Szuchánszki Aranka

A lélek zenéje

Szuchánszki Jánosné, Versek 3

Saját kiadás

Nyíregyháza, 2022.

“Az ember mindig boldog, csak elfelejti,
a boldogságot is magának teremti,
s ha ezt megélni tudod, az a mennyország,
képes vagy rá, nem különleges kiváltság.”

(Szuchánszki Aranka: Emlékszel?)

Fázom

Nem takarsz be, fázom minden éjjel,
Egyedül hagysz, s én egész nap félek,
nem fogod kezem, s lóg a semmiben,
nincs támasza, csak lazán elpihen.

Az ember elveszíti a hitet,
madár, ki dalolna, de nincs kinek,
mert hiányzik társa melegsége,
ki támogatná merész röptében.

És hiányzik a kedves mosolya,
hiányzik néha érdes modora,
az együtt nevetések öröme,
s az érzés, hogy így lesz már örökre.

De ha örökre nem is, csak addig,
talán majd az utolsó óráig,
de addig még ne legyünk egyedül,
mert így az ember hamar elgyengül.

Fázom éjjelente, nem takarsz be,
pedig nem vagyok még olyan messze,
ha most kinyújtod a kezed felém,
ott vagyok közel, életed közepén.

2022. 10. 15.

Hatvan felé

Tudod így hatvan felé van néhány para,
hogy megkörnyékez mindenféle nyavalya.
Úgy tűnik, tíz évenként bővül a fájás,
minden iksz hoz valamit, ami újabb áldás.

Első reakciód, hogy temeted magad,
biztos, hogy a te tested ettől kinyúvad.
A következő fázis, hogy bosszút fogadsz,
egy újabb vackot magadban nem tartasz.

Kivágatod, kidobatod, megbűvölöd,
válogatott átkaid órákig üvöltöd,
de aztán lassan dereng a fejed okosba,
csak nem fog ki rajtad egy ilyen nyavalya.

Szépen higgadtan elmész és kivágatod,
a többit ügyesen, mint a nagyok, megszokod.
Szeded a gyógyszered, varázsolsz gyógyfűvel,
csak kibírd a maradékot ép elmével.

2022. 10. 10.

Telihold

Lassan csorog le az égen a telihold,
hófehér fényével színházat varázsol,
mint árnyékbábok játszanak fenn a felhők,
Hold fehér fénye alatt sötét napernyők.

Nyugtalan éjszakát hoz telő ereje,
pedig úgy tűnik, egy társtalan remete.
Habkönnyű léptekkel tejúton gyalogol,
akár megfáradt, áldást osztó apostol.

Aztán lenéz a Földre, ősz közepébe,
a széllel szövetkezik egy ölelésbe,
megcsodálja a festett faleveleket,
amit a szél mára egybe terelgetett.

Megnézi ragyogó képét a folyóban,
kicsit elbújik játékból a bozótban,
aztán az éjjel oly gyorsan véget is ér,
fázik a Hold, hajnalra talán hazaér.

2022. 10. 09.

Egymást egymagad

Volt olyan, amikor én voltam ketten egymagam,
és olyan is, amikor te voltál kettőnk egymagad.
Ketten két irányba néztünk és egymást nem találtuk,
aztán mégis észrevettük, és kettőnket megcsodáltuk.

Ketten egymás nélkül, nélkülünk létezni nem lehet,
és mindketten, velünk vagy nélkülünk, ez a szeretet.
Ha befogadni nem tudod, akkor meg kell tanulnod,
adni és kapni, a szeretet így működik, tudod.

Azt nem lehet, hogy te mindig csak adsz, de be nem fogadsz,
mert kettőnkbe így akkor előbb-utóbb belefáradsz.

2022. 10. 08.

Október

Nemrég még tücsök húzta ablakunk alatt,
most madarak hallatnak néma sóhajokat.
Hallgatom őket, csöpög az ősz nyakamba,
hideg karmaival tép a szél hajamba.

Ez már október szele, hideg és metsző,
messze tűnt az enyhet adó nyári szellő.
Botorkál az ősz, a nyár már aludni tért,
szélposta hozta fákról búcsúlevelét.

2022. 10. 03.

Levél neked

Küldött neked az ősz levelet,
mert tudod, a nyár már meglépett.
Megírta, hogy most ő lesz az úr,
és ő bizony nem is egy ficsúr.

Eszközeiben sem válogat,
még szelet is felhasználhat.
Nyakadba fújja a hideget,
és falevelekkel integet.

Az esőt meg arcodba tolja,
mintha jó modort nem tanult volna.
De azért simogatni is tud,
ha az erdőt járjuk, meglátjuk.

Ahogy az őszi nap cirógat,
és kapsz meleget, meg langyosat.
Ha nem szereted, akkor is itt van,
a tiltakozás sem használhat.

Ne mérgelődj, úgyis elmúlik,
az ősz majd a télben oldódik.
Épp úgy, ahogy a só a vízben,
a mélyében eltűnik egészen.

2022. 10. 06.

Mindig is…

Néha sírok azon, milyen szépet írtam,
S aztán rákeresek, vajon honnan loptam.
Lehet fejemben maradt, mikor olvastam,
de hiába, semmit soha nem találtam.

Itt vannak a gondolatok a csendben,
az álarcok nélküli szívem-lelkemben.
Itt voltak mindig is, nagyon lenn a mélyben,
csak nem tudtam róla, soha nem kerestem.

Aztán kiszabadultak, vágytak a fényre,
a felszabadító megkönnyebbülésre.
Mert ha nem mondhatod ki mindazt, mit érzel,
megbetegít és megfojt a csend egészen.

2022. 10. 05.

Csak esik, esik

Csak esik és esik, reggel óta,
szürke felhők vonulnak égi trónra.
És közben könnyük hullajtják folyton,
talpalatnyi hely nincs az égbolton,

napsugárnak vagy felhőbáránynak,
ők most a felhők fölött alszanak.
Egész nyáron dolgoztak eleget,
akkor nem láttál esőfelleget.

Mindannyian akkor gyülekeztek,
csak hogy ősszel lerakják terhüket.
Erdő mező gyűjtögeti erejét,
esőből sok életadó cseppecskét.

2022. 09. 26.

Leláncolt lélek

Leláncolt lélek lapult egy fájó testben,
olyan sokat küzdött, nem hagyhatta cserben.
Tapasztalni kellett az élet szépségét,
visszaszereznie a belső békéjét.

Mert enélkül a lélek nem mehet haza,
nem múlhat el így a megpróbáltatása.
Szeretet érzést tanulni jött a Földre,
tudja, feladatát beteljesítette.

Mindig azt gondolta, a szeretet vihar,
és nem hitte, hogy egyszerű érzést takar.
Tanulni kellett, milyen adni és kapni,
s milyen szeretetből szabadon engedni.

Ez az érzés nem ismer akadályokat,
s ha igazi, nem keres kifogásokat.
Nem tudja legyőzni távolság, betegség,
megtapasztalhatod legmagasabb szintjét.

S ha mindezt elérted, már érzed a csodát,
örülsz minden napnak s kitárul a világ.
Bánkódnál azon, amit elmulasztottál,
de nem bánkódsz semmin, azzal is tanultál.

2022. 10. 02.

Sok beszédnek…

Fejembe szállt az élet,
mámorosan mesélek.
A duma bennem térdel,
bár téged nem érdekel,

de muszáj elmondani,
nem tudom elfojtani.
Valami torkon ragad,
s akkor semmi nem marad

kő kövön, se kőbe vésve,
kikívánkozik a fénybe.
Te meg csak csendben hallgatsz,
tudod, most áldozat vagy,

kinek az áradatot
mint kártyában a lapot,
viselni kell passzívan
nem lehetsz már pártatlan.

2022. 09. 30.

A te történeted

Tudom én, neked is van egy történeted,
mikor padlón voltál, s fájt az önérzeted.
Megsebeztek, hanyatt löktek, elárultak,
és bár a nyílt sebek már rég begyógyultak,

nem sikerül felállni, talpon maradni,
még mindig akadályoz ebben valami.
Nem érdemelted és épp ezért nagyon fáj,
hidd el, a sebeidet nyalogatni kár.

A helyzeteden csak ront az önsajnálat,
a megoldás nagyon könnyen megtalálhat,
hogy ha felállsz és a fejed felemeled,
megbocsátasz magadnak, mert megengedted,

hogy bárki is bántson, majdnem feladtad már,
pedig a megálmodott jövőt feladni kár.
A világ rég továbblépett, felállt mindenki,
nem akar már semmiért fizetni senki.

Döntsd el, nem ragadsz bele a sötétségbe,
mert tudjuk, neked is van egy történeted.
Az élet mindannyiunknak ad és elvesz,
de rajtad múlik, a küzdelmed milyen lesz.

Legközelebb már nem hagyod, hogy legyőzzön,
nem hagyod, hogy a történet veled végződjön.
Többé nem veheti el senki a hited,
önmagadban hinni, a te történeted.

2022. 09. 29.

Angyalmese

Csak úgy elképzeltem egy angyalt magamnak,
ha másra nem, legalább jó lesz kalandnak.
Vigyázhatna rám, mikor bajba kerülök,
felemelhetne, ha túl mélyre merülök.

Naphosszat lógna csendben a felhő szélén,
vagy lehetne akár szobámban a székén.
S ugrásra készen figyelné minden tettem,
hogy magamat valahogy el ne veszejtsem.

Vagy "ülne egy ágon, egy szép hosszú ágon",
akárcsak Pompom, föl-le hintázva nyáron.
De mindig kéznél lenne, amint szükséges,
mert egy angyal, tudod jól, nagyon hűséges.

És, hogy ezért mi lenne majd a jutalma?
Az, hogy a gazdája épségben maradna.
Angyalok nem csak karácsonykor vannak ám,
hidd el, tudom, különben nem is mondanám.

Mindenkinek van egy saját őrangyala,
aki folyton vigyáz rá, ha elkallódna.
Meglásd, ha nem hallgatsz rá, jól megjárhatod,
milyen egy angyal rúgása, megtudhatod.

Először csak halkan súg, aztán kiabál,
utána agresszív lesz, ha nem hallanád.
Úgyhogy figyelj jól ezután is magadra,
soha ne gerjeszd angyalodat haragra.

2022. 09. 29.

Hajnali álom

Vaksi hajnal döbbenten néz rám,
hogy minek keltem olyan korán.
Álmodhattam volna álmaim,
kitárhattam volna szárnyaim.

Repülni, fel a fellegekbe,
milyen szép lenne reggelente
Épp röpködök az ablak előtt,
lágy ívben kerülöm a tetőt.

És aztán fel, a magas égbe,
megpihenni a magas bércre,
visszatérni felhős alkonyon,
elcsatangolva a dombokon.

Álmomban bármikor szállhatok,
hófehér szárnyakon, mint az angyalok.
Így repít a hajnali álom,
s visszatérek, utam megtalálom.

2022. 09. 25.

Szürke

Szürke felhők festik az eget szürkére,
szürke esőt hullajtanak a szürke földre.
Szürke emberek szürke esernyők alatt
lehajtott fejjel, szürke munkába rohannak.

Szürke otthonokban a szürke családok,
kezükben unalmas, szürke telefonok.
Már szürke a város a szürke gázoktól,
ne hagyd elvenni a levegőt a virágtól.

Ne hagyd a szürkét uralkodni feletted,
fesd át a szürke világot és lelkedet.
Színezz át mindent szíved szeretetére,
ne hagyd, hogy minden átváltozzon szürkére.

2022. 09. 21.

Elfogadlak

Igyekszem átélni mindazt, mi jó,
s nem látni rosszat, ami nem való.
Elfogadni téged, amilyen vagy,
hogy tudj lenni egészen önmagad.

És úgy élhess, ahogyan szeretnél,
ahogyan mellettem egész lennél.
Kinyitottam a szívemet neked,
elfogadlak, s együtt megyek veled.

2022. 09. 21.

Időt kérek

Az idővel veszekedtem sokat,
mert nem értettem, miért nem adhat
magából többet, hisz neki sok van,
az ő kora bezzeg nem csak nyolcvan.

Az én életem meg olyan rövid,
talán nem is érek a végéig.
Azt mondják élni mindig van miért,
lehet csak teperni kell a hitért,

s ha örök életet kapsz magadnak,
akkor elmehetsz majd egy angyalnak
és cipelheted a csomagokat,
mert minden karácsonyra meghívnak.

2022. 09. 19.

Ködbe veszett

Ködbe veszett a nyár,
nem is szeretted már.
Felhők rajzolnak eget
a szivárvány felett.
A tegnap őszt hozott,
a nyarunk elkopott.

2022. 09. 20.

Mesét mondok

Borongó felhők épp felfalják egymást,
háborúznak, harcolnak, folyton folyvást.
Békében élni mostanában nem tudnak,
ha úgy van kedvük, durván egymásnak úsznak.

Így van ez az emberekkel is nap mint nap,
rögtön tovább adják, ami rosszat kapnak.
Mi van, ha valaki megbontja ezt a sort,
és szeretetet szór szét, mint a varázsport.

A szeretet terjed tovább az emberekre,
és átterjed ez a hullám mindenkire.
Így élnek ezután, akár az angyalok,
ha ez így lesz minden nap mesét mondok.

2022. 09. 19.

Ígérem

Kisimulnak a fodrok, hullámok,
mint egy szép ruhán a gyűrődő ráncok.
Helyrebillen körülöttem minden,
eltűnik amiben érték nincsen.
Nyugodt, csendes ősz jön, úgy remélem,
megélem minden percét ígérem.

2022. 09. 19.

Az ősz reménye

Ne felejtsd el, hogyan lángolt a nyár nemrég,
hisszük, a lángolás az igazi szépség,
de szétéget mindent, reményed gyöngyeit,
most meg az ősz hullajtja esőkönnyeit.

Az ősz erőt ad, szomjat olt az élőknek,
hogy tavasszal ismét életre kelhetnek,
lenyűgöző csodát hozhatnak a tájra,
reménységet jövőre, feltámadásra.

