



**MÉREGTELENÍTŐ**  
**2019.10.szám**

## KEDVES OLVASÓ!

Ez mindig döntő pillanat, amikor megszólítalak. Mit is osszak meg Veled az egy hónap alatt engem ért élményekből, bennem megszületett felismerésekből? Mert ez az egy momentum aztán meghatározza az egész újság szerkezetét.

Előre tolakszik a lelkemben az a csodálatos élmény, ahogy pár napja elbúcsúztam a nyártól. Baráti találkozóink későbbre volt megbeszélve, de láttam, jön a hidegfront, a lehűlés. Pedig itt a Duna parti sétányokon olyan szép órákat töltöttünk már, napsütés, csend, a víz szelíd alig-folyása, rajta hattyú család, egy-egy kajakos, az evezők nyomán loccsanó víz hangja. Szinte giccses kép, de valóság, a természet rendezésében.

Így aztán előre hoztuk a találkozót, és kitettük magunkat a nagyon is erőteljesen tűző napsugaraknak, a Nyár utolsó napjának. És az örömnek, hogy ebben együtt vagyunk, hogy megoszthatjuk, kiteríthetjük az elmúlt hetek élményeit, felfedezéseket a minket körül ölelő, és bennünk lévő valóságról.

És látod, ez megmaradt, bennem él, megelőzi a többi élményt, kérdést, szorongást. Befogadása a Csodának, az Egységnek, az Együttlét örömének.

És aztán bekövetkezett a folytatás, valóban megjött a hideg, viharosan tomboló szél – itt mindig élénkebb, mint bent a városban. Itt közelebb vagyunk az elemek valóságához. A zajhoz, amint sziszegve az ablakoknak feszül a szél, megzörgeti, aztán mérgesen továbbmegy, bejárja a környéket, felkapja, odébb repíti, ami útjába akad. De lám, közben kitisztul a levegő, a szmog eltűnik, felhő sincs az égen, mely kéken ragyog újra. A levegő friss, hideg. A váltás megtörtént.

Tudomásul vesszük, elő a kabáttal, meleg pulóverrel. Igen, így van ez jól, belesimulunk, része vagyunk a világunknak. Hisz annyit ijedezünk a természet felborult rendjén, lám, még van Rend!

Ezt a természeti képet adom Neked ajándékba, Olvasó: lásd, szép a Világ, amiben élünk, örvendjünk neki, vigyázzunk rá, ahogy csak tudunk!

És elkezdődik a munka, tanulás az iskolákban, harc önmagunkkal, tespedtséggel, álmosággal. Munka, nekifeszülés, öröm a felfedezésekben, sikerekben, fáradtság, új erőgyűjtés. Rend az emberi világban.

Sok lendületet és kitartást kívánok!

"Fűben, virágban, dalban, fában,  
születésben és elmúlásban,  
mosolyban, könnyben, porban, kincsben,  
ahol sötét van, ahol fény ég,  
nincs oly magasság, nincs oly mélység,  
amiben Ő benne nincsen.  
Arasznyi életünk alatt  
nincs egy csalóka pillanat,  
mikor ne lenne látható az Isten!" /Wass Albert/

## Fekete István: Őszi táviró

Kopogott az erdő őszi távirója: hullott a makk a fáról. A kis bölcsők, a magtartó csészék megnyíltak, mert megérett a termés, és a földre kíváncszott. Nem, nem lehetett már bölcsőben tartani a gyerekeket. Addig mocorgott, nőtt, erősödött, hogy egyszer csak pattant valami, és üresen maradt a bölcső, mint ahogy a bölcsők üresen maradnak. A makk lehullott a földre. Egy makk, száz... millió... És kopogott az erdő őszi távirója.

Szólt a föld, csábított az avar puha ágya, s a makkocskák fejest ugrottak a vágy ismeretlen mélységébe. Volt, amelyik azonnal begurult a levéltakaró alá, volt, amelyik fennmaradt. Volt, amelyik domboldalra hullott, és bukfencezve ugrált lefelé, halálra rémítve egy szunyókáló öreg nyulat, aki éppen friss lucernáról álmodott, és nem káposztáról, ahogy az emberek gondolják, mert a nyúl csak éhhalál előtt öt perccel fanyalodik a káposztára. A nyúl tehát nekiiramodott a domboldalnak, a makk pedig ott maradt a vacokban, amelyet vastagon betakar majd a sok hulló levél, megnyomja a hó, és tölgyfa lesz ott is, ahol eddig nem volt.

Más makkoknak azonban nincs ilyen szerencsájük. Egyiket felkapja a mátyásmadár, elrepül vele és eldugja. Farepedésbe, elhagyott fészekbe, odúba – mindenhova. Eldugja, és elfelejti titkos kamráját, és a kis makk hiába vár. Majd jön egy mókus és azt mondja:- Nini! – és megeszi. De ez nem baj, mert szól az őszi táviró szakadatlan – hull a makk, és van belőle elég. Különösen a fa alatt. Ezt tudják az erdei népek, de tudják elsősorban a vaddisznók. Valamelyik sötét éjjel az öreg koca összeszedi családját, és sásolni kezd az avar, mert csülökig járnak benne a malacok, és egymást lökdösik a türelmetlenségben. Ez felesleges zajt okoz, mire az öreg koca úgy oldalba vágja a köteles óvatosságról megfeledkezett csemetét, hogy az elnyikkantja magát, ami még nagyobb baj. Erre kap még egy anyai figyelmeztetést, s utána csend. Fekete erdőben áll a fekete família. Csak a fülek és orrok élnek, a szem nem ér semmit. Az orrokat nem kerüli el az ezerféle szagnak egyetlen paránya, s a fülek minden zörrenést latra tesznek. Gyanús szag – emberszag – nincs, gyanús zöreje nincs, csak a táviró szól, de hiszen éppen erre van szükség.

Elindul az öreg koca, utána a malacok, de nem pattan egy ág, nem zörren egy levél, csak az avar susog a lábak alatt, mintha selymet selyemmel simogatnának. A nagy fa alatt aztán ropogni kezd a makk, de ezt alig hallani. Mármint embernek. De meghallja a róka, aki szintén ide igyekezett, és most egyszerre leül, ami nála a tanácstalanság helye. - Az ördög vigye el – mondaná, ha ember lenne –, ezeket is éppen most ette ide a fene...

De mivel nem ember, csak vakarózik. Aztán ásít. A faluból jön, ahol végigvizsgálta a tyúkólak táját, de – a tyúkólak mind zárva voltak, a kacsák ólja elé még követ is tettek, sőt egy helyen egy nagy rozsdás csapda tárta szét ölelő karjait. A róka jól megnézte a csapdát, és majdnem megsértődött. Ha ember lett volna, talán le is köpi az öreg szerszámot. A róka tehát újra ásít és fülel.

A makk ropog. - Na – gondolja –, amíg ezek a telhetetlenek jóllaknak... A rókát nem a makk érdekli, hanem az egérek, akik szintén szeretik a makkot. De a makk, milyen kicsi a disznónak, olyan nagy az egérkének, aki gurigázik vele, amíg csak ki nem gyúl felette a rókaszem két zöld lámpása, és – ham! Egy egérke, egy nyelés.

De most erről szó sem lehet. Az öreg koca goromba disznó, a szó legszorosabb értelmében, és a róka másfelé kezd figyelni, ámbár jól tudja, hogy ilyen zörgéssel csak a borz jár. Jön is már a szürke csíkos remete, szájában nagy cső kukoricával. És hogy szuszog – gondolja a róka –, de lelapul, mert a borz arról híres, hogy nem szól, hanem harap. A remete zörgése elúszik a sziklás völgy felé, ahol várkastélya van, de a rókának ma nincs szerencséje, mert helyette jönnek a szarvasok. A róka erre már bizonyára káromkodna, ha ember lenne, de nem káromkodik, mert ő csak egy kis állat... és csak azt teszi, amire szüksége van, ami segít, egyszóval, ami megtölti a gyomrot. Elhúzódik tehát a szarvasok útjából, átmegy a nagy bokrok túlsó oldalára, és szemezgetni kezdi a földiszederet. A földiszeder savanyú, mint az ecet, de erről eszébe jut a szőlő! És ellohol a szőlők felé, ahol még nyulacska is akadhat a barázdában.

