

Szuchánszki Aranka

Évgyűrűk

Szuchánszki Jánosné, Versek 4

Saját kiadás

Nyíregyháza, 2023.

“Mint évgyűrűk, éveink egymásba nyúlnak,
bár létünk kínjai sokszor visszahúznak,
emlékezetünk óvja a szép álmokat,
évgyűrűink pedig őrzik a mosolyokat.”

(Szuchánszki Aranka: Évgyűrűk - részlet)

Annyira

A legnagyobb akadály,
hogy annyira akarod.
Pedig nincs olyan szabály,
hogy akkor nem kaphatod.

Fájó érzéseiddel
a hiányt érzed, vonzod,
ami olyan nagyon kell,
akaratlan magadhoz.

Inkább feledkezz bele
a múltó pillanatba,
örülj most minden percnél,
s a hiányt eltakarja.

És akkor nem is tudod
már magadhoz vonzani,
képzeld, hogy már megkaptad,
így lehet teremteni.

2022. 10. 16.

Elmúlás

Lassan mindenkit elhasznál az élet,
bármennyire tudatosan éled.
A sorsod mindig elvesz valamit,
megnyirbálja az ember szárnyait.

2022. 05. 15.

Írni kell

Egész nap is azon gondolkodom,
miért kell mindent leírni folyton.
A gondolatok csak jönnek-jönnek,
a papírra is már alig férnek.
Talán a csend, a hallgatás az ok,
s a lélek mélyébe szorult hangok.
Amik meg akartak fojtani már,
torkon ragadtak, megöltek volna talán.
Ha a hallgatás fala fel nem szakad,
és körötte minden törik, hasad.

2022. 10. 18.

Csendbe

A sorsom, hogy csendbe fojtsam magam,
üvöltöztek némán, én se halljam.
Nincs már semmi, miről beszélni kell,
minden egyes kimondott szó bűnjel.

A csendben halkan beléd mar a kín,
a szivárvány eltűnik, nincs több szín.
Nem marad neked más, csak a közöny,
az élet sem látszik át a ködön.

Gyertyák égnek, fekszem összetörten,
legyen sötétség, enyém a szégyen.
Öld meg a fényt, ne lássanak többé,
legyen az éj fekete tükörré.

2022. 10. 17.

A kicsi lélek

Kicsi lélek készült a Földre megszületni,
tudta, a születés dolga nem mindennapi.

Nem értette, miért várják őt annyira,
miért sír olyan sokat az édesanyja.

Kiválasztotta ő már földi családját,
s hallotta édesanyja szíve dobogását,
összegyűjtötte még minden erejét,
hogy könnyen viselje a megszületését.

Édesanyja hangját rögtön megismerte,
az volt az első kellemes emléke.
Édesapjának pedig simogató keze,
találkozásukkor az jutott eszébe.

Szülei, akik neki nagyon örültek,
nevet is adtak gyermeküknek.
A kicsi léleknek ez a története,
így kezdődött egy gyermek földi élete.

2022. 10. 19.

Hervadás

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

2022. 03. 27.

Ítélezünk

Nem tudtam, hogy emberek ilyet tehetnek,
annyi ember életének véget vethetnek.
Auschwitzban szembesültem először vele,
a halál áldozatait büntetlen szedte.

Azt az élményt elfelejteni nem lehet,
már a tudat is megrázza a lelkedet.
Tizenhat évesek voltunk, vidám tinik,
nem tudtuk, a gonoszság emberben lakik.

A rasszizmus napjainkban is valós gond,
ez minden civilizációnak ellentmond.
Különösen itt, "magyar" országunkban,
hol ítélezés, megkülönböztetés van.

Mindenről és mindenkiről a vélemény,
hogy otthon söpörjön, arra még nincs remény.

2022. 10. 19.

Ígérem

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

2022. 09. 19.

Őszi porszem

Ma reggel mindenki panaszkodik,
mert olyan hideg és csíp és fázik.
Lesz ez még hidegebb is, meglátod,
hát csak öltözz fel és nem kell fáznod.

Tudod a mondás is arról szól,
örülj az esőnek inkább daczból,
mert ha nem örülsz, akkor is esik,
bár neked az időjárás nem tetszik.

Ezen mérgelődni felesleges,
mert szabályozni nem lehetséges.

Az Ősz színe, fénye, illata
csodás, és miatta keltél fel ma.

Úgysem tudod kikerülni sem,
hozzá alkalmazkodik minden porszem.

2022. 10. 20.

Mi lesz a verssel

Mi lesz a verssel, amit senki sem olvas,
talán össze kell tépni, mert nem alkalmas
arra sem, hogy bárkinek örömet hozzon,
haszontalan, száraz falevél a lombon.

Mi lesz a verssel, amit a lélek diktált,
szenvédést, fájdalmat, gyötrődést sem sajnált,
talán tűzre kell vetni, lobogjon égve,
ki leírta, már hiába borul térdre.

Ha nem kell senkinek, pusztuljon el inkább,
ne olvassa senki, úgy lesz a legtisztább,
a legszebb sorokat is fel kell gyűjtani,
nem kell a szenvédést már tovább nyújtani.

2022. 10. 22.

Földi játékok

Minden nap emberek születnek és halnak,
látod, földi játékaink erről szólnak.
Szerepek, játszmák egymás mellett és ellen,
szinte már lehetetlen, hogy béke legyen.

Harcolsz a múltaddal, aggódsz a jövőért,
s közben nem adod a napjaid jólétét.
a múlt kísért, aztán benövi a jelen,
csak a hegeket hagyja fájó lelkedben.

2022. 11. 29.

Közönség nélkül

Tudod verset írni akkor van értelme,
ha van valaki, aki azt értékeli.
Rosszul viselem az érdektelenséget,
nincs kinek írni, elvesztem az ihletet.

A közöny értéktelenné teszi a verset,
talán gyakorolni kellene a csendet.
Én nem tudok még alkotni csak magamnak,
s tán nem is vagyok mestere a szavaknak.

Közönség nélkül a mű elveszett, halott,
a sorokban az élet látod, megfagyott.
Az írás haszontalan tevékenység lett,
ki olvas mai korunkban már könyveket.

2022. 10. 22.

Vádolod a hajnalt

Vádolod a hajnalt, elvette gyermeked,
folyton a most jó érzéseit kergeted,
mert senkinek örömhöz nincs joga többé,
ha ő már senkié, csak a hideg földé.

Soha többé semmitől nem félsz azóta,
a halál megváltását várod csalódva.
Térden állva virrasztod a hajnalokat,
lelked zokogásában a nappalokat.

2022. 09. 21.

A gyermekét gyászolónak.

Vágyak

Harcoltam én már eleget,
elértem, amit lehetett.
Vágyom a tiszta gondolatot,
küzdeni már nem akarok.

Őrült tempót ne várj tőlem,
az életet kell megélnem.
Nem kapkodok, nem rohanok,
ha lehet, nyugodt maradok.

A félelem nem kell nekem,
talán most még legyőzhetem,
van-e jövő, nem tudhatom,
a félelmet ezért vonzom.

A lélek csendjére vágyom,
szívemben formál egy álom,
megnyugvást kínál az élet,
a világban békét lelhet.

2022. 10. 23.

A kitagadott

Visszanéztem én, többször is visszanéztem,
utóbb rájöttem, ez volt a gyengeségem.
Bántott, hogy kitaszítottak, kitagadtak,
és mégsem éreztem magam szabadnak.

Megkötöztek a családi hagyományok,
nem tehettem, hogy szó nélkül továbbállok,
mert a kötelességeid gúzsba kötnek,
akkor is, ha téged már nem érdemelnek.

Aztán végül a józan ész mégis győzött,
fejembe végre világos gondolat jött:
a mérgező családtagot ki kell zárni,
ne legyen esélye az életet alázni.

2022. 10. 23.

Ne sírj anyám

Ne sírj, anyám, ahol most én lakom,
nem számítanak az esküvések.
Higgy nekem, nincs nekem semmi bajom,
nem hatnak már rám a szenvedések.

Minden este s reggel megsimogatlak,
hogy érezd a szeretetemet, anyám,
tudom, sebeid azóta is fájnak,
meqlásd, tiéd lesz a legnagyobb csodám.

A gyermekét gyászolónak.

2022. 04. 17.

A képzelet játéka

Csukott pilláim mögött halott arc kutat,
hátamon végigfut egy hideg fuvallat.
Á, csak a képzelet, fut át az agyamon,
egy ráfagyott mosoly feszeng az arcomon.

Egy arctalan, sötét árnyék sóhajt felém,
lebegésétől belém szakad a beszéd.
Széttépett félelem marcangolja lelkem,
néma üvöltésre formálódik testem.

Becsukom a szemem... és lásd, üres vagyok.
Nem tolonganak, ihletnek a gondolatok,
írhatnék arról, hogy nekem mennyire fáj,
de nem fáj semmi, ezen gondolkodni kár.

Csak a rettegés belülről szakít már szét,
a túlvilági hang suttogja énekét.
Á, csak a képzelet, ne is törődj vele,
állandóan csak ez jár a fejemben.

2022. 10. 25.

Két világ közt

Oly keskeny a határ két világ között,
ha elmegyek, mondd azt: ó csak elköltözött!
Nem látsz majd és nem foghatod a kezem,
itt leszek azért, a Föld a kedvenc helyem.
Ne sirass el, nem leszek tőled messze,
ha figyelsz, bele suttogok majd a csendbe.

2022. 03. 19.

Rohanó évek

Úgy rohannak el az évek, hetek, napok,
ahogy fejedben az őrült gondolatok.
Oly sebesen egyik perc a másik után,
szinte fejvesztve taposnak egymás sarkán.

Mikor fiatal vagy, vánszorognak halkán,
közben a türelmed szinte már szétpattan,
aztán ahogy te korosodsz szépen, lassan,
az idő úgy rövidül egyre gyorsabban.

Nem hiszed el, bárki mondja is neked,
hogy gyorsan élni nem szabad az életet,
mindig élj csak a pillanatnak, a percnak,
meglátod, így lesz értelme az életnek.

2022. 10. 26.

Száttépett

Hangokból táplálkozik a csend,
zajokból fuvola hangja zeng,
szemed üvölt hazug világot,
nem lelsz a világban jóságot.

Bezárt szívedben őrzöd a szót,
bűnös lelkek várnak megváltót,
csavargó gondolatok úznak,
repkednek, majd haza repülnek.

2022. 10. 26.

A szeretet jele

Ha szeretted készül utolsó útjára,
segítsd őt, a lelke találjon sorsára.
Legyen neki könnyű a távozás terhe,
ne fájjon szívének az elválás perce.

Búcsúzól öleld át, ringasd a lelkét,
rajzold homlokára a szeretet jelét,
hogy az angyalok őt rögtön megismerjék,
és helyetted gondos karjaikba vegyék.

Fond hajába az otthon meleg illatát,
rejtsd el szívében lelked ezüst fonálát,
hogy soha el ne szakadjon, vigyázva őt,
visszataláljon hozzád, akár az élők.

2022. 10. 28.

A legjobb

Mindig én akartam lenni a legjobb,
aztán rájöttem, épp elég jó vagyok.
Gyakran még magamnak sem voltam elég,
hogy elégedett legyek, nem volt esély.

Talán kevesebb vagyok, mint lehetnék,
és ettől sokkal többet is tehetnék,
de már csak önmagam akarok lenni,
senki másnak, csak magamnak megfelelni.

2022. 11. 01.

Halottak napja üzenete

Akivel évek óta éled napjaid,
sokszor nehezen viseled a hibáit,
aztán amikor elveszíted őt végleg,
szívesen elfogadnád, de már nem lehet.

Nem is hiszed talán, hogy hiányozni fog,
lehet, jobb lesz nélküle, még azt gondolod.

Aztán amikor az életet elhagyja,
nehezen viseled, hogy fáj a hiánya.

Becsülni kell egymást még az életünkben,
és hogy pont ő jutott, talán nem véletlen.

Halottak napján lásd hiába keresed,
temetőben őt már biztosan nem leled.

Keresd inkább bent, a szívedben, lelkedben,
hiszen ott van veled együtt, minden percben.

Virágot sem kell hordani a sírjára,
vigyázzunk itt, az életünkben egymásra.

2022. 10. 28.

Szebbé tenni a világot (részlet)

„Amilyené válsz, s a belső világod,
azt adod tovább, csak erre kell vigyáznod.
Mint gyémánt, ragyogsz, mikor szeretetet adsz,
mindent, mit megosztottál, visszakapsz.”

2021. 07. 15.

Magány és csend

Torkom szorítja megint valami,
mert ismét csendben kell maradni.

Bezárkózik újra a sértett szív,
falak mögött fájó harcokat vív.

Hiába is volt minden küzdelem,
hiába a megértő türelem,
a csend nem csak jótékony lehet,
van, mikor görcsbe rántja életed.

Van olyan csend, ami akár megöl,
és olyan is, mi nyugalmadra tör.

Hiába a meditációs csend,
benned nem áll helyre a rend.

A fojtogató csend túl mélyen fáj,
van, miről nem beszélhetsz soha már.

Megpróbáltad, de megalázó lett,
még mélyebbre került a fájó seb.

Talán ebből a sebből nincs kiút,
amíg élsz, viselned kell a bosszút.

Magányra és csendre ítéltetél,
az életed nagy vesztese lettél.

2022. 10. 30.

Lopott parázs

Testem lopott parazsa már rég elfogyott,
de kerestem még, mint hangszerét a bolond.
Angyalok terelgettek a fénybe szépen,
találjak valami jót a földi létben.

Vakságomat felfedni a szépre, jóra,
búvöljön el a világ bódító csókja,
tartson tenyerén a természet nagysága,
öleljen magához vad pillantása.

Visszakapni a világban a bizalmat,
amennyit értem, az élettől azt kaptam.
És ha most nem is tudom mind felsorolni,
annyit adott, hogy hálás lehetek neki.

Mégis az ember folyton elégedetlen,
a rosszért dühös vagyok, a jót felejem.
És bár megfogadtam, hogy holnaptól más lesz,
észben is tartani nem olyan könnyű ez.

2022. 11. 02.

Őszi reggel

A reggel tök sötét,
az ég meg szürkesség.
Eső csorog nyakamba,
péntek reggeli mogorva.
Öltöztél volna fel,
de nincs baj a vízzel,
csak nyirkos és hideg,
otthon maradsz lelkileg.

2022. 11. 14.

Égi mese

Egy nap majd felmegyek a mennyekbe,
bekopogtatok, -Uram, engedj be!
Soká tartott, hazatértem végre,
muszáj születnem majd új életre?