Becsüld tehát a hideg ősz érdemeit,
szédítő káprázatát, mesés színeit.
Az elmúlás, enyészet reményt is hordoz,
falevelet színez, folyóvizet fodroz.

Visszasírhatjuk bár a perzselő nyarat,
de örömöt az andalgó ősz is hozhat.
Csak érezd a pillanat fénylő csodáit,
őrizd a természet fényűző titkait.

2022. 09. 18.

Fordítva

Bizonyos kor után fordítva működünk,
mindenféle vitaminokat szedünk,
meg kollagént, gyömbért és almaecetet,
a gravitáció mégis legyőz minket.

Próbálunk mindent a helyén tartani,
ami igyekszik folyton szétszaladni.
A krémek nem fedik el a nevetés nyomát,
s nem tagadhatod le az éber éjszakát.

Csak ez eperoham meg fájó reuma,
és sajnos nem az átmulatott éjszaka.
Az idő ellen elvesztettük a háborút,
nincs több választható keresztút.

De a szépséged már a lelkedből fakad,
legalábbis ebben ringatod magad.
Fordítva működünk, hátha úgy jobb lesz,
izzadsz, ha hideg van, az alvás felébreszt.

De nem számít már, ha szeretetet adhatsz,
barátoknak, családnak, meg az unokának,
az idő elvett, de bölcsességet adott,
megbocsátást és békességet hozott.

2022. 09. 17.

A tücsök éneke

Bús tücsök hegedül az ablakunk alatt,
szomorú hangszerén siratja a nyarat.
Siratja mindenét, amit elveszíthet,
elpanaszolta bánatát s rázendített.

Te szegény pára, nem gondoltál a télre,
hogy némi élelmet tettél volna félre,
zene helyett pároddal törődtél volna,
a hegedű oly keservesen nem szólna.

Tudsz-e így örülni majd az ősznek, télnek,
ha a hegedűn ilyen szomorú az ének.
Most, hogy vége lett a nyárnak, azt siratod,
búslakodsz, mert most már meg nem kaphatod.

Téli szállásodra még a Nap sem süt be,
párod is elveszíted, s ülhetsz a csöndbe.
Ígérnél fűt-fát, de senkit nem érdekel,
dacolhatsz ezután lázadó éneddel.

2022. 09. 16.

Van miért

Gondolataidban a múlt emlékezete,
vakító fény hasít a nyugtalan csendbe.
Igyekszel mozdulatlan, halkan sóhajtani,
tarts ki még, mert van miért kitartani.

A bűntudat üldöz, nem érted, hogy miért,
az elfojthatatlan fájó érzésekért.
Haza kell menned, nem lehet menekülni,
tarts ki még, mert van miért kitartani.

Kitartok én még, míg elhiszem, van miért,
talán majd könyörgök a szeretetért.
Mert most úgy érzem, nehéz nekem így élni,
tarts ki még, mert van miért kitartani.

2022. 09. 16.

Deja vu

Ahogy mész mellettem az utcán,
csak nézel rám némán és furcsán,
és azon gondolkodsz utólag,
mikor eszedbe jut futólag,

ez a nő vajon ki lehetett
és olyan furcsán is nevetett.
Nem is emlékszel ilyen arcra,
talán ismerős volt a hangja.

A szeme emléket idézett,
és valakire emlékeztet.
De nem baj, úgyis rég elment már.
Aztán az emlékezés átjár.

Megfordulsz, de már rég messze van,
sietnél utána gyanútlan,
a pillanat elszállt örökre,
hiába gondolkodsz fölötte.

2022. 09. 15.

Szabad akarat

Tönkremegy minden, ami tönkremehet,
fájni sem tudok, megfásít az élet.
Nem akarok lenni sem, pusztulni sem,
csak úgy vagyok, semmi az életemben.

Nem tudok elmúlni, nem tudok élni,
a sors mostanában fejemet kéri.
Időt kérek egy kis gondolkodásra,
folyton rám vetül a végzetem árnya.

Olyan jó volt minden, tudtam, rossz ómen,
könyörögtem, de nem segít az Isten.
Persze, magamon csak én segíthetek,
hogy szabad akarat? ne szédítsetek.

2022. 09. 15.

Molyrágta zsák

Olyan unott és fásult vagyok,
a létben helyet nem találok.
Egy elveszett élet a világ,
mint egy zsák, amit a moly kirág.
Érdektelen, unalmas közöny,
mint mikor semmihez nincs közöm.
Úgy hiszem, ez a mókuskerék
talán egy őszi melléktermék.
Csak ébernek lenni most nehéz,
a levertség ízekre szed szét.

2022. 09. 15.

Naiv vagyok?

Azt mondják, én olyan naiv vagyok,
meglepnek a rossz tulajdonságok.
Aki számító és alattomos,
s főleg, ha nyomul és erőszakos.

Nem tudok rosszat feltételezni,
pedig a megérzésem sejteti,
hogy vigyázz, ne adj bizalmat könnyen,
nyitott szemmel járj, és várj még csöndben.

Elhiszem simán, hogy mindenki jó,
a véletlen meg megbocsátható.
És belefutok a rossz dolgokba,
a lelkivilágomat rombolja,
akár napokig rágódok rajta.

2022. 09. 15.

Otthagyom

A szeretetem ott hagyom a szívedben,
apró lenyomatai dobbannak majd a testedben.
Mindaddig ott marad, amíg szeretlek,
gondolataim majd hozzád vezetnek.

2021. 11. 26.

Szerda

Jól van, mondtam reggel, a szerda is jöhet.
Aztán mégsem adott a jó Isten ihletet.
Keresni kellett volna, de már nem volt idő,
nem baj, lesz még majd máskor, nem vagyok kezdő.

Szerdáig már beletörődtem, menni kell,
az élet nem telhet munka nélkül el.
Reggel buszozás, gyaloglás, s ha zene visz,
felkelést leszámítva elviselhető is.

De az elszántság már csökkent tetemesen,
még a hétvége él bennem elevenen.
Holnap már könnyebb lesz, biztatom magam,
s egy útszélen hagyott fagyin átcaplattam.

Belebújnék az őszbe, de reggel hideg,
esetleg délután, ha már megmelegedett.
Ez a versem kicsit nyögve nyelős lett,
akár a gombóc, ami egy hétig pihent.

2022. 09. 14.

Kedd, reggel

Hogy milyen a ma reggeli hangulatom?
Háromszor öltöztem át, most már feladom.
Mert az első nem állt jól, a második sem,
a harmadik meg sehogy sem áll, úgy hiszem.
Ez csak egy szimpla nyugis kedd, semmi pánik,
bár a papucsba a lábam kicsit fázik.
Fontos az alkalomhoz illő öltözet,
lehet az időjárás ebben nem követ,
de nehogy már az időjárás döntse el,
hogy nem működik együtt egy jó ötlettel.
Te csak figyelj rám, mert úgy szép a kedd reggel,
ha a hangulatom szerint öltözök fel,
s nem hagyok beleszólást senkinek, figyelj!

2022. 09. 13.

Hétfő reggel

Már megint hétfő és reggel,
indulsz máris mérges fejjel.
A zsörtölődést ki nem hagynád,
nem érne semmit mai csatád.
kapd össze magad, még három perc,
indulás előtt vers, a kedvenc.
Süt a nap, de még fázik szegény,
itt az ősz, most légy nagylegény.
És mi lesz még veled télen,
melegszel majd a repkényen.
Csak úgy lazán, mint a nagyok,
vagy a felhőn az angyalok.
Kapd össze magad, hajad is milyen,
hagyd, hogy a reggel ölében vigyen.
2022. 09. 12.

Les ránk az este

Csillagok másznak fel az égre,
látnánk, ha a felhő nem lépne
folyton a csillagok ölébe,
így csak vakon les ránk az este,
a szél meg a Holdat kereste.
Eső mosta a kerek képét,
bátran csillogtassa a fényét.
Madárdal oson a fészkébe,
a párjához bújik békében,
köd takarja a vasárnapot,
hajnalig fényesít harmatot.
Csillag pislog a felhők felett,
puha ágyat a felhőn vetett.
A Hold fénye zavarja álmát,
összehúzza felhőzsákja száját.

2022. 09. 11.

Majd holnap

Majd holnap megcsinálom, mondjuk gyakran,
de lesz-e holnap az állandó harcban.
Lesz-e, ha örömeinket meg nem éljük,
a szeretetet gyűlöletre cseréljük.

Majd holnap mondom el neked, hogy fontos vagy,
ma még büntetjük egymást folytonosan.
S az idő rohan, mint a folyó vize,
pereg-pereg az életünk filmje.

2022. 09. 08.

Egyedül

Az ember mindig egyedül van,
nem csak gyatra illúziókban,
hanem ott, igazán a mélyben,
lelkednek a legbelsejében.

Korszakok jönnek, mennek benned,
s te ott valahol egy szentélyben
letérdelsz és imád elmondod,
ha nem hallják akkor ordítod.

Nem látod, hogy szükségem van rád,
segíts, ne marjon már az önvád,
fogd a kezem, vezess ki végre,
nincs már időnk a tévelygésre.

Nem tudhatjuk, lesz-e még holnap,
s aztán majd rádöbbenünk egy nap,
hogy mi mindent veszítettünk el,
s nem kaphatjuk vissza könnyekkel.

2022. 09. 09.

Mese a szívről – apám emlékére

Elhalkul a szív, csendbe menekül,
nincs kihez szóljon, fázik egyedül.
A szeretet benne lassan megfagy,
remegése is gyorsan alábbhagy.

Kiket szeretett, nekik nem kellett,
ami fontos volt, mindent elrejtett,
olyan mélyen, azt is elfeledje,
ők a legfontosabbak az életébe.

Fájt neki a magány, az örök csend,
a szív nem tud élni, ha nem szeret.
Azért mégsem veszett el mindenki,
ki a szív szenvedését enyhíti.

Ez a szeretet tartotta életben,
az utolsó pár év boldogan teljen.
Halálos ágyához aztán odagyűltek
azok is, kiket a lelkiismeret

nyughatatlan démonjai űztek.
Elkövetett bűneikre talán
így tőle megbocsátást kaptak,
de lelkiismeretük nem nyugodhat.

2022. 09. 07.

Miért így

Még alig éltem és mindjárt vége,
meglátod elvisz az élet hamar.
Csak nézek vakon a sötétségbe,
elmúlik, mondod, ez is csak vihar.

Lehet, de amíg itt van az érzés,
torz gondolat nyomul az agyadba,
csordul a csepp, tolakodó kérdés
torlódik benned, néma szavakba.

múlik minden jó, mi is elmúlunk,
ezért talán nem érdemes lenni.
A rossz is múlik, közben tanulunk,
ki akarja ezt, miért így kell élni.

2022. 09. 06.

Egy jel

Szeretsz-e engem úgy, ahogyan szeretni kell,
szeretsz-e úgy, hogy emléke sose múljon el.
Ha majd egyszer elmész, vagy előbb én megyek el,
maradjon meg lelkünkben, mint lenyomat, egy jel.
Maradjon meg úgy, hogy akkor is erőt adjon,
úgy, mint mikor együtt voltunk, és ne fáradjon.

2021. 12. 05.

Ablakomba ült a nyár

Oly korán jön ilyenkor ősszel az este,
sárgult levelek pihegnek alvó kertbe.
Én elbóbiskolok a billentyű mellett,
elfáradtam, ma a semmittevés kellett.
Jól megpirított minket az idei nyár,
kicsit sok volt már ez a vakító fényár.

A napsugár hiába felhőkbe botlott,
az eső már késett, türelmünk elfogyott,
az esőt kiráncigálni csak nem bírta,
én meg a Nap üstökét cibáltam volna.
De máris hiányzik éltető melege,
túl gyorsan tűnt el simogató tenyere.

Délután ideül a nyár ablakomba,
még egy kis meleget zúdít a nyakamba.
Megissza a fényt, bezárja a délutánt,
holnap már munka, nincs tovább a szabadság.
Aztán a Nap meg a nyár és én is velük,
így vasárnap délután dolgunkra megyünk.

2022. 09. 04.

Szeresd magad

Ha azt gondolod magadról, nem érsz semmit,
arra kérlek, gondolkodj el, csak egy kicsit.
Magadat szeretni hidd el, nem is nehéz,
ehhez az is kell, hogy magaddal szembe nézz.

Ha nem szereted magad, mások ezt érzik,
a tested rezgései ezt közvetítik,
és azt is, milyen embernek tartod magad,
érzések ezek és nem kellenek szavak.

Mosolyod küldöd, de beszélnek a szemek,
vissza kell szerezned az önbecsülésed.
Benned helyre tenni ezt nem tudja senki,
mélyen önmagadban rendet teremteni.

Talán azt gondolod, mások nem szeretnek,
nem kell kutatnod senkiben érzéseket,
félreértés és harag lehet a vége,
ne gondolj hitvány érzést senki szívébe.

Ha szeretetet adsz, szeretet a válasz,
és elmúlik akkor benned minden panasz.
Fogadd el önmagad, s fogadj el másokat,
s megkapod akkor a legszebb álmaidat.

2022. 09. 03.

Fáradt bambulás

Csak üresen bambulok magam elé,
mintha az egész világ lenne enyém,
pedig dehogy, gyerek is elmegy haza,
várja vissza a hideg Norvégia.
A fáradt bambulás ettől van, tudom,
talán, amikor már ott lesz, megnyugszom,
de addig aggódás minden nap, óra,
hiába gondolok én minden jóra.
Ez már csak így történik a szülőkkel,
aggódunk akár kell, akár nem kell,
születésüktől a végtelenségig,
de legalább a saját halálunkig.
És mégsem cserélnék én soha azzal,
kinek nincs gyermeke, vagy nem is akar,
szoktam mondani a fiataloknak,
amikor első gyermeket várnak,
hogy már semmi nem lesz ugyanolyan,
minden sokkal jobb lesz, ha gyermeked van.

2022. 09. 01.

Homokszemek

Perceink peregnek, mint a homokszemek,
Egyre fogy az idő, amíg szerethetlek.
Álmaink, vágyaink már teljesíthetőek,
Nem feleselünk már a száguldó időnek.

