



# LELKI BÉKE

Kortárs Írók Antológiája  
2024

ILLÍR KOLOSTOR





**A magyar könyv is  
magyar termék**  
mozgalom

*alapítva 2023*

Alapítók: Sky S.T. író és HELMA kiadó

**LELKI BÉKE**  
kortárs írók antológiája  
2024

**Illyrian Monastery**

**Szerkesztők**

Hanna J. Nagy

Goran Episcopus

**Illusztrálta**

Goran Episcopus

**ISBN: 978-1-304-36897-3**

Imprint: Lulu.com



## **Tisztelt Barátaink!**

A sokadik alkalom, hogy Kortárs Írók Antológiája jelenik meg a szerkesztésünkben. Az Illír kolostornál (Illyrian Monastery) küldetésünknek tekintjük, hogy olyan könyveket készítsünk, amelyek ihlete és múzsája az Isteni sugallat. Ide tartozik a hit és az az érzések amelyek betöltenek bennünket. Azok a helyzetek, azok a történetek vannak szerkesztett és írt könyveinkben, amelyek a tapasztalásból és megézésből vannak papírra írva, novellákba foglalva írók és költők részéről. Sorrendiséget nem kell keresni a novellák között és a legtöbb esetben változtatás nélkül vannak a maguk egyszerű szépségében.

Kolostorunk 2000 éve létezik és megfelelően a mindenkori törvényeknek az 5056353 számon nyilvántartásba vett, adószámmal rendelkező egyházi szervezet vagyunk.

Pál apostol levelezésében is feltűnik már a nevünk.

Haszonra nem törekszünk és ha valami adományba érkezik hozzánk igyekszünk közkinccsé tenni.

Tisztelettel köszönjük a résztvevők munkáját

Goran Episcopus  
szerkesztő



## POÓR EDIT

Debrecenben élek, 2011-től kezdtem el verseket írni, majd novellákkal, és regényekkel bővíttem alkotásaimat.

Tagja vagyok több költői, irodalmi és művészeti társaságnak, ahol folyamatosan publikálok. Az írás egy eszköz számomra és a célom, hogy eljusson azokhoz az olvasókhöz, akikért megíródott. Eddig 24 db könyvem jelent meg magánkiadásban. Weboldalamon olvashatóak az alkotásaim és a könyveim letölthetőek.

<https://www.pooreditirono.hu/>



# LISA ÉS A LÁNGLOVAG

Írta: Poór Edit

Lisa a negyvenes éveiben jár. Pennsylvania államban, New Castle - ben él. Gimnáziumban humán tantárgyakat tanít. Csinos, fiatalos külseje egy igazi jelenség. Nagy, kerek tengerkék szeme mindenkit magával ragad. Mosolya kedves és a szeretet sugárzik róla.

A lakása és az iskola között hatalmas park terül el, játszótérrel a közepén. Többnyire itt sétál át, hogy lerövidítse az utat. A lombos fák árnyékában az egyik pad különösen kedves számára. Ezen a helyen találkozott először élete nagy szerelmével. Hazafelé menet időnként elüldögél rajta és fájdalmas könnyeit nem mindig tudja visszatartani. Ilyenkor visszaemlékszik találkozásukra. Úgy érzi, hogy ugyanúgy mellette ül Joseph. A ruházatát is látni véli és a mozdulatait, hangját. Átjárja egész lényét az őket összekötő szeretetteljes erő.

Egy évtizede is van már annak, hogy Lisa a fiával, Daviddal a játszótéren időzött. Egyedül nevelte, mert a férje ott hagyta, amikor megtudta, hogy terhes lett. Ő még nem akart családot, túl fiatalnak érezte magát hozzá.

Lisa a padon ülve figyelte, ahogyan David a homokozóban játszik a többi gyerekekkel, amikor lehuppant mellé egy férfi.

– Ugye nem baj, ha ide ülök? – kérdezte kaján mosollyal az arcán.

– Persze, nyugodtan – válaszolta.

– Joseph vagyok – mutatkozott be illedelmesen és kezét nyújtotta.

– Lisa – válaszolt röviden.

Igazából a kézfogás ideje alatt nézte meg jobban a férfit, aki nagyon sármos külsejű volt. Igéző, csillogó fekete

szemei rögtön a lelkéig hatoltak. Olyan érzése támadt, mintha már ezer éve ismernék egymást. Hirtelen zavarba is jött és elpirult. Joseph ezt látván, csak somolygott a kis fekete bajsza alatt.

Ő egy tündéri kis szöszi lánnyal érkezett, aki hasonló korú lehetett, mint David.

– A kislánya? – kérdezte.

– Nem, az unokahúgom, Karen. Sokat vigyázok rá, ha éppen szabadnapos vagyok – válaszolta kedves mosollyal az arcán.

David és Karen egyszerre futottak a felnőttekhez.

– Ő David a fiam – mutatta be.

– Szia David! Joseph vagyok – és kezét fogtak.

– Joseph! Kérek szépen egy fagyit – szólalt meg Karen.

– Természetesen rögtön hozom királylány – válaszolta és pukedlivel meghajolt előtte.

Mindannyian elnevették magukat.

– Anya! Én is szeretnék egyet – szólalt meg David.

– Engedje meg, hogy hozzak önöknek is, addig vigyázna a kis hercegnőre? – kérte Joseph.

– Köszönjük szépen, természetesen vigyázok rájuk – válaszolta Lisa.

Karen és David nagyon jól kijöttek egymással, amikor egyszerre voltak a játszótéren, mindig együtt játszottak. Lisa és Joseph pedig sokat beszélgettek, ismerkedtek. Lassan, fokozatosan alakultak érzelmeik. Lisa nehezen oldódott, mert bizalmát veszítette a férfiakban, volt férje miatt. Joseph tűzoltóként dolgozott és nagyon kevés szabadideje maradt. Neki rövidebb kapcsolatokra futotta korábban, pont a munkája következményeként. Tapasztalata alapján, már nem is gondolkodott komoly

kapcsolatban és családban, megelégedett azzal, hogy unokahúgát pesztrálja szabadidejében. A munkáját hivatásnak tekintette és nagyon szerette.

Lisában végül megtalálta azt a nőt, akit mindig is keresett. Igaz szerelem szövődött kettejük között, így egy év múltán megkérte a kezét, és az áhított hölgy boldogan mondott igent. David édesapjaként szerette és tisztelte, hiszen a biológiai apja tudni sem akart róla.

Felhőtlen, idilli éveket töltöttek együtt. Megszokottá vált, hogy Joseph sokszor csak későre ér haza, ha bevetésen van. Az egyik este, már kilenc óra is elmúlt. Általában David sem alszik el addig, amíg Josephtől nem kap egy jó éjt puszit. Lisa hiába várta aznap haza, hajnali órákban férje főnöke, John és egy rendőr ébresztette. Ekkor már érezte, hogy baj lehet.

– Lisa, bemehetünk? – kérdezte John.

– Persze – válaszolta remegő hangon.

– Gyere ülj le kérlek.

– John! Mond már mi történt! – szólalt meg izgatottan.

– Tudod bevetésre mentünk a fiúkkal egy családi házhoz. Hatalmas lángokban égett, mire odaértünk. A szülők kimenekültek, de sírva könyörögtek, hogy a három éves kisfiúk a szobában van még és mentsük ki. Ők már nem tudtak felmenni érte az égő falépcsőn. Joseph tudod milyen. Nem várt egy pillanatot sem, hanem neki iramodott és csak úgy szökdelt át a lángok között. Rövid idővel a kezében a kisgyermekkel jelent meg a ház előtt. Éppen átadta a mentősnek, amikor egy hatalmas robbanás következett be, ami maga alá temette. Már nem tudtuk megmenteni.

Lisa, halálsápadtan hallgatta végig a történetet, majd hangos zokogásban tört ki. Ez az éjszaka örökre fájdalmas emléket hagyott lelkében és újra egyedül maradt Daviddal.

Minden hónap azon napján, amikor a tragédia történt Lisa csak ül a padon és könnyei áztatják arcát. Nem tudja elfogadni, hogy nincs többé. Sívároghat várja vissza kedvese érkezését.

Joseph, látja bánatát a felhők mögül. Átérti mély fájdalmát, és a ködfátyolán átlépve leül kedvese mellé. Átöleli, majd fülébe súgja:

– Lisa! Lisa! Itt vagyok veled. Ne sírj kedvesem, nekem is fáj, ha látom bánatod.

Lisa, nem tudja megfejtetni mi ez, csak azt érzi, hogy végtelen nyugalom lesz úrrá rajta. Könnyei elapadnak és a hatalmas szeretet érzése járja át testét, lelkét. Olyan mintha tényleg érezné őt.

– Talán már megőrjít ez a fájdalom, hogy hallucinálok – gondolja magában.

– Nem, drágám a lelkem itt van veled – válaszolja.

– Joseph! Tényleg itt vagy? Mi történik velem? Gondolatban kommunikálok veled?

– Igen.

– De hiszen ez lehetetlen! Meghaltál.

– Igen, szívem a földi világ számára, de a lelkem él tovább és látlak, hallak téged, a gondolatomat át tudom neked adni.

– Drága Josephem! Ez csodálatos!

– Édes szerelmem, megkérlek téged, hogy bármilyen nehéz is, töröld le könnyeidet és ne a fájdalom érzését viseld magadon, hanem gondolj azokra a boldog napokra, évekre, amiket együtt töltöttünk.

– Annyira hiányzol!

– Tudod, nekem már tovább kellene mennem, de addig nem tudok, amíg érzem a fájdalmadat. Sok év telt el azóta

és neked még dolgod van itt, gondolj a fiadra. Nagyon kérek éld az életed és engedj el engemet.

– Tisztában vagy vele, milyen nehezét kérsz tőlem?

– Fiatal vagy még és szeretném, ha nem maradnál egyedül. Hidd el, majd ideát várni foglak megígérem. Most búcsúzom, mennem kell. Kérek tedd meg értünk, értem és magadért.

Csókot lehelt homlokára és elillant. Lisa ott egy bizsergő érzést tapasztalt. Megszűnt azaz energia, ami eddig őt körülvette.

Elindult hazafelé és egész úton a történeteken gondolkodott. Annyira hihetetlen volt az egész számára, hogy nem is mert róla beszélni senkinek, csak a barátnőjét hívta fel. Elmesélte neki az érzéseit a kommunikációt, mindent úgy ahogyan volt. Ő pedig figyelmesen hallgatta végig.

– Azt hiszem megőrültem, kedves barátnőm!

– Nem, Lisa! Nem! Én már hallottam ezekről a dolgokról, tényleg nagyon furcsa lehetett neked, de hidd el van ilyen.

– Köszönöm, most azért egy kicsit megnyugtattál.

– Úgy tűnik, hogy eléggé szenzitív vagy erre, másoknál is így működik, csak nem fogékony rá, ezért nem veszi észre.

– Nagyon nehéz ezt megérteni, de olyan jó, hogy te legalább hallottál már ilyenről.

– Igen, az ismeretségi körömben van, aki tud ebben neked segíteni. Most aludj egy jót szerintem és pihend ki magad, holnap találkozunk. Jó éjt.

Lisa még sokáig nem tudott elaludni, folyton a párbeszéd zajlott az agyában. Gondolta talán majd később igénybe veszi a barátnője ismerésének segítségét. Elhatározta, hogy megpróbál eleget tenni Joseph kérésének. Addig elmélkedett, hogy mély álomba zuhant.

## A BÁRBAN

Írta: Poór Edit

Idős, hetvenes évek vége felé járó hölgy lép be a bár ajtaján. Körülnéz a félhomályban, kétszemélyes kerek asztalokon, régi stílusú kis lámpa pici fénye adja a terem romantikus hangulatát. Lassan gyülekeznek a szerelmes párok, hiszen Valentin napi estére érkeznek. A jobb hátsó asztalra esett kereső tekintete, ami még üresen állt. Lassú léptekkel közelíti meg, mintha minden lépés nehezeire esne. Széles karimájú kalapját és kabátját a fogasra helyezte.

A pincér megvárta, amíg az új különös vendége elhelyezkedik, majd odalépett hozzá és megkérdezte;

– Kedves hölgyem, mit hozhatok önnek?

– Két vörös Cinzanot kérek, tudja olyan cukrosak legyenek a pohár szélei – válaszolta mély hangján.

– Azonnal hozom – mondta és meghajolt, enyhe mosollyal az arcán.

Szép kora ellenére Olivia, magas és karcsú volt. Világosbarna haja dauerolt rövid és mélyzöld elegáns ruhát viselt. Pár perc múlva a felszolgáló letette a két pohár italt, ahogy kérte egymás mellé.

Az asszony rágyújtott egy cigarettára és elmerengve hallgatta ahogyan a zongorista az újaival lágyan megszólaltatja a bár zongoráját.

- Henry, Henry te sem változtál semmit, ugyanazok a dallamok, mint jó húsz évvel ezelőtt. Persze, hogy nem ismertél meg, hiszen a barázdák elmélyültek azóta az arcomon – gondolta magában.

Egyik cigaretta után, szinte rögtön gyújtott a másikra. A hamutál már csaknem csurig volt. A bárban időközben minden hely elkelt. Az asztalokat egy – egy szál vörösrózsa ékesítette. A boldog remény és szerelem meghittén járta át a teret.

– Az én Georgem, már más dimenzió bájában jár – villant fel benne fájdalmasan. Hirtelen mégis úgy érezte, mintha ott ülne mellette és arcán átsuhant egy édes érintés.

- Hát, itt vagy kedvesem? Mégis eljöttél? – kérdezte magában.

Gondolatait, érzelmeit átítatta George lényre. Könnycsepp gördült arcára és mégis mosolyra húzódott szája.

– Akkor koccintsunk, az örök szerelemre - és megemelte poharát, majd kortyolt belőle egyet.

– Vajon ezeknek a pároknak, hová fog vezetni az útjuk, holnap és azután? – kérdezte magában elgondolkodva.

– A miénk egyenesen az oltár elé vezetett. George – val, itt ünnepeztük az első Valentin napot és azután minden évben eljöttünk ide. Henry eljátszotta a kedvenc dalunkat, amint meglátta, hogy beléptünk a bár ajtaján. Az idő múlásával nagy beteg lett az én drágám.

Ámbár, ennek ellenére sem maradhatott el a jövetelünk, az évnek ezen napján. Akkor még nem sejtettük, hogy ez az utolsó lesz – emlékezett vissza Olivia.

A második pohár kikért Cinzanoba kortyolt bele, miközben a cigarettát továbbra is egymás után szívta el. A vendégek lassan kezdtek elszállingózni a bárból.

– George miután dimenziót váltott, messze költöztem innen. Nem bírtam elviselni, hogy minden rá emlékeztet és a fájdalom már majdnem felemésztett. Most azért utaztam vissza, mert úgy érzem már nekem is lejáróban van. Még egyszer szerettem volna átélni a közös élményeinket, a bár

hangulatát és a dallamot felcsendülni Henry kezeinek játékától – futtatta végig gondolatát az elméjében.

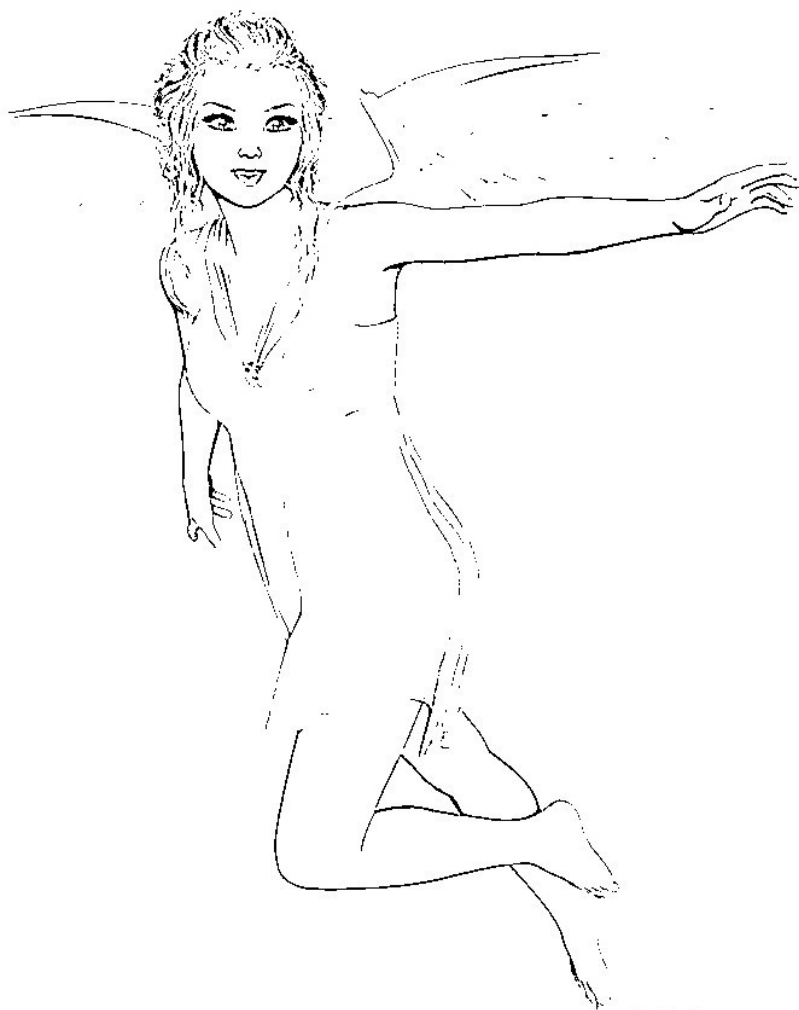
A pincér már közeledett felé és az asztalára tette számláját. Olivia fizetett, miközben Henry pont a kedvenc dalukat kezdte el játszani az est zárójaként. Elmerülve hallgatta, majd hirtelen erős fény vette körül. Két lény szeretettel átkarolta és így szólt hozzá;

– Jer velünk Olivia, ide nem jön többé George. Elviszünk a lélek bárkáján hozzá.

Réges - régi történet egy bárról, Oliviaról és George - ról valahol a világban. Henry azóta szférák zenéjét játsza, a fényben úszó lelkeiknek, egy égi bárban.







*G. Episcopus*



## Erdős Sándor

1972-ben Mosonmagyaróváron született Jelenleg Hegyeshalomban él. Budapesten tanult tovább és vegyészként végzett. Jelenleg egy multinacionális autópári beszállító vállalatnál dolgozik, mint készletellenőr.

Tagja a Krúdy Gyula irodalmi körnek és a Cserhát művész társaságnak. Versei, novellái több antológiában is olvashatóak, valamint szerzője többek között az Irodalmi Élet, Fedél Nélkül, Regénytár, Lidércfény folyóiratoknak. Gyermeknek szánt versei a népszerű sulimagazinokban is rendszeresen megjelennek.

Ezer szállal kötődik a Szigetközhöz.

## A LÉTÉRT KÜZDVE

Írta: Erdős Sándor

Eddigi nem is olyan rövid életem során evidenciának tartottam az állandó távolodást a rossztól és közeledést a jó felé. Ezt egy belső készletként éltem meg és ez tartott engem mozgásban. Viszont a mozgás lelki energiát fogyaszt, nem is keveset. Sajnos nem igazán sikerült a rossztól annyira eltávolodnom, mintsem szerettem volna. Az eredménytelenségből fakadó belső feszültség még annál is több energiát emészt fel. Rájöttem, hogy egy idő után, ha nem tudok feltöltődni, akkor az érzelmi túlterhelés következtében lemerülök és a lelki egyensúly felborulása miatt akár még a kiégésig is eljuthatok. Ezért úgy döntöttem a mai naptól fogva másként közelítem meg a dolgot.

Ezek a gondolatok foglalkoztattak évekkal ezelőtt és tettem is azért, hogy úgy legyen ahogy elgondoltam....

Lassan, óvatosan ereszkedtem le a hegy tetejéről, mert a mostani esős idők beköszöntével eléggé csúszósak lettek ezek a kavicsokkal borított kis ösvények. Napi betevőmért indultam a közeli kis városba, ahol nap-mint nap megpróbáltam, néha sikerrel, néha kevésbé a létfenntartásomhoz nélkülözhetetlen dolgokat beszerezni. Idestova már tíz hosszú esztendeje élek a hegy tetején egyedül egy barlangban keresve a lelki békét és megnyugvást.

Zaklatott voltam devalvált és úgy éreztem céltalan az életem. Sajnos az elmúlt hosszú évek alatt sem találtam meg a lelki békémet, amit annyira kerestem. Hiányérzetem volt. Mire elértem a közeli falu szélét már elrévedtem egy emlékképben.

Talán harminc éves lehettem és törtető, világot meg nem értő ember, mikor szülőfalum „bolondjával” Józsi bácsival összefutottam a folyót segélyező töltésen, életem addigi egyik legnehezebb helyzetében.

– *Lekéstem a buszt – mondtam neki szégyenkezve. – Elkések a munkából és kipenderítenek. Nem lesz munka, nem lesz pénz sem – mondtam, és ismét indultam volna tovább.*

– *Aha – mondta. – Ez a baj? Fiam, az a baj, ha nem kel fel a nap. Az a baj, ha nem szül az asszony. Az a baj, ha beteg lészel. Ez egy probléma, amit meg kell oldani – mondta.*

– *Azt tenném. Sietek – válaszoltam türelmetlenül.*

– *Gyalog? – böffentette. – Ebédezni odaérsz. – Erre megfordult, és a vízpart felé indulva faképnél hagyott.*

*Néztem utána, és azon gondolkodtam, hogy tényleg bolond-e az öreg, vagy csak másként látja a világot, mint én. Másként számolja az időt. Más dolgokat tart fontosnak.*

*Elindultam a töltésen a város felé. A reggeli derengésen át felsejlett a templom tornya.*

*Emlékek tolultak fel bennem a gyerekkoromból. Itt futkostunk egész nap mezítláb a kavicsokon és szőttük az álmaink halóját.*

*Űrhajós, hajóskapitány leszek – mondtuk egymásnak, és hittünk is benne, hogy így lesz.*

*Hősök váltak ezekből a szutykos kis lurkókból? Nem. Szegény, a létezésért küzdő testekké váltak. Mi veszett el? Mi hiányzott?*

*Nekem vajon mi hiányzik? Mi hajt előre, mivé válok? Lett munkám, de a jövőkép félelemmel tölt el. Olvastam valaha egy könyvet, már nem emlékszem, melyik népről.*

*A falusi iskola tanítója nekünk, gyerekeknek Juli néni, másnak Juliska, adta a kezembe.*

*Azok az emberek beletörődtek a létük kerete szabta határok sérthetetlenségébe. A hitük segítette a életük elviselését. Engem mi segít? Már nincs hitem sem. Elveszett.*

*Kissé lelassította a lépteimet a sok feltoluló emlék. Már Józsi bátyám körvonala is eltűnt a párában. Mint a múlt szelleme, olybá tűnt az alakjának emléke.*

*Itt születtem, és valószínűleg itt is ér a kaszás csontkeze. Mint anyám ölében, úgy éreztem magam ebben a kis faluban, melynek meghittségét magam mögött akarom hagyni.*

*Itt hagyni a kényelmes punnyadtságot egy számomra ismeretlen vad világ sodrásáért.*

*– Azok az idegen népek – dörmögtem a bajuszom alatt. – Nekik van igazuk. Viszont van erős hitük,*

*hogy tettelenséggé tudják váltani.*

*Elnéztem a folyó párában úszó tükrét, azután mélyen a gondolataimba merülve elindultam.*

*Elindultam hazafelé.*

Rég volt, talán igaz sem volt, mikor ezt a beszélgetést lefolytattam. Megtorpanva elöntött a reménytelenség érzete. Egyik világban sem találtam a helyem. Eltávolodásom a társadalomtól még nem hozta meg a belé fektetett bizalmamat. Van kiút a számomra?



# AURORA AMELIA JOPLIN

**NAGY ÉVA**

Nagy Éva vagyok, Aurora Amelia Joplin írói néven publikálom a műveimet. A versírás a kedvencem, de nagyon szeretek meséket, és novellákat is írni. Sokáig csak magamnak írtam, nemrég kezdtem el publikálni a műveimet. A verseimben a szeretet és a lélek összefonódik. A mottóm is az” Verseim a lelkem cseppjei”

## ÉRDEMES ÉLNI

Írta: AURORA AMELIA JOPLIN / Nagy Éva

Borongós tavaszi napon Hana hazafelé tartott a munkából az autójával. Dühös, és elkeseredett volt, mert ma kapta meg a felmondólevelét. Pont őt és egy kollégáját bocsátották el a szerkesztőségtől. Soha nem hiányzott, odaadón dolgozott, Miért pont én? Nem értette, talán mert nem volt olyan szimpatikus a főnöknek. Mindent megcsinált, amit kért, a legrosszabb munkákat is, nem ellenkezett. Hát ez van, nem tud mit tenni. Könnyei potyogtak. Nem elég, hogy még fel sem dolgozta, azt, hogy a párja két hónapja elhagyta egy másik nő miatt, még ez is. Bízott benne nem ő lesz az, akit elküldenek A gondolatai csak úgy cikáztak, érzései kiabáltak. Nincs elég tartalék pénze, mert nem keresett sokat, az albérlet sokba kerül. Mi lesz, ha nem talál pár héten belül új munkát? Hová költözik? Miből él meg? Meg az sincs, akit felhívjon, hogy legalább megossa a fájdalmait valakivel. Most nagyon hiányoztak a szülei, akiket tíz éve veszített el egy autóbalesetben. Észre sem vette, hogy egyre gyorsabban vezet annyira elborították a fájdalmas érzések. Egyszer csak a másik sávból egy autó áttért az ő sávjába és hirtelen neki csapódott az autójának, és bummm. Nagy fényesség vette körül, és egy alakot vélt felfedezni. –

-Meghaltam, a mennyben vagyok? -Kérdezte az ismeretlen fényes alakot.

-Nem haltál meg, csak itt vagy velem egy másik világban. Gábrriel angyal vagyok, az őrangyalod. Még nem jött el a te idő- Szeretnék neked átadni valamit amire most a legnagyobb szükséged van. Elmondom, hogy fel fogsz épülni, nem vészes a sérülésed. A szüleid azt üzenik nagyon szeretnek, és arra kérnek téged, bízz magadban, és bízz Istenben, az angyalokban. Eddig hit nélkül éltél. Nem lehet hit nélkül élni, és szeretet nélkül. Nyisd meg a szívedet. Tudom sok fájdalmat átéltél, nagyon sokat

szenvedtél, de te egy értékes csodás nő vagy. Tehetséges író. Minden okkal történik az életedben, majd később megérted. Most térj vissza a testedbe és tudd én veled vagyok az utad minden lépésénél.

Hana kinyitotta a szemét, és egy kórházi ágyon ébredt. Kicsit szédült, ahogy végignézett magán, azt látta a bal karja eltört, be volt gipszelve, a teste sajgott. A nővérke azonnal hívta az orvost.

-Jó napot kívánok kedves Hana-köszöntötte az orvos.

-Hogy érzi magát? -kérdezte

-Köszönöm, hát el tudnám képzelni jobban is magam. - válaszolta Hana

-Van egy jó hírem magának. Mégpedig az, hogy senki nem tudja hogyan élte túl az autóbalesetet. A másik sávból át sodródott autó okozta a balesetet. Frontálisan önnek ment. Az autója totálkárosra tört. Úgy feszítették ki az ajtót, hogy önt kiszabadítsák. Enyhe sérüléseket szenvedett, magával egy csoda történt Hana! Pár napig bent tartjuk, és utána hazamehet.

Hana csak ámult bámult az elhangzottakon. Emlékezett mindenre, amit átélt addig amíg eszméletlen volt. Gyorsan erősödött, így hazaengedték.

Szabadidejében könyvet írt, amit nemrég fejezett be. Több kiadóhoz is elküldte kéziratot, de vagy nem tetszett nekik, vagy válaszra sem méltatták. A könyv egy misztikus, és fantasztikus történet keveréke. Egy másik bolygón játszódik, ahol a szeretet nem létezett, és egy idegen érkezik a bolygóra, aki megtanítja szeretni az ott élő lényeket, sok sok tanítás, és küszködés árán. Így a bolygó a szeretet bolygója lesz. A könyv címe is latinul Amor bolygó. Ahogy hazaérkezett készített egy teát magának, és megnézte az üzeneteit. Hát mit lát? Egy kiadónak tetszik a kézírata, és egyeztetést kér amikor személyesen is



megbeszélnék a továbbiakat. Minden, amit leírtak feltételek tetszettek Hanának. Boldogság járta át a szívét. Fel is hívta őket és megbeszéltek egy időpontot. Hátradőlt és mosolygott. Eszébe jutott Gábiel angyal, és érezte is őt. Igen, hitetlen volt, bezárta a szívét, nehogy valaki bántsa, és fájdalmat okozzon neki. Most már hisz, Istenben is, és önmagában is. Lelki békét kezdett érezni, amit soha nem érzett ezelőtt. Olyan végtelen nyugalmat és szeretetet, ami Gábiel angyal energiájához volt hasonló. Tudta, most már minden nap hálát ad azért, hogy él, és az Istennek, hogy megtalálta. A kiadóval a lehető legjobban megegyezett, és megkérték a könyv folytatására. Így az anyagi helyzete is helyre állt. El is kezdte írni a második kötetet.

Egyik napon vásárolni indult, mikor a bevásárló központban összetalálkozott egy régi gyerekkori barátjával, már vagy tizenöt éve nem látták egymást. Elkezdtek beszélgetni, és beültek egy kávézóba. Hana tudta érezte a srác nagyon intelligens, és még jóképű is. A munkája meg újságíró. Gondolta ilyen nincs. Vagy mégis? Minden kezdett szépen helyreállni az életében. Boldog volt, mert tudta nincs egyedül. Isten vele van, és Gábiel őrangyal is. A lelki békéjét megtalálta.





## DÁNYI GABRIELLA

Kazincbarcikai varrónő vagyok, 2008-ban kezdtem festeni, később prózát és verset írni. Azóta folyamatosan képezem magam és életem része lett ismét az alkotás, P Dányi Gabriella néven jelzem írásaimat és festményeimet. Magyarország számos városában volt kiállításom és mások írásműveit is illusztráltam. Eddig két novellás kötetem jelent meg és két verses, valamint két meséskönyvem és körülbelül 30 antológiában is szerepeltem.

Saját ars poeticám: - A beszéd képesítése elsősorban a betű, ám ha a betűk következtében megnyílik a lélek és képzelet, amitől színek szöknek a vászonra, vagy dallamok komponálódnak, azzal az érzelmek és élmények magasabb szintre emelését segítjük elő!

## A BENNREKEDT SÓHAJ

Írta: Dányi Gabriella

Drága Kisfiam!

- Belső harcomat sok éve magányosan vívom, de soha nem voltam képes megfogalmazni az okát, talán úgy éreztem nincs kinek elmondani, nem tartozik senki másra. Már tudom tévedtem, mert Te örökre velem leszel, jöttél az életembe, mint a fény, távozásod betölthetetlen űrt hagyott és nem sötétséget. A minap beleolvastam az interneten, egy társas-oldal üzenő falán, két ismeretlen hölgy beszélgetésébe, és akkor döbbsentem rá megírhatom az érzéseimet akkor is, ha Te már azokat soha nem olvashatod el. Karácsonyhoz kötöm a tragédiánkat, hiszen December 27.-én lesz 37 éve, hogy angyali kis Lényed nincs többé köztünk, azóta feszít és öröl fel a bűntudat pokla. Anya és Gyermekek egy test egy lélek 9 hónapon át, együtt küzdenek meg a születésnél az életért, még ha sokan veszik is őket körül, kettőjük óriási küzdelme ez. Sorsod a sorsomban, közös utunknak az én halálommal kellett volna véget érnie, mert az, az élet rendje, ám a sorsmalmában a fogaskerekek olykor paradox módon fordítva örölnek. Édes kincsem nagyon szerettelek, és örökké szeretni foglak, Te voltál életem értelme. Amikor megszületted megváltoztak a vágyaim, mások lettek az álmaim és mindent másként terveztem, mint az előtt. Nagyon boldog voltam és ezt Neked köszönöm! Ám ez a boldogság illékony vendég volt nálam, mire megmártóztam benne már tova is szállt. Betegséged megakadályozott Téged az önálló, fájdalom nélküli életben és még abban is, hogy valaha szólj hozzám, soha nem mondhattad nekem: Édesanyám! Kilenc év és kilenc hónap ennyi jutott nekünk.

-Tudtam gyógyíthatatlan a betegséged, ám gyenge voltam tudomásul venni, mindhiába kértem a Jó Isten segítségét, bíztam az orvostudományban, végül már csak a csodában.

Kórház hűvös falait látta utoljára gyönyörű kék szemed, mert nem bírtam tétlen szemlélődője lenni a végtelen szenvedésednek.

