

JUHÁSZ KATALIN

## A MENZAI ÉTKEZÉS MINT RÍTUS, KÜLÖNÖS TEKINTETTEL AZ ASZTALI ÁLDÁSOKRA

---

*Évekkel<sup>1</sup> ezelőtt láttam Peter Hall filmjét az elsőszülötti jogát egy tál lencséért ikertestvérenek, Jákobnak átadó Ézsau bibliai történetéről.<sup>2</sup> A kezdő vacsorajelenet és asztali áldás (illetve annak elmaradása) szemléletesen mutatja meg az apa, és a két fiú jellembeli különbségeit. Míg Jákob – bár láthatóan nagyon éhes – apjához hasonlóan előbb egy rövid pillanatra megáll, gyorsan elmondja az étkezés előtti imát,<sup>3</sup> s csak ezután kapja be az első falatot, addig Ézsau a sátorba lépve minden teketória nélkül, mohón habzsolni kezdi az ételt, családtagjai döbrent és rosszalló pillantásaira rá sem hederítve. Ez a jelenet mélyen belém vésődött, és máig minden étkezéskor eszembe jut. A gyermek-közétkeztetést vizsgáló projekt keretében pedig sajátos nézőpontot jelentett a menzai étkezés módjainak megfigyeléséhez és megértéséhez.*



1. kép. Peter Hall *Jákob* című filmje bevezető jelenetei az étkezés előtti áldásokkal <https://www.youtube.com/watch?v=hSl-9Nk-DO8> (Letöltés: 2023. 07. 25.)

<sup>1</sup> Hivatkozás erre a tanulmányra: Juhász Katalin: A menzai étkezés mind rítus, különös tekintettel az asztali áldásokra. In: Bági Anikó (szerk.): *Menzadimenziók. A gyermek-közétkeztetés társadalmi beágyazottsága.* (Néprajztudományi Könyvtár 2.) Budapest: BTK Néprajztudományi Intézet, 2023. 201–235. p.

DOI: <https://doi.org/10.61380/978-963-567-072-7-08>

© 2023 Szerző(k), Levelező szerző: drjuhaszkatica@gmail.com

Kulcsszavak: közétkeztetés, étkezési rítusok, világi rítusok, asztali áldás.

<sup>2</sup> Peter Hall (rend.): *Jákob*. Amerikai-olasz film, 1994.

<sup>3</sup> „Áldott legyen az Úr, a mi hatalmas Istenünk, aki nekünk kenyeret adott, Amen.” A filmrészlet a QR kód beolvasásával okoseszközön megtekinthető.

Az étel és az étkezés az ember életében központi és meghatározó szerepet tölt be, hiszen az életben maradáshoz, létfenntartáshoz nélkülözhetetlen. De különbséget kell tennünk a biológiai szükséglet kielégítésére történő táplálékfelvétel (*táplálkozás/evés*) és az *étkezés* aktusa között, mely kultúrafüggő, társadalmi, filozófiai-világnézeti, szimbolikus tartalmakkal felruházott, sajátos szokásrend szerint történik.<sup>4</sup> Étél és rítus már a legkorábbi időkben összekapcsolódott, így az ősi hiedelemrendszereknek, és nagy világvallásoknak egyaránt központi elemévé vált. Az étkezés a hozzá kapcsolódó hétköznapi/ünnepi szokásokkal, rutinokkal, rituálékkal együtt társadalmilag fontos és kulturálisan meghatározott tevékenység, amely mind a tradicionális, mind a modern és késő modern társadalmak működésében fontos szerepet tölt be, nem véletlen, hogy az egyes kultúrák vizsgálatában kiemelt szerepet játszik.<sup>5</sup>

Amikor az iskolai közétkeztetés törvényi hátterét, dietetikai ajánlásait megalkotják, általában kevés figyelem irányul arra, hogy a tudományosan meghatározott tápanyag-összetételű táplálékot a gyerekek milyen körülmények között és módon fogyasztják el. Pedig az iskolai menzán biztosított ételek tényleges biológiai hasznosulása a gyerekek szervezete számára az egészségügyi-dietetikai-higiéniai követelményeknek való megfelelés mellett legalább annyira kulturális tényezők függvénye is.

Kutatásunkban, mi néprajzosok, ezért a saját módszereinkkel többek között azt is vizsgáltuk, hogy az iskolai menzákon milyen tárgyi környezetben, milyen logisztika, rutin, szokásrend szerint zajlik az étkeztetés és étkezés.<sup>6</sup> Ebben az egész folyamatban ugyanígy fontos tényező a rendelkezésre álló idő valamint a folyamat összes résztvevőjének – élmezésvezető, főző, szállító, kiszolgáló személyzet, a gyerekeket kísérő pedagógusok, a gyerekek és szüleik – ételről való kommunikációja és az ételhez való viszonyulása.

Jelen tanulmány a terepmunka-helyszíneken megfigyelt étkezési rítusokra, és az asztali áldásokra fókuszálva járja körül, hogy ezek az iskolai közétkeztetésben hogyan, milyen változatokban valósulnak meg, és milyen hatással vannak a benne résztvevők (menzai) ételhez való viszonyára.

### **A menzai étkezés módjai és az ezeket befolyásoló tényezők**

Annak ellenére, hogy az iskolai közétkeztetést Magyarországon egységes, szigorú és nagyon részletes előírások szabályozzák, a gyakorlatban helyszínenként megle-

---

<sup>4</sup> Ahogy Verebélyi Kincső is megállapítja, az étkezés több mint táplálkozás: „kommunikatív cselekvés, szokás, performansz, a kultúra függvénye és sajátos kódja” (Verebélyi 2005: 130).

<sup>5</sup> Lásd többek között Durkheim (2003 [1912]), Radcliffe Brown (2004 [1952]), Levi-Strauss (1955), Bocock (1974) és Rook (1985) munkáit.

<sup>6</sup> Az NKFIH-128925 K-18 kutatási projekt keretében.

hetősen különbözőképpen valósul meg. Az 1945 utáni iskolai menzák különféle típusait vizsgálva, alapvetően két végpont – a házias, lokális hagyományelemekkel telített, családi, saját főzőkonyhás *falusi* (rurális/tradicionális) vendéglátás és az industrializált, racionalizált, személytelen, csak tálalókonyhás *városi* (urbanizált) modell – közötti skálán elhelyezhető átmeneti/vegyes közétkeztetési rendszereket figyelhettünk meg terepeinken (Juhász 2023). A kétféle szélsőértékként meghatározott modell elemeit változatos keveredésben és sokféle mintázatban találhatjuk meg a jelenkori menzákon.

A közétkeztetés e helyi rendszere, modellje adja azt az alapkörnyezetet, amelynek keretei között maga a menzai étkezés megtörténik. Ennek lebonyolítási módja, körülményei általában (de nem feltétlenül) elég szoros összefüggést mutatnak az alapkörnyezet adottságaival, és többféle tényező mentén szerveződnek étkezési rutinná vagy rítussá, az alábbi, egymással szélsőértékként szembeállított (és a közöttük lehetséges átmeneti) módok szerint:

- Időfaktor: az étkezés időpontja és időtartama
  - mindig ugyanabban az időpontban, elegendő idő az étkezésre
  - napról napra változó, órarendfüggő időpont és ebédidő
- Út az ebédlőbe, elhelyezkedés az evéshez
  - csoportosan, felsorakozva, tanári kísérettel (alsósok)
  - önállóan, rendezetlenül, saját tempóban (felsősök)
- Az étel asztalra kerülésének módja
  - sorban állással, önkiszolgáló, tálcsás rendszer
  - előre megterített asztal, ahol az ételből igény szerint szednek maguknak
  - vegyes: a leves az asztalon közös tálakban, a második fogást önkiszolgálással kapják
- A tálalókonyhások szerepe
  - családi, szeretetteljes vendéglátás
  - személytelen adagolás
- Az evés elkezdése
  - kezdő közös/egyéni rítus (jó étvágyat, ima, vers, ének)
  - kezdő rítus nélkül mindenki saját tempójában, függetlenül a másiktól
- Az evés
  - „kulturált” étkezés a viselkedési szabályok betartásával, oldott hangulatban, kellemes beszélgetéssel, az ételre és az evésre koncentrálna
  - „kulturálatlan” étkezés: az étel közönyös belapátolása, vagy csak undorral turkálás az ételben, kapkodva evés stb., hangoskodás, rendetlenkedés, zajongás, a rend teljes hiánya

- A tanár szerepe
  - közösséget vállal a gyerekekkel, nevelő, gondoskodó
  - külön eszik, csak felügyel, esetleg csak fegyelmez
- Az étkezés befejezése
  - közös befejező rítus (egészségetekre, ima, hálaadás)
  - mindenki egyénileg, saját ritmusában távozik.

A fenti felsorolásból jól látszik, hogy az eredendően biológiai szükségletet kielégítő, a napi rutin részét képező mindennapi menzai étkezés milyen sokféle hatás és döntés eredménye. Az étkezés körülményei, a tér és időhasználat lehetőségei, az iskola jellege, házi- és szokásrendje, a főző-/tálalókonyha személyzetének viselkedése, a gyerekek és tanárok családi kulturális háttere alakítja ki azt a sztereotip cselekvésekből szerveződő szokásrendet, amely szerint az adott étkezés zajlik az ebédlő megközelítésétől kezdve a sorban álláson keresztül az étkezésen át a maradék és a használt evőeszközök visszaviteléig.

### **A menzai étkezés – rutin vagy rítus?**

A menzai étkezés tehát mindenhol egy helyben kialakult szokásrend szerint zajlik, de vajon lehet-e egyúttal rítusként meghatározni ezt a mindennap ismétlődő tevékenységet, vagy annak bizonyos mozzanatait? S ha igen, minden esetben, vagy csak az esetek egy részében? Van-e és mi a különbség a napi rutin és a rítus között a menzai étkezés szempontjából?