2021.06.10.

Mikor őszül a nyár

Végre elfárad és őszül a nyár,
a napmeleget is megunta már.
Korábban elengedi este a Napot,
menj, majd együtt töltjük a holnapot.
Éjjel a holdsugárra fanyalodik,
hófehér fénnyel hajnalodik,
aztán a nyár pirosra festi.
A holdsugarat gyorsan elereszti,
menjen dolgára, hideg kurtizán,
mégiscsak izgatóbb nappal a nyár,
bár már érett, megfáradt talán.
Azért kiélvezzük a forróságát,
majd felváltja az ősz a ragyogását.

2022-08-31

A szeretet melege

Csak ülsz némán, hallgatod a csendem.
Üres az este, nem szólok én sem.
Beszél helyettünk kettőnk tenyere,
Két karunkban szeretet melege.

2021. 05. 09.

A csend, ha fáj

A hallgatás akár sokféle is lehet,
sokféleképpen írhatjuk le a csendet.
Ha fáj, bűnös, vagy titok, elmondhatatlan,
nem közölheted sem ordítva, sem halkan.

De ha nem mondod, megőrjít, eszed veszi,
mások erre mondják, ugyan, ez mind semmi.
Te pedig lassú halállal múlsz el, némán,
senki majd észre sem veszi, csak néz bénán.

Majd sajnálkoznak, hogy megölt a betegség,
mert ilyen az élet, mondják majd, ez a vég.
A csend harangütései húsba vágnak,
mégsem mondhattad el soha a világnak.

Mert mindent jobban tud, gyűlöl, ítélkezik,
örök életedre jegyez, emlékezik.
A stigma rajtad marad, s mutogatnak rád,
ő az elbukott, az erkölcstelen, galád.

Ezért fontos, hogy befogd a szád és hallgass,
mert intő példa leszel, hangod se hallasd,
csak húzd az igát némán, szavad se legyen,
és vigyázz, hogy meg ne szólalj, maradj csendben.

De végre van már saját dalod, éneked,
nem érdekel többé, megtöröd a csendet.
Megtanulod, hogyan változtass sorsodon,
soha többé múlt rémképek, élsz a "most"-on.

2022. 08. 30.

A lélek zenéje

Szeretnék zenét írni a verseimbe,
mikor olvasod, vibráljon a szívedbe'.
Érezd a lüktetést, szeretet ébredést,
a zene iránti szerelmes kötődést.

Megszelidítené bensődben a csendet,
a zene a befejezés és a kezdet.
Finoman remegtet, rázkódás és rengés,
szárnyalás, fenn a fellegekben repülés.

Leírhatatlan, de a bőrödön érzed,
hangok nélkül pedig a saját zenédet,
ami ott szól bent, a mélységes mélyedben,
a te sajátos, különleges lényedben.

A lélek zenéje, a lélek rezgése,
életben tartó, lenyűgöző reménye.
Vigyázz rá, hitedet benne el ne veszítsd,
nem lesz akkor, mibe fénylő lelked merítsd.

Lüktetés, izzás, szédület az időn túl,
velünk, bennünk forr a levegő, vad víz dúl,
benne áramlik minden ősi ösztönöd,
rezgésétől kitárul a börtönöd.

2022. 08. 30.

Jön az ősz

Korábban esteledik augusztusban,
a forróság még kapaszkodik a földbe,
de nyolckor már az ablakok megvakulnak,
alighogy elfordul a Föld napos fele.

Jön az ősz, sarkunkra lépked akár holnap,
hiszed vagy sem, nem érdekli, neki jött el
az ideje, s ha kedve van megborzongat,
befed áthatolhatatlan ködlepellel.

Száraz leveleket fúj arcodba kéjjel,
füledbe sikoltja a szél panaszait.
Nincs már kedved tekeregni egész éjjel,
bár keresed még jó kedved darabjait.

Vadvirág csörgeti termékeny magvait,
keresi hová rejtse el a bölcsőket.
Mint zörgő csontú csupasz fa aggályait,
úgy rejtegeted a kicsordult könnyeket.

Nem várt évszak, ősz, s mégis megkönnyebbülés,
múljon el a nyár tikkasztó forrósága.
Erőd visszatér, ha jön a felfrissülés,
földre ránt az őszi napok valósága.

2022. 08. 29.

Vádolnám

Néha vádolnám én a végzetet,
miért nem kaptam csodás életet,
még a betegen töltött években,
mikor annyi bántás is ért engem.

Vádolnám, hogy elvette hitemet,
az életemben minden rosszul ment,
hogy lelkemből eltűnt a szeretet,
szívemben minden elhagyatott lett.

De tudom, nem tehet erről a sors,
semmilyen változás nem olyan gyors,
hogy a magam ellen elkövetett
és általam okozott tetteket,

akaratom ellen megelőzze,
inkább hagyta, tanuljak belőle.
Mert az összeomlás változást hoz,
a térdre esés javulást okoz,

hogy értékelni tudd azt, ami van,
és boldogságod legyen a "most"-ban.
Tudd a különbséget jó s rossz között,
és mi minden okozhat örömöt.

2022. 08. 28.

Mit érdemel

Mit érdemel az a bűnös?
Emlékszel a játékra,
mikor gyerekek voltunk
és büntetést osztottunk
a "bűnös" társunkra.
Ez felnőttként is jól megy,
a bűnhődés nem annyira,
felmenteni nem lehet,
megtetted, muszáj fájnia.
A bűn vajon honnantól bűn
egy felnőtt életében,
ha hibáztál könnyelműn,
lehetsz-e akkor vétlen.

2022. 08. 26.

Tűnődés

Régen azt hittem, akkor fognak szeretni,
ha mindenkinek igyekszek megfelelni.
Önmagamat pedig nagyon nem kedveltem,
Így a szeretetet hiába kerestem.

2021.05.11.

Könnyen jött

Könnyen jött, könnyen megy, egy
régi bölcsesség szerint,
amiért nem dolgoztál meg,
a sors arra csak legyint.

A valódi győzelmet
nehezen adja az ég,
rendezi életed és
gyorsan eldönti, elég.

Ragyogó fények, aztán
hirtelen megfojt a csend,
alázatot követel,
ez a világban a rend.

légy hálás, az is segít,
munkád aztán beérjen,
hogy olyan nagyon gyorsan
mint a láng, el ne égjen.

2022. 08. 24.

Esőfelhők

Esőfelhők, széllel jöttek,
nagyon gyorsan el is mentek,
akárcsak az örömkönnyek.

Ma sem hoztak felfrissülést,
hiába vártunk enyhülést,
nem akarunk több napsütést.

Áldás lenne mindenkinek,
ha esőt adnak az égiek,
s nem lennének ellenszelek.

Fák lombjain égésnyomok,
a nyár által hagyott romok,
tisztás helyén kopár dombok.

kora őszi falevelek,
mint lehullott kormetszetek,
a Föld testén ejtett hegek.

Nem tiszteljük az életet,
pusztítjuk a természetet,
feléljük mind a jövőnket.

2022. 08. 21.

Merengő

Száraz, nehéz a levegő,
a reggel olyan remegő,
álmos szemmel ébredező,
álomban halkan lebegő.

Oly rég várjuk, nem jön eső,
szomjazik erdő és mező.
Függöny mögött fellibbenő,
szomorúan leskelődő.

Eltelt, elmúlt a zord idő,
emlékekben szemezgető,
múlttal lassan megbékélő,
nyugodt békét megkereső.

2022. 08. 19.

Szeresd

Szeresd a világot olyannak, amilyen,
ahogyan néha elfáradva megpihen.
Ahogyan kifullasztja a nyolcmilliárd,
szíved felé, feltételek nélkül kitárd.

Ahogy életben tartja drága kincseit,
elfojtja az ember miatti könnyeit.
Szeresd szikláit, erdőit, létezőit,
öleld magadhoz lelkedben valamennyit.

2022. 08. 19.

Vagyok

Azt kérdezed, ki vagyok neked,
átfonom észrevétlen életed.
Fényeskedni akaró kis sugár,
néha fáradt, pihenni vágyik már.

Utolsó fényével körbeölel,
és talán szövetkezik a csönddel,
hogy vigyázza nyugalmad és álmod,
ha a világot kizárni vágyod.

Kicsi porszem a lépteid nyomán,
ki útjaidon elkísér talán,
láthatatlan, de hiányzik neked.
Én akkor is maradok melletted,

mikor eltávolodik mindenki,
legyen veled a csönd, egy csipetnyi.
Vagyok langyos eső, ki felfrissít,
megfontoltságra, nyugalomra int.

Üde lehelete néma éjnek,
forró nyárban enyhülést ígérek.
Ez vagyok neked, de magamnak is,
hogy egymásnak maradjunk, sokáig.

2022. 08. 18.

Lángokban

Amikor lángokban áll az erdő, az fáj,
olyankor azon elgondolkodtál-e már,
hogy a Föld visszaveszi, ami az övé,
a természetben semmi sem az emberé.

Megsemmisülnek az élőhelyek, erdők,
magukra maradnak folyók, tavak, mezők.
A bolygó nem ment meg senkit, nem mérlegel,
nem fogja megkérdezni, van-e életjel.

Az erőforrásai végképp elfogynak,
nem marad semmi már neked sem, magadnak,
és hiába ülteted újra a fákat,
évtizedek, míg az erdők újra állnak.

Mi emberek továbbra sem vigyázunk rá,
erdőket pusztítunk síró pusztasággá.
Mi marad nekünk, ha nem lesz víz és erdő,
mi marad, ha nem lesz tiszta, hűs levegő.

Most az állatok, növények is szenvednek,
de milyen élete lesz majd az embernek.
virtuális pénzért még vizet sem vehetsz,
magadért akkor már mi az, amit tehetsz?

2022. 08. 15.

Hálás vagyok

Volt, hogy majdnem belehaltam az életbe,
kemény lecke volt, én hálás vagyok érte.
Mert mikor minden összeomlik feletted,
az is érted van, rájössz, ha megértetted.

Erős voltam, mert erősnek kellett lenni,
hálás vagyok, mert az erőm így lett ennyi.
Fel tudtam állni, bár térdelni is nehéz volt,
a sors megértésre, alázatra tanított.

És én minden nap hálás vagyok ezért,
hiába annyi rossz dolog is utolért.
Meg kell még tanulnom élni álarc nélkül,
s örülni, ha bennem az alázat mélyül.

Mertem sírni őszintén, tiszta szívből,
annyira fájt, azt hittem, a világ összedől.
Le mertem írni a mély érzéseimet,
nyitott szívvel vállaltam a hitemet.

Hálás vagyok, és ez felemelő is volt,
megfakult, tisztult a lelkemben minden folt.
Tudom, azt mondják, ugyan, ez a nő dilis,
meg, hogy ilyen a mai világban nincs is.

Mindig azt halljuk, az élet fájdalmas, rossz,
s hogy a földi létezés milyen gonosz.
A változást magadban, bent kell kezdeni,
a gonosz, a rossz így fog megváltozni.

El kell felejteni a romboló félelmet,
szorongásban élni hidd el, nem lehet.
Sokan nem értik, milyen kincs az életünk,
eléggé hálásak érte nem lehetünk.
2022. 08. 14.

Nesztelen

Hajnal hasad, hangtalan villan,
a nyár lépte nesztelen illan.
Szemem becsukom, csak kicsit még,
ne ragyogja ily korán az ég.

Szállingózik a szikrázó fény,
tündöklő, vakító az élmény.
Harmatgyöngyök láncokat fűznek,
napsütésben párát lehelnek.

Az ősz türelmesen ácsorog,
míg a nyár rozsdája rácsorog,
azzal festi majd a térképet,
a színkavalkádtól részeg lett.

Kortyolva szívja be a nyarat,
nekünk belőle ami marad,
lélegezd még, illatos emlék,
rejtsd el a nyári tündérmesét.

2022. 08. 13.

Reggeli köd

Köd dédelgeti ma reggel az utcát,
hideg szél borzolja a zúzmarát.
A fagy belemardos a virágokba,
szálanként gonoszul számolgatja.
Nem csábít sétára az utca zaja.

2021. 12. 04.

Mikor megszülettél

Egy gyermekről gondoskodni nem áldozat,
belső késztetés, öröm és tapasztalat.
Olyan jó volt, mikor téged vártunk,
fiú lesz vagy lány? - arról tanakodtunk.

Anya és gyermek, két világ egyben,
két szív dobbanása, test a testben.
Születésedkor együtt fájtunk ketten,
aztán ott voltál megszületetten,
a hideg külvilágtól ijedten.

Üvöltve a születés fájdalmától,
fáztál és féltél az élet rohamától.
Aztán lestük minden mozdulatod,
biztos, hogy jól van? Vajon szuszog?

Első lépéseid féltve figyeltük,
minden rezdülésed pontosan ismertük.
Mikor pici voltál, csak minket akartál,
nagy lettél és nekünk már hiányoztál.

Te csak légy önmagad, járd a saját utad,
nem rég még fájt, hogy tőlünk messze vagy,
de tudjuk, hogy ez az élet rendje,
mi pedig csak apró pontok vagyunk benne.

2022. 08. 11.

Emlékszel?

Emlékszel, mikor boldog voltál, emlékszel?
és milyen a boldogság, arra emlékszel?
Csukd be gyorsan most a szemed, és gondolkodj,
azon, most milyen jó, ilyenkor vagy boldog.

Mikor születtél, s elmúlt benned a fájás,
rögtön azután, utána a megnyugvás.
Amikor fájt valamid és végre elmúlt,
vagy valahol sérült voltál és meggyógyult.

Gyerekek voltunk és jött a nyári zápor,
s csak tapicskoltunk a vízben, az a mámor,
kacagva, szemünket becsukva, folyt a víz,
emlékszel, milyen, mit éreztél, az az íz.

Mikor elalváskor csak lebegsz, emlékszel,
aggodalmak nélkül, de tiszta elmével,
mikor test nélkül a semmiben lebegtél,
nem aggódtál és semmitől nem is féltél.

