



MÉREGTELENÍTŐ


2017.09.szám

KEDVES OLVASÓ!

ÚJ TANÉV... Mindnyájan tanulunk egész életünkben. A csecsemő szopizni, az óvodás szépen enni, az iskolás gyerek tanulni, ismereteket gyűjteni. Mindez miért? Mert mindig felsőbb osztályba kell menni, nincs megállás. Ezek a drága arcok, akik emlékezetem homályából előjönnek, útjuk végén jártak. Tanultak, de tanítottak is. Például engem, aki pedig látszólag azért voltam mellettük, hogy segítek nekik öregségükben. Mégis, ők tanítottak engem nagyon sok hasznos ismeretre. Láttam a sorsukon keresztül, hogy lehet elfogadni a megváltoztathatatlant. Hogy lehet örülni a legkisebb szeretetnek is? Hogy kell hálás szívvel fogadni minden apró segítséget? Hogy lehet egyre inkább rábízni magunkat arra a kézre, amely nem enged el, biztosan vezet a végcélig. Hogy lehet megbízni ebben a kézben, s végül kapaszkodni bele?

20.-án idén is ünnepi mise volt az Otthonban, ahol immár 12 éve kísérem a rám bízottakat. Kísérem vagy szállítgatom, szükség szerint, többedmagammal. Mondhatom, hogy igen nagy szeretettel és empátiával. Sokszor talán túlságosan is hozzájuk öregedve, belebújva az Ő „saruikba”.

Amikor most az óvodások, iskolások kis cipőcskéit is megkísérlem felhúzni, igen, előjönnek az emlékek szeptember elsejéről! Nem minősítem, szépek, vagy nem. Valóság-szagúak, új könyv-szagúak, közösség-szagúak, és nagyon sokszínűek...

Hát ezeken elgondolkodva forrón imádkozom mindenkiért, aki tanulni született erre a Földre. Hogy tanuljon meg mindenki útja végére **SZERETNI!!!** /Még ebben a mi durva és agresszív világunkban sem lehetetlen!/


Reménységből élők sokkal messzebbre látnak.

Szeretetből élők sokkal mélyebbre látnak.

Hitből élők mindent más színben látnak.

(Lothar Zenetti)



Szuhanics Albert: Tanévnyitó

Bár hosszú a vakáció,
elfogy számos napja,
új évet kezd a nebulók
apraja és nagyja.

Az iskolakezdés napja
eljött, bárki tudja,
vakációnk végét járja,
utolsókat rúgja...

Szép volt, jó volt a szünidő,
kedves a sok emlék,
tanulással telnek ismét
majd a hosszú esték.

Tanévnyitó, boldog zshivaj,
de jó megint együtt!

Megosztjuk az élményeink,
az évet így kezdjük...

Már hiányzott a tanterem
és a jó tanárok,
örülök, hogy szeptember van,
s iskolába járok!

Érdekes a sok új tankönyv,
jó forgatni, nézni,
ugye marad osztályfőnök,
kedves tanár néni?

Egy osztállyal feljebb léptem
büszkén járok abba,
ma boldogan ülök ismét
az iskolapadba!

UGRÓISKOLA

Emlékszel???

Emlékszel, mikor apró gyermek voltál?
Te is kijártad az ugróiskolát?
Egy-egy kockába kis kavicsot dobtál,
s ugráltál, végig élve a csodát.

Látom a lelked újra gyerekké lett.
Nem érdekel már, mit szól a világ!
Felszabadult a régi gyermek lélek,
s mosolyog rajtad, ki játszani lát.

Örömed végre újra megtaláltad,
és amíg játszol, nem fáj semmi sem.
Újra hajlik és mozog kezed, lábad,
- s mosolygó képed magammal viszem...



Oktatás és/vagy nevelés?

Különös természete és hatékonysága van a nevelés céljának: a teljes emberi és keresztény érettség elérése. Ebből a célkitűzésből lehet csak megérteni, hogy mekkora különbség van valaminek az oktatása és a valamire való nevelés között. Amíg az oktatás arra irányul, hogy valaki egy bizonyos területen elérhető elméleti és gyakorlati ismereteket megszerezze és felelősségteljesen alkalmazza önmaga és mások életében, addig a nevelés arra tesz kísérletet, hogy ezen megszerzett tudnivalókat beillessze abba az átfogó és szerves egységbe, amelyet teljes emberi és keresztény érettségnek nevezünk. Ebből világosan kiderül, hogy az oktatási cél alárendelődik a nevelési célnak. Az első szolgálatot tesz a másodiknak. Az oktatási cél azonban csak akkor képes szolgálatát ellátni, ha valóban megtalálható egy adott területen az okok és összefüggéseik feltárása, oktatása, továbbadása és elsajátítása. Mindez alkotja a tárgyi tartalmú ismeretet.

A katolikus keresztény hit továbbadásának folyamatában a tárgyi tartalom az, mit és kiben hiszünk? A kérdésre a felelet az apostoli hitvallás. Ezt a hitoktatás magyarázza a különböző korosztályú keresztelés előtt állóknak vagy a már megkeresztelteknek. Amit és akiben hiszünk, az értelmes mondatokból álló kisebb-nagyobb logikai rendszerekbe foglalható és közvetíthető szóban és írásban. Ne tartsuk jelentéktelennek azt az állandó buzdítást, hogy minél pontosabban ismerjük meg a Jézus Krisztusba vetett hitünk tartalmát úgy, ahogyan erről az evangéliumi iratok tanúskodását értelmezi Egyházunk 2000 éves hagyománya. Ha nem ismerem a hittartalmat, akkor nem vagyok képes sem az elhívésre, sem pedig a hitvallásra. Ezért oly sürgető, hogy törődjünk életkorunknak megfelelően hitünk tartalmának és összefüggéseinek megismerésével. Ne sajnáljuk erre sem az erőnket, sem az időnket! Ennek érdekében hozunk meg minden áldozatot! Ha erre készek a felnőttek, akkor ezzel vonzó példát adnak gyermekeiknek.

Nem feledhetjük, hogy gyermekeink leginkább reményünket fürkésző tekintetükkel, elszólásaikkal, célzott kérdéseikkel vagy éppen a hittel szemben gyakorolt kritikájukkal kéri számon szüleik és felnőtt környezetük hitbeli jártasságát és tájékozottságát. Ide kívánkozik II. János Pál tanítása: „Ma mind sürgetőbbben jelentkezik a felnőttek hitbeli képzésének szükségessége... azért a követelményért, hogy számot adjanak reményük értelméről a világ színe előtt, felelve annak egyre súlyosabb és bonyolultabb problémáira. Így teljes mértékben szükséges a rendszeres katekézis, amelynek fokozatokban kell alkalmazkodnia az életkorhoz és a különböző életállapotokhoz.” A hittartalom megismertetése és megismerése azt szolgálja, hogy az Evangéliumon keresztül elvigyük Jézus Krisztust és a benne hívők közösségét (az Egyházat) minden emberhez. Miért? Mert magának Jézusnak a legfőbb óhaja, hogy higgyünk őbenne (vö. Jn. 6,64; 14,14)

Hitünk elvezet minket a teljes emberi és keresztény érettségre... ehhez közelítve ráébredek istengyermeki méltóságomra, és elkezdem az

Evangélium fényében értelmezni ÉLETEMET és annak ÉRTELMÉT... Ha pedig tudatában vagyok annak, hogy miért éljek, akkor az is... hogy hogyan éljek: Krisztus másaként.

Szívleljük meg és kövessük II. János Pál pápa iránymutatását: „Jóllehet gyermekeik számára a keresztény szülők az első és pótolhatatlan hitoktatók, és ebben a házasság szentsége segíti őket, mégis mindannyian legyünk tudatában annak a 'jognak', amely minden megkereszteltet megillet: ez pedig jog ahhoz, hogy tanítsák, neveljék, vezessék a keresztény hitben és életben a felnövekvő generációt (A világi hívek apostolkodásáról, 34).”