A társadalom- és kultúratudományokban, valamint a pszichológiában gyakran a *szokás* (habit)–*rutin*–*rítus* hármasságáról beszélnek, ahol a szokások a gondolkodás nélkül, automatikusan végzett, ismétlődő napi tevékenységeket, a rutinok kidolgozott, átgondolt és állandó sorrendű cselekvéssort jelentenek.<sup>7</sup> Alapértelmezés szerint a *rítus* fogalma a *tradicionális* társadalmak *vallással* kapcsolatos tevékenységeit takarja, azonban az igény a rituális cselekedetekre a modern, szekularizálódott világ embere számára is éppoly alapvető. Durkheim szerint nem létezik olyan társadalom, amely „ne érezné szükségét, hogy szabályos időközönként megerősítse az egységét és a sajátos arculatát biztosító kollektív érzéseket és gondolatokat” (Durkheim 2003 [1912]: 386). *A vallási élet elemi formái* című,

---

<sup>7</sup> Verebélyi Kincső a fenti kategóriák helyett, Barna Gábor (2003: 48) és Péntek János (1997: 329–334) nyomán a „*rítus – rituális cselekvés – ritualizált tevékenység*” hármas felosztást használja, amely szintén alkalmas lehet a menzai étkezésmódok értelmezéséhez (Verebélyi 2005: 21).

imént idézett munkájának általános tanulsága, hogy a szertartások jellemzői céljukban, alkalmazott eljárásukban és eredményeik szempontjából is hasonlóak lehetnek mind a szekuláris, mind a szakrális tevékenységek esetében. Ez a felfogás vezetett az 1970-es években a *világi ritus* fogalmának megjelenéséhez, amelyet – bár voltak ellenzői (legfőképp Jack Goody (1977) – ma már magától értetődően használnak a jelenkori társadalomtudományban.<sup>8</sup> Myerhoff világi rítusokról írt tanulmányának meghatározása szerint „a ritus olyan cselekvés, amelyet emberek egy csoportja szándékosan végez egy vagy több szimbólum segítségével ismétlődő, formális, pontos, nagymértékig rögzített módon” (Moore – Myerhoff 1977: 199). Megközelítésében a ritus nem szent vagy profán, hanem egy képzeletbeli tengelyen vagy az egyikhez, vagy a másikkhoz esik közelebb. A világi ritus fogalma tehát nem válik el élesen a vallási rítusokétól.

Mivel a szakirodalomban kifejezetten a menzai rítusokkal foglalkozó kutatásra nem akadt példa, támpontként a családi, illetve fogyasztói rítusokról született munkákat hívtam segítségül. Ezekben többnyire a *ritus* és *rutin*, valamint *vallási* és *világi* ritus oppozíciós fogalompárokot használják, melyek között nincs éles határ, hanem folytonos az átmenet.

Smit (2011) rituális családi étkezésekre fókuszáló vizsgálata szerint a rituálé megerősíti a csoport és az egyén identitását, miközben megerősíti az érzelmi köteléket és kifejezi a társas támogatást. Bossard és Boll (1950: 19–20) például iskolateremtő munkájukban – hasonlóan a már idézett Myerhoffhoz – a családi rítusokat a vallási rítusok világában is megszokott jellemző vonásokkal határozzák meg: „történjenek meghatározott előírások szerint, szigorú rendet követve, a helyes gyakorlat érzetét hordozva”.<sup>9</sup> Ami Bossard és Boll tanulmányából számunkra fontos, hogy a rítusok szimbolikus jelentésének értelmezését egyéni, szubjektív szintre helyezik és a rítust kevésbé élesen határolják el a rutin fogalmától. Barbara Fiese és társai (2006) a családi étkezések vizsgálatakor ugyan szétválasztják a ritus és rutin fogalmát, de maguk is utalnak arra, hogy egy család mindennapjaiban ezek egymáshoz kapcsolódó jelenségek, és egy-egy tevékenység mind a rutin, mind a rituálé jellemzőit magán viselheti.<sup>10</sup>

<sup>8</sup> A világi ritus értelmezésének sokszínűsége jelent meg a Max Gluckman, Victor Turner és Sally F. Moore által szervezett 1974-es, az ausztriai Burg Wartensteinben rendezett konferencián. Bővebben, szakirodalmi hivatkozásokkal a világi és családi rítusok elemzési, értelmezési lehetőségeiről lásd Neulinger 2013.

<sup>9</sup> Idézi Neulinger 2023: 106. A családi étkezési rítusokhoz lásd még Hobson et al. 2018; Kissné Viszket 1999, 2005; Spagnola – Fiese 2007.

<sup>10</sup> Bocock (1974: 17) hasonlóképpen a rítusok között említi a munkahelyi rutinokat, számos tevékenységet bevonva a rítusok közé, véleménye szerint anélkül, hogy ezzel szétfeszítené

A különbség rutin és rítus között a szimbólumok oldaláról ragadható meg, melyek alapvető szerepet töltenek be a rítusokban mind a vallási, mind a világi rítusgyakorlat esetében. Ahogy Radcliffe-Brown (2004 [1952]: 126) megfogalmazza: „a rituális cselekedetek abban különböznek a technikai aktusoktól, hogy minden esetben valamilyen expresszív vagy szimbolikus elemmel is rendelkeznek”.<sup>11</sup>

Az, hogy a menzai étkezés esetében miben nyilvánulhat meg a rutin és a rítus különbsége, azt az előzőekben vázoltak, valamint Fiese és munkatársai (2006) családi étkezési rutinokról és rítusokról született szociálpszichológiai elemzése nyomán néhány példával a következő táblázatban foglaltam össze.

1. táblázat. Rutin és rítus különbsége menzai példákkal

RUTIN	RÍTUS
mindkettő rendszeresen végzett cselekedetek sorozata	
nincs különösebb jelentése	mélyebb spirituális, szimbolikus jelentése van
részben automatikus, <i>technikai</i> művelet	értelmes tevékenység
itt és most időbeli elkötelezettségre és folytonosságra összpontosít	a zavarok veszélyt jelenthetnek a csoport kohéziójára
nem igényli a koncentrációt és a tudatos jelenlétet	összpontosítást tudatos jelenlétet igényel
lehetséges példák a menzai étkezésből	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• a hét napjainak ismétlődő étrendje: térsztás, húsos, főzelékes nap</li> <li>• a gyerekek bevonása a terítésbe, leszedésbe – naposi rendszer</li> <li>• az étkezés következetesen azonos rendje (naponta ismétlődő cselekvések sora: vonulás, sorban állás, asztalhoz ülés, evés, maradék visszavitele)</li> <li>• naponta ugyanaz az időpont és időtartam</li> <li>• a csoportban érvényes viselkedési szabályok betartatása</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• felkészülés az étkezésre: az aznapi menü előzetes megismerése, megbeszélése</li> <li>• ebédlőbe vonulás alatti ének, mondóka</li> <li>• étkezés előtti pillanatnyi elcsendesedés, ima, vers, ének, jó étvágy kívánása és megköszönése</li> <li>• együtt evés a „kulturált” étkezés szabályai szerint, jóízű beszélgetéssel</li> <li>• étkezés lezárása: ima, vers, köszönet, „egészségetekre”</li> <li>• az étkezés utólagos megbeszélése, értékelése, dicséret, jutalmazás szertartásai</li> </ul>

a fogalmat. Hasonló megközelítést képviselnek Moore és Myerhoff (1977), akik szerint a szertartásszerű cselekvések a modern, ipari társadalmakban is megszokottak, és az élet minden területén megjelennek.

<sup>11</sup> Hasonlóképp kiemelik a rítus szimbolikus jelentőségét többek között Claude Levi-Strauss, Mary Douglas, Bronislaw Malinowski, Victor Turner és Clifford Geertz munkái (további hivatkozásokkal bővebben lásd Neulinger 2013).

Moore és Myerhoff a vallási és szekuláris rítusok formai jellemzőit hat fő témakörbe rendezték.<sup>12</sup> Jól látszik, hogy ezek nemcsak a kifejezetten rituális részeket, de a rutinokat is magukban foglalják. A hat jellemző mindegyikéhez (a fenti táblázat és a később leírt konkrét példák nyomán) hozzárendelhető a menzai étkezés egy-egy eleme.

1. „Valamilyen alkalom, tartalom, forma vagy ezek kombinációjának ismétlése” – ebbe a menzai rutinok is beletartoznak.
2. „Aktív részvétel, amely elsősorban nem spontán magatartást, hanem valamilyen szerep betöltését, átélését jelenti” – ilyen például a naposok szerepe, vagy a dicséret, jutalmazás, az ételről folytatott diskurzus és persze az asztali áldás.
3. „Sajátos viselkedés és szimbólumhasználat révén megvalósuló magatartás, vagy megszokott cselekvések és szimbólumok szokásostól eltérő használata. Lényeg, hogy a rítus szokatlan és figyelemfelkeltő, különbözik a mindennapi gyakorlattól” – itt kifejezetten, az asztali áldásokra és az azt kísérő mozgásokra, gesztusokra gondolhatunk.
4. „Szervezett rendben, előírások szerint zajlik, megszabott kezdéssel és befejezéssel. Ha a spontaneitás helyet is kap, az csakis meghatározott keretek közt történhet” – az alsós tanítók által részletesen kidolgozott, és a gyerekekkel következetesen betartatott ebédeltetési rend jól példázza ezt.
5. Olyan „performance”, amely figyelmet és koncentrációt igényel, jellemzően az érzékek stimulálásával valósul meg, amely flow-élmény átéléséhez vezethet. „A közösség, miközben teljes szívével részt vesz a rituáléban, megteremti a közös hit légkörét” (Malinowski 1948: 48) – itt elsősorban azokra a komplexebb, énekelt és speciális mozdulatokkal „előadott” asztali áldásokra kell gondolnunk, amelyek minden alkalommal mélyen megérintik a benne részt vevőket és egyúttal művészi élményt (katarzis, flow) okoznak.
6. A rituáléban megjelenik a közösségi dimenzió, amely a csoport számára jelentéssel bíró társadalmi üzenetet rejt magában – a közösen, meghatározott rendben és egyszerre végzett térbeli mozgások, gesztusok, az együttes éneklés, esetenként az asztaliáldás-szövegek tartalmi elemei is megerősítik az osztályközösségek, felekezetek, a bizonyos iskolatípusokban (Waldorf) tanulók összetartozás-érzését, a csoportidentitás megélését.

---

<sup>12</sup> Moore – Myerhoff 1977: 7–8. A formai jellemzőket rövidítve idézem Neulinger 2013: 105–106 alapján.

A rítusok fogalmának értelmezésében (vallásiakban és világiakban egyaránt) nagyon fontos és hangsúlyos szempont a közösséghez való tartozás megerősítése, mint funkció és eredmény. A rituálék a modern társadalomban is fontos szocializációs formát képviselnek, hiszen hozzájárulnak ahhoz, hogy a csoport tagjai alkalmazkodjanak a csoport által előírt értékekhez és életmódhoz (Bocock 1974). Randall Collins emellett az étkezési rítusok identitásképző, -megerősítő hatását is hangsúlyozza: „Minden közös étkezésnek van rituális jellege: csoportot hoz létre, a közös cselekvésre összpontosítja a figyelmet, és szertartásosan elhatárolja a tagokat a kívülállóktól.”<sup>13</sup>

### Néhány menzai példa az étkezési módokra a kutatás terepeiről

Az alábbiakban néhány konkrét példán keresztül is láthatjuk, hogy az étkezési rutinok, vallási és világi rítusok milyen sokféle mintázatban ölthetnek formát, miközben alapvetően mindegyik szinte minden elemében megfelel a Moore és Myerhoff féle hat kritériumnak.