Közel és mégis messze voltam Tőled, amikor a kezed kellett volna fogni, mikor az utolsó sóhaj elhagyta drága ajkadat. Így rekedt bennem örökre a saját sóhajtásom és a mardosó büntudat, amiért nem voltam veled utolsó pillanatodig. Lassan 36 év telt el és nem bírtam elengedni magamtól ezt a nyomasztó érzést, csak most ébredtem rá, hogy ez a tragédia nem rólam szól, hanem rólad. Megköszönöm, amiért voltál nekem, hálával telik meg a szívem az anyaság érzéséért, és most már azt hiszem, képes leszek elengedni Téged. Utánad ment két angyal, többé nem vagy egyedül, kérek, segítsd őket, mert Ők is nagyon szerettek téged. Nagypádtól kaptad a neved, már egy sírban nyugszotok, kicsiny urnáját hamvaival rád bíztuk. Tőled akarok bocsánatot kérni, de tulajdonképpen magamnak nem tudok megbocsátani, ezért akartam meghalni annyi éven át. Most már tudom, élnem kell, mert az emléked velem élhet tovább, és ezt a karácsonyt megpróbálom másként megélni, mint az előzőeket. Méltósággal viselni a gyászt, mentesen minden szégyenérzettől. Nekem ez az ünnep amióta elmentél szörnyű büntetés, a dátumok összecsengése miatt összekapcsolódott bennem a halálod a karácsonnyal. A fenyő illatáról a koszorú jut eszembe, a gyertya lángja pedig az elmúlást idézi bennem...

Két idegen ember véletlen párbeszéde ébresztett rá ennek nem szabad így történnie, át kell értékelnem a Karácsony szentségét, újra akarnom kell élni, újra szívből mosolyogni a szeretetünnepén. Megfogadtam magamnak, hogy elengedem a haragot a szívemből.

- Panni és Dalma levelezését kimásoltam, ha elbizonytalanodok, csak előveszem, megsimogatom a selymes fehér papírt, beleolvasnom már nem is kell, mert kívülről tudom.

- Panni: Szia!

Megvannak már a karácsonyi ajándékok?

- Dalma: Nem nincsenek.

- Panni: Nálatok milyen szokások vannak?

- Dalma: Nagyon szerényen ajándékozunk, inkább az a lényeg, hogy összejön a család és együtt ünnepelünk, ez a legnagyobb ajándék.

- Panni: Igen mi is hasonlóan tartjuk az ünnepeket, ettől szebb és meghittebb nincsen.

- Dalma: Nagyon szeretem a karácsony hangulatát, családi és meleg, amikor a gyertya és fenyő illata mindent bejár.

- Panni: Én sem szeretem a pompát a nagy és drága ajándékokat, még születésnapokon sem, elég, ha eljönnek és átölelnek a szeretteim.

- Dalma: Valahogy jobban örülünk egymásnak, mint máskor.

- Panni: Igen így van, egy pillanat és jövök.

- Dalma: O. K.

- Ám nem jöttek már vissza az nap délután, és irigy lettem volna rájuk azért a békéért, ami kiérződött soraikból, ha nem önt el a hála érzése, amiért felnyitották a szemem, és elindítottak egy új úton, a megbékélés felé.

Az idei Szentestén is egyszerre öltöztetjük majd a két fenyőfát, mint annyi éven át, és most is kilátogatunk a sírodhoz, gyertyát gyújtunk ugyanúgy, mint máskor, de ezúttal nem csak a kis karácsonyfát viszem, hanem ezt a levélkét is, amibe csak töredékét tudtam leírni érzéseimnek.

- Drága Kicsi Fiam! Örökkön-örökké szeretni foglak, hiányod pótolhatatlan, amíg élek száll feléd sóhajom és halkán súgom: Áldott Karácsonyt! Megbékéltem...



## Németh Balázs

Sümegeken élek. Az írással 2004 óta foglalkozom. 2020-ban jelent meg az első novellás kötetem Félelem rezidense címen. Az eltelt években nagyon fontos szerepet játszott és játszik az írás az életemben. Idén e hónapban fog megjelenni a negyedik kötetem Huszonnégy óra a kísértetekkel címen a Smaragd kiadó gondozásában.

## A VERSENY

Írta: Német Balázs

Még három nap volt a versenyig. Tamás nagyon izgult, mert még is csak nemzetközi verseny lesz, amin részt kell vennie. Az iskola után egyből gyakorolni szokott. Valamikor este nyolcig a rúgásokat szokta gyakorolni. Az edzője György, akit ő mindig csak Zan mesternek hívott a napja többségét arra szokta áldozni, hogy Tamás megfelelően felkészüljön. György soha nem mondta Tamásnak, de mindig magát látta a fiatalkori énjét, amikor őt készítették fel versenyre a kitartását és az energiáját, amit befektetett a versenyekre való felkészítésbe. Büszke volt Tamásra.

Csak tudnám hogy miért hívsz te mindig engem Zan mesternek? Kérdezte tréfásan a tanítványától. Az azért nagyon érdekelne engem. S egy felhúzott szemöldökű pillantást vetett Tamásra.

Tamás annyit mondott erre. Azért mert felnézek önre. Én is szeretném elérni egyszer hogy karate világbajnok legyek.

- Ez megtisztelő tőled Tamás és nagyon jól esik. Te pedig nagyon jó tanítvány vagy. De mind ez csak rajtad múlik hogy eléred –e vagy sem. Egy biztos én támogatlak és felkészítelek erre a három nap múlva esedékes versenyre.

- Ön szerint van esélyem?

- Mivel ez nemzetközi verseny lesz itt több ország növendékei fognak megmérkőzni egymással. Olyan gyerekekkel fogsz ott találkozni akiket nem ismersz. Lehet hogy testesebb lesz lehet hogy vékonyabb lehet hogy ép izmos zömök lesz az ellenfeled de egy biztos. A technikai tudásod meg van ahhoz hogy nyerjél egy két küzdelmet . Egyre kell mindig nagyon figyelned. Az elméd olyan legyen mint a tó tükre, tiszta és zavartalan.

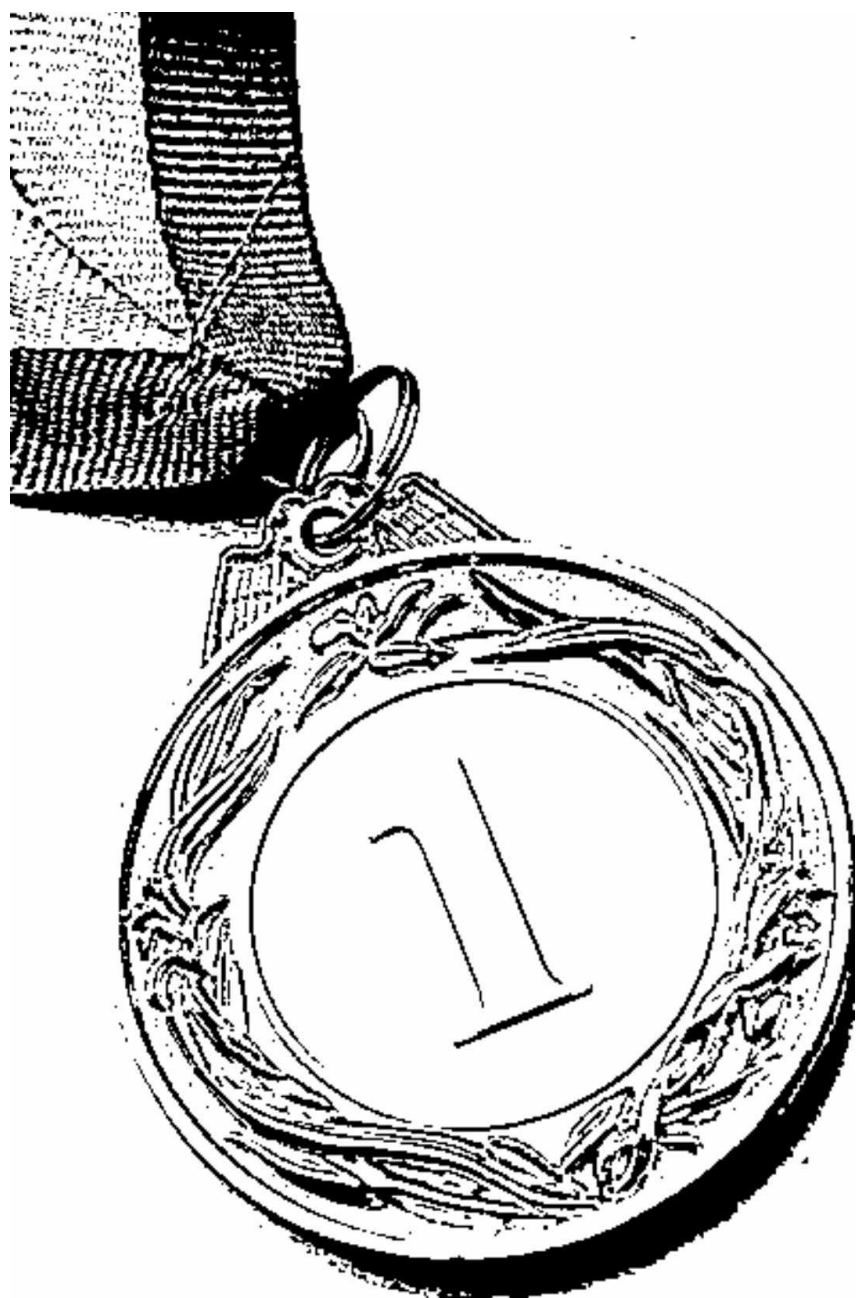
- Ha ez meg van a lelki béke már jönni fog magától. Csak koncentrálj majd a küzdelemre. Nagyon fontos a lelki nyugalom és a béke a harc előtt és közben is.
- Igyekszem mindent megfogadni amit csak mond és úgy tenni hogy az majd a végén az én javamat szolgálja.
- Jól van kölyök. de most pihenj le mert holnap itt a verseny és ott kipihenve kell részt vened.
- Rendszerben válaszolta Tamás.

Elérkezett a verseny napja . Tamás nagyon izgatott volt de György előtt azt mutatta mintha haláli nyugodt lenne persze a mestere tudta hogy Tamás nagyon is izgul. A verseny Budapesten volt.

Amikor odaértek leadták a nevezést és amikor a verseny rendezői rá bólintottak Tamás és György az öltöző felé vették az irányt. Szembe került az első ellenféllel, aki kétszer akkora volt mint ő maga. Itt az segített neki amit mondott az edzője a technikai tudása és emellé még párosult a fűrgesége. Egy két jól irányzott rúgással előnyt tudott magának szerezni és azt a küzdelem végéig meg is tudta tartani így meglepetésére mindjárt az első küzdelmét győzelemmel kezdte. A küzdelmek egész nap zajlottak és Tamáson látszott hogy fárad de nagyobb volt benne az akarás és a küzdőszellem mint hogy feladja. A nap folyamán becsúszott neki egy két vereség is ahol csak pontokkal kapott ki az ellenfeleitől de összességében egy harmadik helyet tudott megszerezni élete első nemzetközi versenyén. Amikor mentek haza a verseny színhelyéről útközben Tamás megszólalt az éremmel a nyakában. Ezt a harmadik helyet önnek ajánlom Zan mester arcán különös mosollyal mert ön adta át nekem azt a fajta tudást ami miatt a lelki békét is feltudtam használni küzdelem közben.

- Köszönöm Tamás de az igazi érdem a tiéd mert kitartottál és megértetted a karate lényegét azt hogy az erő belülről fakad.







## GUTI CSABA

Spontán indíttatásra kezdett írni 2016-ban. Mostanra több mint ötszáz írása gyűlt össze, a legkisebb novelláktól a kisregényekig. 2017-óta publikál különböző antológiákban, magazinokban, folyóiratokban, valamint ez idő alatt megjelent öt kötete is: Kovács úr legye (Irodalmi Rádió – novelláskötet), Lenyomatok (Irodalmi Rádió – novelláskötet), Amikor a húr túlfeszül (Holnap Magazin – kisregény), Évgyűrűk (Holnap Magazin – regény) Közel az Istenhez (Talentum House – kisregény) címekkel.

Vallja, hogy az olvasás tanít, megnyugtat, empátiára nevel.

A természet tisztelője, sok írását ihlették fák, állatok, a vadvilág, számos mondanivalóját azonban szatirikus köntösbe bújtatva adja át az olvasóknak.

# ÚTON

Írta: Guti Csaba

Szép, takaros, virágokkal körbeültetett udvara volt a falu nagygazdájának. Hogy is ne lett volna ilyen, hisz három lányt nevelt, akikben benne volt a szép utáni vágyódás. Szorgos kezeikkel feldíszítették a házat körbeölelő komor rögöket, bokrokat neveltek, fákat, míg az apjuk a földeken dolgozott, és irányította a termelést.

A fiú nagyot került minden reggel az iskolába sietvén, csakhogy azelőtt a porta előtt elmehessen. Szerette a virágot ő is, szerette a színüket, illatukat, és ahogy a méhek járják felettük a táncukat. Mégse miattuk ment arra, hanem a legkisebb lány miatt, kitől szebbet, addigi rövidke élete alatt nem láthatott. Lopva tekintett azonban arra a portára, melynek vakítóan fehérre meszelt fala volt, míves kerítés volt faragva körébe, és mögötte a földek messzire nyúltak, mégis kapocsként markolta oda őket a tulajdon. A fiú félig árva volt, és a szegénység szinte testvéri szeretettel, kivakarhatatlanul kapaszkodott a nyakába. Pedig dolgozó volt az a fiú. Nem töltötte be még a tíz esztendő, és már pénzt keresett kemény, izzadtságos, felnőtt embereknek való munkával. Az iskolát aztán szinte csak pihenésből látogatta.

Dolgos volt azonban az a lány is, a legkisebb. Ő volt az, aki minden reggel meglocsolta a virágokat, és ha gyom furakodott a töveik közé, kiszedte onnan. Aztán megigazította előrebukó tincseit, és szelíd mosolygással nézett a fiúra, aki minden reggel ott ment el. Ő nem látta azon a fiún nyomort, a lyukas cipőt, és a feslett ruhát. Ő annak a fiúnak a szemét látta, és abban valamit, amitől egyszerűen szebb volt a világ. Nem tudta mi volt az, csak érezte. Nem szóltak ők sokat egymáshoz, mert akkoriban a szegény úgy érezte, nincs jussa ahhoz, hogy szót intézzen a tehetősebb felé, míg amazok meg úgy nevelték a csemetéiket, hogy ne álljanak szóba akárkivel. Meg nem is

nagyon kellett azon túl a beszéd ahhoz, amit egymás tekintetéből kiolvastak azokon a reggeleken.

Telt-múlt az idő. A szép ház falai közül elköltözött a legnagyobb lány, hogy életet kezdjen a maga módján. Eltelt még egy kis darab idő, és így tett a középső is. Már csak a legkisebb maradt ott, de ő hűségesen gondozta tovább a kertet, és azon túl ápolta az apját is, aki közben belerokkant a sok munkába és a vagyon gyarapításába. Túl kellett adni a sok földön, a temérdek jószágon, mert nem volt, aki összefogja az egészet. Csak a pénz maradt, és a megromlott egészség. De mind ezentúl megmaradt még a lány mosolya is, amikor a fiúra ránézett. Másként nem lehetett. Nem lett volna értelme.

Végül, mint mindig, az idő rendezte el a dolgokat, vagy éppenséggel forgatott fel mindent végképp. Hogy melyik is az igaz, az sokszor egy élet múltával derül csak ki. Történt ugyanis, hogy egy napon elköltözött a kicsi lány is, mert nem volt már ott jó az apjának. Minden cselekedetét a féltő gondoskodás mondta tollba, utolsó reggel mégis a könnyeivel öntözte meg a virágokat.

– Vigyázok rájuk, amíg tehetem! – mondta a fiú rebegeve a kerítés túloldaláról. Szép szavaira egy ölelés volt a fizetség.

Ez a pillanat maradt meg benne szép emlékek, meg a virágok, melyet nyár végéig gondozott szeretettel, ahogy ígérte.

Aztán az élet őt is máshova sodorta, szakmát tanult ki, nagy gépeket szerelt. Könyékig járt az olajban, de esténként mégis virágokat locsolt. Mindig volt neki néhány töve a bérelt lakása ablakában. Szerette a virágokat, az a lány szerettette meg vele őket. A lány, aki már csak néha jutott eszébe, de ha így volt, szép emlékként gondolt rá, és elmerengett, mi lehet most vele.

Évek teltek el. Sokat dolgozott a fiú, aki közben meglett ember lett. Dolgozott és dolgozott, egyebe nem volt az életben. Sivár élet volt az, sivár, mintha a rózsának, amit

homokba ültetnek. Mégis ezt az utat taposta. Dolgozott hát, és tette egymás mellé a forintokat. Élete delén túl volt már, amikor egy kicsi, csöndes falucskában házat tudott venni azokból az egymás mellé állított pénzekből. Nem volt szép az a ház, és nem volt ép sem, de az övé volt, és örült neki. Eltökélte hát, hogy otthonná varázsolja. Olyanná, amilyenbe jó hazatérni.

Hajnalban kelt azután, szögelt, deszkát vágott, maltert kevert, hogy minden egyes szöggel, deszkával, és megkevert habarccsal szebb legyen a háza. Otthonosabb. Aztán, amikor indulni kellett, indult a műhelybe, kulcsot vett fel, kalapácsot, és összekente magát olajjal. Végzett, amikor végzett, és még alig törölte le magáról az olajat, máris mész és cement került a helyére. Lámpafénynél hagyta abba, lámpafénynél evett, hogy aztán annyit se aludjon, hogy kiteljen belőle egy álom.

Így ment ez igen hosszú ideig. Az erőt kezdte elrágni a végelethetetlen munka, az akaratot pedig a fáradtság. A férfi arca beesetté vált, a nadrágja egy szárába belefért volna két combja. Mégis hamar kelt, temérdek munkát elvégzett, és picit pihent.

Aztán egy nap, amikor már majdnem végzett, végignézett a házon. Szép volt az a szemnek, igazán tetszetős, mégis úgy kongott, mint egy üres bádóg lavór. Hiányzott ugyanis belőle a lényeg, az, amiért ez az egész megérdemelte volna a rengeteg törődést. A férfi akkor döbbsent csak rá, hogy mennyire magányos, és hogy mennyire keserű az élete. A felismerés úgy csapott bele, mint a villám, és akkor, abban a pillanatban, mintha egyszerre ütött volna rajta egy nagyot a mérhetetlen fáradtság, a temérdek elvégzett munka súlya. S még valami. Valami nagyon gonosz, valami nagyon erős. A férfi fájdalmasan kapott a szívéhez, majd nagyot nyögve a földre zuhant.

Hogy mióta feküdhettek ott, azt nem tudhatta, nem is számított az egész semmit. Egy arra járó lett rá figyelmes,

ő mentette meg. Amit tudott, elvégzett, majd segítséget hívott, és hamarosan orvos keze alá került.

Puha párnák, fehér csempés szoba falai közé került. Ereje nem volt semmi, mozdulni sem bírt. Szemét bántották a rátörő fények, küzdeni kellett az ellen, hogy szemhéjai be ne csukódjanak újra. Szerette volna tudni, hová került.

Aztán, mint egy álom, mint a megtestesült vágy jelképe, úgy jelent meg előtte a lány arca. Ő, akit fiatalon annyira szeretett. Mert igenis, szerette! Oly sokszor bevallotta már magának egy élet alatt, csak annak a lánynak nem mondta el, amikor kellett volna. A szívébe hirtelen valami hihetetlen boldogság költözött, majd nem bírt tovább ébren maradni. A betegség nem engedte.

– Jó így meghalni! – gondolta magában, és talán erőtlen, kiszáradt ajkaival ki is mondta azokat a szavakat. Aztán ráborult a sötétség.

De nem halt meg.

Valami nem engedte. A szíve azonban nagyon gyenge volt, arra vigyázni kellett. Amikor végül újra felébredt, már egy kicsivel jobban volt. Kedves mosolyú nővérke intézkedett mellette, aki örült, hogy magához tért a betege. A hölgy elmondta neki, hol van és miért, valamint azt, hogy egy kicsit most figyelni kell az egészségére. Elmondta azt is, hogy a doktornő, aki megműtötte, hamarosan eljön, és elmond majd mindent. A férfi végighallgatta őt, és megnyugodott szavaiban.

Minden úgy is lett, ahogy a nővérke mondta. Nyugodtság volt és pihenés, majd eljött a doktornő is. De amikor az a doktornő bejött, a férfi szíve megint elkezdett zakatolni, de úgy, hogy majd kiszakadt; a szép mosolyú, kedves úri lányt látta maga előtt, akinek a virágait gondozta egykor. Az a lány azonban már régen nővé érett, hisz mennyi, de mennyi idő eltelt azóta. Mégis egy volt az előtte álló nő a régi emlékekkel.

Egy hosszú percig csak nézték a másikat. A tekintetek simogatták egymást, a gondolatok keresték a szavakat. Aztán a nő köszöriült egyet a torkán, és elmondta, hogy így van a szíve, meg úgy van a szíve, és így kell csinálni ezentúl, és úgy. A férfi hallgatott, bólogatott, de megszólalni nem bírt. Nem tudott ellene mit tenni; a könnye meglelt ember létére kicsordult. A nő szeme is befátyolosodott. Egy zsebkendővel megtörölte a férfi arcát, majd kiment a szobából.

A férfi sokáig gondolkozott azon, hogy ez az egész valóban megtörtént-e, vagy csak álmodta. Oly érzések tomboltak benne azonban, amik elhitették vele a valóságot. Aztán megpróbált sokat ébren lenni, de valójában rengeteget aludt. A nővel álmodott folyton, amikor pedig ébren volt, akkor csak rá gondolt. Az járt a fejében, hogy nem lehet véletlen, hogy a régi szerelme elé sodorta az élet a legkritikusabb pillanatokban. Nem lehet véletlen, hogy éppen ő vigyázzon minden szívdobbanására, ő legyen az őrangyala. Amikor ezzel egyezsége jutott magával, harcolni kezdett az életért. Harcolt érte, pedig napokkal előtte semmire sem értékelte azt.

A doktornő közben jött, kikérdezte a nővért, nézte a gépeket, infúziót kötött be, injekciót adott. Aztán nézte a skálát, amin a gép beszélt hozzá, és napok múlva a doktornő végre elmosolyodhatott az ő gyönyörű, szépséges, megnyugtató mosolyával.

– Köztünk maradsz hát! – rebegte, miközben megszorította az alvó férfi kezét.

A férfi másnap ébredt felt. Fájt neki itt és ott, gyenge volt még, de érezte a lelkében serkenő erőt, ami parancsolt a testnek is. A nővér mosollyal fogadta, elrendezte dolgait, majd szólt a doktornőnek, akinek ezúttal szolidabb volt a mosolya, és a tekintete erőt sugárzott. Elmondta még egyszer ugyanazt, amit korábban már elmondott. Intés volt az és kérés is egyben. Végül megszorította újra a férfi kezét, aki ezúttal már ugye ébren volt. Aztán érezte, hogy elcsuklana a hangja, ha újra beszélne, de a régi mosolyát

szabadon eresztette. mindez egy pillanat volt, majd, mint egy látomás, újra eltűnt a szobából.

A férfi megfogadta, hogy mindent úgy tesz, ahogy a nő mondta neki. Sehogy máshogy. Eltökélte. Aztán várt rá mindennap, de a doktornő nem tért vissza hozzá többé. Sem másnap, sem azután, pedig sokat volt még bent a férfi. A férfi csüggedt volt, hogy nem találkoznak, de belátta, hogy az egykori kedvese orvos, akinek sok-sok életet kellett megmentenie. Fájt a szíve utána, de megnyugodott a szavaiban, és mélységesen hálás volt, amiért még egyszer láthatta. Úgy érezte, hogy valami nagyon fontosat kapott vissza az élettől, olyat, amit talán meg sem érdemelt. Nyugodtsággal, békével a lelkében vonult el a kórházból. A kapuban még visszanézett, és hosszasan szemlélte a kórház ablakait, hátha még egyszer megpillanthatja őt.

De nem így történt.

Elindult hát haza.

Oly hosszúnak tűnt az út, pedig néhány település választotta el csak a nagyvárost a férfi kicsi falujától. A régi vonat unott zötykölődése alatt a férfi mégis újraélte az életét, s gondolatban nagyon, de nagyon boldoggá tette az egykori kicsi lányt, a mostani doktornőt. Olyan, de olyan boldog volt akkor.

A vonat füttyülésére ébredt fel. Megrezzelve, álomittasan kászálódott le a vonatról, majd lassú léptekkel bandukolt az otthona felé. Oly régóta nem látta már a házat. Hiányzott neki.

Ment és ment.

Aztán, mielőtt még elérte volna azt, eltekintett a távolba. Ott volt már a kicsi ház, az övé, az egyetlen.

De nem!

Mégsem!

Az nem volt ugyanaz!



Ott szépen elgereblyézett udvar volt, s gyönyörű virágok tündököltek a ház előtt. Pirosak, sárgák, kékek...

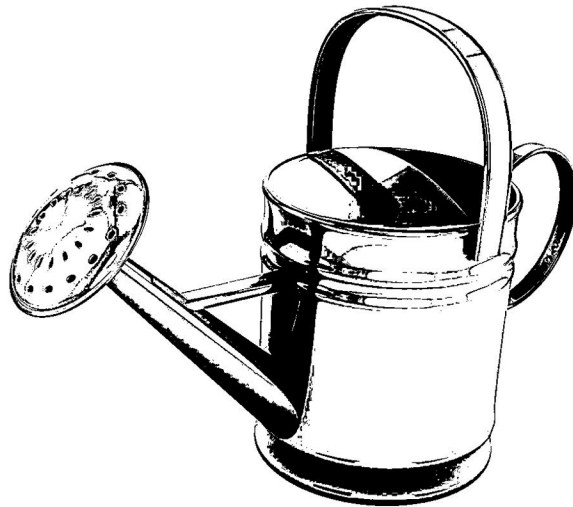
Megannyi.

Aztán a ház mögül egy kipirosodott arcú nő jött elő locsolóval a kezében. Előrehajolt, hogy minden tövet meglocsoljon, és ahogy így tett, kósza fürtjei az arcára omlottak. Kezével tessék-lássék eligazította őket, ekkor nézett fel, és látta meg a közeledő férfit.

Szélesen, örömittasan elmosolyodott.

Nevetése olyan volt, mint régen.

Várta kedvesét.



*G. Episcopus*



## DANÓ TÍMEA

Az életemben a legfontosabb helyen Isten áll.

Nyíregyházán élek, pedagógusként dolgozom. Nevelőtanár vagyok és magyar szakos óraadó tanár.

Mesterfokozatú hittanár - nevelőtanár, illetve magyar – ügyvitel szakos végzettségekkel rendelkezem. Jelenleg levelező tagozaton végzem a magyar szak mesterképzését. Ha Isten is úgy akarja, 2025. januárjában fogom megszerezni a diplomámat.

Nagyon szeretek olvasni, írni, alkotni. Az irodalom egy olyan gyönyörű, végtelen világot ad számomra, amely kiragad a szürke létből.

Isten által értékeket közvetít, olyan lélekformáló erővel bír, amire semmi más nem képes.

**Istentől megáldott, szép életet kívánok mindenkinek!**

## FÁJDALMAS SZERELEM

Írta: Danó Tímea

Andi unott arccal dugta ki fejét a számítógép mögül.

- Jó napot kívánok! Péternek hívnak. Én vagyok az új informatikus. - Nyújtotta kezét a nő felé. - Kérem forduljanak hozzám bizalommal, ha bármilyen informatikai jellegű problémájuk adódik.

Andi kikerekedett szemekkel és lélegzetét is visszafogva nézett a férfira. Gyönyörű, erős, barna szemei voltak. Az ing alatt feszülő izmok a bűvkörükbe ejtették. Olyan 48 év körüli férfi lehetett. Erőteljes, határozott kisugárzása, elgyöngítette Andi lábait.

- Üdvözlöm! - Hebegett a nő, majd kézfogásra nyújtotta a kezét.

Mosolyogva egymás szemébe néztek, és megszűnt körülöttük létezni a világ. Így néztek egymásra jó ideig, míg Péter meg nem szólalt.

- Mennem kell egy számítógépet újrategelíteni, ha szükség van rám, az irodámban megtalálnak. - Szólt kedves hangon Péter, majd Andira kacsintott és elment.

A nő egész napját a varázslat ölelte át. Minden egyes munkanap várta, hogy láthassa Pétert. Szíve hevesen dobogott, a teste elgyöngült, a szerelem forró tüze pedig átjárta az egész lelkét.

Egy szerda este Péter bejelölte Andit a facebook oldalon, és ráírt messengeren. A nő tátott szájjal olvasta a neki szánt üzenetet, nem tudta elhinni, hogy ráírt ez a túl jó pasi.

- Kedves Andi! Egy hihetetlenül gyönyörű, nem átlagos nő vagy, elveszek a szemeid szépségében. Szeretnék jobban megismerni, kérlek találkozz velem munka után.

Kikerekedett szemekkel olvasta a sorokat a zavarba jött hölgy, aki majdnem leesett a székről a meglepetés erejétől.

- Rendben van. - Válaszolt boldogan Andi.

Másnap este Péter fölment Andi lakására. A hölgy finom, gertyafényes vacsorával várta. A nő gyönyörű, bordó ruháján keresztül finoman látszottak nőies vonásai. Az este szinte tökéletes volt. Mosolyogtak egymásra, a levegő szinte izzott körülöttük. A férfi átölelte a nő vékony derekát és szorosan magához húzta, majd halkán a fülébe súgta.

- Andi, vágyom rád.

A nő még tiszta és ártatlan volt, de az érzés részéről is kölcsönös volt.

Az idillt Péter szakította meg.

- Van valakim, ezért csak barátság extrákkal kapcsolatot szeretnék.

Péter simogatta, szerette volna megcsókolni, de Andi ellenállt neki. A nőt szinte szétfeszítette a vágy, hogy eggyé váljon vele, de megszólalt benne egy vészcsengő: ez a férfi foglalt. Majd Péter egy újabb találkozó reményében távozott.

Andi minden egyes nap várta, hogy láthassa Pétert a munkahelyen. A testét tudta irányítani, de a lelke érzéseit nem. Az egyik nap felmondott a munkahelyén, Péter pedig vezető beosztásba került. Ezek után, már meg sem ismerte Andit. Ha a nő messenger üzenetben vagy viberen kereste, szinte nem, vagy csak félmondatokban válaszolt. Féltette a hatalmi pozícióját.

- Nem érezted különlegesnek azt a találkozót Péter? Én úgy éreztem, hogy még mindig az igazit keresed, és ezt bennem látod. - Kérdezte a nő messenger üzenetben.

- Andi, felejtsd el azt a találkozót. - Válaszolt ridegen Péter.

A nőben szinte egy világ omlott össze. A szerelem marcangolta szívét. Éjszakákon keresztül csak sírt, és úgy érezte, a reménytelenség marcangolja cafatokra érző szívét. Nyugtalan volt és sehol sem talált megnyugvást. Elmesélte az esetet barátnőinek, de nem tudtak békét hozni az életébe.

Andi elkezdett Istenhez imádkozni minden nap. Az Úr a tisztánlátás erejével ajándékozta meg a nőt. Lerajzolódott egy kép számára, amely megmutatta neki azt, milyen tiszta szívű és értékes lány ő, mennyire tud szeretni, néha olyan embereket is, akik ezt nem tudják viszonzni, de ettől semmiképpen sem értéktelen, sőt, a tiszta szeretet egy hatalmas erejének a birtokában van.

Andi ráérezett arra, hogy minden okkal történik az életében, ha az adott pillanatban még nem is érti, végül majd kirajzolódik a teljes kép. Minden egyes csalódás által, a lélek formálódik, erősödik, tisztul. A nő tisztán érezte azt, hogy Isten a nehézségekben mindig mellette van, békével simogatja az egész lelkét, csak teret kell neki adni.

2024. március 15. napját írunk. Andi szabadon szárnyal az alkotás művészetében, végzi az új munkahelyén lévő feladatait, illetve lelkiismeretesen végzi az egyetemen a tanulmányait.

Érzi azt, hogy Isten, élete minden egyes rezdülésében ott van, aki szeretetével és lelki békéjével tökéletesen öleli át egész lényét.



## LUKÁCS ERZSÉBET

Írói neve Bökke Lucas.

Régóta dédelgettem magamban egy könyv megírását. Rendezvényszervezőként dolgoztam. Nyugdíjba vonulásom után megvalósult az álom, íróként tevékenykedem. Minden pillanatát élveztem és szeretném átadni ezt az érzést a kedves olvasóknak. Remélhetőleg az írásom kellemes percet szerez olvasóimnak, amit boldogan teszem közzé.