Ez mind boldogság, és ha erre emlékszel,
ha nehézségeid vannak, ne felejtsd el.
Jusson eszedbe, az igazi boldogság,
nem a pénz, az autó és a gazdagság.

Az ember mindig boldog, csak elfelejti,
a boldogságot is magának teremti,
s ha ezt megélni tudod, az a mennyország,
képes vagy rá, nem különleges kiváltság.

2022. 08. 07.

Minden elmúlik

Volt mikor egyedül voltam, magányosan,
nem tudtam érezni, csak a hiányokat,
magas falak mögött, összegömbölyödve,
kapaszkodva a semmibe görcsösen.

De minden elmúlik, a magány is elmúlt,
mert csak vakság volt bennem, mi engem feldúlt,
kezem nyújtottam, és bár a falak erősek,
az elhagyottság illúziói ledőltek.

Ehhez csak ki kellett nyújtani a kezem,
magányom megoldása ott volt mellettem.
Lelkemen a vastag kötél elszakadt,
a mélybe húzó sziklák szétporladtak.

Hajunkat fehérre festi lassan az idő,
de nem baj, elveszni nem hagyta őt,
ki a magunk építette fal túloldalán
ugyanolyan türelmetlenül engem várt.

2022. 08. 07.

Hogyan gyógyul a lélek

Azt hiszem, már értem,
hogyan gyógyul a lélek,
növekedünk, fejlődünk
míg lassan pereg az élet

Csalódások érnek, hogy
meglásd a valóságodat,
elpusztul mi fölösleges,
csak ami fontos, az maradhat.

Elveszíted mindenedet,
hogy mindenért hálás légy,
feladatokat kapsz majd,
míg megtanulod a leckét.

Letérsz a kijelölt útról,
gyötrődsz a keresztúton,
Te akarsz irányítani, hogy
életed folyóként folyjon.

Folyton ellenségekbe botlasz,
hogy megtanuld, nem háborgunk,
megrémít, megijeszt a léted,
elveszítjük mit álmodtunk

Eltávolodsz szeretteidtől,
hogy megértsd, lélek vagy,
darabokra szaggat az élet,
hogy a fény áthaladjon rajtad.

Villámokat és viharokat
zúdít a nyakadba a sors,
míg megérted, hagynod kell
meghalni az egód.

Elveszi tőled a csodákat,
aztán érzed már, minden csoda.
Amire pont szükséged van
neked is mindig azt adja.

Hitedet elveszi, míg rájössz,
hogy magadban keresd,
és ha mindezt megérted, már
gyógyul a lélek benned.

2022. 08. 05.

Békét kötni

A világgal békét kötni lenne jó,
s talán akkor nem törik el a korsó,
mert bizony addig megy folyton a kútra,
nem járathatod állandóan csúcsra.
Néha vissza kell vonulni egészen,
ne tégy mindent olyan merészen,
tudod te, úgyis mindig az erős győz,
nem te vagy az, ki mindenkit megelőz.
Mert nem vagy senkinek jó ismerőse,
te, kinek nem számít a tehetsége,
majd egyedül csinálsz magadnak nyarat,
aztán mászhatod is majd a falat,
akár egy kismajom a dzsungelben,
nem vagy te aduász a rendszerben.
Köss csak békét a megalkuvó léttel
s nem leszel jóban a tükörképpel,
inkább légy gyökereidben, aki vagy,
ne tagadd meg a mátrixban önmagad.

2022. 08. 02.

Kívánság

Legyen olyan a szereteted, mint az angyal csókja,
kinek szüksége van rá, ő mindig arra szórja.
Ki szeretet nélkül elveszne a világban,
s nehezen tartana ki megpróbáltatásban.

2022. 01. 18.

Mélyül a csend

Mélyül a csend bennem,
sikerült elvesznem.
Mélybe lehullani,
majd' belefulladni.
szétomló álomlét,
feledi félelmét,
megfagyott virágok
szívetek nyissátok.
Rebbenő pillantás,
altató ringatás
éjsötét rejtelem,
miért kell elvesznem.
Csukott szemmel lebeg,
mélységben szédeleg,
egy pillanat a lét,
nem lesz nekem elég.

2022. 07. 31.

Rejtély

Azt kérdezed, mit tartogat az élet.
Szerintem azt kapod, ahogyan éled.
Amit adsz, az köszön rövid úton vissza,
Gondolataidban az életed titka.

2021.05.13.

Elfogadom

Elfogadom, a hatvan év csak egy kor,
s nem dől össze a világ, sőt el sem tipor.
Ez még nem az öregség, csak tapasztalat,
és most már elfogadom önmagamat.
Szokatlan érzés, megszűnik a vívódás,
elmúlik bennem lassan az aggódás,
különlegessé válnak a mindennapok,
nem kell már félni, hisz úgyis belehalok.
Az életem tarthat még tizenöt-húsz évig,
s ez nem kevés, kár lenne rettegni addig.
Mostanában gyorsan szállnak el a napok,
azt hittük, maradunk örök fiatalok,
de a sorsod téged is majd visszakér,
az élet egyszer mindenkinek véget ér.

2022. 07. 30.

Üzenet

Az életed értelme vajon mi lehet?
Öröm és hála, és végtelen szeretet.
fontos lehet, az alázatot se feledd.
S ha ezek megvannak, jobb lesz életed.

2021.05.12.

Szavak nélkül

A kimondott szavak veszélyesek,
ha nem vigyázol, bárkit megsebeznek.
A szó áldást vagy átkot is osztogathat,
a csend pedig hűen őrzi fájdalmadat.

Mi ketten szavak nélkül is értjük egymást,
együtt töltött évek adják ezt a tudást.
Szavak nélkül érezzük a szeretetet,
évek és élmények mélyítik a csendet.

Egymást keresik és simítják a kezek,
tétova tekintettel néznek a szemek,
hallgatunk, mert félrevezetnek a szavak,
beszédesebbek az összezárt ajkak.

Kendőzetlen mosoly, veled ezt is lehet,
te meglátod a mosolyban a lelkemet.
Nem kell a smink, a színházi előadás,
nem kell a felesleges könnyhullatás,

egymást értve éljük a napjainkat,
együtt álmodjuk már az álmainkat.
Hozzád minden nap jó hazajönni,
a zaklatott világtól megnyugodni.

2022. 07. 27.

Ne ítélkezz

Ne ítélkezz, nem tudhatod, mások mit cipelnek,
kemény múltat, nehéz terheket is vihetnek.
Az emberek nagy része felállni sem tudna,
ha akkora gondokat kellene hordoznia.

Van, kinek évtizedeket kell kibírnia,
míg a halált a végén jutalomként kapja.
Az ítélkezéstől hidd el, csak szomorú lesz,
neki a véleményedtől könnyebb nem lesz.

Ha nem látsz az életébe, nem is segíthetsz,
terhei ellen hiába harcolsz, nem győzhetsz.
Ezeket a terheket neki kell hurcolnia,
reméljük, egyszer majd sikerül megoldania,
s ha mégsem, akkor végül a jutalmát megkapja.

2022. 07. 26.

Jutalom

Kitűzött céljaidat mikor eléred,
visszanyered végre az önbecsülésed.
S a jutalmad nem az lesz, amire vágytál,
hanem az az ember, akivé közben váltál.

2021. 05. 14.

Úgy szeress

Olyan sokan leírták már, hogyan szeress,
hogy a társaddal mindig összhangban lehess.
De én még sohasem mondtam ezt el neked,
mert én elfogadom úgy a szereteted,

ahogyan adni tudod és nekem adod,
s hogy én is úgy szeresselek, nekem hagyod.
Mindig úgy szeress, ahogyan neked is jó,
Nem baj, ha nem éget és nem is pusztító.

Nem perzsel és sebeket sohasem okoz,
ha a tüzes szikrája rám nem záporoz.
Csak szeress így engem, nyugodtan és csendben,
szeretet, minek elhamvadnia se kelljen.

Ha elég, elporlad, nem is tart sokáig,
hogyan szerethetnénk akkor halálig,
ahogyan akartuk ketten, akkor régen,
és hogy támogatjuk egymást kéz a kézben.

2022. 07. 24.

Metamorfózis

Láttad-e már a hernyót átalakulni,
araszoló életét kiteljesedni?
Bebábozódik, készül a halálra,
nem számíthat csak belső önmagára.

Gyökeres változás a létezésben,
majd kiteljesedés az ébredésben.
Gyönyörű pillangó így válik belőle,
korábbi életében egy bábban rejtőzve.

Nem tudhatjuk, milyen a változás fájdalma,
a pillangó ezt merészen bevállalja.
Élete ilyen áron lesz majd teljes,
ennyi küzdelem után nem lehet vesztes.

A változásért mi emberek is küzdünk,
bármennyire ellenkezik a testünk,
Az élet és a sors harcba kényszerít,
az erőpróbát kikerülni esélyed sincs.

Veszíteni a harcban nem is lehet,
ha nem nyersz, akkor tanulod az életet.
A harc végén pedig a jutalom te vagy,
ki bátran meghaladtad régi önmagad.

2022. 07. 23.

Romboló idő

Vajon az idő szétrombolja-e az érzéseinket.
Azt hittem harminc év múlva is olyan leszek,
mint amikor megismertél engem fiatalon,
s nem gondolkodtál akkor azon a pillanaton,
amikor majd ráncos leszek és őszül a hajam,
és nem fogadom el még én sem saját magam.
Vajon kifog-e rajtunk a kegyetlen idő,
s mindazt, mit egymásban szerettünk elveszi ő,
vagy meghagyja nekünk a kegyes vakságot,
hogy ne lásd rajtam a szépség elvesztését, a ráncot.
Más lettem, de neked mégis ugyanaz vagyok,
szenvedélyünk megszelídült, de szemünk ragyog.
Sorsközösség és szeretet lett a lángolásból,
részegek vagyunk az együttlét mámorától,
mert képesek vagyunk még negyvenhárom év után,
hogy ne akadjunk fenn a mulandóság táncán.

2022. 07. 18.

Keresem

Néha téged, néha önmagamat keresem,
a hozzád vezető utat folyton elfelejtem.
Hogy megtaláljuk egymást lélektől lélekig,
Nem is kell messze menni, csak a szívedig.

2021.05.16.

Figyelem

Annyi ember van, aki úgy tartja fenn a figyelmet,
hogy látványosan sír, panaszkodik mindenkinek,
s ez úgy működik az életében, mint a drog,
és mivel sajnáljuk őt, erről leszokni nem fog.
Minden jajgatással saját életét mérgezi,
mi meg a figyelemmel ebben segédkezünk neki.
Ha valakit bármi baj ér, elmondja, kibeszéli,
s az úgy természetes, hogy meg kell hallgatni.
Segíteni őt, vigasztalni, hogy talpra tudjon állni,
de ha ez soká tart, életforma lesz belőle,
folyton a múltban él, siránkozik, nem jut előbbre.
Akkor bizony beleragadt ebbe a panaszkodásba,
minket is lehúz, a meghallgatás a helyzetet konzerválja.
Ha valaki csak panaszkodni tud, gondolkodj el,
főleg, ha másokat okol a bajaiért ez az ember.
Fájdalmai, panaszai már mindenkinek voltak,
de ezekből egy idő után az emberek talpra állnak.
Meg kell találnunk az élet örömét, áldásait,
ha apró lépésenként is, életünk ragyogó álmait.

2022. 07. 17.

A múlt üzenete

A múlttal sosem voltam jó viszonyban,
mindig követ, szorosan a nyomomban.
Ami nem volt szép, ügyesen eltüntettem,
tudatom, emlékeim alá temettem.

- Na ez így meg van oldva! - azt gondoltam.
Hogy alattomosan követ, én nem tudtam.
Aztán a hasonló dolgok szembe jöttek,
hiába voltak a szívhez szóló könnyek.

Ami szép volt, abban meg ringattam magam,
és ha nem volt igaz, még azt sem bántam.
ha az emlék nem volt igazán ragyogó,
a képzelet segített, s lettem álmodó.

A valóság nem számított nálam semmit,
ilyen, ha az ember szereti az álmait.
Talán a jelenben nem bíztam igazán,
ezért menekültem a múlt hullámán.

Aztán ebben is a hála segített,
ami most van, ezután annak örüljek.
Ha földi létünkben boldogulni akarunk,
életünk szakaszait le kell zárnunk.

2022. 07. 15.

Szeretve

Sokáig azt gondoltam, engem nem lehet szeretni,
magamat sem szerettem, hogyan szerethetne bárki.
Elbújtam magamban mélyen, a testem börtönében,
és senkit sem engedtem be, hogy hozzám sose érjen.
Úgy éreztem mindig, egy egész világ van ellenem,
védekeznem kellett, mert a külvilág bántott engem.
Aztán te ráébresztettél, hogy szerethető vagyok,
és ha magamat szeretem, mást is szeretni hagyok.
A falakat lebontva, mikor a lélek meztelen,
nagyon hiányoztam, s hogy jó velem, elmondtad nekem.
Lehet, hogy túl zajos és zavaros az életünk,
de kettőnknek ezután egymást kell megértenünk.
Boldog vagyok, én ezután mindig elmondom majd neked,
és azt remélem, te is magad már szeretve érzed.

2022. 07. 12.

A nagy utazás

Síksághoz szokott szememnek szokatlan a látvány,
szemből és oldalról is, hegyek hegyek hátán.
Alagutak, hidak, fel is út meg le is út,
csodás, és ami lényeges egyik sem tévút.
Egyhetes utazás, hónapokra való infó,
tengerparti séta, mindenfelé norvég zászló.
Kedves emberek, barátságos társadalom,
a változást szeretem, csúcson a hangulatom.
Az élményt nem tudom lefotózni, csak őrizni,
szívemben, lelkemben emlékképeket hordozni.

2022. 07. 13.

Álmodtam

Valami furcsát álmodtam,
éjjel álmomban meghaltam,
hullámzó síkba zuhantam,
eltűntem a valóságban.

- De nem volt piros a lámpa!
- mondtam felháborodva.
Az életből átzuhantam
és a halálban landoltam.