A szarvasok szimatolnak, álldogálnak, aztán lefeküsznek. Ketten vannak: anya és fia. Később felnéznek a fák koronájába, mert a tetőkön végigszaladt a hajnali szél, és az ágak között világosodni kezd az ég. Az anya szeretettel nézi tavalyi fiát, akit két hete nem látott, mert farsangolni volt. Most már vége! Két hétig bőgtek itt a koronás és koronátlan urak, és – meg kell hagyni – ellenállhatatlanul bőgtek... Hajaj, de hogy bőgtek!

A disznók hazamentek, a borz elhelyezte a kukoricát várkastélya kamrájában, a róka végzett a szőlőkúrával, és alszik már a szőlő alatt a nádban. Most kel a nap, a csend ragyogásában csak az erdő távírója szól szakadatlan. Kopog, egyre kopog az őszi távíró, csak így nappal már nem lehet annyira hallani.



## Richard Rohr: Árnyékmunka

Nagyon sokat tanultam egy svájci terapeutától, Carl Gustav Jungtól (1875-1961). Jung összehozta a gyakorlati teológiát a jó pszichológiával. Biztos, hogy nem volt a vallás ellensége; valójában misztikusnak hívnám őt. Az élete vége felé, amikor megkérdezték tőle, hogy „hisz”-e Istenben, Jung ezt mondta: „Nem mondhatom, hogy hiszek. Tudom! Tapasztaltam, hogy megragadott valami, ami erősebb, mint én, valami, amit az emberek Istennek neveznek.”

Robert A. Johnson, egy amerikai elemző elmagyarázza, hogy az árnyék hogyan kezdődik bennünk, és mi hogyan növekedünk:

Mindannyian teljesként születünk, és hadd reméljük, teljesként is halunk meg. De valahol, az utunk elején eszünk a tudás fájának az egyik csodálatos gyümölcséből, és a dolgok jóra és rosszra válnak szét. Elkezdjük az árnyékcsináló folyamatot: felosztjuk az életünket. A kulturális folyamatban szétválasztjuk az Isten-adta tulajdonságokat olyanokra, amelyek elfogadhatóak a társadalom számára és olyanokra, amelyeket félre kell tennünk. Ez csodálatos és szükséges, és nem létezne civilizált viselkedés e nélkül, a jónak és rossznak a szétválogatása nélkül. De az elutasított és elfogadhatatlan tulajdonságok nem tűnnek el; azok csak összegyűlnek a személyiségünk sötét sarkaiban. Amikor már elég sokáig rejtegettük őket, egy saját életet öltenek magukra – az árnyék-életet.

Az árnyék az, ami nem lépett be megfelelően a tudatba. Ez a megvetett része lényünknek. Gyakran olyan nagy energia-potenciálja van, mint az egonknak. Ha több energiát gyűjt fel, mint az egonk, úgy tör elő, mint ellenállhatatlan düh vagy valami tapintatlanság vagy egy véletlen (baleset), amelynek úgy tűnik, hogy megvan a saját célja.

Szintén megdöbbenő, hogy egyes nagyon jó tulajdonságok is az árnyékból kerülnek elő. Általában a hétköznapi, evilági tulajdonságok a norma. Minden ennél kevesebb az árnyékba megy. De minden ennél jobb is az árnyékba jut!! A személyiségünk bizonyos tiszta arany részei visszaáramlanak az árnyékba, mivel nem találnak helyet a kultúra nagy kiegyenlítő folyamatában. Érdekes módon az emberek sokkal erősebben állnak ellen az árnyékuk nemes részeinek. ... Az arany a magasabb hívásunkhoz viszonyul, és az élet bizonyos szakaszaiban ezt nehéz lehet elfogadni. ...

Bárhonnak is indulunk és bármilyen kultúrából is jövünk, (legtöbbünk) egy világosan meghatározott ego-val és árnyékkal jut a felnőttkorba, a jónak és rossznak egy rendszerével, egy két oldallal rendelkező mérleghintával (libikókával). A vallásos folyamat abban áll, hogy helyreállítja a személyiség teljességét. ...

Általában az élet **első fele** elkötelezett a kulturális folyamat mellett – megszerezni a képességeinket, felnevelni egy családot, fegyelmezni önmagunkat száz különféle módon; az élet **második fele** az élet teljességének visszaállítása iránt van elkötelezve (szentté válás).

...Az emberek, akik elfogadják önmagukat, elfogadnak másokat. Az emberek, akik gyűlölik önmagukat, gyűlölnék másokat. Csakis az Isteni Fény ad nekünk engedélyt, szabadságot és bátorságot, hogy mindenképpen lemenjünk a saját mélységeinkbe és találkozzunk a saját árnyékunkkal. Jung számára az Isten-archetípus a teljessé-tevő funkciója a léleknek. Ez az a részed, amely mindig többet akar, de nem a kapzsi értelemben. Isten a belső energia minden dolognak a lelkén belül, azt mondva: „Válj azzá, ami vagy. Válj *minden-né*, ami vagy. Még több van benned – még több felfedeznivaló, megbocsátani való és szeretni való. Az életvágy megtanít minket, hogy *ne* daraboljunk, ne törjünk szilánkokra, ne hasítsunk szét (semmit), hanem integráljunk és tanuljunk mindenből; mivel az ego magától a megszorítás és elválasztás, vagy(is) a „bűn” felé megy. Az Isten-archetípus egész egyszerűen a *működésben lévő Szeretet*, amely egyre mélyebb egyesülésre hív minket a saját Igaz Énünkkel, másokkal és Istennel.

Az árnyék önmagában nem probléma. A betegségünknek és erőszakosságunknak forrása az elkülönülés a saját részeinktől, egymástól és Istentől. Az érett vallás (religion) rendeltetése a re-ligio vagy újra-összekötése annak, amit az egonk és életösztönünk szétválasztott, vagyis az alapvető teljesség mindennek a szívében.



## **Böjte Csaba új könyve: A Lélek lélegzetvétele**

Így ír a szerző a bevezetőben: "Átnézve 2018 eseményeit, felemelve népem nagy fazekáról a fedelet, úgy látom, hogy mindenből van bőségesen. Ma nem pénzből, ruhából, házból, autóból, továbbtanulási lehetőségből vagy akár szabadságból van kevés, hanem élő hitből, mindent beragyogó reményből, életünket megújító szeretetből. Igen, egyszóval - én úgy látom - ma Istentől van kevés. 2019-re éppen ezért én a magam és a népem számára nem ajándékot, hanem az Ajándékozót kérem. Nem bölcs tanítást keresek, hanem Mestert, magát a Tanítót szeretném megismerni, megismertetni veletek. Talán nem tévedek, ha azt mondom, hogy nem gazdagságra vágyunk, hanem az egyetlen igaz értéket, Istent szeretnénk átölelni, mert nélküle semminek semmi értelme nincs."



## Gyurkovics Tibor: A szanta h6lgy

A parton ment a Szanta H6lgy. A Szanta H6lgynek z6ld sapk6ja volt, puha bundacip6ben l6pkedett, elhaladt a s6t6ny piros padjai el6tt, a lebeg6 v6z mellett ment, beleolvadva a szemk6zti hegyek k6k p6r6j6ba. V6ll6t kicsit el6rebiccentette egy-egy l6p6sn6l, bal l6b6t pedig h6zta maga ut6n. Olyan kecses volt a mozg6sa, mint egy sebzett l6b6 k6csagnak. Minden reggel megjelent a parton, elment az ablakok 6vegcsillog6sai el6tt, a hatalmas plat6nok t6li sz6rke 6gai alatt. Mint egy zene, haladt, cs6ndesen, biceg6 6temre. Legt6bbszor egy kifliv6get evett, lassan a sz6j6hoz emelte, n6zett maga el6 a f6ldre meg n6ha a t6lpart elvesz6 h6zaira.