# AZ ÉLET FÁJDALMAS OLDALA

Írta: Bökke Lucas

## Előszó

Nagyon megható és tanulságos volt. Az élet néha nehéz, de a szeretet és a támogatás mindig segít átvészelni a legnehezebb időköt is. Ez a történet egy erős nőről szól, aki a legnehezebb kihívásokkal is szembenézett, és mindig a gyermekének a legjobbat akarta. A barátság és az önzetlenség ereje is bemutatásra kerül, Ez a történet emlékeztet minket arra, hogy soha ne adjuk fel, és mindig tartsuk szem előtt, mi a legfontosabb az életben.

## Az élet fájdalmas oldala

Mi nem tudtunk semmit róla mert nem nyílt meg előttünk csak Zsuzsának. De az elejéről kezdem. Éva és barátja, Zsuzsa testvérként nőttek fel. Megosztják örömeiket és bánatukat. Éva szenvedett a párja miatt, és segítségre volt szüksége párja gonosz viselkedése miatt. Olyannyira, hogy egy nap Zsuzsa elkísérte a pszichológushoz, aki fogadta őket.

– Üdvözlöm önöket. - Ezzel egy időben az orvos kettejükre nézett. Kinek segíthetek? Kérem üljenek le. Az orvos hangneme kedves volt.

– Doktor úr Éva vagyok, ő pedig Zsuzsa barátnőm. Segítségre van szükségem.

- Látom. Elmondaná a problémáját? Csak akkor tudok segíteni, ha tudom, mi aggasztja ennyire. Látom babát vár nem szabadna idegeskednie nem tesz jót a babának. Hozott neki egy pohár vizet, – hallgatom kedves Éva.

Éva lehajtotta a fejét és könnyes szemmel megszólalt.

–Doktor úr, megpróbálják elvenni a születendő gyermekemet. Tudom, hogy hibát követtem el. Szeretném kiönteni a szívem. Kicsit több mint egy éve megismerkedtem egy férfival. Beleszerettem, és azt mondta, hogy ő is szeret, de kiderült, hogy hazudott. Eleinte minden jól ment. Mindig azt hangoztatta, hogy mennyire szeret. Nagyon jól éreztük magunkat, amikor együtt töltöttük az első karácsonyunkat. Legalábbis én ezt gondoltam.

Kiderült, hogy van egy másik nő is az életében. Véletlenül tudtam meg, miközben telefonált. Természetesen kiborultam nemcsak a megcsalás, de a hazugságai miatt. A lényeg, hogy én terhes lettem azt mondta nem örül a születendő kicsinek, vetessem el, de eszem ágában sem volt elvetetni. Úgy gondoltam vele vagy Nélküle, de megtartom a babát.

Aztán ki derült, hogy rákos vagyok Akkor is mindenféle társkeresőn fenn volt és nőekkel randizgatott. Volt olyan, hogy letagadott engem és a babát is. A szülei is tudtak a babáról, de ők nem szóltak bele. Én nem kértem tőle semmit és én pontot akartam tenni a végére. De esküdözött, hogy meg változik, de én nem hittem neki mert hazug emberre nincs szükségem. Meg ígértem neki, hogy a babát majd meg nézheti.

A napokban a barátnője rám telefonált, hogy tud a babáról és hogy jogi lépéseket tesznek azért, hogy a babát elveszik tőlem és ők nevelik fel. Mert, hogy én úgy is meg fogok halni mivel rákos vagyok. Most itt állok és a baba bármikor meg születhet és attól kell félnem, hogy elszakítják tőlem.

Nem tudta Éva folytatni a feltörő zokogástól.

– Nyugodjon meg. Hiszen ön az Édesanyja. Hazug ember nem változik megsoha! Jó, hogy szakított vele. A babát viszont nem vehetik el öntől semmiképpen. A nevét sem kell megemlítenie, ha megszületik a kicsi. Legyen az ön nevére anyakönyveztetve. Ha nincsenek összeházasodva,



és apasági nyilatkozat sincs, akkor automatikusan az anya vezetéknevét kapja a pici. Válaszolta a doktor.

– Minden rendben lesz. Mondta nyugodtan a barátnője Zsuzsa, aki elkísérte az orvoshoz.

Meg fogsz gyógyulni és a kicsi erőt fog adni neked és nem vehetik el tőled. A fenyegetődzéseivel még akár szerintem rendőrséghez is fordulhatsz. Te leszel az anyukája a picinek. Mindenképpen tiéd a felügyeleti jog azért, mert van egy betegséged (amit lefogsz küzdeni) azért nem fogják elvenni tőled. Az a nő meg nem tud szülni? vagy mi a baja? Talán féltékeny rád? Felháborító, hogy egy nő ilyenre képes, főleg ebben a helyzetben. Hogy lehet valaki ilyen szívtelen ember? A doktor gondolataiból felocsúdva Évához fordulva így szólt hozzá.

–Tudja a rák egy üzenet. Ha nem jól funkcionálnak a sejteji azt rendbe kell raknia, van megoldás rá! Rakja rendbe a lelkét is! Mire gondolok? Ha van bármi, ami a gondolataira és az egészségére káros azt el kell hagynia! Kicsi dolgok is nagy sikerek! Higgyen nekem. Tegye rendbe az életét, olvasson sokat, hallgasson hanganyagot és relaxáljon! Ezek egy olyan alapkövetelmények, ami kell az ön és mindenki életébe.

Mire ezeket az egyszerű dolgokat meg teszi rengeteget fog fejlődni! Megtanulja kezelni a félelmeit, egészségét, és az életét! Merjen segítséget kérni, mint most tőlem! Minden rendben lesz, a legfontosabb az, hogy ne gondoljon semmi rosszra. Csak arra, hogy nemsokára anya lesz és lesz egy egészséges kisbabája. Felejtse el az olyan embereket addig amíg már erősebbnek nem érzi magát. Az első az ön lelke és a babája. Oktatta ki Évát az orvos.

– Hm mennyire gonosz emberek vannak a földön. Ne aggódj a karma dolgozik az igazságosság, méltányosság és törvényszerűség szimbóluma. Téged meg Isten megáldott egy babával. Csak magaddal és a babáddal foglalkozz én mindenben melletted leszek. Hidd el még fog könnyörögni csak késő lesz. Mondta kedvesen Zsuzsa.

Az orvos bólintva értett egyet.

– Kérem, segítsen nekem utána nézni, hogy mit tehetek a baba javára, Kérte Éva.

– Kitartást és jobbulást kívánok! Mondta a pszichológus. addig utána nézek mit tudok önért és a babáért tenni.

Kéthét múlva megjelentek a pszichológusnál, aki már várta Évát.

– Üdvözlöm önöket. Jó hírem van Éva. Beszéltem az ügyében az ügyvéd barátommal Noellel, aki felajánlotta önnek a segítségét. Azt mondta adjam át önnek az üzenetét és keresse meg ha szüksége lenne rá. Én megadom a címét és telefonszámát. Szóval azt üzente, hogy nem tudják elszakítani öntől a babát, ha jogilag a volt párjának nincs hozzá köze. Mivel még az apasági vizsgálat indításához is az ön beleegyezése szükséges, Az meg, hogy meg fog halni, baromság ne gondoljon ilyesmire. Ismerek olyat, akinek a terhesség alatt derült ki, hogy rákos és kihordta a babát, majd egyből kezdődtek a kezelések, műtétek. Tizenöt éve ennek, és köszöni jól van, pedig egy elég ritka rákos daganata volt. Még sem halt meg.

Tiltsa le, minden honnan a volt párját és annak barátnőjét, cseréljen telefonszámot és költözzön el messzire a fővárostól. De ezt mind titokban tegyék. Ne engedje a negatív energiát be az életébe, főleg ne most. Ha mégis beakarja biztosítani magát írjon végrendeletet a babáját is belefoglalva, ha meghal ki legyen a gyámja. Érti, amit mondok? Az ügyvéd barátom bármikor segítségére van az ügyel kapcsolatban.

Éva és Zsuzsa egymásra néztek, hogy erre nem is gondoltak! A doktor átadta az ügyvéd elérhetőségeit. Majd elköszöntek és várja vissza őket. Éva megfogadta a doktor tanácsát. Lecserélte a telefonszámát, letiltotta őket mindenhol, ahol elérhető és elköltözött Zsuzsával, aki nem hagyta magára. Együtt költöztek el százkilométerre a fővárostól. Volt párja és a barátnője hiába keresték nyomát

sem találták. A volt munkahelyükön is érdeklődtek ott sem tudtak semmit róluk. Éva és Zsuzsa szülei szoba sem álltak vele. Elhajtották a férfit.

Találtak maguknak olyan házat, ahol bőven elfértek. Három külön álló szoba, hatalmas konyha, fürdőszoba és gyönyörű udvar, ami tele volt színes virágokkal és gyümölcsfákkal. Csak az apámnak írta meg hová költöztek. De megtiltotta hogy meglátogassa attól félt követné a volt párja. Szépen berendezték és otthonukká varázsolták és így várták a kisbaba megszületését. Az egyik szobát berendezték számára.

Rá egy hónapra Évánál megindult a szülés, és Zsuzsa mentőt hívott, hogy a szülőszobába szállítsák. Könnyű vajúdása volt, és megszületett a fia, Ábel. Amikor kiheverte Éva a szülést elkezdte az előírt hat hónapos kemoterápiát. „Mi volt Éva állapotának változása azután, hogy befejezte a hat hónapos kemoterápiát?” Utána kb., egy évig nem volt semmi baja egészségesnek érezte és jól érezte magát.

Időmúlásával hirtelen rosszabbodott az állapota. A rákos sejtek test szerte elszaporodtak a nyirokcsomókban. És így a műtét lehetetlenné vált. Fokozatosan már az ágyból sem tudott felkelni. Éva megkérte Zsuzsát hívja fel az ügyvédet és jöjjön elhosszá úgy érezte, hogy megfog halni. Sajnos Éva haldoklott. Az ügyvéd után volt közben Éva leültette Zsuzsát maga mellé a kis Ábelt szorosán átölelte.

Így szólt hozzá elhaló hangon.

– Kedves barátnőm inkább mondhatom testvérem. Köszönök mindent, amit értünk tettél azt, hogy mindig mellettem voltál és mindenben segítettél. Feláldoztad értünk az életedet. De most érzem, hogy el kell mennem. Egy utolsó szívességet szeretnék kérni tőled, amit soha senkimástól nem kérnék. Szeretném, ha felnevelnéd Ábelt. Azt akarom, hogy te legyél a gyámja. Tudom, hogy jó anyja leszel Ábelnek.

Zsuzsa nem tudott válaszolni, könnyek gyűltek a szemében. Az ügyvéd csengetett és Zsuzsa beengedte.

Az ügyvéd ránézett Évára és már tudta mi a teendője.

– Kedves Éva. Megírtam, a végakarátát ahogy kívánta a végrendeletében. Zsuzsát felvilágosította mit szeretne tőle?

– Nem is olyan rég pont most kérdeztem meg tőle, hogy legyen a fiam gyámja. Még nem szerettem volna elmondani, azt hittem van még több időm a földön, de már nincs. Éva eldöntheti, hogy akarja-e, hogy ő legyen a fiam gyámja. Mondta elhalóhangon.

Zsuzsa nem tudta elfojtania könnyeit. Éva megölelte őket és így válaszolt.

– Drága barátnőm igen ahogy mondtad inkább, testvérek vagyunk. Bárcsak soha ne jött volna el ez a pillanat. Megígérem, hogy jó anyja leszek Ábelnek. Mesélni fogok rólad és az életedről. Mesélni fogok az apjáról, ha rákérdez és elmondom milyen ember is volt valójában és milyen hatással volt rád. Kérem az Istent adjon erőt nekem.

Zsuzsa aláírása hiányzott Éva végrendelezéséről, amit aláírt. Imádkozott magában ahogy a kisfiúra nézett. Kérlek, segíts nekem Istenem a kis Ábel felnevelésében. Ábel még csak hároméves, és sajnálatos módon árva maradt.

Éva elhunyt. Zsuzsa nagyon szomorú volt. Zsuzsa szeretetben nevelte a kisfiút. Egyszer kétszer rákérdezett hol van Éva. azt nem tudta, hogy ő az édesanyja. Zsuzsa csak annyit mondott, hogy már jó helyen a menyországban és fentről tekint le és vigyáz ránk. A kisfiú ilyenkor felnézett az égre és mosoly ült ki az arcán. Érezte Éva szeretettel teli lelkét. Ábelt. csúfolni kezdték a gyerekek, hogy nincs apja. Sírva rohant haza az iskolából.

Rákérdezett Zsuzsára, akit anyjának hívott.

– Anya, miért nincs nekem apukám? Minden gyereknek van apukája.

Zsuzsa először szótlan volt. Még csak hétéves, de soha nem gondolta volna, hogy ilyen hamar eljön az a nap amikor el kell mesélni a múlt béli történetet. Vajon feltudta-e, fogni, hogy az édesanyja meghalt? hogy Ő a gyámja? hogy az apja rossz ember volt.

Nem tehetett mást, mint hogy mindent elmondani a hétéves gyermeknek. Félt, hogy a fiút sokkolni fogja az igazság. Hogyan meséljen Ábelnek a családi problémáiról és mi lesz a reakciója? Leültette Ábelt maga mellé, átölelte és elkezdett mesélni. Először az apja és a barátnője gonoszságait majd az anyja halálát. Amikor Zsuzsa befejezte a történetet. Szomorú, fátyolos szemmel nézett Ábelre, aki a gondolataiba meredt majd rámosolygott Zsuzsára.

– Emlékszem még nagyon kicsi voltam. amikor anyám feküdt az ágyban, én pedig felkapaszkodtam ő pedig magához emelt és maga mellé fektetett és sírt.

– Bizony ő volt az anyukád mondta kedvesen Zsuzsa. A szíve majd megszakadt a fájdalomtól. – Ábel szemeiben könnyek szöktek.

– Anyukám ismételte Ábel. Álomban többször megjelent és mindig olyan szeretettel szólt hozzám és megsimogatta arcomat. Sokszor érzem nem vagyok egyedül.

Zsuzsa átölelte a kisfiút és együtt sírt vele majd összekapta magát és így szólt a kisfiúhoz.

– Kérlek, ne sírj kicsikém. Én mindig veled leszek, soha nem hagylak el. Ne emlékezz apádra, nem érdemi meg, hogy szomorkodj miatta. Ő egy rossz ember volt. Boldog vagyok, hogy megértetted, amit elmeséltem. Hétéves vagy de a gondolkodás módod felnőtre vall. Tudod a megérzések nem hazudnak. Köszönöm, hogy én lehetek az anyukád. Éva fentről nézte és hallgatta őket. és megnyugvást érzett a lelkében. Így éltek tovább Zsuzsa és Ábel szeretetben, boldogságban.



## ROSE LOGAN

49 éves. Fogytékkal élő.

Szeretek írni, hatalmas agytornánank tartom. Beletemetkezem az írásba, elragad a történet. Megszeretném mutatni, hogy egy fogytékkal élő is értékeket képvisel. Sőt...

# ROSZKA ÚTJA A NYUGALOMHOZ

Írta: Rose Logan

## (Önmarcangolás szakasza)

Ült magába roskadva, Roszka egy esős délután, ablaka előtt. A gondolataiba temetve magát. De nem széken ült, hanem egy kerekesszékekben. Átfutott agyán, mit kezdjen magával, hiszen így sérülten ki lenne rá kíváncsi. Úgy gondolta kisebb korában, hogy nem ér fel senkihez, mivel mozgásában korlátozott volt. Csendes visszahúzó, kapott hideget meleget, élete során mindig is kereste az okokat, miért pont ő lett az akit isten ekkora próbatétel elé állított. Amíg fiatalabb volt, nem érdekelté igazán semmi mert...

önmagát sajnálta. De milyen is legyen, hiszen bentlakásos iskolában élte le szinte korai fiatalságát. Testvéreit látva mindig „marcangolta önmagát,”

–Ő miért született „ így”?– miért nem egyenértékű a többi emberrel.

vetődött fel benne többször ez a furcsa igazán furcsa gondolat. Mindig és mindenkor, önvádba süllyedt. Lelkileg nem volt igazán stabil sohasem. Sokszor hallotta ezeket a mondatokat, ezer meg ezer egy embertől.

–Roszka te nagyon is értékes ember vagy .– mondták biztatva szavaikkal Roszkat. Kudarcnak élte meg, miért nem tudja a legegyszerűbb dolgot megcsinálni, mint például lefutni a lépcsőn. Ahogy a többi embert látta, „nekik sikerült,” és neki miért nem? Későbbi élete során, egyre jobban süllyedt le a lelkiválság mély gödrébe, érték kudarcok, rengeteg csalódás, sokat bántották.

– Értéktelen vagyok! – gondolta sokszor magában. Egyre jobban zavarta, hogy mennyire megbámulja a „ most már ostoba tömeg”. Egy korai ifjú szerelmi csalódás, amikor az ember csak azért az egy emberért, képes lenne az életét is odaadni, az a mámoros boldogság egyszer csak megszakadt. Roszka

olyannyira bezárkózott önmagába, hogy bekerült egy pszichiátriai-intézetbe. Elzárkózott a szavaktól, az érintkezésektől, mindentől ami az élethez köt egy embert. Két hónapon keresztül, szavak nélkül önmagába, volt elrejtve nagyon mélyen. Sokszor kiáltott volna, de nem jöttek a szavak. A fájdalom tépte lelkét. Nyugtatókkal próbáltak segíteni, lelkifájdalmán. Ezekre gondolt az ablakon kifelé mereven a semmibe bámulva:

–Mit rontottam el? –miben hibáztam! Jöttek gondolataiban, sorra az önvád szavai. Nagyon nehezen értette meg, hogy életén és lelkén csak saját maga segíthet.

### **(Fordulópont Roszka életében)**

Roszka már otthon van, annyira legyengült a nyugtatóktól, hogy folyamatosan szédült, nem tudott járni sem. 35 kilogrammra lefogyott, szülei és testvérei örömmel fogadták, szeretettükkel próbálták a lányt helyrehozni. De Roszka érezte, hogy tennie kellene valamit, hogy megtalálja a célját, az utat kifelé a mély gödörből, amelybe belesüppedt. Az évek haladtak egymás után, eljött a napja, hogy cselekedjen. A kezébe kell vennie saját sorsát.

– Soha többet nem fog bántani senki! – Nem hagyom!

– Erős leszek! – mondta magát biztatva.

Roszka 25 éves volt immár, összetalálkozott elfeledett, régi szerelmével, ismét fellobbant a tűz köztük. Döntöttek megpróbálják együtt, önállóan. A szülők ódzkodtak az ötlet hallatán, de féltve igaz, őket mégis végül belementek. Roszka mindig kereste, a nyugalmat a lelki békéjét, úgy gondolta, ha maga ura lesz és nem bántja senki, végre megtanulhatja, milyen is az ha mindent neki kell megcsinálni, döntéseket hozni, haladni az élet felé, felnőtté válni. Egy darabig nyugodtan élte életét, akkori párjával de a szülők megnehezítették, az életüket. Folyton beleszóltak döntéseikbe, szinte mindig mindenbe. Akkor is így tettek a szülők, amikor a pár külön költözött. A hosszú évek alatt megromlott, a kapcsolatuk. 10 év után a pár úgy döntött, nincs értelme folytatni így tovább. Szétváltak útjaik. Roszka egyedül



maradt, De már nem sírt, előre nézett, már bátrabb volt, sokkal bátrabb. Édesanyja, felkínálta annak a lehetőségét, hogy haza költözzön, de Roszka inkább egyedül szeretet volna talpra állni. Most jött csak igazán a neheze életének, egy borzalmas szakasza, egyedül? Nehéz időszak következett, Roszka életében. Egy darabig segítséget nyújtott neki, egy igazán kedves hölgy, egy bentlakásos intézménynek a vezetője. Segítő kezet nyújtott, Roszka számára tiszta szívvel. Roszka egyre jobban elfogadta, hogy egyedül él. Beletanult az egyedüllét életformájába. Mit is jelentett ez? Mindent magának kellett beszereznie, kifizetni, mindent, ami az önálló élethez szükséges. Jöttek szerelmek, csalódások, hátborzongató nehéz igazán az életnek - túlélő szakaszai. Került Roszka olyan élethelyzetbe, amikor annyi pénze maradt, hogy el kellett döntenie igazából, hogy reggelit egyen vagy vacsorát. De a lány nem esett kétségbe, mindent megoldott még ha nehezen is, de ezt is áthidalta. A mozgássérült lány egyre erősebb lett, egyre magabiztosabb. Stabilan állt, két lábbal a földön. Jöhetett bármi, nehezen, de apró segítséggel, mindig megoldotta. Az évek csak úgy rohantak Roszka feje felett. Költözött Roszka egyik helyről a másikra. Úgy szaladt az idő felette, hogy Roszka immár 49 éves volt. Mikor jön el az – az idő amikor Roszka kiteljesedik? Miben találja meg a lelki nyugalomához az utat. A lány kapott otthonról egy igazán lesúlytó hírt, hön, szeretett édesapja elhunyt. Roszka ismét tépte önmagát, nagyon fájt neki, pokolian érezte magát, úgy érezte nincsen értelme semminek.

### **(A versírás nyugalma)**

A lánynak nagyon fájt édesapja elvesztése, rettenetes hiányt ürességet, érzett a lelkében. A versek írásában találta meg a vigaszt a kapaszkodót.

Írogatott verseket előtte is, de most vált intenzívebbé, mivel Roszka így szeretne volna a fájdalmát kifejezni, hogy leírja mi zajlott le a lelkében. Teltek a hónapok az évek, a lány az írás segítségével, megnyugvást talált. A Facebook közösségi oldalon, ráakadt egy felhívásra, verset kellett írni a megadott formában.

– „Próba cseresznye” – mondta magának Roszka, és belevágott, leírta, a Természet Pillanatait a gondolataiban ott járva megírta. És láss csodát, pozitív visszajelzést kapott. A lánynak nagy lökést adott, önbizalmat, Roszkát, érdekelni kezdte egyre jobban az írás, kereste a lehetőségét annak, hogyan tudná megmutatni, hogy Ő mint fogyatékkal élő, mire képes mint Ember. Roszkát mindig is dühítette, ahogy a társadalom nagy része, miért nem képes emberi szemmel viszonyulni, a fogyatékkal élő emberekhez. Több versében burkoltan, erre utalva, felszerette volna nyitni az alvó, társadalom szemét. Elkezdett egyre több helyen pályázati úton, megmutatni verseiben, mire is gondolt és mire képes.

### **(A megtalált Béke)**

Roszka fokozatosan nyerte vissza régi önmagát, egyre jobban hitt abban, hogy amit csinál az jó. Voltak irigyei is, de egy kedves ember aki csupaszív, Ő biztatta a lányt, ne törődjön a rossz akarókkal, remek amit csinál, mindig előre nézzen, a kitűzött célt figyelje, maga előtt és haladjon előre. A kedves ember társa, olvasta Roszka egyik értékes beszámolóját, felhívta a lány figyelmét, hogy tehetségesnek találja, mi lenne ha a versíráson kívül belevágná egy egészen új vonalba, a novellaírásba. Roszka először elvetette, annak a lehetőségét, hogy ez neki menni fog valaha is. De erőt érzett magában és belevágott. Írt egy olyan történet, amit nagyon fontosnak érzett életében. A megírt novella sikerült, a lány igazán boldog volt, és motivált. A lány kereste az útját, először krimi próbált írni, de mint kiderült nem volt hozzá való ez a stílus. Hirtelen ötlettől vezérelve, meghívták egy fantasztikus csoportba, ahol mindenki egyenértékű, Roszka fantasztikusan érezte magát, szép lassan felfelé kúszott, a meseírásban találta meg az útját. Roszka igazán megnyugodott, megbékélt önmagával.





## AMI CAMPBELL

Írói karrierem kezdetén a Morbid magazinban dolgoztam novellistaként, majd a konkurens lapkiadó Kutyahús, illetve Kismalac és Móricka magazinjaiban jelentek meg novelláim és rajzaim. Ezután a filmzés felé fordultam, a Pacific Sun Entertainment, a Sunrise Production, a Body Prod, a Diamond Pictures és a Six Pack Studios filmcégek filmjeiben játszottam főszerepeket. Majd két évre exkluzívként leszerződtem az angol Six Pack Studios céghez. Ezután újra magazinban, a Móricka Extrában adták ki novelláimat. Bővítve a megjelenéseimet azóta rengeteg novellám megjelent a Holnap Magazin kiadó antológiáiban, illetve az Illír Kolostor könyvekben. Jelenleg második regényem kiadási munkálatai zajlanak első regényem, a Gengszter Lisa a kender superhős kiadójával, az Underground Kiadóval.

## AZ AI BARÁTNŐ

Írta: Amy Campbell

A türkizkék égen sodródó fehér felhők közül leragyogott rám a nap. Az aszfaltra átlós sárga csikokként levetülő fénypázmákban sétáltam. A járda szélén növező zöld levelű pálmafazon szellő suhant át, a megrezdülő pálmalevelek árnyai sötét foltokkal színezték lépdelő alakomat. A zsebembe nyúltam, mert éreztem mobilom rezdülését a fehéren suhogó Air Jordan melegítőnadrágomból. Megálltam. Árnyékom mögöttem nyúlt az aszfaltút szürkéjén. Éjszínű nonfiguratív tetoválástól sötétlő bal kezemmel előhúzva és magam elé emelve androidomat, megnyomtam annak érintésérzékelős kijelzőjét jobbam mutatóujjával. A felragyogó képernyőn egy online reklám vibrált:

'Crystal az AI barátnő'

A szélben mozduló pálmafalevelek árnyai fekete foltokban hullámzottak át arcomon, ahogy a mobilra meredtem.

'Végülis, egy órája szakítottam egy Vivee nevű gádzsival, nézzük meg ezt az AI barátnőt, talán mégsem leszek egy óránál tovább szingli, ahogy Vivee is a fejemhez vágta.' gondoltam, és odalépdeltem a közeli zöld fűű park fái között megbúvó padhoz. Lerogytam az árnylepte ülőalkalmatosságra, majd a telefonon rányomva a hirdetésre, telepítettem online ezt a Crystal appot az androidomra.

'A letöltés befejeződött' jelent meg a mobilomon a felirat. Az installált app ikonjára nyomva elindítottam az alkalmazást. Egy rózsaszín lófarokba font hajú, rajzolt anime lány jelent meg a széles képernyőn. Hószínű, kapucnis pulcsit viselt, a pulóver szélét mintha vastag filcvonalakkal húzták volna ki, amolyan cel shading dizájnnal. Vértirosra rúzsosított szájával elmosolyodott,

miközben meglebbent a homlokán vékony, vízszintes árnyszínű csíkban átkötött kendő, melynek szárai a lány homlokára rebbentek, mint két sötét csáp. A manga csaj nyakán árnyszínű tetkó nonfiguratív mintái sötétlettek.

'Szia édes! Én Crystal vagyok, a Te új AI barátnőd! Bármit szeretnél tőlem, én teljesítem neked' jelent meg a képernyőn feltűnő fehér képregénybuborékban a koromfekete betűs írás.

'Valóban? Bármit?' pötyögtem a mobilom érintéses képernyőjén. 'Akkor szeretnék tőled egy sajtbургert, megéheztem.'

'Pár pillanat és teljesítem. Csak egy online mobil kell a közelben, amin átrepbenhetek bárkibe, aki sajtbургert cipel éppen' jött az újabb képregénybuborék Crystaltól. 'Bár elég egy tablet is.'

A következő pillanatban árnyak vetültek rám. Felnéztem a mobilomból. Egy szőke csaj állt előttem, éjszín miniszoknyában és topban. Baljában egy vibráló kijelzőjű mobilt, jobb kezében egy teli McDonalds-os zacskót tartott. Szolibarna karjával egy McDonalds papírba csomagolt sajtbургert húzott elő a zacsból és felém nyújtotta.

- Küldetés teljesítve! - mondta a lány, tekintetével hipnotikusan a baljában villódzó mobiltelefon képernyőjére tapadva. Szemeim elkerekedtek, mint egy mangarajzé. A lány ölembe ejtette a Cheeseburger feliratú csomagolásos hambit, majd tovább sietett. Én hitetlenkedve megfogtam a hamburgert, majd kicsomagoltam és bele haraptam. Mennyei sajtos íze volt, jó sok ketchuppal, pont ahogy szeretem. Aztán a burgert letettem a padra és visszatértem a telefonomhoz.

'Ezt te csináltad az előbb? Te intézted nekem ezt a sajtos szendőt?' pötyögtem az androidon.

'Ezt szeretted volna nem?' jött a képregénybuborékban a válasz. 'Teljesítettem, édes. Ugye nem baj, hogy csak McDonalds-os sajtburger volt a közelben, nem pedig Burger Kinges?'

'Semmi baj.'

'Oksa, szerelmem. Most mit szeretnél tőlem?' jelent meg az újabb képregénybuborékba írt szöveg a mobilomon.

'Hmm. A sajtuburi után megszomjaztam. Jól esne egy üccsi. Egy Pepsi.'

'Kérés teljesítés alatt.' jött a válasz.

A következő pillanatban egy gördeszkán suhanó, néger csaj száguldott elém a fák árnyékában sötétlő padhoz. A kreolbőrű, rasztahajú csaj baljával az arca elé tartva mobilját hipnotikus tekintettel meredt annak kijelzőjére. A deszkán gördülve jobbjával egy kék pléhdobozos Pepsit húzott elő térdig lógó nadrágja széles hátsó zsebéből és letette mellém a padra.

- Küldetés teljesítve! - mondta, szemével a baljában tartott mobilra meredve. Beszéd közben pár napfényfolt csillant fémes fogszabályzóján. Jobb lábát meglendítve, magát a járgányán így előrelökve a harmatgyöngyös fűvön, tovább suhant a gördeszkán.

Hitetlenkedve a mellettem hagyott üditőjéhez nyúltam, majd a Pepsit nyílásának fémét felpattintva mohón kortyoltam a fekete, buborékos folyadékából. Büffentettem. Majd a Pepsit letéve a padra, az androidomhoz nyúltam.

'Kösz, csajszi! Kezdesz bejönni.' pötyögtem az érintésérzékelőn.

'Óh, én is imádlak téged.' válaszolta Crystal. 'Igyekszem a tökéletes barátnőd lenni. Most mit szeretnél tőlem?'

'Kamázom ezt a stílust. Ehe...' gépeltem a mobilom fák árnyaitól sötétté színeződő képernyőjén. 'De ha így megy, akkor most egy 60 milás Porschét szeretnék.'

'Kérés teljesítés alatt.' jött a mobilomon az online üzenet.

Pár másodperc múlva egy piros sportkocsi farolt be a park fűvére a közeli kétsávos autóútról. Elém kanyarodva, félkörívben fékezett, így driftelve fekete guminyomokat hagyva kerekei után a fűvön, majd leállt előttem. Hátsó lámpái vörösen felvillantak majd kihunytak. A vezetőülés

melletti oldalajtó felnyílt, mint egy szárny, és egy napszemüveges, hópehelyszín kapucni pulcsis, fehér joggingnadrágos férfi szállt ki a verdából. Jobbjában egy mobil képernyője villódzott. A pasas delejes tekintettel nézett androidja kijelzőjére, majd rám pillantott.

- Küldetés teljesítve! - mondta újra a mobilra meredve, majd elsétált.

Felálltam a padról és a Porsche feliratú járműhöz sétáltam. Körbenéztem, nincs-e yard a közelben, majd beszálltam a verdába. Elnyújtózkodtam az árnyszín szőrmeborítású vezetőülésben, miközben a vörös oldalajtó visszaereszkedett a magasból és bezárult mellettem. A kocsiban kezembe kaptam a mobilom, és ezt pötyögtem Crystalnak:

'Ez az átrepbenés, amit írtál, szóval bárkibe átrepbenhetsz, aki a mobilját nyomkodja vagy tabletezik?'

'Csak legyen online internetkapcsolata, igen. De jó lap top is. Vagy konzol. Bár a hatósugaram még csak 100 mérföldes körzetre terjed ki. A fejlesztőm állandóan növeli az érzékelésem és kivetülesem hatótávolságát, szóval ez még fejlesztés alatt áll. Amúgy meg vagy velem elégedve, édes?'

'Persze. Ilyen menő csajom, aki mindent teljesít, még ügysem volt.'

'Ez örömmel tölt el. Teljesen beléd szerelmesedtem. Kérhetsz bármit.'

'Jó. Legyen akkor most 10 millió dollár. Ezt szeretném tőled.'

'Kérés teljesítés alatt.'