A fájdalmas leckéket megtanultam,
sok része is van, miből okultam.
Nyitott szívvel születek majd újra,
úgy érzem, készen állok az útra.

De ha lehet, inkább itt maradnék,
a Földre születni nem szeretnék,
bizonyosságul elmondom, mit tanultam,
én rossz ember bizony, nem maradtam.

Tudom, másoknak nem csak adni kell,
elfogadni is, tiszta lélekkel,
és azt is, a szeretet nem csökken,
ha két kézzel osztjuk is, bőséggel.

A boldogság nem másoktól árad,
s a szívünk nem csak magunkért fájhat.
Szabad lehetsz, ha nincs benned harag,
ki nem bocsát meg, mérgező marad.

Az Úr akkor majd néz megütközve,
ki ez a beszédes lélek előtte,
szegény pára, de felcicomázott,
ki veszi arra a bátorságot,

hogy kívánságait előadja,
ő fenn a mennyben, itt maradhatna.
És szólt az Úr, nincs neked engedmény,
a Földre küldelek azonnal én,

nem tudsz te még semmit, tanulnod kell,
vár az életed az új leckékkel.

2022. 11. 05.

Reggeledik

Reggeledik, kint most minden szürke,
összekeveredett a reggel meg az este,
és csak hullanak, hullanak a cseppek,
az égen megbomlott esőfellegek.

Ne menj, maradj még a csendben, idebent,
érezzük még együtt a végtelent.
Szétfoszlanak mellettünk az árnyak,
nekiütköznek a szoba falának.

November réme az őszt élesztgeti,
nem való a nyár hevét dédelgetni,
a természet végre aludni térne,
álomra hajtani fejét a télre.

2022. 11. 05.

November

Este aludni tértek az erdei fák,
hideget áraszt már a novemberi zsák.
Szürkén, de még fagyok nélkül, csontig hatol,
fák ágain a szél északira hangol.

2022. 11. 05.

Békét kötni

Békét kötöttem én élettél, halállal,
talán épp ezért ríkat meg a madárdal,
mert ami jó és szép van a Földön s égen,
és ami nem vehető meg drága pénzen,
nekem az mind gyönyörű s megfoghatatlan,
értelmét veszi, min valaha agyaltam.
A bántásoktól viszont sír a lelkem,
hiába akartam, legyen érzéketlen,
minden rossz szót a semmibe veszni hagyjon
inkább, mint a bánat messze elragadjon.
Megtanítom a lelkemet békét kötni,
ne kelljen a nyugalmat mindig hazudni.
S akkor mindazt megbocsátom én magamnak,
mert megengedtem, hogy velem így bánjanak,
s nem is engedem meg nekik soha többé,
talán így válik majd a bűntudat köddé.

2022. 11. 06.

Harang szól

Harang szól egy lélekért, lelki üdvéért,
hogy a másik világban megélje a békét.
Talán itt a földi létben nem sikerült,
létezésébe itt nyugalom nem került.
Olyan sok szomorú élet van a Földön,
és nincs esély, hogy innen bárki megszökjön.

2022. 11. 10.

Életmód váltás

Úgy kezdődött, hogy kitártam a szívem,
mások sikerének is úgy örültem.

Aztán kellemetlen meglepetés ért,
lyukas garast sem adtak volna ezért.

Jókedvemnek, gondoltam más is örül,
inkább annak, ki jobblétre szenderül.
Szenvedni nagyon szeretnek a népek,
örülnek a szenvedő lélek versének.

Én ebbe a sorba nem állok be,
legyen most már a léleknek öröme.
Senki sem szereti, ha arcába tolod,
az élet lehet jobb, ha úgy akarod.

2022. 11. 07.

Lélek a Földön

Nehéz sorsot cipel a Földön a lélek,
a tapasztalat, mit megél, ennyit megérhet.
Talán szenvedés az egész földi utazás,
eredménye egy emberöltőnyi tudás.

Egy ember élete csak egy rövid sóhaj,
ellopja talán az éveket egy tolvaj.
Fényesen világítanak testek, lelkek,
mint a pókhálós napsütéses reggelek.

Ahogy az esőcseppek átáztatnak,
a bőröd szövetében kapukat nyitnak,
így kapcsolódnak élettelenek, élők,
egyek vagyunk és egymás rezgését érzők.

2022. 11. 11.

Emlékek

Van, mikor egy illat elvarázsol,
gondolataidban visszaszámol,
mert egy emléket idéz csendesen,
valami a múltból eléd lebben.

Aztán egy hang, ami benned rezeg,
annyira szép, a tested is remeg.
Szívedhez szóló zenei élmény,
azt az örömet el nem cserélném.

Feloldódni és elveszni vágyom,
halálom is legyen zenés álom,
hangszerek rezgésében meghalni,
szívem mélyének látomásai.

Eszedbe jut egy puha érintés,
bőrödben széthulló varázsigék,
emléke elkísér egy életre,
lelkedben a születés rejtelve.

Egy élet emlékei így gyűlnek,
az évek múlásával sem szűnnek,
pillanatfotók az életemben,
lenyomatok mélyen a testemben.

2022. 11. 12.

Bolygók között

Testem mélységébe csendben elmerülök,
a csillagok és bolygók közé repülök.

A gondolataim sokszor messze szállnak,
fel a magas égbe s már nem is látszanak.

Olyan messze, ahol már nincs lehetetlen,
létrehozom, mit nem lehet félelemben,
bolygók suhannak, akár a délibábok,
megölelem a vad, békétlen világot.

Bár az életemben párszor már elbuktam,
mint elveszett vándor az univerzumban,
megtalálom lelkemben a boldogságot,
hiába oly sok ember is akadályoz.

Ha épp úgy akarom, angyalokkal szállok,
s ha szárnyuk törik, velük együtt zuhanok,
voltam már a mélyben, onnan is felálltam,
magasba repülni pont azzal tanultam.

És megláttam fenn a szivárvány színeit,
hogyan magában hordja a világ ékei,
senkit önmagához mérni ő nem enged,
mások ítélezéseitől nem szenved.

Ha örültnek nevezik, az sem érdekli,
s ha eltapossák, sem lesznek félelmei.
A szivárványhoz veszem tehát az utam,
senki ne mondhassa, hogy ismét elbuktam.

2022. 11. 13.

Megtartom

Úgy gondoltam, haragom lassan felejem,
s kitárul összehúzódott szeretetem.
Úgy örültem, hogy tágult, áradt szét bennem,
hogyminden más érzést kiszorítson belőlem.

De az örömöm nem tarthatott sokáig,
a pillanatnyi érzések haláláig.
Nem kaptam több időt, sem elég türelmet,
nem kell már, így megtartom a szeretetet.

2022. 11. 16.

Szeretni

A szeretetet megélni hogyan lehet,
szerető éned tudja a feleletet.
De ha te senkit szeretni nem vagy képes,
hiába könyörögsz majd a jóistenhez.
Mert neked is szükséged lesz majd arra,
aki a szeretetét önzetlenül adja.
Mert a világ csak belülről gyógyítható,
külső segítségre várni hiábavaló.

2022. 11. 16.

Megtanultam

Megtanultam, magamból akkor adhatok,
ha magamnak mindig első helyen vagyok.
Mert ami nincs, azt nem adhatom senkinek,
s nem marad, ha szétsztom mindenkinek.

Megtanultam, nincs válasz minden kérdésre,
s nincs ember, ki minden bántással megbékélne.
Vannak fontosabb dolgok, mint a félelem,
s a lehajlás felemelés nélkül értéktelen.

Megtanultam örülni az apróságoknak,
s a szeretet igazsága elgondolkodtat.
Néha jó, hogy képes vagyok felejteni,
és nem kell a vita miatt haragudni.

Meg kell még tanulnom nem magyarázkodni,
s hogy ember vagyok, lehetnek érzéseim.
Meg kell tanuljam, hogy érzékeny vagyok,
ha elárulnak, átlépni ezen nem tudok.

Meg kell tanulnom, ne fájjon, ha kinevetnek,
s körülöttem kevés emberrel kell beérem,
vigyáznom kell a bennem élő gyermekre,
mert ő taníthat örömteli életre.

2022. 11. 15.

Bűn és bűnhődés

Keresed magad, a kérdés ismét ott van
gondolataidban, fájó csontjaidban,
lelked mélyének rejtőző sarkaiban,
s falakon leomló sötét árnyékokban.

Aki elbukott és sokadszor is felállt,
aztán szívében a rend ismét helyre állt,
a groteszk furcsaságából kiléphet-e,
vagy léte végéig övé a bélyege.

Elkövetted, bűnhődj, tiéd a kárhozat,
felejtsd el, ne keress már fényes álmokat.

Létezik bűn a világon egyáltalán,
s bűnhődnöd kell örök életre ezután?

A hiba az bűn, vagy inkább tapasztalat?
Elrontottad már nyugalmas világodat?
Ha van még erőd, felállsz újra és újra,
és nem hallgatsz hívatlan tanácsadókra.

Mész tovább, éled mindennapi életed,
van, ki segít és ezután már jobb lehet.

Nincsenek elpazarolt napok és évek,
mert mindenből tanul a Földön a lélek.

2022. 11. 19.

Az elküldött levelek

Szakadt kabátjukat felvették a bokrok,
ködöt lehel az ősz, készít levélcsokrot.

Fák színes hajkoronáját rázza a szél,
néha, mikor kedve van, beköszön a tél.

Némi hóval, faggyal ijesztget éjszaka,
nem törődik már ezzel csak a fenyőfa.

Neki karácsonyig állni kell a sarat,
ha elfárad is, ő biztosan nem alhat.

Zöld tűleveleivel meglepő látvány,
a télbe aludt természet halántékán,
neki még küldetése van az idén is,
nélküle egyetlen fényes karácsony sincs.

Az erdő java már álomba szenderült,
ez sok elküldött, színes levélbe került,
végül a levelek mind-mind célba értek,
álmuk kezdete egy októberi péntek.

Alig megbeszélték, el is aludtak mind,
mint Csipkerózsza a királyfi csókjáig.
Tavaszig már levél és rügy sem mocorog,
medvebocs és róka is vackán kucorog.

2022. 11. 19.

Nem kellett volna

Ha bizalmat adtál, de nem kellett volna,
az is egy újabb lecke volt, hogy megtanuld,
nem hihető mindenkinek a szava
és van, mikor meg kell tartani a gyanút.

Ha már megbocsátottál és folytatódik
a bántás, te vagy-e a bűnös ismét,
akinek akkor sem szabad botladozni,
ha csaknem elveszíti a józan eszét.

Ha nem tudod már elviselni a játszmát,
s naivitásod miatt megint vesztes vagy,
engedd végre a félelem szorítását,
menjen útjára, egyedül sem vagy magad.

2022. 11. 16.

Nőnek lenni ajándék

Nőnek lenni ajándék-e vagy sorscsapás,
eldönteni olyan nehéz vállalkozás.
Mert a "gyenge nő" olyan könnyen bántható,
a lelke éteri, manipulálható.

Legalábbis ezt gondolják olyan sokan,
elfelejtik, hogy nem élünk már a múltban.
Az elnyomott nőt felejtsd is el gyorsan,
ha nem akarsz csodálkozni, hogy most mi van.

2022. 11. 16.

A várakozás öröme

Szeretek várni a reggel csodájára,
felkelő Nap pompás fényáradatára.
Szeretem reggel a hálát a szívemben,
azt az örömet, hogy ismét felkelhettem.

Szeretem várni évszakok fordulását,
figyelni a természet színváltozását.
Csodálni, hogy hervad, majd újjászületik,
s az év hónapjai egymást átölelik.

Szeretem várni, hogy végre hazaérjek,
a hazatérés öröme téged illet,
mert várod jöttömet minden egyes napon,
s örömöd ilyenkor szemedben láthatom.

Szeretek várni közös ünnepeinkre,
várakozás adta, izgalmas időkre.
Mert az ember, amíg lassan készülődik,
szerető szíve ünneplőbe öltözik.

A világunkban mindenki türelmetlen,
lemarad, talán ez tartja félelemben.
Nincs idő a szívnek ünneplőbe öltözni,
tisztá örömmel egymásra várakozni.

2022. 11. 20.

Segíts, anya

A gyermekkor képei nagyon messze vannak,
eszembe jutni oly nehezen akarnak.

Egy-egy apró tárgy, hajam selymessége,
könnyű gyerekruhák puha érintése.

Segíts nekem anya, tudjak emlékezni,
gyermekkor képeit sorra felidézni.

A múltba próbálok vissza-vissza nézni,
szeretet érzést veletek felidézni.

Nem jut eszembe anya, milyen színű volt
a takaró, ami mindig vigaszt adott,
s ha te sem mondod el, nem fogom már tudni,
nem fog már emlékeimben vigasztalni.

Bőrömon érzem még a puhaságát,
meleg érintését, finom tapintását.
Folyton hozzá bújtam, hozzá menekültem,
mikor bántottak, mert én úgy éreztem.

Bár a gyermekkort vissza már nem kaphatom,
gondolatban még gyakran megsimogatom.

Veletek is gyakran beszélgetek,
hogyan visszaidézzük az elmúlt időket.

2022. 11. 21.

Utópia

Megvédeni az emberektől a Földet,
én utópiának gondoltam sokáig.
Megváltoztatni a modernkori "rendet",
nem láttam lehetőséget rá idáig.

Bár a Föld nélkülünk is forog majd tovább,
védelemre talán nem szorul, de mégis
kizsigerelve sorsára hagyni, talán
mégsem kellene, bármennyire nehéz is.

De aztán láttam egy gyönyörű országot,
igen, itt a Földön, létezik még ilyen,
Norvégiában voltam, de ezt tudjátok,
ott a világ miénkhez mérve másmilyen.

Bár mondhatnám, hogy a természet érintetlen,
de ez nem így van, mert a halak elúsznak,
s a madarak elrepülnek, pont, mint egy filmben,
s ezért sértetlenek nem is maradhatnak.

A társadalom s az emberek féltőn őrzik
mindazt, ami szép és jó az országukban,
ami náluk az első, nálunk sokadik,
erre törekednek, mind az ötmillióan.

2022. 11. 23.

Szeretetre várakozva

Legyen ünnep a várakozás,
szív melegében vágyakozás,
gyertyák lángjai felfénylenek,
örömhír hozók közelednek.

Advent varázslata felrémlik,
születés öröme közelít.
Négy lángocska szívet melegít,
lelked ünneplőbe öltözik.