A gyerekek nevt6k a Szanta h6lgyet. Elb6jtak a Loreley f6i m6g6, a kis parkban.

– N6zd, j6n a Szanta H6lgy – mondt6k, 6s elb6jtak.

Kis bogy6kat szedtek, 6s a mellv6dr6l a z6ld sapk6ra ejtegett6k. A Szanta H6lgy meg6llt, ijedten kapkodta f6l a fej6t a magasba, 6s t6relmetlen mozdulattal sodorta le a sapk6j6r6l a bogy6kat. „Mi lehet ez? – gondolta. – Tal6n valamelyik n6v6ny hullajtja m6g a magvait.” Azt6n tov6bbhaladt a parton, biceg6 l6p6sei egyenletes kis k6r6ket 6rtak a nedves f6ld fel6.

A gyerekek nem el6gedtek meg ennyivel. Vonzotta 6ket a Szanta H6lgy figur6ja, mindig ki6ltek a Loreley-park magas6ba, 6s v6rt6k.

– 6ssunk neki g6dr6t – mondt6k. – Csak egy kis g6dr6t, 6ppen itt a Loreley alatt. – Nagy nevet6ssel k6sz6ltek a g6zs6gra. Kis gyereklap6ttal lyukat piszk6ltek a f6ldbe, azt vastagon befedtek 6js6gpap6rral, 6s f6ldet sz6rtak r6. Nem l6tszott semmi. 6k f6lh6z6dtak a mellv6dre, 6s v6rt6k, hogy j6n a Szanta H6lgy. Nagy messzir6l f6l is t6nt imbolyg6 alakja, egy biccen6s, egy l6p6s, egy biccen6s, egy l6p6s. Kiflit tartott a jobb kez6ben, azt majszolta. N6ha 6tn6zett a t6ls6 partra, k6zeledett.

– Most figyeld majd. Mekkora puffan! – r6h6gtek a fi6k. A Szanta H6lgy k6zeledett. Lass6 l6ptekkel j6tt a g6d6r fel6. Majszolta a kiflit. A g6d6r el6tt meg6llt. 6tn6zett a t6ls6 partra, kicsit lejjebb ment a v6zhez. Azt6n folytatta az 6tj6t.

– N6zd! Kiker6lte! – ord6tottak a gyerekek. – V6gig f6l kell 6sni a partot! – Neki is 6lltak, 6s j6 hosszban 6stak egy kis 6rket, ugyan6gy lefedtek 6js6gpap6rral, gallyakkal 6s f6lddel. – Ne f6ljetek, most nem tudja kiker6lni!

Megint f6lm6sztak a kis park mellv6dj6re, 6s v6rt6k, hogy j6n. J6tt. Messzir6l imbolygott az alakja, egyik kez6ben kis kifliv6get tartott. Egyet biccent, egyet l6p6tt. K6zeledett. El6rt az 6rokig, meg6llt. Azt6n hirtelen a park fel6 vette az 6tj6t, a kis l6pcs6k6n f6lbaktatott. A gyerekek f6lm6sztak a f6ra, a Szanta H6lgy meg le6lt az egyik padra, ette a kiflij6t, 6s n6zte a sz6rke v6zet. A k6s6 6szi nap kis6t6tt, 6 levette z6ld sapk6j6t, haj6t igazgatta, kicsit s6tk6rezett, elfordult a t6ls6 part fel6. Az egyik gyerek egy nagy bottal elhal6szta a sapk6j6t, a z6ld sapka imbolygott, imbolygott a bot v6g6n, azt6n elt6nt a fenti 6gak zegzug6ban. A Szanta H6lgy sok6 n6zte a v6zet, azt6n f6l6llt, 6s ment tov6bb, bicegett a kedves naps6t6sben. A gyerekek fej6kre h6zt6k a z6ld

sapkát, egymás kezéből kapkodták, behasították, egészen elcincálták. Nagy nevetés töltötte be a parkot.

Másnap is várták a Sánta Hölgyet. Telt az idő, a Sánta Hölgy nem jött. A gyerekek tanakodtak, aztán elindultak arra, ahonnan a Sánta Hölgy előbukkant naponta. Kis mellékutcába értek, bekukucskáltak az ablakokon, nem találták. Aztán az egyik nagyon kicsi ablakba benéztek, és meglátták a Sánta Hölgyet. Egyedül ült a szobában a félhomályban. Kis keze a karosszék támláján nyugodott, a tűzhelyen csöpp lábosban leves főtt. A gyerekek elkedvetlenedtek. Összedugták a fejüket, tanakodtak.

Karácsony délutánján megint elmentek a házhoz, kukucskáltak. A Sánta Hölgy egyedül bicegett a kis szobában, a tűzhelyre egy kis lábost tett, s egy nagyon pirinyó karácsonyfát díszített magának. Nem volt rajta csak két szaloncukor meg egy gyertya.

A gyerekek becsöngettek hozzá. Nagy sokára jött elő, halk bicegéssel.

– Néni, kérem – mondta az egyik fiú, kezében tartva az új zöld sapkát, amit az egyik lány kötött azóta. – Találtuk ezt... – Nem tudjuk, nem a nénié-e? Ilyen zöld sapka...– ügyetlenkedtek a gyerekek.

– Nézd! Az én sapkám! Hol találtátok meg?

– A parkban.

– Igen. Biztos otffelejtettem. Jaj, de rendes gyerekek vagytok! Gyertek be...

Nem is tudom, nem is tudom – bicegett ide-oda –, mit adjak nektek? Itt van ez a két szaloncukor... – leakasztotta a cukrot, odaadta. – Majd, ha megint jöttök, veszek többet. De nekem nem kell. Majd gyertek megint.

A gyerekek szabadkoztak, aztán elmentek a sötétbe.

Másnap újra indult a Sánta hölgy, s ahogy becsukta az ajtót, látja, hogy az ablakpárkányon vékony papírba csomagolva egy óriáskifli fekszik. Nagyon megörült neki. Kezébe vette, és majszolni kezdte. Fölbukkant a víz mellett, imbolygó járással jött. Kezében egy hatalmas kiflivel, új zöld sapkával a fején. És minden vasárnap talált a párkányon egy nagy kiflit. Ünnepe volt, büszke léptekkel bicegett a partra, majszolta a kiflit, zöld sapkája világított a parton. A jó emberekre gondolt, akik miatt még érdemes élni.

## Ranschburg Jenő: Mágia

Emlékszem rá: egyszer megvert apu,  
mert rossz voltam. Sarokba állított...  
Sírtam, s gyűlöltem őt nagyon,  
mert közben ástott.

A könnyeimmel köröket rajzoltam fel a falra,  
s titkos jelt a körökre,  
ne verjen meg többé soha,  
és tűnjön el örökre!

Most nincs velünk. Elment  
nagyon sok napja már...  
s az oviban utálom azt, akit  
este az apja vár.

Anyu azt mondja, itt hagyott,  
de eljön majd, ha véget ér a per.  
Csak én tudom, miattam nem jöhet,  
hisz én tüntettem el.



## **BÉKESSÉGSZERZŐK**

### **Eknath Easwaran gondolatai**

„...Gandhi küldetése nem igazán India felszabadítása volt. Ez egy hatalmas eredmény, de India lényegében egy kirakat volt, egy színpad a világ számára, hogy lássa azt, mit tud teljesíteni az erőszakmentesség a valódi élet nagyon tökéletlen világában. ...