*Rutin és vallásos étkezési rítus művészi performansszal. Az alsósok ebédelési rendje egy budapesti (katolikus) egyházzene-tagozatos iskolában*

Az iskolában csak tálalókonyha működik, az ebédet egy nagy közétkeztetési szolgáltató szállítja.<sup>14</sup> Az alsósok osztályonként, csoportosan, kisebb asztaltársaságokat alkotva étkeznek, sorban állás nélkül. Kézmosás után kettes sorban vonulnak le a viszonylag szűk ebédlőbe, melynek a pulthoz közelebbi felében vannak az ő asztalaik, ahol hatosával helyezkednek el. Étkezés előtt és után, az asztal mellett állva, a falon függő kereszt felé fordulva többszólamú énekes imádságot énekelnek a tanár vezetésével (*Mindeneknek szemei...* lásd a 2. sz. kép és videó, valamint a Függelék 1. sz.). Az egész egy szabályos „performansz” moderátor-szólóval (tanár) és énekszólamokkal, prózai és énekelt részekkel, szólókkal és kórusokkal, kigyakorolt test-

---

<sup>13</sup> Az étkezési formások és szokások, noha általában oda sem figyelnek rájuk, a csoportban „ilendő” viselkedés jeleiként szimbolikus jelentőségűek: idetartozik maga a terítés (a tálak és az evőeszközök elhelyezése), az étkezés közös megkezdése és befejezése, továbbá az olyan kifejezett formások, mint az asztali áldás, a sült felszeletelése, a pohárköszöntő vagy a születésnap tortá bemutatása (Collins 1992: 220).

<sup>14</sup> A közétkeztetést a Budapesten 18 éve működő, iskolákat, óvodákat kiszolgáló, illetve munkahelyi étkezdéket és büféket is üzemeltető Familiar Foods Kft. biztosítja.



mozdulatokkal, gesztusokkal (irányba fordulás, összekulcsolt kéz, keresztvetések, meghajlás az ima adott pontjain) Az asztalon levő első és második fogásból mindenki magának szed, a tanár is együtt eszik a gyerekekkel. A tányérjukat a gyerekek viszik vissza, a naposok segítenek a leszedésben. A gyermekek viszonylag jól esznek, az ételek megítélése alapvetően pozitív, és a maradék sem túl sok.



2. kép: Étkezés előtti ima a Budai Ferencs Énekes Iskola táborában  
(Fotó és videó: Juhász Katalin, Mátraverebély-Szentkút, 2021) <https://youtu.be/BY2siglFVWs>  
(Letöltés: 2023. 07. 25.)

### *Ugyanitt „rítustalanított” étkezés a felsőbb évfolyamokon*

A felsőtagozatosok (és a gimnazisták) már egészen más körülmények között, tanári felügyelet nélkül fogyasztják el az ebédet. A szűk, ételszagú folyosón és ebédlőben hosszasan sorban álló diákok elé az agyonhajszolt konyhás nénik egyetlen kedves szó nélkül lökik oda az ételt. A telített órarend (felsőtagozatban napi 6–8, gimnáziumban akár 8–9 tanóra!) és a különórak miatt nagyon kevés idő jut az ebédre. Többnyire kapkodva esznek, vagyis inkább nem esznek, mert különösen a leveseket ők mosléknak, undorítónak tartják, becsmérlik, viccelődnek vele (3. kép és videó). A számukra kiszolgált étel nagyobbik része hulladékként végzi, ezért a magasabb évfolyamokba járó tanulók nagy részét már nem is fizetik be a menzára.



3. kép: Felsőtagozatosok „rítustalanított” ebédje. A diákok által telefonnal készített „vicces” videó részlete a hetedikesek egyik menzai ebédjéről. (Videó: Benkő Levente, Budapest, 2020) [https://youtu.be/pxRfoVIG\\_Mk](https://youtu.be/pxRfoVIG_Mk)  
(Letöltés 2023. 07. 31.)

*Rutin vallási rítussal kiegészítve. Az alsósok ebédelési rendje egy budapesti (református) egyházi iskolában*

Az ebédszünet a wc-látogatással és kézmosással kezdődik. Ezután a gyerekek kettesével felsorakoznak és a tanító néni vezetésével levonulnak az ebédlőbe. Az ételt önkiszolgáló rendszerben, tálcaon, sorban állás után, egyénileg viszik a hatszemélyes, egymás melletti asztalokhoz. Mikor mindenki tálcaja az asztalon van, egy pillanatra megállnak, eléneklik az egyszerű imát (*Té hívsz meg engem a lakomára...* Függelék 5. sz.) a tanáruk jó étvágyat kíván, ezután leülnek, és hozzálátanak az evéshez. Amikor mindenki befejezte az ebédet, visszaviszik a tálcaikat, a helyükre mennek, és eléneklik a lezáró imádságot. Az alábbi felvételen (4. kép és videólink) jól látszik, hogy mindez egy zajos ebédlőben történik, ahol állandó a mozgás, maguk a gyerekek sem tudnak annyira koncentrálni a rítusra, kevésbé van lehetőségük mélyen átérezni annak jelentését, mégis ez a két rövid, énekkel járó mozzanat keretet ad az étel elfogyasztásához. A gyerekek egyöntetűen úgy nyilatkoztak, hogy szeretik ezt a kis szertartást, örömmel énekelnek, és az ima-szöveg jelentésével is tisztában vannak, különösen azok, akiknél a családban is szokás az asztali áldás. Ahogy egy negyedikes kislány megfogalmazta: „*Mi étkezés előtt mindig szoktunk imádkozni. Az iskolában is. [Milyen érzés?] Nekem jó, és örömteli, hogy megköszönhetjük valakinek, hogy van ételünk, és hogy beszélhetünk róla.*”

*A debreceni Svetits Katolikus Óvoda, Általános Iskola,  
Gimnázium és Kollégium étkezési rendje és rítusai*

A nagymúltú intézmény minden területen, így az étkezés módjában is igyekszik őrizni a hagyományos rendet. Az egyik fontos alapelv, hogy a tantermekben tilos az étkezés. Az épületben három étkezőhelyiséget alakítottak ki, három korosztály (óvodás, általános iskolás, gimnazista) igényeihez szabva. Az alsósok osztályonként, tanítójukkal csoportosan vonulnak tízóraizni, ebédelni és uzsonnázni, minden alkalommal étkezési imát mondanak evés előtt és után is. Ami különbség a többi példánkhoz képest, hogy itt nincs tálcás rendszer, a diákok aktívan részt vesznek a terítésben és a leszedésben; minden fogásból az asztalra helyezett nagyobb tálakból vesznek, annyit, amennyit meg is esznek. A felsőtagozatosok és a gimnazisták körében sem marad el az (egyszerű) étkezési ima: kisebb csoportokban, vagy akár egyénileg is, állva, imára kulcsolt kézzel, fejüket lehajtva mondják el – étkezés előtt és után is. Nem mellékes körülmény, hogy sajátkonyhás rendszerükben és az ország egyik legkiválóbb élelmezésvezetőjével itt megvalósul a valódi szeretetteljes vendéglátás is.

*Rutin és spirituális étkezési rítusok a Waldorf iskolákban*

„Az antropozófiai emberismeretnek megfelelően a Waldorf pedagógia úgy tekint az emberre, mint olyan lényre, aki test, lélek és szellem egysége. Az ember és az ő méltósága magasabb összefüggésbe ágyaztatott – erre utal a Waldorf iskolák napkezdő és az étkezések előtti fohásza is, amely nem felekezeti ima. Egyetlen történelmi egyház liturgikus gyakorlata sincs itt jelen. De a Waldorf pedagógia nem is materialista. A vallások mögött álló spiritualizmus folyamatos megidézése belefér a világnézetileg semleges oktatásba.”<sup>15</sup>

„A diákok énekként és versként tanulják meg ezeket a szövegeket, nem imaként – a nem vallásos szülőknek sem kell aggódniuk a gyerekek világnézetének formálása miatt. Nincs vallásos oktatás, sem térítési szándék.”<sup>16</sup>

---

<sup>15</sup> Budapesti Waldorf-iskola igazgatója. Forrás: <https://waldorf.bolcs.hu/mendemonda-es-valosag> (Letöltés: 2023. 07. 27.)

<sup>16</sup> Waldorf iskolai tanítónő. Az idézet forrása: <https://waldorf.bolcs.hu/szabadsaggal-lelekkel> (Letöltés: 2023. 07. 27.)

A Waldorf óvodákban és az általános iskolában – különösen az alsótagozaton – nagy gondot fordítanak arra, hogy a nap szokásos tevékenységeit a hét napjait és a kalendáriumi időszakokat, jeles napokat az azoknak megfelelő rítusokkal tegyék élményszerűvé, és a közösségi összetartozás megélésének alkalmává. Az étkezések (tízórai, ebéd és uzsonna) előtt a gyerekek a tanár jelzésére elcsendesednek, megfogják egymás kezét, vagy mellükön keresztbe teszik a kezüket és így mondják/énekelik el valamelyik áldásszöveget (Függelék 7. és 5. kép).

*A felsőtagozatosok* – bár a napkezdő fohászt például továbbra is gyakorolják, a csoportos étkezési rítus már kimarad a napi menetrendből, mert önkiszolgáló rendszerben, önállóan mennek ebédelni.