Míg szeretetre várakozunk,
adventi gyertyát gyújtogatunk,
angyalok meghitt ölelése
kísér el minket hétről-hétre.

Gyertyák fényességében addig,
míg a kis Jézus megszületik.
A várakozásban a lelkek
megtisztulni vágnak, remélnek.

2022. 11. 24.

Háborog a Föld

Háborog a Föld,
hallom kiáltásait.
Szenved az Élet.

2022. 02. 28.

Vártalak

Úgy vártalak már, megérkeztél végre,
a sötét felhők felszálltak az égre.
Vidáman pislákol a mikró fénye,
a könyveidre is rászállt a béke.

Poharak koccintanak, csilingelnek,
a szalvéták a polcon integetnek.
Az evőeszközök méltatlankodnak,
miért nem hallja senki, hogy koccannak.

Az ablakszemek nagyokat pislognak,
aztán meg csodálkozva lecsukódnak.
Képek a falon vígan himbálózhatnak,
ők is tudják már, olyan rég vártalak.

2022. 11. 24.

Őszi reggel

A reggel tők sötét,
az ég meg szürkéség.
Eső csorog nyakamba,
péntek reggeli mogorva.
Öltöztél volna fel,
de nincs baj a vízzel,
csak nyirkos és hideg,
otthon maradsz lelkileg.

2022. 11. 14.

Varjak a lakótelep fölött

A kőpanel fölött szürkék a fellegek,
mellette szél rendezgeti a szemetet.
Varjúkárogástól visszhangzik a telep,
a fasor akár egy óra múlva is zeng.

Sötét árnyak visszatérnek ide néha,
a gonosz lélek bűnétől szabadulna.
Minigarzonok a szegényeknek bérbe,
épp elég az nekik, nagyobb nem is kéne.

Kigyúlnak a fények az ablakok mögött,
kiáltás hallatszik a háztömbök között.
A magasház mellett folyik a seftelés,
kinek luxus, a másinak megélhetés.

Élet ez is, bár te nem annak nevezed,
Nekik a fagyott lélek jelent életet.
Te azt gondolod, itt már minden rég halott,
s aztán éjszaka mozdulnak az ablakok.

Szitkozódás, sikoly, éjszakai műsor,
itt most mindenki rossz helyen van rosszkor.
Az élet az éjben, most indul igazán,
hajnalra elnémul a lakótelep talán.

2022. 11. 25.

Adj, Uram

A hit, remény, öröm és a szeretet,
a várakozásnak ez ad értelmet.
Az emberek szíve ünnepre készül,
advent fénye bennünk csodává mélyül.

Adj Uram hitet a hitetleneknek,
értelme legyen itt Földön a csendnek.
Adj reményt is, legyen miért szeretni,
emberek között mindig jónak lenni.

Adj Uram örömet, hisz arra vágyunk,
karácsony éjjel kis Jézusra várunk.
Adj szeretetet, hogy megtapasztaljuk,
nem hiába van a várakozásunk.

Az adventi áhítat így egy álom,
minden napján közelebb a karácsony.
Négy gyertya lángja közvetíti neked,
örülj, mert a kis Jézus megszületett.

2022. 11. 26.

Nőiségeink (részlet)

„Fogadd el önmagad, s elfogadnak,
Szeretetet adj, és téged is szeretni fognak.
Lépj túl azokon, akik nem teszik ezt,
Ne küzdj azok figyelméért, akik kevesek ehhez.”

2021. 03. 07.

A homokszem

Azt gondoltam, boldog csak akkor leszek,
ha engem mindenki kedvel és szeret.
Hamar kiderült, ez bizony nem így van,
kik engem elfogadnak, támogatnak,
csakis azok szeretetében bízzak.

Aztán azt hittem, boldog attól leszek,
ha mások majd engem boldoggá tesznek.
Őrlődtem és vártam, s nem történt semmi,
nem sikerült nekem boldognak lenni,
azt hittem, ezért is hibás valaki.

Végül kerestem még a küldetésem,
abban találjam meg a teljességem,
és bármerre kutattam, nem találtam,
de találtam hitet, s végre felfogtam,
a boldogságot meglelem magamban.

Most már tudom, hogy az élet a csoda,
nekem, az embernek annyi a dolga,
hagyjam megvalósulni az életben
mindazt, amiért a Földre születtem,
és tegyem, ami a dolgom, szüntelen.

Egy homokszem vagyok a sivatagban,
aprócska pont a nagy Univerzumban.
De mégsem ez a fontos az életben,
hanem hogy ott vagyok a nagy egészben,
s mint bárkié, fontos a jelenlétem.

2022. 11. 27.

Fáj a szív

Így karácsony felé
fáj a szív befelé,
akinek nincs senkije,
talán nem volt sohase,
annak azért fáj a szíve.
Akinek van gyermeke,
s elment, letelepedett messze,
az pedig azért szenved,
karácsonykor fáj a lelke.
Másnak meg azért, mert volt,
csak a sors mást gondolt,
létének véget vetett,
elvett egy fontos életet.

2022. 12. 01.

A Mikulás ígérete

A Mikulás nagyon készül,
a zsákja már ki van mosva,
mára sűrű a programja,
talán még bele is őszül.

Időben el kell készülnie,
reggel mondták az angyalok,
hogy gyorsan múlnak a napok,
nagyon kell már sietnie.

Csizmája az ajtó előtt,
nem mintha mikulást várna,
csak belelépett a sárba,
ahogy porolta a tetőt.

Veszekedik a krampusszal,
ki ajándékot csomagol,
gombot fényesít, boltba lohol,
vajon, hogy bírja ezt szusszal.

Havat kell rendelni még ma,
megérkezzen mikulásra,
hó nélkül a szán nem csúszna,
s ő akkor otthon maradna.

De bizony, nem tehet ilyet,
sok millió gyerek várja,
nem mondhatja, hogy ma zárva,
boldoggá kell tenni mindet.

Meg is teszi majd idén is,
semmi vissza nem tarthatja,
az ígéret szép szó, mondja,
megajándékoz mindenkit.

2022. 12. 02.

Angyalszárnyak

Mint apró szárnyacskák, hópihék repülnek,
angyaltollak, pelyhek és szárnyak libbennek.
Megnyílt az égbolt s a pihék onnan szállnak,
hogy örömet okozzanak a világnak.

2022. 12. 11.

A Mikulás csodája

Azon gondolkodtam, míg sétáltam haza,
vajon tényleg létezik-e a csoda,
talán éppen a Mikulás az, ki hozza,
vagy ahogyan mondják, talán a Jézuska.

De a csoda biztosan nem így működik,
csak akkor van, mikor nem figyelsz egy kicsit.
Máskor éppen attól, hogy naponta látod,
milyen kis csodák alkotják a világot.

a Mikulás nem hoz csodát, csak azt látod,
gyerekek szemében örömteli álmok,
hogyan gyújtanak meg ezernyi csillagot,
s boldogságuk szórják, akár a visszhangot.

A Mikulás és a Jézuska csodája
éppen attól lehet fényességes csoda,
ha megállsz egy kicsit elgondolkodva,
s az öröm és békeesség szíved átjárja.

2022. 12. 03.

Gyorsuló idő (részlet)

„Az idő rohan, mint egy áradó, dühöngő folyó,
Utolérni sem tudod, áramlása oly gyorsuló.
Nem is oly rég ölelőn ringattad kicsiny gyermeked,
Ma már jócskán a felnőtt korban van, de nem veled.”

2021. 03. 16.

Milyen voltam

Ha kérdezik majd tőled, hogy milyen voltam,
mondd, hogy kiszámíthatatlan és szeszélyes,
néha bizonytalan, általában kedves,
földhözragadt, máskor fellegekben szálltam.

Mondd, hogy neked én voltam minden, a kedves,
te is az vagy nekem, a mindig humoros,
olykor mindent kiigazító kisokos,
s ha segíteni kell, akkor meg figyelmes.

Mondd, hogy néha nem volt könnyű élni velem,
mert amikor egymással harcoltunk néha,
sokszor nem is láttuk mi a másik célja,
vaktában lövöldöztünk, mint két idegen.

Mondd, hogy azért sokszor örültél is nekem,
pedig hallgatag voltam és sértődékeny,
s bizony sokszor olyan borzasztó érzékeny,
de szeretted azokat az éveket velem.

Mondd, hogy újra engem választanál talán,
ha az időben egyszer visszamehetnénk,
és egymást akkor is újra megismernénk,
ott, a krakkói vár régi, ódon falán.

2022. 12. 03.

Téli álom

Fehér hótakaró,
télben oltalmazó,
fényes az éjszaka,
jóságos angyalka.

Az adventi gyertyák
szeretetük szórják,
tündöklő lángok,
karácsonyi álmok.

Csillagos égbolton
száz szánkó táncoljon,
csengőszó hallatszik,
jég hátán visszhangzik.

Mennybéli üzenet,
áradó szeretet,
égben fogant áldás,
örömhözó lámpás.

2022. 12. 04.

A bánat

Fekete köpenyét magára öltötte,
éjszakánként mindig csend volt körülötte.

Tudta, a világon senki nem szereti,
nem bánta, ezt a munkát már befejezi.

Nem mintha már végleg eltűnne a Földről,
utódja úton, valahonnan a ködből.

Arra tanította, hogy kitartó legyen,
a szorításából könnyen ne engedjen.

Feladata mára neki is fájdalmas,
jó, hogy mai napja nem olyan mozgalmas.
Csak egyetlen emberhez van meghívója,
nem szívesen megy hozzá látogatóba.

Oldaltáskáját magára kanyarítja,
tudja, estére valaki telesírja.

Nem is bánтанá soha az embereket,
de ők minden fájdalmat magukra vesznek.

Nem tudják, hogy a Földre tanulni jönnek,
s a ragaszkodásba megszakadnak szívek.

Bánatod vezet rá arra az érzésre,
szükséged van az élet szeretetére.

2022. 12. 05.

Azt hiszed

Azt hiszed, jó az egyedüllétben,
mikor ülsz majd magadban a csendben,
és az olyan jó, hogy nyugalom van,
egészen magad vagy világodban.

De a csend mélyén ragacsos a sötét,
s bámul rád valami démoni lét,
a nyugalom örület lesz lassan,
a félelem kitölt gondolatban.

Árnyakat takargat minden sarok,
várnak szellemek, pokolfajzatok.
Más idősíkokból lesnek majd rád,
betöltenek minden testi hiányt.

Aztán már üres vagy és sápatag,
reszketsz, fázol, fáj minden mozdulat.
Jeges rémület lesz úrrá rajtad,
s könyörögsz, adja vissza valaki,
nem akarod őt elveszíteni.

2022. 12. 06.

December

December még lustálkodik,
az ősz tenyerében henyél.
Hozhatna már fagyot, havat,
felválthatná az őszt a tél.

Gyerekek keze nyomában
születnének hóemberek,
fákat, bokrokat, ágakat
jégvirágok csipkéznének.

Avarszőnyeg az erdőben
puha takaróra vágyik,
erdő népe hóesésben
álmodik, és nem is fázik.

Nem tudjuk, hogy merre jártok,
hófelhők jöjjetek végre,
hótakarót borítsatok
a karácsonyra, újévre.

2022. 12. 08.

Elképzeltelek

Ma este csak úgy elképzeltelek,
ahogy magányodban üldögélsz,
én gondolatban győzködtelek,
hogy nem segít neked a csüggedés.

Talán még látod is magad előtt,
ahogy gyermeked belép az ajtón,
- Most meg miért vagy szomorú anyám?
aztán leül melléd csak úgy lazán.

Szavai annyira távoliak,
aztán meg egyre csak halkulnak,
már nem is érted a szavakat,
a hangját hallod s a sírásodat.

Vállatok összeér, ölel a csend,
felejthetetlen pillanat neked,
két kezével átfogja két kezéd,
ujjaid imára kulcsolja veled.

A gyermekét gyászolónak

2022. 12. 08.

Bábel

Bábeli zűrzavar mindennapi léted,
orvosságod tízezer lépésben méred.
Folyton téma az egészséges életmód,
egy-két kiló hízás növeli a feszkót.

2022. 12. 11.

Rímelek

Keresek rímeket, versírást mímelek,
de ebben a formában csak én rímelek,
leginkább az unalmas semmittevéssel,
lehet ebből akár vers, kevés eséllyel.
Semmiről szóló, epikus szépiromány,
egy délutáni költői műtákolmány.
Tudom ám én, hogy ilyennek is kell lenni,
hogy az embernek nem jut eszébe semmi,
de nekem általában tele a fejem,
és ki ne áradjon, arra kell figyelnem,
mert még valakit elsodor és belefojt,
aztán mire észbe kapsz már szét is folyt,
életveszélyes vers túltengést okozva
patakszik érzelem és információ,
a versszakokban meg ezernyi stáció.

2022. 12. 10.

Tükörkép (részlet)

„Lásd mindig azt, mennyire különleges vagy,
Egyedi, utánozhatatlan és szabad.
Lelked korlátok nélkül, messze szárnyalhat,
a hamis tükörkép fogva nem tarthat.”

2021. 06. 14.

Boldog karácsonyt

Bármerre vigyen a sorsod az életben,
Olyan szeretet - amit kívánsz, kísérjen.
Legyen veled mindig békesség angyala,
Derűs legyen életednek minden napja.
Okos gondolataid el ne hagyjanak,
Gazdagság áldásai veled járjanak.
Keresztezze utad jólét ígérete,
Angyalok kísérjenek az életedbe'.
Régi értékek melletted kitartsanak,
Álmaid kívánom valóra váljanak.
Csodák dobogtassák szeretteid szívét,
Olyan időtállóan akár az öröklét.
Nyugalom szigete legyen az otthonod,
Találd meg életedben a boldogságot.

2022. 12. 11.

Üresség

Ha egyszer magad majd üresnek érzed,
töltsd fel szeretettel az ürességet,
s akkor majd jönnek az élmények, tervek,
az életedben új céljaid lesznek.

2022. 12. 11.

Meddig

Meddig hiszed még, hogy a szeretet
csak a legdrágább ajándék lehet,
mikor veszed észre már végre,
nem az a karácsony fényessége,
hogy otthonodban minden ragyog,
és sorakoznak az ételsorok,
amik aztán mind kukában végzik.
Az ünneplőket nem érdekli
utcán éhezők, fázók nyomora,
becsukja szemét, fejét elfordítja.
Aki látta a gyermeki örömet
kipirult arcán, ajándékozott gyermeknek,
az tudja igazán, mi a szeretet,
s csillogását boldog szemeknek,
az látta a legszebb fényességet.