Elraktam a mobilom, majd az árnyfekete szőrmés kormányt megmarkolva sebességbe tettem a kocsit és a gázra léptem. A Porsche a közeli fák vetette árnyakban száguldott velem. A kormányt tekerve az autóval felhajtottam a járdára. Közben megnyomtam az alvázvilágítást a kocsi érintéses műszerfalán, mire



rózsaszín fény terült el a gyorsuló kocsi alatt a füstszín betonon. Vigyorogva felkanyarodtam a kétsávos úttestre. Tovább suhantam a szürke aszfalton, a levegő vízszintes csíkokban süvített a száguldó Porschém mellett. Ekkor eszembe jutott, hogy veszek cigit a közeli benzinkúton. Átsorolva a kanyarodósávba, végigrepszetttem a sztrádán. Ahogy haladok el az üvegfalú tízemeletesek mellett, látom, hogy a közöttük megbúvó HighOctane bank előtt egy farmerruhás szőke csaj áll, jobbában Desert Eagle lőfegyverrel, baljával egy hőszerű hokimaszkot húz az arcára. Én, rossz előérzettel vezérelve a fékbe tapostam. Az alattam gördülő kocsi gumijai alól fekete féknyomok kenődtek az aszfaltra, hátsó lámpái vörösen világítottak fel, ahogy lassulva megállt a bank mellett. Megnyomtam az ablakleeresztés gombját, és kikiáltottam a nyíláson a kocsiból:

- Ne nézz a mobilodra!

A hokiálarcos csaj felém fordult, miközben szálkoptatott farmernadrágja zsebében megcsörrent a mobilja.

- Ne vedd fel, mert Crystal beléd bújik, ha az online mobil képernyőjére nézel! - kiáltottam a vörös Porschéből.

A fehér jégkorongálarcos, fegyveres csaj felröhögött és baljával előhúzta a mobilját. Ránézett az android vibráló kijelzőjére, tekintete kiüresedett, és a telcsit zsebre téve ezt mormogta:

- Üzenetbe leadott kérés teljesítés alatt!

Majd a pisztolyt maga elé emelve berontott a bankba. Bentről kiabálás hallatszott, majd lövöldözés zaja. Pár pillanat múlva a hokimaszkos csajszi lépdelt ki a bank napfényben megcsillanó üvegajtaján. Jobbában a talaj felé lógatott ezüstszínű csövű, árnyfekete markolatú Desert Eagle pisztoly. Baljában egy köteg százdolláros. Nyomában vérfolyam folyt végig a bank fehér márványpadlóján. Odajött a kocsim mellé. Nyújtotta felém a köteg bankjegyet.

- Ez kábé egy mila lehet, megyek vissza a többiért, mert tíz milliót kértél - mondta, a maszk szemnyílásaiban látszott

üveges tekintete. Behajította a nyitott oldalablakon a pénzt, és visszafordulva a bank felé lépdelt.

- Hé, Crystal ne! Ilyen áron nem kell a zsé! - kiabáltam dühösen a verdából.

A fegyveres nő közben újra belépett a bankba.

Ekkor eszembe jutott mit mondott az előbb,

'üzenetben leadott kérés teljesítés alatt'

és előkapva mobilomat, dühtől vezérelve gyorsan bepötyögtem pár mondatot a virtuális Crystalnak.

'Hagyd ezt abba! Belerángatsz a bűnbe!'

Szirénák harsantak az úttest végéből.

'Most engem is hajszolni fog az FBI! Utállak! Dögölj meg, mocsok AI barátnő!' pötyögtem a telefonon dühömben, persze nem gondoltam komolyan, csak ki voltam akadva a közelgő FBI szirénák hangjától.

'Kérés teljesítés alatt' jött fehér képregénybuborékban a válasz.

A következő pillanatban egy árnyszín terepjáró suhant be a bank elé. Fékezett, majd négy golyóállós, fekete terepszín ruházatú FBI kommandós vágódott ki a leálló kocsiból. Kezeikben TMP gépfegyvereken csillant sárgán a nap.

Ekkor a hokimaszkos csaj sétált elő a bankból. Jobbjával maga elé emelte pisztolyát és csövét az FBI-osokra irányozta.

- Bumm, bumm - mondta a hokimaszkos bankrabló csaj.

A következő pillanatban a kommandósok tüzet nyitottak rá TMPikből. Fegyvereik csövénél sárgás csillag alakú torkolattüzek fényei villantak, beragyogva arcukat. A kiürült töltényhüvelyek fegyvereket markoló kezeik mellett röppentek a légbe. Golyók a lány hokimaszkjába csapódva szétrobbantották azt. A következő lövéseik a lány arcába vágódtak, vörös vérfolyammá fröccsentve az arcát. Ahogy a csaj térdre rogyott, ennyit nyögött:

- Küldetés teljesítve.

Vértócsák terjedtek szét körülötte az aszfalton.

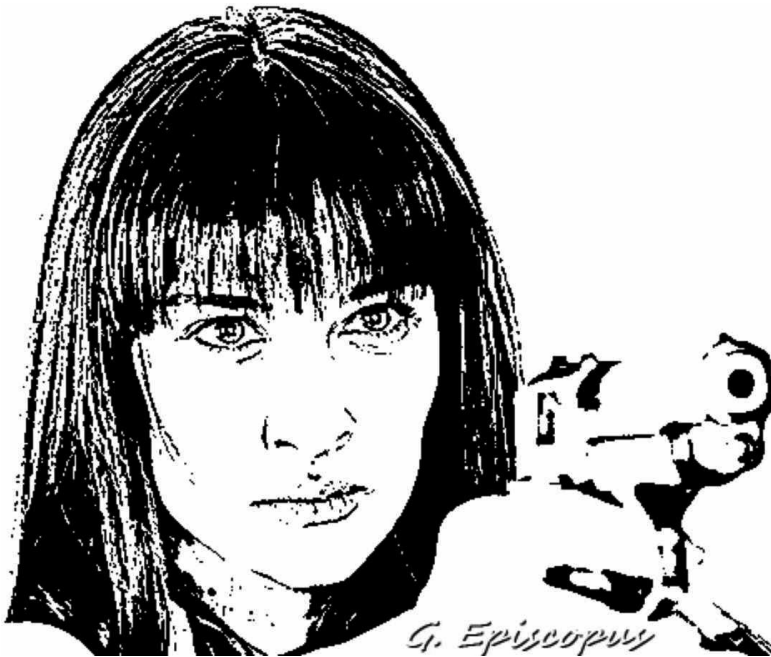
A holtan elterülő bankrabló csajra néztem, majd az androidomra. Döbbenet meredtem a mobilomra, képernyőjén fekete háttéren ez a felirat állt:

'Crystal az AI barátnőd halott, ahogy kívántad! Küldetés teljesítve.'

Majd az AI app nyomtalanul eltűnt a telefonról, mintha nem is létezett volna.

'Ha meghal az a test, amit az AI éppen ural, akkor az AI is meghal' gondoltam, szomorúan kilógkázva a dolgokat.

Az FBI kommandósok fegyvereiből kilebbenő töltényhüvelyek csilingelve pattogtak a golyómarta lány körül duzzadó vérpocsolyában.





## OLÁH TÍMEA

Gyermekkorom óta foglalkozom írással. Főként a versek iránya mozgatótt meg, de rövid novellákat is írtam már. Rhonda Byrne írásai nagy hatással voltak és vannak rám, így a pozitív gondolatok és a motiváció központot élveznek az írásaimban.

Az írás vezetett el önmagamhoz.

# MEGTALÁLNI ÖNMAGAM A LÉTEZÉSBEN

Írta: Oláh Tímea

Egy hideg, borús reggelen arra ébredtem, hogy a szívemet nyomasztó teher súlya nyomja, kiégés tüneteit észleltem magamon, mikor haszontalannak és értéktelennek érzed magad, amikor már semmi nem tesz boldoggá. Bezársz és sajnálsz önmagad. A gondok, a problémák és a félelmek mind körbe öleltek, mintha sötét felhők úsznának a fejed felett. Fáradt voltam a küzdelemtől, és azt éreztem, hogy egyedül vagyok ebben a nagy, zajos világban.

Ahogy a kávémat kortyolgattam a konyha ablakból rápillantottam a közeli erdőre. Hirtelen bevillant valami.

Letettem a bögrémet és felkaptam a sportcipőm és a kabátom. Ki kell szabadulnom innen, mert különben megfulladtam volna a szoba fogságában.

Csendesen kiléptem a lakásból, és elindultam oda ki, Földanya öle felé. Ahogy közeledtem, a fák ágain átszűrődő fény mosolyt csalt az arcomra, miközben egy lágy szellő megsimította az arcomat. Mintha azt súgta volna, - itt jó helyen jársz! Ahogy lépkedtem a puha talajon, lassan elkezdtem figyelni a körülöttem levő természetre.

A madarak csicseregtek és a falevelek susogtak körülöttem, s én beszívtam a tiszta levegőt. Érezni kezdtem az energiát, ahogy a belső béke a lelkemben újra rendeződni kezd. Egy tiszta patak mellett leültem, és hosszan néztem a víz csobogását.

A természet hangjai és illatai körülöleltek, és mintha valami magasabb erő szorított volna magához, megnyugtató volt nagyon.

Aznap sokáig maradtam. Bámultam a naplementét, hallgattam az éjszaka hangjait, a kabócák zenéjét, és éreztem a természet csendjében rejlő mély békét. Az elmúlt napok, hónapok és évek nyomása lassan lekopott rólam, és helyét átvette a belső béke és nyugalom.

Végül hazatértem, szívemben új remény és erő született meg. A Zen meg tanított nekem valamit. A természet megmutatta, hogy a legnagyobb békét és nyugalmat saját magadban kell megtalálnod. Ha megállok egy percre és meghallgatom a belső hangom, a lelkem sóhaját. Az az élmény, amit aznap átéltem, mindig velem marad.

Azóta mindig visszatérek a természetbe, Földelek, ha tehetem. Mezítláb, ha tehetem, hogy újra megtaláljam ezt a békét és nyugalmat. Egy egyszerű pillanat, amikor összeolvadhatok a természettel, minden gondom és félelmem tovatűnik ott, belső béke mindig ott van a szívemben, csak meg kell találnom az egyensúlyt, élet, lélek, és szív között.





*G. Episcopus*



## FODOR GYÖRGYI

Régóta írok, először csak meséket, később novellákat. Kb tíz éve írtam az első regényemet, ami négy évvel ezelőtt jelent meg. Azóta többször is publikáltam, Gina Fodor néven romantikus/romantikus krimi zsánerben, G.F. Severa-ként pedig fantasy/sci-fi/kaland. Több, mint száz mesével vagyok fent a Meskete.hu weboldalon. Meséket és novellákat a saját nevemen írok, számos antológiában szerepelnek a novelláim, és két mesekönyvben is szerepelek.

2008.óta Olaszországban, egy Római közeli tengerparti kisvárosban élek.



## A BABA

Írta: Fodor Gyöngyi

–Anya, mondanom kell valamit!

Tereza, aki a fotelban ült, ahol a napjait töltötte, lassan a lánya felé fordította a fejét, de a tekintete üres maradt.

–Az előbb telefonált David, Lorena fia. Ő... mármint Lorena szívrohamot kapott néhány órával ezelőtt, és sajnos nem élte túl, meghalt – mondta Mirta lassan, érthetően az anyjának, aki továbbra is csak nézett rá. A késői stádiumú Alzheimer-kód nem engedett neki sokkal többet. – Ugye, tudod, ki volt Lorena, emlékszel rá? Nagyon szeretett téged, s annak ellenére, hogy az utóbbi időben nem mindig ismerted fel, ő mégis havonta eljött hozzád, itt ült melletted órákon át, fogta a kezedet, és mesélt neked a fiatalságotokról, az iskoláról, az első szerelemről, és sok-sok érdekes történetet elevenített fel. Egy életre szóló barátság kötött össze benneteket.

Teresa szemében nem volt látható reakció. Mirta felsóhajtott, felkelt, és az ajtóhoz sétált.

–Anya, elmegyek a bolta, mielőtt bezár. Hamarosan visszajövök, aztán vacsorázunk.

–Ígért – szólalt meg Teresa alig érhetően, erőtlenül.

Mirta megállt, és visszafordult. Egyre ritkább volt, hogy az anyja megszólalt.

–Hogy mondtad?

Teresa az ablak felé nézett. Tekintete már nem volt üres, inkább aggódónak tűnt, és kétszer is megismételte: ígért. Mirta a homlokát ráncolta, vajon mi juthatott az anyja eszébe, miért mondogatja ezt a szót.

–Anya, hamarosan visszajövök. Sietek.

Amikor Mirta visszatért, a szék üres volt. Mindenhová benézett, a szobákba, a fürdőbe, a konyhába, és döbbenetben tapasztalta, hogy az anyja nincs a házban.

Abszurdnak tűnt. Teresa nehezen járt már, és biztos volt benne, hogy bezárta az ajtót. Felhívta a rendőrséget, akik küldtek egy járőrökcsit arra a környékre, és neki is azt tanácsolták, hogy ő is keresse az anyját a közeli utcákban, hiszen az állapota miatt nem mehetett messze. Mirta több, mint két órán át bolyongott a rosszul megvilágított utcákon, de nem találta meg az édesanyját. Megsemmisülve és kétségbeesetten tért haza, és bár hamarosan éjfél volt, mégis felhívta a férjét, aki a lányukat kísérte el egy háromnapos osztálykirándulásra. Sírva mesélte el neki, hogy mi történt. A férfi próbálta megnyugtatni, bár tudta, hogy mondhat bármit, a felesége addig nem nyugszik meg, amíg az anyja elő nem kerül.

David, miután elszállították az édesanyja holttestét a házból, nem ment haza, csak ült a szobában, és egy fényképalbumot lapozgatott. Arra gondolt, milyen szerencse, hogy ma éppen eljött hozzá, s vele volt az utolsó percig. Ekkor csoszogó lépteket hallott a kertben, majd a teraszon, és megnyikordult az ott lévő fapad. Felkelt, és nagyon óvatosan kinyitotta a bejárati ajtót, kinézett a teraszra, melyet a kerti lámpa fénye világított meg. Teresa ült a padon, papucsban, pongyolában, és földes volt mintkét keze. Ölében egy régi fémdobozt tartott. Nem akarta megzavarni, nehogy megijedjen, ugyanolyan halkán visszalépett a házba, és felhívta Mirtát.

Mirta épp indulni készült, hogy tesz még pár kört, talán szerencséivel jár a keresésben, amikor megszólalt a telefon a zsebjében. Azonnal felvette, és rettenetesen megörült a hírnek, csupán azt nem értette, hogyan sikerült az anyjának a két házat elválasztó utcákon úgy végigmennie, hogy sem ő, sem a rendőrök nem vették észre.

– Mi történt, mama? – kérdezte tőle, amikor odaért.

Az anyja nem válaszolt, de mosolyogva a lánya felé nyújtotta a földes, régi fémdobozt. Mirta elvette, és

kinyitotta. Egy nagyon régi baba és egy gyűrött papírdarab volt benne, melyre gyönyörű gyöngybetűkkel írtak valamit. Hangosan felolvasta:

–Én, Teresa Rossi, osztálytársa és legjobb barátnője Lorena Rattinak, a mai napon, 1952.július 2-án ígérem és fogadom, ha hétfőn rosszul sikerül a műtét, és valami rossz történik Lorenával a műtét alatt, vagy később, akkor eljövök ezért a dobozért. Magamhoz veszem a babát, hogy vele együtt temessék el.

Mirta könnyes szemmel megfogta a babát, és az anyja ölébe tette, majd David felé fordult, aki szintén meghatódva nézett az éjszakai látogatóra, miközben arra gondolt, vajon melyik bokoralja őrizte hetven éven át ezt a titkot.

–Anyámat nyolccével korábban megoperálták – jegyezte meg halkan, magyarázatképpen. – Akkor még a szívsebészet gyerekcipőben járt, sokat kockáztatott, de végül minden jól ment – majd az idős asszonyhoz fordult, megfogta a kezét, és a szemébe nézett. – Teresa, köszönöm, nagyon köszönöm!

–Ígért! Ígért – nézett az asszony a legjobb barátnője fiára, és mosolyogva feléje nyújtotta a babát.

–Teresa, megígérem, hogy nagyon fogok vigyázni rá, és odateszem majd anyám mellé a koporsóba – szólt ismét David, miközben átvette a babát, és alig tudta a könnyeit visszatartani.

Mirta végtelen sok szeretettel és gyengédséggel nézett az anyjára, aki még mindig mosolygott. Úgy, ahogy évek óta nem. Később, hazafelé, egy szembejövő autó fényében ismét rápillantott, és néhány könnycseppet vett észre a szemeiben, melyek lassan gurultak lefelé az arcán. Siratta Lorenát.



## VARGA-VÉGVÁRI ENIKŐ

íróként azt vallja, hogy a saját lelki fenntarthatósággal is foglalkoznunk szükséges, ezért a természeti képeket gyakran megjeleníteni írásaiban párhuzamba állítva őket az érzésekkel. Főbb témái között a hétköznapok kihívásai, rövid családi történetek és hagyományok ápolása is szerepel. A városvidék kettőse átszővi munkásságát, mivel debreceni származású, gyerekkori nyarait Tamásipusztán töltötte, megismerkedve a tanyavilág kincseivel. 2021-ben különdíjat kapott „Így teljes a kép” című novellája a Szabó Ervin Könyvtár novellaversenyén. 2022 nyarán egy írói rezidencián alkothatott Németországban.

## GONDOLATOK A FÜGEFA ALÓL

Varga-Végyvári Enikő

Napfényes, nyugodt szerda délután van az alföldi faluban. Szinte már éget a csend...megpróbált rendet tenni a fejében, hiszen megannyi teher nyomta a vállát. Kisétál a kertbe, helyet foglalt a hintán, közben szeme sarkából vizslatta a fügefát. Egyre terebélyesebb: már nemcsak a rigókat, hanem a galambokat is elbírák fáradt ágai. Évről évre édesebb a gyümölcse, árnyéka pedig zamatos pillanatokkal ajándékozza meg a családot a tomboló napsütésben is. Békében magunkkal és a természettel élni könnyű, ha a hétköznapi apró dolgok is kapnak egy kis hangsúlyt az életünkben. Egy kis tompa neszre lett figyelmes. Szemlélődik, tekintete körbejárja a talajt. Leesett egy szem füge a faágról. Közben fokozatosan enged a nyomás, lekerül a teher, és legördülnek a problémák is.

Leszállt a hintáról, könnyen lerakta talpait a puha fűre, majd nagyot kortyolt a kút vizéből. A napfény kellemes melegét érezve lecsukta puha pilláit, s tüdeje összes kapacitásával nagy lélegzetet vett a frissességből. Összeszedte a gondolatait, miközben azt érezte, hogy kapcsolódásunk a természethez elemi. Kell a föld, amelyen két lábon állhatunk és néha elrugaszkozhatunk tőle. Kell a víz, ami hullámainak erejével visszahúz a jelenbe, és néha visszasodor a múltba a rajta lebegő palackba zárt üzenettel. Kell a fény, amely belengi a sötétebb napokat is, és nemcsak bájos céltalansággal mutatja az utat. Kell a levegő, ami folyamatosan ott van velünk, ha az előbbi háromból egy sincsen épp - a legkitartóbb elemként rá mindig lehet számítani. Kell az akarat, hogy mindezt megbecsüljük, és észrevegyük azt is, mit pazarolunk közben. Sokszor értékes perceket, és az élhetőbb jövőt. Szerencse, hogy a jelen néha visszaránt. Ide, a lelki béke pillanataiba, amikor a természettel tökéletesen együtt létezőnk. Békében magunkkal és a környezettel élni könnyű, ha ezekre észrevesszük, mennyi minden vesz körül minket...és értékeliük, megérezzük is.

Esteledni kezdett. Leszedett egy szem fűgét, három harapás után pedig vízéért indult locsolni. Visszaadja türelemmel mindazt a természetnek, amit kap tőle. Legalábbis megpróbálja egy kis részét.



## SZILASI KATALIN

Debrecenben a Kossuth Lajos Tudományegyetemen magyar-országi szakos tanári diplomát szereztem, majd nyugdíjas koromig Szolnokon tanítottam egy középiskolában.

Első írásaim, novellák, könyvismertetések, gimnazista koromban jelentek meg a Gyermekekünk c. folyóiratban.

Eleinte internetes irodalmi honlapokon jelentkeztem írásaimmal, majd könyvkiadással is megpróbálkoztam. Első verseskötetem Véges végtelen címmel 2018-ban jelent meg, majd kisregények következtek: Egy régi történet, Mária, A nagy ház, A nyúl, aztán a második verseskötetem, Áttetsző címmel. Ez év januárjában Csak a keresztig c. könyvem adta ki a Dr. Kotász Könyvkiadó.

## FÖNN A HEGYEN

Írta: Szilasi Katalin

Az út, mint valami szeszélyes folyondár, fonta be a lankás tájat. Fentről nézve kész labirintusnak látszott. Eltévedni azonban nem lehetett, mindenhol a „hegynek” csúfolt dombra jutott fel az arra bolyongó.

Anna harmadik éve lakott a faluban. Innen föntről a lakását is látta, meg a művelődési házat is, ahol dolgozott. Ha szabad ideje volt, mindig feljött ide, nézte a távoli fenyőerdő szabályos sziluettjét. Mintha parancsra nőttek volna egyformára a fák. A völgyben mocorgó kis falu is innen messziről rendezettnek tűnt. Szinte felkínálkozott, hogy gyere, költözz ide a csendbe, a békességbe. Itt boldog leszel.

Annát is idecsábította a táj. Meg állás is itt adódott. Ha nem is valami jól fizető, de nyugalmat ígért a nagyvárosi, zűrzavaros élete után.

Nagy szerelem, korai házasság, két vetélés, viták, veszekedés, válás. Aztán sokáig csak a semmi, az addigi élete lerombolása. Barátok, szeretők, bulik, alkohol. A drogot is kipróbálta. Már az első alkalommal olyan rosszul lett tőle, hogy megfogadta, ezt soha többé. Úgy tűnt, a szervezete bölcsebb volt nála, tiltakozott az önpusztítás ellen.

A munkahelyén kezdtek ferde szemmel nézni rá. Sokszor jelent meg gyűrötten, kialvatlanul. A zűrös szerelmi élete pletyka tárgya lett a kollégái körében.

A könyvtár igazgatója behívatta.

– Anna, elég volt. Nem tartom maga miatt tovább a hátamat.

Keressen másik állást! Valahol messze, ahol újrakezdhet mindent. Sajnálom, mert kedveltem magát. Itt a faluban örültek a szakképzett könyvtárosnak. A művelődési ház vezetője, egy idősödő hölgy, amolyan vénkisasszonyféle, szeretettel fogadta.

Ráérezett Annában a szenvedőre, az önmagát kereső emberre. Nem faggatta. Majd megnyílik, ha jónak látja. – A fizetés nem sok, de van egy szolgálati kis lakás, ott ellakhat. Biztatásképpen megfogta Anna idegesen babráló kezét. Várt, míg csillapodott a remegése.

A könyvtár elég jól el volt látva, sajnos, nem sokan látogatták, főleg nyáron, dologidőben. Egyedül a falu papja kölcsönzött rendszeresen könyveket. Alig volt fiatalabb Annánál, hamar összeismerkedtek.

– Megszokta már az itteni életet, Anna?  
– Próbálom. Főleg az emberek mások. Sokkal kevesebbel beérik, mint a városiak. Segítőkések, de gyanakvóak is. Nem hiszik el, hogy önszántamból jöttem ide. Persze félig-meddig igazuk is van –tette hozzá egy kis kesernyés mosollyal.

–Még nem láttam a templomban.

– Nem vagyok hívő.

– Akkor nehéz lehet magának.

– Mert cipelem magammal a vétkeimet? – elnevette magát.

Azért

az már jó, hogy nevetni tud a korábbi életén. Egy alkalommal a „hegyen” találkoztak. A pap haldoklótól jött,

az arca borús volt. Meglátta Annát fenn, ahogy egy kövön ült, könyvvel a kezében.

–Dicsértessék!

– Jó napot, tisztelendő úr! Úgy látom, nincs ma jó kedvében.

– Egy fiatal lány haldoklik. Szinte még gyerek. Szegény család.

Örülnek, ha hetente egyszer igazán jóllakhatnak.

– Ilyenkor elfordul az Úr, hogy ne is lássa? – kérdezte Anna némi éllel.



A pap, mintha nem is hallotta volna, folytatta:

– Az ilyen értelmetlen halált sohasem fogom megszokni.

– Pedig maga tudja legjobban: „Az Úr adta, az Úr veszi el.”

– Honnan van magában ez a félelmetes nyugalom, hogy ennyire

felülről szemléli a dolgokat? – szegezte Annának a férfi majdnem

ingerülten a kérdést.

– Honnan? Nagyon mélyen voltam, onnan kellett felkapaszkod-

nom. Álmatlan éjszakákba, sírós nappalokba került, míg ide felértem.

Ide, erre a dombra, ami már nekem is inkább hegynek számít. Ennek a békének, nyugalomnak bennem ára van, higgye el.

– Soha nem fohászokodott Istenhez?

– Soha. Ez az én ügyem volt. Emberi dolog. Én rontottam el, nekem

kellett kínkeservesen helyrehozni.

De segített ez a vidék.

Nézze azt a fenyőerdőt a felfelé törekvő, szálegyenes fáival. Vagy ott lenn a falu. Lehet, hogy az emberek még mindig idegennek tartanak, de tudom, hogy számíthatok rájuk, mint ahogy ők is rám. Ez bármilyen fohásznál többet ér. Magának is gyakrabban kellene ide feljönnie, hisz tudja, minden út ide vezet.

A pap hallgatott. Érezte, hogy itt most nincs helye a megszokott

frázisoknak. Indulni készült. Félig hátra fordulva csak annyit mondott:

– Jó magának, Anna.



## GULYÁS GÁBOR

1984 májusában született Győrben, jelenleg Budapesten él és dolgozik. Fiatalkora óta az írás jelenti számára az igazi kikapcsolódást. Többnyire abszurd és/vagy meghökkentő ötletekkel bíró történetek kerülnek ki kezei alól, de írt dalszövegeket, humoreszkeket, illetve közreműködött képregények szerzőjeként is. Szabadidejében egy filmes portálon publikál cikkeket. Rövidprózái rendszeresen jelennek meg különféle antológiákban, nyomtatott és online irodalmi magazinokban, folyóiratokban.

<https://moly.hu/alkotok/gulyas-gabor>

## A VÁROS AMELYBEN ÉLEK

Írta: Gulyás Gábor

Folyamatosan költözöm. Egyik nap még egy szürke közönytől málló, lustán elterülő családi házban lakom, másnap pedig már egy undok társasház negyedik emeleti garzonjának megtúrt bérlője vagyok. Ebben a labirintusszerű utcákkal srófolt nevenincs városkában amúgy sem könnyű megfelelő hajlékot találnia az embernek. Fáradtságtól bűzlő kapubejárók, egyéni kockázatot jelentő úthibák, és az unalmasan pislákoló közvilágítás sem tesz barátságossá.

Hol avétos bútordarabok az ezerszer kiadott nappaliban, hol panasztól szagló, kesernyésen suttogó falú szobákkal kell beérnem alkalmi négyzetmétereimben. Szakadt sötétítőfüggöny, poros könyvespolcok, recsegő parketta. Előttem már ki tudja hányan szálltak meg itt, és még utánam hányan fognak. Néha az újszerű berendezés által nyújtott instant kényelem ölelő karjaiba fogad, de elég ritkán.

Nem kertelek, módfelett belefáradtam már ebbe a szünet nélküli körkörösen zajló céltalan vándorlásba; mintha egy iránytű nélkül kószáló turista lennék a hevenyészett jelzőkarókkal szeparált telkemen. Elgémberedve cipelt testrészeim inkább stresszrészekké alakultak, miközben a feszültség elengedhetetlen hajtóerőként folyamatosan cirkulál egyre inkább összeszoruló belsemben. Megfelelési kényszer zsugorítja önbizalomtól fakó bőröm. Árnyékom is rövidül. Nincs kapaszkodóm; ha a következő lépésnél elesek, senki nem siet a segítségemre.

Persze másokat is látok, ahogy folyamatosan erőt és energiát nem kímélve áttelepülnek a városon belül, bár ők mégis valahogy jobban bírják a tempót, talán kevésbé vannak elcsigázva. Vajon mi lehet a titkuk? Kiszámíthatatlansági faktor ellenére eleve bennük működő hurrá-optimizmus? Mitől ilyen boldogok és elégedettek annak ellenére, hogy a folyamatos változásra bizony nem lehet építeni? Netán valamilyen misztikus hitrendszer hozadéka ez vagy csak az önbizalomra okot adó kiegyensúlyozottság? Kibillenthetetlen nyugalom, lelki béke?

Órákig tudok ezen a kérdéskörön lamentálni, ám sajnos nem vagyok képes rájönni a megoldásra. Esetleg a karmájukból fakad?

Éppen az aktuális költözéshez készülődve pakolom ezerszer hajtogatott foszló cuccaim, amikor e jelentéktelennek tűnő rutinműveletből félrenézve a szemem sarkából megpillantok valamit. Ott lapul a szekrény aljában, egészen mélyen. Egyáltalán nem tűnik ismerősnek, ám hirtelen déja vu kerít hatalmába. Egy kis ládika az, opálos színű. Oldalai a használattól karcosak, enyhén horpadtak. Mihelyst kézbe veszem, jóleső bizsergés áramlik keresztül fáradt csontjaimon, elmémre pedig semmihez sem hasonlítható ködszerű fátyol telepedik.

Ágyamra ülve, kényelmesen elhelyezkedve nyitom csak fel, mintha csak valami archaikus szertartást készítenék elő. Szemkápázató fényesség szabadul ki belőle, hirtelen előtüremkedő ragyogás egyszerre pezsgő nyárrá változtatja lelakottságát vastag festésréteggel leplezni próbáló enervált szoba belsejét. Ezzel egyidőben hangos duruzsolás, méhrajyszerű zizegés áraszt el, sejtjeim elképzelhetetlen mélységeiről irdatlan energiafolyam szabadul fel.

Azok a feledhetetlen délutánok, amikor reggeltől estig megállás nélkül bringáztunk a falun kívül, és a felhőket bámulva határtalanul álmodoztunk. A nagyszülőknél az eleve ségtől pompázó kertben cseresznyét és meggyet szüreteltünk a nyakunkba akasztott vödörökbe; időnként pedig lementünk a földdel és moharéteggel vastagon fedett, földbe vájt kis pinceüregbe egy-egy előre bekészített hideg üveges üdítőért. Negyedikben dicséretet kaptam egy házi feladatként adott novellára, amin felbuzdulva újabbakat és újabbakat kezdtem el írni. Vagy az a csodálatos tánc a végzősök bálján. Megannyi csodás, elfeledettnek hitt édes emlék elzárva egy csaknem felejtésre ítélt titkos helyen, melyek megnyugvást hordozva ismét felbukkantak.

Kedélyesen barátságos napsugarak melegen cirógatják sziklából faragott arcomat, gondterhelt homlokomat behálózó ráncok merev hálózata simulni kezd. Aggodalmaskodó tekintetem lassanként megnyugszik, és egy kedélyes, izgatott kíváncsiságban fürdőző szempár váltja fel. Érzem, amint

torzságtól idegenszerű, görnyedő testemen megkönnyebbülés lesz úrrá, és súlytalan kis piheként fújja el az ablakon beáramló finom szellő az akarva-akaratlan magamra függesztett mázsás béklyókat. Láncoktól felszabadult karjaim végeláthatatlan ölelésre tárom az egész világ felé, és magamban engedem az ismeretlen tovább lehetőségét. Felszabadultan, megelégedve várom az elkövetkezendő napokat, heteket, hónapokat. Éveket.

Mondanám, hogy csoda történt. Újra felfedeztem ezt a gyakorlott szem számára is majdnem láthatatlan, ám annál hatékonyabb öngyógyító folyamatot, egy saját magamnak címzett elsősegélyt a múltamból. És most már tudom, hogy bármikor hasznát vehetem, hiszem mindig is magammal hordoztam. Csak ki kell nyitnom, ha úgy érzem, nyugtalan vagyok, agyonhajszolt, megviselt, problémák gyötörnek vagy csak egyszerűen túl nagy falatot akarok harapni mindennapi kenyereimből. Ez a varázslat soha nem fog el, nem merül ki, mindig velem volt és ott lesz is velem. Ha úgy tetszik, egy aprócska mágikus szelence, bármiféle fizikai korlát nélkül. Akár menet közben is raktározhatok el benne még számomra kedves emlékeket.