### *Rutin és világi étkezési rítus egy budapesti állami általános iskolában*

Negyven éve a pályán lévő tanítónő:

*„Nekünk van egy ún. ebédóránk, ez szerencse. Ez azt jelenti, hogy ugyan 20 perc alatt megebédelünk, de még marad 25 percünk utána.*

*A naposaink előbb lemennek, kis köténykékükben kikészítik a szalvétát, kiöntik a kis vizet mindenkinek a poharába, amit a konyhás nénik odavisznek, hogy ne lötyögtessek végig. A tányérokat, evőeszközt és az ételt is a konyhás nénik rakják ki, hogy a gyerek ne nagyon mozogjon a szűk tér miatt. Az alsósok nem tálcás rendszerben esznek. Leülnek hatfős asztalokhoz, úgy ültetem őket, ahogy a baráti csoportok is vannak, illetve hogy ne tudjanak rendetlenkedni. Mikor elhelyezkedtek az asztal körül, leülnek, a tanító néni odamondja, hogy Elcsendesedsél, és akkor »Jó étvágyat kívánok!« Ők kórusban válaszolják, hogy »Köszönjük szépen!« Ezt ki nem hagyják, nagyon szeretik. És akkor a tanító néni együtt eszik a gyerekekkel, közben szólingatja a rendetlenkedőket, a napos is felállítja őket, ha nem bírnak magukkal. Az nehéz, hogy bevárják egymást. Van, aki végigeszti a húsz percet, nagy nyugodtan eszik, rágcvál, ropogtat, van, aki meg épp csak belekóstol, és utána nem bírja a várakozást: rendetlenkedik, galacsinokat csinál, dobál. Mindenkit be kell válni, mert egyszerre kell mozogni az osztálynak, senkit nem hagyhatunk ott. És akkor »Egészségetekre!« A végén szépen fölállnak, a széket mindenkinek be kell tolni, a konyhás nénik sokszor átvállalják a teljes elpakolást, de a naposok általában segítenek.*

*Utána megbeszéljük, mi volt az ebéd, miért finom, egészséges az az étel. A naposok elmondják, hogy ki hogy viselkedett, mit csinált rosszul, van ennek egy rendszere. Aki evett mindegyikből, azt nagyon megdicsérik. Mi alsóban még próbáljuk betartani a rendet, van értékelés, jutalmazás, dicséret. Szóban, írásban, matricával, cukorkával.”*

Habár ima nem hangzik el, a mégoly egyszerű, de szertartásos és hagyományokban gyökerező *Jó étvágyat!* kívánság is áldásként, vagy a kimondott szó erejében bízó ráolvasásként értelmezhető (Verebélyi 2005: 130–131). Hogy a körülmények miként nehezítik, illetve zavarhatják meg ezt a jól kidolgozott rituálét, arra szintén a tanítónő említett példákat:

*„Sajnos az ebéd végén a konyhás nénik gyakran szinte a gyerek szájából veszik ki a villát meg a kanalat, mert »mostmár mennetek kell, mert itt a következő csoport, aki ott toporog«. Tehát tulajdonképpen nagyon kulturált szokásokat nem tudunk mindig kialakítani, van rá kísérletünk, de mikor fáradtan bejönnek a gyerekek, vagy sietnek valahová, akkor egyáltalán nem is tudunk velük mit kezdeni. Van például egy foglalkozásunk a testnevelés óra terhére, a »honvéd óra«, ami után mikor visszajönnek a gyerekek, zeng az egész, képtelenség bármilyen rendet is tartani. Mert olyan állapotban jönnek vissza: éhesek, fáradtak, rendezetlenek.”*

Ugyanitt rítustalanított étkezés a felsőtagozatosoknál:

*„A fősősöknél semmi rend nincs. Nincs velük pedagógus. A felügyelő tanár csak ott van, nem szól rájuk, mert akkor végig ordíbalhatna. Ők mint az örült, ordítva kiabálva bekapják, kikapják a süteményt, a fasírtot, már mennek is ki, szórják, dobálják, az almát gurítgatják a folyosón, tehát fősőbe iszonyú energia kellene hozzá.”*

### **Korosztályi különbségek, problémák**

Ahogy az eddigi példák is mutatták, még az egyházi intézményekben is gyakori, hogy míg az alsótagozaton meg tudják tartani a közös étkezések rendjét, addig a felsőtagozatosok már magukra maradnak ebben. Sem tanári segítség, irányítás, sem a feszített tempó nem kedvez annak, hogy így végezzék az étkezést. Az asztali áldás csak kevés helyen válik egyéni rutinná, bár erre is vannak példák a mi terepeinken is (Debrecen). Egyúttal a keretek szétzilálódásával az ételhez való viszony is megváltozik. A felsőtagozatosok és a gimnazisták nagy része reggeltől estig tartó elfoglaltságai (7-8 óra az iskolában, különórák, edzések) közben rendszertelenül (és csak hideg ételt) eszik, vagy éheznek (közülük sokan reggeli nélkül indulnak útnak). A városi távolságok nem teszik lehetővé, hogy napközben hazamenjenek ebédelni, így a főétkezés késő estére tolódik, mennyisége pedig többnyire meghaladja az optimális értéket. Ez az életmód egyenes utat jelent a civilizációs betegségek felé.

## A menzai étkezés mint a vendéglátás aktusa

A menzai étkezésnek mint rítusnak a többi összetevő mellett fontos része lehet a *vendéglátás* aktusa (Douglas 1982). Ahogy (a státuszképző női szerepek kapcsán) Randall Collins is megállapítja:

„A főzés a legszertartásosabb házimunka. A vendégeknek feltálat étel bemutatása par excellence goffmani rítus. [...] Az ételnek és a szakácsnak rituális dicséret és elismerés jár, ami rendszerint nem is marad el. Ha az [étkezési] rítusok teremtik meg a csoport összetartozását és a személyes azonosságot, akkor ez különösen igaz a szertartást irányító személy esetében” (Collins 1992: 220–221).

A menzai étkezésnél az étel készítője nem minden esetben van jelen. A csak tálalókonyhás menzák konyhás néni (joggal) ritkán érzik magukat igazi vendéglátónak, hiszen semmi közük a feltálat ételhez, nem ismerik sem a készítőjét, sem a főzés körülményeit. Ha az ebédeltető pedagógus (vagy a konyhás néni) felkészül a menüből, beszélget a gyerekekkel a várható ételekről és elhítteti velük, hogy azt milyen nagy szeretettel készítette nekik a szakács, akkor az étkezési rítusban ő fogja megtestesíteni a vendéglátó szerepét. Ha viszont ez kimarad, azzal maga az étkezési rítus is szegényebb, hiányosabb, kevésbé rítusszerű lehet, vagy egyszerű rutinná redukálódik. Mindez a feltálat ételek elfogadottságára is nagy hatással van,<sup>17</sup> ami számszerűen is mérhető a visszavitt maradék mennyiségével (Várkonyi-Nickel et al. 2019: 139–140; Juhász 2023).

## Az étkezési rítusok a pszichológia szemszögéből

Az utóbbi időben a szociokulturális, makroszintű perspektíva mellett a rítusok tanulmányozásában egyre nagyobb hangsúly helyeződik a mikroszint, vagyis a rítus résztvevőiben lejátszódó pszichológiai folyamatok vizsgálatára.<sup>18</sup> A pszichológia

---

<sup>17</sup> Ha az étel nem egy ismert és kedvelt személy által elkészített és kiszolgált *ajándék*, hanem egy idegen helyről érkező, „gyanús”, sokszor viszolygást, ellenérzést kiváltó dolog – ami idegen, az „tisztátalan” (Kapitány – Kapitány 2011: 57–58), akkor a fogyasztók részéről sokkal nagyobb mértékben fogalmazódik meg negatív vélemény, panasz az étellel kapcsolatban, ami a maradék mennyiségében számszerűen is tükröződik (Juhász 2023).

<sup>18</sup> A közösségi étkezési rítus terápiás tapasztalatai és haszna a gyermek-pszichodráma gyakorlatában a menzai étkezési rítusok vizsgálatához is új szempontokkal járulhatnak hozzá (lásd: Kende 2000: 10, 77–78).

keretrendszere a rituálék három elsődleges szabályozó funkciójára és az azok mögött meghúzódó lelki folyamatokra összpontosít: (a) az érzelmek szabályozására, (b) a teljesítménycél állapotok szabályozására és (c) a társadalmi kapcsolatokra. A menzai étkezési rítusokra is érvényesek a pszichológiai vizsgálatok eredményei, melyek megmutatták, hogy a rítusok magabiztosságot adnak az adott csoport tagjainak, eloszlatják szorongásaikat, növelik az önszabályozás és önkontroll képességét, ezzel együtt megszilárdítva a csoportfegyelmet és csoportidentitást (Hobson et. al. 2017). Az étkezési rítusokkal kapcsolatban egy kísérletsorozat bizonyította azt is, hogy a rituálék végzése a rítusmentes táplálkozáshoz képest javította az étkezési élményt azáltal, hogy fokozta az ételfogyasztásban való tudatos jelenlétet. Más szóval az evés előkészítéseként végzett rituálé szilárd keretei és napi ismétlése a figyelmet az ételre és étkezésre összpontosítva növeli a motivációt az adott élelmiszer elfogyasztására (Vohs et. al. 2013).

### **Étkezési rend, mint a szabályozás, fegyelmezés része**

Bár a mai iskolai közétkeztetésben szinte alig találunk példát hasonlóra, az étkezési rítusok kapcsán meg kell említenünk, hogy bizonyos intézménytípusokban – mint például az egyházi árvaházak, nevelőintézetek, kolostorok – a spirituális dimenzió mellett a nevelési célzatú fegyelmezés szándéka is fontos szerepet játszik az étkezési rendben. A spiritualitás helyett pedig a *hatalmi* pozícióból létrehozott rendszabályok szigorú betartatása dominál például a katonai iskolák és laktanyák, a börtönök, valamint a szocializmus idején egyes kollégiumok étkezési rendjében is. Egy múltbeli példa az aradi Kereskedelmi Középiskola 1894. évi *Értesítőjéből*:

„Fő törekvésünk, hogy az Internatus a szó szoros értelmében nevelő intézet legyen. [...] Figyelemmel voltunk a növendékek külső modorára, öltözködésére, étkezési módjára stb. [...] Az étkezéseket mindig ima előzte meg: *Jóságos Isten, akit minden hiten és valláson gyermeki hódolattal közös atyánkkal tisztelünk, add meg és áldd meg a mi mindennapi kenyerünket. Engedd, hogy a táplálék, a mit szerető, gondos szüleink jóvoltából nap-nap után élvezünk, egészségünknek alapja, erőnknek forrása lehessen. Engedd, hogy a gyűjtött erőt mindig a szépnek, jónak és igaznak gyakorlására fordítsuk s emberi hivatásunkat és kötelességeinket mindenkor a Te törvényed és akaratod szerint teljesítsük. Amen.*”

[Részlet a házirendből:]

„Mielőtt a növendékek ebédhez vagy vacsorához az étkező helyiségbe vonulnának, kötelező szokásukká tétetik kezeiket a rendelkezésre álló helyen megmosni [...] Az étkezés előtti rövid fohászt a felügyelők által kijelölt növendékek mondhatják el. A felügyelők szigorú gondot fordítanak arra, hogy étkezés közben a művelt körök szokásai teljes mértékben érvényesüljenek s az egészségtan követelményei betartassanak.”