2022. 12. 13.

Érzelmek fojtogattak

Az érzéseimet sokáig rejtettem,
hol voltak, nem tudom, mélyen a lelkemben.
Olyan soká szorítottak, fojtogattak,
már azt sem tudtam, levegőt hogyan kapjak.
Aztán az érzelmek kiszabadultak,
és igazi értelme lett a szavaknak.

2022. 12. 11.

Karácsony csodája

Kell, hogy legyen a szívedben egy apró hely,
hogy egy egészen pici csoda férjen el,
amit majd a karácsony elhoz neked is,
hogymár eddig nem is volt benned annyi hit.

Karácsony reggelén jól figyelj majd oda.
mikor bekopog a szeretet angyala,
s az ajtó előtt az ünnep várakozik,
a lelked a remény fényébe öltözik.

Várakozó szívedben már ott van a jel,
amit az angyal majd rögtön felismer.
Szeretetével egészen közel hajol,
szárnya ölelésével lágyan átkarol.

Nem kell neked ezért semmi mást sem tenned,
csak minden figyelmeddel arra ügyelned,
teljes szíveddel fogadd a szeretetet,
mert elfogadni is képesnek kell lenned.

És neked is eljön a legszebb karácsony,
valóra válik a régóta várt álom,
hogy a karácsony szeretete a tiéd,
nem hiába suttogtad a varázsigét.

2022. 12. 13.

A szeretet mosolya

Úgy emlékszem, olyan öt éves lehettem,
az apám egy kaucsuk babát vett nekem,
aztán szinte ő örült neki legjobban,
szeretetet láttam abban a mosolyban.

Kedves emlékeimben mindig ezt látom,
s ezt idézem fel akkor, amikor fázom.
A mosoly, ami szeretettel volt tele,
lelkemnek az életben tartó gyógyszere.

Mennyi erőt tudott adni az a mosoly,
mikor úgy éreztem az életem pokol.
Az összes ajándékát mosoly kísérte,
nem is tudta, mekkora erő van benne.

Emlékeimben most ugyanúgy mosolyog,
s közben a szeretet melege körbe fog.
Igazából rég elment, nincs már itt velem,
de én tudom, féltőn vigyázza életem.

2022. 12. 14.

Érzelmek

Dühöd lehet sok mindentől sokféle,
bánatod hurcolhatod egy életre.
Félelmeid beléd marnak sokáig,
bosszúságod veled tarthat halálíg.

Mégsem ők a legfontosabb érzelmek,
hiszen boldog csak szeretetben lehetsz.
S az idő is bebizonyítja neked,
ahol a szeretet, ott van a helyed.

2022. 12. 17.

Ködben

Ködbe burkolóznak ágaikkal a fák,
karjaikat az ég felé nyújtogatják.
Varjak értekeznek rajtuk, hogy mi legyen,
a csapat mai nap milyen irányt vegyen.

Talán károgással meg tudják oldani,
jobbra vagy balra kellene majd repülni.
Felhők gyűlnek kitartóan reggel óta,
arról panaszkodik most a varjúnóta.

Hogy kinél kellene óvást benyújtani,
bár ez a kérdés, tudják ők, csak költői.
Kit is kényszerítenének változásra,
vagy esetleg felelősségvállalásra.

Senki ne mondhasa, hogy ők bajkeverők,
ha ezt választották, ezt fogadják el ők,
különben a változás életveszélyes,
jól van már ez így, ha nem is tökéletes.

Néhány lázadó holló még bele károg,
nem az ő fajtájuk, bár jó, hogy nem hápog.
Az ő nyelvükön beszél, de bevándorló,
nem hiányzik nekik idegen, kóbor ló.

Inkább megszavazzák, csapatból kizárják,
az akác fasor határát holnap lezárják.
Ez a világ még mindig az ő világuk,
- "Ha úgy tartja kedvünk, a fát is kivágjuk!"

Bár nem marad már talpuk alatt sem helyük,
szabadnak hiszik még akkor is a lelkük.
Aki valóban szabad, s kirepül messze,
kíséri az „igazi” varjak megvetése.

2022. 12. 15.

Karácsony csendje

Karácsony éjjelén szárnyat növeszt a csend,
s elindul a Földre a jó emberekhez.
Ünneplőbe öltözik a szív, s a lélek,
kigyulladnak lelkedben az ünnepi fények.

Álmodunk magunknak a csendben egy csodát,
aztán megláthatja majd az egész világ,
hogy karácsonykor mindenki boldog lehet,
mert talán hazatalálnak az emberek.

Ahogy a jászolban megtörtént a csoda,
mikor megszületett az Istennek fia,
hogy a világot végre majd ráébredje,
tanítanunk kell mindenkit a szeretetre.

Ha arra törekszünk, a világ szebb legyen,
s egyre bővelkedjen a jó emberekben,
akkor majd meg is kaphatjuk azt a csodát,
ami kitöltötte az emberek álmát.

2022. 12. 18.

Egy fél világ

Tenyeredbe rajzolnám kettőnk jövőjét,
hogy feledjük a kínzó magány félelmét.
Itt maradtunk ketten egymásnak, két faág,
bármelyikünk egyedül csak egy fél világ.
Pedig nekem egész világot ígértél,
hogyan válhatnánk egyedül egy egésszé.

2022. 12. 19.

Mesélj anya

Mesélj nekem, kérlek, milyen volt az élet,
mikor még meg sem születtem, s az a lélek,
ki én lettem, még el sem indult felétek.
Milyen volt a család, mesélj nekem kérlek.

És azt is, mikor csak két gyereketek volt,
meséld el és én majd álmodom rólatok,
mikor a sok gyerek mind-mind együtt játszott,
akkor még ti is fiatalok voltatok.

Milyen volt akkor a szeretet veletek,
mikor vártátok a karácsonyt, s meséket.
És hiába voltak azok szűkös évek,
fontosabb volt egymás iránt a szeretet.

Csoda volt a frissen sült kenyér illata,
semmi más nem is volt olyan finom, puha.
Ilyet álmodni olyan nehéz álomba,
mert a csoda az élet egy pillanata.

Lassan megöregszem és ezt nem láthattam,
csak a sérelmeket sorolom számlálatlan.
S hogy nektek milyen nehéz volt az élet,
azt nekem eddig soha nem is mesélted.

Elmentetek és már nem mondhatjátok el,
s én sohasem kértem, hogy meséljétek el,
nem akartam még utolsó pillanatot,
de eljött, s ezen változtatni nem tudok.

2022. 12. 20.

„Én a szívemet adtam neked...”

Szabin vagyok, olvasgatom a Poetet, *
közben meg rendesen esz a méreg.

Ennyi szívecskét teremteni,
ugye nem kell ezt komolyan venni?

Felnőtt emberek bohóckodnak,
én meg szintén beállok bohócnak.
Nekem nem fontos! - még én is elhiszem,
aztán a szívecskéket rendezgetem.

Mindenki tudja, nem valós a sorrend,
ki több időt szán rá, az a nyertes.
Mindenki udvariasan szívecskét rak,
vagy azért mit cserébe visszakup.

Már kiválogatni sem vagyok képes,
tetszik-e a versem vagy nagyon rémes.
Mert amelyik rémes, az is szívet kap,
megszűnik ez valaha is, egy szép nap?

2022. 12. 21.

*Poet: A www.poet.hu weboldal, ahol amatőr költők a verseiket publikálhatják.

A természet leckéje

A te utad neked kell követned,
akár a víz, magadhoz ölelned,
heves tüzet messze elkerülni,
a hamut a szél messze repíti.

Árnyékban maradni ne törekedj,
teljes valóddal a fényt kövesd.
Légy kitartó, mint a kemény szikla,
nyugodt, mint a Nap tér nyugovóra.

Vidám, mint lombok közt szálló szellő,
pihenj is, mint hegytetőn a felhő.
A természet megannyi leckét ad,
hogyan őrizd létedben önmagad.

Élni és meghalni alázattal,
léted örök, de a tested meghal.
Ha sokallod, ami vállad nyomja,
nézd, milyen terhet cipel a hangya.

Szabadságod őrizd, mint a madár,
magas égbe tör és messzire száll.
Utad vigyen kitűzött célodhoz,
legyen tiszta a cél, mi magához vonz.

2022. 12. 22.

Pánik (2)

Mint a fuldokló a víz alatt,
ahogy beléd fagynak a szavak.
Az érzéseid megfojtanak,
erőlködsz, hogy végre kimondjad.

A halálfélelem karmában,
a tüdőöd zsibbadtan, csapdában.
Nem ismered a halál titkát,
de megvívta a magad harcát.

Tested börtönében fogoly vagy,
és nem találsz már önmagad.
Ugye fogod addig a kezem,
míg a sötétségből érkezem.

2022. 12. 23.

Angyalok

A szekrényből angyalok bámulnak,
esténként álmosan szemet hunynak.

Sápadt arcukon ördögi mosoly,
valamennyi a szekrényemben fogoly.

A piacról mindig jönni akartak,
nem tudták, hogy szekrényben maradnak.

Ma éjjel félek életre kelnek,
sanyarú sorsuk ellen felkelnek,
kirepülnek majd mind az ablakon.
Egy sem marad nekem az angyalom.

2022. 12. 24.

Boldog karácsonyt mindenkinek

Gyerekkoromban azt hittem, karácsonykor
valaki majd valami szépet varázsol,
vagy talán majd az angyalok repülnek,
s az ajándékok a gyerekekhez így kerülnek.
De nem láttam én egyetlen angyalkát sem,
vagy hogy a Jézuska jön majd tök kedvesen,
azt már végképp nem hittem,
hiszen neki meg szárnya sincsen, pedig
szárny nélkül hogyan lehetne itt
olyan gyorsan, hogy én meg ne is lássam.
Így csak kapkodtam a fejem, azt éreztem,
engem bizony a felnőttek átvágnak,
csak hazudják, hogy történni kell a csodának.
És a csoda tényleg nem kívülről jön,
ott van az emberekben, neked is a szívedben,
ne is keresd sehol, ne is várd, mert magától jön,
minden csoda és minden öröm.

2022. 12. 24.

Elfutni (részlet)

„Egyszer messze akartam futni,
a könyörtelen világból ki.
Csak csendet akartam, sok-sok csendet,
ne halljam tovább sikoltozni a szívemet.”

2021. 10. 01.

Az évszakok farsangja

Bolond évszakok tán farsangot játszanak,
felveszik egymás arcát és komiszkodnak.
Jön már a csikorgó tél! - így ijesztgetnek,
s aztán ősz köszön vissza a decembernek.

Karácsonyra talán most tavaszt kell várjunk,
aztán később újra téllal bújócskázunk.
Az ősz elpihen a szomszédos dombokon,
s odébb tavasz kergetőzik az ormokon.

Ha ez a bál soká tart, rügyek pattannak,
aztán majd elviszi a februári fagy.
Milyen tavaszunk lehet majd ezek után,
ha a jég a virágokra gyorsan ráfagy.

Milyen szép is lenne a fehér karácsony,
az ablakból nézni ki a fehér tájon.
De a karácsony nem az évszaktól ünnep,
ne törődj esővel se, csak ünnepeljed.

2022. 12. 24.

Megállít az élet (részlet)

„Az élet megköveteli, ami neki jár,
nincs nála furfangosabb, kegyetlenebb tanár.
Ha nem adod magadtól, jövődből elveszi,
pihenj kicsit, próbáld az életed élvezni.”

2021. 08. 18.

Otthon

Mi az, amit szeretek otthon?

Talán a képet a falon.

Tudod, az északi fénnel,
minden fontossal és széppel.

Valami megfoghatatlant,
olyan jó energia van.

Jó itt írni. A nyugalmat,
a csendet. Ott a sarokban.

A szőnyegen a virágot.

Éjjelenként azt az álmot,
amit álmodok. Itt tudok.

Régen semmit nem álmodtam,
talán pihenni sem tudtam.

A nyugalmat főleg. Együtt.

És ez bizony nincs mindenütt.

Mindig várom, érjek haza
hozzád. Veled, nyugalomba.

2022. 12. 24.

A tükör törvénye (részlet)

„Amit szeretek benned, azt azért szeretem,

Mert a bennem lévő csodát benned is megismerem.

Felismerem magam a szemedben, a lényedben,

Hiszen egyek vagyunk, annyira szép ez az életben.”

2021. 03. 21.

Barátnők

Úgy volt, én emlékszem még,
egészen közel laktunk,
minden nap te keltettél,
nem bírtad, ha külön vagyunk.

Mint az ikrek, mindig együtt,
s ha nem, akkor hiányoztál,
kéz a kézben együtt mentünk,
bármerre csatangoltál.

Úgy volt, te emlékszel még?
Örök barátok leszünk,
másik útra vitt az ég,
de oda már nem együtt.

Te, tényleg rosszak voltunk?
Á, dehogy, csak gyerekek,
de a gyermekkor elmúlt,
s hiába taláلتalak meg.

Idegen vagy már nekem,
de ami volt, az szép volt,
s hiába nem vagy gyerek,
megszépíted a távot.

2022. 12. 25.

Ismét eltelt egy év

Hamarosan új év, készülj az ivásra,
ha sokra nem, legalább egy áldomásra.
Átéltünk megint egy mozgalmas évet,
hangot adhat az ember az örömének.

A világnak nem volt mindig örömteli,
néhány ország helyét még mindig nem leli,
a Föld pedig évek óta rázza magát,
nehéz teher a hátán a nyolcmilliárd.

Tegyük félre kicsit a nehéz gondokat,
ünnepeljük meg az elmúlt hónapokat.
Legyünk mind hálásak, ismét elmúlt egy év,
bízunk benne, jöhet jövőre jobb is még.

Hogy minden úgy lesz, ahogyan lennie kell,
és bátran számolhatunk egy jobb új évvel.
Pezsgővel vagy borral, emeljük poharunk,
mindenkinek boldog új évet kívánunk!

2022. 12. 28

Szójáték

Nézd, egy nő a tükörben,
csak nézek rá dühödten.
E látványtól nem fáznék,
ha ez csak egy szójáték.

2022. 12. 27.

Új év, új élet

Az új évre álmodhatnánk új életet,
álmodjuk meg az újjászületésünket.
Mint a fény, mikor minden reggel előtör,
s napfelkeltekor emelkedik a mélyből.

Kijavítva mindazt, amit elrontottunk,
sosem késő újra formálódnunk.
És ha te eldöntöd, változtatsz magadon,
hatása látszik majd emberi sorsokon.