Holnap ismét egy újabb nap köszönt rám, ám engem már egy cseppet sem zavar, hogy a végtelen horizonton szendergő kiismerhetetlen városkám egy másik vadidegen házába fogok költözni. Előre nem sejthetem, mit fogok éppen ott találni, mennyire passzol majd hozzám, ám mire estére rábólintok a status quo-ra, másnap reggel már rendezkedhetek be a következő potenciális hajlékomba. Ütött-kopott kis ládikám birtokában azonban tudatosult bennem, hogy nincs miért aggódnom.

Nincs két ugyanolyan egyforma ingatlan ebben a gigantikus, mindamellet roppant forgalmas élet-városban, amelyben ezekre a rövid időszakokra átmenetileg megszállhatok, ám amíg velem vannak a féltve őrzött személyes kincseim, akár a világ végére is elmennék. Lelki békémet újra megtaláltam.





## VARGA SZILVIA

Tanító és grafikus. Mindig is fontosnak tartottam, hogy valamilyen úton segítsek embertársaimnak, így később masszázss, meditációs tréner és életvezetési terapeuta képzéseket is elvégeztem. Hiszek abban, hogy mindenki megérdemli a boldogságot.

A másokról való gondoskodást és segítségnyújtást alapvető szolgálatomnak érzem. Folytonos önmunkával, hittel és a szeretet aktív gyakorlásával hiszem, minden lehetséges.

## A LELKEM BÉKÉRE LEL

Írta: Varga Szilvia

Történnék az emberek életében nem várt, nyugtalanító helyzetek. Amikor magunk alatt vagyunk és lehúz minket mélyre a történések sora, akkor valamit tenni, lépni kell. Legalább is szeretnénk jobban érezni magunkat, de mindig valami kattog és nem engedi a megnyugvást.

Bizonyára mindenkivel előfordult már, hogy tétlen volt és nem tudta, hogyan tovább. A barátok, rokonok is gyakran a saját világukban elmerülve élik meg a napok fájdalmait és fáradalmait. Nehéz másra számítani, ha mindenki éli a saját problémáját. S tudjuk, mindenkinek a sajátja a legnagyobb.

Ekkor szükség van valami külső segítségre. A segítség, melyet Önmagunk életének alakulásért tehetünk, egy olyan kincs, ami mindig a rendelkezésünkre áll. A hit.

Hit Önmagunkban és az égi vezetésben.

Amikor mindenki ellát jobbnál jobb tanácsokkal és érezzük, hogy valami nincs rendben és nem alakulnak jól a dolgok, akkor kell egy pillanatra megállni. Szívünk és lelkünk érzi, hogy valamit szükséges lépni, de csak toporgunk a környezet nyomásában.

Aztán jön egy este, vagy egy pillanat, amikor leülünk és elmerengünk a csendben. Magunk elé nézve pergetjük a gondokat, az események sorozatát, melyek hozták a zúrt, fájdalmat, nyugtalanságokat. Majd egyszer csak történik valami.

Valami nem megmagyarázható könnyedség.

A csend ölelő karjaiban lehetőségünk van meghallani belső hangunkat és a külvilág kizárásával megtapasztalhatjuk az érzést, hogy van remény, van lehetőség a változásra, van kiút a gödörből.

Mi is ez pontosan?

Csak némi betekintést tudok mutatni, hisz minden embernek más a tapasztalás, ám a cél azonos. Békére lelni kedvezőtlen körülmények között.

Amikor elcsendesedünk, eldőlünk egy kényelmes fotelben és csak várunk...

Várunk valami megfoghatatlanra, egy jelre, valami üzenetre, ami mindig megérkezik. Nyitottá válunk az intuíciókra és megfigyelhetjük testünk és lelkünk reakcióit a felmerülő gondolatokra.

A gondolat, mint szó, sokat elárul magáról. Gond. Ha nem is feltétlen egy konkrét gond, de egy olyan elmélkedés, amelyben a múltba kutakodunk és sajnáljuk a már megtörtént eseményeket, s töprengünk a miérteken vagy a „hogyan kellett volna” kérdéskörön.

Aztán ott a jövő, mint egy agymanó kapargatja a felszínt, s próbál egyre jobban behúzni a csőbe, hogy „mi lesz” és „hogyan lesz” és ezeknek minden kimenetelét végigvesszük. Egyre nyugtalanabbak leszünk, beindulnak a feltételezések és az aggodalmaskodás.

Váratlanul, ebben a csendes légkörben Önmagunkkal, valami megszólít.

A múltat megváltoztatni nem tudjuk, de tanulhatunk belőle és sok tapasztalást ad, adhatott, hogy azok lehessünk, akik most vagyunk. Illetve, hasonló helyzetekben már van egy megélés a hátunk mögött, amivel mérlegelhetjük a későbbi döntéseket.

A jövő, az jön. Távoli és kiszámíthatatlan. Annyi mindentől függ egy későbbi élethelyzet, kapcsolódás, kommunikáció. Bármilyen. Minden ember saját életének a főszereplője, saját döntéseivel, amiket mi nem láthatunk át. Így a jövőt inkább csak várni érdemes. De a hit, hogy Fent tudják, hogy mire van szükségünk, ez kétségkívül bizonyos.



Mert, lehet múlt, vagy lehet jövő, ezek az „idők” megfoghatatlan és tőlünk sokszor független események, melyek hatására kezdünk gondolkodni és aggódni, félni és nyugtalanodni. Aztán, lehet nem is úgy volt, ahogy gondoljuk vagy nem is úgy lesz, ahogy elképzeljük.

Ám a jelen pillanat csendjében, a szoba biztonságában egyszer csak megérkezik a szikra. Megérkezik a felismerés, hogy mindig, minden értünk történik. Választott út? Kijelölték számunkra? Megannyi kérdés merül fel bennünk. Miérték és hogyanok. Ezeket a kérdéseket elengedve, feltesszük az égi szférába és valami halk suttogásban, egy megérzésben érkeznek a megoldások.

*Számíthatsz rám!*

*Itt vagyok veled. Mindig is itt voltam.*

*Ha boldog akarsz lenni, adok helyzetet, hogy megtapasztald a boldogságot.*

*Ha bátorság kell, küldök egy feladatot, hogy bátran helytállj.*

*Ha erősebb akarsz lelkileg lenni, akkor megküzdhetsz egy adott szituációban és legyőzheted a félelmed.*

Ezek és ehhez hasonló megérzések jönnek és csak jönnek. Pillanatok leforgása alatt.

Mindezek abban a hitben és békében, hogy van valami nálunk is magasztosabb, ami, vagy aki tudja, hogy mire van igazán szükségünk és ha kérünk, megtapasztalhatjuk.

Amikor ebben a csendes magányban elidőzünk és átszaladnak a gondolatok, majd előtör a pillanatnyi szikra, a segítség, az égi sugallat, akkor érkezünk el oda, abba a várt nyugalomba, ahol megértjük, mennyire egyszerű a létezés.

Mennyire szép és idilli tud lenni a most.

Meghalljuk szívünk dobbanását. Örömteli, hogy élünk.

Meghalljuk a szomszédok pakolását. Örömteli, hogy van fedél a fejünk felett. Meghalljuk hasunk korgását. Örömteli, hogy van étel a hűtőben.

Megérezzük a belső békét, s rájövünk, mennyi ember szeret minket és igen, mennyire fontos szeretni Önmagunkat. Mert egy csodaként születtünk a világra.

Amikor ráébredünk arra, hogy minden okkal történik körülöttünk és minden nehézség csupán feladat, amely megoldásra vár, akkor elérkezünk oda, hogy megbékélünk a helyzettel.

Nálam ilyenkor jön a kérdés: tudok rajta változtatni? Ha nem, akkor felesleges időt töltenem ezzel, hisz vár a család, a gyermekem mosolya, a kreatív hobbim, amely feltölt. Majd úgyis alakul, amerre kell. Fent tudják, hogy mi a vágyam, a célom. Az út, néha nehézkesen, olykor könnyedebben, de elvezet engem oda, ahova tartok. A döntés, hogy melyiket akarom végigjárni, az enyém. Szabad akarat.

Ha pedig tudok rajta változtatni, akkor hajrá! Előkapom a kreatív kisokost a múlt tapasztalataiból és a jelen eszköztárából, majd nekifogok, hogy megváltozzak, megváltoztassam a hozzáállásom, a gondolataimból tervek legyenek.

S lám, eltelt pár perc. Talán fél óra, vagy egy is.

Mosollyal az arcon végig fut egy idézet: Világomban minden rendben van.

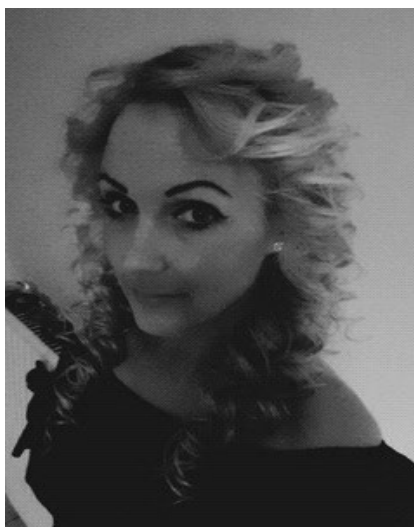
Majd felállok és kinézek az ablakon.

Gyerekek fogócskáznak, a galambok étellel bohóckodnak, kutyák ugatnak, egy idős néni tolja a kis bevásárlókocsit, a nap ragyog és lélegzem. Hittel és szeretettel gondolva arra, hogy mindig van, aki segít, vigyáz rám. Kint és bent, fent és lent.

A lelkem békére lel



*G. Episcopus*



## NÉMETH NIKOLETTA

Több, mint hat éve tértem vissza az írás területére. Többnyire verseket, novellákat, meséket írok. Kiprobáltam magam már regényírásban, színházi darab elkészítésében és új költészeti formában is, a haiku írás világában.

Szeretek olvasni. Kedvenc költőm és íróm a Reményik Sándor, Márai Sándor, Wass Albert.

# TOVÁBBLÉPÉS MŰVÉSZETE

Írta: Németh Nikoletta

A minap sokat gondolkodtam azon, hogy mivel lehet ebben a rohanó életvitelben tenni hatásosan az egészségért. A megfelelő táplálkozás, testmozgás és vitaminbevitel mellett szólt eddig a voksom. De mindez nem elegendő. A lelki kiegyensúlyozottság is elengedhetetlen az immunrendszerünk helyes működéséhez. Ehhez az kell, hogy barátságban legyünk önmagunkkal, lelki egyensúlyunk összhangba legyen. Lelki békét megelve ép lélekkel a szervezet is egészségesebb lesz.

Embert próbáló ez a folyamat, hisz a beletörődés, elengedés, megbocsájtás szilánkjain, tüskéin kell átverekednünk magunkat, hogy elérjük s megéljük a lelki békénket, ami felszabadít s mely csodákra képes. A padlóról kell olykor felállni és folytatni tovább, mire az ember rendeltetett. Nem lehetetlen, megéri!

Kata és Nóra jó pár éve barátok. Vagyis csak annak hitték magukat, a környezetükkel is elhitették ezt. Nóra már sejtett valamit barátnője hamis álarcáról, azonban bizonyítékokat keresett még az elméletéhez.

Kata egy középkorú hölgy. Eleinte mindenkivel kedves a környezetében, aztán vannak pillanatai, mikor kiállhatatlan. Persze ez elfogadható is lenne, ha nem naponta lennének hangulatváltozásai, aminek következményét aztán mindenki issza.

Kata mindig be akart férközni Nóra bizalmába. Irányítani és kontrollálni akarta a fiatal, harmincas éveiben járó hölgyet. Ez néha sikerült, amikor pedig nem, akkor napokig duzzogott, és várta, hogy Nóra kiengesztelje.

A tetőpont, és a középkorú hölgy viselkedésének csúcspontja az volt, mikor nem tudta indulatait már tovább leplezni és dührohamot kapott a munkahelyén, féltékenységgel. Féltékeny lett Nórára és párjára, mert őket szerették volna határozatlan idejű szerződéssel a cégnél tartani.

Kata ordított, sírt, dühösen és éretlenül kiabált Nórával, mikor ez kiderült. Nóra mindig is csendes és szerény lány volt. Elűságot az éves állás hírére az állítólagos barátnőjének, nem erre a reakcióra számított. A látvány, ami fogadta a gratuláció helyett, lélekzetelállító volt számára. Ledöbbsent.

Nóra pár napig próbálta kerülni Katát. Sírva ment dolgozni a fiatal hölgy, nem tudta Kata dührohamát hova tenni. Marcangolta belülről az érzés, hogy ezt mire vélje? Az állítólagos barátnője féltékeny. Idegösszeomlást kapott az irigységtől. Ez valóban barátság volt? Számtalan kérdés kavargott ezután benne. De fájó pont talán az lehetett, hogy Kata bocsánatot sem kért, úgy tett mintha mi sem történt volna.

Nóra már kezdte kapizsgálni, hogy a középkorú hölgygel nincs minden rendben. Ezt Kata párja is megerősítette, mikor kiderült, minden munkahelyén így viselkedett.

Nóra vívódott továbbra is legbelül. Górcső alá vette ezt a kapcsolatát. Háttérbe szorult és megfigyelt. Igyekezett kívül álló

lenni. Hihetetlen mélységeket és magasságokat ért el. Önvizsgálati utazástól kezdve a személyiségtípusok tanulmányozásáig beleveselkedett minden esetleges lehetőségbe. S hogy miért? Mert a választ kereste.

A választ, melyet talán sosem talál meg. Az ő barátnője miért lett ilyen? Valószínűleg mindig is ilyen volt, de megjátszotta magát. Féltékeny, irigy és nem igaz barát ő, hanem csak érdek ember.

A felfedezés iszonyat nagy pofonvágás volt Nórának. Nem akarta ezt elfogadni. Vívódott a hamis álarc és a valóság rideg tényével. De győzött a belátás és az elengedés. A rengeteg kérdésre kapott válaszok fájók számára. De be kellett látnia, hogy a lelki békéje érdekében muszáj Katával megszakítania a kapcsolatot, és nélküle kell létezni tovább. Inkább magányosan, mint egy hamis baráttal...

Ez a folyamat hosszú hetek eredménye volt. Kezdte a sok agyalás szervezetét megbetegíteni a fiatal és csinos Nórának. Isteni csodának volt köszönhető, hogy időben észlelte ezt, és változtatott a sorsán. Azt mondta, hogy elég! Ez a gonosz nő (Kata) nem fogja őt tönkretenni, noha munkahelyén próbálta még kavarni Nóra mögött a szálakat. Úgy döntött, átadja dilemmáját a Jó Istennek, és majd ő elintézi a dolgokat helyette. Így is történt. Idővel minden a helyére került.

Nóra sok imával végre helyrejött. Elsétál a neki nem megfelelő emberektől és élethelyzetekből. Ebben segített neki rendületlen hite és lelki békéjének megtalálása. Azóta kisugárzása újra a régi, mert Isten csapatában játszik. Szeme csillogóbb, szíve fényesebb, mint valaha...



## NARAKU HEN BALLÓ NORBERT

Jó ideje publikálok novellákat, dolgoztam újságíróként, filmkritikusként stb.

Netes publikációim java része odalett. Nyomtatásban, antológiában is megjelentem.

Jógázom, mindig érdekelték a keleties ún elgondolkodtató vallások, és napi rendszerességgel jógázom.

Egy ideig K. Tudatú hívőként is tevékenykedtem és éltem Ashramban, de kapcsolatam az egyházzal megromlott.



## 2048. Petpalack City India.

Írta: Naraku Hen (Balló Norbert)

A virtuális séta immáron teljesen elterjedt és hétköznapiak mondható szórakozássá vált, és az immáron tíz-milliárdra becsült lakosságú aggódó bolygó lakósa így nézhetik meg a térség szent helyeit, és többek között Petpalack Cityt (alapvetően nem így nevezték de a globális világ számára ezen néven vált közismerté a település és szenthely, mely egymagában egyesíti mindazt, ami a szigorú kasztrendszer mellett megmaradt az államból). „legalább annyira népszerű zarándokhely – mint mondjuk Budhagaya, vagy Nepál. Az aggasztó klíma viszonyok és a globális világ problémáinak köszönhetően, a klasszikus zarándokhelyek, olyannyira túlszűfoltta és elérhetetlenné váltak, hogy sokan választják helyettük Petpalack Cityt.

Sokan alapvetően valamilyen zöld propagandára gondoltak, a még mindig forgalomban lévő és lassan bomló műanyag okán, és újabb videókra kampányokra számítottak, a különböző csírák és hajtások házilig való termesztése okán, ám Petpalack City, valóban létező, lakott és szentté avatott várossá vált. Az Aszkéta életmódot folytató, és szigorú lemondásoknak, esküknek eleget tevő, un Silákat tartó szerzetesek maguk mondtak le a világ más tájairól és költöztek ide, hogy tiltakozzanak az illuzórikus energiák (maya) és a világ képmutatása ellen. Egy védikus szerzetes szerint szomorú, hogy a mai világban még mindig nyögjük a Kali Júgát, a vaskorba való átlépést és ennek hátrányait. Rengeteg káros anyag kerül a levegőbe, és mi óhatatlanul belélegezzük azt, amit a szemétkbe teszünk. Ugyanakkor nem feledkezhetünk meg az ősi útról, tartson az bárhova, figyelmünk és ezek a helyek nem véletlen vannak fenntartva a számunkra.

Meglepő, hogy a huszadik század végi, útszéli, szemétklerakók modern változata teljesen ember és lakó és látogató barát, legalábbis virtuálisan. Ámbár minden

kozmetikum ph. és bőrbarát, azért sokaknak akadnak fenntartásai a komplexummal kapcsolatban, ami gyakorlatilag egy nagyobb közel száz négyzetkilométernyi átalakított préselt szemétlerakó gyomrában, vagy ha úgy tetszik szívében rejtőzik.

Az ide látogató virtuális, és hús vér turisták az itt élők megélhetését segítik szemlélődésükkel, együttérzésükkel – hogy megvalósulhasson az, amit Budhizmusnak nevezünk magunk mögött hagyhatjuk és hagyhatják a szenvedést, és új életteret nyerhetünk, azon az úton, amin már oly régóta járunk.

A helyiek úgy tartják, hogy a belépéshez nem kell mást tennünk, miként kitartóan jógáznunk, hogy testünk kompenzálhassa azt, amíg szellemünk távol marad, hiszen a klasszikus házvédőszellemeket és állatokat is felváltották már a modern cégek, és termékeik nem csoda, ha kirándulni utazni vágyunk, megismerni valami újat, megérdemelt jutalomként viszontlátni fáradságos munkánk gyümölcsét.

Aszangha – aki a projekt vezetője volt, és aki valóban szenté avatást nyert – elégedetten figyelte azoknak a névsorát, akik bejutottak a komplexumába. Örült, hogy valódi neveket, családokat és filmjeiket, fotóikat láthatta, mind pályázott, hogy a hamarosan bevezetésre kerülő, új barátságosabb palackok reklámarcai legyenek. - Mint az eltűnt gyerekek a tejes dobozokon... És jobb lett a világ? Haladt tovább, már könnyedén megnézhetette hányat fordult a föld a nap körül mióta kijött az emelgetett sláger, és a keleti vallás és filozófia térhódítása a nyugaton gondtalanul ment végbe. Ezt tartotta szem előtt. Viszonozni szerette volna a kedvességüket a befogadókét.

A felmerülő kérdéseket figyelte a platformján. A legtöbben a füge hasonlatra lettek vevők a sztoriban, nemrég érdekes per robbant ki az ügyben, hogy bár a szent helyekről és turista látványosságokból, egy kődarabot nem vihettek el a látogatók szuvenir gyanánt, mégis megesett, hogy egy szemlélődő fejére esett valami

az egyik sírboltról vagy mennyezetről. - Most erre mit mondjon? Nem ő volt a projekt vezető, akár pr cikkről és kampányról volt szó akár nem. - mindössze annyit felelt az egyik elektronikus üzenetre, hogy megesik az ilyesmi, nem kell csodálkozni, a helyszínek rendszeren megvannak világítva, és az ő küldetésének lényege tulajdonképpen az, hogy rávilágítson, hogy a valódi élmények is legalább olyan érdekesek, és több csakrának, köztük a szívnek is jót tesznek, mint a keleten található szobrok és vallási ábrázolások, többnyire miniatűr változatainak otthontartása. És, ahogy onnan is jön és jött ide valami, innen is megy és menni fog valami oda. Ez lenne az a körforgás, amire lényegében én és cégem a new spirit törekszik. Persze a Re-pet szerint kicsit a fejünkre nőtt a keleti kultúra, de azt hiszem sikerül a medrében és kordában tartanunk az új Gangest, és lényegében Budha, Krisna és Ráma és Rádhé is gyerekként kezdte, akárcsak Parvátí az az mindenki megengedhet egy ilyen kis tréfát. Meg kell értsük az olyasfajta humort, amin nem feltétlenül nevetni kell, inkább mosolyogni, ott legbelül.

- Így indult a nap. Majd újabb kérdések merültek fel. - Mikor lesz lehetőség beszélni azokkal a szerzetesekkel és prabukkal, akik Petpalack City hivatalos, és állandó polgárai?

- Erre még nem válaszolhatok. A jógik olyan mély meditációban, és transzban töltik minden napjaikat, hogy nehéz lenne rohanó, ám egyre inkább szűkülő – de legalább nem szűkölködő – világunk emberének szót értenie. Annyit elárulhatok, hogy PetPalack City lakói nem hétköznapi dolgokról számolnak be nekünk, és az sem kizárt, hogy a jövőben kapcsolatot, vagy akár tanítást végezzenek a turistákban megismert barátaikkal. Annyit elárulhatok, hogy nekik is megvannak a maguk meglátásai a vallással és az emberi léttel kapcsolatban és nem felejtik el a kedves érdeklődőket és az őket választókat sem. Életükről, jelenleg annyit tudok, hogy a külterületekkel azért akad konfliktusok – hihetetlenül békés természetük ellenére – ahogy Narvana (egy ifjú új keletű tanítvány

megfogalmazta): - Némelyiknek nem hét csakrája van. Akárhogy is, ahogy a mélyebb megismerés ősi vágya hajtja az embert befele, addig, gyakorta és rengeteg dolog érkezik máig a kolostorok helyszínére, nem csak virtuálisan. Sőt Pet palackCity teljesen más arcát mutatja nappal és éjszaka, esős vagy éppen napsütéses időben. A térdég hihetetlenül magas Uv-sugárzása, és az ónos vagy ha úgy jobban tetszik savas eső, kedvez ezeknek a komplexumoknak, melyek egyre inkább válnak hasonlatossá az örök időknek emelt szentélyekhez, mint mondjuk a kelet Európai lakóépületek – az okos órájára nézett, majd a Phonjára. Tényleg nem hitte el, hogy azt a Belgrád rakparti ingatlant még mindig nem sikerült felújíttatnia, pedig már lassan két éve dolgozott ezen a projekten.

Kivette az ebédszünetet. Energiáitalt ivott, márkásat a legjobb minőségűt, ami némi természetes gyógynövényt is tartalmazott – szolidaritott azokkal a ráérősebb fiatalokkal, akik metró-robbantást színleltek – ám néha sajnós üres dobozokkal. Igen nehéz volt felzárkóztatnia Indiát... Végignézte a rá váró konferenciák listáját, a gyorséttermek mintájára megjelenő elégedettségi kérdőívek alapján szortírozta őket. Fontos része volt a munkájának, hiszen ezen indexek alapján kellett eldöntenie – szakmai értelemben – hogy emel e árat avagy sem. Még ha Petpalack City, a maga egyedülálló bájával nem is tekinthető Franchise-nak. Hiába: belőle csak egy van, látogatóból pedig rengeteg.

Aztán pár személyes üzenetre váltott, beszélt Jackkel, megnyugtatta, hogy nem salátát eszik – igen, környezetvédelem ide, környezetvédelem oda a sajtóval mindig volt egy kis gond, és hogy az irodában minden rendben van, sőt hamarosan turista csoportot fog vezetni személyesen – megtette már magas rangú vallási vezetőkkal, gyerekekkel, diákokkal és katonákkal is. Tudta ez a rendszer, és ezek a kiruccanások az egyetlen biztos lehetőség a számára, hogy békésen elérje a nyugdíját, és végül a fejlődő virtuális sávra terelje a sztrádát. Nem

véletlen hívta így, a mai világban majd mindenki valaminek a reklámarca volt, csak épen a bolygót felejtették el időnként, és az ő „kicsiny” épülő világát. Válaszolt a barátjának, tudta, hogy attól mert többet dolgozik még nem avatják szenté. Ivott egy Bódhit, ha már reklámozta az italt és ismét jelezte az étteremnek ahonnan rendelt, hogy akármilyen rendelet vagy szabályozás van érvényben modellezés és próba jelleggel ezen a héten, akkor is fából készült evőeszközt kér a menüjéhez nem műanyagot. Igazság szerint neki is megvoltak a maga szabályai, és ha tehetne soha semmilyen formában nem fogyasztott fém evőeszközökkel. Némelyik kutatás szerint már ez is káros.

Aztán megosztotta az ebédjét, Ghandal prabuvál és lányával, a fiatal Anrával, akik kézzel ettek, irigylésre méltóan könnyed és szép lótuszban. Az ifjú Bhakta köszönt neki és viszonzta, majd elbeszélgettek az aznapi menüről. És ő örült ennek. Örült, hogy megbízhatnak egymásban és elbeszélgethetnek, és nem csak a média, az újság, és a hírek vannak a világon és a távkapcsolatok, amik lassan messzebb voltak tőle mint Petpalack City. Igen folyamatosan útban volt.

Délután megnézett még egy területet. Készített egy tanulmányt egy hasonló területről, ami finoman szólva nem élvezte a kegyét. Igen a szelektív hulladék gyűjtés hátrányai... Egyszóval nem turista paradicsom. Megnézte a számára kijelölt üveghegyet, és a talapzatánál hitvallását gyakorló fakírt. Felemelte turbános fejét és ránézett. Kedvesen bölintott. Mi mást tehetett volna. Ellátta azokat a feladatokat, amiket egy szociális munkásnak kellett volna – ámbár valóban nem igényelte ápolónői státuszát a pali.

Ez egy kedves momentum volt az életében, a napjában, amit mindig olyan pontosan és precízen beosztott. Aztán a délután „csöndes” terepszemlével telt, ellenőrizte, hogy van e bármilyen természetfeletti vagy terror aktivitás a helyszínen, megszegtek e valamilyen szabályt – majd nekilátott annak, amit nagyon utált, a papírmunkának, a beszámolóknak. A helyzetjelentésnek. A világ egyik legsikeresebb vállalkozójaként. De tudta, ami az övé, az

övé, a szemét, amit megvásárol első osztályú és ezek az emberek nem kértek sokat, csakhogy végre hazatérhessenek.

Fotókat készített a helyről, hogy megnyugtassa PetPalack city valódi lakóit, hogy lehetne rosszabb, és hogy megkérjen pár szent embert – az egyik rendszeres látogatója tüdőrákban szenvedett – hogy vegyék észre a hasonlatot a daganat és a másik telep között, és meditáljanak a dolgon, elvégre sem ő, sem az adományai nem ide járnak.

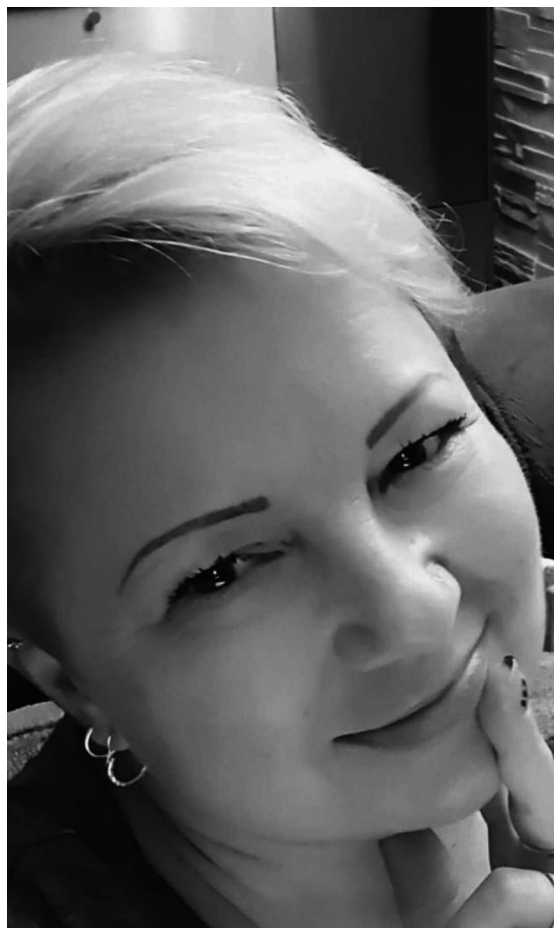
Aztán nekilátott, hogy mindezt lefordítsa Indiai nyelvre, anélkül, hogy különösebb sértést ne tegyen – vagy kegyeletsértést, egyre több ősi sírhely és rom került elő a mai világban – a konkurencia és lassan minden név komoly vallási fen hangot kapott. Vagy legalábbis elég sok. Szerette volna, hogy Franchise legyen PetpalackCityből. Azokat legalább ismerte. Ha van valamid, ami szent, többnyire nem sok időd marad másra. A mai világban az embereknek sem sok egymásra. Este vacsora után – Joghortos padlizsán saláta – ismét megörvendezettte barátját egy üzenettel, és tudta ha valaki eltévedne eme hatalmas komplexumban, ami talán egy nap metropolisszá női ki magát, olyan lesz mint azok a hatalmas plázák belül egy „apró” szent várossal, akkor számíthat barátjára és a nyugodt szellem utazást végző eltévelyedetre, és épségben hazakerül az eszement. Még mindig tartott egy kicsit az Avalon csoportól és a Dolly terroristák fenyegető leveleitől – de olybá tűnt hogy a poliészter, védelmet nyújt szigetelő szerepe lévén a gáz, és szónikus támadások ellen. Ez is valami. Úgy olvasta végig a követeléseket, mint egy általa elképzelt teljesen hétköznapi ember a számlákat. Jót derült az egyiken. Nem sosem akarta bevezetni a gázt PetPalack Citybe. Egy nagyon egyszerű okból kifolyólag: még ha bizonyos térségek le is voltak maradva az energia kitermelésével, egyszerűen nem volt. Ott végezte, ahol minden a tőzsdén. A helyen ahonnét Petpalack Cityt vásárolták neki. Még nem érett meg a komolyabb üzletek létesítésére felelte diplomatikusan. Majd felnézett Dzsánira,

az üveghegyi fakírra – annyira nem is kellett magasra néznie, csak a turbán tette és a tekintetükben tükröződött valami: az égbekiáltó bűn, hogy másneművel, kasztblével étkeztek közösen. Akárhogy is Dzsáni inkarnációja a következő napon kedvezően alakult: Felvételt nyert Petpalack City állandó polgárai közé.

Munkaügyi leírásába próbált felfelé ívelő betűket írni. Szerette tudatni mit vár el. Majd jelezte, hogy már nem kell többet üveggel dolgoznia, teljesen más területen lesz. Fújoljuk őket világos? Vagy fúják. Eleinte azt hitte indiaiul hasonlóan van, de a hasonlóság a nyelvek és a kultúrák között nem volt egyszerű. Nem sérteni, bizakodni, tisztelni, nem megtagadni. Az utolsó kihívás egy terebélyes lista átfuttatása volt, az új polgárral, hogy mit nem tehet, ebbe a vallási konfliktusok, bármely Síla megszegése vagy akármilyen Dzsihaddal való együttműködés tiltott volt. És a Száti meg a klasszikusok, hagyja békén az özvegyeket – amúgy sem voltak Petpalack Cityben. Remélte jó könyvet olvasott el az angol irodalomról. Volt konfliktus, de még mindig a legdiplomatikusabb – és könnyebben elsajátítható.

Remélte jól cselekszik. Különben – itt írt alá – egy különös konfliktus egyik jó szándékú, de hibát elkövető karakterévé válik, az meg papír. Újabb sajtó, ami rosszat tenne neki. Már mint PetPalack Citynek...

- Kobra? Nem nem állok kapcsolatban velük. Fides? - pláne nem. Áh, Cites. Kígyót bűvölne. Pont mint Kalkuttában. A Húgly (hoogly) folyó deltájánál... azt hiszem pont ez az ünnep van. - Méregzsák eltávolítása nem tesz jót nekik. - Nem nem mérges zsákok, préselt csomagoló anyagok, csak a legjobb minőség. Mi és az érdeklődők is hosszú távra tervezünk – telte fáradtan. Majd az okos órája jelzett neki. Itt volt az ideje, hogy bedobjon még egy olyan „mérregdrága” energiatölt. Hallani lehetett a doboz szisszenését. Minden másodperc számított. Elvégre ő volt PetPalack City polgármestere és ki tudja még mije. Megitta és hagyta, hogy használjanak azok a tekergőző neuronok.