Dr. Krakomperger Zoltán

Levél az iraki domonkos nővérektől

Az iraki Erbilben szolgáló domonkos nővérek augusztus 6-án, Urunk színeváltozása ünnepén levelet tettek közzé, melyben beszámolnak az Iszlám Állam, illetve a háború okozta pusztítás utáni újjáépítés kezdetéről.



Kedves Testvérek, Nővérek és Barátaink!

Három év telt el azóta, hogy elűztek minket otthonunkból, ti pedig kísérték minket imáitokkal, hogy átvészeljük a nehéz napokat. Ezen évek alatt kiabáltunk, sikítottunk Istenhez, csodálkoztunk, és kérdéseket tettünk fel Neki, megkérdőjeleztük hitünket, de nevtünk is, ráleltünk a remény, a szeretet pillanataira is, amelyek az Úr, az Egyház és minden, minket sokféleképpen támogató egén iránti hálából születtek.

2014. augusztus 6-án olyan alagútba léptünk, amelyről nem tudtuk, mikor ér véget. Sőt, voltak napok, amikor úgy gondoltuk, már sosem fogjuk látni a fényt. Három évvel ezelőtt, éjszaka elhagytuk otthonainkat, és elindultunk az ismeretlen felé. Megkezdődött otthontalanságunk, száműzetésünk és kérdéseink utazása. De az igazat megvallva, mindezek ellenére mindig arról álmodtunk, hogy hazatérünk, házainkat épen találjuk, úgy, ahogy hagytuk őket. Nagyon vágytunk visszatérni, gyertyát gyújtani az imához, learatni a vetést és könyveket olvasni. Még akkor is reméltünk, amikor megtudtuk, hogy saját szomszédaink árultak el minket, akik már az Iszlám Állam előtt is sokat ártottak nekünk.

Ez volt a helyzet 2016. őszéig, amikor az iraki erők megkezdték a Ninivei-síkság felszabadítására irányuló katonai műveleteket. Isten megfürösztött minket kegyelmében, amikor városaink – egyik a másik után – felszabadultak. Az Iszlám Államot legyőzték, és úgy tűnik, a Ninivei-síkság felszabadult.

Amikor először látogattuk meg keresztény városainkat, megdöbbsentünk az ott végbevitt pusztítás mértékétől. Fájdalmas volt látni mindezt. Azonnal megértettük, hogy nem a katonai erők vagy „okos fegyverek” okozták, hanem

a gyűlölet. A gyűlölet azonban elhagyja mind az elnyomottat, mind az elnyomót. Csak Isten tudja, mennyi szeretetre van szükségünk, hogy ezek a mély sebek begyógyuljanak.

Miközben kábán jártuk keresztény városainkat, csodálkozva emlékeztünk vissza Istennek Ezekiel prófétához intézett kérdésére: „Emberfia, életre kelhetnek még ezek a csontok?”; és mi magunk válaszoltunk neki: „Te tudod, Uram!” (Ez 37,3). A bibliai személyek történeteitől és tapasztalataitól megihletődve hisszük, hogy Isten képes új módon életre kelteni minket.

Ma pedig Isten csodálatos munkálkodásának lehetünk tanúi. Mutatkoznak a remény jelei. Bár az újjáépítés folyamata lassú, már megkezdődött, és néhány család már visszatért otthonába. Batnaja városának kilencven százalékát elpusztították, de a helyreállítási munkálatok már megkezdődtek. A keresztény Telszkufba és Karakosba néhány család már visszatért, és minden héten újabb családok térnek haza. Telszkufban jelenleg hatszáz, Karakosban négyszázötven család él. Telszkufban kisebb a rombolás mértéke, mint Karakosban. Bár Karakosban a pusztítás mértéke körülbelül harmincszázalékos, az újjáépítés nem könnyű, és a nem kormányzati szervek helyreállításhoz nyújtott segítsége nem áll arányban a pusztítás mértékével. Karakosban egykor hétezer ház állt, ezek közül kétezer-négyszázat teljesen elpusztítottak. Azt reméljük, hogy még az iskolakezdés előtt, szeptemberig annyi házat újjáépítünk, amennyit csak lehetséges, de természetesen ehhez hiányoznak az anyagi feltételek. Eddig csak az Egyház és néhány nem kormányzati szervezet segített az újjáépítésben.

Nővéreink visszatértek Telszkufba, és bízunk benne, hogy az iskolaév kezdetéig találnak olyan helyet, ahol megkezdhetik az óvoda működtetését. Hamarosan Karakosba is visszatérünk. Mivel az ottani rendházunkat részben lerombolták, egy családi házat állítottunk helyre, ebben fogunk élni, amíg nem térhetünk vissza a rendházba. Az árvaházat is teljesen felégették, de Karakosban találtunk egy helyet, ahová a nővérek és a kislányok visszatérhetnek.

Amint azt talán már hallottátok, Moszult felszabadították, de az ott végbevitt pusztítás elsőprő erejű volt. Évekbe telik, amíg helyreállítják a várost, de Istennek semmi sem lehetetlen.

Persze nem könnyű eldönteni, visszatérjünk-e Moszulba, vagy sem. Néhányan még mindig próbálják megérteni Isten akaratát, ugyanis az Iszlám Állam veresége még nem jelenti azt, hogy a Ninivei-síkság megtisztult ettől a mentalitástól. Mi azonban, mint közösség, úgy döntöttünk, hogy népünkkel együtt visszatérünk, és imádkozunk azért, és reméljük, hogy mindenkinek lesz bátorsága visszatérni szülővárosába, és képesek lesznek az emberek mindent előlről kezdeni.

Köszönünk minden nekünk nyújtott támogatást. Kérjük, imádkozzatok értünk, életünknek ebben az új szakaszában, hogy újra tudjunk kezdeni mindent!

Hálával és imádsággal értetek,

*Sienai Szent Katalinról Nevezett Domonkos Nővérek
Erbíl, Irak*

AKIT REHABILITÁLT AZ ÉLET

Egy fesztiválról tartottunk hazafelé, amikor az autónk lesodródott az autópályáról, s az elszennvedett sérülés következtében, amputálni kellett a bal lábamat.

Bár nem éreztem magam biztonságban és sanszos volt, hogy nem élem túl, mégis egy kellemes érzés öntött el, amelyben bizonyosságot nyertem arról, hogy a halál nem a vég, s csak mi hisszük azt, hogy ha valaki eltávozik, az lehúzza a rolót. Kitágult a világ és tudtam, mindegy, hogy itt és most élek, vagy halok, mert így is, úgy is van élet.

Egy hatórás életmentő műtéten estem át, melynek az első két órájában szerették volna összerakni a lábamat, ez végül nem sikerült. Amikor felébredtem és megláttam, az első gondolatom az volt, hogy ez elveszett, s végül azért kezdtem el sírni és dühös lenni, mert nagyon kevés maradt belőle. De ez a düh hamar elillant és helyén a hála jelent meg, hiszen életben voltam. Újjászülettem azon a vasárnapon és egy teljesen más dimenzióban kezdtem el ezek után élni.

Még a kórházban megfogadtam, ezentúl nem lesz elfuserált nap, hét, hónap, év, amikor nem élek jó életet, amikor ostromozom magam, szégyent érzek, vagy amikor másoknak akarok örült módon megfelelni. Tudtam, hogy most mindent tiszta lappal kezdek, s ez nagyon motivált.

Az első időszak a fantomfájdalmak időszaka volt. Nem értettem, hogy tud valami, ami nincs, annyira fájni! Volt, hogy ülni sem tudtam, olyan mértékben fáj a lábam helye, én pedig folyamatosan mankóztam fel-alá. Mindez néha annyira a padlóra vert, hogy nem tudtam mást tenni, a szeretteimen vertem le a port. (Ezt utólag nagyon sajnálom, de akkor a legjobb tudásom szerint erre voltam csak képes...)