Mai nyelven szólva, Gandhi megadta nekünk az alapot a béke technológiájához. Eszközöket adott ahhoz, hogy megoldjunk mindenféle konfliktust, s ezt bárki megtanulhatja használni. De sürgősen meg kell értenünk azt az üzenetét, hogy az erőszakmentesség egy gondolkodásmód, nem egy taktika. Egy módja annak, hogy munkába fogjuk a szeretetet a problémák megoldásában, a kapcsolatok gyógyításában és általában, hogy felemeljük az életünk minőségét. Mi nem azon a nagy színpadon kezdünk, amelyen Gandhi tevékenykedett, ő maga sem úgy kezdte. Ő a saját személyes kapcsolataival kezdte, annak tudatában, hogy nem várhatja el a harag és gyűlölet tüzének kioltását máshol, ha ugyanaz a tűz parázslik az ő otthonában és szívében is. Az ő erőszakmentessége nem annyira egy politikai fegyver vagy egy technika a társadalmi változás érdekében, mint inkább a lényegi művészete a civilizációnak.

Más szavakkal, az erőszakmentesség egy készség, csakúgy, mint az olvasni tanulás. A szeretet egy készség. A harag átalakítása egy készség. Mindezeket meg lehet tanulni. Nem mondhatjuk azt, hogy nem vagyunk képesek (alkalmasak) az erőszakmentességre. Minden, amit mondhatunk, az csak az, hogy nem vagyunk hajlandóak megtenni, amit szükséges megtanulnunk. Végül, mindenféle meggyőződésű spirituális kereső számára Gandhi megmutatta, hogy a spirituális élet nem jelenti azt, hogy vissza kell vonulni egy monostorba vagy barlangba. Ez követhető egy családban, egy közösségben és egy önzetlen szolgálatban megnyilvánuló karrierben is. Még a spiritualitásra való utalás nélkül is, ha az élet mindennél fontosabb céljának azt tekintjük, hogy maradandó hozzájárulást nyújtsunk a családnak és a társadalomnak. Gandhi adott nekünk egy magasabb szintű képet önmagunkról, az emberi lény veleszületett jóságának a megdicsőítését, amely emberi lénynek az öröme abban nyugszik, hogy mindenkinek jóllétéért éljen. Ez Gandhi végső üzenete számunkra.”

„...Gyermekfejjel borzasztóan féltém a haláltól. Az indiai falvakban a haldoklókat nem rejtik falak mögé. A halál beleszövődött életünkbe, s a haláltusák, melyeknek kisfiúként szemtanúja voltam, rémülettel töltöttek el. Most nyolcvanévesen, szemernyt sem félek a haláltól, mert ma már tudom, hogy a halál csupán egy újabb szobára nyit ajtót. Barátként tekintek a halálra, mert megtanultam, hogy mindenestül a jelenben élek, telve hittel és megszabadulva félelmeimtől...” (Párbeszéd a halállal)

## Deák László: Emlék pillanat

Négyen a sárga fűben, fénykép, nyár vége volt,  
Talán augusztus eleje, tizedike, egy délután.  
Ahogy kioldotta a gépet, lehuppant mellém Kálmán,  
Pista valamit mondott, Janó kivette foga közül a szipkát.  
Volt egy kis szellő, mögöttünk országút, később azon  
Haza fogunk jönni hárman, stoppal, egy Trabantban,  
Mert nem akartunk már vonatra várni, valami sürgetett,  
Mindünket valami más, hosszúra nyúlt a kirándulás,  
És mélyre, mint mindig, hosszúra nyúltak az árnyak.  
Szemben, a Duna színén tükrözve, a sziget partmenti fáit,  
Onnan jöttünk vissza a világba egy csónakon, szorongva  
És túlon túl vidáman, halászlé és több borok után.  
Valahogy mindez örökkévalónak és egyszerűnek tetszett.  
Jól ismertük egymásnak fonákját, de nem bolygattuk akkor,  
Elégnek tűnt a létezés színe, hisz semmire fájt még annyira,  
Mint a képet nézve ma, bár a part, a Duna, a sziget még megvan.



## Bruno Ferrero: A gyógykezelés

Az orvos csalódottan rázta meg a fejét. Betegén a javulás legkisebb jele sem látszott. Immár tíz napja, hogy az idős úr semmilyen gyógykezelésre sem reagál. Teljesen elhagyatottan feküdt a kórházi ágyon, úgy tűnt, ereje sincs már, hogy életéért küzdjön. Elfáradt, beletörődött sorsába.

A következő napon az orvos ismét megrázta fejét, ám ezúttal az őt ért meglepetéstől. Az idős úr minden életfunkciója a normális értéket mutatta. Párnájára támaszkodva ült az ágyon, teljesen visszanyerve egészséges színét.

- Mi történt Önnel? – kérdezte az orvos - Tegnap már teljesen feladtuk a reményt, most pedig minden tökéletesen működik. Mi történt?

Az öregúr mosolyogva bólintott:

- Igaza van, doktor úr, tegnap valami történt: meglátogatott az unokám, aki azt mondta nekem: „Ó, nagypapa, haza kell jönnöd, gyorsan, mert elromlott a biciklim”.

\*\*\*

## Isten éltesse Mamika!

Ez a nap sem volt más, mint a többi. A reggel észrevétlenül osont be a szobába. Egy ideig megbújt a kicsiny terasz kockakövei között, rózsaszínűre festette a fehér karosszéket, aztán bekopogott a redőny résein, végigvonult a szobán, bebújt a meleg dunna alá, megcsiklandozta a szempillákat.

Kicsit még elidőzött az öreg, fáradt arcon, majd hangtalanul tovalibbent. Mamika felsóhajtott. Nem akaródzott még felkelnie. Lustán kinyújtóztatta fájós lábait, összébb csukta a szemét, remélve, hogy marasztalhatja még azt az édes álmot, amit megzavart a reggel tolakodása. Aztán eszébe jutott. Nagy nap lesz a mai! A széken már kikészítve az ünneplő ruhája, a nővér tegnap még az inget is frissen vasalta, hogy Mamika ma gyönyörű legyen. Igen, ma fel kell vennie a legszebb mosolyát, hiszen ma eljön. Ma biztosan eljön Ő is. A Fiú. Beteg szegény, ritkán tud jönni, de ezt a napot nem felejtetheti el, lakjon bármilyen messze. 50 éve, mióta a Fiú elment, egyedül élt. Papika már régen meghalt, még a Fiú Svájcba költözése előtt. Akkor azt hitte, nem éli túl. Rettenetes volt a magány, az üres ház folyton hideg volt, és minden sarok rájuk emlékezett. Hány éjszakát sírt át, hány nappalt dolgozott végig keményen, fáradhatatlanul, hogy valahogy múljon a nap, a hónap, az év. Minden vasárnap megfőzte a húslevest, a paprikás csirkét és a fánkot, a kedvenceit, hátha megjön, hazajön, de az étel minden hétfőn levándorolt a házmesterékhez, az ágy is bevetve állt hónapokig. Kezdetben ritkán jöttek hírek. Csak idegenek hoztak néha üzenetet, hogy jól van, minden rendben van, de nem írhat, amint lehet, jelentkezik. Soha nem felejtí el azt a percet, amikor legelőször telefonált. Csak állt, kezében az öreg telefontal, hallgatta a Fiút, aki csak annyit tudott mondani, hogy – Mamika, szeretlek! – Mire szólhatott volna, megszakadt a vonal. Pedig szerette volna belesikítani a világba, hogy – Én is Fiam! Én is! – de csak a kutya fülét tudta megvakarni, miközben kiesett a telefon a kezéből.

Aztán egyszer csak ott állt az ajtóban. Meg sem ismerte, eljárt felette az idő. Egy komoly, meglett férfi kért bebocsátást, amikor ajtót nyitott. Először el akarta küldeni, de az idegen megszólította: - Mamika, hát nem ismeresz meg? Azt hitte, elájul. Mennyi ideig kellett nélkülöznie ezt az arcot, ezt a kezét, amelyik ott pihent az övében. Azt sem tudta, mihez kezdjen. Rég nem főzött már húslevest. Rég nem szellőztette át az ágyneműt.