A szocializmus időszakában az asztali áldások természetesen elmaradtak, de a szabályozott étkezési rend és rítus – különösen a bentlakásos gyermekintézményekben – megváltozott formában továbbra is gyakorlat lehetett. A debreceni Vegyipari Szakközépiskola kollégiumában például az 1970-es évek végén a vacsorához az összes diák egyszerre vonult az ebédlőbe, ahol mindenkinek állandó helye volt a négyfős asztaloknál. Az egész társaságnak állva kellett végighallgatnia a naposi jelentést, s csak akkor ülhettek le, és kezdhettek neki az evésnek, amikor a nevelőtanár jó étvágyat kívánt.<sup>19</sup>

### **Étkezési ima, mint a szegényekkel való szolidaritás kifejeződése**

Az asztali áldás a fenti sokféle lehetséges mögöttes tartalom mellett – szövegében legalábbis – elsősorban és általában az ételért való hálaadás kifejeződése. Csak



4. kép: Étkezés előtt imádkoznak a kászoni, Szent Katalin otthon lakói  
(Fotó és videó: Magnificat.ro, Böjte Csaba OFM youtube csatornája, 2021. július 11.)

---

<sup>19</sup> Saját élmény. A kötelező sorkatonai szolgálatukat az 1970–'80-as években végzett férfiak hasonló étkezési rendről számoltak be.



adalékként idézem a Bőjte Csaba gyermekotthonaiban szokásos egyik étkezési imát, amely az ezekben az intézményekben kialakított rendszer szimbóluma, a Bőjte-házak küldetésének tömör összegzése is lehetne. Az ima a vertikális dimenzió vagyis az Istennel való kapcsolat és hálaadás mellett az otthonosságot, az összetartást, és a rászorulókkal való szolidaritást fejezi ki (4. kép).

### Záró gondolatok

A jelenkori iskolai közétkeztetésben szerzett tapasztalatok és az étkezési rítusokra vonatkozó kutatások alapján is megállapítható, hogy az étkezés körülményei, módja, rendje nem csupán külsőség, hanem nagyon is hatással van a gyermekközösségekre, a gyermekek közérzetére, étvágyára, ízlésére és nem utolsósorban a mentális és testi egészségére is. Magának az együtt evésnek, a jó asztaltársaságnak sajátos hangulata, étvágygerjesztő hatása van (lehet) még a humán etológia szerint is: az állatok is többet falnak fajtársaik jelenlétében.

Az iskolai menzák megfigyelése alapján a diákközösségek rítusaira, közöttük a közös menzai étkezési rítusokra is érvényesek családok rituális tevékenységeire vonatkozó korábbi kutatások<sup>20</sup> megállapításai: a menzai étkezési rítusok jelentőséggel bírnak a bennük résztvevők számára, elősegítik a csoportidentitás és egyúttal az egyéni identitás megeremtését, az egyéni elköteleződést a csoport irányában, megerősítik a csoporttagok érzelmi kötelékeit és kifejezik a kölcsönös társas támogatást. Az iskolai élet minősége sokkal jobb, ha az egyes tevékenységekhez rítusok kapcsolódnak. Habár a menzai rítusok kialakítása és működtetése idő- és energiabefektetést igényel nemcsak a pedagógusok, a diákok, de a közétkeztetési szolgáltatásban résztvevő személyek részéről is, a várható jótékony hatások megérik a fáradságot.

Ha a menzai étkezés egy jól kidolgozott, naponta ismétlődő „forgatókönyv” szerint zajlik, abban a szokások, rutinok mellett leginkább „rituális” mozzanatnak mindenképpen az asztali áldásokat tekinthetjük, ha mégoly egyszerűek is ezek, mint egy jó étvágy kívánás és köszönet.

A menzai asztali áldások egyidejűleg több dimenzióban hatnak az azokat együttesen elmondó/énekítő személyekre, és e hatásoknak számos pozitív hozadéka van.

*Spirituális dimenzió:* Az asztali áldás Isten/a szellemek/ősök tiszteletének gyakorlata. Kinyilvánítása annak, hogy az étel eleve nem a miénk, hanem valakitől kapjuk. Az áldással köszönetet mondunk valakinek vagy valaminek – anyának (a menzán a szakácsnak, konyhás néaninek), egy istennek, a földnek, a napnak, a talajnak,

---

<sup>20</sup> Ezekről hivatkozásokkal együtt lásd a 207. oldalon lévő szövegrészt.

az esőnek, vagy azoknak, akik csatlakoznak hozzánk az asztalnál. Az ételek megáldása emlékeztet bennünket arra, hogy testünk is része a spiritualitásnak.

*Fiziológiai dimenzió:* Ha egy pillanatra hálát adunk, mielőtt elkezdenénk az evést, ez lehetőséget ad arra, hogy befogadjuk az étel látványát és illatát. Ez a kis szünet paraszimpatikus állapotba hozza testünket, kimozdít az alapértelmezett „harcolj vagy menekülj” állapotunkból, és megkönnyíti az étel emésztését.

*Önfegyelem, az ösztönök feletti tudatos önkontroll:* Az ember civilizáltságának egyik legfontosabb mutatója, hogy szükségleteit mennyire képes késleltetni.

Ahogy a családok mindennapi életében, úgy az iskolában (ahol ébrenlétük idejének több mint felét töltik a gyerekek) is, fontos szerepe lehet a napot tagoló, a különböző tevékenységeket bevezető, előkészítő, ráhangoló és lezáró rítusoknak. A kutatások és a fenti példák is azt mutatják, hogy ezek elmaradása a mégoly „egészséges” táplálék hasznát, és nem utolsó sorban a gyerekek és tanáraik, valamint otthon a családtagok általános közérzetét, mentális jóllétét is lerombolhatják.

A kulturális, pszichológiai szempontok mellett a menzai étkezési rítusok hasznát gazdasági számítások is igazolják. Ugyanis ha a közétkeztetésre fordított teteemes állami támogatással elkészült ételek a nem megfelelő étkezési körülmények miatt a moslékban végzik, az nemcsak a gyerekek egészségére, jóllétére van rossz hatással, de az állami költségvetés hatékonyságát is csökkenti („kidobott pénz”), nem beszélve arról, hogy a menzai maradék elszállítása és veszélyes hulladékként való kötelező megsemmisítése ugyancsak nagy költséggel jár, amely pedig a közétkeztető cégeket károsítja meg.

## FÜGGELÉK

### **Asztali áldások a jelenkori gyakorlatban**

Az asztali áldások után kutatva rendkívül szerteágazó és gazdag anyagot találtam az egyházi és a népi hagyományban, amelyeket érdemes lenne több szempontból is vizsgálni.<sup>21</sup> A menzai étkezési rítusokban a hagyományos és a jelenkori folklór

---

<sup>21</sup> Az asztali áldások történetének, valamint a magyar asztali áldások szöveg- és dallamtípusainak vázlatos áttekintését lásd Juhász 2022a, 2022b. E nagyon gazdag és szerteágazó anyag részletes néprajzi-folklorisztikai feldolgozása egyelőre még nem történt meg, csupán résztanulmányok születtek (pl. a Szent János áldásáról lásd: Bálint 1938; Kónya 2013), illetve egyes népszokás-leírásokban, népdalgyűjtésekben elszórva találjuk meg ezeket (pl. a palóc lakodalomról lásd: Nyáry 1906, a búcsújárás kapcsán Bárh 1980).

alkotásai hasonló funkcióban jelennek meg. Ennek kapcsán a hagyomány és kreativitás, a folklorizmus- és örökség-átviteli folyamatok érdemelhetnek figyelmet. Az alábbi válogatás a ma használt asztali áldásokról nyújt vázlatos áttekintést.

### Keresztény étkezési áldások

Az asztali áldás szokását minden keresztény felekezetenél megtaláljuk Krisztus példája nyomán, aki pedig az ószövetségi hagyományok<sup>22</sup> szerint áldotta meg az ételeket. Az első század végén a keresztények a zsidó Sabbat-szertartást használták kellő átalakítással a liturgia központi eleménél, az eukarisztikus vacsoránál. A kenyér és bor feletti áldás mellett Jézus szavait is („Ez az én testem”) megismételték, amelyek az átlényegülést eszközölték.

Tertullianus idejében vált általános keresztény szokássá, hogy étkezés előtt rövid imát mondtak és keresztet vetettek az eledelre. Az asztali áldás a magyar néphagyománynak is szerves része: [a katolikus családokban] „az étkezést sok helyen imával vagy asztali áldással kezdik s evés után a gazda a többiek nevében is köszönetet mond a gazdasszonynak, nem fáradtságáért, mert ez házi kötelessége, hanem a jó ebédért” (Szendrey Á. – Szendrey Zs. 1937: 226). A protestáns felekezethez tartozóknál közös étkezés előtt a gazda, esetleg a gazdasszony mondott rövid asztali áldást, a családtagok és a háznép pedig állva, vagy ülve, gyakran egymás kezét fogva mondták utána (Kósa 1990: 475–476). Az évszázados hagyományban gyökerező (liturgikus) imák mellett minden keresztény felekezet többféle, főként a gyermekek és az ifjúság számára szánt régi és újabb étkezési imát tart számon, amelyek esetenként külön kiadványban is megjelennek a többi napszakokhoz, cselekvéstípusokhoz (munka, tanulás) vagy állapotokhoz (betegség, természeti csapás, stb.) kapcsolódó, az egyház által ajánlott imaszövegekkel együtt. Példaként említhetjük a *Cserkészek daloskönyvét*, amely 1922-től 1941-ig összesen hat kiadásban jelent meg (Bárdos –

<sup>22</sup> Sámuel első könyvében (i.e. 1100–1011) olvashatjuk, „... nem eszik addig a nép, amíg ő [Sámuel próféta] meg nem érkezik. Ő áldja meg az áldozatot, és azután esznek a meghívottak” (1 Sámuel 9:13). A zsidóknál nagy jelentősége van az ételek eredetének, illetve tiszta/tisztátalan minősítésének, amelynek részletes szabályait már Mózes könyvei is tartalmazzák. A zsidóságban szinte minden egyes ételfajta külön-külön áldást mondanak, melyek mindegyike ugyanazzal a bevezetővel kezdődik: *Áldott vagy Te, Örökkévaló Istenünk, a Világ Ura, aki ...* Néhány példa a folytatásra a ma is használt étkezési áldások közül (magyar fordításban): kenyérrre: ... *kenyeret ad a földből*; lisztből készült tészta, sütemény előtt (kenyér kivételével): ... *mindenféle ételt teremtett; fán/földben-földön termett gyümölcsre: ...a falföld gyümölcsét teremtette; nem fán vagy földön termett étel (pl. hús, hal), gomba, tej, víz vagy más ital előtt: ...kinek szavára minden termett.*

Spilenberg – Márai 1941). A fél évszázados kényszerű szünet után 1991-ben, Ivasivka Mátyás szerkesztésében adták ki az eredeti mű értékeit és szerkezetét megőrző, jelentősen bővített és korszerűsített 7. kiadást, amelyet 2014-ben Magyar Cserkész Szövetség Táborkereszt Katolikus Cserkészek Közössége munkatársai aktualizáltak és egészítettek ki az azóta a cserkészpertoárba került újabb darabokkal (Kispál 2017) A kiadványban szereplő étkezési imák (Függelék 3, 4, 5, 6. sz.) minden keresztény felekezet legismertebb asztali áldásai közé tartoznak, illetve a terepmunka és interjúzás során is ezekkel találkozhattam.