Szomorúság és fájdalom
nélkül, átlépés a síkon.
Nem tűnt szörnyű rémálomnak,
mikor sírva fohászkodnak

benned fájó érzékeid,
s tolakodnak kérdéseid,
mert félünk az álmunkban
és ébrednénk kábultan.

De a félelem megrángat,
idegeidben számolgat,
de ez félelmetes sem volt,
csak, mint egy tényközlés karcolt

tudatomba egy emléket,
s én még azóta sem félek,
csak visszatér a gondolat,
olyan, mint egy baljóslat.

2022. 07. 09.

Veled játszik

Kell egy kis öröm,
neked megköszönöm,
hogy nevettetsz engem,
nem hagysz elvesznem,

mikor szomorkodok,
mindent túlgondolok,
engem földre rángatsz,
aztán csak meghallgatsz.

Belém lelket öntesz,
nyitott ajtót döngetsz,
mert dacból zártnak látszik,
a hisztim veled játszik.

Te meg nem veszed fel,
beszélsz a fejemmel,
nyafogásom nem hat meg,
hisz' mellébeszélt szöveg.

Haragom feledem,
veled fel se veszem,
megnyugtat közelséged,
jólesik ölelésed.

2022. 07. 08.

Pusztító nyár

Függönyt húztak a felhők a fény elé,
a szél meg összefonta őket eggyé,
egybefüggő, jótékony felhőtakaró,
legalább már nem olyan rettentő forró.

Hiába a szél, ereje teljében a nyár,
mindjárt eláraszt ismét a fényár,
még nem adta ki kánikulai dühét,
haragosan bámulja a folyóban tükrét.

Talán akkor lesz a látvánnyal elégedett,
ha a növényzet, mit végleg felégetett,
a lábai előtt hever tikkadtan,
akár térdre lökött szerető, sápadtan,

ki könyörögve, sírva, megtörten kér,
s nem ad kegyelmet a kérlelhetetlen hóhér.
Az ősz lesz majd a megmentő vagy a nyárutó,
mikor kimerül a kánikulai nyár, a pusztító.

2022. 07. 06.

Háborog a Föld

Háborog a Föld,
hallom kiáltásait.
Szenved az Élet.

2022. 02. 28.

Ne hagyd

A szeretetet kihunyni ne hagyd többé,
mi lenne, ha ketten nem lehetnénk eggyé,
mit érsz nélkülem, s nélküled mit érek én,
lehetsz és lehetek én bármilyen kemény.

Lehet elvesztegettünk akár éveket,
nem pazarolhatunk ezután perceket,
minden időt együtt, egymásnak kell adnunk,
és minden haragunkat meg kell haladnunk.

Este ahogy fekszel mellettem az ágyban,
s finoman hátam simítod mostanában,
szavak nélkül beszél hozzám a mozdulat,
a testem nélküled már el sem aludhat.

Érintésedre szomjazik, hiányozna,
ha kezed esténként már nem simítana.
Folyton megnevettetsz, mi lenne már velem,
ha nem szólnál hozzám ezután viccesen.

Ha nem vigyázol magadra, s azért hagysz el,
mert a halál nem válogat és menni kell,
és én itt maradok egyedül, nélküled,
mi lesz akkor, ha kezed már nem érinthet.

2022. 07. 06.

Van az úgy

Tudod van az úgy, hogy az élet nem kerek,
és feletted gyűlnek egyre a fellegek,
ha szögletes vagy s élesek a sarkaid,
persze, hogy beleakadnak a karjaid.

Ha ledolgozod magadon a sarkokat,
a világhoz igazítod az arcodat,
egy-egy simogatással vagy egy mosollyal,
talán a világ sem fogad majd botokkal.

Talán találd meg magadban a lényeget,
és egy kicsit tedd félre a rossz kedvedet,
azt hiszem, ez még nem lehet megalkuvás,
neked is belefér egy kis megjavulás.

Van az úgy, hogy akkor a világ befogad,
és meglesz a te csodád is egy perc alatt,
mert a világ visszatükrözi mosolyod,
s hálád is, ha vele szemben azt gyakorlod.

Van úgy, hogy visszakapod a szeretetet,
amit a világ nem is adhat meg neked,
te már tudod, hogy azt azoktól kaphatod,
kiknek hasonló érzéseidet adod.

2022. 07. 05.

Láttalak álmomban

Láttalak álmomban, ahogy kuporogtál,
ahogy összeroskadva, halkan zokogtál,
lábaid sokáig nem engedelmeskedtek,
karjaidban ringattad a képzelt testet.
Gondolatban megsimogattad gyermeked,
s homlokára rajzoltál egy apró jelet,
hogy az angyalok rögtön megismerjék,
s helyetted gondoskodó karjaikba vegyék.
Hajába belefontad az otthon illatát,
s elrejtetted szívében lelked fonalát,
hogy soha el ne szakadjon, vigyázva őt,
mert neked a legkedvesebb gyermek ő.
Nem nyugodna meg a lelked úgy hiszem,
ha indulsz hozzá, s nem találod sehol sem.
Emlékeket dédelgetsz azóta sírva,
gyermeked őrzöd, szíved legmélyébe írva.

2022. 07. 03.

Csak egy gondolat

Tudom, önfejű vagyok és kiszámíthatatlan,
de a végsőkig kitartó és kemény a harcban.
Ám még mindig én választom meg a harcaimat,
nem pazarlom méltatlanra az energiámat.

2021.05.18.

Július

A Nap kiszakítja korongját a Föld vonzásából,
mint a fájdalom az ölelő karok biztonságából.
Nem maradhat ölelve, hiszen élni kell tovább,
a Hold átadja helyét, ő majd elbújik alább,
meg kell világítania a Föld másik oldalát.

Ott se legyen fénytelen a sötét éjszaka,
s ha beköszönt a hideg reménytelenség évszaka,
akkor is, pislákolva bár, fényt ad, hogy bízz benne,
megcsillantva vakító sarlóját egy-egy percre.

Itt most a Nap foglalja el a teljes égboltot,
akkora fényárral, nem is látod a horizontot.
Minden forróságával a földlakókat bombázza,
semmi nem maradhat vigasztalhatatlan homályba.

Forró fénysugarak szúrják át a virágszirmokat,
vérét veszi a nyár legizgatóbb virágainak,
tomboló ölelésével megfojtja az életet,
nem marad már neki nyár végére semmi élvezet.

De nem bánja, dühöng, őrjöng, elszabadult pokol,
kéjsóvár háborgásában teljes erővel harcol,
aztán nyár végére kimerül, leteszi a kardot,
az ősz ellen majd legfeljebb felveszi a pajzsot.

2022. 07. 03.

Testbeszéd

Tudod a tested beszél hozzád,
mielőtt észrevennéd s tudnád,
egy torkodba fagyott sikoly
többet mond, mint egy félmosoly,
ha nem mondod ki, ami bánt,
az pánikrohamot hoz rád.
Úgy érzed majd, hogy megfulladsz,
megfojt az érzés, amit tagadsz,
az elhallgatás, letagadás,
a lelkedtől elszakadás.
Egy félbehagyott mozdulat,
egy megfagyott pillanat,
mind-mind a tested üzenete,
szíved utolsó lehelete,
hogy vedd észre, térj észre,
ne hazudj többé magadnak,
mert testi tünetek szakadnak
fájdalmasan, gyötrelmesen,
akár megbízható reggelen.
Egy szorítás a gyomrodban,
jelzés, baj van a dolgaidban,
s ha vállaid nyomja a teher,
figyelmeztetés, hogy ügyelj,
ne minden terhet te cipelj.
A fájdalom szüntelen beszél,
a tested rólad, neked mesél.

2022. 07. 02.

Nyár

Nyár, alig vártalak már!
A fű már májusban kiégett, sivár,
ezért várni a nyarat kár.
Mindenki szenved tőle,
a madárvilág kapna erőre,
de csak piheg a csőre.
A növények fejüket lógatják,
a virágok szirmaikat hullajtják.
Te hitszegő, mérges nyár,
dühöd egyszer úgyis lejár,
viharral jön majd a megtorlás,
s megtörténik a trónfosztás,
hogy ne tombolj erővel, nyár!
Nem vagy már az, kit mindenki vár.

2022. 07. 01.

Mint az angyalok

Álmaimat már megéltem,
vagy új álmokra cseréltem,
múltam már nem nyomaszt,
nem vált ki belőlem panaszt,
nagyon a jövő sem aggaszt,
jobb napok adnak vigaszt.
Minden nap újabb öröm,
ünnepnapokat híven őrzöm.
Lesz-e holnap nem tudhatom,
talán a Holdra utazom,
integetek majd, hogy lássatok,
ott ülök majd, mint az angyalok.
2022. 06. 30.

Játszmáink

Szerepeket játszunk, akár egy színházban,
életünk megoldását keressük egymásban.
nem bízunk senkiben, s bizalmat követelünk
és ha nem kapjuk meg, akkor megsértődünk.

Azt mondom a társamnak, - Nem szeretsz engem!
hogy a szerelmét bizonyítania kelljen.
Szeretném, hogy megölelj, azt mondom, - Fázom!
azt kéne mondanom, - Ölelj meg, arra vágyom.

Nekem mindegy! Mondom, pedig nagyon is számít,
mikor a társad viselkedése feldühít.
Örülök, hogy a barátod lehetek! - hallod,
s tudod, pont a barátságát nem kaphatod.

Annyi mindent mondunk, üres szólamokat,
hogy kierőszakoljuk az igazságunkat.
De ha egyenesen kimondanánk, mit érzünk
mennyivel egyszerűbb lenne az életünk.

2022. 06. 28.

Hazatérés

Félelemmel, szorongva mentem vissza,
azt gondoltam, otthon minden tiszta.
Megdöbbentett a tanya ridegsége,
s meghökkentett a mély szegénysége.

Rég otthagytam a nyomort, korlátokat,
s „csakazértsem” vettem fel az átkokat.
Annyira akartam nekik megfelelni,
de az is elmúlt, el tudtam már temetni.

Negyven év után ugyanazok a házak,
kopott, rég szürkére fakult vágyak.
Egy letűnt kor, görcsbe rándult idill,
az egészséges lélek sok mindent kibír.

Próbáljuk élesztgetni, békének hittük,
a fájdalmas évek rég elmúltak felettünk.
Az emlékek csak a szépet őrzik már,
ami rossz volt, vissza sosem jön talán.

2022. 06. 27.

Ketten, együtt

Mikor egy pár együtt, kéz a kézben jár,
segítik egymást, legyen bármi akadály.
De van olyan, mikor semmi sem sikerül,
a kudarc az életünkbe néha bekerül.

A kudarcot vegyétek mint tanulópénzt,
legyetek mindig egy lépéssel előrébb.
Ha egy probléma ismétlődik, azt jelenti,
azon a területen meg kell változni.

Már majdnem elindult egy picike élet,
szüleinek máris az éltető remény lett.
Úgy éreztétek, hozzátok már beszélt,
értettétek nektek szóló üzenetét.

De a kicsi lélek nem volt felkészülve,
nem tudott elindulni gyenge testébe.
Talán a szüleinek is erősödni kell,
a nagy feladatra hatalmas lélekkel.

Eddig is sziklákat rakott elétek a sors,
megoldottátok, bármilyen kemény volt.
Tudom, ebből is megerősödve álltok fel,
s folytatni tudjátok erősebb lélekkel.

2022. 06. 23.

Harminc fokból tíz fokba

Mikor 30 fokból 10 fokba érsz,
megszokott életedből kicsit letérsz.
De ránk fér ez a változás,
egy kis másféle álmodás.
Milyen furcsa, hogy a gyerekedre
azonnal ráhangolódsz, persze,
hiszen meg sem szakadt az a finom szál,
ami örökre hozzáköt talán.
S két év után belecsöppenni az életébe,
mintha nem szakította volna széjjel
a korona, meg a távolság se,
de mindegy, itt vagyunk végre.
Az az egy hét olyan gyorsan múlik,
s a találkozás egykettőre eltelik.
Nem baj, hamar itt lesz az a két hónap,
míg majd ők jönnek, s az lesz újra az ünnepnap.

2022. 06. 24.

Öregedés

Nézem a fotót, ami épp ma készült,
rajta én, akin az öregség tovább mélyült.
Tudom, nem jól viselem, s ez nagyon gáz,
voltak elpazarolt évek, s meddő vágyakozás.
Nemrég azt gondoltam, a külső nem számít,
és hogy engem a fiatalság nem csábít.
Most pedig, hogy fordítsuk vissza az időt.
Testem a fiatalságból már rég kinőtt,
de a lelkem ezt nem veszi tudomásul,
az öregségbe a szívem belefájdul,
mert mindaz, amit már nem élhettem meg,
szívemben a legfájdalmasabb seb lett.
2022. 06. 20.

Reggel

Halk sóhaj a reggel,
ébredezek a kerttel.
Galambok versengenek
a rigó sereggel.
Aprót pislog a perc,
visszhangzik a terc.
Csukd be újra pilláid,
hallgasd a hajnal titkait,
ahogy felébred a nyár,
mire eszmélsz, vége már.

2022. 06. 19.

Öleld át

Minden lélegzetemmel beszívom a világot
és bensőmben érzem az ízt és az illatot,
amit otthagyott, míg testemben áramlott.
Lásd meg, a világnak íze és illata van,
sokáig ezt én sem vettem észre, nem tudtam.
Hogyan élhettem a világ szeretete nélkül,
ami a gondolataimban gyönyörré szépül,
remegő érintés, ahogy simogat a táj,
mint az út porát a zápor, mit úgy kíván.
Öleld magadhoz ma az egész világot,
mint egy hatalmas, gyönyörű gyémántot,
tested és lelked is járja át a szeretet,
öleld át és érezd magadban, ahogy betemet.
2022. 06. 19.

Szavak mögött

Szavak mögé bújok, ha fáj valami,
hisz kit érdekelnek egy ember bajai.
Sorok közé bújtatok embereket,
megpróbálok megoldani helyzeteket.

Én így tudok adni a világnak mindent,
talán az univerzum velem üzen.
Néha fáj, néha megpróbáltatás írni,
még mindig jobb, mint folyton csak sírni.