Azóta gyakrabban jön, főleg, mióta nyugdíjas lett. Azt kicsit sajnálja, hogy nem nőszült meg, hogy unokái nincsenek, de a fontos mégiscsak az, hogy ma eljön. Ő, a Fiú.

- Jó reggelt Mamika! Jöjjön, segíték felöltözni! – köszönt be a nővér. – Nagy nap ez a mai, a Polgármester úr is eljön, a konyhában már itt a torta. Na, mit szól? Örül, Mamika?

- És Ő? Mikor jön? Telefonált? – szólt türelmetlenül Mamika, miközben engedelmesen hagyta, hogy a nővér megfésülje.

- Türelem, Mamika! Ebédre biztosan itt lesz! – mondta az ápolónő mosolyogva, majd kilibbent a szobából.

Ólomlábakon vánszorgott az idő. Szomszédok jöttek félénk mosollyal, de Mamika egyre csak az ajtót leste türelmetlenül. Nem is figyelt a csacsogásokra, a köszöntőkre, egyre csak az órát nézte. Soha ilyen lassan nem ütötte el az időt az ódon óra, soha ennyire nem várta még az ebédre hívó hangot.

A nővér lekísérte az ebédlőbe. Megijesztette a sok idegen arc. Mindenki miatta jött el, őt ünnepelni gyűltek össze. A polgármester köszöntötte, de Ő nem figyelt rá, az Igazgató ajándékot adott, észre sem vette, egyre csak az ajtót nézte, egyre csak várt, türelemmel és türelmetlenül, mint életében olyan sokszor. Fel akarták vágni a tortát, pezsgőt bontottak, meg sem kóstolta.

Épp elütötte a harang a delet, amikor nyílt az ajtó és az ajtóban megjelent Ő. A Fiú öreg arca mosolygott, egyik kezében bot, másikban 100 szál vörös rózsa. Nehézkesen mozgott, félénken megállt a karosszék előtt, szinte egész testét eltakarta a hatalmas csokor.

- Isten éltesen Mamika! Isten éltesen 100. születésnapodon Édesanyám!- Most már minden rendben van! – szólt mosolyogva Mamika – Hol az a pezsgő? (szerző: Mazsoka)

### **Kányádi Sándor: Nekem az ég**

nekem az ég régen is kék volt  
ha kék volt  
borúsnaK miért mondanám most  
s nagyon szerettem ezt a  
már nem-szeretem várost

nekem a jó régen is jó volt  
ha jó volt  
miért mondjam utólag rossznak  
csapjak föl én is buzgó  
megkésett panaszosnaK?

nekem a rossz régen is rossz volt  
s mert rossz volt  
hát kiköptem unom a kókadt  
a most-merész a hőssé  
horgadt szókimondókat

nekem a hit régen is hit volt  
s mert hit volt  
az életet is hittel éltem  
hagyjatok meg hát engem  
ebben a balga hitben

## **Pilinszky János: Mielőtt**

A jövőről nem sokat tudok,  
de a végítéletet magam előtt látom.  
Az a nap, az az óra, mezítelenségünk  
fölmagasztalása lesz.

A sokaságban senki se keresi egymást.  
Az Atya, mint egy tüskét, visszaveszi  
a keresztet, s az angyalok, a mennyek állatai,  
fölütik a világ utolsó lapját.

Akkor azt mondjuk: szeretlek. Azt mondjuk:  
nagyon szeretlek. S a hirtelen támadt tülekedésben  
sírásunk még egyszer fölszabadítja a tengert,  
mielőtt asztalhoz ülnénk.



## **László Noémi: Vegyél magadhoz**

Vegyél magadhoz, ahogyan a bort,  
a reggel hűvösét, a kenyeret,  
a keretbe nem foglalható tájat –  
amint lehet.

Tegyél el apró dolgaid közé,  
engedj időznöm ott egy keveset,  
felejts el lassan, észrevétlenül,  
amint lehet.

Felejts magadban, ne törődj velem,  
viselj, mint bőrödön halvány heget,  
hogy növekedjem majd a pórusokkal,  
amint lehet.

Vegyél magadhoz, ahogyan a szó  
még ismeretlen ízeit veszed,  
takarj be gondod rejtett vánkosába –  
amint lehet.

# Emlékezünk

## Nagy László: Varjú-koszorú

Sortüzek döreje szédít,  
szív szakad és vakolat,  
gyász-szalagok közt az Édes  
már megint sírvafakadt.

Fél a fű, a vézna füst is  
ijedten legöndörül,  
félelem dobog a házban,  
a tájban körös-körül.

Fekete bársony-koloncok  
örvényét veti az ég,  
varjú-koszorú fölöttem,  
rajtam hideg veriték.

## Palágyi Lajos Az aradi vértanúk

Szabadságharcunk letűnt napvilága,  
Te vakító nap a század delén,  
Nem pazaroltad sugarad hiába,  
Bár vak sötétbe halt meg az égi fény,  
Eszméiden nem győzött az enyészet,  
Örökbe hagyta Hallhatatlan részed',  
Fényeddel fényt hint kereső századokra  
A tizenhárom vértanú alakja.  
S ők élni fognak, élni mindörökkön,  
Szent lesz, örökké szent a sírgödör,  
Amíg az eszmény ki nem hal a földön,  
Míg magyar szellem még magasba tör,  
Az ígét, melyért éltet áldozának,  
Szívébe írták az egész hazának,  
Utódtól fogja hú utód tanulni:  
Hogyan kell élni, s hogy lehet meghalni.

## Kiss Dénes: Átlőtt szívvel

Október 23. emléke

A fiúk előtttem vonulnak  
Mellükön lőtt seb a kokárda  
Fiúk ti édes kis suhancok  
ezért jöttetek a világra?!  
Hosszú, hosszú a menetetek  
Vonultok megszentelő őszben  
Fiúk ez a ti ünnepetek  
örök fényeskedő s időtlen

Kisöcsém vonuljatok csak  
arcotokon sírgyertyák fénye  
Legkülönbjei suhancoknak  
legenda lesztek ezer évre!  
A fiúk előttünk vonulnak  
hősei a leggyönyörűbb ősznek  
Vérvirágos kokárdát hordnak  
és átlőtt szívükkel is győznek!

## Óda a Magyar Ifjúsághoz

Ó, magyar ifjúság, hányszor keltem ki ellened  
keserűen és megvetőn, s néha  
gyalázva is, hogy züllött vagy, tudatlan és léha,  
hogy rá se hederítesz, mi forr körülötted,  
s nem nyitod meg szíved, csak futó gyönyöröknek.  
Hogy ereidben víz csörgedez, vagy káposztalé, hiszen  
nagy célokért nem tudsz halni, de élni sem...  
S akkor, október 23-án... Mi történt akkor? Ki foghatja fel?  
Ahogy néhány óra alatt megőszülhet a fej  
részakadt gyásztól,  
néhány óra alatt te férfi lettél,  
s a nemzet helyett érett ésszel s elszántan cselekedtél,  
s mikor nem volt elég a higgadt szó  
s a tiszta gondolat,  
hőssé magasodtál egy szempillantás alatt.  
Gondolat helyett áldoztál kifröccsent agyvelőt.  
Elsöpörted a sandaképű hóhért,  
és szívdobogás helyett adtál kibuggyanó vért.  
Láttalak küzdeni tankok s páncélkocsik ellen,  
a félelem árnyát sem láttam rezdülni szemedben,  
büszkén bámultalak, és lángragyúlt az arcom,  
harc közben meglöktél,  
és azt mondtad mosolyogva: „pardon!”  
Hol vagy? Belekiáltom a kérdést  
az üvöltő téli szelekbe,  
talán egy Sándor utcai ház  
kertjében alszol eltemetve  
jeltelen sírban.  
Az vagy nekem, mint Jean d'Arc  
s a többi szentek,  
kik népüket megváltani  
a kínhalálba mentek.  
Életed, mint az övé  
szennyből és bűnből nőtt meg óriásra.  
Ki voltál? tudja a nép,  
s jeltelen sírodból testedet  
a tíz körmével is kiássa.