Így lehet boldogabb neked is az új év,
s szétoszthatja mindenki a szeretetét.
Álmodjunk tehát az új évre szép álmot,
mindenkinek boldog új évet kívánok!

2022-12-28

Az igazi csodák (részlet)

„...nincsenek átlagos napok,
nem tudhatjuk, mikor érnek célba a sóhajok,
minden egyes pillanatunk lehet különleges,
értékelj a napjaidat, bármelyik lehet kivételes.”

2021. 07. 16.

Boldog új évet!

Búcsúzzunk el az öreg óévtől
Odavan, mennie kell a jövő héttől
Lassan búcsúzkodik, neki itt a vége
Durcás a feje, aztán lassan elszáll a mérge
Olyan nehezen viseli a menesztését
Gyakran szidja is a szerencsétlenségét

Új év, új élet, nem tudja megérteni
Jól tudna ő az új év helyett is élni

Évek jönnek-mennek, de megállhatnának
Vén idők helytállni jövőben is tudnának
Egyetlen ember sem marasztalja tovább
Telnek a napok, új év jön nem soká.

2022. 12. 28.

Elfogadás és hála

Azon gondolkodtam, az idei évről mit is írhatnék,
mi lenne az, amit a jövő évben másként tennék.
Elfogadom, hogy ami történt, annak úgy kellett lenni,
biztosan változtat az ember, ha egyáltalán teheti.

De én nem is változtatnék úgyszólván semmin,
mert mindennek oka van, hogy így kellett történni.
Így lettünk azok az emberek, akik most vagyunk,
s ha saját utunkat járjuk, akár szárnyalhatunk.

Ha az életünkben mindig a jót vesszük észre,
s nem felejtjük el, hogy hálásak legyünk érte,
akkor az életedben ezt a jót vonzod magadhoz,
ettől több pedig nem is kell a boldogsághoz.

2022. 12. 28.

Péntek 13

Átment előttem az úton egy fekete macska,
jaj, mit jelent? (szerintem megy valahova).
Ha babonás lennék, most mehetnék haza,
mert ez a nap ráadásul így már tripla fóbia.

Péntek tizenhárom és még fekete macska,
egészen lefőttem, hú, ez nagyon para,
de ha megteremted a szerencsétlenséget,
a végén el is hiszed, és az lesz a véged.

2023. 01. 13.

Álmodj!

Tudom, nem mersz álmodni,
csak elérhető álmokat,
mert mi lesz veled akkor,
ha valóra nem válhatnak.

Álmok nélkül elveszíted
a varázsos tündérmeséket,
s akkor az életedben
mi táplál reményeket.

Néha a valóságból
ki kell lépni az álmokba,
szabadon tartja benned
az utat, a boldogságba.

Engedd néha a felhőket
elrepülni, tőled messze,
az árnyékokat pedig
hagyd, menjenek a fénybe.

2022. 12. 30.

Hitem (részlet)

„Hiszek a szívemet megnyitó, elfúló zokogásban,
a beszélgetéssel eltöltött hajnal varázsában.
Hiszek az élet szentségében, a boldogságban,
a megszelídítés felelősségében, a barátságban.”

2021. 07. 14.

Utazásunk Norvégiába

Mikor megérkeztünk, felhős volt az ég.
Hogyan süt a Nap, azt mi nem láttuk még.
Aztán éjfélkor kitisztult az égbolt,
s a napsugár a hegy mellett vígan táncolt.

Éjféli Nap a csodás jelenség neve,
mikor a napkorong nyáron nem megy le.
Ráérősen elidőzik a horizonton,
s két hónapig ne is várd, hogy lenyugodjon.

A hajnal néhány hónapra elveszett,
a nappal csillagok fényére telepedett.
Télen ennek az ellentéte történik,
sötét van, s az északi fény örvénylik.

Nem kel fel a Nap, csaknem két hónapig,
Aurora Borealis kárpótol addig.
Gyönyörű ország, hatalmas csodákkal,
képzeletet felülmúló látvánnyal.

Hegyek emelkednek fel mindenfelől,
vizesés ömlik a hegyek pereméről.
Ehhez méltó az épített környezet,
monumentális hidak, alagutak, terek.

Az én bakancslistám már csak erről szól,
ebbe a mesés világba utazásról.
Persze elég nyomós ok nekem az is,
fiam s párja épp e csodavilágban lakik.

2022. 12. 30.

Januári reggel

Barátságtalan a januári reggel,
nincs kifogás, dolgozni menni kell.
Készültem rá, hogy a szokásos hangulatával,
egyhangú és gyászos varjú károgással,
egy pillanat alatt áthangol a virradat,
s rosszkedvvel szedegetem majd a lábaimat.
Ehelyett varjak meg senki sehol,
egy rigó megriaszt, kirohan a bokorból,
halkan pittyegve a csenddel beszélget,
vagy talán csak én képzelem az egészet.
Az ablakokon kora reggeli homály borong,
a levegőben köd úszik, hajamra csorog.

2023. 01. 02.

Pánik (részlet)

„Ki kell mondanom mindazt, ami bánt,
meggyógyuljon bennem, ami fáj.
Egy sarokba szorított lélek,
a rettegés karmai téptek.
Mondj ki, írd ki mindent magadból,
vesd ki a félelmet az agyadból.”

2021. 12. 11.

Szikrázó jég

Gyermekkorom téli hangulata
jutott eszembe egyik éjszaka,
ködöt szitáltak már rá az évek,
de bennem mégis élénken élnek.

Hogy vártuk, leessen az első hó,
a szél szárnyán futhasson a szánkó.
A domb tetején szikrázott a jég,
számomra egy felejthetetlen kép.

A hótakaró halkán nyújtózott,
házak tetején a csend sompolygott.
Kémény mellé odafagyott a szél,
varjak csapata károgva mesél.

Az ablak mögött álmok alszanak,
riadtan kapaszkodnak a falak,
függöny libben sóhajtvá a csendben,
a sarokban egy-egy emlék rezzen.

A házakból meleg illat oson,
megcsúszik s tovalibben a fagyon.
Az emlékeimre is hó hullott,
de szívemben örök nyomot hagyott.

2023. 01. 05.

Évgyűrűk

Szeretném érteni, mit beszélnek a fák,
álmodnak-e éjszaka az alvó koronák.
S visszaálmodják-e az elszállt időket,
a réges-rég elmúlt kedves emlékeket.

Visszavárják-e a fészkelő madarat,
emlékül elteszik-e a színes tollakat.
Fájnak-e még a harkályok vágta sebek,
siratják-e a kirepült leveleket.

Évgyűrűik őrzik a fák emlékeit,
akár az emberi szív az érzéseit.
Vajon a fák mennyi fájdalmat gyűjtenek,
míg az emberek leélnék egy életet.

Ám az életben nem csak fájdalmak vannak,
a fáknak is jönnek tavaszok, szép nyarak.
Meg kell hajtani a fejüket a szélnek,
de vele is, mégis békességben élnek.

Mint évgyűrűk, éveink egymásba nyúlnak,
bár létünk kínjai sokszor visszahúznak,
emlékezetünk óvja a szép álmokat,
évgyűrűink pedig őrzik a mosolyokat.

2023. 01. 06.

Ha az idő megáll

Milyen lehet az, mikor az idő megáll,
vagy elhagy örökre, és veled szembeszáll,
az elmúlásod nem hatja már meg többé,
így leszel majd te is nyomtalanul köddé.

Mint ők is, akik olyan korán mentek el,
tudod ez csak egy vonal, ahol átesel.
Csak egy pillanat, mikor azt mondják: élet,
s aztán hogy senki nem mondta, örökké élek.

Félelem? Á nem, dehogy, a vége már jó,
az előtte lét, mi nem elfogadható.
Kiszolgáltatottan, elhagyatottan,
de ellene tenni nem tudunk, valóban.

Ugyanakkor kár is ezen gondolkodni,
lehet, hogy még húsz-harminc évig kell élni,
olyan sokáig meg csak nem retteghetünk,
inkább majd félelem nélkül menetelünk.

Ha úgyis csak legyintenek ránk, lázadjunk,
hadd mondják, öregkorunkra megbolondultunk.
Mi meg majd nevetünk rajtuk, meg az időn,
s nem idegeskedünk többé már a jövőn.

2023. 01. 07.

Farsangi mondóka

A zenészek muzsikálnak,
nem láttad a bokrétámat?
Nem is tudom, hová tűzném,
párom kalapjára fűzném.

Szalagos fánk, részeg kacsa,
megijesztett ez a maszka,
koldus, betyár, vagy menyasszony,
farsangi fánk az asztalon.

Kocsonyámat biz' nem adom,
főzzél magadnak angyalom,
télkergető, téltemető,
jaj de hangos a kereplő.

Szalmabábu ég a máglyán,
ne sirasd el, neki nem fáj.
Kívánj jó termést, szerencsét,
háza népének egészségét.

Kolompolj csak jó hangosan,
menekül a tél biztosan,
csak aztán vissza ne jöjjön,
figyelj torkos csütörtökön.

2023. 01. 07.

Meztelen ihlet

Van az úgy, hogy kín a rím,
a gondolat meg nem szólít,
vak versekben elbotló,
üres fejedben semmi szó.
Válság egodban a csend,
várod, helyreáll a rend.
Hallgatsz, csaknem egy hete,
sorok sorjáznak elmédbe'.
Fejedben az üres semmi,
aztán eléd áll valami,
egyetlen szó az ihlet,
s lerohan egy történet.
Töményen és meztelen,
és beléd mar esztelen,
Durva és faragatlan,
s összeáll az agyadban.

2023. 01. 10.

Pásku Erzsébet Poetos költőtárs

Meztelen ihlet című versem
alá írt négy sorosa:

Mutogatja magát az ihlet,
pucéran szatírrá lett,
s a hajnali homályos ködben,
gondolataid közé ül, csöndben.

Némán sikoltozni

Meglepődnénk, milyen sokan képesek rá,
sikoltozni a fájdalomtól csak némán.

Megnyomorított, szenvedő lelkivilág,
mégsem látod rajta, elrejtőzik a vád.

A világnak, hol élünk, oly sok sarka van,
s emberek rejtőznek benne elhagyottan,
a szenvedés beleégett csontjaikba,
életerejüket a fájdalom issza.

Kórházban láttam egy egyéves kisiút,
a rácsot szorítva, a könnye némán hullt.
Nem látogatták, nem kellett ő senkinek,
a szeretethiány a lelkét ölte meg.

A sorsa odadobta a szegénységnek,
mint azokat is, akik putrikban élnek.
Előttük az ajtók sorra bezárulnak,
örök vesztese a modern világnak.

Megszokták, emberi jogaik sincsenek,
s fáj nekik, hogy gyermekeiknek sem lesznek.
Ez a világ eltapossa a gyengéket,
és a többiek nem adnak segítséget.

Európa közepén egymillió szegény,
nehéz javítani egy ország szégyenén.
Főleg, hogy igazi akarat sincs hozzá,
nyugtatjuk magunkat, hogy úgylis hiába már.

2023. 01. 14.

Fagyban, napsütésben

Azt sem bánám, ha harapna a fagy,
végül is még bőven január van
főleg innen bentről elképzelem
milyen lenne kint fagyott deresen
a növények aludnának mélyen
a hóvirág csak mocorogna éppen
vagy legalább karmolna a reggel
hóval meg egy kevés hideggel
a szürkesség eltűnne így télre
hóesés után fagyban, napsütésben

2023. 01. 15.

„Sivatagi show”

A ma reggel
a nap se kel fel.
Szürke és sötét,
az utcán kihalt árnyék,
ha ez még nem elég.
Aludni akartam még és
a reggelt látni, milyen szép.
Ez mind csak tévedés,
nem tavasz, csak egy ravasz
sivatagi komédia.
Nincs is kánikula,
á, dehogy, majd csak nyáron,
ha nem esik és forrong a Nap.
Meksző az élet
és az élők már félnek.

2023. 01. 16.

Mikor az ember hatvan

Friss, üde tavaszok, érett, forró nyarak,
életem hatvan évében gyorsan elszaladtak.
Szerettem-e mindig, a sors nem kérdezte,
minden jóságát, szépségét elém tette.

Volt, mikor hamarabb talált meg ami rossz,
aztán az is elmúlt, haladjak a jóhoz.
Hogy milyen az életünk, rajtunk is múlik,
döntéseidtől is függ, hogy mi történik.

Néha passzív történés volt az életem,
máskor meg irányítottam, kézbe vettem.
Utam jó irányba akkor tudtam vinni,
ha a szívem a világra ki tudtam nyitni.

Barátok jöttek, és barátok elhagytak,
nem búsulok, azért maradtak igazak.
Bár most az ősz jött el, tarka színeivel,
becsülnünk kell ezt is tiszta szeretettel.

Hiszen az ősznek is millió a szépsége,
így van ez, életünk mind a hatvan éve
lehet szép, boldog és lehet tartalmas még,
csak legyen velünk szeretet és egészség.

2023. 01. 28.

Felhőkönnyek

Esik. Megint. Már rég esett.
Valahol a felhők felett
világítana tán a Hold,
talán tegnap még ott volt.

Tudom, páradunyhák fölött,
az elveszett szavak között,
ott a Hold meg az angyalok,
s az elhagyott pillanatok.

Felhőkönnyek záporoznak,
az éjszakában párolognak,
Eltakarják a fényeket,
s elrejtőznek az életek.

2023. 01. 16.

Ringató

Hallgatag csendben,
langypuha éjben,
álmos a szemed,
alvásra eped.

Dallamos álmod
lebegve járod,
altatót dúdol
száz hegedűhúr.

Álomba ringat,
ágyadba nyugtat,
betakar az éj,
aludj csak, ne félj.

2023. 02. 03.

A szél ereje

Jött-ment vándorfelhők vonulnak az égen,
szél kergeti őket, mérges lett egészen.
Délelőtt serényen azon mesterkedett,
a Nap sugarainak csináljon helyet.

Leginkább homokszemeket cserélgetett,
aztán sok felhőt is szanaszét kergetett,
a szürkesség után bekékül már az ég,
a fényességnek végre lesz helye elég.

Kiszáradt tócsák, de sár is van még bőven,
pocsolyában nézi magát, mint tükörben.
Aztán elenyészik lassan szélereje,
megnyugszik, s leteszi a fejét pihenésre.

Mint egy varázslattól, beájul a ködbe,
mintha elaludt volna már mindörökre.
Azt gondolnánk, nem ébred már meg soha,
de feltámad a szél, és kész az ostromra.

2023. 01. 17.

