

„AMIKOR ELMENT A FÉRJEM, OLYAN MÉLYPONTRA KERÜLTEM,  
AMIT NEM KÍVÁNOK SENKINEK”

# Csongrádi Kata: Igyekezem mérgek nélkül élni

Új dalai a Covid alatti bezártságban születtek, amelyek most egy album formájában a Sztár Limonádé vadonatúj CD mellékleteként láttak napvilágot. Csongrádi Kata kifogyhatatlan az ötletekből, tervekből, és ha kapcsolódni szeretne, akkor is inkább a gyorsgyaloglást választja. A művésznő most magánéletébe is bepillantást engedett és kérdésünkre elárulta: nyitott egy új szerelemre.

KÉSZEN ÁLL  
EGY ÚJ  
SZERELEMRE

2019 S. Nagy díjasa,  
László Attila



– Egy vadonatúj albuma jelent meg a Sztár Limonádé mellékleteként. Hogyan jött az ötlet egy új lemez készítésére? Miről szólnak az új dalai?

– A HOGYHA SZERETSZ... album nagy része a Covid alatti bezártságban született. Minden egyes dala a szeretetről vagy annak hiányáról szól, mert akár bevalljuk, akár nem, a szeretet a mi legfőbb éltető erőnk. Repülni tudnánk, ha színültig vagyunk vele, ha pedig nem, akkor kiüresedett lélekkel úgy látjuk, hogy semminek, semmi értelme. A szeretetvágy mondatja velünk például az olyan – néha fájdalmat okozó – mondatainkat is, hogy TARTSD MEG A SZÍVED, és a VÁR EGY ÚJ ÁLLOMÁS című dalban a látszólagos

elengedés is valójában a másikhoz való ragaszkodásról szól. A TÉKOZLÓ SZIVEDDEL arra figyelmeztet, hogy becsüljük meg a kapcsolatainkban rejlő nagyszerűséget „Öleljünk át minden boldog pillanatot” és akkor talán megvalósul a CSILLAGSZÓTTE ÁLMODÁS.

– Milyen tervekkel vágott neki 2022-nek?

– Szeretném, ha ez az album minél több embert feltöltene öröm-energiával. Bízom benne, hogy élő koncerteken is lesz alkalmam eljuttatni ezeket a dalban megfogalmazott üzeneteket a közönséghez és titokban azt is remélem, hogy a nézők velem együtt fogják énekelni,

hogy TÚLA KÖNNYEKEN VÁR MÉG GYŐZELEM.

## „HA NEM ÍROK, AKKOR RUHÁKAT TERVEZEK”

– Kifogyhatatlan az ötletekből. Miből szokott töltekezni?

– A kreativitás mindig feltölt. Gyerekkortól kezdve írok, a saját dalommal felvételiztem sikeresen a Színművészeti is. Most is folyamatosan írok forgatókönyveket, novellákat, verseket, zenéket...



Ha nem írok, akkor ruhákat tervezek, amiket remek varrónőm: Olga nagy lelkesedéssel megvarr. Nagy örömet jelent az is, amikor egy-egy adománnyal segíthetem régi iskolám, a Baross Gábor általános iskola diákjait, vagy a világ legnagyobb jószolgálati szervezete, a Mozaik Lions klub tagjaként támogathatom a rászorulókat, most például az Iványi Gábor által működtetett hajléktalan óvodát.

Kikapcsolódást jelent az napi 2–4 km-es gyorsgyaloglás is, amit a közeli parkban teszek. Egy jóbaráttal történő kiadós lelkizés is feltölt, de igazán az számomra a mindent elsöpörő eufórikus öröm, amikor egy fellépésem érezhetem a közönség szeretetét.

– És mivel tudja megtartani fiatalosságát, hiszen mindig bomba formában van?

– Igyekezem mérgek nélkül élni. Ez vonatkozik a táplálkozásra és a lelkiekre egyaránt. Kerülöm a tartósítószeres készítményeket, főleg nyers zöldséget, gyümölcsöt fogyasztok, kevés húst, főleg szójaféléket eszem. Elengedhetetlen persze a napi torna, a jóga is és örülök, hogy az általam szabadalmaztatott partvis-aerobicot – amit takarítás közben is alkalmazhatunk és garantáltan karcsúsít – már több háziasszony is beépítette a napirendjébe.

## FÉRJE, S. NAGY ISTVÁN EMLÉKÉRE DÍJAT IS LÉTREHOZOTT

– Férje, S. Nagy István emlékét folyamatosan ápolja koncerteken, vagy akár dalaival, amelyeket Ön vagy éppen tehetséges előadók énekelnek. Idén készül valamilyen nagy eseményre?

– 2021-ben a Covid miatt elmaradt a szokásos emlékkoncert, de tervezem, hogy idén, a legnagyobb biztonsági intézkedések mellett tartunk egyet. Már folynak a tárgyalások ez ügyben, lehet, hogy a születésnapom környékén kerül rá sor, ami a házassági évfordulónk dátuma is. Ismét átadásra kerül az általam létrehozott S. Nagy István emlékdíj, amit olyan előadók kapnak, akik sikerrel énekelik és folyamatosan repertoárjukon tartják a férjem emblematikus dalait, mint például korábbi díjazottak közül: László Attila, Soltész Rezső. 2022-ben ezt a kitüntetést Farkas Gábor kapta.