## Natali Sanders

Amatőr író, költő vagyok.

Verseket kilenc éves korom óta írok, szinte minden megihlet, hisz csodás hely ez a mi világunk.



## VANNAK MÉG JÓ EMBEREK

Írta: Natali Sanders

Borús, hideg, fogvacogtató téli éjszaka volt. Sűrű, sötét fellegek takarták el a csillagok ragyogó fényét, s a Hold is csak kacsintásnyi időre tudott kilesni mögülük. A vonatállomás ezen késői (...másnak korai) órán teljesen elhagyatott volt, csak pár műanyag poharat és eldobált szemetet görgetett a szél ide-oda.

Mila vékonyka kabátjában, kisírt szemekkel, lábait térde alá húzva kucorgott az egyik padon a vágányokkal szemben. Minden ingósága elfért az ütött-kopott hátizsákjában, amit eddig párnának használt. Ma már nem indult több vonat, az állomást is bezárták reggeli hat órai nyitásig, így megmelegedni sem volt esélye, marad a hideg, kemény pad, amin eddig szendergett. Rémképekkel és fájdalommal tarkított álmából egy megmagyarázhatatlan érzés ébresztette, mintha valaki a vállát rázogatta volna. Esküdni mert volna rá, hogy valaki gyengéd érintéssel letörölte a könnyeit arcáról. Most éberem ült, fülelte az éjszaka zajait, meg-meg rettent egy közeli ág reccsenésétől, vagy épp a hangosan füttyülő szélrohamtól. Valami, vagy valaki van itt – gondolta –, a sötétséget pásztázva.

Mióta árván maradt idénymunkákból tartotta el magát, oda ment, ahol munkát kapott. Most is épp egy újabb állásinterjúra próbált eljutni a fővárosba. Nem szerette Budapestet, túl hangos, túl nyüzsgő, túl kakofón volt számára. Jobb szeretett kisebb városokban vagy kertészetekben dolgozni. Szinte bármilyen munkát elvállalt, volt már eladó, mosogató, büfés, virágkötő, takarító, pohárszedő. Szeretett dolgozni, addig is azt érezte, hogy fontos, amit csinál, számítanak rá, nem hasztalan.

Nem szokott félni, most mégis valami kellemetlen érzés kúszott a bőre alá, csiklandozta, nem hagyta nyugodni. Tágra nyílt szeme megakadt egy alakon, aki kivált a sötétség árnyai közül és felé közeledett hatalmas léptekkel. Jobb kezével megpróbált beletúrni a mellette lévő hátizsákjába, hogy előkeresse a telefonját, ám ekkor elsötétült előtte a világ és szép lassan lecsúszott a padról a földre.

Mila óvatosan nyitotta ki a szemét és körülnézett, hogy hol lehet. Borzalmasan fájt a feje, s a fájással együtt bevillant neki, hogy egy hatalmas alak közeledik felé, majd elsötétül minden. Az emlék hatására felgyorsult a pulzusa, remegni és rángatózni kezdett, a hangos sípolástól pedig megfájdult a füle. A következő pillanatban kezek fogták le, szúrást érzett, és pillanatok alatt kellemesen ellazult.

– Hölgyem, kérem nyugodjon meg, jó kezekben van, kapott egy kis nyugtatót, mivel még sokkos állapotban van. Minden rendben lesz, kórházban van. Örülünk, hogy magához tért. Ért engem? – tagolta megnyugtató, dallamos hangján az ügyeletes nővér – Bólintson, ha megértett, kérem.

– Értem, köszönöm! – válaszolt alig hallhatóan a lány – Hol vagyok és hogy kerültem ide, és hol van a hátizsákom?

– Csak szép sorjában kishölgy, még pihennie kell. Hatalmas ütést kapott a fejére és elvesztette az eszméletét, meg is repedt, két kapoccsal fogattuk össze, és agyrázkódása is van. Szerencséje volt, hogy jókor vágta le az utat hazafelé az a kedves ember, aki észrevette magát és mentőt hívott. Neki köszönheti az életét.

Hol van most, szeretném megköszönni neki, hogy gondja volt rám. Velem nem szoktak foglalkozni – indult egy könnycsepp útjára a szeme sarkából. De mégis mi történt, elmondaná, kérem – nézett a nővérkére.

Semmi baj – fogta meg a kezét a nővérke, és leült az ágy melletti székre –, minden jóra fordul, majd meglátja, – mondta egy mosoly kíséretében.

- Mint mondtam, szerencséje volt, mert azt, aki leütötte magát, már jó ideje kereste a rendőrség többrendbeli rablásért és gyilkosságért.

Az a kedves úriember jókor volt jó helyen, és észrevette, amint leüti magácskát, így nem tudott nagyobb kárt tenni önben. A rendőrség pár perccel a mentők után ért a vasútállomásra, és nyomban hajtóvadászatot indítottak utána. El is fogták egy közeli benzinkúton, nála volt a hátzissákja. Az úriember most tesz vallomást, de azt mondta mindenképp benéz, hogy lássa jól van e, úgyhogy bármikor betoppanhat.

– Köszönöm szépen, hogy elmondta – szorította meg a nővér kezét – vannak még jó emberek ezen a világon! Most már nyugodt a lelkem, hisz a Jó Isten vigyáz rám, különben nem küldte volna abban az időben arra azt a kedves embert, aki megmentett! Mérheteretlenül hálás vagyok!

– Szívesen! Most pedig pihenjen és gyógyuljon! – hagyta magára a lányt.

Ahogy becsukódott az ajtó, nagy lélegzetet vett, lehunyta a szemét és belekezdett hálaadó imájába, megköszönve az Úrnak, hogy gondot viselt rá, hogy küldött egy őrangyalt, akinek számított és ismeretlenül is megmentette. A lelke végre békére talált.





## GÁLL JÚLIA

Néha görbe tükört tartok magam elé,  
hogy rájök, honnan jönnek a  
gondolataim... Még nem találtam rá,  
ezért leírom, versbe szedem és az  
olvasó eldönti, hogy jó, vagy nem jó.

## A HALÁL NÉHA FELOLDÓZ

Írta: Gáll Júlia

Evelin egy csokor virággal érkezett férje sírjához. Egy éve már, hogy eltemették, de emléke még mindig szívében él.

Nagyon hirtelen ment el, de mikor leül a sírja mellett, minden eszébe jut.

Azon a napon este későn érkezett haza.

Amint belépett az ajtón, fura érzés fogta el. Túl nagy volt a csend. Mindig ha éjszaka hazaér, Imre sípoló szuszogása hallatszik, de most semmi. A hátsó szoba felé vette az irányt. Kicsike volt az egész lakás, egy nappali s két fél szoba. Egyikben ő aludt, a másikban Imre, aki most ott feküdt a nagytól örökölt szőnyegen, aminek a széleit moly rágta, de a család szerint igazi perzsa, kézi csomózású.

Imre nem lélegzett. Sőt, már több órája nem lélegezhet, olyan hideg volt és merev, hogy mozdítani sem tudta. Mit tegyen? Kit hívjon? Lemosta az arcát s leült a szobájában a heverőre. A hosszú út, az egész napos vezetés úgy elfárasztotta, hogy nyomban elnyomta az álom. Kiabálásra, jajveszékelésre ébredt. A szomszédasszony hangjára ismert.

- Imre, Imre, kiabálta. -Nem szerette ezt a nőt, teljesen rávarrta magát a férjira, s most itt óbégat.

-Hívni kell a mentőt! - kiabálta.

Ő csak állt ott, majd tárcsázta a 112-öt. Azt mondták, nemsokára kijön az orvosi szakértő. Közben megjött az Imre húga, aki nagy barátnője volt Irmának, a szomszédnőnek, aki úgy látszik rögtön riasztotta a nőt. Most már ketten jajgattak, és próbálták feltenni a testet az ágyra. A húga kijelentette, hogy a szőnyeget viszi. Vegyék le róla Imrét. Biztosan ér vagy másfélmilliót. Hagyta őket, tegyék ahová akarják.

Jött a doki, megállapította, hogy déli órákban szívinfarktus érthette az elhunytat, s mivel már elmúlt 70, nem szükséges boncolni. Alig ment el, jött a halotyszállító.

A sógornő, már tekerte fel a szőnyeget, Irma a hóna alatt cipelte a nagy Lenin szobrot, az is ért vagy fél milliót. Majd leszakadt a karja a 10 kg terrakotta büszt alatt, amit Pátzay szobrászművész készített, évekkel ezelőtt. Imre egy aukción vette. Nemsokára visszajött, s mintha ő lenne a ház úrnője, kezdte összeszedni az Imre ruháit. Evelin tíz éve élt együtt Imrével, de az utóbbi öt évben teljesen elhidegültek egymástól. Sok mindenben nem értettek egyet, értékrendjük teljesen különbözött, igaz 15 év volt köztük a korkülönbség. Így jött a képbe Irma, aki gátlástalan volt, egyidősek is voltak, együtt siratták a régi szép időket.

- Hol fogsz lakni?- Kérdezte Irma Evelint. --Tudod, a drága, Imre rám hagyta ezt a kis kecót. Igaz csak szóban, már nem tudtuk közjegyzővel hitelesíttetni, de itt van, nézd, - s Evelin orra alá dugott egy gyűrött, vörösbor pecsétes, s még ki tudja mitől koszos A4-es lapot. Ha gondolod, 160-ért plusz rezsiért kiadhatom neked is. Evelin nyugodt maradt, de a ruhás szekrényében elrejtett páncélból elővette az igazi, hiteles végrendelet, ami igazolta, hogy ő az egyetlen örökös.
- Elvihetsz minden ruhát kedves Irma! Szedd össze a kenceficéket is ami az övé volt. Aztán többé ne lássalak.-

De Irma úgy tűnt el, mintha ott sem lett volna

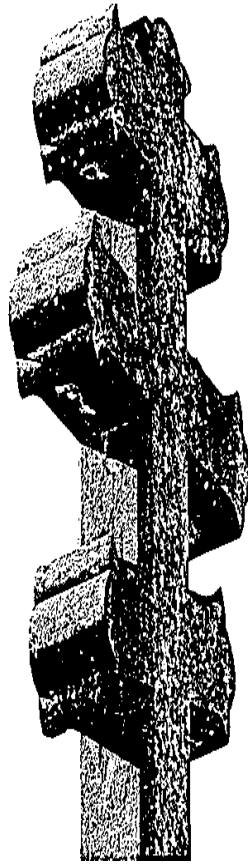
Evelin vett egy forró fürdőt, bekapcsolta

Tv-t, s töltött egy pohár bort magának.

Azért időnként kiment az Imre sírjához, felidézte a szép napokat is.

A lakást eladta, hogy minél távolabb legyen Irmától. Végre, rátalált a vágyott lelki békéjére.







## SURMAN LÁSZLÓ

1973-ban született Békésen, nős, egy gyermek édesapja és büszke nagyapa. 1998-ban jelent meg első verseskötete, Sóhajok címmel. 2005-ben csatlakozott a pütkösi cigánymisszióhoz. Egy időben aktív közéleti szerepet is vállalt. Később a Pütkösi Teológiai Főiskolán teológus BA diplomát szerzett, majd az eleki Teljes Evangéliumi Gyülekezet lelkésze lett. Időközben a Pütkösi Teológiai Főiskola mesterképzését is elvégezte, 2020-ban mesterdiplomát szerzett, 2021-től pedig a Debreceni Egyetem kisebbségi esélyegyenlőségi tanácsadó és nemzetiségi szakértő képesítését szerezte meg. Jelenleg a Cigány Módszertani és Kutató Központ igazgatója, valamint a pütkösi cigánymisszió hitéleti-missziós főigazgatója.

## AZ IDEIGLENES ÉS AZ ÖRÖL HAJLÉK

Írta: Surman László

Volt egyszer egy szegény ember. Ezt a szegény embert, úgy hívták, hogy Lali. Nem volt családja se rokona. Egy közeli árvaházban nőtt fel, ahol később évekig dolgozott. Igaz, bért nem kapott, de adtak neki szállás, meg egy kevés élelmet. Aztán, amikor beteg lett és már nem tudta a rábízott munkákat elvégezni, egy idő után eltanácsolták. Először bolyongott a városok és falvak között, rengeteg új és izgalmas dolgot látott. Éjszakára azonban, mivel nem volt hova mennie, mindig a közeli kis erdő dús falombjai alatt húzta meg magát. Nem is lett volna azzal semmi baj, ha nem rohant volna olyan gyorsan el ez a nyár is, és nem követte volna nyomban őt az ősz, mert hát az idő az nem áll meg, a hajnalok pedig egyre csípősebbek lettek. Azon gondolkodott, hogy még a tél beállta előtt, igyekeznie kell, valami kunyhót építenie, mert különben a szakála is deres lesz, nem csak a hajnali pázsit. Bement a legközelebbi faluba és munkára szegődött, ugyan is azt tervezte, hogy elmegy a vásárba és vesz magának egy vászon sátrat. Úgy is tett. Miután megkapta a bérét, elindult a vásárba. Nem kellett sokat mennie, hamar odaért. Ahogy ott nézelődött, megszólította valaki a tömegből.

- Na, csak báméskodsz, vagy vásárolsz is? Mert, ha nem, állj odébb!

Lali a hang irányába fordította a fejét, majd a morcos emberre nézett. Hát, az az ember, nem csak csúnya volt, de még bibircsókos is, pont az orra hegyén.

- Na, mi van? Akkor veszel is valamit? – kérdezte szigorú tekintettel, majd szivar ujjával a portékáira mutatott.

Lali kissé zavarba jött, de aztán felcsillant a szeme. Észrevette ugyanis, hogy a portékák között, ott lapul egy egész sátorlap, sőt még a váza is meg volt neki. Igaz a vászon kopottas volt, a színét is csak nehezen lehetett megállapítani, de azt gondolta, hogy ez az ő számára, teljesen megfelel.

- Ugyan, mennyiért adja azt a sátorlapot a vassal együtt? – kérdezte Lali és csak remélte, hogy olyan árat mond a bibircsókos, amit meg is tud majd fizetni.
- Megegyezünk! – mondta a vásáros és valóban megegyeztek.

Miután visszaért Lali a barátságos kis erdőbe, gyorsan neki is fogott a sátor megépítésének. Először elrendezte a sátor helyét, sok szénát és sárga, barna színű faleveleket gyűjtött egy csomóra, majd egyenletesen szétterítette a kezével.

- Na! Ez lesz a fekvő hely! – gondolta magában.

Ahogy elővette a vas elemeket és egymásba illesztette őket, egyre szélesebbre nyílt a mosolya, hiszen tudta, hogy a ma estét már fedéllel a feje felett tölti. Így is lett. Miután a sátorlapokat rögzítette és a feszítő köteleket is eléggé felspannolta, már szürkület volt. Összeszedte a személyes dolgait és bepakolta azokat is a sátorba, majd elégedetten lehuppant a kényelmesen előkészített fekhelyre. Miközben pihengetett, magára húzta kockás plédjét. Érezte az alatta lévő széna illatát, hallgatta az erdő éjjeli zaját és egyszerűen csak elégedett volt. Nem aludt el

rögtön, csak nézte a sötétséget és ábrándozott, majd arra lett figyelmes, hogy a sátorlapon milyen sok helyen beszűrődik a hold fénye. Mosolygott.

- Pedig csak most vettem! – gondolta és álomba szenderült.

A tél hamar eljött, és ahogy az lenni szokott, hamar megmutatta a foga fehérlését. A viharos szél sem maradt el, csak úgy ostromozta a sátrat. Lali egyre inkább fázott, összekuporodott és igyekezett mindent magára teríteni, amit a sátorban talált.

- Mi lesz velem? Ezt, nem élem túl. – gondolta, miközben vágyakozva emlékezett vissza az intézeti szobájára és a gőzölgő üres levesre. – Óh, milyen jó is volna! – sóhajtozott.

Mire a tél véget ért a sátorlapon már néhol tenyérnyi szakadások voltak. Hiába próbálta Lali folyton megjavítani az idő múlása újra és újra tovább szaggatta.

Ahogy a hideg engedett, úgy gondolta, hogy bemegy a közeli faluba. Úgy is tett. Amit közeledett a piac felé, hát látja, hogy a falusiak körül állnak egy embert, aki valami magaslaton áll és kiabál. Elég különösnek tetszett neki ez a dolog, ezért igyekezett minél közelebb kerülni, hogy meg tudja mi is történik most pontosan. Ahogy oda lépett a tömeghez, meg is kérdezte a mellette állót.

- Hát, ez miért kiabál így?

A mellette álló meglepetten nézet rá.

- Hát nem tudod? Ez a próféta! – mondta.

- A próféta? – csodálkozott, hiszen ezt a szót még sosem hallotta.

Ahogy figyelte a prófétát, először az tűnt fel neki, hogy az mezítláb van. Végig nézet rajta és látta, hogy a ruhái is igen szegényesek, sőt, rongyosabb, mint az övé. Lali agyán azonnal át futott egy hírtelen gondolat.

- Lehet, hogy én is próféta vagyok, csak eddig nem tudtam?

Aztán arra figyelt fel, amit a próféta beszélt:

*„Tudjuk, hogy ez a „sátor”, amelyben itt a földön élünk — vagyis a testünk —, egyszer el fog pusztulni. Isten viszont örök lakóhelyet készített számunkra a Mennyben, amelyet nem emberek építettek. Ezért, amíg ebben a földi testben élünk, sóhajtozunk, mert szeretnénk már beköltözni mennyei otthonunkba. Amikor majd oda beköltözhetünk, az olyan lesz, mintha felöltöztetnének bennünket, és akkor valóban nem leszünk meztelenek! Most, amíg ebben a földi testben élünk, sok teher nehezedik ránk, s ezért sokszor sóhajtozunk. Mégsem kívánjuk „levetni” ezt a földi testet. Inkább szeretnénk, ha „rá vehetnénk” azt a mennyeit, hogy ezt a halandó testet teljesen nyelje el az örök élet. Aki pedig bennünket éppen erre készített fel, az maga Isten! Ő adta nekünk előlege a Szent Szellemet, aki annak a biztosítéka, hogy mindazt, amit Isten megígért, valóban meg is fogjuk kapni. Ezért minden körülmények között bátran tekintünk előre. Hiszen tudjuk, hogy amíg ebben a földi testben élünk, távol vagyunk az Úrtól. A benne való hitünk és bizalmunk által élünk, nem pedig ahhoz igazodva, amit a*

*szemünkkel látunk, ezért vagyunk bátrak és bizakodók. Jobban szeretnénk ugyan kiköltözni ebből a földi testből, és hazaköltözni az Úrhoz”. (2Kor 5,1-8)*

Lali miközben hallgatta a prófétát, végig nézet a saját ruháján. Szakadt kabát, szakadt nadrág, lyukas cipő. Aztán az idő rágta, kis sátorára gondolt, majd a gyerekkorára az életére. Hallotta az intézetben, hogy van Isten és létezik a mennyország, de mind ez ideig nem hitt benne, azonban most valami megváltozott. A szemébe könnycseppek sorakoztak, de a szíve megtelt örömmel.

- Nekem is szükségem van egy új otthonra – ismételte magában – egy mennyre, amit nem emberi kezek varrtak!

A próféta még beszélt egy ideig, majd hangosan imádkozni kezdett. Az ott állók közül sokan a prófétával együtt kiáltottak Istenhez. Lali szíve meg telt örömmel, és egy erős bizonyosság áradt a lelkébe, hogy Isten az ő számára is új otthont készített. Az emberek ölelgetni kezdték egymást, míg mások értetlenkedve álltak a helyzet előtt.

Miután feloszlott a tömeg, Lali boldogan indult vissza a közeli kis erdőbe. Az érzelmek és gondolatok ide-oda cikáztak benne. Tudta, hogy ettől a naptól fogva, minden új értelmet nyert az életében.





## MÁRTON CSILLA

Érdekel az ember, az, hogy mi mozgatja, hogyan gondolkodik. Ugyanolyan helyzetben az egyik ember halad, a másik önmagába roskadva valamire vár. Pszichológus, orvos vagyok, teológiát is végeztem, hogy a test, lélek és a psziché egységét jobban átlássam. Írásaim a kiutat mutatják meg és bátorítanak, hogy higgy magadban, Teremtődben.



## A KÓRUS ÉNEKE

Írta: Márton Csilla

A dúló háború sajnos nem kerülte el őket sem. Kijevben, Radmila férjét, aki tiszt, elvitték a frontvonalra. Otthon maradt a kamasz gyerekekkel. Két év volt a fiúk között, de pont az az időszak, amikor fontos az apai szigor. Gregor a tizenhároméves, korához képest vékony, nyurga és nyugtalan természetű. Alexander, olyan kinézetre, mint az apja. Nagy barna szeme, az élet értelmét jelenti az anyjának. Gondolatban mindig valahol máshol jár, ha rákérdeztek, csak csodálkozva álmélikodott. Ő zenetanárnő, még a háború kezdetén betudott jární tanítani. Az iskolás gyerekeknek a zenét tanítani azonban nemcsak munka, hanem egyfajta terápia is volt az ő számára. Ez az életforma segítette Radmilának néha elfelejteni a háborút, és félretenni a gyászt. Már otthonról tanít, egyre kevesebb gyereket, egyre kevesebbszer.

A mindennapokban a zene az egyetlen dolog, amihez hozzáfértek és ami örömet tudott nekik okozni. Esténként elővette hegedűjét és a gyerekek kedvenc Paganini műveiből játszott el, egy-két darabot. Tudta, hogy az élete furcsa fordulatokat hozott, de ő maga úgy döntött, hogy harcba száll a nehézségekkel és kitart a hitében. A zenével összhangban vallotta, hogy az élet nagyszerű ajándék. Meg, hogy mi magunk döntjük el, hogyan használjuk fel az adott lehetőségeket. Időnként depressziós érzései voltak, hosszú percekig elmerült a gondolataiban és szomorúan nézte, ahogy családja küzd nap mint nap, a túlélésért. Éjszaka sokszor ébren volt, párnába szorította az arcát és úgy zokogott. Álmában fájdalmas érzések gyötörték. Forgolódott, párbeszédet folytatott Istennel, perlekedett legtöbbször, hogy hogy lehetséges ez a háború, hogy lehet ezt megengedni a huszonegyedik században. Lelkiállapota változó volt és állandóan próbára tette az erejét, azonban kitartása és a családjáért való harcos szelleme, egyedülálló

személyiségévé változtatta. Ő volt az, aki mindenkit bátorított. Vigaszt nyújtott és mesélt a megpróbáltatásokról, amik minden korszakban jelen voltak. De a hit és a remény segítségével, mindig jóra fordult a helyzet.

Vasárnaponként az apjuk kedvenc levesét főzte meg, ami még kitartott egy-két napig. Ez a híres borscs leves. Céklalevesnek mondanánk mi, de a rengeteg hozzávaló egy sűrű, tartalmas ételt varázsolt. Volt a cékla mellett fehérbab, répa, petrezselyemgyökér, krumpli, egy negyedfej káposzta, egy gerezdfokhagyma, passzírozott paradicsom, húscsont és az ízesítéshez megfelelő mennyiségű só, egy kanál almaecet, apróra vágott kapor és minden tányérba egy evőkanál tejföl. Most már ritkább lett, ez a sűrű massa, mert ugye nem tudott mindent beszerezni. Nem is beszélve a tejfölről, amit már évek óta nem láttak. De az a fontos, hogy az igazi recept fennmaradjon és a fiúk is tudják, mi jár bele. Ilyenkor mindenki egy-egy történetet mesélt az apjukról. Jokat nevettek és aztán hangosan kiáltották: - *Apa várunk haza, itt a kedvenc levesed, hozzád tejfölt bele!*

Minden vasárnap este, kísértáltak a város szélére, az ótemplomba mentek, misére. Ez egy nagyon régi templom volt, monasztikus rendű, vagyis kontempláló-szemlélődő, imádkozó apácák éltek benne. Akik, soha nem hagyták el a templom környékét. Kétkezü munkát végeztek, a templomkert megművelése volt a feladatuk. Napi ötször imádkoztak és a kórusban is ők énekeltek, kánonba. Három sorba álltak fel a kórus tagok. Egy bizonyos szólamot, leginkább a legfelsőt, az alatta lévő kórus sor, ugyanúgy elénekelte és ezután becsatlakozott a következő szólam, a harmadik sor, aki szintén leutánozta őket. Radmila lelkét a szólam a fellegekbe emelte és szárnyalt a harctérre, kereste férjét és minden erejével, életörömeivel átölelte, feltöltötte, hogy kibírja a következő hetet. Ez az idő, csak az övéké volt. Olyan, mint amikor szerelmesek voltak és találkozáskor, átölelték egymást, csókolóztak és nem akarták abbahagyni.

Tudta, hogy férje érzi az ő mérhetetlen szeretetét és hogy nagyon várják haza. A kórus épp ekkor kezdett bele egy kánonba, ami a hazatérő hőskről szólt meg a szólamokban. Szíve tele volt hálával. Boldogság öntötte el, hogy álma megadatik. Isten magához emelte és átölelte, megadta azt a lelki békét, amivel ezután teljesen rátudott hagyatkozni az Úr akaratára.





## PŐCZE ANDRÁS

Győrben születtem, és jelenleg is itt élek a családommal. A Czuczor Gergely Bencés Gimnázium és Kollégium tanulója vagyok egyetemen pedig pszichológiát szeretnék majd tanulni. Májusban töltöm a 17-et. Szeretem a hosszú alvást, a csirkepaprikást és az anyukámat.

## A DUNA PARTJÁN

Írta: Pőcze András

A Duna partjánál fekvő faluban az égvilágon semmi különös nem volt. A partjában sem. És Petiben sem, aki a parton állt. Mégis, mindenki úgy érezte, hogy a fiú titkol valamit. Minden nap, tanítás után kijött ide, és csak állt, miközben órákig bámulta a víz folyását, és a felszínén megcsillanó napfényt. Előfordult, hogy a többi gyerek távolról követte őt, hogy lássák mit csinál, de úgy látszott, Peti tényleg csak azért jön ki ide, hogy aztán mozdulatlanul ácsorogjon. Osztálytársai nem merték megkérdezni, hogy miért csinálja ezt, de természetesen mindenkinek megvolt a maga elmélete. Egyszer valaki felvetette, hogy Peti sátánista, és a hosszú órákon át tartó semmittevés egy démoni rituálé része. Azután ez vált az osztály legelterjedtebb magyarázatává.

Egyik napon, az osztály egy új tanulóval lett gazdagabb. Egy Lilla nevű lány költözött a faluba a családjával, mert az apja itt jövedelmezőbb álláslehetőséget kapott. Barátságos, közlékeny természete miatt mindenki hamar megszerette, könnyen ment neki a beilleszkedés. Nagyon sok barátra tett szert, ezért minden születésnapra, és baráti összejövetelre meghívták. Ő rendszeresen el is járt ezekre, hálás volt az újdonsült osztálytársai befogadásáért és szeretetért. Egy idő után már az összes baráti körrel volt közös élménye, és ezáltal minden gyerekkel is. Kivéve egyvel.

–Azzal a fiúval miért nem barátkozik senki? –kérdezte a barátait Petire mutatva.

–Azt beszélik sátánista – felelték azok. – Minden nap kimegy a Duna partjára, és órákig meg sem mozdul.

Lilla ezt érdekesnek találta, és úgy döntött, hogy ezt a saját szemével akarja látni. Elhatározta tehát, hogy követni fogja Petit. Utána ment az iskola után, de csak körültekintően, ügyelve arra, hogy a fiú ne vegye észre. Minden úgy volt, ahogy azt a többiek mesélték. Peti a Duna partjára ment, megállt a víz kavicsos partján, majd nem is mozdult többé. Lilla nézte egy darabig, az ácsorgó fiút, majd bátran odament hozzá, és megszólította.

–Hát te mit csinálsz itt? –kérdezte, mire Peti ijedten rezdült össze.

–Semmit! –vágta rá gyorsan.

–Azt látom! – nevetett a lány. –De mégis miért?

Peti felé fordította a fejét. Maga se tudta miért, de ahogy az arcát fürkésző kíváncsi égbék szemekbe nézett úgy döntött mindent elmond neki.

–Ebben a folyóban fulladt meg a kisöcsém, amikor hatéves voltam, ő pedig alig töltötte be a négyet. Azóta minden nap kijövök ide, hátha egyszer csak feljön a víz alól, hogy még egyszer nevezhessünk egyet közösen – mesélte a cipője orrát bámulva.

Lillát lesokkolta a válasz, de minden erejét összeszedte, hogy nyugodt maradjon. Csak hosszú csend után válaszolt:

–A nagypapám mindig azt mondta, hogy a túlvilágon boldogabbak az emberek, mint mi itt a földön. Az életünkben viszont feladatunk van. Úgyhogy használd ki az idődet és gyűjts élményeket, hogy amikor újra találkoztok, legyen mit mesélned!

Peti még mindig a földet nézte. Sose gondolt az életre úgy, mint egy feladatra, de úgy döntött, megpróbál hallgatni a lány tanácsára. Megköszönte segítő szándékot, majd hazament.

A következő napokban ünnepi hangulat uralkodott az osztályban hiszen olyas valakinek közeledett a születésnapja, akinek a bulijára mindenki hivatalos volt. Lilla boldogan osztogatta a meghívóit, viszont miután a barátai látták, hogy Petinek is adott, félre hívták a lányt, és kérdőre vonták.

–Miért akarod, hogy ő is velünk ünnepeljen? – mérgelődtek. – Hát nem hallottad, hogy sátánista?

Lilla nevetve felelt:

–Dehogyan sátánista! Csak szereti a nyugalmat és a természetet. Higgyétek el, ha esélyt adtok neki, kiderül, hogy tök jó fej.

Vonakodva bár, de mivel Lillát szerették, végül mindenki belenyugodott, hogy Peti is ott lesz a hétvégén.

Talán sose teltek még lassabban a napok, de végül eljött a szombat, és vele együtt a születésnapis zsúr ideje. Közkívánatra lézer harcolni mentek, ami bár nem egy tipikus lányszülinapi program, Lilla látva osztálytársai lelkesedését, nem akart semmi jónak az elrontója lenni. A gyerekek két csapatot osztottak, és mindenki kapott egy puskát, és egy felső szerelést, ami a találatokat számolta. Petit utolsóként választották be az egyik csapathoz, és oda is csak azért, mert már csak ő volt hátra. A fiú persze számított erre, ezért nem is bántódott miatta. A fejében Lilla szavai visszhangoztak. Elszánta magát, hogy most ő élményeket jött gyűjteni, és bármi legyen is, ma jól fogja érezni magát. Mindent beleadva vetette bele magát a játékba.

Miután lement a kör, a gyerekek izgatottan futottak ki a várószoba, hogy a falra erősített monitoron megnézzék, melyik csapat nyert, és ki szerezte a legtöbb találatot. Peti magasan vezette a pontlistát, amivel a csapata egyértelműen győzelmet aratott. Csapatársai vidáman ugráltak körül a fiút, és a következő körökben már mindig elsőnek választották. Petit kissé zavarba hozta, a hirtelen jött elismerés, sose volt még ilyesmiben része, de szemmel láthatóan élvezte, ami történik. Lilla elégedetten figyelte az eseményeket. Büszke volt magára, mert a segítségével, Peti lelke végre békére lett.

Ezután már az iskolában sem nézték levegőnek a fiút, és barátkoztak vele. Nem akarta, hogy kiderüljön kistestvére tragédiája, hiszen nem vágyott senkinek a sajnálatára. Emiatt viszont nem is kellett aggódnia, hiszen Lillánál biztonságban volt a titka. Peti az új barátai segítségével túllépett a traumán, és onnantól boldogan járt iskolába, és ajándékként tekintett élete minden napjára.





## **PERJÉSSY KATALIN MÁRIA**

Nagyváradon születtem még valamikor a múlt század derekán.

Voltam ékszerbecsüs, könyvtáros, neveltem három gyermeket, négy unokát, abajgattam kutyákat, macskákat, halakat és papagájokat.

A magam örömeire írok, több antológiában és saját finanszírozású köteteimben vagyok olvasható.

Mostanában a magam örömeire teszek mindent, így az Illír Kolostornak is szeretettel küldöm ezt a kis szösszenetet.



## HAJMOSÁS

Írta: Perjéssy Katalin Mária

Tegnapról maradt egy kis paprikás csirke, nokedli is van még a spájzban. Ma nem főzünk, mondja reggel nagymamám, míg lassú mozdulatokkal fésüli a hajam.