Aztán bekerültem a rehabilitációs intézetbe, ahol életem legnagyobb kiképzése kezdődött el. Úgy éreztem magam, mint egy spártai az ókorban, aki mindennap harcol, edzéseken vesz részt, meghatározott szigorban és rendszerben él. Azonban annak köszönhetően, hogy korábban sportoltam, a testem jól reagált a feladatokra, s ez hozott magával egy magabiztosságot is. Egy ideig még ragaszkodtam a mérnöki tanulmányaimhoz. Anno a tanáraink azt mondták, hogy ilyen jó aggyal és képességekkel kár lenne, ha nem valami komoly presztízst adó pályát választanék... A művészeti pálya valahogy mindig le volt szólva és én elhittem, elég annyi motiváció, hogy a mérnöki hivatás jó fizetéssel és presztízzsel jár. Életem egyik legnagyobb tévútja volt, hogy így gondolkodtam egy karrierről! Aztán elkezdtem teljesen más szemmel meglátni a helyzetemet: bemegyek az egyetemre, bemagolom a leadott anyagot, felkészülök a ZH-ra, levizsgázom, majd mindent elfelejtek. S mindez mókuserékszerűen ismétli önmagát. Rájöttem, hogy ez így teljesen értelmetlen, s végül azt mondtam, csak azért nem fogom elvégezni az egyetemet, hogy a diplomámat a polcra tegyem és a nagymamám nézegethesse. Elhatároztam, hogy megtalálom a saját hangom és a saját

motivációm az életben. Olyan hivatást fogok találni magamnak, amit szívből csinállok.

A sport sokat segített kidobálni magamból a negatív energiákat.

Viszont még mindig hallom a gyógytornászom hangját, amikor a futásról kérdezgetem. és azt mondja: „*Réka, te már fogadd el, hogy kevesebb vagy, mint mások, te már ne akarj futni!*”. Nagyon dühös lettem, magamra csaptam a kórterem ajtaját és a YouTube-on rákerestem a 2012-es paralimpia múltábal futó sportolóra. Akkor megláttam *Heinrich Popow*-ot – aki mind a mai napig a példaképem –, mint egy gepárd futni, kinéztem a kórterem ablakán és megszületett egy gondolat a fejemben, hogy én nem fogok elhinni mindent mindenkinek, és nekem senki nem mondhatja meg, hogy mik a korlátaim, mert azokat majd én magam szándékozom felfedezni.

A gyógytornász hangja azonban egészen Lipcséig elkísért, ahová tavaly májusban egy szakkiállításra érkeztünk. Gyógyászati segédeszközük légiója sorakozott ott fel, én pedig termékmodell voltam, aki bemutatott néhány fejlesztést. Egyik nap épp a hotel bárjában söröztünk a világ minden tájáról érkező műszerészekkel és orvosokkal, amikor egyszer csak leült mellém egy olyan lábkészítő mester, aki a paralimpiai futók lábát szereli. Én áradozva mondtam el neki, hogy mennyire fantasztikus dolog, amivel foglalkozik, mire jött a kérdése, hogy nem szeretnék-e kipróbálni egy ilyen múltábat... Aznap este alig aludtam valamit, nem győztem kivárni a másnap délutánt. Egy gyönyörű kék szalagszőnyegen életem legcsodálatosabb 30 percét tölthettem el. Olyanná váltam én is, mint egy sebesen száguldó gepárd, egyé váltam a lábammal, suhantam vele, úgy éreztem. megállíthatatlan vagyok, a világ pedig újra az enyém.

És akkor tudtam, hogy nekem soha többet nem mondhatja meg senki sem, hogy mit csinálhatok és mit nem, mert mindenre képes vagyok, csak hinnem kell benne, s ha elhiszem, akkor meg fog valósulni. Azóta sem hagyom, hogy mások felcímkézzenek – „*Réka, te fogyatékos vagy!*” „*Réka, te csak mérnök lehetsz!*”... Ha ezekkel azonosulnék, egy idő után, azzá is válnék.

Én úgy döntöttem, magam kutatom fel a címkéimet, s nem engedem, hogy a külvilág ebben bármiféleképpen is befolyásoljon.

Lukoviczki Réka

LEHET EZ VALÓSÁG?

Ebben az üzenetben Morgan Freeman egy 86 éves milliomos „bőrébe bújik”. Noha a történet csak fikció, mégis, olyan sok igazságot tartalmaz, hogy rengetegen osztják meg. Nem véletlenül. Könnyen lehet, hogy nagyon sok gazdag ember érzett már így:

“A még több sosem volt elegendő számomra. 86 éves vagyok, és haldoklom. Dollárok milliói gazdagítják a számlám, de egészséget mégsem tudok vásárolni magamnak.

Családom van, és több millió rajongóm a világban, de most mégis egyedül vagyok. Az utolsó pillanatokban senki sem ül mellettem. Nem szeretném, ha veled is ez történe.

Ha hallod ezt az üzenetet, ígérd meg, hogy mindent megteszel annak érdekében, hogy változtass az életeden. Szerettem volna, ha valaki ezt nekem is elmondja, akkor, amikor a te korodban voltam.

A pénz önmagában nem egy rossz dolog. A pénz egy papír, melyet értékkel ruháztak fel, hogy megvásárolhassunk más értékeket általa. Ha a pénz nem a rossz megtestesítője, akkor mi jelenti a rossz dolgokat? – kérdezheted most.

A rossz az a megszállottság, mellyel egyfolytában még többre vágyunk. A rossz a vég nélküli keresés, az elégedetlenség, egy olyan színaranyból készült szivárvány hajszolása, amely nem is létezik.

A rossz az, hogy feladjuk a szívünket, lelkünket és önmagunkat anyagi sikereink érdekében. Majd aztán drága pénzekért próbálunk hamis boldogságot vásárolni.

Képzeld el, hogy mindened, amid van, elveszíted. Képzeld el, hogy az összes pénzed semmivé foszlik. Az egyetlen megoldás, hogy meg ne bolondulj, a boldogság keresése. Azonban most nincs pénzed, hogy egyre többet, és többet akarj. Ki vagy te most?

Akiket egykor barátaidnak hittél, most nincsenek melletted. Elveszítetted az összes barátod, és a családot, mert önző voltál.

Mert a végtelen keresés, és pénzhajszolás közben letértél az igazi útról, szem elől veszítetted a célt. Nem azt mondom, hogy a pénz nem hozhat sikert. Csak úgy gondolom, legyen egy sokkal nagyobb célod az életben, mint a pénzügyi siker.

A lelked azért kiált, hogy találj rá a te saját, változást hozó utadra. Még ma megváltozhatsz, ha megpróbálsz megfogalmazni, mi a legfontosabb feladatod az életben. Sérült kapcsolataid helyébe új, és teljes kapcsolatokat építhetsz, ha meg tudsz bocsátani magadnak, és másoknak is.

Az életben a legfontosabb dolog az egyensúly. Meg tudod gyógyítani a megromlott házasságod, ha hiszel abban, hogy a szeretet mindenre képes. Bármikor lehetsz a legjobb szülő, akár 86 éves korodban is, de ne várj addig. Bármikor képes vagy arra, hogy több pénzt teremts, de időt soha nem fogsz tudni többet varázsolni. Egy napon mindenki, mint ahogy én is, meghalunk. Mit szeretnél, mire emlékezzenek az emberek? Mit tettél annak érdekében, hogy ez a világ jobb legyen? Mi volt a célod ezen a földön? Mindenki meghal, mégis kevesen vannak, akik valóban éltek is.