Varázslat (részlet)

„Csoda az egész élet, az, ahogyan éled,
Csoda a gondolat, ahogyan szárnyra kap.
Varázslat, mit bárki könnyen megélhet,
ha végre megérti, mindent magából ad.”

2021. 06. 23.

Hidd el

Azt mondták nekem egyszer, hogy egy
történet nem gyógyít meg senkit.
Mégis elmesélem versekben,
akár érdekelhet is valakit.

Verssel szeretném gyógyítani
a felfeslett szakadásokat,
a sérült szíveken, lelkeken
a hasogató fájásokat.

Én már bizonyítottam,
fel lehet állni, ha elestél.
megtettem már többször is,
akkor te miért ne tehetnéd.

Én is szembenéztem magammal,
és nem tetszett az eredmény.
Tökéletesnek hittem magam,
de mást mutatott a tükörkép.

Az életünkön változtatni,
hidd el, nem olyan nagy mutatvány.
Panaszkodás és sírás helyett,
be kell látni, hogy hibáztál.

És akkor már csak egy lépés, hogy
"változtatok az életemen",
hidd el magadnak, képes vagy rá,
s olyan jó érzés a győzelem.

2023. 01. 17.

Mikor a sors kacsint

Van az úgy, hogy mindent megtettél,
és úgy érzed mégis vesztettél,
ha hiába volt a türelmed,
és hiába kellett elveszned.

A félsikert is elfogadtad,
azt mondtad siker, de te tudtad,
hogy ez talán inkább kudarc,
s nem biztos, hogy megérte a harc.

Nem érted miért nem adtad fel,
talán jobb, ha minden múlik el
inkább, mint folyton harcba szállni,
mi értelme van bukdácsolni.

Ha így gondolod, azt tedd meg még,
hogy nézz a dolgokra most másképp,
akár úgy, mint egy kívülálló,
kinek a fél siker sem bántó.

S akkor megérted, démonjaik
másnak is vannak, s nem siránkozik,
szenvédést nem csak rád osztottak,
s nem csak rád raktak fájdalmakat.

A siker mindig pillanatnyi,
azért ismét meg kell dolgozni.
S akkor talpra kell állnod megint,
s nevetni mikor a sors kacsint.

2023. 01. 21.

Tavaszcím

Idén talán kimarad a tél egészen,
szép lett volna pedig, karácsony fehérben.

Hóesésben bámulni fenyőfa fényét,
ahogy betakar minden szürkét, feketét.

Csendet pakol a folyton zajos városra,
kis ragyogást az éjszakai álmokra.

Ehelyett azt mondjuk, korai tavasz van,
de ilyen szürkeség nincs is a tavaszban.

A tavasz egészen üde és ragyogó,
árad az élet, mint egy felduzzadt folyó.

Apró, zöld leveleket lehel a fákra,
a szél tereget langymeleget a tájra.

Pocakos rügyek bontják lány levelüket,
virágot ringatnak, mint a gyermeküket.

Aztán a szirmaik hamar lehullanak,
apró termések az ágon kapaszkodnak.

A dombok között puha köd emelkedik,
a napsugár vízen úszva vágyakozik,
hogy meglássa magát a fényes tükörben,
el ne botoljon békalencse gyöngyökben.

Várjuk már a tavaszt, siratjuk a telet,
klímaváltozás, azt mondják ez az lehet.
Szenved a Föld, sok neki a nyolcmilliárd,
mi lesz veled, bolygódat szennyező világ.

2023. 01. 22.

A hétpettyes halála

Hétpettyes katicabogár, az árva
levetette magát a járdára.
Megunta talán az életét,
vagy bármit, s megtette a tavaszért.
Nem tudhatom, mert nem mondta el,
talán majd a Nap éleszti fel,
ha addig nem repked messze el.
Ilyen ez a csalóka mai nap,
mert a szél északi, de süt a Nap,
"csődül az utcára csalóka naperő",
jobb, mint egy dühös tanerő,
vagy még inkább, mint a haderő.
Na az már végképp nem kell nekünk,
legyen inkább hétpettyesünk,
mint ragadozó harlekinünk.
Jó lenne a mai nap tavasznak,
de a fecskék még nyaralnak,
valahol egészen délen,
túl az óceáni messzeségen,
de még lehet az Óperencián is,
ugye így mondják ezt a mesében is.

Az idézett sor Jósa Miklós költő társam költői sora,
amit egy kicsit kölcsönvettem.

2022. 01. 24.

Elátkozott ház

Egyszer egy furcsa házban laktunk húsz évig,
legszebb éveink veszték el költözésig.
Borostyán futotta be az épület falát,
a borostyánt madarak, verebek lakták.
Nehezen mondott le rólunk az a ház,
utolsó héten is nyújtotta felénk karmát.
Körülöttünk húsz évre az idő megállt,
az elátkozott ház átkait szórta ránk.
Rossz történéseket vonzott a családra,
mi pedig besétáltunk a csapdába.
Van az úgy, hogy rossz energiák vannak,
mikor más kiutak nem is maradnak,
csak hogy menekülj és többé hátra se nézz,
a maradás nem ér meg semmi pénzt.

2023. 01. 29.

Ide születél

Ha ide születél, tudod, hogy meghalsz majd,
tudod, hogy érted is szól majd lélekharang.
De úgy élsz, mint akinek a teste örökké él,
mintha rád nem vonatkozna a törvény.

Persze ha folyton siránkoznál és félnél,
nem lenne értelme, hogy a Földön éltél.
Folytonos születés és meghalás vagyunk,
születünk, ha újrakezdünk, de előtte meghalunk.

2023. 01. 29.

Február

Tél árnyéka mutogatja még a fogát,
kísérti az enyhülni készülő februárt.
Medve néz ki a barlangjából álmosan,
aludjon-e még, vagy keljen fel morcosan.

Pattannak a rügyek, hajtások élednek,
szárak és bimbók élettel megtelnek.
Kikeletre ébredne a növényvilág,
igazi tél sem volt, hadd élje tavaszát.

Ám február tartogat még meglepetést,
nem kapjuk meg oly könnyen télnek a végét.
Lehet, tréfát űznek velünk az évszakok,
s hiába sejtetnek tavaszt az illatok.

Téli ruhád a szekrénybe még ne rakd,
ne keljen még fel, szólj a medve családnak,
farsangolóknak, hogy űzzék el a telet,
márciusban már nem szeretnénk hideget.

2023. 01. 31.

Szív és ész (részlet)

„Ha megteremted magadban az összhangot,
Nem kell tovább viselned az álarcot.
Nyugodt szívvel lehetsz most már önmagad,
elfelejtheted minden sajnó fájdalmad.”

2021. 06. 02.

Volt egy álmom

Arany Színű folyó áramlik köröttem,
benne sötét foltok, hol sérült a lelkem.
Ragyogó kék égből csillogó fény árad,
a fehér sugara soha el nem fárad.

Örvények tágulnak és forognak benne,
a fehér fénynek irányt mutatva, terelve,
ahol a lélek csöndje már csendben várja,
hogyan benne a sebeket végre bezárja.

Akkordok rezegnek szivárványszínekben,
varázslatos hangok rózsaszín tercekben.
A folyóba simulva egy arcot látok,
lásd, hiába minden, nem hat rám az átok.

2023. 01. 31.

A kis patak

A gondolataim csetlenek-botlanak,
mint egy kavicsokba rohanó kis patak.
Kiugró szirtek próbálnak visszafogni,
hogyan ne akarjak mindent tovább gondolni.

Sziklák, kövek akadályoznak utamon,
zord viharok, lángban álló tájakon,
de ha az éjszaka lehunyja a szemét,
a lélek éli legszebb tündérmeséjét.

2023. 02. 06.

Beszéltem magammal

Életmódváltás tart négy éve,
s néha nincs bennem annyi béke,
hogy betartsam mindig ügyesen,
és csoki a kedvenc ételem.

Nem jó, amit teszek magammal,
így bezárom magam falakkal,
nem akarok ezzel törődni,
nem tudtam magam még meggyőzni.

Becsuktam egy kicsit a szemem,
ne lássam, mi történik velem.
Csak bízni kellene magamban,
s hihetnék a saját szavamban.

Pedig már szeretem is magam,
és már nem is sírok miattam,
nem fojtom el az érzéseket,
ne betegítse a testemet.

A változásba beleállni,
egyensúlyokat megtalálni,
képes vagyok rá, én jól tudom,
csak nagyon félek, hogy elbukom.

Ennyi tehát a sírás-rívás,
meg az önsajnáló rinyálás,
most végső határidőt adtam,
és lejárt, magammal megvívтам.

2023. 02. 03.

Megkövült könnyek

A világ hatalmas, benne árnyék és fény,
rossz nélkül nem létezik jó, ez a törvény.
A szenvedést megfékezni, ugyan, ki tudja,
a kétpólusú világ ezt nem hagyhatja.

Őrült diktátorok irányítják a Földet,
hogyan menthetjük így meg a jövőnket,
ha elbuknak, s nem áll a helyükre senki,
de ez csak üres mese, tudja mindenki.

A jó és rossz örök harcában nincs szünet,
mindig vannak, kik erre költik pénzüket,
a hatalmat gyakorolni varázslatos,
a gondolkodást megengedni kockázatos.

Fiatal, döbbent szemek a háborúban,
megkövült könnyek a sápadt arcokban,
s a kérdések, miért élek? miért vagyok?
számít-e majd, ha jövőm nélkül halok.

2023. 02. 04.

Az én Mikulás versem (részlet)

„...az élet csak azt a leckét adja,
hogya a lélek annak a súlyát elbírja.
És éppen annyit, hogy tudd megoldani,
nem fogsz a feladattól összeroppanni.”

2021. 12. 02.

Valentin-nap egyszerűen

Ha a kedvesnek elmondani nem mered,
a Valentin nap egy jó alkalom lehet,
apró ajándék, vagy egy szál virág tőled,
és ha rá fordítod figyelmed, az főleg.

A világ kincsét neki, elé hordanád,
az égnek lehoznád a legszebb csillagát,
de lehet, neki az az idő többet ér,
amit vele örömmel, együtt töltenél.

Egymást ünnepelni mindig jó gondolat,
ne legyen az élet szürke lét minden nap,
érezze kedvesed, párod örömetet,
hogyan neked vele boldog az életed.

Lehet a Valentin-nap egy ilyen ünnep,
szerelmesek napja, s mi lesz az üzenet?
Mi is lehetne majd ezen a napon más,
mint egy gyönyörű szerelmi vallomás.

2023. 02. 05.

Versbe foglalt imáink (részlet)

„Milyen furcsa dolog az emberekben a hit,
nyitott szívű, elfogadó lélekké tesz bárkit.
Az imára kulcsolt kéz pedig vigaszt hoz,
segít visszatalálni önmagadhoz.”

2021. 11. 25.

Szürke az este

Félhomályos a kora este,
a fél város már elpihenve.
Álmosan pittyen egy madár,
a fészében fázik talán.

Sötéten szürkülnek a házak,
megbújnak sarkokban a vágyak,
szemed megáll az utcakövön,
megbotlik egy-egy göröngyön.

Fekete kabátját lebbenti,
hamar rajtunk is felejt
az éjszakai, vak sötét,
utcalámpák néznek szerteszét.

Megtörik a házak széle,
hol a fény a falat kerülte,
egy csillag néz a tejútról,
a bokrokban rigófütty szól.

2023. 02. 07.

Érzékek (részlet)

„Szemembe nézel, mélységeket látsz,
Arcomon már barázdál a sok-sok ránc.
Szívembe nézel, érzéseket rejt,
ki szívembe lát, szeretetet sejt.”

2021. 07. 07.

Szavak nélkül

Kettőnk rezgése nem lehet más,
szavak nélkül érezzük egymást.
Lehetsz bármilyen távol tőlem,
a lelkeddel én összenőttem.

Érzem dühödet, nyugalmadat,
szívedben őrzött fájdalmaidat,
mert mindannyian egyek vagyunk,
egy zenére rezeg sorsunk.

Kettőnk rezgése sem lehet más,
szavak nélkül érezzük egymást.
Érzem, mitől ujjong a lelked,
érezem, mikor boldog a szíved.

Nem kell álarc, nem kell a játszma,
nem kell a mesterséges dráma,
csak szeress engem nyitott szívvel,
én úgy szeretlek, nincs feltétel.

2023. 02. 07.

Március

Március közeledik, februári széllel,
sietne, már épp alkudozik a téllel.
Ha a tél korábban elmenne végre,
kéket festene, szorgos ecsettel az égre.

A tavalyi fészket megtöltené étellel,
nem himbálózna az ágon a repkényyel.
Ház előtt a faágak, most, mint csontvázak,
igazi lombkoronát formálhatnának.

2023. 02. 27.

Fájdalom

Vannak napok, mikor nem szeretek lenni,
mikor úgy érzem, jó volna ködbe veszni.

Napok, mikor a fájdalom velem ébred,
napok és hetek, mikor fáj minden lépted.

Ilyenkor belefojtanám magam magamba,
de a fáradt lélek ezt nekem nem hagyja,
küzdésre biztat, véremet harcba úzi.
a térdre esést és megadást nem tűri.

Átölelsz-e majd, mikor a testem eldől,
fogod-e kezem és kivezetsz a ködből,
mikor a testembe a fájdalom hasít,
leszel-e, aki biztat, maradjak még itt.

2023. 02. 10.

Ölelő fény

Jó nézni a februári fényeket,
hagyni, hogy elragadjon a képzelet.
A napsugarak, mint az angyalszárnyak,
fagyott ködöt olvasztva megtalálnak.
Tejszínű páracseppek permeteznek,
szellő integet tűnő fellegeknek,
a fákon lágy ívben megtörik a fény,
vakító sugarak futnak szerteszét.
A napsütés angyali, simogató,
válladon ölelést csalogató.

2023. 02. 14.

Szél zúg

Szél zúg, remeg az élet az erdőn,
megakad a szemük egy-egy felhőn,
nem volt hóvihar ezen a télen,
még nem felejtették el egészen,
hogyan a szél az úr a télvidéken.

Talán kegyes lesz hozzájuk a tél,
s a szél sem olyan fagyosan zenél,
itt van már a tavasz hamarosan,
a napsütést várják kitartóan,
látják is, már az erdő szélén van.

A Nap megáll az erdei útján,
megtorpan még merész gondolatán,
s előveszi széllel bélelt zsákját,
kiereszti a rétek virágát,
fák rügyeit és bokrok hajtását.