**1. Mindeneknek szemei... – a katolikus egyház hivatalos étkezési imája**  
(hangzóanyaga videóval: 2. sz. kép QR kód és link)



Min-de - neknek szemei tebenned bíz-nak, U - ram, \*  
mert Te adsz nekik eledelt al - kal-mas i - dő - ben.

**ÉTKEZÉS ELŐTT:**

(Állva, a fali feszület felé fordulva, keresztvetéssel kísérve, közösen mondva:)

*Az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében, amen.*

(Közösen énekelve a fenti zsoltárdallamra, imára kulcsolt kézzel:)

*Mindeneknek szemei tebenned / biznak Uram \* mert te adsz nekik eledelt / alkalmas időben.*

*Föltárod a te szent / kezeidet \* és betöltesz minden élőket / áldásoddal.*

(Meghajolva:)

*Dicsőség az Atyának és / Fiúnak \* és Szent/lélek Istennek.*

(Felegyenesedve:)

*Miképpen kezdetben vala, / most és mindenkor \* és mindörökkön / örökké amen.*

(A családfele vagy vezető ekkor szóban megáldja az ételeket:)

*Áldj meg minket, Úristen, és áldd meg ezen adományaidat, melyeket a te bőkezűségdből veszünk magunkhoz. A mi Urunk, Jézus Krisztus által.*

(Közös válasz:)

*Ámen.*

(Keresztvetéssel kísérvé, közösen mondva:)

*Az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében, amen.*

ÉTKEZÉS UTÁN:

(A tanár/vezető intésére mindenki föláll, a kereszt felé fordul, majd keresztvetéssel kísérvé, közösen mondja:)

*Az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében, amen.*

(Közösen énekelve a fenti zsoltárdallamra, imára kulcsolt kézzel:)

*Legyen áldott / az Úr neve \* mostantól fogva és / mindörökké.*

(Meghajolva:)

*Dicsőség az Atyának és / Fiúnak \* és Szentlélek Istennek.*

(Felegyenesedve:)

*Miképpen kezdetben vala, / most és mindenkor \* és mindörökkön / örökké amen.*

(A családfő vagy vezető ekkor hálát ad szóban:)

*Hálát adunk neked, mindenható Isten, minden jótéteményedért. Ki élsz és uralkodol, mindörökkön örökké.*

(Közös válasz:)

*Ámen.*

(Keresztvetéssel kísérvé, közösen mondva:)

*Az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében, amen.*

A 144. zsoltár nyomán született liturgikus szöveget már a VII. Gergely pápa féle római *Breviarium* (1074) is tartalmazza. Az egyház hivatalos étkezési imájaként a szerzetesek körében és egyházi intézményekben ma is mindenütt használják, de a hívők számára sohasem volt kötelező, legfeljebb a szokásjog alapján ajánlott. Széles körű használatáról tanúskodnak a szöveg folklorizálódott változatai, melyet a Kárpát-medence több pontján lejegyeztek a népzene- és néprajzkutatók.<sup>23</sup> A Jáki Sándor Teodóz Gyergyóalfaluban egy zsoltárdallam népi parafrázisára

---

<sup>23</sup> A Hungaricana Hangarchívumban egy horgosi változat hallható Burány Béla 1972-es gyűjtéséből: <https://zti.hungaricana.hu/hu/audio/10628/?t=00%3A54%3A32#record-132076> (Letöltés: 2023. 07. 27.) Dobszay László, Rajeczky Benjamin és Szendrei Janka Barslédécen vette hangszalagra az áldást: <https://zti.hungaricana.hu/hu/audio/7693/?t=00%3A14%3A40#record-56539> (Letöltés: 2023. 07. 27.) Bárh János az illanci búcsújárók gyakorlatában egy távolabbi, énekelt változatot gyűjtött, emellett a Szent János áldások egyik típusát is e szöveg változatai képviselik (Bálint 1938; Kónya 2013; Juhász 2022a–b).

énekelt változatra bukkant (Jáki 2004), mely több mint száz, ugyancsak népi gyűjtésből származó imádsággal és népénekekkel együtt az *Éneklő Egyház* címmel, 1985-ben kiadott, legteljesebb római katolikus népénektárba is bekerült. A szerkesztésben részt vevő Dobszay Lászlónak és munkatársainak tulajdonítható tudatos örökségésítési akció eredményeként ezzel (a világon is egyedülálló módon) a már elfeledett, csak a folklórban fennmaradt egyházi eredetű hagyomány legértékesebb darabjai ismét a liturgia és a hívők mindennapjainak részévé válhattak.



1. Ad-junk há-lát az Úr-nak, mert ér-dem-li,



Mert min-den gaz-dag-ságát ve-lünk köz-li.

**2. *Adjunk hálat az Úrnak, mert érdemli...* A legrégebb magyar református énekelt asztali áldás**

Adjunk hálat az Úrnak, mert érdemli,  
Mert minden gazdagságát velünk közli.

És mint bő irgalmú kegyelmes Atya,  
Fiait testben, lélekben megáldja.

Énekeljünk ennek egy akarattal:  
Dicsőség, Atya Isten, szent Fiaddal!

Ki ételt adtál alkalmas időben,  
Megruháztál mezítelenségünkben.

Adjad, hogy tégedet megismerhessünk,  
Szent Fiad által tőled megnyerhessük,

Hogy szent Igéd hirdettessék közöttünk,  
Hogy éhen meg ne haljon a mi lelkünk!

Hálát adunk ezekért, mint Atyánknak,  
Jézus Krisztusnak, mint Közbenjárónknak.

Szentlélek Istennel egyenlőképen,  
Ki minket vigasztaljon, mondjuk: Ámen.

A reformátusok legrégebbi ismert énekelt asztali áldása az 1569-ben, Debrecenben kiadott Szegedi Gergely énekeskönyvben található. A humanista metrikus költészet egyik Európa-szerte igen népszerű, kétsoros dallamára a 16. században alkalmazták az 1507-ből származó *Danket dem Herrn, denn er ist sehr freundlich* kezdetű szöveg magyar fordítását: *Adjunk hálát az Úrnak, mert érdemli kezdősorral*. A jelenleg érvényes *Magyar Református Énekeskönyv*ben ez az ének az 501-es szám alatt szerepel (*Református énekeskönyv* 2021). A hivatalos áldásnak népi változatai is keletkeztek,<sup>24</sup> amelyek inkább előadásmódjukban, mint dallamukban térnek el a hivatalos verziótól. A mai gyakorlatban, különösen a gyerekek körében szinte soha, vagy csak különleges kivételként fordul elő.

### 3. „Székely” asztali áldás

ÉTKEZÉS ELŐTT:

Ki asztalt terítesz az égi madárnak,  
Teríts asztalt, teríts szegénynek s árvának,  
Nyújtsd ki Atyánk, nyújtsd ki jószágos kezedet!  
Adj a koldusnak is tápláló kenyeret!  
Ételben, italban legyen bőven részünk.  
Gondviselő Atyánk, könyörögve kérünk!



<sup>24</sup> Két hangzó példa a Zenetudományi Intézet Hungaricana Hangarchívumából: Domokos Mária és Szendrei Janka 1968-as gyűjtése az Abaúj-Torna megyei Beret faluból: <https://zti.hungaricana.hu/hu/audio/7135/?t=00%3A42%3A09#record-62730> (Letöltés: 2023. 07. 27.); a Torontál vármegyei Alsóittebén lakodalmi asztali áldásként elhangzott változat Kiss Lajos 1968-as gyűjtésében: <https://zti.hungaricana.hu/hu/audio/7178/?t=00%3A00%3A03#record-54245> (Letöltés: 2023. 07. 27.)

1. Ki asz-talt te-rí - tesz az é - gi ma-dár - nak,  
 2. Gond-vi - se - lő A - tyánk, asz-ta-lod-tól kel - ve

Te - ríts asz-talt, te - ríts sze-gény - nek s ár-vá - nak!  
 Szív-ből há - lát a-dunk ke-zünk öz-sze-té - ve.

Nyújtsd ki A-tyánk, nyújtsd ki jó - sá-gos ke-ze-det!  
 Áldd meg ezt a há - zat s en-nek a gaz-dá-ját!

Adj a kol - dus-nak is táp-lá - ló ke-nye - ret!  
 For-dítsd visz- sza né - ki a ven-dég-lá - tá - sát!

É - tel-ben, i - tal - ban le-gyen bő - ven ré-szünk.  
 Szánd meg a sze-gényt, a szen-ve - dőt s az ár - vát,

Gond vi - se - lő Atyánk, könyö-rög-ve kérünk! Á - men!  
 S a benned bízók-nak viseld mindig gondját! Á - men!

ÉTKEZÉS UTÁN:

Gondviselő Atyánk, asztaoltól kelve  
 Szívől hálát adunk kezünk összetéve.  
 Áldd meg ezt a házat s ennek a gazdáját!  
 Fordítsd vissza néki a vendéglátását!  
 Szánd meg a szegényt, a szenvedőt s az árvát,  
 S a benned bízóknak viseld mindig gondját! Amen



A „székely” asztali áldásként ismertté vált énekes étkezési ima szövege Máté evangéliumát idézi (Mt 6,26). Szövegének eredete ismeretlen. Az általam talált legkorábbi változat Pósa Lajos verseként 1891-ben jelent meg a költő Benedek Elekkel együtt szerkesztett, első irodalmi értékű, *Az Én Ujságom* című gyermeklapban.<sup>25</sup> Hogy a szerző egy már ismert imaszöveget idézett vagy írt át, arra egyelőre nem találtam adatot. Így azt sem tudjuk, hogy Pósa verse folklorizálódott és terjedt el asztali áldásként, vagy már eleve létezett ez a szöveg. Mindenesetre Berkesi Sándor (Kossuth-díjas karnagy, egyetemi tanár, a magyar református egyházzene meghatározó képviselője, a Debreceni Kántus karnagya) megzenésítése nyomán az immár énekes áldás ma már folklórszerűen terjed, hagyományozódik és variálódik a keresztény vallási közösségek, a cserkészek, és más erre fogékony csoportok körében.<sup>26</sup> Az egyszólamú ének olyannyira bekerült a köztudatba, hogy 2021-ben megjelent, kibővített új *Református Énekeskönyv*be is bekerült. A négyzólamú verziót pedig népszerű kórusműként sokféle éneklék nemcsak asztali áldás funkcióban, de koncerteken is.