Olyan belső erővel rendelkezel, mely által jobbá teheted a világot. Belépsz azon a kapun egyszer, ahol megérted, mi az igazi szeretet, és rájössz, hogy mindannyian az igazi szeretet érzésére vágytunk egész életünkben. Tanuld meg és érezd, amíg még nem késő, mit jelent a szeretet, a megbocsátás, a hit, és az együttérzés, és akkor legyőzheted a legrosszabbat is.”

8 Követésre érdemes gondolat Loyolai Szent Ignációl

Loyolai Szent Ignác – bizalmasai elmondása alapján – fiatalon bátor volt a játékban, a nők körüli forgolódásban, a verekedésben és a hadakozásban. Megkísértette a test, és le is győzte. Igazi férfias jellem, aki megtalálta Istent, elfogadta hivatását, és maradandót alkotott. Halálának 461. évfordulóján emlékezünk rá nyolc idézettel.

“Aki mindent Isten nagyobb dicsőségére tesz, annak minden imádság.”

“Legyen a lelked annyira szabad, hogy mindig meg tudd tenni az ellenkezőjét is.”

“Úgy bízzál Istenben, mintha a cselekvés sikere teljesen tőled függne, és egyáltalán nem Istentől; mégis úgy vedd latba minden erőfeszítésedet, mintha te semmit sem tennél, hanem mindent egyedül Isten.”

“Azokra vár a mennyekben a legértékesebb korona, akik minden munkájukat a tőlük telhető legnagyobb szorgalommal végzik. Mert nem elég önmagukban jó dolgokat tenni, jól is kell azokat tenni.”

“Mikor az előljáró parancsol valamit neked, nem tiltja meg, hogy az eszed is használd.”

“A gazdag arra törekszik, hogy ő birtokolja javait, ne pedig javai birtokolják őt.”

“Nagy örömét találja a sátán a tanácstalanul magára maradt lélekben, aki kivonja magát lelki vezetője irányítása alól. Minél magasabbra törekszik az ilyen, annál mélyebbre fog zuhanni.”

“Az legyen az elved, hogy a beszéd kezdetét szívesen engedd át másoknak, kik földiesen gondolkodnak, de a beszéd végét mindig magadnak tartsd fenn, hogy így bármily fémet kaptál is, a beszédben törekszedjél azt bearanyozni.”

Bódás János: Derű és gyümölcs

Az almák, körték ágait
húzzák az ért gyümölcsök.
Földalatti magtárait
meghordta már a hörcsög.

Mézes a szél. Száz szín ragyog
s oly édes a verőfény!
Forr a bor. Jönnek víg napok:
lagziba hív a vőfély.

Oly adakozó, bőkezű
az ősz, – és annyi báj van
e verőfényes mézízű,

mámoros elmúlásban!
Te is, költő, – hisz itt az őszöd,
árassz derűt, ontsd a gyümölcsöt!

Cserkész Judit: Szeretnék Nektek néhány embert bemutatni a sokat szidott magyar egészségügyből...

Tíz napja van Zsófi kórházban.

Itt: Heim Pál Gyermekkórház, neurológia

- A két fiatal mentős, akik még azon az első, borzalmas éjszakán szállították a lányomat a kórházból MR vizsgálatra. Végig viccelődtek vele, hogy oldják a feszültségét, visszatérve pedig nem hagyták rögtön ott, hanem még bementek vele a következő, igen fájdalmas beavatkozásra, hogy továbbra is bátorítsák.

- A doktornő, aki otthonról jött be valamikor éjfél körül, hogy Zsófit megvizsgálja és felállítsa a diagnózist, és aki szakmailag olyan magas színvonalat képvisel, hogy a tünetek alapján felülbíráta az MR eredményt, megismételtette a vizsgálatot és neki lett igaza.

- A bájos rezidens doktornő, aki alig tűnik idősebbnek a lányomnál. Mosolygós, kedves, lelkiismeretes, alapos és annyira jó fej, hogy kíváncsi Zsófi írói vénájára is, el szeretné olvasni az írásait és még a fiúkról is lehet vele beszélgetni (nem nekem, a lányomnak!) ☺

- A főnővér, aki elmesélte, hogy sokszor volt már a másik oldalon, sokszor volt betegként kórházban. Talán ezért közelít végtelen empátiával a kis betegekhez, mélyen átérezve helyzetüket. Hogy kicsit színesebbé tegye Zsófi napjait, kerített valahonnan egy tévét, ami - ha tévéműsorokat nem is lehet nézni rajta - videokazettákat lejátszik. Tiszta retro!

- A nővér, aki nevetésre díszíti a vacsorát és virágot farag az almából, hátha még egy ilyen nagylánynak is mosolyt tud ezzel varázsolni az arcára.

- A gyógytornász, aki pontosan tudja, mekkora szerepe van abban, hogy a lányom teljesen felépüljön, minden tőle telhetőt megtesz ennek érdekében, vidámságával, optimizmusával pedig lelket önt gyerekbe, szülőbe.

- A kórház masszőre, magas, életerős, szimpatikus férfi, aki viszont belőlünk csak körvonalakat lát. Gyerekkorában vesztette el látása 95 %-át, és elmondta nekünk, hogy ritka szembetegsége miatt teljesen meg fog vakulni. Ennek ellenére - vagy éppen ezért? - végtelen nyugalom és emberség árad belőle, szívét-lelkét beleadja a kezelésekre.

- A kórházi tanár néni (ki hitte volna, hogy ilyen is van!), akik nemcsak Zsófi agyát tornáztatják, de a lelkét is folyamatosan ápolják.

+1: A takarító néni. Pont 70 éves, megkérdeztem. A múltkor mondtam neki, hogy én még ilyen tiszta wc-eket nem láttam kórházban, meg is köszöntem a munkáját. Először a döbbenet ült ki az arcára, mintha nem is értené, mit beszélek. Majd könnybe lábadt a szeme és így szólt:

- Ezért kapom a fizetésem, angyalom!

(Az interneten találtuk.)

Mennyit ér?

Számtalan írás jelent meg már azzal kapcsolatban, hogy mibe kerül nekünk a vizes világbajnokság. Nem akarok ezekkel az írásokkal vitatkozni, mert nem vagyok a megfelelő ismeretek birtokában. De talán azzal is érdemes foglalkozni, hogy mit *hozhat ez az esemény a konyhára*.

Ebben a kérdésben sem elsősorban a számokról írnék, mert ebben sem vagyok a megfelelő ismeretek birtokában. Nyilván készülnek majd számítások arról, hogy mennyi jegy fogyott el, mennyivel nőtt a turizmus bevétele.

Ami sokkal jobban érdekel, az nem mutatható ki számokkal.

Az ugyanis nem mérhető például, hogy az ide látogató külföldiek milyen élményekkel megrakodva mennek haza, visszajönnek-e, mert jól érezték magukat. És közülük, akik döntéshozók, milyen döntést hoznak, amikor magyar emberekről, Magyarországgal kapcsolatos ügyekről kell dönteniük? És vajon mit mesélnek otthon rólunk és az élményeiről? Ennek hatására hány ismerősük kerekedik fel, hogy megnézzék ezt az országot? És azok, akik televízión nézik a közvetítéseket szerte a nagyvilágban, kedvet kapnak-e utazásra, amikor látják a Balatont, a Vajdahunyad várat, a Parlamentet, a Dunát, a várat? Amikor látják az uszodák hangulatát, kíváncsivá válnak-e, hogy kik ezek az emberek, akik ilyen szenvedélyesen szurkolnak?

És azok a magyarok, akik nézik az eseményeket? Magam a nyílt vízi úszáson és a Duna Arénában személyesen is megtapasztaltam, hogy a nézők csillogó szemmel, élményekkel gazdagabban távoznak a versenyekről. Láttam, hogy még az úszóversenyek délelőtti előfutamai után is mosolyogva távoztak a nézők, és sokan álltak sorba azonnal, hogy újabb jegyet vegyenek a következő napok valamelyikére, mert újra az élmény részesei akarnak lenni.