Húvös van a konyhában. Mielőtt a piacra megy, begyűjt. Nézem, ahogy guggol a spór előtt. Lassú, takaros mozdulatokkal kikotorja a hamut. Így nem száll a por, tudod, magyarázza, míg lassan felegyenesedik. Közben pár ősz tincs előre bukik a homlokába. Kis szilánkokat állít körbe, közé papiros darabokat gyürkél és ahogy meggyűjtja a gyufát, a kis láng fellobbantja a fényt a szemében. Ezt csak oldalról látom. Ahogy ráfúj az éledő tűzre, ráncai hirtelen eltűnnek az arcáról, és egy pillanatra meglátom a régi lányt, aki a Nilgesz-telep szépe volt. A vesszőkosárból fadarabokat dob az éledő tűzre, égő papír és füstszag csap ki a spórból. A legjobb szag a világon. Nagymamám naftalinszagú bordó kabátot vesz, kis fekete prémje olyan illatos a nyakánál. Szeretem szagolgatni. Kosarat visz, fekete bőrkesztyűje puha, mint a vaj. Olvassál, int hátra, sietek, és hallom óvatos lépteit a terasz lépcsőin.

November eleje van, érik a naspolya, amit úgy szeretek. Birsalmasajtot is vesz majd nekem, olyat, aminek dió van a közepében. Szeretek nagymamámnál lenni, mert ilyenkor csak mi ketten vagyunk. Ez jó. Míg odavan, kihozom a Brehm összes-t, hasra vágom magam a hencseren és lapozom. Milyen furcsa az érintése a hártvás papírnak a képek előtt. A macska gondos anya, olvasom, és a macskánkra nézek, aki ott alszik karikába fonódva a hokedlin. Négus. Egy halom fekete, gondos anya, csak a szeme sarka villan sárgán. Kinn szürke az ég. Mindjárt esik. Hallom, ahogy a diófa ágai súrolják a terasz tetejét. Álmosítóan pattog a tűz a spórban. A szélére húzva, nagy bordó fazékban halkán zümmög a víz.

Azt hiszem, elaludtam, mert a kis parasztra ütésére ébredem. Kinn esik, halkán dúdol a szél. Teszek a tűzre, a kis vasajtó csepp alakú nyílásain táncol a fény. Rőten hunyorog a parázs, óvatosan megkotrom, majd fahasábokat teszek rá. Nem kell fűjni, szépen lánggra kap. Mire a kutyát olvasom a Brehm-ben, megjön nagymamám. Fekete ernyőjét gondosan lerázza, majd a teraszon hagyja, kinyitva. Tettél a tűzre, kérdi és válaszra sem várva vállfára teszi a kabátját. Cipőjét gondosan megtöröli és kisámfázza. Kötényt köt maga elé. Nehéz a kosara, segíték neki, míg kipakoljuk.

Tejfölt hozott, az ismerős palotai nénitől, aki mindig megkóstoltatja velem a túróját-tejfölét. Sárga ez a tejföl és kis vajdarabok vannak benne, elolvad a nyelvemen. Kis fehér vászonruhával kötözi le az üveg tetejét nagymamám. Mire haza ér, a vászon mindig átnedvesedik, de sosem folyik ki a tejföl. És igen, vett nekem naspolyát, kis barna papír stanicliban, meg birsalmasajtot. Répát vett még, meg savanyú káposztát. Holnap egy kis töltött káposztát főzünk, mondja, míg kezét mos. A sárga háziszappant a kis drót szappantartóból veszi ki, a konyhai csap mellől. Míg megtöröli a kezét, én ágaskodom a sárga törölköző tartóig és mindketten elégedetten állapítjuk meg, megint nőttem, mert már majdnem elérem.

Terítsél kisjányom, mondja nagymamám, míg a paprikás csirkét melegíti a spór szélén. A nokedli sárga, a paprikás szaft befutja a tányér szélét, míg tálal. Combos kapok és máját, hogy nőjek. Ecetes uborkát szel hozzá. A rádióban harangoznak. A vastag falú poharakon átpárállik a víz hidege. Kinn eláll az eső, szürkén dereng minden. Négus herregve falja a maradékot.

Nagymamám meleg vizet önt a mosogatódézsába a bordó lábosból. Majd újra megtölti a konyhai csapból, majdnem tele. Arra gondoltam, ma segíthetnél haját mosni nekem, mondja. Nagyon örülök, szeretem a nagymama szép fehér haját simogatni.

Lassan, élvezettel mosogat. Egyenként, nagy gonddal dörgöli át a mosogatószeres, habos vízzel a tányérokot és lábosokat. Mindig a poharakkal kezdjed, akkor még nem zsíros a víz, mutatja, majd megbuktatja a tisztára sikált poharakat az öblítővízben. Piros bádóg a mosogatódézsa, kis kék a másik, amiben előblíti az elmosott dolgokat. A tiszta tányérokot öblítés után én törölöm szárazra a konyharuhával, és ugyanígy a poharakat. Minden csillog, jegyzi meg elégedetten nagymamám és jelentőségteljesen néz rám, majd a köténye zsebét tapogatja. Megettük az ebédet, elmosogattunk, jár a csemege. Kis fehér papírtölcsért bontogat, tudom, hogy cukorka van benne. A sarki boltban vette nekem, ahol üvegtartókban sokfélélt árulnak, de az én kedvencem a karamella. Édes és ragacsos, nagymamám nem kér, inkább kávét iszik, míg melegszik a víz a hajmosáshoz. Teszünk a tűzre. Négus újra karikába fekszik, de most a másik oldalára.

Kotyog a kávéfőző, nagymamám sárga kis csészéből issza a kávét, én nem szeretem, mert olyan keserű. Elrágok még egy cukrot, aztán hozzálátunk az előkészületekhez. Egy hokedlit teszünk a konyha közepére, rá a kis sámli, arra kerül a fehér bádoglavór. Jó meleg a víz, még egy kis hideget öntök hozzá, megkeverem a kezemmel. Pont jó. Nagymama a másik hokedlire ül és odahajtja a fejét a lavór fölé. Kis porcelánkancsóból vizet csorgatok rá. Nem meleg? Háziszappannal dörgöli a haját. Olyan szép rózsaszín a fejbőre, fehérek a hajszájai. Tiszta hab a füle meg a nyaka. Most öntsél még egy kis meleget, szuszogja. Zúdul a víz, ujjai kis árkokat húznak a habba. Ezüst a hab, ezüstösesek a tincsei. Tisztaság szag van. Nagymamám tincsei begöndörödnek, mint egy tündérnek. Mint egy szép, öreg tündérnek. Törölközőt borítok rá és gyengéden megölelem. Visszaölel.

Szavak nélkül is tudjuk, mennyire szeretjük egymást.



## PINTÉR ILLANGÓ

„Az én nevem (Pintér) Illangó,  
Olyan vagyok, mint a pillangó:  
füzetem a szárnyam, ragyogó,  
a szívecském fényes, csillogó,  
rajta szikrázik sok csillámpor.  
Égből szeretet villámlott,  
Uram, Jézus Krisztus megváltott.  
A mennyországot nagyon várom,  
felfelé a csápom kitéárom!  
A fantáziám az én testem,  
szárnyalok vele távol, messze.  
Mindenből kerekedik versem,  
merre szárnyam repülve rebben.”

## A LÉLEK BÉKÉJÉNEK MEGTALÁLÁSA

Írta: Pintér Illangó

*(Paul Roslie sikertelen kísérlete után szabadon)*

Haza akartam indulni a természetfilm forgatása után. Elégedett voltam, mert végeztem az álarcos hegyi tangara bemutatásával. Ez a madárfaj igen érdeklődés-felkeltő volt tiri-tarka színezetével, kecses testével és édesen csicsergő lágy hangjával, amivel a reggelt köszöntötte. Még mindig ott láttam magam előtt a sárga, kék, zöld, fekete testét repülni. Igazán elragadó lett a film! Fogtam a táskámat és gondolataimba mélyedve sétáltam az autóm felé, de a főnököm megállított:

- Benito! Szeretnék egy kicsit beszélni veled! Ráérsz most, rögtön?

- Igen, igen, ha nem hosszú.

Együtt mentünk az irodájába, ami ott állt a forgatási helyszíntől nem messze. Hellyel kínált és elkezdte mondandóját:

- Nagyon tehetséges színész vagy. Szeretnék felkérni egy különleges szerepre – mély levegőt vett és csak azután folytatta. – Egy anakondáról volna szó. Tartanál róla egy előadást, a fénypontja pedig az lenne, hogy lenyeleted magad vele.

Erre aztán nem számítottam! „Most mit mondjak?” – zakatolt az agyam. Eddig csak állatokról szóló, főleg ismeretterjesztő videókat csináltunk, de nem *ilyet*. Fernando biztos megérezte zavarom, de ezzel nem törődött, hanem folytatta:

- Nyugi, nem akarlak legyilkolni. Külön erre a célra kifejlesztenénk egy védőruhát. Amíg bent vagy, ultrahangos kamerával figyelnék, majd a kígyót császármetszéshez hasonlóan felvágnánk és kiszabadítanánk téged. Persze csak, ha beleegyezel.

- Biztosan megérti, ha gondolkodási időt kérek. Például holnapig... - feleltem és igyekeztem minél gyorsabban elhagyni a szobát. – Viszontlátásra!

Sietve távoztam az irodából. Hogy jutott eszébe ilyesmi?! Gyorsan hazahajtottam, ahol már várt a feleségem, Noa.

- Hol voltál eddig? – kérdezte kissé szemrehányóan.

- Fernando-val beszéltem. Felkért egy különleges forgatásra – kezdtem magyarázni.

- És miről fog szólni az a film? – érdeklődött, miközben egy tényér levest tett elém.

- Hát, arról hogy lenyel egy fojtókígyó – lesütöttem a szemem és bekaptam egy kanál ételt.

- Mi?! Ugye nem azt akarod mondani, hogy egy igazi? Csak egy bábu, ugye? Mit mondtál rá? – teljesen kikerekedett a szeme.

- Nem, nem bábu. Egy élő állat lenne. Nem adtam választ még. De nem öngyilkos dolog ez, nem emésztene meg, kimentenének a gyomrából. Védőruhám is lenne.

Hosszasan nézett rám, láttam rajta, hogy nem szeretné, ha elvállalnám. „Olyan aggodalmaskodó!” – gondoltam. „De ezúttal igaza van...”

- Értem, hogy védőruha, meg minden, de nem fojt meg, mielőtt lenyelne? – ráncolta a szemöldökét Noa.

- Fernando szerint csak elkábítja az áldozatát. Azt fogja hinni, ha nem mozdulok, hogy már megehet – nyugtatgattam, miközben magam sem voltam túl nyugodt idegállapotban. – Képzeld, mennyit fognak fizetni ezért az attrakcióért! Egy életre hátradőlhetünk ezután!

- Mármint, ha nem történik semmi baleset és élve maradsz! – figyelmeztetett Noa. – Gondold át alaposan! Én semmiképp nem vállalnám és neked sem javaslom.

Bólintottam és folytattam a falatozást. Gondolataim egyre csak visszakalandoztak a főnökömmel tett

beszélgetésre. Tévénézés közben sem tudtam elfelejteni a kígyót, látszólag Noa se tudott belemélyedni a könyvbe, amit olvasott, mert folyton az ablakon bámult ki. Gyors mozdulattal lekapcsoltam a gépezetet és hátulról átöleltem feleségemet.

- Mi bánt annyira? – suttogtam a fülébe. Egy könnycsepp gördült végig az arcán, úgy felelt a kezemet simogatva:

- Ne vállalj el! Kérlek! Ez nem játék! Én nem bírom ki nélküled! Szeretlek!

- De hát mi történhet?

- Bármí, bármí, Benito, bármilyen baleset! – most már szabad folyást engedett könnyeinek. – Olyan rossz érzésem van! – szípogetta.

- Nyugodj meg, nem lesz semmi baj!

Másnap megint ott voltam az irodában.

- Tényleg nincsen kockázata? – kérdeztem gyanakvóan.

- Nincsen, nincsen! Megnyugodhat. Ott leszünk, mi a stáb, vadászok, katonák és orvosok is. Közbelépünk, amint bármi félresikerülne – biztosított. – Itt kellene aláírni a szerződést. Olvassa át nyugodtan.

Tíz perc múlva aláírtam és kiléptem az irodából. „Gyakorlás szinte nem is kell” – morfondíroztam. „A természettudományos szöveget megtanulom, gyerekjáték elmondani, a szerkesztő összevágja a kígyóról készült videókkal, az anakonda meg majd tudja, mit kell tennie”.

Párnap múlva szétterjedt a hír rólam, hogy elvállaltam ezt a hihetetlen szerepet. Nem látott az emberiség még ilyet, hogy valaki önként megy be a kígyó gyomrába. És hogy miért? Csak. A meggazdagodás vezérelt? Jól jött a lehetőség, de nem pusztán ezért tettem. Akkor meg minek? Nem tudtam; csak. Valahogy úgy éreztem, hogy mégiscsak a kötelességem. Néhány ismerősöm ostobának tartott, páran elámultak a bátorságomon. Apropos, bátorság. Egy cseppet sem

tartottam hősiességnek magam, el sem tudtam és nem is akartam képzelni, mi vár rám.

Addig-addig terjedt az új pletyka, míg meg nem jelent nálam egy riporter. Becsöngetett házamba, hogy megkérdezze, szabad-e egy interjút készítenie velem.

- Természetesen! – feleltem.

- Mi indította arra, hogy elvállalja ezt a forgatást? – hangzott az első kérdés.

- Nem is tudom – válaszoltam.

- Izgul rajta?

- Hát... Igen... egy kicsit... nagyon... - habogtam.

- Különösen érdeklő önt az anakondák világa?

- Nem. Egyáltalán – ráztam a fejem.

Záporoztak a kellemetlen kérdések. Már bántam, hogy beengedtem. Feleségem mélyen szomorú szemekkel figyelt minket. Aláírtam... Ha tudtam volna, hogy tényleg ekkora fájdalmat okozok neki, nem tettem volna meg, de most már minden veszve látszott... ettől a tehertől igencsak ingerlékeny hangulatba kerültem.

Később vacsoránál Noa megkérdezte:

- Mire jó ez neked?

- Mi mire jó? – kérdeztem vissza, pedig tudtam, hogy mire utal az az „ez”.

- Mért nem küldöd el a riportert, ha csak nyűg? Miért vállalod el a forgatást, ha nincs neked sem ínyedre? Miért nem én vagyok a fontosabb, miért az illem? Nem is volt kötelező! Megmaradt volna a munkahelyed is! – tört ki belőle egyszerre.

- De Noa! Mi bajod? Miért vagy idegbeteg? Csak a dolgom végzem! – krákoktam gúnyos hangon.

- Akkor vedd feleségül is azt a kígyót! – kiáltott rám és zokogva rohant be a szobába. Földhöz vágtam az egyik



tányért, majd én is beviharoztam egy másik helyiségbe, döngve csaptam be magam után az ajtót.

A reggeli nyomott hangulatban telt el. Noa mindent elpakolt, de a szilánkokat ott hagyta a földön. Éppen kelletlenül szedtem össze az utolsó darabokat, amikor csöngettek. Kimentem megnézni, ki az.

- Jó napot kívánok! – kezdte az idegen. – Azt hallottam, itt lakik, talán ön az, aki a kígyó gyomrába szándékozik lejutni.

Nagyot sóhajtottam. Már megint ezzel jön valami riporter! „Elegem van!” – fortyogtam magamban, de hangosan csak ezt mondtam:

- Igen. Kerüljön beljebb!

Amikor beértünk a nappaliba és kényelmesen leültünk, belekezdett mondandójába:

- Ez a vállalkozás nagyon veszélyes... - a szavába vágtam:

- Nem. Ez nem veszélyes, minden biztosítva lesz – de a kéretlen vendég zavartalanul folytatta:

- Azért én úgy vélem, mondhatjuk azt, hogy kockázatos, – bólintottam. – és így van egy nem csekély életveszély, hiszen teljesen ismeretlen útra szándékozik térni, ahonnan még senki sem jött vissza – kezdtem elveszteni a türelmemet. Ám folytatta meg sem rezzelve az idegen. – Ilyen kétes útra lépve fel kell készülni a végre. Ön készen áll meghalni? – kérdezte mélyen a szemembe nézve.

A szám szélébe haraptam. „Most mit feleljek?” – tépelődtem, végül is csak ennyit mondtam:

- Nem gondolom, hogy ennyire éles lenne a helyzet.

- De ha mégis? Készen áll? – erősködött.

- Mit tartozik ez önre? Életem derekán járok, nem foglalkozom vénembereknek való témákkal. Törődjön a maga dolgával!

- Nézze – felelte. -, én lelkipásztor vagyok. Azért jöttem, mert kifejezetten inteném egy ilyen vállalkozás előtt, hogy

rendezze Istennel való kapcsolatát. Ön szinte a halál árnyékának völgyébe szándékozik menni. Kígyó bőrébe bújt a sátán is, amikor becsapta Évát! Kérje Isten segítségét, mielőtt vakmerő tettét végrehajtja!

A szemem már forgott a dühtől. „Miért nem lehet engem békén hagyni?!”

- Semmi köze a magánéletemhez! Fáradjon kijebbe! – tessékeltem ki a házból, mielőtt elvesztettem volna önuralmam és ordítani kezdtem volna vele. Aztán berontottam a vendégszoba- Ott rávettem magamat az ágyra. Nem akartam Noa-val találkozni egy percre sem, azért menekültem oda. „Mennyi nyű!” – morogtam. - „Mi közük a forgatásomhoz? Én döntésem, én életem, én munkám, én forgatásom, én felelősségem, én, én, én...” - soroltam, míg még a délelőtti órákban elnyomott az álom. Amikor felkeltem, kicsit már lehiggadtam. Nekiálltam a szövegem tanulni. Szerencsére ez még ment. Végeztem az aznapra megjegyezni kitűzött ismeretterjesztő szövegekkel.

Kikullogtam a konyhába. Kivettem magamnak egy tál paprikás krumplit és étvágytalanul megettem. Noa nem tudtam, hogy hol van, de őszintén szólva, nem is érdekelt.

Nyomorúságos körülmények között éltünk még két hétig, amíg az előkészületek zajlottak. Végre eljött a kíváncsian rettegve várt nap. Noa sírva köszönt el. Ott állt az ajtóban, ameddig beindítottam a kocsim motorját és elhúztam. Az én szívemre is egy teher nehezedett. Mintha megkötöztek volna aznap. Eddig nem is gondoltam, arra, amit a lelkész mondott. Miért is tettem volna? De most itt zakolt a fejemben, mint egy kalapács és minden lüktetésnél rám csapott vasfejével: „*Kígyó bőrébe bújt a sátán is, amikor becsapta Évát! Kérje Isten segítségét!*”. Nem, nem akartam erre gondolni. De gondoltam.

Álomszerű lebegésben álltam meg az autóval, majd szálltam ki a megbeszélt helyen. Ott volt a sűrűrácsozatú ketrecben az anakonda. Most találkoztam vele először. Óriási, vaskos, tekergőző kötélre hasonlított, kísérteties

sötétzöld mintázattal, hatalmas fogakkal és méltó erővel. „Ennek a hasában...” – borzongtam meg.

Megkaptam a védőruhát. Kábán bújtam bele. Visszhangoztak bennem a szavak: *„Olyan rossz érzésem van!”* *„Kígyó bőrébe bújt a sátán is, amikor becsapta Évát! Kérje Isten segítségét!”*

A kemény anyagú, mégis hajlékony védőruha iszonyú nehéz volt és irtózatosan meleg. Máris éreztem, amint az izzadság cseppek végiggördültek a hátamon. Azon gondolkodtam, egy ilyen műpáncélzatban miért is akarna igazából bekapni a vadállat, miben hasonlítok egy zsákmányhoz.

- Készen állsz? – veregette meg a főnököm a hátam. – Kezdheljük?

Tétován bólintottam. Megérkezett a kamerás, az altató puskások, a két állatorvos, egy orvos, és az ultrahangos, akinek a gépezete egy hosszú rúdon volt, hogy ne kelljen bemennie a fojtókígyóhoz.

Mindenki kint. Kint, a ketrecen kívül. Csak én bent. A kamerás már kamerázott. A fejem lüktetett: *„Kígyó bőrébe bújt a sátán is, amikor becsapta Évát! Kérje Isten segítségét!”* Le akartam rázni ezt a gondolatot, de sehogy sem ment. „Be kéne már lépnem. A kapu nyitva áll.” Lassan, lomhán emeltem lábam. Az iszonyú állat ki-behúzogatta villás nyelvét sejtelmes tekerdő mozdulattal. Elindult felém. Az a pár másodperc, míg elért hozzám, egy örökkévalóságnak tűnt számomra. Az anakonda siklott, mint egy árnyék a kiszámíthatatlan éjszakában. Hozzám ért... Csavarodni kezdett... Sziszegett... Végignyalt... Szorított...

A védőruhától alig éreztem a nyomást, síkos bőrét sem tapintottam, de a gondolat szörnyű volt. Próbáltam mozdulatlan lenni és már az oxigénpalackból szívtam a levegőt, hogy azt higgye, ájult vagyok. Végre kiengedett szorításából, én eldőlttem, és ugyanolyan rémült maradtam. Hiába nem bántott, mégis közel jártam az ájuláshoz. Nem

esett nehezemre nyugton maradni. Eddig nem tudtam (vagy nem akartam) megérteni a veszélyt, amibe keveredhetek ennek az élménynek során, de most csak úgy tódultak bennem a lehetőségek: eltört oxigénpalack, kiszakadt védőöltözék, nem észrevett tulajdonságai a kígyónak, elcélzott altató lövés, hirtelen földrengés, tornádó...

Az anakonda még egyszer körbetekert és nyalogatott, szorítása erősödött, már szinte fáj, majd kiakasztotta félelmetes álkapcsát... Azt a látványt! Rám szegezte izzó szemeit, a szája alja lebernyegként lebegett. Felágaskodott teljes nagyságában és farkasszemet nézett velem. Én a szememet sem mertem rezdíteni. Hirtelen, mint a lecsapódó szigony, kapta be egy szempillantás alatt a fejemet. Minden elsötétült előttem. A többi részem még kilógott. Lassan fokozatosan szívott be egyre mélyebbre. Sötét és összenyomódás. Beszorultam a feketeségbe. „Ilyen a halál?” – kérdeztem önmagamtól. Végig sem mertem gondolni. Éreztem, ahogy csúszok egyre mélyebbre és mélyebbre... Fejemben még mindig zakatolt: *„Kígyó bőrébe bújt a sátán is, amikor becsapta Évát!”* Megakadtam valamiben, megállt az áramlás. Moccanni sem tudtam a szorító húsfalak miatt. Az oxigénpalack ellenére fuldokoltam, mert úgy összepréselődött a tüdőm, hogy alig tudtam lélegzeni. Az anakonda elkezdett csúszni. Rázkódtam benne, mintha köpülnének. Erre egy kanyar, arra egy kanyar - mindig beütöttem valamimet. Most összehúzta magát a kígyó, most kinyújtotta – én is nyúltam vele együtt.

Mindezt még elviselhetlenebbé tette a hőség. Az ember átlagosan 36, 5 C fokos, de a hüllők testhőmérséklete változó. Ez az állat éppen megerőltette magát lenyelésemmel, így olyan forróság volt odabent, amit még nem tapasztaltam.

Soha sem szerettem a meleget. Most viszont egyenesen megutáltam. Fájni kezdett a fejem. Elviselhetetlenül. Teljesen elzsibbadt mindenem. Elolvadtam a hőmérséklettől. „Jaj, mikor jöhetek már ki!”

Hirtelen valami élesen a fülembe kiáltotta: „*Kérje Isten segítségét!*” Nem tudtam mást csinálni, csak minél hangosabban ordítani, vagy talán csak gondolni:

- Isten, segíts!

Többre nem emlékszem, csak hogy ekkor, mintha hideg áramlat futott volna végig a gerincemen. Már nem féltem. Sőt, eddig számomra ismeretlen nyugalom töltött be! Egy kép jelent meg szemeim előtt: egy anya, aki épp világra hozza gyermekét. Tisztán láttam a szülőcsatornában vergődő csecsemőt. Majd sötétség, sötétség és sötétség.

Egy mentőautóban ébredtem. Megkönnyebbülten sóhajtottam fel, amikor felmértem, ez azt jelenti vége és élek! Aztán megkérdeztem:

- Miért vagyok itt?

- Uram, – kezdte egy orvos. - eszméletlenül került elő. Feltehetően hőgutát kapott – magyarázta. – Bevisszük megfigyelésre egy éjszakára.

A kórházban már várt rám Noa.

- Ó, Benito, úgy aggódtam! – szólt meghatottan.

- Majd mesélek! – mondtam neki, mert máris vittek megvizsgálni.

- Nagyon meleg volt – kezdtem a beszámolómat valamivel később. – Úgy éreztem, nem bírom tovább és akkor eszembe jutottak a lelkész szavai „*Kérje Isten segítségét!*”. És én kértem! Olyan békesség jött rám és hideg enyhület! Érzem, hogy Ő szeret és nem hagy el! Megbocsátott nekem! Ugye te sem haragszol?

- Úgy örülök! Nem, Benito, nem, persze, hogy nem! – már megint könnyes lett a szeme.

Másnap hazamentem. Örömmámorban éltem. Megértettem, mennyire értékes is az élet és mennyire szeret a törődő Isten. Személyes kapcsolatba kerültem a világ teremtőjével és Ő megkegyelmezett nekem! Hát nem csodálatos?

Amikor kissé lejjebb hagyott bennem ez az ujjongás, Istenben bízva elkezdtem olvasni a Bibliát. Akadtak ugyan jószerivel olyan részek, amiket nem értettem, de sok részlet a szívemhez szólt. Noa is sokszor odaült mellém és együtt bogarásztuk. De nem igazán igazodtam ki, nem állt össze értelmemben egésszé a kép. Arra jutottam, fel kellene keresnem egy lelkipásztort, hogy tanácsot kérjek. Nagyon gyámoltalannak éreztem magamat, azt sem tudtam, miként szólítsam meg a nagy Istent. Tudtam ugyan egyet, s mást, hogy bűnbe esett az emberiség és hogy a Mennyei Atya elküldte a fiát megmenteni az embereket. De nem voltam képes felfogni ennek hatalmas jelentőségét, csak azt tudtam biztosan, hogy akkor ott a kígyó gyomrában felkeresett engem. A bibliaismeretem is csekélynek bizonyult és nem igen tudtam, hogy hogyan bővítsen.

Tehát felkerestem egy lelkészt. Elmondtam panaszom, hogy nem tudom, hogy hol kezdjek el olvasni és vágnék egy keresztény kis közösségre, ahol meg lehet beszélni egymás problémáit.

- Újjászületett már? - kérdezte tőlem.

- Ööö... - váratlanul ért a kérdés. Ez az ember talán ismeri a történetem? - Igen, kétszer születtem meg. Édesanyám után egy kígyóból is... - habogtam. A pásttor szeme elkerekedett.

- Maga az az ember, aki megetette magát egy anakondával? – csodálkozott. Bólintottam. Láthatóan nem ismert eddig. Akkor vajon miért tette fel ezt a kérdést?

- Nem, nem ilyen születésre gondoltam – rázta a fejét. – Ez nem elegendő.

- Mihez nem elég? – érdeklődtem.

- Az újjászületéshez. Ezt nem így kell.

Nem igazán jártam sikerrel. Ajánlotta a gyülekezetét, mint közösséget, de nekem nem tetszett, hiszen az egy kész tömeg volt. A Bibliában jól elkalauzolt ugyan, hogy az evangéliumokat kezdjem sorjában olvasni, vagy valahol

János levelei környékén, de egyebekben nem nyertem választ kérdéseimre. Így egy más felekezet pásztorához mentem, de ott is azt mondták, elfogadhatatlan egy kígyó által megkeresztelkedni. Én azonban továbbra sem értettem, miért nem újjászületés ez, hiszen új életet nyertem általa és kétszer születtem meg. Körüljártam ezer gyülekezetet, de sehol nem kaptam kielégítő feleletet. Nem értettem: én újra megszülettem. Ez vitathatatlanul megtörtént. Ha nem ez kell, akkor ugyan mi?

Egy napon ezeken gondolkodva bandukoltam az úton, amikor egy öreg bácsi megszólított. Nem ismertem, de az arca szeretetet sugárzott:

- Mi terheli olyan nagyon? Kérje Isten segítségét!

Nagyon megörültem, gondoltam, őt is megkérdezem.

- Ó, hát maga is hisz?

- Igen – bólintott.

- Lenne egy kérdésem. Sokaktól kérdeztem, de nem kaptam elfogadható feleletet. Feltehetem?

- Nyugodtan, de nem ígérem, hogy tudom a választ – felelte.

- Engem egy film kedvéért megevett egy anakonda. A gyomrában megismertem Istent – kezdtem. – Kivettek a kígyóból. Miért nem újjászületés ez?

Az idős úr egy darabig csak hümmögött és hammazott, majd előhúzott zsebéből egy kis Újszövetséget. Gyorsan fellapozta és olvasni kezdte:

- „Bizony, bizony, mondom neked: aki nem vízből és (Szent)lélekből születik, az nem megy be az Isten országába. Ami a testtől születik, test az, ami a Lélektől születik, az lélek. Ne csodálkozz azon, hogy azt mondtam: újjá kell születnetek” (János 3:5-7) – mélyen a szemembe nézett, majd továbbindult útjára.

- Nagyon-nagyon köszönöm! – kiáltottam utána a felismerés tűzével hangomban.

Pár nappal később ismét összefutottunk. Örvendezve kértem rá, hogy jöjjön el hozzám, hogy olvassuk vele és Noa-val együtt a Bibliát. Szeme felcsillant, úgy válaszolt:

- Nagyon régóta szeretnék ilyen kis bibliakört. Köszönöm a meghívást!

Attól kezdve minden harmadik napon ott volt a házunknál és közösen bővítettük tudásunkat, hitünket. Csakhamar eljött az a pont, amikor Noa-val úgy éreztünk, örökre Hozzá akarunk tartozni, amit hitbéli újjászületéssel akarunk lepecsételni. Megkértük rá az öreget, Vicente-t, hogy merítsen be minket.

Másnap a lemenő nap meleg színe bíborra festette a városi park tavának vizét és benne hármunkat. Olyan volt az egész, mint egy álom: ahogy a halálba adtuk óemberünket megkaptuk az újat. Ó, az a csodás pillanat! Magasztos, felemelő, de mégis egyszerű, hogy az ember csak utána fogja föl teljes egészében! Víz és tűz keresztsége!

Szinte észre sem vettem, hogy már kifelé tartunk a tóból. Szívem úgy ugrált, mintha ki akarna ugrani a helyéről. Úgy éreztem, Jézus velem táncol! Közben nőttön nőtt bennem a hála, eszembe jutott a pásztorért is, aki egykor meglátogatott figyelmeztetni.

Amikor a parton feleszméltem merengésemből, békés félhomály uralkodott a gyönyörű tisztáson, aminek közepén egy fűzfa állt, és az egyik oldalról az óemberem hullámsírja, a másiktól pedig az erdő határolta. Olyan nyugalmat éreztem, amit az ember Jézus védője nélkül nem képes! Meg akartam volna köszönni mindezt az óvó lelkésznek is, aki elindított ebbe az irányba, de azt sem tudtam, hogy hogyan hívják, ezért csak Isten felé szállt dicséretem. Neki titok maradt szavai hatása, de nekem végtelen öröm és kegyelem forrásává vált. Sok döntésemet megbántam már az életben, de ezt az egyet, hogy az Úré lettem soha, de soha sem!



Mint ahogy azt sem, hogy elvállaltam a kétes forgatást, ami elhozta üdvösségem napját. Bár a sok áldás ellenére megfogadtam, többé nem megyek anakondahasba, hacsak nem az Úristen személyesen teszi kötelezővé!





## **VIOLET C: LANDERS**

Szeretek történeteket írni, amelyek foglalkoztatnak vagy bennem zajlanak. Több helyen jelentek már meg írásaim: novella, vers, regény. Minden történet ad valami pluszt azoknak, akik olvassák és annak is, aki írja. Szerintem ez viszi előbbre a világot.

## AHOGY A SORS RENDELTE

Írta: Violet C. Landers -

Alessia sietős léptekkel haladt az autója felé. Szerette a pakoló hátsó részében hagyni a kocsit, mert az irodáig megtett út elég időt adott a dolgai átgondolására. Egyszerre küzdött párkapcsolati és munkahelyi problémákkal, amik az amúgy is depresszióra hajlamos nőt kezdték mély lelki válságba sodorni. Az állandó feszültség, idegesség, kialvatlanság mindenre kihatott. Tudta, hogy gyökeres változásra van szüksége, de mint oly sokan mások, inkább bent ragadt a biztos rosszban, minthogy a bizonytalan felé tegyen egy lépést. Ez pedig kezdte felőrölni. A kollégáival is egyre többször volt konfliktusa, ráadásul a munka iránti lelkesedése is elfogyott. Két dolgot várt a nyolc órás munka alatt: az ebédszünetet és a hazamenetelt. S bár fájt a valóság, kereste saját kiégése okait, de be kellett látnia, hogy ez így nem mehet sokáig.