#### 4. Az asztal terítve, immár minden kész... Népszerű, felekezetközi énekes ima

##### ÉTKEZÉS ELŐTT:

Az asztal terítve, immár minden kész,  
gazdagon terített az angyali kéz,  
jóságát lássátok és tiszteljétek (változat: *ízeljétek*),  
mit Ő adott hálás szívvel vegyétek. Ámen.

<sup>25</sup> *Az Én Ujságom* 2. évf. 6. szám 92. oldal. Pósa Lajos: *Imák. A kicsikék számára.*

Asztal alatt: „Ki asztalt terítesz az égi madárnak, / Teríts asztalt, teríts, szegénynek, árvának. / Nyisd meg, Atyánk, nyisd meg jóságos kezedet, / Adj a koldusnak is tápláló kenyeret! / Ételben, italban legyen ma is részünk, / Gondviselő Atyánk, könyörögve kérünk. Asztal után: Atyánk, a mi ajkunk tégedet magasztal, ám megelégtett a terített asztal. Mint ahogy ételt bord madár a fiának, A mi jó szüleink minket úgy táplálnak. Mennyei jó Atyánk, kérünk szent neveddel. Áldd meg őket, áldd meg mind a két kezedd!”

<sup>26</sup> A dallam keletkezéséről a szerzővel készült interjú alapján részletesen lásd Juhász 2022b. Egy hangzó példa a pécsi Református Kollégium Kórusától: <https://www.youtube.com/watch?v=tMSARaGyrws> (Letöltés: 2023. 07. 17.) Az ének a kotta melletti QR kódra kattintva is meghallgatható.

## ÉTKEZÉS UTÁN

Urunk Jézus Krisztus fogadd hálánkat,  
Hogy asztalt terítettél és velünk vagy!  
Hol te vagy Úr Jézus nincs hiány többé,  
Életnek kenyere vagy mindörökké! Ámen

A református gyerekek között találkoztam ezzel az énekes asztali áldással, de kiderült, hogy a katolikusok, baptisták, evangélikusok körében is országszerte ismerik (Kispál 2014: 22). Dallama a *Földműves éneke* címmel közismert német népdal (*Ha nyílnak a tavaszi kék ibolyák...*).

### 5. Te hívsz meg minket a lakomára...

Te hívsz meg minket a lakomára,  
az együtt létért Tied a hála.  
Mert úgy szerettél, emberré lettél.  
Kenyeret adtál, velünk is ettél.

Dicsőség, hála, jó Atyánk, néked;  
kenyerünk Krisztus, erőnk a Lélek.  
Szívünk kitárjuk, örömmel várunk,  
mert megváltottál, örökké áldunk. Amen



C G C

Te hívsz meg mi - ket a la - ko - má - ra,  
Mert úgy sze - ret - tél, em - ber - ré let - tél,

5 G C

Az egy - ütt - lé - tért Ti - ed a há - la,  
Ke - nye - ret ad - tál, ve - lünk is et - tél!

Minden keresztény felekezetben közkedvelt, egyszerű dallammal énekelt, így a gyerekek számára is könnyen megtanulható asztali áldás.

Hangzó változat: <https://soundcloud.com/tornay-gabor/te-hivsz-meg-minket-a-lakomara> (Letöltés: 2023. 07. 17.). Menzai példa: 3. sz. kép és videó.

## 6. Jöjj el Jézus, légy vendégünk... és változatai

### Étkezés előtt

lá Finn Kalevala-dallam



Jöjj el Jézus, légy vendégünk, Áld meg, amit adtál né - künk.

szi szi



Adjad, Uram, hogy jól essék, Jézus neve dicsértessék.

### Étkezés után

szó Magyar népdal: Erdő mellett estvéledtem



A-ki é-telt, i - talt a-dott, Annak neve legyen ál-dott.



Mi jóllaktunk, há-la Isten! Annak is adj, kinek nincsen.

### ÉTKEZÉS ELŐTT:

Jöjj el Jézus, légy vendégünk, áldd meg amit adtál nekünk,  
Adjad Uram, hogy jól essék, Jézus neve dicsértessék. Amen

### ÉTKEZÉS UTÁN:

Aki ételt-italt adott, annak neve legyen áldott.  
Mi jól laktunk, hála Isten, annak is adj, kinek nincsen. Amen

(Forrás: legújabb cserkész daloskönyv: Kispál 2014: 22–23)

A legismertebb kezdő és záró imádság, ami minden felekezetenél, sokféle, egymáshoz nagyon hasonló szövegváltozatban megtalálható.<sup>27</sup> A felekezeti különbség elsősorban a kísérő mozdulatokban, gesztusokban nyilvánul meg. A katolikus iskolákban állva, keresztvetéssel az elején és a végén, a református közösségekben a helyüket elfoglalva, leülve, és fejüket végig lehajtva, kezüket imára kulcsolva mondják vagy éneklik.

A sokféle változatban élő szövegre alkalmazott dallam is nagyon sokféle lehet, akár ugyanazon a közösségen belül is. A folklorizálódás, a hagyomány kreatív újraalkotásának iskolapéldája ez az imádság. A benne résztvevőknek egyszerre nyújtja a gyökereket, a hagyomány stabilitását, a nagy közösséghez tartozás átélését, ugyanakkor a rítus alakításában való aktív részvétel, élményét, az újdonság varázsát is. Tipikus megoldás, hogy egy azonos szótagszámú, közismert (és közkedvelt) dallamokra éneklik az áldást, melyek mindegyike más-más hangulatot kölcsönöz a közös rítusnak: *Erdő mellett estvéledtem* (lírikus, magasztos), *Kiskarácsony, nagykarácsony, Karácsonynak éjszakáján* (meghitt, ünnepet idéző), *Kossuth nóta* (ünnepélyes, hazafias), *Megy a gözös* (vidám, játékos). A választott dallamok jellegétől, illetve alkalomtól (iskola, tábor, farsangi multság stb.) függően akár a kísérő mozdulatok is módosulhatnak, ahogyan az alábbi idézetben olvashatjuk:

„Igen, mi minden étkezés előtt, a programokon, legtöbbször a programokon kívül is mondanak egy kis imát, az étkezések előtt és után is. Hálát adva ezzel az Istennek, a mindennapi kenyerünkért. Így lesz teljes az étkezés csapaton belül. Ezeket, van hogy kicsit szórakoztatóbbá tesszük, azzal, hogy dallamosabban el-énekeljük az imát, vagy akár a *We were we were rock you*-ra dobolunk a lábunkon és tapsoljuk ki az ütemet miközben énekeljük. Ebben az esetben a *vendégünk* helyett *velünk*-et, az *amit adtál nekünk* helyett pedig a *mi ételünk*-et kell énekelni, hogy kijöjjön a rím.”<sup>28</sup>

Ez az az imaszöveg, amelynek számos humoros parafrázisa, paródiája is létezik – kivételként erősítve a szabályt. Például, ha valami nemszeretem étel van ebédre, előfordul, hogy a szöveg így módosul: *Édes Jézus, légy vendégünk, EDD meg amit adtál nekünk*.

---

<sup>27</sup> Egy másik (református) változat: *Jöjj el Jézus légy itt velünk, áldd meg amit adtál, kérünk./ Aki ételt italt adott: Urunk neve legyen áldott*. Legnagyobb a változatosság a kezdő megszólításban, például: *Jövel Jézus...*, *Urunk Jézus...*, *Jézus Krisztus...*, *Édes Jézus légy vendégünk*. Sok helyen a két sornak a kezdő és lezáró részben is csak az egyik (többször az első) fele hangzik el.

<sup>28</sup> Nagy Bence, a Kiscserkész a Nagyvilágban című blog szerzője az étkezési imákról: <https://kiscserkesz.mozello.com/oktatas/vallas/im/> (Letöltés: 2023. 07. 27.) Az áldásnak a Queen slágerére alkalmazott egyik tábori változata videón: <https://www.youtube.com/watch?v=8IgcDICIAb> (Letöltés: 2023. 07. 27.)

Hasonló, de konkrét személyre való utalást is tartalmaz a következő változat:

„A rendszerváltás előtt a győri Czuczor Gergely Bencés Gimnázium gondnoka és »konyhafőnöke« Pászthory Valter (1932–1996) atya volt. A közös étkezések asztali áldással kezdődtek, aminek volt »alternatív változata« is. Ezt el lehetett mondani úgy, hogy az nem lógott ki a közös mormogásból: *Valter atya légy vendégünk, edd meg, amit adtál nekünk. Amen.*” (Grozdics Károly)

Egy másik közismert vicces változat, amit akkor szokás mondani (persze csak kivételes alkalmakkor), ha már nagyon éhes a társaság: *Édes Jézus idehallgass, éhes vagyok mint a farkas!*

## **7. Waldorf oktatási intézmények étkezési imaszövegei**

Minden étkezés (tízórai, ebéd, uzsonna) előtt a legkisebbek még kézenfogva, később a mellkason keresztbe tett kézzel mondják el az alábbi asztali áldások valamelyikét.

### **ÉTKEZÉS ELŐTT:**

(Kézfogásra)  
Kéz kör körbe ér fogd meg a kezét!  
(Áldás:)  
Föld te adtad ezt nekünk,  
Nap te érlelted ezt nekünk,  
Föld te kedves,  
Nap te kedves,  
A szívünkben mindig kedves!  
(A pedagógus:)  
Áldásos étkezést! – Jó étvágyat  
mindenkinek!

### **ÉTKEZÉS VÉGÉN:**

(Kézfogásra)  
Kéz kör körbe ér fogd meg a kezét!  
(Áldás:)  
Köszönjük, köszönjük! Köszönjük az ebédet/uzsonnát!

\*\*\*

Földből magba, magból szárba,  
Szárból virágba, virágból kalászba,  
Kalászból kenyérbe, kenyérből testembe,  
Testemből lelkembe, lelkemből lelkedbe.  
(Pedagógus:)  
Jó étvágyat kívánok!

\* \* \*

Te, aki táplálsz az ég madarait,  
öltözteted a rét virágait,  
teríts nekünk is asztalt.  
Add, hogy amit ma ajkunkkal magunkhoz veszünk, a javunkra váljék.

\* \* \*

Kenyér a magból, mag a fényből, Fény Isten szeméből.  
Földnek termése, Istennek Fénye, küldj világosságot szívünk mélyére.



5. kép: Ima a kecskeméti Waldorf iskolában (Fotó: Dorcsák Péter, Kecskemét, 2021)

## IRODALOM

BÁLINT Sándor

1938 Szent János áldása. *Ethnographia*, 49. évf. 214–217.

BÁRDOS Lajos – SPILENBERG György – MÁRAI György (szerk.)

1941 *Magyar cserkész daloskönyve* 6. átdolgozott kiadás. Budapest: Magyar Cserkészsövetség.