És akkor még nem is beszéltünk az úszóversenyek esti programjáról, amikor még akár a magyar himnusz is elénekelhették. Nem beszéltünk a vízilabda meccsekről sem, arról, amiben mi vagyunk a világ legjobbjai, még akkor is, ha nem mi nyerünk. Látni a tévéközvetítések során is a sok-sok kifestett, sállal, zászlóval és egyéb szurkolásra alkalmas eszközzel felszerelt embereket – és ami még fontosabb, gyerekeket. Ezek az emberek legközelebb is jegyet váltanak majd sporteseményekre. Ezek a gyerekek örökké szurkolókká válnak, és ki tudja, ki lesz közülük sportoló, sportvezető, ki lesz közülük majd egyszer szponzor, közülük hány fogja majd maga is elvinni a gyereket sporteseményre, vagy viszi majd el egyszer egy uszodába, sportpályára, sportcsarnokba, hogy sportoljon?

Amikor a Duna Arénában a versenyek és az eredményhirdetés lebonyolítását próbáltuk, magyar kisgyerekek alakították a sportolókat. Úgy vonultak be zenére, mint a nagyok, majd leúszták a távot abban a medencében, amely Hosszú Katinkára, Cseh Lacira és a világ legnagyobb úszóira várt. A végén ugyanúgy integettek, és a dobogón ugyanúgy vették át az érme szerepét pótló akkreditációs kártyájukat, mint a hőseik. Láttam az arcukon az

átszellemült boldogságot. Láttam rajtuk, hogy elképzelik, átélik, hogy ők a világ legnagyobb úszói. Olyan élmény volt nekik, ami olyan messzire repítheti őket, hogy egyszer mindez a valóságban is megtörténhet velük. Mennyit ér, ha ez az élmény olyan erőt ad, ami valamelyiküket egyszer egy igazi világbajnoki éremig elkíséri?

És azt ki tudja mérni, hogy mi magyarok, akik Mohács óta vesztesnek tartjuk magunkat, mennyi önbizalmat merítünk abból, hogy egy ilyen hatalmas világeseményt ilyen színvonalon tudunk megrendezni? Hogy az egész világ minket figyel? Hogy az itt lévő sportolók, sportemberek egyöntetűen elégedettek a szervezéssel, a helyszínekkel és a hangulattal? Magam külföldiekkel dolgoztam együtt. Balatonfüreden és Budapesten is többször részese voltam a „húha” élményüknek. Pedig ők számos világversenyen jártak már. Német, amerikai, angol, ausztrál kollégák kérdés nélkül, maguktól mondták nem egyszer: Gábor, a szervezés remek, Gábor, ez a helyszín gyönyörű, Gábor ilyen szurkolást még nem láttunk sehol. Nekem is volt szerencsém sok világversenyen jelen lenni, igenis jó érzés, hogy amit eddig csak külföldön tapasztaltam, az most nálunk valósult meg. Mi is képesek vagyunk arra, amire angolok, kínaiak, brazilok, franciák – nálunk sokkal nagyobb országok.

Nekünk magyaroknak, egy ilyen kicsi országnak, kicsi nemzetnek nem sok kitörési lehetőségünk van, de a sport egyértelműen az. Nem csak a sport-sikerek, de az ilyen események megrendezése is. Most jó magyarnak lenni itthon, és külföldiekkel egy társaságban egyaránt.

Ez mennyit ér?

Gundel Takács Gábor

Ágh István: Költözők

A nyár s az ősz közé szorult időben
lúktet fülledt szívzaklató feszültség,
már nincs elég erő a kisüléshez,
hogy villámoktól húljön a hevült ég,
türelmetlenség vár az alkalomra,
amíg az alma le nem hull a fáról,
a lombot borzadt izgalom kavarja,
az első sárga levél riasztása.

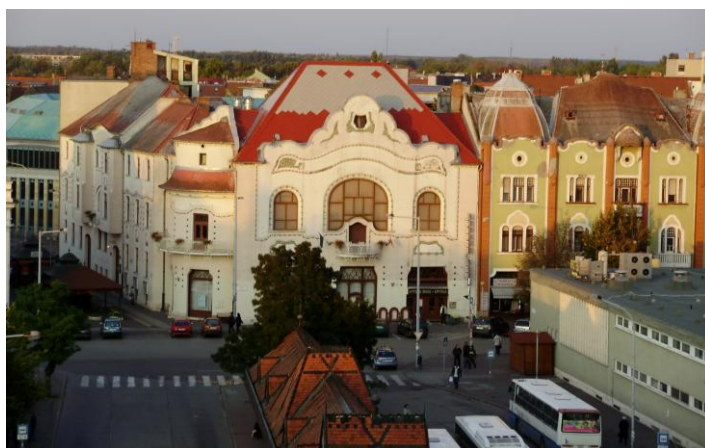
Jól ismerem az őszi virágnaptárt,
mintha tulipán nyílna őszi reggel,
sereg gyurgyalag lepte el a kertet,
s mikor ez a tarka karnevál elszállt,
megindult a madarak vonulása,
amit átéltem immár hetvenhétyszer,
s elfog valami sejlő régi kényszer
visszamenni a nomádok korába.

Ellepték az iskolát a diákok,
a gólyák meg eltűntek észrevétlen,
a fecske már a nyárból is hiányzott,
és nincs kottája a csivitelésnek,
talán máshol gyűlnek a villanydróton,
s mennek, mint minden szeptemberben vissza
láthatatlan, a légifolyosókon
a délre fordult csőr iránytűjével.

Csillagképekhez kötött utazásuk
pontos, bár most már felettebb veszélyes
átrepülni a lenti háborúkon,
báránfelhőkből lélegezve mérget,
s mi vár a déli otthon légkörében?
mennek, ahogy időtlen idők óta,
csak most szembe a szaharai szélben
az északi tél felé vonulókkal.

*Különleges jövevényekről hallok,
és látok is a televízióban,
az afrikai sivár tengerpartról
törékeny dereglyére zsúfolódnak,
mindig csak szembe jönnek, senkinek sem
látok szemébe, a szokatlan látványt
kikapcsolva is megállíthatatlan
nézhetem tovább a vasúti pályán.*

*Már itt is vannak, szándékunk ellenére
megszállnak, ránk való tekintet nélkül
rendelkeznek velünk, hogy ideérnek,
szolgálatkész vezekléssel segítünk,
élni akarnak csak, bár hódítanak
puszta kézzel, hadd gondolkozzunk róla:
hányszorosára duzzad a csapat,
mibe öszül bele Európa?*



Gál Magdolna: Az áldás

Egyszer gyermekeket vittek Jézushoz, hogy tegye rájuk kezét, és imádkozzék fölöttük. A tanítványok elutasították őket. Jézus azonban így szólt: "Hagyjátok csak a gyermekeket, és ne akadályozzátok meg őket, hogy hozzám jöjjenek, mert ilyeneké a mennyek országa!" Azzal rájuk tette kezét, majd továbbindult.

Az öreg Barnabás a háza előtt ült. Lassan feljöttek a csillagok, nemsoká jönnek a halásztársai. Mennek ki a tóra, idő van. Neki már inkább a tudásának veszik hasznát, mint az erejének – gondolta kissé szomorúan, de mint aki elfogadja az élet tényeit, csak bólintott rá egyet magában. Különben is más gondja volt mostanában. Az áldását szerette volna továbbadni.

