacsora szentestén, hanem változó. Mivel nagyon fontos mindnyájunknak ez a nap, az idén is megpróbáljuk széppé és emlékezetessé tenni, a legjobb megoldáson törjük a fejünket az öcsémmel, mert ezen a karácsonyon fizikailag nem tudunk együtt lenni, ez biztos, és ezt mindenki tudja, és meg is érti. Valamilyen közösségi platformon főzünk majd online, szó- vagy nyelvi játékokat játszunk majd, amiket a köztünk lévő távolság is megenged, és a hagyományos szertartásos ajándékosztásnak is ki kell találnunk a karanténos változatát. Misi gitározása biztos nem marad el, csak az ölelések.

Szentgyörgyi Rita