BARNA Gábor

2003 „Ich bedanke mich für meine Gesundheit”: Gästebücher in einem Krankenhaus. In: *Ritualisierung, Zeit, Kommunikation*, 11. évf. 43–49. Budapest: Akadémiai Kiadó.

BÁRTH János

1980 Az illancsi tanyák népének hajósi búcsújárása. *Népi kultúra – Népi Társadalom*, XI–XII. évf. 59–117.

BARTÓK Béla – KODÁLY Zoltán (szerk.)

1955 *A magyar népzene tára* III/A. *Lakodalom* 1. Budapest: Akadémiai Kiadó.

BÁTI Anikó

2020 A néprajzi táplálkozáskultúra-kutatás új lehetőségei. A közétkeztetés vizsgálata. In: Cseh Fruzsina – Mészáros Csaba – Borsos Balázs (eds.): *Számvetés és tervezés: A néprajztudomány helyzete és jövője a 21. században*. 241–260. Budapest: L'Harmattan, MTA BTK Néprajztudományi Intézet.

BOCOCK, Robert

1974 *Ritual in Industrial Society. A Sociological Analysis of Ritualism in Modern England*. London: George Allen & Unwin Ltd.

BOSSARD, James Herbert Seward – BOLL, Eleanor Stoker

1950 *Ritual in Family Living*. Philadelphia: University of Philadelphia Press.

BOURDIEU, Pierre

1978 *A társadalmi egyenlőtlenségek újratermelődése*. Budapest: Gondolat.

COLLINS, Randall

1992 Women and the Production of Status Cultures. In: Lamont, Michele – Fournier, Marcel (eds.): *Cultivating Differences: Symbolic Boundaries and the Making of Inequality*. 213–231. Chicago – London: University of Chicago Press.

DOUGLAS, Mary (ed.)

1982 *Food in the Social Order*. New York: Russell Sage.

DOUGLAS, Mary

2003 Egy étkezés megfejtése. In: *Rejtett jelentések. Antropológiai tanulmányok*. 289–318. Budapest: Osiris.

DURKHEIM, Émile

2003 [1912] *A vallási élet elemi formái*. Budapest: L'Harmattan Kiadó.

ÉNEKLŐ EGYHÁZ

1985 Római katolikus népénektár, liturgikus énekekkel és imádságokkal. [szerk. Népeénektár-Bizottság] Budapest: Szent István Társulat.

FIGESE, Barbara H. – FOLEY, Kimberly P. – SPAGNOLA, Mary

2006 Routine and ritual elements in family mealtimes: Contexts for child wellbeing and family identity. *New Directions for Child and Adolescent Development*, Vol. 111. 67–90.

GIOVAGNOLI Raffaella

2018 From Habits to Rituals: Rituals as Social Habits. In: Giovagnoli Raffaella – Dodig-Crnkovic, Gordana (eds.): *Habits and Rituals*. Special issue *Journal Open Information Science* Vol. 2. No. 1. Berlin: De Gruyter. <https://doi.org/10.1515/opis-2018-0014>

GOODY, Jack

1977 Against „Ritual”: Loosely Structured Thoughts on a Loosely Defined Topic. In: Moore, S. F. – Myerhoff, B. G. (eds.): *Secular Ritual*. 25–35. Assen: Van Gorcum & Comp.

HOBSON, N. M. – SCHROEDER, J. – RISEN, J. L. – XYGALATAS, D. – INZLICHT, M.

2018 The Psychology of Rituals: An Integrative Review and Process-Based Framework. *Personality and Social Psychology Review*, Vol. 22. No. 3. 260–284. <https://doi.org/10.1177/1088868317734944>

IVASIVKA Mátyás

1991 *Cserkészek daloskönyve*. Budapest: Márton Áron Kiadó.

JÁKI Sándor Teodóz

2004 *Jáki Sándor Teodóz énekel és tanít*. Hangzóanyag. Budapest: Magyar Kultúra Kiadó Kft. HCD295

JUHÁSZ Katalin

2021a Az étkezés mint rítus. Étél- és italáldások az Ószövetségtől az iskolai menzáig 1. (Az ételáldások története és szerepe a néphagyományban). *Folkmagazin*, 28. évf. 2. sz. 42–45.



JUHÁSZ Katalin

2021b Az étkezés mint rítus. Étel- és italáldások az Ószövetségtől az iskolai menzáig 2. (Kiemelt alkalmak énekes áldásai a néphagyományban és mai ételáldások). *Folkmagazin*, 28. évf. 3. sz. 50–53.

JUHÁSZ Katalin

2023 Urban and Rural Attitudes toward Food in School Catering in Hungary. *Acta Ethnographica Hungarica*, Vol. 68. No. 2. Megjelenés alatt.

KAPITÁNY Ágnes – KAPITÁNY Gábor

2011 A gasztronómiai érdeklődés szociokulturális okai, szemiotikai jelei. *Jel-Kép*, 1. sz. 55–82.

KENDE B. Hanna

2000 *Gyermekpszichodráma*. Budapest: Osiris.

KISPÁL György (főszerk.)

2014 *Cserkészélet imakönyve. Velemjáró a cserkészösvényre*. Budapest: Magyar Cserkészszövetség Táborkereszt Katolikus Cserkészek Közössége.

KISSNÉ VISZKET Mónika

1999 A családi rituálék elméleti kérdései és néhány gyakorlati megfontolása. *Alkalmazott Pszichológia*, 1. évf. 2. sz. 41–59.

KISSNÉ VISZKET Mónika

2005 Családi rituálék mint protektív faktorok. *Alkalmazott Pszichológia*, 7. évf. 1. sz. 74–89.

KÓNYA Sándor

2013 Szent János áldása. *Híd*, 77. évf. 20. sz. 4–18.

KÓSA László

1990 Protestáns egyházas szokások és magatartásformák. In: Dömötör Tekla (főszerk.): *Magyar néprajz* VII. 443–481. Budapest: Akadémiai Kiadó.

LEVI-STRAUSS, Claude

1955 The Structural Study of Myth. *The Journal of American Folklore*, Vol. 68. No. 270. 428–444.

LÉVY-STRAUSS, Claude

1964–1968 *Mythologies 1–3.: Le cru et le cuit* (1964); *From Honey to Ashes* (1966); *L'origine des manières de table* (1968). Paris: Plon.

MOORE, Sally F. – MYERHOFF, Barbara G.

1977 Introduction: Secular Ritual: Forms and Meanings. In: Moore, S. F. – Myerhoff, B. G. (eds.): *Secular Ritual*. 3–24. Assen: Van Gorcum & Comp.

NEULINGER Ágnes

2013 Világi rítusok, családi rítusok. Szakirodalmi áttekintés. *Szociológiai Szemle*, 23. évf. 3. sz. 102–120.

NYÁRY Albert

1906 Palócz lakodalom. *Néprajzi Értesítő*, 7. évf. 3–4. sz. 218–232.

PÉNTÉK János

1997 A ritualizált szöveg. In: *Szöveg és stílus*. 329–334. Kolozsvár: BBTE Magyar Nyelv és Kultúra Tanszék.

RADCLIFFE-BROWN, Alfred Reginald

2004 [1952] *Struktúra és funkció a primitív társadalomban*. Debrecen: Csokonai Kiadó.

REFORMÁTUS ÉNEKESKÖNYV

2021 [... összeáll. a Generális Konvent Liturgiai és Himnológiai Bizottsága] Budapest: Magyarországi Ref. Egyház Kálvin János Kiadó.

ROOK, D. W.

1985 The Ritual Dimension of Consumer Behavior Reviewed. *Journal of Consumer Research*, Vol. 12. No. 3. 251–264.

SMIT, R.

2011 Maintaining Family Memories through Symbolic Action: Young Adults' Perceptions of Family Rituals in Their Families of Origin. *Journal of Comparative Family Studies*, Vol. 42. No. 3. 355–367.

SPAGNOLA, M. – FIESE, B. H.

2007 Family Routines and Rituals: A Context for Development in the Lives of Young Children. *Infants & Young Children*, Vol. 20. No. 4. 284–299. <https://doi.org/10.1097/01.IYC.0000290352.32170.5a>

STRINGFELLOW, Jamie

2012 Saying Grace: Mealtime Blessings Around the World. *Spirituality & Health* Vol. 15. No. 4. online version <https://www.spiritualityhealth.com/articles/2012/08/03/saying-grace-mealtime-blessings-around-world>

SZENDREY Zsigmond – SZENDREY Ákos

1937 Zene, tánc, szokások, hitvilág, játék. In: N. Bartha Károly et al. (szerk.): *A magyarság szellemi néprajza 2.* (A magyarság néprajza, 4.) *Szokások*. 154–322. Budapest: Egyetemi Ny.

VÁRKONYI-NICKEL Réka – GREINER Erika – VARGA-NAGY Veronika

2019 Hagyomány, globalizáció, előírás. A gyermek közétkeztetés társadalomformáló szerepének vizsgálata a XX. században. *Ethno-Lore*, XXXVI. évf. 123–144.

VEREBÉLYI Kincső

2005 *Minden napok, jeles napok. Hétköznapok és ünnepek a népszokások tükrében.* Budapest: Timp.

VOHS, K. D. – WANG, Y. – GINO, F. – NORTON, M. I.

2013 Rituals Enhance Consumption. *Psychological Science*, Vol. 24. No. 9. 1714–1721. <https://doi.org/10.1177/0956797613478949>

KATALIN JUHÁSZ

NUTRITION OR EATING? FOOD RITUALS IN CANTEENS, WITH SPECIAL REGARD TO SAYING GRACE

**Keywords:** public catering, food rites, secular rites, table blessing

‘Nutrition’ and ‘eating’ are seemingly related concepts. However, there is an important difference between them. ‘Nutrition’ is more biological and expresses the body’s need for nourishment to survive. ‘Eating’, on the other hand, is an occasion for nourishment: a performance. The dichotomy that hunger and nutrition are biological needs, and that the way to satisfy this need is culturally determined, arises every time nutrition and eating are discussed. Ingesting food in the here and now is a communicative activity, a custom, a function and specific code of a culture.

When the legal background and dietetic recommendations for school meals are being created, little attention is paid to the conditions and ways children consume food with a scientifically determined nutritional composition. Therefore, we as ethnographers investigated with our own methods, among other things, the physical environment, logistics, and customs of catering and eating in school canteens. In this entire process, the allotted time as well as the communication about food and attitude towards food of the stakeholders – food service managers, cooks, suppliers, service staff, teachers accompanying children, children and their parents – are also important factors.

Focusing on the communal mealtime rituals observed at the fieldwork sites, especially saying grace, the study explores how and in what versions all of these are implemented in the school canteen, and what effect they have on the attitude of the participants towards (canteen) food.