(Néhányan úgy gondolják, a vers szerzője Képes Géza.)

## Tóth-Máté Miklós: Kalap

A tanár kora ifjúságától kezdve kalapot viselt. Széles karimájút. Télen fekete velúrt, tavasztól őszig világosszürke puha nemezkalapot. Már nem emlékezett rá, milyen volt az élet fedetlen fővel. Egyáltalán elképzelhetetlennek tartotta, hogy fedetlen fővel járjon.

Mindig elegáns volt. A karján meghatározott helyen lógott az összecsukható esernyő és a zakóját a legnagyobb melegben sem gombolta ki. A kalap karimája alól összevont szemmel vizsgálta az embereket, mint a rendetlen diákokat, akiknek már régen igazgatói rovó járna. Senki sem látta mosolyogni. A szája keskeny vonal, mértani alapossággal odahúzva.

A kalap karimája alól, zártnak és biztonságosnak látszott minden. Pontosnak és körülhatároltnak, akár az élete. Soha semmi slamposság, szabálytalanság. A földtől a kalapkarimáig 170 cm volt a távolság, ami azon felül létezett, körvonalazottnak, elmosódottnak tűnt, mint sűrű ködben a házak. A földtől a karimáig és vissza, egy zárt egység. Mintha állandóan egy szobában járna, és ami a plafon fölött van, teljesen elhanyagolható.

Egy szeles tavaszi napon az iskolából tartott hazafelé. És, bár a kalap jól a fejére volt igazítva, egy erős szélroham lesodorta és sebesen gurította egyre messzebb tőle.

A tanár meghökkent. Nem emlékezett, mikor történt vele ilyesmi és hirtelen az is képtelenségnek tűnt, hogy szaladjon utána, akár egy diák a labdáért.

Előbb csak hosszabbakat lépkedett, mint akinek nem olyan sürgős a dolog, de aztán mégis kénytelen volt szaladni, mert a kalap egyre messzebb került. És ráadásul egy hirtelen perdüléssel felugrott egy gesztenyefára. Nem nagyon magasra, de a tanár így sem tudta elérni.

Most mit csináljon? Másszon fel a fára, akár egy gyerek? Vagy várja meg, amíg a kalap magától visszaesik a földre? Mindenképpen dilemma. Állni és nézni a kalapot legalább olyan nevetséges, mint felmászni érte.

Óvatosan körülnézett. Az utcában nem sokan jártak. Megvárta, amíg egy fiatal pár lassan elandalog mellette, aztán az esernyőjét a fatörzshöz támasztva, felkapaszkodott a kalapért. Megragadta és akkor látta meg mellette a gesztenyevirágot. Felnézett és egyre több gesztenyevirágot látott, fel egészen a csúcsig, majd két gesztenyevirág között megpillantotta az eget. A gyorsan úszó pamacsfelhőkkel.

Sokáig hunyorgott a vastag faágon ülve és nézett felfelé. Úgy érezte minden kitágult, megnőtt és valami nagyon szép, végtelenül egyszerű titkot fejtett meg. Akár egy gyerek, aki most ismerkedik a világgal. És hosszú percekig nem látott mást, csak virágot és eget.

Aztán lemászott a földre. A kalapját a kezében tartva sétált tovább, hagyva, hogy a haját rendetlenre zilálja a szél. Nézegette a házak felső homlokzatait, a cirádás erkélyeket, a falak vájataiban megbújó szobrokat, amiket azelőtt sohasem vett észre. És aztán újra és újra az eget, a gyorsan rohanó felhőkkel. És akkor megszedült. Védtelenség és tehetetlenség érezte magát, mint akit egy kötél lenyúl a világűrbe. És bármerre kap, sehol sincs fogódzó.



A fák koronája, a házak homlokzata, az ég kékje egyszerre félelmetesnek tetszett, mint a mindenség titkát verdeső gondolat.

Sietve tette fel a kalapot. Erősen a homlokára húzta, hogy a szél újabb tréfáját elkerülje. Megnyugodott. A kalap karimája alól újra zártak és biztonságosnak látszott minden.



### **Juhász Gyula - Esti dal**

A nappal fényében, zajában  
Elődöng árva egymagában  
A lelkem, tévedt jövevény,  
Oly idegen nekem a hajsza,  
A szívemet dalokra ajzva  
Oly inkognitó megyek én.

De ha az alkonyat leszállott,  
Olyan kedves, kámzsás barátok  
A barna árnyékok nekem,  
A messzementeket idézik,  
A múlt szelíden iderémlik  
És földereng az életem.

\*\*\*

### **Mezey Katalin: Boldog**

akinek nem rongyos a lelke,  
de fényes, mint a nehéz selyem,  
aki hiszi is, amit mondott,  
akit nem zsarol a félelem,

boldog, akit nem az önérdek  
kormányoz, hanem önként szolgál,  
adósait nem tartja számon,  
görbe utakon titkon sem jár.

Boldog, akinek láthatatlan  
púpként a múlt nem ül a hátán,  
nem üzletel gazemberekkel,  
árnyékán nem táncol a sátán.

akinek a szemén kifénylik,  
hogy süt benne az Isten napja,  
akinek lelke nehéz selymét  
magasságos szél lobogtatja.

## **Bárcsak minden férfi így gondolkozna.**

Nemrég átjött hozzám egy barátom kávézni, üldögéltünk és az életről beszélgettünk...

Egy ponton megjegyeztem: "Megyek és elmosogatok, rögtön jövök..."

Erre úgy nézett rám, mintha azt mondtam volna, hogy úrhajót építek. Csodálattal vegyes csodálkozással tette hozzá: "Örülök, hogy segítesz a feleségednek. Én nem szoktam, mert ha mégis, a nejem sosem dicsér meg. Múlt héten például felmostam, és azt se mondta, köszi..."

Visszaültem mellé az asztalhoz, és elmagyaráztam, hogy én nem "segítettem" a feleségemnek...

Ami azt illeti, a feleségemnek nem segítségre van szüksége, hanem egy partnerre. Én partner vagyok az otthoni teendők elvégzésében, és nem "segítség" az, hogy házimunkát is végzek...

Nem segítek a feleségemnek a takarításban, mert én is itt élek, és muszáj takarítanom...

Nem segítek a feleségemnek a főzésben, mert én is akarok enni, ezért főznöm is kell...

Nem segítek a feleségemnek a mosogatásban, mert én is használom azokat a tányérokat, amikből eszünk...

Nem segítek a feleségemnek a gyerekek körüli teendőkben, mert ők az én gyerekeim is, és az a feladatom, hogy az apjuk legyek...

Nem segítek a feleségemnek mosni, teregetni és összehajtogatni a ruhákat, mert ezek az én és az én gyerekeim ruhái is...

Nem segítek otthon. Én is ott lakom, a házhoz tartozom. Ami pedig a dicséretet illeti, megkérdeztem a barátomat, hogy mikor fordult elő utoljára, hogy a felesége végzett a takarítással, a mosással, az ágynemű felhúzásával, a gyerekek megfürdetésével, a főzéssel, a rendrakással és a többivel, és te annyit mondtál: köszönöm...

De nem csak egyszerű köszönömről van szó, hanem egy totális elismerésről: "Nahát! Fantasztikus vagy!!!"

Ez így most furcsának tűnik? Furán nézel most magad elé?

Amikor te egyetlen egyszer életedben felmostál, rögtön elvártad, hogy kitüntetésként kapj... de miért is?

Gondolkoztál már ezen, drága barátom?

Talán azért, mert macsó kultúránkban azt tanultad, hogy mindez az ő dolga...