Ha akarod olvasod, ha akarod, nem,
nekem már sikerült magam meglelnem.
Azt már tudom, nem tudok nem írni,
ebben is teljes erővel tudok hinni.

2022. 06. 18.

Lelked csendje

Bármit teszel, tedd azt szeretettel,
éld meg hálával és köszönettel.
Ha munkád van, örömöd leld benne,
jutalmad a szíved s lelked csendje.

2021.05.23.

Tíz év

Több, mint tíz év, mióta elmentél apám,
ezalatt már megvívtam néhány csatám.
Vagyis én azt gondoltam, hogy ezek csaták,
s csak családunk tagjai harcoltak tovább.

Gonosz célokból, minek értelme semmi,
anyánknak is ugyanúgy el kellett menni,
most már ott vagytok végre együtt, újra,
azóta már nem is gondolunk a múltra.

Mindig békére törekedtél a családban,
s jutalmul egyedül maradtál, magányban.
Bizony a semmit nem lehet osztani,
hiába volt a gyermekeidnek mondani.

Most az a fontos, békére találtatok,
s valóban nyugalmasan telnek a napok.
Talán mindannyian tanultunk belőle,
s ti is megnyugodtatok, fenn a felhőkben.

2022. 06. 16.

Ars Poetica

Verseim legyenek tükrök,
hol meglátod önmagad,
lelkedben visszhangozzanak
a soraimban leírt szavak.

2021.05.23.

Merj élni

Azt gondolod, gyenge vagy, s az élet ilyen,
a változásokhoz benned erő nincsen.
Belenyugszol, ezt már így kell elfogadni,
és a vágyaidat muszáj elfojtani.

De ha ebben hiszel, meglásd ez történik,
nincs sikere annak, aki belenyugszik.
Akkor nem érted azután, hogy másnak
miért sikerül, ő miért tűnik bátornak.

S mérgesen azt mondod majd, könnyű neki,
talán mert neki nem volt mit veszteni.
S ülsz tovább a langyos, jóleső semmiben,
mert ez biztos, s az élet fölötted ellibben.

Merj élni, ragadd meg a pillanatot,
tedd félre magadban az indulatot.
Az álmaid valóra válnak, ha akarod,
s a földről felállsz, magad összekapod.

Tévedtél, hibáztál, hiszen ember vagy,
beláttad, felálltál, kisírtad magad.
Az élet megy tovább, veled vagy nélküled,
s akkor is, ha magadat újra megleled.

2022. 06. 16.

A bennem rejtőző nő

Nem szabadulok, nem menekülök,
mindig önmagammal szembesülök.
Megtagadni sem tudom soha őt,
a bennem rejtőző nyughatatlan nőt.

Könnyeim áztattak, el nem olvadtam,
az életemet tovább folytattam.
Térdre lökött a sors, kibírtam,
padlóra küldött az élet, felálltam.

Büntettek szótlansággal, nehéz volt,
szívemben szüntelen harc tombolt.
Nézhetsz levegőnek, az sem számít,
testem, lelkem ellenáll, erősít.

Minden bántás durván, mélyen érint,
de képes vagyok talpra állni megint.
Meg tudsz-e bocsátani annyiszor,
én megtettem már nagyon sokszor.

Lemondtam egykori vágyaimról,
s új álmaim lettek a holnapokból.
Megtanultam elfogadni, hogy jó az,
amit éppen az élet ad, és igaz.

2022. 06. 09.

Kétharmad élet

Gyorsan telnek az évek,
mint egy kérész élet.
Csaknem hatvan év,
ellene nem véd
leginkább semmi.
Kellene csenni
még egy kis életet.
Mozgalmas képeket
hoz az emlékezet,
szívszorító vágyak,
ijesztő árnyak.
Éltető álmok,
már semmit sem bánok,
nekem minden így jó,
a rossz javítható.
Kétharmad élet,
a mostban, mában élek,
a haláltól nem félek,
inkább az előtte lévő
nem méltó élettől.

2022.06. 07.

Mondd, miért

Mondd, milyen az illata az égnek
és szabad-e sírni a felhőknek,
mert ha van nekik szívük és lelkük,
sírniuk is kell, akárcsak nekünk.

Mondd, miért olyan mérges a vihar
és miért a társa a zivatar,
örvendezik-e a nyári zápor,
mikor a szivárvány olyan bátor,

hogy karját nyújtja az égzengésbe,
mert bármit legyőz a fényessége.
Körülötte az égi háború
nem ijeszti, még nem is szomorú.

Mondd, szárnyalhat-e egymásban a szél
és a könnyű lehullott falevél,
ahogy szárnyal egymásban két lélek,
s ketten együtt a csodában is hisznek.

A természet is önmagát adja,
mint az ember, ha a sorsa hagyja.
Megtalálja földi kísérőjét,
becsüli a társa érintését.

2022. 06. 04.

Álmodás

Én már félig alszom,
vagy tán teljesen is,
amit most álmodom
egész szürreális.

Fél éber álomban
saját arcom látom,
perzselő lángokban
magam nem találom.

A mélyben elveszve,
csendre rátalálva,
lelkemet ellepte,
elmém bánatára.

Öledben ringatva
szédítő álmodás,
szivárvány illata
színpompás látomás.

2022. 06. 03.

A pillanat

Csak a pillanat,
az is elszalad.
Az élet csak fantázia,
elnyel az apátia,
az életed a kincs,
a világ csak bilincs.

2022. 06. 08.

Hangulatok

hangulatod egykedvű
zöldszemű szörnyeteg
amikor az élet fáj
nem ereszt a viszály

elkerül a harmónia
minden csak hisztéria
szomjazod a csendet
csak egy-egy cseppet

simogatni a lelket
szívedből egy metszet
megannyi szabály
elviselni muszáj

mélysötét éjszaka
fájdalom évszaka
a lélek nem kiabál
a káoszból kitalál

2022. 06. 01.

Van egy szív

Van egy szív, akiért az én
szívem sokszor aggódni szokott,
egy szív, mely egyszer az enyémmel
egy ritmusra, bennem dobogott.

Épp ezért ismerem jól ezt a szívet,
csaknem annyira, mint önmagamat.
Nem is tudnám én elveszíteni,
a minket összekötő fonalakat.

Most viszont már vannak kétségeim, mert
a szív tulajdonosa felnőtt férfi lett,
és olyan észrevétlenül, hiszen
közben sokáig haza sem érkezett.

Az én kisfiam messze költözött,
nem jöhet haza minden áldott nap,
de minden héten, sőt hónapban sem,
s a napok nagyon lassan fogynak.

2022. 06. 01.

Miképpen mi is megbocsátunk

Miképpen mi is megbocsátunk,
s vajon megbocsátunk-e valóban,
hogy lelkünket felszabadítsuk,
s a dühöt ne őrizzük magunkban.

Bűnhődnie kell-e a bűnösnek,
vagy felszabadítjuk magunkat,
bosszúszomjad nem gyötör meg,
s lelkiismereted megnyugodhat.

Talán megbántottak, s az fáj nagyon,
de lassan túllépsz, elfelejted,
sírdogálsz esetleg egy-egy dalon,
s magadban már rég el is temetted.

Miképpen mi is megbocsátunk,
megbocsátottunk már, valóban.
Lelkünket végre felszabadítjuk,
a dühöt sem dédelgetjük magunkban.

2022. 05. 29.

Vigyázz a gyermekre

Neveld emberségre, ne tökéletesre,
neveld örömtelire, ne gondterheltre.
Fogadd el, hogy érzékeny és egyedi,
s néha önfeledten kötelességét szegi.

Tanítsd meg, hogyan szeressen tanulni,
mondj igazat, ne akarjon ő sem hazudni.
Tekintsd őt partnernek, mikor róla beszélsz,
minden nap tedd meg, hogy neki mesélsz.

Ne fölötte dönts, hanem mindig vele,
fogadd el, csak az övé az élete.
Szülőknek ő benneteket választott,
s ezzel nektek nagy örömöt okozott.

Szeressétek nevelésének éveit,
ő is tanítja az életre szüleit.
Ha megkapja a család áldását,
visszaadja majd mélységes háláját.

2022. 05. 28.

Legyen meg a te akaratod

Legyen meg a te akaratod... olyan könnyű ezt mondani,
amikor az életedben rendben vagy, s nem kell megalkudni.
De nehéz annak, ki a világban önmagát elveszíti,
s annak is, kinek fájdalma az életét keseríti.
Mégis van hite, bizalma, -Legyen meg a te akaratod!
mert a hit reményt ad, s a fájdalmat könnyebben hordozod.
Bármiben is van a hited, erőd megsokszorozódik,
lelked zokogása lassan alábbhagy, csendben csillapodik.
Legyen meg a te akaratod... suttogod újra meg újra,
lehajtott fejjel megadod magad, ügyet sem vetsz már a kínra.

2022. 05. 27.

Az élet nem vár

Tudod az élet néha hanyatt lök, vagy térdre,
s aztán már hiába is taposnál a fékre.
Nézegethetsz akkor a padlóról felfelé,
ez nem csak a testet, a lelket is edzené,
legalábbis, ha hagyod, s ha belátod végre,
oka van ennek is, s hiába nézel félre.
Merthogy te nem veszed a lapot továbbra sem,
s ez talán egy utolsó figyelmeztetés lesz,
hogy kapd össze magad, mert az élet nem vár meg,
nem lehetsz tovább ilyen gyáva és félszeg.

2022. 05. 25.

Kimondani

Azt mondták, mi benned feszül, ki kell mondani.
S aztán azt is, hogy jobb lett volna hallgatni.
Kimondtam, leírtam, de nem kellett senkinek,
nem tudok már szárnyalni, szárnyaim sincsenek.
De hidd el nekem, mikor én mélyre kerülök,
tanulok valamit, s aztán újra repülök.
Egyszer helyemet a világban én meglelem,
s talán akkor majd igazi arcom felfedem.
Ha így lesz, teljesülhet az álmom, vágyam,
hogy ne kelljen alakoskodni a világban.

2022. 05. 24.

Ne várd

Most gyere, ne várd meg a holnapot,
most hallgasd a szívem, neked dobog.
Ne várj a jövő hétre, most kell élj,
mire mész vele, ne a jövőben remélj.
Ma kell élni az életet, a szépet,
segíts, mert a sors ma is csak tépett.
Nem hagyta, hogy szeressem a jelent,
minden percem a semmibe elment.
Ölelj hát, hadd örüljek neked,
különben a rossz kedvem befed.
Minden napunkon így jövök, látod,
csak örülj nekem, lehetek én az álmod.

2022. 05. 23.

Hajnal

Felhő szélén üldögél a hajnal,
rőt fénye versenyzik a holddal.
Lábát lógatva rigót kelteget,
víz tükrén fénnyel sepreget

Megcibálja a szél üstökét,
behúzza az éjszaka függönyét,
aludjon el végre, itt az idő,
ne rohangásszon, elkopik a cipő.

A fülemülével hirdetik reggel:
Holnap van, végre te is kelj fel!
Indulás, mindjárt kezdődik a nyár,
tudja ezt már minden kismadár.

A Nap nyújtóztatja sugarait,
megsimogatja kedvenc virágait.
Azok hálából kitárják szirmaik,
minden növény napmelegről álmodik.

Hé, az esőt sem kéne elűzni még,
vízből most a sok sem lenne elég.
A fák, virágok öntözésre várnak,
szomjazó földek is esőre vágynak.

Így indul a reggel tavasszal,
májusi hajnalban fényes kalanddal.

2022. 05. 18.

Hiányzol Papa

Homlokán ezer ránc sorakozott,
mindig szép történeteket hozott.
Nagyapám volt és jóbarátom,
esténként még hazavárom.

Mindig azt képzelem, felébredek,
és újra vele beszélgetek.
Kérdezi, jól megy-e az iskola
s lógok-e a suliból titokba'.

Hallom még a hangját a csendben,
apró ajándékok a kezében.
Valamit mindig hozott nekem
fáj, ha meglepetéseit meglelem.

2022-05-17

Évek

Napról napra ránk másznak az évek,
Az idő rajtunk arcot cserélget.
Ráncosat, nyúzottat kapunk a régi helyett,
csak a szemeink mosolyognak,
ahogy kilesnek a szemüveg felett.

2021.05.28.

Tücsök kaland

Mikor a családommal kertes házba költöztünk,
csakis, kizárólag kertkapcsolatos házat kerestünk.
Bár ne tettük volna, mert a szép virágos kertben
rovarok és bogarak is laknak szépen, rendben.
Ki gondolta volna, ezek bejönnek majd a házba
talán mert azt hiszik, jönnek bogárbálba.
Volt egy tücsök, ki zenét szolgáltatni
ágyam alatti tarka-barka szőnyeget nézte ki.
A ciripeléskor éppen egyedül voltam otthon,
hááááát... engem a pánik, félelem ragadott torkon.
Különösen, mikor rám is nézett a betolakodó,
azt gondoltam, "Támadni akar, ez most már nyilvánvaló!"
bosszút esküdtem azonnal a ciripelő mesterre,
de aztán nem találtam én semmilyen fegyverre,
amit ellene megfelelőnek kiáltottam volna ki,
talán ez ügyben nem voltam kreatívabb, mint bárki.
így tücsköm-bogaram megkönnyebbült, életben maradt most már,
talán még mindig szól nála a cini-cini muzsikás bál.

2022. 05. 15.

Egy villanás

Kerestem sokáig, mi az élet értelme,
már tudom, a pillanatot élni kellene.
De ha csak egy villanás lenne az életem,
nekem akkor is megérte a küzdelem.

2021.06.03.

Szövetség

Tudod, a házasság szövetség,
hogy kitartasz akkor is tovább,
mikor nehéz tán a közelség,
és a szeretet éppen lazább.

Tudod, a házasság ígéret,
hogy nem hagylak többé magadra,
akkor sem, mikor a békémet
borítod, s ez gerjeszt haragra.

Tudod, a házasság kötelék,
amit egyszer önként vállaltunk.
Mert nélküled töredék lennék,
de együtt szárnyalni is tudunk.