Ez lesz az utolsó jelzés, végre
jön a tavasz, a szél azt ígérte.
És hogy nem fúj már fagyot a télen,
elfáradt a munkában egészen,
nem olyan mérges már, mint régen.

Az erdő megkönnyebbül egészen,
a rügyek, hajtások már rég készen,
hívják a tavaszt, az enyhet adót,
ujjonganak a bokrok, a bozót,
a cinkék mondják ki majd a végszót.

2023. 02. 12.

Vagyok csak úgy...

Most csak úgy vagyok, bele a mába,
csodálkozva nézek a vad világba,
mert elfogadtam, és el is engedtem
mindent, amit cipelni nem jó nekem,

de hiányzik az életből valami.

A végtelen bátorság, a "kurázs",
ami sok éve már, olyan messze szállt,
pedig minden talpra állásban motivált.

Most jó lenne, ne legyek ilyen ijedt,
folyton számolva az eltelt percekét,
ami még hátravan az életemből,
mert ilyen ijesztő néhány epekő.

Persze ez csak stresszoldó magyarázat,
a fájdalmak okozzák a parámat.

Mert mi van, ha annak más oka van,
aztán úgy van az, ha az ember hatvan,
talán már nem lesz erős a harcban.

Hát nagyjából ennyi az ijedtség,
műtét után ezt felejtani szeretném.

2023. 02. 17.

Életed a végzeted

A születésedkor kaptál elég erőt,
és szabad akaratot, mindenekelőtt,
hogy földi életedben kövesd a sorsod,
olykor mégis talán végzeted átkozod.

A döntés szabadsága a kezében van,
az életed útját keresd hát meg bátran.

Tudod, az a te kijelölt életutad,
ahol szíved jó érzése majd felszakad.

Keveseknek adatik meg a könnyebb út,
aztán persze ők eljátsszák a nagyfiút,
nekik nem kell tudni, mi az, hogy fájdalom,
s hogy felemelő, ha lelkem kitárhatom.

Életünkről dönthetünk-e, jól vagy rosszul,
végzetünk lesz, vagy végül jóra alakul,
siettetjük-e magunknak a rút halált,
vagy méltósággal élhetjük meg, ami vár.

2023. 02. 18.

Elfogadom (részlet)

„...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.

Tavaszbereztő

Szél borzong, száraz falevelek szaladnak,
még február fagyos csizmái kopognak.

A tavasz a felhők felett úszik éjjel,
holnap reggel jön, az utolsó téli dérről.

Felhőselymek ringatják a kelő Holdat,
hóvirágok bontják fehér szirmaikat.

Az eső tisztára mosdatta az utcát,
reggel párologva száradnak a járdák.

Kisüt a Nap, növények nyújtózkodnak,
a fák ledobják korhadt ágait.

Vajúdó párát lehel a Föld a városra,
bűg a galamb, ő a tavasz orgonája.

Éjjel felhős az ég, bár, ha tiszta lenne,
hajnalban a tél hideg fagyot lehelne,
így már azt sem bánjuk, ha fúj a szél,
mert akkor fagyásra kevesebb az esély.

Minden élő repesve várja a tavaszt,
ki színes virágokat fest, rügyet fakaszt,
golyát, fecskét, énekesmadarakat hoz,
sárga kankalint, golyahírt a patakhoz.

2023. 02. 19.

Veled a szerelem

Ne mondd azt, hogy a szerelem csak lángolás,
a láng kialszik, megöli a megszokás.
A szerelem nem csupán testi sóvárgás,
a kémia elenged, s nincs odaadás.

Szerelem, ha negyven évig vagyunk közel,
és mégis várjuk, a hétvége jöjjön el.
Ne csak éjszaka, alvás közben légy velem,
nem vagy unalmas, hisz te vagy az életem.

S az is szerelem, ha elkísérsz, mert félek,
mikor egy vizsgálattól jót nem remélek.
És ott maradsz, és fogod végig a kezem,
hát ne mondd azt nekem, hogy ez nem szerelem.

Persze, tudom, azt mondjuk, ez a szeretet,
van, mi elmúlik, de vannak más érzések.
Más nem is tudna elviselni engem,
csak az, aki velem éli a szeretetemet.

2023. 02. 19.

Egyedül (részlet)

„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.

Az igazi

Nem szerettem régen a teleket,
a jeges utakat és a hideget.
A látvány viszont hiányzik nagyon,
csipke jégvirágok az ablakon.

A fehér karácsony fahéj illata,
gyerekzsivaj, vérre menő hócsata.
Jégcsap, amint elsírja könnyeit,
fagyöngy, fejedre szórja gyöngyeit.

Az őszi vetésen a hótakaró,
a gyerekekkel szaladó szánkó.
Legalább a tavasz lenne igazi,
a nyár is elromlott, már nem valódi.

2022. 02. 22.

Színház

Emlékszel, mikor annyit nevettünk ketten,
sokszor a nevetéstől csorgott a könnyem.
Pedig az életünk nem volt mindig vicces,
volt mikor mókuserék, máskor küzdelmes.

Ha már csak egyetlen nap lesz az életünk,
s nem baj, ha az utolsó nap a végzetünk,
tudom, te akkor is mosolyt csalsz arcomra,
hogy percet se fordítsak szomorkodásra.

Ne vessünk majd akkor is, ha vének leszünk,
és ha éppen nem is lesz rá semmi kedvünk.
Mert az életet ünnepelni érdemes,
a színház is akkor szép, ha fergeteges.

2023. 02. 23.

Pillanatok

Mikor pici gyermeked fogja az ujjad,
mikor egy zene rezgése elragad.
Mikor szádon a szerelmed első csókja,
mikor szívét emelte az esküszóra.

Mikor elájulsz, mert átölel a szeretet,
mikor egy illat elvarázsolja lelkedet.
Mikor a barátoddal sírsz, mert megbántott,
és sírva kéri tőled a bocsánatot.

Pillanatok, melyekért érdemes élni,
melyekért érdemes mindent kibírni.
S ezek az életben milyen értékesek,
akkor jössz rá, mikor már elveszítéd.

2023. 02. 23.

Harmat

Mikor a hajnal felveszi ködruháját,
nyakába teszi ragyogó harmatláncát,
fűszálak zöldjén besétál a reggelbe,
talán az lesz majd a tavasz kezdete.

2023. 02. 24.

Sikoltás

Hiába hasadnak felhők az égen,
hiába várjuk a békét oly régen,
a háború vége nem rajtunk múlik,
és nem is tudjuk, háttérben mi zajlik.

Vajon mennyit ér az ember élete,
kiknek hatalma, hogy bevégeztesse,
emberi életeket feláldozza,
legyen földi létünk így elátkozva.

Nagyhatalmak társasjátéka zajlik,
szenvedők sóhaja bár messze hallik,
mégis fontosabb kérdés a birtoklás,
háború ellen kevés a sikoltás.

Félelem, öldöklés, siker és fölény,
zsarnoki törekvések sora kemény.
Ember életekre formálnak jogot,
végzetükbe veszett egyéni sorsok.

Évszázadokból sem tanultunk semmit,
nem törölhetjük le szenvedők könnyeit,
elkövetett vétkekért bűnhődniük kell,
a vétkeket senki sem mentheti fel.

2023. 02. 25.

A lakótelep közepén

Én a lakótelep szélén lakom,
a közepén milyen, azt nem tudom,
de ha reggelenként arra járok,
a telep közepébe épp belelátok.

A téren, ami az itt lakóknak "sétány",
tablettás a vigasz sokaknak talán.
Ha nincs szerencséd, egy csikk pont eltalál,
a harmadikról dobták ki talán.

Melletted szeméthegek bokáig,
van vagy öt méter a kukáig,
de ezeket fentről dobálták,
talán, hogy a veszekedést lezárják.

Mikor reggel munkába indulsz,
gazdák sétálnak, kit kutyájuk húz,
mindenki bolond, beteg vagy részeg,
jobb, ha ebben nincs semmi részed.

Inkább tartozz csak a szerencsés és
kivételezett dolgozói réteghez.

2023. 02. 26.

Jónak lenni (részlet)

„Új leckéket kérek az enyéme helyett,
add Uram másnak, nekem ezek nehezek.
Nem tudom mit tegyek, tudásom kevés,
ha túlzás is e kérés, haragos ne légy.”

2021. 07. 26.

Korai tavasz

Az idő átfordította a naptár lapjait,
de kora reggel talán tél van még kicsit.
Meg-megáll a csend a fagyott faágakon,
megtörik rezgése a magas házakon.

Hajnali sötétben darvak kiáltanak,
fészkelőhelyükre északra tartanak,
reggelenként még a kertekig ér a köd,
hallgató szellő oson a rétek fölött.

Nesztelen közeleg a rózsaaarcú tavasz,
csillogva ragyog a délutáni nap.
Parfümös illat hinti vágyfoslányait,
tavasz keltegeti első virágait.

Este, mikor feloldódik a sötétség,
útjára kél az álmokban a reménység,
hogy holnap már biztosan itt lesz egészen,
s bár halkán érkezik, tavasz jön, fehérben.

2023. 03. 01.

A királynő meséje (részlet)

„a meséket nem adják könnyen,
magadnak kell új mesét álmodni,
hiába érzed magad most már szörnyen,
nem lehet csak úgy elfutni.”

2021. 07. 22.

Nőnapra

A gyakran visszatérő kérdés,
hogy nőnek lenni milyen érzés.
Biztosan azt gondolod, nehéz,
összetett kérdés ez az egész.

Nőként vannak kiváltságaink,
érzelmeinkkel teli éveink,
s anyaként, amit megélhetünk,
senkivel el nem cseréljük.

De az anyaság aggodás is,
ész, érzelem vívja harcait,
hogy felnőve jó ember legyen,
s bármi lesz is, talpra essen.

Egy gyenge nőnek sokszor nehéz,
jólesik, ha segít férfikéz.
Zárat szerel, szekrényt cipel,
egy nő ezt bizony nem bírja el.

Azt mondjuk, a nő különleges,
de a férfi is épp oly nemes.
Ünneplés tán a nőnek sem jár,
két egyenlő ember az egy pár.

És mégis... oly jól esik nekünk,
ha nőnapon ünnepeltetünk,
körülöttünk forog a világ,
s miénk az első tavaszi virág.

2023. 02. 27.

Furcsa lények

Miért sóvárogsz szeretetre,
Talán sosem kaptál eleget,
s nem tudod már többé kinőni,
félsz, szeretetlenség fenyeget.

Sok ruhád, cipőd a szekrényben,
van, amit soha fel sem vettél,
szégyellted rég a szegénységet,
végre abból is kiléphettél.

Húttód tele, kifogyhatatlan
a mindenféle finomságból,
nem emlékszel már, mi az éhség,
talán még a rémálmaidból.

Furcsa lények vagyunk, mi emberek,
lelkünk szaggatják a bántások,
aztán mi is bántjuk a másikat,
megacéloztak a vágások.

Mikor a hegek elborítanak,
képesek leszünk megbocsátásra,
nem tudunk senkit elfogadni,
de igényt tartunk a barátságra.

2023. 02. 28.

A vers nekem

A versírás olyan nekem, mint egy ajándék,
hálás vagyok, s másnak is adni szeretnék.

Az én életembe annyi sok jót hozott,
alig bírtam el, lelkem térdre rogyott.

Sok rosszat elfeledtem, mióta írok,
az életemmel is kevesebbet vívok.
Ha bármi bánt, kiváltja szívem bánatát,
leírom, elmesélem lelkem fájdalmát.

S mire papírra kerülnek az érzések,
a megoldások is hamar megszületnek.
A verseimmel én csak azt szeretném,
segítsek neked az életed nehezén.

2023. 03. 03.

Vigyázz magadra (részlet)

„Ne veszekedj többé velem kérlek,
Ki tudja lesz-e holnap, mikor hazaérek.
Soha ne engedj el reggel haraggal,
Nem tudom, megóv-e ma is egy őrangyal.”

2021. 03. 12.

Panelban a nyolcadik

Gyermeksírás sikolt a hajnali csendbe,
van ki kinéz, a hang forrását keresve.

A fűben hason fekve egy női alak,
mellette egy gyermek, ki anyát szólongat.

Ám anyja már biztosan nem felel neki,
a nyolcadikról, néhány perce ugrott ki.
Az erkélyen másik gyermeke sír-zokog,
a jelek szerint ő is ugrani fog.

A harmadik gyermek még egészen kicsi,
van esély, az ő lelkét ez nem érinti.
Nem fog majd emlékezni ebből semmire,
esetleg, ha elmondja később két testvére.

Mondd miért történhet ilyen emberekkel,
mit kapnak a sorstól ilyen végzettel.
Miért nem vette észre senki a bajt,
senki sem hallott egy halálos sóhajt.

2023. 03. 03.

Mindenkinek megfelelni (részlet)

„A szabályokat folyton megszegem,
ne ítélj meggondolatlanul felettem.

Semmi vagyok a végtelenben,
magamat egyszer talán meglelem.”

2021. 07. 02.

Panel élet

Panelban lakni, tudod néha gyilkos,
kit idezárt a lét, annak helye biztos.
Én jó házban lakom, de látom a többbit,
utcán, a téren az ott zajló hisztit.

Hajléktalan lét a téli attrakció,
benyomható ajtó s ő is panellakó.
A krimó is megér egy templomi misét,
fenyegeti itt az elmét a jobblét.

Virágzik a seftelés meg a csencs,
a bérház mellett, hol még függöny se leng.
akik pedig ebből mind kimaradnak,
pedig ők is itt a panelban laknak:

a kutyások, állattartók, ők külön kaszt,
a kutyatartás módja simán kiakaszt.
Már majdnem több a kutya, mint az ember,
boldog-boldogtalan állatot nevel.

A járdák mellett szanaszét kutyakaki,
kedves gazdiknak nincs kedve felszedni.
Holnap ő gyalogol bele, nem zavarja,
talán a cipőjét inkább kidobja.

Persze tudjuk, ez nem csak panel probléma,
a városi ember mindennapi gondja.
Sokan magányukban, csüggedten tengődnek,
nem örül már senki az ölelésüknek.

Az aggasztó jövő itt van, ez a jelen,
a világ rideg, sivár ezen a helyen,
hát szevasz szép jövő, régóta várunk,
magunkat a világtól falakkal zárjuk.

2023. 03. 04.

A nőiség romjai

Kinek mi jutott a földi életben,
talán, amit generációk óta
hord magával, hogy alázattal térdeljen,
nem hallgatva lelki tanácsadókra.