Esetleg azt képzeled, hogy mindez pikk-pakk megvan, a kisujját sem kell mozdítania érte?

Akkor hát dicsérd őt úgy, ahogy elvárod, hogy ő dicsérjen téged, ugyanolyan intenzitással. Nyújtsd a kezéd, viselkedj igazi társ módjára, ne pedig úgy, mint egy vendég, aki csak enni, aludni, fürdeni és a szexuális szükségleteket kielégíteni érkezik... Érezd magad otthon... Ez a te házad is...

Az igazi változás társadalmunkban otthon kezdődik: tanítsuk meg fiainknak és lányainknak, hogy miről szól az, ha igazi társ vagy!"

## Janikovszky Éva: A tükör előtt

(Egy kamasz monológja)

Pocsék vagyok, fantasztikusan pocsék. Hiába bámulom magam a tükörben, ez napról napra csak rosszabb lesz. A legfantasztikusabb az, hogy észre sem vettem, mikor lettem ilyen pocsék. Mert tavaly még egész normális srác voltam, az tuti, arra még emlékszem. Nem is néztem én akkor sose tükörbe, csak ha véletlenül nekimentem.

De most muszáj, most folyton bámulnom kell magam, merthogy ilyen fantasztikusan pocsék lettem. Kész látványosság

Mással azért arénáznak otthon, hogy borotválkozzon rendesen, velem meg azért muriznak az öregek, hogy miért nem mosdok. Mintha azt a piszkot le lehetne mosni! De nem értik, egyszerűen nem értik, hogy nekem az a piszok a szakállam, és az nem jön le. Tavaly is piszkos voltam, emlékszem rá, hogy piszkos voltam, de az legalább normális piszok volt, az lejött, ha megmosdottam.

És tavaly a fejem is akkora volt, amekkorának egy normális fejnek lenni kell egy normális nyakon. Az idén a nyakam megnyúlt, a fejem meg összement. Fantasztikus. Csak tudnám, mitől van ez? Ha legalább a hajam göndör volna, de semmilyen. Ezt a vackot se növeszteni nem érdemes, se leváogatni, mert ez nem haj, ez pókháló, ez ökörnyál. Más pontosan tudja, hogyan fésüldödjön, de ezt fésülni se lehet. Ha előrefésülöm – ronda, ha hátrafésülöm – ronda, ha elválasztom – akkor még rondább. Fantasztikus.

És a szemem! Nem arról van szó, hogy nem szép, az nem érdekel. De az, hogy még nézni sem tudok vele normálisan, az mégiscsak sok. Nem mintha rosszul látnék, primán látok, azzal nincs baj. Hanem a nézésemmel, mert az mindenkinek az idegeire megy. Mert ha figyelek valakire, és érdekel is, amit mond, akkor az én szememben nem az érdeklődés csillog, tuti, hogy nem, mert biztos, hogy rám szólnak: *Mit bámulsz olyan hülyén?* Ezért aztán nem is szívesen nézek arra, aki beszél hozzám. Akkor persze az van, hogy: *Hozzád beszélek, fiam, nem a falnak, ne vágj olyan unatkozó képet!*

És a számmal ugyanez az ábra. Én azt se tudnám, hogy van, ha nem figyelmeztetnének rá: *Most mért húzod el a szádat? Már semmi nem tetszik?* Pedig én semmit nem csinálok vele. Egyszerűen olyan. Ferde. Tavaly még teljesen normális volt. Hát nem fantasztikus? És amikor már végre elfelejteném az egész ronda képemet, és végre nevetek, mert jó kedvem van, akkor tuti, hogy bejön a megjegyzés: *Pont úgy röhögsz, mint a fakutya!* Ettől persze mindjárt elmegy a kedvem, akkor meg az a baj. *Hogy te milyen fancsali pofákat tudsz vágni!*

Hát ilyen vagyok. Jobb rá se gondolni, de muszáj, mert más, ha a más feje ilyen pocsék, legalább különben normális.

De én sovány vagyok. Belőlem soha nem lesz izompók, soha életemben, pedig egészen normális kisserácnak indultam. Tavaly még volt rajtam izom, a karomon, a lábamon, volt vállam, meg minden. Sose néztem tükörbe, mert nem érdekelt az ügy, de tudom, tavaly volt rajtam izom, normális formám volt. Az idén meg: mint akin átment az úthenger, piszokul megnyúltam, vékony a karom, vékony a lábam, eltűnt a vállam. Hiába veszek fel két pulcsit, hogy mutassak valamit, mintha vállfán lógna.

Más, ha más ilyen piszokul sovány, legalább tud lezseren mozogni. Lezseren, mintha direkt volna ilyen sovány. De én hiába himbálom magam, hiába járok zsebre dugott kézzel, görnyedt háttal, hiába dobálom a lábam, hiába csoszogok, nincs benne semmi elegancia. Próbálhatok én akármit, rajtam már semmi sem segít.

Pocsék vagyok, fantasztikusan pocsék, nem csoda, ha a Kati rám se néz.



## Egy tanulságos történet

Egy nap egy kígyó tévedt be az asztalos műhelybe. Ahogy tekeredett, véletlen rácsúszott a fűrészre és megvágta magát. Ijedtében elkezdte a fűrészre mardosni. Ettől egyre jobban vérezni kezdett. Egyre rémültebbé vált és ösztönösen rátekeredett a fűrészre, hogy azt testével megfojtsa. Egyre szorosabban tekeredett a fűrészre, és ezáltal egyre mélyebb sebeket ejtett önmagán. A végén elvérzett és kimúlt.

Amikor megbántanak bennünket valamivel, mi is épp így csapdába tudunk kerülni, azzal, hogy bosszút akarunk állni a sérelmek miatt, és ugyanolyan mértékben visszavágni, mint ahogyan bennünket értek. Ezzel viszont valójában csak a saját sebeinket tépjük fel.

Sokkal nehezebb a megbocsájtás, azonban mégis ez az egyetlen járható út sebeink gyógyulásához. „Az én bosszúm a megbocsájtás” vallja ft. Miroslav Bulešić, Szent Pál, pedig Rómaiaknak írt levelében erre buzdít bennünket: „Ne hagyj, hogy a rossz legyőzzön téged; te győzd le a rosszat jóval!” (Róm 12,21)

## **Gellért Oszkár: Ki kérdez engem?**

Ki kérdez engem, ha nem írok verset,  
Ki kérdez engem, hallgató költőt:  
Miért a süket szünetek?  
Hitvesem, anyám, fiam.  
Néhány barát, lélekben testvér.  
S éjjente a halál.  
Óh hova lett, hova lett az az idő,  
Mikor éjjente a csillagot égbolt  
S nappal a napfény kérdezett?  
S én feleltem mindig. S megszületett a dal.  
S ha jártam tengereken:  
A hullám kérdezett.  
S ha jártam hegyek között:  
A szikla kérdezett.  
Erdőben a fáz, mezőn a búza s a búzavirág.  
Hajnalban a rigók, este a fülemilék.  
Most hallgatnak bennem mind.  
Várják.  
Míg egyszer újra kérdez az Isten.

## **Köves József: Úgy jött az ősz**

Úgy jött az ősz, hogy észre se vettem.  
Három kék szilva hullt le a kertben.  
A meggyfa alatt megsárgult levél  
kitárt szárnyait felkapta a szél.  
A pink rózsza foszladozó szirma  
ráborult a földre, mintha sírna.  
Macska surrant el napot keresve,  
de lassanként ránk borult az este,  
a ház előtti hársfalomb alatt  
búcsút intett a nyár, és elszaladt...

## **László Noémi: Falevél**

Zöld, sárga,  
barna, szürke,  
nincs.

Elmúlt idők  
borzolta drága  
tincs.

Élet, erő,  
selyem, tollpihe,  
bársony.

Smaragd, topáz,  
achát függő  
az ágon.

Vonalak  
szövetsége,  
rend.

A teremtés  
követe  
idelent.