És tudod a házasság döntés,
hogy épp téged választottalak
és eldöntöttem, nincs több önzés,
ezután én szeretni foglak.

És ha ketten még megszépítjük,
akkor megmarad egy életre,
és nem kell magányban éljük,
hanem inkább egymás örömére.

2022. 05. 14.

Maradj még

Fekete ruháját a Föld
bíbor köpenyre cseréli,
a Napot pacsirta ébreszti,
sóhajt egyet a korai zöld.

Maradj még itt nekünk Tavasz,
álmunk ne vidd el ilyen korán,
időzz még velünk az út porán,
míg friss hajtásokat oltasz.

A kelő nap még tavaszt idéz,
délre pedig már nyárba fordul,
üvegcserép tükre kicsorbul,
leplezetlenül a fénybe néz.

Te, ki sürgeted a nyarat,
hagyd időzni a kikeletet,
hadd táncoljon még keveset,
a nyár majd később arat.

Erősödjön a fák lombja,
takarjon gyenge fiókákat,
bokrok sűrűje állatokat,
nőjenek meg a kölykök sorra.

Aztán majd jöhet a nyár is,
amint a május elköszön.
Jöhet a szüntelen fényözön,
itt lesz nekünk mindjárt úgyis.

2022. 05. 10.

Gyermeknapra

Ha gyermeked van, az a sorstól egy hatalmas jutalom,
az életem boldogsága, hogy szeretetem neki adhatom.
Az érzelmek mélységét és magasságát éltem meg anyaként,
de nem cserélném el az érzést semmilyen más jóra, mi történt.
Ugyanakkor, mikor a kisember igazi, felnőtt emberré érik,
úgy nő benned a rémület: - Úristen, már önállóvá válik!
Mikor elköltözik, az nehéz időszak, de így van rendjén,
és ez olyan hamar bekövetkezik, talán nem is hinnéd.
Vigyázzatok nagyon a gyermekek érzékeny lelkére,
hogy lehetőségük, erejük legyen a boldog életre.

2022. 05. 08.

Kilógni

Kilógni nem könnyű. Folyton kiveri a biztosítékot az ember.
Tudod, az a fajta, akire kicsit talán még fel is néznek,
mert mer más lenni, mer szembe menni, tudod, akár széllel szemben.
És azt mondják: - Ez igen! Nagyon bátor és erős! bármit megtenni mer,
- De azért otthonra nem kéne! Mindenkinek jó a saját fajtája, aki
nem lóg ki, nem lázad, nem mondja ki, és megtenni sem mer.
Mert ha nem mer, akkor nincs probléma, meg egyébként is, persze
becsüljük a merészet, de csak úgy kívülről. Aztán elköszönünk,
és messziről csodáljuk, vigyázva, közel ne kerüljünk.

2022. 05. 09.

Vélemény

Nem vágyom én könyvesbolt polcán ácsorgó verseskötetre,
sem pedig hírneves versmondó által előadott szövegre.
Nem vagyok országos hírű, naponta előadott költő,
de az én életemben nem is az ilyen életmód a döntő.
Én már nem váltogatom hetente a profilomon a szelfiket,
hogy utána panaszkodjak együttérzésért, ami megillet,
s aztán energia vámpírként félre tegyem a gerincet.
Manapság a tehetség nem sokat ér, inkább a kapcsolati tőke,
az urambátyám rendszer, aztán a tehetség majd bele lesz szőve.
Na pont ez az, ami az én életemből továbbra sem hiányzik,
Meghagyom másnak, aki mások sikerén felkapaszkodva rizsázik.

2022. 05. 09.

Az erdő illata

Lefotóztam neked az erdő illatát,
ha becsukod a szemed, meg is láthatod.
Tapinthatod a fák törzsének harmatát,
míg gondterhelt sóhajukat hallgatod.

A gyökerekhez el sem jutott az eső,
a hajtások a felhők felé nyújtóznak.
Leveleket mozgat a könnyű szellő,
füttyös kedvük támad a rigóknak.

2022. 05. 17.

A vers elfogyott

Kiírtam magamból mindent, a vers elfogyott,
nincs már kinek írni, a közönség elkopott.
Hazament mindenki, a függöny legördül,
ne ess kétségbe, a pegazus elröpül.

Az ihlet bárhonnan is érkezett, elmúlik,
a költő hallgat, kedvetlenül elbújik.
Az érzések elfogytak, a múlt is hallgat,
nincs már olyan érzelem, mi szívet szaggat.

Talán kell a csend most a fáradt léleknek,
míg az érzelmek halkan, újra felébrednek.
Kell egy kis nyugalom, pihentető hallgatás,
míg megérkezik majd az újabb kattanás.

De meglásd, újra élet lesz a színpadon,
csillogó verssorok áradnak majd ajkadon.
Túlcsorduló érzelmek utat törnek a szívből,
hálád érzéseit adod tovább lelkedből.

De az is lehet, ez csak hazug lódítás,
nincs a lélekben már semmi, nincs gyógyítás.
Elfogytak a gyógyító versek mindörökre,
ennyi volt a dicsőség, versekkel tündökölve.

2022. 05. 08.

Temesd el

Be tudod-e zárni a múlt ajtaját
tudod-e követni az élet parancsát
mert a múltat le kell zárni egyszer
a jelenben élni, ez a legjobb módszer.

A múlton siránkozni bárki tud, hidd el,
de ami elmúlt, visszahozni nem kell.
Szép életed soha többé nem lehet,
ha a múltat ügyesen el nem temeted.

Ki életed része volt, de már nincs veled,
annak oka volt, később azt is megérted.

2022. 05. 04.

Május varázsa

Virágzuhataggal köszönt a május,
ablak a világ, varázslatos mágus.
pazar kertemben harmatos virág vagy,
felőled káprázatos illat árad.

Zenél az égbolt a csodás tavaszban,
cserebogár zümmög talpig aranyban,
jó esténként kikeletben sétálni,
erkélyemet megtölti a muskátli.

2022. 05. 05.

Mi a boldogság

Boldog percek, boldog órák,
azt hittem, az a boldogság.
A kitűnő bizonyítványok?
Azzal, tudtam, örömöt okozok.

Később férjem csillogó szemmel,
igent mondott szerelemmel,
fiam, születése után,
mikor nézett rám furcsán,
kérdezve talán ő az anyám.

A kisgyermek növekedése,
kezed alatt emberré érése.
Ez mind-mind a boldogság,
s egyéb hasonló okosság.

De igazából bensődből ered,
megtapasztalod a szeretetet.
A boldogság tapasztalata
az én életem feladata.

2022. 05. 03.

A szenvedő

A szenvedő megragad
minden szalmaszálat,
a lélek nem tagad,
hiába az önsajnálat.

2022. 05. 07.

Anyák napjára

Nagyon friss még az édesanyám halála,
itt hagyott minket nemrég, anyák napjára.
Drága anyám bárcsak átölelhetnélek,
nehezen viseli a halált a lélek.

Elmentél, hazamentél, neked most már jó,
mit az élet nem adott meg, az sem fájó.
Anyaként azt adtad, amit adni tudtál,
áldozatos életeddel leckét adtál.

Hogyha eddig nem vittünk virágot neked,
ahol most vagy, oda többé nem is lehet.
elrendezte az élet, s főleg a halál,
nem pótolható, amit elmulasztottál.

2022. 04. 30.

Lilaakác

Lilaakác hódít
lila illatával,
szívet, lelket gyógyít
lila dallamával.

2022. 05. 07.

Május illata

Mai nap van április utolsó napja,
ám a szellő május aromáját hozza.
Kerti virágaink kitesznek magukért,
a jácint, nárcisz felelős az illatért.

Az ibolya, s a tulipán is illatos,
az orgona parfümje pedig divatos.
A gyümölcsfáink jó szaggal integetnek
a beporzó darazsaknak és méheknek.

Mi emberek szagolunk a levegőbe,
szívesen kiszaladnék a legelőre,
hogy érezzem a vadvirágok illatát.
Tavasszal mennyi növény szórja illatát!

2022. 04. 30.

Elpazarolt idő

Nem tudom, mi az, mi engem vers írásra késztet,
elpazaroltam az életemből erre másfél évet.
Talán gyárthattam volna ez alatt hímzéseket,
vagy kötöttem volna gyönyörű pulóvereket.
De verset írni van-e értelme, minek, kinek,

2022. 05. 08.

Magányos naplemente

Ha te nem lennél, akkor egyedül
nézném esténként a naplementét,
magam ülnék a tóparti padon,
aztán ha megunnám, hazamennék.

A magányos naplemente nem tetszik,
nélküled meg amúgy is unalmas
az élet, és nehéz, mert nem vagy itt.
De nekem még csak nem is nyugalmas.

És nem szeretném azt a nőt, aki
nélküled vagyok, szörnyen fájdalmas,
mindig csak panaszokkal van teli,
és ez már lásd be, nagyon szánalmas.

Nem tudok én arra felkészülni,
hogy mi lesz akkor, és még mi lehet,
mikor a naplementét kell nézni
egyedül, és egészen nélküled.

2022. 04. 25.

Baracknyílás idején

Lágy szellő illegeti magát,
tavasz tündér bontja a haját,
a virágok csipke szirmain
pipiskedik apró lábain.

Jöjj április ifjú hercege,
méhek, darazsak örömére,
csókot szórj a gyümölcsfáinkra,
boruljon virág ágaikra.

Első közülük a barackfa,
ágai szirmokkal megszórva.
A természet bőven osztogat
színpompás hímes csillagokat.

Baracknyílás idején boldog,
ki a virágzó kertben bolyong,
puha angyaltollak hullanak,
a barackfa ágai alatt.

2022. 04. 24.

Ki vagyok én?

Ki vagyok én, kérdezem tükörbe nézve,
és talán az őszinte választól félve.
Egy arc, ahogy visszanéz kíváncsian,
ki megfelelni vágyik minduntalan.
Egy fénytelen tekintet, megfáradtan,
veséig hatoló, de ártalmatlan.

2021. 09. 10.

Ajtónyitás

Az ajtónyitás nem csak a reggeli munkába indulás,
maga az élet is, kimenni a világba, egész más,
mintha egész nap csak gubbasztunk otthon csendben,
na jó, nem csak gubbasztás, mást is csinálunk, rendben.
Én például verset írok, akár egész nap is,
de ha nem megy, nincs ihlet, akkor az balhé is.
Mert ha nincs ihlet, akkor válság van, alkotói,
jobb, ha szemem elé se kerülsz, a bánat óriási.
Akkor kétségbe vonom, írni tudok-e egyáltalán,
meg nem is kellenek senkinek az írásaim ezután.
De ha kinyílik az ajtó, akkor pezseg az élet,
kinn pedig madarak dalolnak, rigók rendetlenkednek,
a szélfújásban a felhők az égen éppen repülnek,
a szomszéd ház előtt a galambok legelésznek.
Főleg ha ketten megyünk, vásárolni, vagy erdőbe,
ünnep az ajtónyitás, jó a gyaloglás, gyerünk hát, előre!

2022. 04. 23.

Nehéz

Vajon az élet nehéz,
vagy csak megigéz
a lélek álma,
s az élet csak játszma,
vagy inkább színház,
a Föld meg egy fegyház.
Játszod az eszed
s elveszted a fejed,
fej nélkül kóvályogsz,
vagy ész nélkül nyafogsz,
aztán meg padlót fogsz.

2022. 05. 05.

Van-e hitem

Van-e nekem hitem,
néha azt kérdezem.
Templomba nem járok,
senkit nem imádok.

Köszönet és hála,
létem minden napjára,
és van alázat is,
ha nem úgy nevezik is.

Születtem hívőnek,
egy vallásos nőnek,
aztán úttörő lettem,
hitem elfeledtem.

Kimondatták velem,
nincs nekem Istenem,
élet után nincs semmi,
azt mondta mindenki.

Felnőttként rájöttem,
nem hagyott el engem,
vigyázott rám mindig,
felemelt szívemig.

Angyalát elküldte,
hogy életem mentse,
mert velem itt maradt,
így hitem nem szakadt.

2022. 04. 23.

Ennyi az élet

Akár ijesztő is lehetne,
hogy milyen parányi az élet,
de ez valóság-e a Földön,
mi örök rettegésre késztet.

Majd az élet után a halál
lesz igazi, valódi léted,
mikor a félelem megragad,
vagy pánikroham, apró részlet.

Fájdalmadban szíved megszakad,
akkor tán érzed az egészet,
milyen értékes lehet talán,
mit senki semmibe sem nézett.

Nem is érdemes ezért félned,
jó vagy rossz a halál, nem tudod,
talán csak fuvallat a szélben,
egy semmiség és úgysem érzed.

2022. 04. 23.

Örökség

Az én örökségem itt van már bennem,
senki hagyatékában nem kell keresnem.
A legjobb dolgok, miket örökül kaptam,
sok mindent megéltem, sohasem csaltam.

Megkaptam az apám kemény szívósságát,
konokságát, és makacs kitartását.
Mellé az anyám bölcs tűrőképességét,
tetejébe pedig kettőjük önérzetét.

Már csak rajtam múlik, mire megyek ezzel,
bizonyítottam ezt eddigi életemmel.
Ha fájt az élet, akkor is kitartottam,
a fájdalomérzést bölcsen kikapcsoltam.

Ha nem bírta a lelkem a megpróbáltatást,
eltettem másnapra, hogy győzzem az áradást.
Mikor pedig képes voltam már elviselni,
elővettem újra, hogy meg tudjam oldani.

Nem kaptam én kacsalábon forgó várat,
sem milliós bankbetétet és házat.
Mégsem érzem, hogy szegény lennék,
szüleim örökhagyása a legszebb emlék.

2022. 04. 22.

Lelkem börtöne

Mikor életem lent volt,
akkor sem panaszkodtam.
A lelkem börtönben volt,
de ezt akkor nem tudtam.

Hozzám nem méltó élet,
de azt sosem gondoltam,
hogy emiatt szenvedek,
bármennyit is botlottam.

De ha valóban szenvedsz,
nem fetrengsz tovább a sárban,
megteszed, mit megtehetsz,
és talpra is állsz bátran.