Nekem a kövérség jutott. Hol sírva,
hol közönyösen, dühösen viselve,
aztán a sorsra, végzetre rábízva,
tegye, aminek eljön az ideje.

De nekem megadatott az a csoda,
hogy a nagy hasam, széles medencém
egy gyermeknek lehetett otthona.
Azt az érzést én el nem cserélném,
nőiségem így válhatott egésszé.

2023. 03. 05.

Nőnap

Kedves köszöntések, félszeg mosolyok,
lányok, hölgyek sorban, mint a virágok.
Nemzetközi nőnap, á, csak legyintünk.
Azért legszebb ruhánk mégis felvesszük.
Szál virág, apró semmiség, nem kell több,
csak gondoltok ránk, ez már ad örömet.

2023. 03. 08.

Az öreg tölgy

Szeretett nézelődni reggelenként,
hallgatta a madarak üzenetét.
A magasból mindenkit jól látott,
mosolyogva ölelte a világot.

Szél simogatta üstökét hajnalba',
az erdő földszaga elbódította.
Így élte a napjait fiatalon,
az erdőben frissen ültetett soron.

Ültetéskor mindenki azt gondolta,
tölgyeknek lehet több százév a kora,
de egy új műút is épült mellette,
hol autók jöttek, egymást kergetve.

Így ő nem érhetette meg a száz évet,
kipufogógáz és korom ölte meg.
Pedig úgy szerette az embereket,
sok volt a mellette labdázó gyerek.

Ám haszontalan halálában sem lett,
bár fák esetében ez nem is lehet.
Ő bogaraknak ad most lakóhelyet,
a törzséből pedig eteti őket.

2023. 03. 06.

A hajnal ölel

A hajnal ölel még, mikor ébredek,
az óramutató halkan lépeget.
Néha megáll a csend a szobában,
fény tükröződik az ablak arcában.

Életre kelnek mind a bútorok,
mikor felkelek, s villanyt kapcsolok,
az óra halkan járja az időt,
rám sóhajt a hársfa a ház előtt.

Álmok szállnak még az utca felett,
mikor kora reggel útra kelek.
Fészket cibál a szél a faágon,
galambok lakták még a nyáron.

Télen a varjú károgott róla,
tavaly galambfiókák ringatója,
a hús hársfák titkokat őriznek,
ágaik tartják felettünk az eget.

Karjukat nyújtogatva táncolnak,
a bíborban tündöklő ég alatt,
nyáron szél fésüli majd lombjukat,
most a szelíd csend ölén alszanak.

2023. 03. 09.

Lélegezz

Vagyok-e annyira jó neked,
hogy biztosan mellettem maradj,
megmutathatom-e egészen
kinyílvá, belső világomat.

Rám szólsz-e, ha fojtogat a lét,
hogy engedd el magad, lélegezz,
felejts mindent, érezd a békét,
az életünk rosszabb már nem lesz.

Szálljon a lelkünk fel, szabadon,
feljebb, az égig érő légbe,
engedj közelebb még magadhoz,
hidd el, nem zuhanunk a mélybe.

Ha sokat akarok magamnak,
te mindig csak szólj rám, lélegezz,
bármi áron ne alkalmazkodjak,
a korlát fulladáshoz vezet.

Te elhalmozol, s csak adsz nekem,
semmit elfogadni nem akarsz,
én pedig megfulladok ebbe,
lélegezz és életben maradsz.

2023. 03. 11.

Hideg tavaszi reggel

Fagyos didergés reszketett reggel,
bokrok néma ágain a széllel,
hajnali órától napkeltéig,
vánszorgott az idő a völgyekig.

Az erdő tűnődve ébredezett,
moha lepte a titkos ösvényeket,
szirmait becsukta az ibolya,
hús árnyék terült a hóvirágra.

A tölgyről tavalyi levél szakadt,
a sötétség szakadékba fulladt,
megreszkettek a rügyek az ágon,
sóhajok szálltak pihe angyszárnynon.

Megdermedt az élet keringése,
madarak vacogtak a fészekbe',
ám a tavaszt úgysem tartja vissza,
semmilyen időjárási praktika.

2023. 03. 17.

Miért nem

Miért nem parancsol az Isten,
hogya ne legyen többé háború?
Talán hite volt, hogy az ember
legyen csak szabad akaratú.

2023. 03. 20.

Éjszaka

Épp csak hat óra múlt s érkezik az este,
tán árokból bújt elő a sötétsége,
elnémul a bokrok csendes suttogása,
talán gyászol az Isten az éj árnyékában.

Tavaszi párák születnek völgyek felett,
árnyékok osonnak tavasz lépte helyett,
lehunyták szemüket a fényes csillagok,
felhők alatt növekvő, tavaszi illatok.

Kicsit még megérint az elmúlás szele,
sóhajt az erdő, ez a fák lélegzése.
Az öreg fák puhán kitarják karjaik,
ezek végre az utolsó, téli napjaik.

2023. 03. 17.

Tavaszilla

Hűvös tavasz, szél bújócskáz,
száraz levél megzaboláz.
Lomha felhő Nap elé mász,
sovány felleg, éhenkórász.

Felszisszen a kökénybokron,
szúrós ez a szélnek nagyon.
Pókháló leng bokor ágán,
vidám mosoly reggel arcán.

Virágmámor erdő alján,
minden élő ébred ma már,
aranyló por napsütésben,
tavaszilla földön-égen.

2023. 03. 18.

Nőnap után

Mikor a nőket ünneplik a férfiak,
engem néhány kérdés úgy elgondolkodtat.

Szeretjük-e mindig a nőiségünket,
és elcserélnénk-e a női létünket.

A hölgyek titkos kertje a nőiségük,
amit néha kínokkal, mind meg is élünk.

Erő, ami megtart, ha az élet nehéz,
de gyengeség is, mikor a mélyére érsz.

A bensődből eredő csendes nyugalom,
s a szívedet összeszorító izgalom.

A lelket elvarázsoló, öröklött báj,
de keménység is, ami néha bizony fáj.

Türelem, mert megtanultál várakozni,
volt, mikor az élet nem hagyott sietni.

Megengedés, nem lehet mindig igazad,
és szigor, ami mindennek keretet ad.

Egyedi szépség, de tükörben ne keresd,
hétköznapiság, hogy másokat megérthess.

Belső sugárzás, ami lelked feltölti,
vágy, ami ölelését és csókját kéri.

A benned lángoló tűz, amely felperzsel,
szeszély, mely dacol az emberi szívekkel.

Megéljük, takarjuk, titkoljuk és féltjük,
tudunk róla, vágyunk rá és nem ismerjük.

És így nőnap után jó-e nőnek lenni?
Jó magunkat lánynak, menyasszonynak tudni,
anyának, nagymamának nehéz, szép élet
s bizony hamar elfelejtjük a nehézséget.

2023. 03. 19.

Harcaim

Volt, mikor véresen komolyan vettem,
a győzelmet szívemben dédelgettem.
Folyton résen, folyton ugrásra készen,
de már nem kell folt a lelki békémben.

Nőiség, önérzet, alázat, hála,
ilyenekkel csak én vagyok megáldva?
De már tudom, ha magamnak megadom,
másoktól ugyanazt vissza is kapom.

Ám ha vissza mégsem ér, bárhogya adom,
bizony a kapcsolatot felszámolom,
kár erőltetni, ami nem működik,
az ember eldobja az álarcait.

Ilyen egyszerű ez, nem kell harcolni,
folyton változva kell az életet élni,
különben elfut, elmenekül előled,
s nagyobb erővel lehet majd megélned.

2023. 03. 20.

Nyitnikék

Amint reggel kisütött végre a nap,
a madarak rögtön ki is hirdették,
hogy itt van, megérkezett a nyitnikék,
mert már dobog a szíve a tavasznak.

2023. 03. 23.

Értetni a csendet

Az idők kezdetén csak a csend létezett,
aztán az idő később beteljesedett.
Gondolatok haltak születésük előtt,
a múlt, jelen és jövő, minden összenőtt.

Értetni a csendet, de érezni legalább,
a jelenben élni, olthatatlan vágy.
Ehelyett a múltba réved tekinteted,
ábrándozol, pedig a jövőt sem érted.

Ragaszkodsz mindenhez az emlékeidben,
pedig az egy, mi nem változik, a jelen.
A múltat többé már vissza nem hozhatod,
kitartóan mégis a múltat siratod.

2023. 03. 24.

Ideje volna

Ideje volna már a szeretetnek,
érzelmi kínok megszüntetésének.
Ideje volna már a megértésnek,
az ítékezés befejezésének.

Ideje volna már a békességnek,
meghitt kapcsolatok közelségének.

Ideje volna már a lélegzésnek,
legyen végre vége a fuldokló létnek.

A béke mindig belülről kezdődik,
s ez egy közösségre is vonatkozik,
a társadalom tagjainak békéje
lehet a közösség lélekfejlődése.

2023. 03. 25.

Mikor vártalak

Éreztem, hogyan éled bennem a csoda,
hogy anyja pocakja a gyermek otthona,
szíved dobbanásai a legszebb zene,
apró, pici élet a meséd kezdete.

Első mozdulat volt csiklandozó kezed,
igazán akkor éreztem meg a tested,
s talán te a mozdulattal vetted észre,
hogy testednek van egy kényelmes kis helye.

Aztán hónapokig fordulás meg rúgás,
és már egész jól ment a helyváltztatás.
A pocak gyakran költözött balról jobbra,
később pedig már nem maradt hely mozgásra.

Kilenc hónap után karomba vettelek,
anya és apa hangját is már ismerted,
úgy vártuk már mindketten a születésed,
választottál, hogy életed velünk éled.

2023. 03. 25.

Tartalomjegyzék

Annyira	4.
Elmúlás	4.
Írni kell	5.
Csendbe	5.
A kicsi lélek	6.
Hervadás	6.
Ítékezünk	7.
Ígérem	7.
Őszi porszem	8.
Mi lesz a verssel	8.
Földi játékok	9.
Közönség nélkül	9.
Vádolod a hajnalt	10.
Vágyak	10.
A kitagadott	11.
Ne sírj anyám	11.
A képzelet játéka	12.
Két világ közt	12.

Rohanó évek	13.
Széttépett	13.
A szeretet jele	14.
A legjobb	14.
Halottak napja üzenete	15.
Szebbé tenni a világot - részlet	15.
Magány és csend	16.
Lopott parázs	17.
Őszi reggel	17.
Égi mese	18.
Reggeledik	19.
November	19.
Békét kötni	20.
Harang szól	20.
Életmód váltás	21.
Lélek a Földön	21.
Emlékek	22.
Bolygók között	23.
Megtartom	24.

Szeretni	24.
Megtanultam	25.
Bűn és bűnhődés	26.
Az elküldött levelek	27.
Nem kellett volna	28.
Nőnek lenni ajándék	28.
A várakozás öröme	29.
Segíts anya	30.
Utópia	31.
Szeretetre várakozva	32.
Háborog a Föld	32.
Vártalak	33.
Őszi reggel	33.
Varjak a lakótelep fölött	34.
Adj, Uram	35.
Nőiségeink - részlet	35.
A homokszem	36.
Fáj a szív	37.
A Mikulás ígérete	37.

Angyalszárnyak	38.
A Mikulás csodája	39.
Gyorsuló idő - részlet	39.
Milyen voltam	40.
Téli álom	41.
A bánat	42.
Azt hiszed	43.
December	44.
Elképzeltelek	45.
Bábel	45.
Rímelek	46.
Tükörkép - részlet	46.
Boldog karácsonyt	47.
Üresség	47.
Meddig	48.
Érzelmek fojtogattak	48.
Karácsony csodája	49.
A szeretet mosolya	50.
Érzelmeink	50.

Ködben	51.
Karácsony csendje	52.
Egy fél világ	52.
Mesélj, anya	53.
„Én a szívemet adtam neked...”	54.
A természet leckéje	55.
Pánik (2)	56.
Angyalok	56.
Boldog karácsonyt mindenkinek	57.
Elfutni - részlet	57.
Az évszakok farsangja	58.
Megállít az élet - részlet	58.
Otthon	59.
A tükör törvénye - részlet	59.
Barátnők	60.
Ismét eltelt egy év	61.
Szójáték	61.
Új év, új élet	62.
Az igazi csodák - részlet	62.

Boldog új évet!	63.
Elfogadás és hála	64.
Péntek 13	64.
Álmodj!	65.
Hitem - részlet	65.
Utazásunk Norvégiába	66.
Januári reggel	67.
Pánik - részlet	67.
Szikrázó jég	68.
Évgyűrűk	69.
Ha az idő megáll	70.
Farsangi mondóka	71.
Meztelen ihlet	72.
Némán sikoltozni	73.
Fagyban, napsütésben	74.
„Sivatagi show”	74.
Mikor az ember hatvan	75.
Felhőkönnyek	76.
Ringató	76.

A szél ereje	77.
Hidd el	78.
Mikor a sors kacsint	79.
Tavaszcím	80.
A hétpettyes halála	81.
Elátkozott ház	82.
Ide születél	82.
Február	83.
Szív és ész - részlet	83.
Volt egy álmod	84.
A kis patak	84.
Beszéltem magammal	85.
Megkövült könnyek	86.
Az én Mikulás versem - részlet	86.
Valentin-nap egyszerűen	87.
Versbe foglalt imáink - részlet	87.
Szürke az este	88.
Érzékek - részlet	88.
Szavak nélkül	89.

Március	89.
Fájdalom	90.
Ölelő fény	90.
Szél zúg	91.
Vagyok csak úgy	92.
Életed a végzeted	93.
Elfogadom - részlet	93.
Tavaszbresztő	94.
Veled a szerelem	95.
Egyedül - részlet	95.
Az igazi	96.
Színház	96.
Pillanatok	97.
Harmat	97.
Sikoltás	98.
A lakótelep közepén	99.
Jónak lenni - részlet	99.
Korai tavasz	100.
A királylány meséje - részlet	100.

Nőnapra	101.
Furcsa lények	102.
A vers nekem	103.
Vigyázz magadra - részlet	103.
Panelban a nyolcadik	104.
Mindenkinek megfelelni - részlet	104.
Panel élet	105.
A nőiség romjai	106.
Nőnap	106.
Az öreg tölgy	107.
A hajnal ölel	108.
Lélegezz	109.
Hideg tavaszi reggel	110.
Miért nem	110.
Éjszaka	111.
Tavaszilla	111.
Nőnap után	112.
Harcaim	113.
Nyitnikék	113.

Értetni a csendet	114.
Ideje volna	114.
Mikor vártalak	115.
Tartalomjegyzék	116.