## **Kovács András Ferenc: Szüreti ének**

*Hódolat Babits Mihálynak*

Ősszel a hegy leve csurran, a nyári öröm tovasurran:  
távol a dús aratás, dörmög a lusta darázs.  
Zümmög a tájban az ének, dongnak a mustra a méhek,  
száll lugasokban a dal: fújja, ki még fiatal!  
Röpteti büszke legényke, az apraja-nagyja, serényje:  
zengik a kisgyerekek, s pár öreg is nyekereg.  
Fújja leányka, menyecske! Megugrik a kertben a kecske:  
táncra kel, egyre mekeg, s boldog, amíg bereked.  
Hegy leve, vére kicsordul, a pincék sarka csikordul:  
ajtajuk úgy nyikorog, mint mikor eb vicsorog...  
Sírnak a görbe gerezdek, présben a könnyet eresztett  
fürtök ezer szeme sír: gyúl levelükre a pír...  
Hull a falomb, fogy az ének: múlnak az ifjak, a vének!  
Némul a dal, fogy a fény: forrhat a bor s a remény!  
Fagy jön, az éj dere ver meg, az ágra ma zúzmara dermed.  
Búsul a tőke... Csupasz szélbe vonít a kuvasz.  
Ködben a hegy leve csordul: a föld már tél fele fordul...  
Őszül az ég: havazik, s álmodozik tavaszig.

## **Nyilas Sándor: Sztrók mese (avagy reklám a tokaji bornak)**

Hol volt, hol nem volt, egyszer csak a Halál eljött Ignácért, a barátomért  
Ő azonban nem akarta követni ezt a nagyon sötét alakot, mert korainak  
találta.

Dulakodni kezdtek. A Kaszás, barátom bal kezébe és bal lábába kapaszkodott és vitte volna magával. De sehogyan sem bírt vele.

- Hogy lehetsz te ennyire erős? – kérdezte a Halál meglepődve.

- Tokaji bort iszom - felelte Ignác és töltött egy pohárral az arcnélküli  
jövevénynek is, ahogy az Magyarországon illik, ha akármilyen vendég áll a  
házhoz.

A Halál eleinte szabadkozott, hogy ő nincs hozzászokva, meg vezet ma  
még, de aztán csak megkóstolta. Mivel ízlett neki és feltétlenül erősebb akart  
lenni kiszemelt áldozatánál, ivott még néhány pohár Tokajit. Egy fertályóra  
múlva akadozni kezdett a nyelve és már azt sem tudta, hogy miért is jött  
tulajdonképpen. Összevissza hadovált, valami címet keresett a zsebében,  
hogy neki valakit ma el kell vinnie.

Hogy az országot semmilyen veszteség ne érje, a barátom megadta neki  
egyik politikuskunk címét és kikísérte a kapuig.

Ez a színtiszta igazság. Tanú rá Ignác, aki még mindig húzza egy kicsit bal  
lábát és a bal keze sem az igazi még.

Higgyétek hát el emberek. A tokaji bor életet menthet.

# V I C C O L D A L

Székely bácsi oktatja házasulandó fiát:

-Tudod, fiam, mi a véleménycsere? Bemész az asszonyhoz a véleményeddel, és az övével jössz ki.

\*\*\*

A századparancsnok közli a beosztottaival: Holnap szépen öltözzenek fel, mert a Figaró házasságára megyünk.

Másnap a legénység kiöltözve jelenik meg, csokrokkal, tortával.

- Mit művelnek? Mondtam, hogy ma az Operába megyünk!

Azt mondja az orra alatt dörmögve az egyik közlegény: Most milyen okos, hát a múltkor nem ő jött gumicsizmában, pecabottal a Hattyúk tavára?

\*\*\*

Hiányos adóbevallás: A brit sajtóban jelent meg:

„Adóbevallásában egy brit állampolgár arra a kérdésre, hogy „Hány személyt tart el?“, imigyen válaszolt: -2,1 millió illegális bevándorlót,- 4,4 millió munkanélkülit, -900.000 börtöntöltelékét 85 börtönben- 650 kretént a parlamentben, - az egész tehetetlen Európai Bizottságot.

Bevallását visszaküldték, hogy válaszai elfogadhatatlanok.

Az állampolgár erre kérdéssel válaszolt:

- Miért, kihagytam valakit?

\*\*\*

Két rab beszélget:

- Téged miért ítéltek el?

- Szerelmes lett belém az anyósom.

- És?

- Elcsavartam a fejét.

A fiú gyengéden átöleli a lányt a parkban, és a fülébe súgja:

- Drágám, mondj legalább két szót, ami örökre összeköt bennünket!

- Terhes vagyok.

- Meg vagy elégedve az orvossal, akit ajánlottam?

- Ne bosszants vele még Te is! Azt ajánlotta, aludjak nyitott ablaknál. És képzeld, reggelre eltűnt az aranyóráám.

- Mit tegyek, Doktor Úr? Rohamosan romlik a memóriám!

- Fizessen előre!

- Nem értem, Asszonyom, hogyan tudta nő létére annyira megverni a sötétben a betörőt, hogy az nem tudott elmenekülni sem?

- Tudja nyomozó Úr, azt hittem, a férjem jött haza olyan későn, és nagyon elfutott a méreg!

Az idős özvegyasszony és az özvegyember már öt éve rendszeresen találkoznak, amikor a bácsi végre elhatározza, hogy megkéri a néni kezét. A néni azonnal igent mond. Mindketten hazamennek, másnap a bácsi arra ébred, hogy nem emlékszik, igent mondott-e neki a választottja. Hosszú töprengés után felhívja az idős hölgyet, és zavartan rákérdez:

- Tegnap megkértem a kezedet, de nem emlékszem, hogy mit válaszoltál.
- Jaj de jó, hogy hívtál, mert nem emlékszem, kinek mondtam igent.

A gyerekszerelmem óta együtt maradt pár ötvenedik házassági évfordulóját ünnepli. Elballagnak hajdani iskolájukba, és megtalálják azt a padot, amibe a férj azt véste bele: "Szeretlek, Sally". Útban hazafelé egy zsák pénz pottyan a lábuk elé egy arra elhaladó páncélautóból. Sally felveszi, hazaviszi, és otthon kiderül, hogy 50 ezer dollár van benne. Stan, a férj azt mondja: - Vissza kell adnunk.

Erre Sally: - Nincs kinek, talált pénz.

Még aznap rendőrök járnak házról házra, és őket is megkérdezik, tudnak-e valamit az eltűnt pénzről.

Sally azt mondja: - Nem.

Stan pedig azt: - A feleségem hazudik. A padláson rejtette el.

Sally azt mondja: - A férjem már kezd szenilis lenni.

Az egyik rendőr erre kéri Stant: - Legyen szíves az elejétől kezdve elmondani, mi történt.

Stan azt mondja: - Sally meg én épp hazafelé jöttünk az iskolából...

A rendőr ránéz a társára. - Gyere, nincs itt semmi keresnivalónk

- A következő hirdetést szeretném feladni: "Kétéves sziámi macskám elveszett. A megtalálónak 150.000 forint jutalmat fizetek."

- De uram, nem túlzás ez?

- Nézze, ez a macska volt a feleségem kedvence! Egyébként az erdő mélyén ástam el, senki nem fogja megtalálni!

- Most, hogy a feleséged nem áll veled szóba, fel sem ébreszt reggel?

- De. Átdobja hozzám a macskát az ágyba.

- És a macska nyávog fel álmodból?

- Nem. Az én ágyamban alszik a kutya

Apuka sétál a gyerekével egy kastély romja körül. Mindenütt ledőlt falak, ledőlt oszlopok, elgurult kövek. A kisfiú odafordul az apjához és megkérdezi:

- Ugye itt tanult anya vezetni?

A jövődöbeli jogász vizsgálják.

- Mi a bigámia büntetése? - kérdi tőle a bíró.

- Két anyós.