Azt, amit az dédapja még Jézustól kapott, kicsi gyerek korában. András meg Péter nem akarták odaengedni Mártát, az ükanyját, így mesélte a nagyapja. De Jézus odahívta a gyerekeket, majdnem mind ebből a faluból voltak, és az anyákkal együtt elég nagy zajt csaptak. De a Mester csak mosolygott, és magához ölelte őket, együtt is meg egyenként is, és fűszálakból kis koszorút is font a kislányoknak. A fiúknak meg a tenyerét nyújtotta, és ők belesaphattak. Az anyák gyönyörködve nézték, sose láttak még ilyet, hogy egy híres tanító gyerekekkel játszik. Az apostolok kicsit zord képet vágtak, de lassan átrajzolódott az ő arcuk is, mert sose látták ennyire kisimult vonásokkal a Mesterüket. Jézus öröme lassan mindenkire átragadt, és érdekes módon a kisgyerekek most nem féktelen hancúrozással reagáltak az ünnepi hangulatra, hanem kicsit elcsendesedve csiviteltek, az anyák és az Emberfia között ingáztak. Szinte tapinthatóvá vált, ahogy a testi meg a lelki kötelék erősen összefonódik, és ők, mint a különleges erővonalak vonzásában mozgó részecskék, ide-oda futkároztak benne. Szinte idilli kép volt, „ilyeneké az Isten Országa”, sőt, láthatóan most jelen is van az Isten Országa... Hisz ők a jövő.

Aztán most már én is inkább a múlté vagyok – gondolta Barnabás, és nagyot sóhajtott. – Nálunk, a családban hagyományá vált ezt a csodálatos áldást továbbadni, mindig az elsőszülött fiú kapta. De mások is így tettek, tudott róla, hogy szinte minden családban továbbhullámzott ez az áldás, és a jézusi ajándék beragyogta az életüket. Azon is eltűnődött, hogy a továbbadásakor mindig a fiúgyermekek kapták, pedig Jézus a kislányokat is megáldotta annakidején. Az is eszébe jutott, hogy a húga mennyire sírt, hogy ő is kéri Jézus áldását, de az apja csendre intette, csak az anyjuk simogatta a kis copfos fejét... Családi ünneppé alakult a nemzedékek folyamán ez az áldás, és mindenki tisztelte a faluban azokat, akik a birtokosai voltak. Kis keresztény faluvá alakult a hajdani zsidó közösség, bizonyára az áldás hatására – gondolta Barnabás.

Mindenkin fogott az áldás, csak rajtam nem – komorodott el újra Barnabás arca. - A feleségem terméketlen volt, és hamar elhagyott engem, magához szólította az Úr. Én meg annyira szerettem, hogy nem tudtam aztán sem

másra nézni, bárki asszony közelített hozzám, mindig csak az ő hangját szerettem volna hallani. Az meg lehetetlen volt. Így hát egyedül maradtam. Mindig is tiszteltek a tapasztalataim miatt, de a magány mégis emberkerülővé tett. Persze, ha az ember egy kis falu összetartó nyájához tartozik, akkor ez nem jelent remeteéletet. Barnabás inkább csak belülről zárta el a lelkét. Ezért aztán kicsit félték is tőle, a magányos ember valahogy mindig kizáródik a nyájból.

Különös módon csak a szomszéd kislány osont át gyakran hozzá, a kerítés résén keresztül. Persze ő is magányos volt, a sok ragyogó, barna szemű gyerek között az egyetlen zöldes-kék szemű. A sok, sűrű barna és fekete fürt közt az övé nagyon világos haj volt, és ráadásul göndör. Macskaszemű, kese... - így csúfolták a többiek. Így aztán természetes módon vonzódott Barnabás apóhoz – így is hívta, és mindig szívesen ült meg az árnyékában. Az ő apja csak a fiait vette észre, ezt a kis rendhagyó, cserfes gyereket nem, mert még az is fölmerült benne, hogy talán nem is tőle van. Bár ez elég elképzelhetetlen, nagyon ragaszkodik hozzá a felesége... Meg nem akart zűrzavart a családban, ezért hallgatott.

Barnabás is kedvelte ezt a csöpp lányt, sípot is faragott neki, megtanította koszorút kötni és még főztek is együtt, amikor Barnabásnak kedve szottyant egy kis hallevesre. De hát csak lány! – gondolta, eltűnődve azon, vajon milyen lett volna, ha néhány izmos fiúval áldotta volna meg őt a Mindenható... Egy fiú tovább viszi az apja, a család nevét, öröklí az apja foglalkozását, a szerszámait, a tudását... Voltak rokonok a faluban, de ők csak a várható örökségre kacsingattak, az áldás nem érdekelte őket. Barnabás próbált puhatólózni, hátha valamelyik unokafivér örülné neki, de csak kikerülték a választ, Barnabás érezte, hogy föl sem szabad tenni a kérdést, mert megalázódik a választól. Neki magának fontos és a legbensőbb énjéhez tartozó volt ez az örökség, mindig úgy gondolta, elválaszthatatlanul összeköti őt a Teremtővel, valahogy az életerejét, az arcát határozza meg, nem szabad gyöngyeit a sertések elé vetnie, ahogy annakidején Jézus mondta. Sose mondta ki, sőt magának se fogalmazta meg, de egy felnőt férfi szemérmes módján szerette Jézust. S mióta a felesége is valahol nála, az égi tájakon lakik, hát még jobban vonzódik hozzá. A viszontlátás reményében, amely a hite és a szeretete miatt elevenen benne élt, mindig összekapcsolódott ez a két arc: Jézusé és az asszonyé, Hannah-é.

No, és a kicsi, zöldszemű szomszédot is Hannah-nak hívták. Ez is összekötötte őket, mert Barnabásnak jól esett kimondani ezt a nevet. Lám, most bújjik át a kerítésen, és már messziről cseng a kacagása!

- Barnabás apó, hoztam neked egy gránátalmát! – lelkendezett a kislány.

- Aranyom, vigyázz, elszakad a ruhád és kikapsz! – ment elé Barnabás, és felemelte jobban a lécet.

- Hannah vagyok, nem Arany! – kuncogott a kicsi.

- Úgy ám, Hannah! Hannácska... - futott át egy árnyék Barnabás arcán, de a szakállától nem látta meg a gyermek. Leültek a padra.

- Neked már aludnod kéne, Hannah! – jutott eszébe Barnabásnak, és a kislány fejére tette a kezét. Tulajdonképp miért ne áldhatnám meg őt, hisz ő van most a legközelebb hozzám – futott át egy gondolat a fején. De elhessegette, mert három nemzedéken át mindig csak fiúknak volt fenntartva az áldás.

- Megyek! – ugrott fel Hannah. – Csak azt akartam, hogy kividd a tóra. Jó fogást, Barnabás apó! – és a gyerek eltűnt az éjszaka homályában, mint egy látomás.

- Ez a kis Hannah magában is egy áldás! – dörögte még maga elé, de már az utca végében föltűntek a halásztársak.

A nyár a vége felé cammogott már, a nagy meleg mindenkit nyugtalanná tett, és mégis lassan ment a munka. Barnabás egyszer csak arra kapta föl a fejét, hogy legalább egy hete nem látta már Hannah-t. Meg kéne néznie – gondolta Barnabás, csak nincs valami baja? Hallottam valamit dűnnyögni a piacon, hogy nagyon megverte az apja... De Barnabás nem igazán szokott odafigyelni a mendemondákra.

Eltelt még pár nap, és egyre jobban előbújt az aggodalom Barnabás lelkéből. Nem akart volna családi perpatvarba csöppenni, ezért egyre halogatta, hogy benézzen a szomszédba. Egyik este azonban, amikor épp mosakodott, hogy készüljön az esti halászatra, az ablakon át látta, hogy Hannah anyja, Salomé bújik át a résen, riadtan néz körül, hogy ki látta meg, és futva közeledik az udvaron át. Hm. A férje biztos a kocsmában van, este szokott... - ötlött föl Barnabásban, és kiment az asszony elé, hogy ne hozza lehetetlen helyzetbe. Magányos férfi házába tilos egy asszonynak... Nagy baj lehet...