Vagy ha idődd épp letelt,
hazamész teremtődhöz,
azt mondják majd: "Útra kelt",
s tested már nem börtönöd.

2022. 04. 19.

Áldott élet

Valaki megáldotta az életem,
ezt az áldást hordozom a szívemben,
ebből táplálkozik a testem, lelkem,
ez tükröződik minden tettemben.

2022. 04. 17.

A szeretet koldusa

Magadra vonzod mindig a leckét,
melyben folyton becsapott leszel,
cipeled magaddal ennek terhét,
a szeretetért bármit megteszel.

Akit folyton viszel a hátadon,
nem tud fejlődni az életében,
neked gyűlik a teher a válladon,
kínlódás ez a létezésben.

2022. 04. 17.

Megtanulsz imádkozni

Egyszer megtanulsz majd imádkozni,
amikor úgy érzed, nincs már lejjebb,
s nincs értelme tovább siránkozni,
csak könyörögni, hogy végre emelkedj.

Addigi életed kétségbe vonod,
mikor rájössz, imáid meghallgatják.
Egyszer csak magadhoz a jót vonzod,
s életed a szép dolgok átrajzolják.

Szíved megtölti a mélységes hála,
minden egyes napra jut belőle,
tudod, ez már tényleg nem játszma,
megszoktad, életed már benőtte.

2022. 04. 17.

Áldás

Életed áldásait jól kell megélni,
legelőször is nem árt észrevenni.
Az emberek nagy része mindentől szenved,
pedig az élet élvezete lakik benned.
Az igazi szenvedést kevés ember kapja,
s ők érzik legjobban, mi életük áldása.

2022. 04. 17.

Heti szelfi

Ha feltöltötted a heti szelfidet,
sokéves panaszaid elővetted,
gondolkodj el kicsit a szenvedésről,
meg a saját "gyötrelmes" életedről.

Görcsösen ragaszkodsz a fájdalomhoz,
nem tudsz felnőni a feladathoz,
amit az élet naponta eléd tol,
kegyetlen feladatokkal megláncol.

Azt gondolod, a változás veszélyes,
önmagad sajnáltatása beszédes.
Az önzetlen emberek szánalmára,
vámpír vagy mások energiájára.

2022. 04. 15.

Mikor hozzám hajolsz

Mikor csendesen hozzám hajolsz,
nyugalom költözik a szívembe.
Álmaimba csillagokat rajzolsz,
színes zuhatagokat a lelkembe.

2022. 04. 17.

Hetedhét ország

Van egy másik világ, azt mondják,
úgy hívják, hogy Hetedhétország.
Nem halunk meg, a halál nincs is,
ez a legenda ugye nem hamis.

Biztosan nem, nem lehet másképp,
az élet után mi lenne másként,
csak a semmi talán, azt nem lehet,
életet valaki csakúgy elvehet?

Mikor félek, hogy egyszer nem leszel,
este mellém többé nem fekszel,
én folyton ezen gondolkodok,
s egész kicsire zsugorodok.

Mert hátha akkor nem vesznek el,
nekem még sokáig itt leszel.
Nem mehetsz el csak úgy, azt nem lehet,
nélküled én végleg árva leszek.

2022. 04. 17.

Jézus keresztje

Áldást osztó kezeit felszögezték,
ám panasz szava nem hagyta el ajkát,
homlokán csorgó, fájdalmas verítékét
egyetlen könyörülő kéz sem törölte át.

Sokakat szabadítottál, gyógyítottál,
csodát tehettél volna, mégsem tetted meg,
alázatoddal nekünk példát mutattál,
-Feszítsd meg, Feszítsd meg! - ujjongta a tömeg.

Kínhalálodban is értük könyörögtél:
Bocsásd meg nekik uram, mert tudatlanok!
Senki sem mondhatja, hogy összetörtél,
de tested kimerült, s fellélegeztek a hatalmasok.

Az egész világnak adtad bocsánatod,
féltő szívedbe zártad mindannyiunkat,
kérő imáinkat mindig meghallgatod,
lelkünk azóta bűntelenül szárnyalhat.

Bizonyságot tettél: Az élet örök,
nem ölhetik meg a sötétség gonoszai,
nincsenek megbocsáthatatlan bűnök,
az életet nem lehet elrontani.

A végtelen szeretet ma is az egyetlen
mi minden bajunkra, tettünkre gyógyír,
törekedjünk arra, ezt senki ne felejtse,
s földi létében az ember sok mindent kibír.

2022. 04. 15.

Visszaadlak

Milyen voltam gyermekként,
nem mondod többé nekem,
Elfogytál cseppenként,
végleg árva lettem.

Nem panaszkodtál nekem,
hosszú évek óta sem,
én meg nem is éreztem,
hogy elmentél, s nem hittem.

Azt gondoltam mindig,
mikor egy anya meghal,
leszakad az ég is,
összedől robajjal.

Én mégsem éreztem,
hogy már útra keltél,
a tested sem láthattam,
amit levetettél.

Gondolatban utoljára
még megsimogatlak,
aztán egy más világnak
vissza kell adjalak.

2022. 04. 12.

Hogyan szeretlek téged

Egyszer kérdezted tőlem,
hogyan szeretlek téged,
nehéz ezt elmondanom,
talán te is megérted.

Ahogy patak a folyót,
mikor úgy rohan belé,
és feloldódik benne,
ketten így válnak eggyé.

Ahogy találkozik az
északi és déli szél,
erejüket kioltják,
szelídül bennük az él.

Így lettél nekem a víz,
életem fontos része,
így lettél a levegő,
testemnek lételeme.

Egymás nélkül, félember
vagyok én, s te úgyszintén,
akár az ellentétek,
mint az árnyék és a fény.

2022. 04. 10.

A költészet napjára

A költészet napján elgondolkodok,
méltó vagyok-e költőnek, mint a nagyok.
Vagy inkább tegyem le a papírt és tollat,
mert felelősség a költői feladat.

Manapság mi a költőnek a küldetése,
hová viszi el az élet lüktetése,
vegyen-e részt minden jelentős dologban,
vagy inkább maradjon feje a homokban.

Politizálás helyett elegendő-e
ha írásaiban törekszik a szépre.
Dönteni kell, melyik "oldalhoz" tartozik,
vagy maradhat "középen" és nem veszekszik?

Nehéz dilemma, de részemről megoldva,
nem kedvenc területem a politika.
Én maradok politika mentes költő,
talán így is elfogadható, "csak" egy nő.

Néha azért becsúszik egy-egy kritika,
de az embernek azt is meg kell látnia,
hogy mi az, ami szó nélkül nem hagyható,
kihoz a béketűrésből, felháborító.

Örülök, ha verseimet olvasod,
lelked megnyugszik, mosolytól ragyog arcod.
Vagy ha felismered, "Ezt éltem át én is
valóban, édes-fájdalmasan" mint te is.

2022. 04. 10.

Tavaszi zsongás

Mikor jött felém a tavasz,
csodálva néztem lépteit.
Akár egy rajongó kamasz,
imádtam fénylő képeit.

Lábnyomában a nárciszok
szirmaikat bontogatták,
őket követték a jácintok,
s aranyeső bokrok fogadták.

Madarak rajonganak érte,
rigók hallatják füttyeiket,
széncinegék a nyitnikéket,
pacsirták szórják éneküket.

Darazsak lejtik táncukat,
pillangókkal versenyeznek,
megszakítják téli álmukat,
s az erdei állatok felkelnek.

Gyönyörű tavaszi zsongás,
mindenki dolgára siet.
A természet csupa mozgás,
és feléleszt minden kincset.

2022. 04. 09.

Álom tündér

Az álom tündér kézen fogott,
barangolásra hívogatott.
Varázserdő csodás mélyébe,
tündér álmai szentélyébe.

Álmodtam bűbájos álmokat,
hogy levetettem a láncokat,
a lelkem szabadon repült fel,
ezt álmodtam én minden éjjel.

Téged is hívtalak, szállj velem,
hadd hajtsam válladra a fejem,
ketten repülni oly gyönyörű,
utunk együtt így meseszerű.

Veled álmodni elbűvölő,
nem lehetsz többé rejtőzködő,
veled tartok majd én a fénybe,
de legalább a fény közelébe.

2022. 04. 08.

Hervadás

Lassú hervadás a Földi élet,
az elmúlástól már nem félek.
Jó lenne elaludni csendben,
cseppenként oldódni az éterben.

2022. 03. 27.

Hegek a szívemben

Sokan bántottak életemben,
azok is, kiktől jót vártam volna,
nem leszek a megbántottság foglya,
haragvónak lenni értelmetlen.

Gyógyult sebek elfáradt szívemben,
csak hegek, nem fájnak már igazán.
megsajdulnak az élet viharán,
s megjelennek csalóka rímekben.

A bántások megedzették a lelkem,
sokat látott és sokat tapasztalt,
a sors és a karma nem marasztalt,
talán nyugalmat is hagynak bennem.

Nyugodt élet, de ott a félelem,
mi lesz, ha ez vihar előtti csend,
ha nem lesz a társ, ki most itt van velem,
s ha nem lesz, ki fogja majd a kezem.

2022. 04. 05.

Április

Fehér hókristályok ülnek
ma reggel a háztetőkön,
a felhők hópiheket szülnek,
szólj a télnek, ne erőlködjön.

Úgyis itt lesz a tavasz nekünk,
a feketerigók elmondták.
Mikor tegnap korán keltünk,
két fütyülés között elsuttogták.

Az aranyeső is hallotta,
örült a szomját oltó esőnek,
sárga szirmait kibontotta,
és kacsintott a fenyőnek.

Most pedig gondban vagyunk,
lefagynak a friss hajtások,
milyen ez a mi tavaszunk,
kedves virágok, ti nem fáztok?

2022. 04. 03.

Tartalomjegyzék

Fázom	4.
Hatvan felé	5.
Telihold	6.
Egymást egymagad	7.
Október	7.
Levél neked	8.
Mindig is	9.
Csak esik, esik	9.
Leláncolt lélek	10.
Sok beszédnek…	11.
A te történeted	12.
Angyalmese	13.
Hajnali álom	14.
Szürke	15.
Elfogadlak	15.
Időt kérek	16.
Ködbe veszett	16.
Mesét mondok	17.
Ígérem	17.
Az ősz reménye	18.

Fordítva 19.

A tücsök éneke 20.

Van miért 21.

Déja vu 22.

Szabad akarat 23.

Molyrágta zsák 23.

Naiv vagyok? 24.

Otthagyom 24.

Szerda 25.

Kedd, reggel 26.

Hétfő, reggel 26.

Les ránk az este 27.

Majd holnap 27.

Egyedül 28.

Mese a szívről – Apám emlékére 29.

Miért így 30.

Egy jel 30.

Ablakomba ült a nyár 31.

Szeresd magad 32.

Fáradt bambulás 33.

Homokszemek 33.

Mikor őszül a nyár 34.

A szeretet melege 34.

A csend, ha fáj 35.

A lélek zenéje 36.

Jön az ősz 37.

Vádolnám 38.

Mit érdemel 39.

Tűnődés 39.

Könnyen jött 40.

Esőfelhők 41.

Merengő 42.

Szeresd 42.

Vagyok 43.

Lángokban 44.

Hálás vagyok 45.

Nesztelen 46.

Reggeli köd 46.

Mikor megszülettél 47.

Emlékszel? 48.

Minden elmúlik 49.

Hogyan gyógyul a lélek 49.

Békét kötni 51.

Kívánság 51.

Mélyül a csend 52.

Rejtély 52.

Elfogadom 53.

Üzenet 53.

Szavak nélkül 54.

Ne ítélkezz 55.

Jutalom 55.

Úgy szeress 56.

Metamorfózis 57.

Romboló idő 58.

Keresem 58.

Figyelem 59.

A múlt üzenete 60.

Szeretve 61.

A nagy utazás 61.

Álmodtam 62.

Veled játszik 63.

Pusztító nyár 64.

Háborog a Föld 64.

Ne hagyd 65.

Van az úgy 66.

Láttalak álmomban 67.

Csak egy gondolat 67.

Július 68.

Testbeszéd 69.

Nyár 70.

Mint az angyalok 70.

Játszmáink 71.

Hazatérés 72.

Ketten, együtt 73.

Harminc fokból tíz fokba 74.

Öregedés 74.

Reggel 75.

Öleld át 75.

Szavak mögött 76.

Lelked csendje 76.

Tíz év 77.

Ars Poetica 77.

Merj élni 78.

A bennem rejtőző nő 79.

Kétharmad élet 80.

Mondd, miért 81.

Álmodás 82.

A pillanat 82.

Hangulatok 83.

Van egy szív 84.

Miképpen mi is megbocsátunk 85.

Vigyázz a gyermekre 86.

Legyen meg a te akaratod 87.

Az élet nem vár 87.

Kimondani 88.

Ne várd 88.

Hajnal 89.

Hiányzol papa 90.

Évek 90.

Tücsök kaland 91.

Egy villanás 91.

Szövetség 92.

Maradj még 93.

Gyermeknapra 94.

Kilógni 94.

Vélemény 95.

Az erdő illata 95.

A vers elfogyott 96.

Temesd el 97.

Május varázsa 97.

Mi a boldogság 98.

A szenvedő 98.

Anyák napjára 99.

Lilaakác 99.

Május illata 100.

Elpazarolt idő 100.

Magányos naplemente 101.

Baracknyílás idején 102.

Ki vagyok én? 102.

Ajtónyitás 103.

Nehéz 103.

Van-e hitem 104.

Ennyi az élet 105.

Örökség 106.

Lelkem börtöne 107.

Áldott élet 107.

A szeretet koldusa 108.

Megtanulsz imádkozni 108.

Áldás 109.

Heti szelfi 109.

Mikor hozzám hajolsz 110.

Hetedhét ország 110.

Jézus keresztje 111.

Visszaadlak 112.

Hogyan szeretlek téged 113.

A költészet napjára 114.

Tavaszi zsongás 115.

Álom tündér 116.

Hervadás 116.

Hegek a szívemben 117.

Április 118.

Tartalomjegyzék 119.