– Műsorokat készít különböző televíziós csatornákon. Lesz folytatása idén is valamelyik sorozatnak?

– A Hatoscsatornán futó Napsütéses Kataságok-sorozat heti rendszerességgel már idestova két éve fut sikerrel, olyan kedves és értéket képviselő beszélgetőpartnerekkel, mint Harsányi Gábor, Varga Miklós és

2021 Soltész Rezsővel  
az S. Nagy díjátadáson



Az Elmúltam annyi c. sorozat dal klipforgatásán



A híres partvis-aerobik



Tolcsvay Lászlóval, televíziós forgatás közben



Támogatottjaival, a Baross Gábor iskola tanulóival



lánya, Vivi, Pitti Katalin, Tolcsvay László. A nagy tetszésre való tekintettel hamarosan könyv formájában is megjelennek ezek az interjúk. Már alig várom. A Zenebutik csatormán is kedvező nézettséggel ment a Férjem, S. Nagy István 10 részes sorozatom, ezért most ott is újabb lehetőséget kaptam. Hamarosan indul a Slágergyárosok Csongrádi Katával című 20 részes műsor, amelyikben olyan magyar slágerszerzők dalai szerepelnek, akiknek több év / évtized távlatából is köztudatban maradtak a slágerei... Az egyes epizódokban mindegyik szerző életéről a hozzájuk illő öltözetben mesélek: Fenyő Miklóshoz például jampis napszemüveggel, a Bonbon együttesnél „Valami Amerika”-i sállal, Máté Péternél pedig a tőle megörökölt fekete csokornyakkendővel egészítem ki a ruházatomat.

## SZERELEM, SZÍNHÁZ, MAGÁNÉLET

– **Színészi karrierje mostanában mintha az énekelés mögé került volna. Mennyire maradt meg ez a szerelem az életében?**

– Egy színész a színészi eszköztárát nem csak hagyományos, három felvonásos nagyszínpadi produkciókban kamatoztathatja, hanem másfajta megnyilvánulásaiiban is. Mióta a Covid miatt az egész színházi életünk

kicsit háttérbe, vagy online térbe szorult, hálás vagyok a sorsnak, hogy a TV-s felkérésekben vagy a dalaimban felhasználhatom a színészi tapasztalataimat is. Az általam vezetett műsorokat például lírai vagy humoros jelenetekkel színesítem, és a dalaim előadásainál is hangsúlyt fektetek a színészi megoldásokra. A Tékozló szíveddel klipnél például szinte drámai monológként jelenítődik meg a mondanivaló, az Elmúltam annyi klipben pedig a komikai vénám kerül előtérbe, amikor az életkorommal viccelődöm.

– **Apropó, szerelem – Biztosan sokan feltették már a kérdést: nyitna már egy új kapcsolatra?**

– Hét éve hunyt el a férjem, pótolhatatlan úrt hagyva maga után. Amikor elment, olyan mélypontra kerültem, amit nem kívánok senkinek. A munkába menekültem, ami ideig-óráig feledtette a magányomat, de egy nőnek nehéz egyedül és bevallom, örülnék, ha jönne az életembe egy igazi társ. Udvarlókban nincs hiány, szép számmal akadnak jelentkezők, de még nem dobbant rá senkire a szívem...

– **Hogyan telnek Csongrádi Kata mindennapjai?**

– Jelenleg a rengeteg munka dominál, amit nagyban megkönnyít az a tény, hogy a legtöbb munkatársammal baráti a kapcsolatom. Szász M. At-

tíval – az új album legtöbb dalának hangszerelőjével – rengeteget neveltünk a felvételkor, pedig néha éjszakába nyúlóan dolgoztunk. Paor Lilla, a Hatoscsatorna vezetője is ugyanolyan szeretettel léggörte terem a Kataságok felvételénél, mint Lukin Ágnes rendező a Zenebutik sorozat létrehozásánál. A Napsütéses Kataságok könyv kiadója, Zimber Szilvia szintén régi barátom, akivel mondhatni játékosan bonyolítjuk a kötettel kapcsolatos komoly teendőinket és

nagy ajándék az is, hogy az unokahúgomra – akit inkább húgomnak neveznék –, dr. Kiss Gabriellára jóban-rosszban számíthatok.

– **Nem titkoltan az ezotéria is érdekléi elég régóta. Másként látja ezen a „szemüvegen” keresztül a mai, cseppet sem egyszerű világot?**

– Nagy áldás számomra a Belső Nap meditáció általi ellazulás lehetősége. Ebben a félelemmel és bizonytalansággal teli, vírusos léggör-

ben, amikor a feszültségektől görcsbe rándulunk, jól esik naponta 10-15 percig kinyújtóztatni az idegeinket, elengedni azt, ami lehúz és hagyni beáramlani azt, ami felemel, és tenni mindezt azzal a feltétel nélküli szeretettel, amiről a SZERESS ÚGY, MINT A NAP – Naphimnusz című dalomban is énekelek, amelyik angolul is hallható ezen az albumon, hogy több nyelven is tovább adhassam a világnak, hogy milyen nagy csoda az élet, hogyha szeretsz.



Paor Lillával, a Hatoscsatorna vezetőjével

A mikrofonnál

Vargáékcal  
hármán