Salomé alig kapott levegőt, úgy hadarta: - Kérlek, gyere a gyermekhez, csak téged akar. A halálán van... Nagyon kikapott, és csupa láz... Jaj, nem tudom, mit tegyek, félek, engem is megver... De most nincs otthon... Barnabás lassan kihámozta a szavaiból, hogy mi történt, és közben, részint Salomé ráncigálására, részint a saját aggodalmában, de odaértek a szobához, ahol a kislány feküdt, tűzvörösen, nyitott szájjal, kicserepesedett ajkakkal, lesóványodva. Barnabásnak belehasított a fájdalom a szívébe, amit már oly régóta nem engedett igazán érezni. Utoljára a feleségét látta ilyen rettenetes állapotban. Megfogta Hannah sovány kezecskéjét, és nem is tudta, mit mondjon.

- Barna apó, add nekem... Add nekem... - lihegte a kislány.

- Mit adjak neked? Mindent odaadok, csak gyógyulj... - dadogta az öreg, de nem értette a gyermeket.

- Add nekem, add nekem... az áldásodat! Az áldást... - szorította meg a kezét, és a tekintetével is esdekelt.

- Mit? Az áldást...? Milyen áldást...? – jött zavarba az öreg, hirtelen eszébe se jutott a saját nagy gondja.

- Amit Jézus adott... - dadogta a kislány, és az anyja a szája elé kapta a kezét, mert meglátta a férjét odakinn. De szerencsére a kocsmapajtásokkal beszélgetett, és nem látszott, hogy nagyon be akarna jönni.

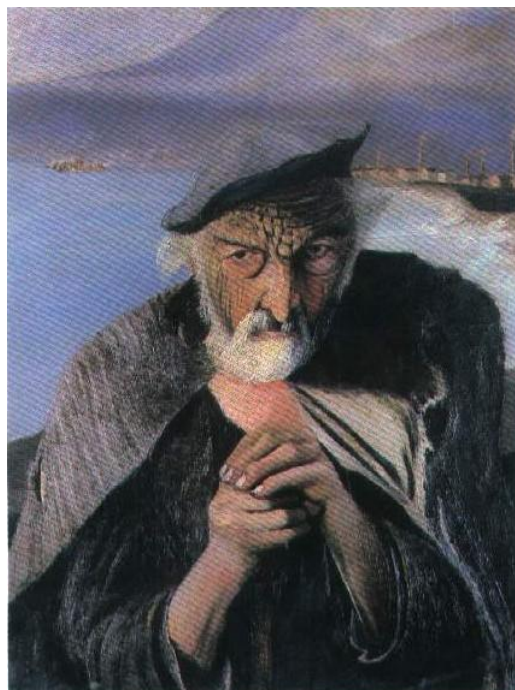
- De hát te lány vagy... csak fiúknak szokták... - bukott ki az öregből a szó meg a könny...

- De Jézus lányoknak is adott – hebegett az anya, mert maga sem tudta, hogy igaz-e, amit az asszonyok suttogtak vasárnaponként a templomban.

Barnabásban nagy vihar dúlt. Alighanem a Lélek vihara, ahogy Ő formálja a világot. Ennek a csöpp gyermeknek az ágya mellett szakadozni kezdtek a szokások bilincsei, és lassan elértek Barnabás kulcsra zárt szívéig, kemény akaratáig, kezének mozdulatáig, lábának izmaiig, és lassan térdre eresztették őt a kicsi lány ágya mellett. Barnabás tétován Hannah fejére tette a kezét, és elkezdte mondani az áldás szövegét, úgy, ahogy ő hallotta az apjától, fiatalkorában...

Végigmondta. Aztán nagy csönd borult a kis szobára. Salome könnyeinek nesze hallatszott csupán. Hannah csukott szemmel, gyöngye kis mosollyal az arcán feküdt. Ő is elment volna a másik Hannah után? – Barnabás riadtan vizsgálgatta a sápadttá vált arcocskát, de belül tudta, nem halhatott meg. Valahogy nem akaródzott neki fölállni: megtörni a békés, szent csöndet, ami rájuk telepedett, és ott is maradt. Még Hannah fején pihent a tenyere, és érezni lehetett, ahogy elmúlt a láz. A hűvös verejtéket kisimította a kislány homlokából. Erre Hannah kinyitotta a szemét. Meggyógyultam... - suttogta.

Apja a konyhában az alkarjára borulva, rázkódva, de hangtalanul zokogott. Alighanem mindent látott és hallott, ami fontos volt. A három fiú egymásba kapaszkodva igyekezett láthatatlanná válni a nagy láda mellett, a sarokban. A csönd, mint a tenger, beborította őket. Most már hazamehetek – gondolta magában mosolygva Barnabás – Adj neki enni! – fordult még Salomé felé.



Szabó Lőrinc: Kis Klára énekel

Mintha szellemeket akarnál
idézni, óriásokat,
kiknek hatalma elragad.
úgy ülsz néha a zongoránál,

úgy énekelsz: a túlvilágba
kapcsol valami titkos és
ijesztő átlényegülés,
az isten vagy a semmi vágya.

A zene érlel. Mint imában
a bűnös, vagy mint nyers vasak
a villamos tekercs alatt.

átváltozol az áramában,
s oly erő száll meg, oly varázslat,
hogy már te tanítod apádat.



Aranyosi Ervin: Örökké fiatal

Sose fagyjon le az arcodról a derű,
ifjúnak maradni igencsak egyszerű!
Mert amíg szívedből a vidámság árad,
lelked nem örepszik, fiatalabb nálad!

Ha elhiszed, ha nem, a tested sem vénül,
mert a legjobb gyógyszert hívja segítségül:
– A mosoly, s nevetés gyógyítólag hat rád,
jobb, mintha a lelked folyton bűnnek adnád!

Ne törődj hát vele, hogy mit szólnak mások,
s az se baj, ha nincsen a derűre más ok,
te csak neved, derülj és ragyogj a Nappal,
így tudsz gazdagodni sok szép pillanattal!

Kisgyermek és kamaszok intelmei szüleikhez

1. Ne kényeztess el! Tudom jól, nincs mindenre szükségem, amit kérek, csupán kipróbálom, hogy mit csikarhatok ki tőled.
2. Légy velem határozott! Ez azért fontos nekem, mert ezáltal érzem magam biztonságban.
3. Ne engedd, hogy rossz szokásokat vegyek fel! Te vagy az egyetlen, aki ezekre még idejekorán figyelmeztethet.
4. Ne viselkedj úgy velem, mintha fiatalabb lennék, mint amilyen valójában vagyok! Ezzel csak azt éred el, hogy ostoba módon „nagy”-ként próbálok viselkedni.
5. Ne javíts ki mások előtt! Sokkal többet érsz el, ha kettesben, csendesen megmagyarázod, hogy miben hibáztam.
6. Ne tégy úgy, mintha a hibáim bűnök lennének! A kettő összekeverése megzavarja bennem az értékek megtanulását.
7. Ne védj meg cselekedeteim következményeitől! Néha szükségem van arra, hogy – a fájdalmak árán – magam tapasztaljam meg a következményeket.
8. Ne vedd rossz néven, ha azt mondom: „nem szeretlek”. Legtöbbször nem te vagy az, akit nem szeretek, hanem azt a hatalmat, ami megakadályoz, hogy kedvem szerint cselekedjek.
9. Ne törődj sokat apró egészségi panaszaimmal! Néha csak azt szeretném elérni, hogy figyeljenek rám.
10. Ne korholj állandóan! Ha folyton zsörtölödsz, csak úgy tudok védekezni, hogy süketnek tettetem magam.
11. Ne felejtse el, hogy nem tudom mindig pontosan kifejezni magam! Ezért tűnik néha úgy, mintha nem lennék „becsületes”.
12. Ne rázz le, ha kérdésekkel fordulok hozzád! Ha nem válaszolsz, egy idő után azt veszed majd észre, hogy abbahagyom a kérdezést, és máshol keresek választ a kérdéseimre.
13. Légy következetes! Ha nem vagy az, zavartnak érzem magam, és nem tudok többé bízni benned!
14. Ne mondd nekem, hogy a félelmeim butaságok! Nagyon is valóságosak ezek a félelmek, és csak úgy tudsz segíteni nekem, ha megpróbálsz megérteni.
15. Sose tégy úgy, mintha tökéletes és tévedhetetlen lennél! Túlságosan nagy lesz a csalódásom, amikor rájövök, hogy egyik sem vagy!
16. Ne gondold, hogy elveszíted a tekintélyed, ha bocsánatot kérsz tőlem! Becsületes bocsánatkérés meleg érzéseket ébreszt bennem irántad.
17. Ne felejtse el, hogy szeretek kísérletezni. Kérlek, nyugodj bele a próbálkozásaimba, nem tudok meglenni ezek nélkül!
18. Ne felejtse el, hogy milyen gyorsan felnövök. Biztos nehéz neked velem lépést tartani, de kérlek, legalább próbáld meg!
19. Ne felejtse el, hogy nem tudok létezni szeretet és megértés nélkül, talán nem is kell neked hangoztatnom! Vagy mégis?
20. Kérlek, tartsd magad jó kondícióban és légy egészséges. Szükségem van rád!

V I C C O L D A L

- Miért nem játszik a tűzoltózenekar betonon?
- Mert olyan hangszer nincs.

- Mi lesz abból, ha két busz összeütközik?
- Két rombusz.

- Honnan tudod, hogy egy politikus hazudik?
- Mozog a szája.

- Milyen buli van az intenzív osztályon?
- Eszméletlen!

- Miért olyan okosak a japánok?
- ???
- Mert nincsenek köztük szőkék.

A tanár nincs megelegedve a tanulói szellemi színvonalával, ezért gúnyosan így szól hozzájuk: - Kérem, aki idiótának érzi magát, az álljon fel! Tétova csendet követően egy fiú feláll.- Szóval Te idióta vagy, azért álltál fel? – kérdezi a tanár.

- Nem, csak sajnáltam, hogy Tanár Úr egyedül áll.

Hogy mondja meg a lány az anyjának hogy terhes?

- Van egy kis probléma, nagyi!
- Haver, te tegnap nagyon részeg voltál!
- Miért is?
- Taxit hívtál magadnak, hogy vigyen haza!
- És az miért baj?
- Nálad volt a buli

A futballista fiát megbuktatják harmadikban, de az mégis boldogan meséli apjának: - Apa, képzeld, egy évvel meghosszabbították. a szerződésemet a harmadik osztállyal..

- Ettem már jobb sültet is! - mondja a vendég fizetéskor.
- Mire a pincér szárazon:
- Nálunk, uram? Aligha.

Két bácsika beszélget a buszon:

- Képzeld, én már húsz éve utazom ezen a buszon...
- Tényleg? És hol szállt fel?

A kulcstartó egy olyan hasznos kis szerkezet, amely segít az összes kulcsodat egyszerre elveszíteni..

- Mikor van a születésnapja?
- Július 15-én.
- Melyik évben?
- Minden évben.

- Mi a legkedvesebb ajándék?
- Az aorta.
- Miért?
- Mert az szívből jön.

- Az olívaolaj olívbogyóból készül, a napraforgóolaj napraforgómagból készül. Miből készül a babaolaj?

- Hogyan tudsz egy tojást a betonpadlóra úgy leejteni, hogy ne törjön össze?
- Ez butaság, a betonpadló nagyon kemény, nem törik össze.

- Mi a sok válás legfőbb oka?
- A házasság.

- Mit jegyzett meg a bokszoló a Bibliából?
- Jobb adni, mint kapni.

- Drágám, arra gondoltam, hogy Svájcban tölthetnénk a szabadságunkat. Mit gondolsz, mennyibe kerülne?
- Semmibe.
- Hogyhogy?
- A gondolat ingyen van!

Általában csak ülök a TV előtt, és sakkversenyeket nézek. De az orvosom azt mondta, több mozgásra lenne szükségem. Azóta teniszmecceket nézek.

- Mivel lehet a fényt hamisítani?
- Fénymásolóval!

- Mi az? Ha feldobom semmi, ha leesik ötezres?
- Nem tudom.
- Én sem tudom. Ha tudnám, mindig dobálgatnám

- Mi az? Ugyanúgy néz ki, mint a halál, csak egy kicsit kisebb.
- A halál fia.

Két hajléktalan beszélget a parkban:

- Alszol?
- Nem.
- Van egy százasod?
- Alszom.

- Maga csótánynak nevezett engem! Elismeri?
- Elismerem.
- Akkor párbajozzunk! Válasszon fegyvert!
- Rendben. Rovarirtó spray.

A börtönőr így vigasztalta VIII. Henrik feleségeit:

- Fel a fejjel, amíg van.

- Apuci, szokott sírni a bohóc?
- Hát persze! Úgy piheni ki magát.

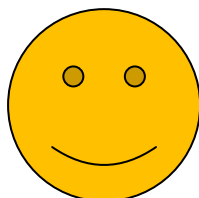
- Ki tudná megmondani, hogy melyik a ló legfontosabb része? – kérdi a tanító néni.
- A bőre – válaszol Petike.
- Miért pont az?
- Mert az tartja össze az egész lovat!

A skót gyerek szalad a mamájához:

- Mama, itt áll az ajtóban egy bácsi!
- És mit akar?
- A most épülő uszodára gyűjt. Mit adjak neki?
- Fél vödör vizet!

- Uram, maga igazán csak az erős szervezetének köszönheti, hogy meggyógyult!
- De jó hogy mondani tetszik! Már éppen elő akartam venni a borítékot a doktor úrnak!

- Uram, Önt meg kell műtenünk!
- Azt már nem! Akkor inkább meghalok!
- Ó, az egyik nem zárja ki a másikat!



Kérdés, hogy azt a ruhát, amit csak 30 fokban szabad mosni, szabad-e 40 fokban teregetni?

*Amit az ember részegen tesz, azért józanul fizet.

*Az ember időnként belebotlik az igazságba, de legtöbbször feltápáskodik és továbbmegy...

*Lehet-e barátság férfi és nő között, és ha igen, miért nem? (Karinthy Frigyes)

*Ha a májkrémbe máj van, mi van a fogkrémbe?

*Nekem igazi álomautóm van. Felébredés után szertefoszlik.

*A hülyeségnek nincs határa, életcéloom azt mégis átlépni.

*Az élet olyan izgalmas. Egyik nap még itt van az ember, a másik nap meg szintén.

*Ne győzködd az agyadat! A hiba a valóságban van.

*Mit mondanak a nők? Azt, hogy minden férfi egyforma. Akkor miért válogatnak??

*Ha meg akarod tudni magadról az igazságot, ízes részletességgel, csak mondd azt a feleségednek, hogy kövér.

*Adj Uram türelmet - de azonnal!

*Jövőd álmaidtól függ. Ne vesztegedj hát az időt, menj aludni!

*Óvakodj az állatoktól, ha inni mennek, és az emberektől, ha inni voltak!

*Nagy jótétemény, ha egy nő nem szép. Ő ugyan szomorú, de a többi mind örül neki!

*Az alkohollal nincs semmi problémám. De nélküle...

*Teljesen egyetértünk. Te szeretsz engem, és én is szeretem magamat.

*Soha ne add fel! ...csak ha van rajta elég bélyeg.

*Mondtam az orvosnak, hogy két helyen eltörtem a lábam. Erre azt mondta, hogy menjek el azokról a helyekről.