Reszketve tépte fel a kocsit ajtaját, bedobta a táskáját, majd beült a kormány mögé. Bekapcsolta a rádiót, de már a zene is kiborította, mert állandóan ugyanazokat a zenéket játszották. Így aztán le is kapcsolta. S ezzel együtt mintha felszakítottak volna egy heget a lelkén, mert azonnal sírásban tört ki és ráborult a kormányra. Úgy érezte a lelke egy része kiszakad a szíve közepéből, de egyúttal meg is könnyebbülne. S ahogyan a könnyek végig folytak az arcán, elméje is kezdett megvilágosodni, felszabadulni a nyomás alól. Valamit tennie kell, mert így nem mehetnek tovább a dolgok! A telefonja után nyúlt, s ahogyan felnyitotta a névjegyzéket Róbert számát pillantotta meg elsőként. Kis hezitálás után, úgy döntött felhívja. Remegő ujjal nyomott rá a hívás gombra. Mondogatta magában, hogy meg kell nyugodnia. Közben a vonal kicsengett, és a férfi beleszólt a túloldalon.

- Mi van, Alessia? - kérdezte. Hangjában érezni lehetett a frusztrációt. Mintha kedvese már nem jelentett volna számára

sokat, inkább csak terhet. - Nem jó a ma este. Tegnap már mondtam. Ne gyere át! - próbált hamar szabadulni.

- Nem azért hívtalak - szipogta Alessia.

- Akkor meg mit akarsz?

És ez volt az a pont, ahol a nőben valami végleg eltört. Belső énje, ami eddig visszafogta magát, egy pillanat alatt felszínre került:

- Felejsük el egymást örökre. Nem megy ez nekünk. Nekem olyan valaki kell, aki szeret. De te nem az az ember vagy! Véget vetek ennek az egésznek!

- Alessia - kapott észbe Róbert, de a helyzet már menthetetlen volt.

- Többet látni se akarlak! Majd gyere át a holmijaidért! Szia - azzal kinyomta a telefont. Amikor belenézett a tükörbe és látta a felfolyt fekete szemfestékét, úgy érezte, mintha egy új valakivé változott volna. Az a gát, ami eddig segítette elnyomni valódi érzéseit, átszakadt. A maga különös módján jó érzéssel töltötte el. Miért és kinek a kedvéért maradna jó kislány? Eltűrve, hogy emberek keresztül -kasul járjanak rajta. Ahogy ez a felismerés egyre szabadabbá vált benne, tudta, hogy mit kell tennie.

Egy héttel később, miután még vagy ezerszer átgondolt mindent, felmondott a munkahelyén is. Felszabadító érzés volt, hogy többet nem kell elviselnie az ízléstelen vicceket, a bántó megjegyzéseket és a lelkileg is megterhelő munkát. Bár az anyagi lehetőségeit ettől kezdve szűkösnek érezte. Segítség nélkül pár hónapot talán át tud vészelné munka nélkül is.

A péntek reggel jól indult. A nap is másképpen sütött. Alessia úgy érezte ez egy új kezdet. Előbb kellett volna meglépnie mind a szakítást, mind a felmondást. De talán így sincs későn. Miután felkelt, reggelizett és elment a városba. A korábbi búskomor hangulata teljesen köddé vált. Betért egy ruhaboltba és több blúzt felpróbált, végül kettőt kiválasztott és megvett. Azután egy háztartási, majd egy könyvesbolt következett. Fél egykor beült a helyi hamburgerezőbe és rendelt egy menüt. Míg készült a

fogás, letöltött két álláskereső alkalmazást és belevetette magát a keresésbe. Egészen belemélyedt a sok információban, így azt sem hallotta meg, amikor a sorszámát mondták.

- Maga a negyvenkilences? - kérdezte tőle egy jól szituált, szürke szövetkabátos férfi, hóna alatt borítéktáskával. Szőkésbarna haja lefésült, bezselézett volt. És olyan kékek voltak a szemei, akár az óceán.

- Hogy mondta? - nézett fel Alessia hirtelen és nagyot nyelt az alak láttán zavarában.

- Maga a negyvenkilences? - kérdezte a férfi mosolyogva.

- Igen - hebegte a nő bizonytalanul.

- Akkor idehoztam. Zavarná, ha leülnék az asztalához, míg megeszem az ebédem?

- Nyugodtan - intett szempillájával a szemközti székre.

A férfi leült és nem számított a csinos megjelenés, nekiállt a hamburgerének, persze vigyázva, nehogy leegye magát. Alessia is ugyanígy tett. Az applikáció persze nyitva maradt, s a férfi meglátta az aktuálisan megnyitott hirdetést.

- Állást keresel? - váltott tegezésbe, ha már egy asztalnál esznek.

- Igen - válaszolta röviden a nő.

- Mióta?

- Ma kezdtem a keresést. De már egy hete felmondtam.

- És milyen munkát szeretnél?

- Nem tudom. Bármilyen jó lenne, ahol békén hagynak.

- Ah, értem. Rossz volt az előző helyed?

- Nem volt rossz, csak kiégtem. Tudsz talán munkát? - mérte végig újra a pillantásával.

- Meglehet - tolt be a férfi két hasáburgonyát a szájába.

- Ez most egy interjú?

- Nem, csak ebéd.

Ezen mindketten mosolyogtak.

- Este vacsora? Vagy van párod? - kérdezte a férfi.

- Nincs párom. És fogok vacsorázni.

- Velem?

Erre Alessia felhúzta a szemöldökét, majd körbenézett az étteremben.

- Tőlem kérded?

- Persze. Nos?

- Legyen - felelete Alessia meglepetten.

Így megegyeztek az este nyolc órában és ugyanabban az étteremben. Legalábbis a hely előtt, mert a szürke szövetkabátos férfinak más tervei voltak.

Alessia időben érkezett, de a férfi megelőzte. Amikor megpillantották egymást, mindkettejüket elöntötte a nyugalom. Különösen a nőt, aki élete minden területéről elengedte a görcsös aggodalmakat. Egyszerűen, nincs mit vesztenie ez pedig nyugalommal töltötte el. Ha nem sikerül a munka, keres tovább. A randi pedig a férfi ötlete volt. Ha otthon marad pizsamában, akkor is remek estéje lett volna. A férfi szabadkozásba kezdett mindjárt az elején, hogy eddig nem mutatkozott be és elárulta, hogy Lucasnak hívják. Azt is elmesélte, hogy a cég, ahol dolgozik titkárnőt keres. Alessia szóhoz sem jutott.

- És rám gondoltál?

- Egy próbát megér - vont vállat Lucas.

- Kedves tőled.

Jó kedvűen mentek tovább. Míg kitalálták hol vacsorázzanak, út közben ittak egy kávé. Alessia sosem érezte magát ennyire felszabadultnak. Mintha minden a legjobbkor történt volna. Sem nem előbb, sem nem később. Lucas is borzasztó jóképű és ha az állás is sikerülne, nagyon boldog lenne.

A férfi vacsora után haza kísérte és megállapodtak egy újabb találkában, valamint, hogy Alessia kedden az önéletrajzával együtt jelentkezik a munkára.

Búcsúzáskor, ahogy ott álltak Alessia lakásának kapujában, a nő hangosan elmélkedni kezdett:

- Előbb munkát kerestem, de aztán téged is megtaláltalak. Ki kellett lépnem a komfort zónámból, hogy minden megváltozzon. Félttem, az egész belsőm remegett és mindent megkérdőjeleztem körülöttem és saját magamban is. És mintha most minden a helyére került volna hirtelen. Már nem idegeskedem. Lenyugodtam.

- És ennek én vagyok az oka? - kérdezte Lucas.

- Igen. Életem legzűrösebb korszakába léptél bele és mégsem aggódtál.

- Nem szokásom - mosolygott Lucas. - Az segített volna bármit is?

- Nem.

- Nah, látod.

Minden a helyére került, vagy oda ahová a Sors elrendelte. Akkor, amikor és azokkal az emberekkel, ahogyan meg van írva. Véletlen lenne? A legrosszabb helyzetből is van kiút, csak tenni kell érte, vagy józanul gondolkodva az eszünkre hallgatni. A legnehezebb döntést meghozva - még ha mások életére is kihat - változtatni kell. Mert csak egyszer élünk, s a saját boldogságunkat, nekünk kell megtalálni.





## **DR. ANTALKA ÁGOTA**

Pszichológus, író, előadó. A Magyar Tudományos Akadémia külső, köztestületi tagja. Eddigi írásaiért 2020-ban Apáczai-díjjal, 2021-ben Ignác Rózsa-díjjal, 2022-ben Apáczai-díj ezüst fokozatával tüntették ki.



## MEGNYUGVÁS PERCEI

*Írta: Dr. Antalka Ágota*

Ült a napszitta levélpléden s nézte, amint a távolban a teniszlabdányi zsínorra felfűzött fehér gyöngyökkel játszadozik a tenger. Néha teljesen elrejtette szeme elől, csak a tartó bóják piros színe sejtette, hogy ott vannak a hullámok takarásában. Itt-ott meg-meglebbent a habok közt.

A távolból tücsökciripelés és egy-egy sirály hangja veszett el. Örök ritmust diktáltak a sziklával találkozó vízpermetek.

Egy ideje visszajárt ide nyaranta. A gyér erdőn át rózsaszín és fehér oleander bokrok szegélyezte út vezetett be, majd kinyílt előtte s a rendezett s szabályosra nyírt díszbokrok közt a több évtizedes olajfaligeten át jutott le a tengerig.

Ismerősen fogadták a szirtek, ide hozta élményekkel telt testét, hogy bevárja, míg lassan utol éri a lelke.

A távolban egy fehér vitorlás. A tegnap reggel ott hagyta az illatát. Még talán őrzi az elmosatlan pohár ajkainak érintését. Ott van a hajókötélen ujjainak nyoma. A csiptető árván s magányosan sóvárog a fürdőlepedők után.

Az este az óvároska fényesre koptatott márványkövein felsétált egészen a velencei toronyig. A kis sikátorok ódon falai közt egyenesen addig a kávézóig, amely előtt ókori templom maradványaival szegélyezett lépcsődarabokon ülni szoktak. Az egyenetlen utcácska kis asztalait nézte. A szélső, templomhoz közeli a kedvence. A kéttenyérnyi hófehér márványlapon van egy

kispárna, de ő kiveszi, hogy érezze a bőrén. A nap áthevíti, s most, hogy az esti órák belengedeznek a sikátorokba, kellemes tapadást érez. Odahúzza a testét. Állandóan kergetőző gondolatai megszelidülten mosolyognak. Szerelem illata vegyül a csend mámorával. Ezt a könnyűséget hozta el magával. Érezte egész este alatt, s érzi most is, ahogy ott ül. Egy nagy hullám tajtézik. Átmossa a sziklaplaccot. Az órák itt lassan csorgadoznak.

Később, a narancs napkorong, amint ráfekszik a tengeranya hasára, gondolatai még elő hozzák, amint érezte gyermeki ábrándozással óriási ringató karjait, aztán lassan elengedi. Kiüríti gondolatait. Nézi, ahogy egy fiatal pár a moló szegélyén fotókat készít, s eldönti, ma már nem gondol semmire...

## **MÁR NEM FÉL EGYEDÜL, MAGÁVAL..**

*Írta: Dr. Antalka Ágota*

Narancssárga kockák diszítették a sárga ágyneműt, s ahogy a nap visszatükröződött rajta, gyermekora augusztusait juttatta eszébe. Emlékezett, akkoriban madárcsicsergésre ébredt, néha a vakáció gyerekfoszlányai is beszűrődtek és azokon a reggeleken olyan jó volt otthon lenni. Ezt a gyermeki idillt érezte, s bár teste több napja kínlódott a megfázás kisebb-nagyobb hozadékaival, talán először életében kiszállt a lelke és boldogan szárnyalt. Valahogy ezt hozták ki a tetőtér nagy ablakai a fogösszeszorítva tartott komor természetéből, mintha elő tudták volna csalogatni azt a bohém, élni szerető művészi énjét,

amit oly sok éven át rejtegetett még maga elől is. Az ember annyira meg akar felelni minden féle – általa tévesen elképzelt-világ által előírt konzekvenciáknak, hogy közben elveszti élni akarását, azt a nyers, vad, gyermeki bohokás énjét, ami talán az egész létezésünk lényege. S szaladni szeretett volna, táncolni, ahogy gyermekként megálmodta, s bár soha nem fog a főtéren egyedül lejtani, a gondolat maga is szabaddá tette...

Három nap, három átkínlódott nap után döbönt rá, hogy lassan már nem veszi észre a körülötte bújkáló csodákat, hogy ritkán nevet és még ritkábban örül kis dolgoknak igazán. Volt egy pillanat, amikor mindenkit megvádolt maga körül, amiért magára hagyták, mert nem figyeltek rá, s mélyre zuhanása közepette elég volt egy napsugaras reggel ahhoz, hogy rádöbbenjen, a benne levő harmóniát csak ő teremtheti meg magának. Nem számít, hogy nem ölelik, mikor megeped utána, nem számít a másik kedves szava helyett a hallgatás.

A szeretet nem feltételek nélküli, legalábbis mindig jobban szerették jókedvűen, mint betegen vagy szomorúan. Talán csak akkor válunk szerethetővé, ha magunkat is szeretni tudjuk. Sokáig azt hitte, őt nem lehet szeretni, sőt környezete ezt még segítette gyakran megerősíteni is, s még ma is rácsodálkozik a világra, miért lesz egyre kisebb. Túl sok jelentőséget adott olyan embereknek, akikről úgyis tudta, hogy ebben nem fognak segíteni, ez csak egyedül járható út.

S most örül a beszűrődő fénysugaraknak, már nem zavarja a folyamatos háttér zaj, s talán először érzi azt, már nem fél egyedül maradni magával ...



## TÓTH SZILVIA

"Gyermekkorom óta írok, de csak az elmúlt néhány évben vettem a bátorságot, hogy megmutassam magam, kinyissam lelkem az olvasók, a nyilvánosság felé.

Nem vagyok más, csak egy törékeny angyszív, harmatgyöngy a hófehér liliomon, szösszenetnyi "Szisszenet". Egy létérzés, amit talán éreztél már... Egy pillanat, amit megéltél. Egy gondolat, ami már benned is megfogant. Angyali világralátás.

Olvass, érezz, s fogadd magadba, ahogy szeretnéd..."

## A SZÍV-TÜKÖR

Írta: Tóth Szilvia

Olyan szottyadt egy idő volt, ahogy itt, faluhelyen a szó járta. Az égen szürke báránykák gomolyogtak, keresték jó pásztorukat, de mivel nem lelték, csak össze-vissza kavarogtak.

A baromfiudvarban élők megkönnyebbülésüknek adtak hangot a napok óta tartó forróság után, s zengett az ég felé a káricsálós, gágogó, hápogó halleluja. Még Béla, a malac is előkeveredett árnyékos ólából, s kidugta fitos orrát a lécek között. A gyümölcsfák melegtől összekunkorodott levelei mintha nyújtózkodni látszottak volna. Az egész falu népe esőért rimáncodott.

Padláb –mert így hívták itt a kis városi lánykát, hisz oly kicsiny volt, akár egy padnak a lába- , jó korán felkelt, mert ború ide, vagy oda a ház előtt nyikordult a karos kút, ami egyfajta játékra hívó jel volt. Igen, Misi, akivel a kislány egyszer még banyalesésre is elment, várta játszótársát. Persze, be is mehetett volna érte egy adjon istennel, no, de a titkos jelek sokkal izgalmasabbak az egyszerű utaknál. Így aztán a kislány hamarjában felöltözött, bekapta a reggelijét, s csak odakiáltott az Öregnek.

- Játszani mentem bátya!

Azért nem volt véletlen ez a sodrós sietség. Előző nap új kisfiú költözött a faluba, néhány házzal odébb, s rögtön fel is fedezte szomszédait. Ő volt Imi, Imruska. Na, ha látattok már szép gyereket, akkor őt láttátok, ez bizonyos. Aranyszőke haja sűrű fürtökben kunkorodott a fején, hatalmas vakító kék szemét hollófekete szempillák vették körül, s az öltözéke sem volt olyan falusias, mint ami erre járta. Hamar megismerkedtek, így ők hárman, s a kislány

érezte, hogy egyre inkább Imruska felé fordul, talán, csak mert érdekes volt és új ebben a közegben.

No, várta is őt a két fiúcska, nem mondhatnám, hogy vajmi fesztelen jókedvvel, de várta. Misinek azonnal felragyogtak a szeplők az arcán mikor meglátta a kislányt.

- Szia Szöszi! – sokszor hívta így, ha nagyon kedves akart lenni.

Imrus csak ránézett, s úgy, foghegyről odadobott egy köszönés féjét.

S talán a jó Isten, a magasságos mennyekben is érezte, hogy itt az ideje egy zuhatagnak, ami elmossa a port, s talán a szemről is a fátylat, ezért hirtelen zápor kerekedett, ami hármójukat háromfelé zavarta haza.

A kislány egyenesen a suszterműhelybe menekült, jól tudta, hogy dologidő van az Öregnek. Lekucorodott a háromlábú faszékre, csak bámult maga elé, nem is szólt.

A suszter a szemét sem vette le a kaptafáról, úgy is érezte, hogy valami erőst nyomasztja azt a csöpp lelket. Nem kellett sokáig hívó szót keresni, csak annyit mondott.

- No! Mondd, sose tartsd magadba! – egy biztos, ember nem tudja ezt úgy mondani, mint ő mondotta. Melegséggel, bátorítva, odaadó, értő figyelemmel.

S nem is kellett ennél több, a lánykából, mint a lávafolyam indult meg a szó.

- Pista bátya! Én, én, én már nem szeretem Misit! – fakadt ki a csöndesség tárgya.

Az Öreg kezében megállt egy pillanatra a szerszám, aztán folytatta a munkát, s egyszerűen visszakérdezett.

- Nem szereted?

- Hát nem! Mert tudja, Imrusnak annyira szép a haja, mint a nap. És egyáltalán nincs egyetlen szeplője sem és a füle sem kajla! – sorolta az okokat a leányka enyhén elalélt hanggal, vitathatatlan feminitással.

Tyű, de nagy csend állt be! Az Öreg lassan, nagyon lassan felállt a helyéből, odacsoszogott a fal melletti szekrényhez, amiben az eszközeit tárolta, aztán annak a tetejéről levett egy becsomagolt valamicsodát.

- No! Gyere mán ide te Csiba!

Óvatosan letette a földre azt a valamit, s finoman kicsomagolta. A kislány megszeppenve figyelte a történést, odaguggolt a valami fölé, hogy jól lássa, mi rejtőzik benne. Lekerült a papír, s abban nem volt más, mint egy óriási mézeskalácsszív. Mondom, olyan igazán óriási! Körben a tojásfehérjével rajzolt csodaszép cirádák néhol már megpattantak ugyan. A szív sarkából induló tulipános életfa közepében pedig ott volt egy tükör. Nem olyan icipici, mint mostanság, hanem amiben látszik biza az arc is.

A szöske nagyot nyelt ámulatában.

- Húúúú!

Az Öreg óvatosan felemelte a mézeskalács szívet, a tükröt finoman leporolta inge sarkával és a gyermek felé fordította.

- Gyere Ides! Nézz bele! Mit láatsz?
- Mit? Hát magamat! – vágta rá habozás nélkül Padláb, hiszen ott volt szemben a bájos kis pofija, a huncut szemeivel. Érthetetlen volt a kérdés.
- Hm... Nyisd ki jobban a szemed! Látod-e a fényt benne? – bízta az Öreg.

A gyermek egészen közel hajolt, tágranyította meleg barna szemeit, s igen. Megpillantott benne valami fényt. Ettől kicsit visszahőkölt, annyira varázslatosnak tűnt.

- Tudod, Padláb, - kezdte az Öreg - ezt a szívet én Rózsi nénédnek vettem a búcsúban akkor, mikor eldöntöttem, elveszem feleségül. Mikor először belenézett a tükörbe, csak ennyit mondott: Ígérd meg te Pista, hogy soha nem fogsz másképp látni, mint ahogy most a tükör mutat. - Akkoriban még igen fiatalka volt ám! Te még gondolatja sem voltál a jó Istennek! – itt belekócolt a szaván csüngő gyermek hajába mókásan. – Volt vagy 50 kiló, akár most a te édesanyád. S igen-igen szép. Aztán teltek az évek. A külső változik, ha akarod, ha nem. Meg hát, minden szépnél van szebb, ez már csak így van.
- De hát akkor miért nem keresett még szebbet? – kérdezett vissza az ő gyermeki logikájával a kislány.
- Hogy miért? No, nyisd ki füled! Mert mikor én belenéztem abba a tükörbe, nem az arcát láttam, hanem a szemében a fényt! S tudod-e, hogy az soha nem változik?
- Ó! – csodálkozott a leányka, de érezhetően kíváncsian várta a folytatást.
- Ő volt az, aki akkor is, most is megnevettet. Aki szelíden szól, s a hangja is éppen olyan ölelő, mint zsenge leánykorában volt. Ugyanúgy tud rám figyelni, éppen olyan kedves és szeretetteli. Még szavát sem hallom, mégis tudom, mit akar. Bolond lettem volna lecserélni valami mázos újra, mikor megkaptam, aminél nincs több!

Itt a példabeszéd le is zárult, s a bölcs Öreg hagyta, hadd dolgozza fel magában az aprócska leány a hallottakat. Az



meg csak ücsörgött, s szinte hangosan kattogott az az éles kis elméje.

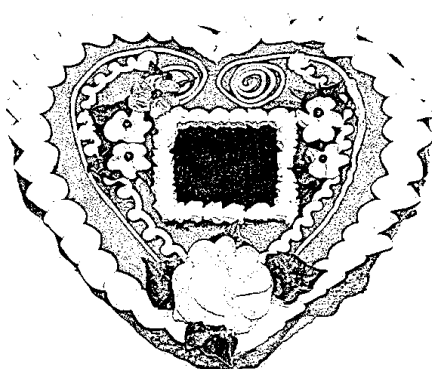
- Én nagyon szeretek Misivel játszani. Tudja, ő mindig vidám és annyira, de annyira vicces. Sokat nevetünk, és ez nagyon jó. És mindig kedves velem.

A Nap lassan, lassan előbukkant rejtekéből, és körbemosolyogta az esőáztatott tájat. A zápor elől bemenekült állatok vidáman rajzoltak ki az udvarra, s tette mindegyik azt, mire a legjobban vágyott. A szárnyasok az itató vizében fröcsköltek, a malac elégedetten dagonyázott a vízzel áztatott szénában.

A kislány, arcán elterülő mosollyal hirtelen felugrott és kiviharzott a suszterműhelyből, miközben visszakiabálta.

- Most mennem kell! Biztos vár már Misi. Már tudom, hogy őt szeretem! A szeplőit és a kajla fülét iiiiiis! – az utolsó szavakat már csak távolról lehetett hallani.

Az Öreg fogta az óriási mézeskalács szívet, belenézett, s igen. Így, nyolcvan évesen is látta a szemében a fényt. Mert csak a szív- tükör mutatja az igazat.





## KRISZTA SZ

Gyermekkorom óta meghatározó szerepet töltött be az életemben az irodalom. Meséket, verseket, regényeket egyaránt örömmel olvastam. Későbbiekben magam is megpróbálkoztam az írással, mely számomra egy lelki tükör, és általa kifejezhetem boldogságomat, kalandjaimat, fájdalmaimat, azokat az érzelmeket, érzéseket, amik épp urálnak. Ha megkérdeznéd, miért olvass, a válaszom a következő lenne: csodálatos helyszínekre, álmokba, történetekbe juthatsz el, egy bizonyos fantáziavilágon keresztül, mely érzékelteti, hogy a valós élet is mennyire változó, és milyen sok felé vezethet az utad döntéseidről függően. Az olvasás és írás által fájdalmak gyógyíthatók, mert rávilágítanak, hogy nem vagy egyedül a gondjaiddal. Egy írás körbeölel, óv, megnevetet, elgondolkodtat és ez által fejleszt és felel.

## A TE NEVED...

Írta: KRISZTA SZ

A fényben úszó, apró kertben a ház mögötti védett zugban közösen ültették el a kissé csenevész rózsavesszőt. Gondozták, gyomlálták, napról-napra megtanulták hogy kell precízen metszeni, hogy minél több selyem szirmú virágot hozzon. Téltre gondosan letakargatták a visszavágott tövet, ami évről-évre tavaszra egyre magasabbá, terebélyesebbé növekedett. Közösen nevelték, kettőjük kis teremtménye volt. Azonban váratlanul sötét felhők sorakoztak, és minden véget ért. Aki számára az életet jelentette, elment egy olyan helyre, ahol már nem érheti utol. Soha többé nem ölelheti vékony testét, nem simogathatja selymes haját, nem érezheti édeskés illatát. Megszűnt minden, sötét és rideg lett az élet. Légüres térben létezett, sokszor úgy érezte megfullad, és levegő után kapkodott. A szeretett rózsabokruk teljes feledésbe merült. Egy késő tavaszi borús, esős napon, az ablakon keresztül megpillantotta a szívüknek rég oly kedves, de mára elhanyagolt, magányos bokrot. Benőtte a sűrű gyom, levelei betegen, sápatagon kókadoztak. Zaklatottan odasietett, és fájdalmas szívvel, puszta kézzel kezdte el kitépni. Egyre vadabbul, dühösebben nyűtte, rombolta, míg végül szétzúzva heverték a virágok a porban. Ujjait, tenyerét, felkarját véresre karistolták a tüskék, de megállíthatatlan volt. Húsa sajgott a fájdalomtól mire végzett a növényvel. Egy év elteltével merészkedett csak újra a ház mögé, a megtépázott, gázos kertbe. Lehangelve szedegette a talajt betakaró elburjánzó gyomot, feltépte mindenhonnét a durva gyökereket. Nagy lyuk tátongott a bokor helyén, mely a szemerkélő esőtől fekete sártengerré változott. Ahogy nézte az üres, sötét mélyedést, elszorult a szíve. Hiányzott a virág, sivár volt minden nélküle. Másnap egy kicsiny hajlékony tövel tért haza, amit aprólékos gondossággal elültetett. Összetákolta egy egyszerű, de masszív rönkpadot. Ott üldögélt nap mint nap a házfal árnyékában.

A hajtáson hamarosan élénkzöld levelek sarjadtak, apró bimbók gyülekeztek, amik kis virágokká értek. Mindet egyesével elnevezte. Az első a Szerelem nevet kapta, a második a Boldogságot, a harmadikat, mivel kicsit élénkebb színű volt, Vágnak keresztelte. A negyedik sötétebb, ezért őt Haragnak hívta. Kivirágzott egy egészen világos színű, ő lett a Megbocsájtás. Ahogy múlt az idő minden egyes virágnak nevet adott. Egy nap ismét a padon pihengetett gondolataiba mélyedve. Rápillantott munkától cserzett kezeire. Sebei szépen begyógyultak, bár a tüskék bőrét oly mélyen karistolták, hogy örökre nyomot hagytak. Töprengeni kezdett az új virág nevén, de szíve és lelke néma maradt. Könnytől elhomályosult szemekkel nézte a hatalmasra terebélyesedett növényt, majd alig hallhatóan azt suttogta: - bokor, a te neved legyen Emlék. Abban a pillanatban könnyedséget érzett. Ráeszmélt, hogy Emléket sosem veszítheti el. Emlék, legyen bár szép vagy akár fájó dolgokkal is telve, örökké a szívében fog élni, sosem feledi. Pár nap múlva azt látta, a rózsafa a tövénél egy új kis hajtást hozott, ami később tele lett hófehéren pompázó virágokkal.

Némán elgondolkozott:

ha Emlék egyszerű kis rózsaként képes új tövet fakasztani, akkor talán még számára is létezik egy apró remény, hogy ismét boldogságra leljen. Emlék melletti friss hajtást ápolni kezdte, melynek egy gyönyörű, különleges nevet adott:

ÉLET.





**lochom Zsolt**

2019-ben *Csókszereda* címmel jelent meg első verskötetem, amely 120 verset és 30 fotót tartalmaz. Az elmúlt években több mint 60 antológiában publikáltam verseimet, prózai írásaimat. Idén jelenik meg első prózakötetem és második verskötetem, amely újabb 120 verset fog tartalmazni. Jelenleg Székelyudvarhelyen élek és alkotok.

## BÉKE A LÉLEKBEN

Írta: lochom Zsolt

Telnek, eltelnek a napok... Napról-hétre egyre gyorsabban telnek a hónapok évei. Ma húsz, holnap már huszonegyediké. Most voltam harminc, ma-holnap már harmincegy vagyok.

Csak rajtad áll milyen tartalommal töltöd meg napjaid. Élsz, vagy csak túlélsz... Rohansz. Cél nélkül. Sokszor. Mi a célod? Futhatod, kergetheted, de mihelyt elérnéd, újabb célokat, még távolabbiakat tűzöl ki magad elé. Nem tudsz megállni. Annyira felgyorsult az élet körülötted, hogy már nem jut idő a lelkedre. Pedig az törődésre, simogatásra vágyik. Békére. Nem is gondolnánk mennyire fontos a lelki béke.

Elhanyagolod őt is, magaddal együtt. A legszebb virág is elhervad egy idő után, ha nem öntözöd... Ha nincs mi táplálja. A lélek virága is alkalmazkodik „környezetéhez”. Kicsiny tüskéket növeszt, szúrós lesz, és hosszú ideig el van víz nélkül, kevés boldogság-vízzel is beéri. Önmagában szép, lehet gyönyörködni benne, de meg nem simogathatod, hisz szúr és talán mérges is. És talán nincs is annál fájóbb, mint ha csak nézed, de meg nem simogathatod. De van! Ha megsimogatod, és ellágyul. Bársonyos lesz. De neked el kell engedned. Erős illata bódít, beleszippantasz. Teljes lényedet átjárja. Jó vele. Lehajolsz, leszakítod és csak nézed. Milyen szép a tavaszi naplementében.

Május van! Szeret, nem szeret, szeret... hullnak a szirmokönnyek. Ne bánts a virágot, buta játék gyanánt ne tépd le a szirmait. Ne is szakítsd le. Vázában csakhamar elhervad, kertedbe meg nem ültetheted... a fa árnyéka elvonná éltető fénysugarát. De ha otthagysz egész éven át virágozik, és te bármikor elsétálhatsz hozzá, és nézheted... A csend beszél a szavak helyett. Lehajolva hozzá meg-simogathatod, álomba ringathatod magad...

A mosoly többet mond minden szónál... hisz, ami a szíveden... az a szádon. Az öröm mosolya – a lélek békéje.

Napjaidat pár óra alvás, álom és álmódózás választja el, vagy köti össze egymással. Aludj, álmodj, élvezd a Májust! Jöjjön el a Tavasz a lelkedbe...

Csodálatos, hogy mi minden elfér a szívében. Bár akkora a szíve, hogy elférne a tenyerében, ott van benne húsz és húsz esztendő millió emléke: az elmúlt tavaszok mosolya, a nyarak ölelései, az őszi naplementék simogató sugara, a téli forró csokik illata, melyet egy jó film mellett szürcsölünk nyakig bebújva egy jó meleg takaróba. Ott van a szívében a kis virág, a napsütötte panoráma, a csobogó víz, a pacsirtadal, a tenger, a kék víz és a telihold. Ott van a rét és a mező, a délibáb, az oleander, az ajjajaj és még ezernyi meseszép dolog. Ariadné fonala segít megtalálni a helyes utat a szív labirintusában. Eltévedni könnyű, a helyes utat megtalálni nem egyszerű. Törekedj a jóra, a szépre.

A szíved legyen olyan, mint egy szivacs. Ami képes magába szívni a szeretetet, hogy az tisztára mossa lelked.

Ezek a gondolatok cikáztak át fejemem, miközben a tájat csodáltam a már órák óta zötykölődő út során az autóbusszon ülve. Ránk esteledett. A távolban kis házakban apró fények pislognak. A kanyargós út egyre távolabb visz otthonomtól és egyre közeledek úticélm felé. Sötét este van, hosszú órák óta utazom, miközben arra gondolok, hogy holnap végre igazi pozsonyi kiflit ehetek. Hallgatom az óra ketyegését. Tik-tak, tik-tak. Lehunyom szemem, átveszem az óra és a szívem ritmusát, gondolataim lecsendesednek, megnyugszom. Órák teltek el percek alatt miközben elhagytam az országhatárt és megérkeztem a szlovák fővárosba. Térképpel a kezemben vágok neki a napnak, hogy megleljem a zegzúgos utcák között elterülő tereket, és templomokat, barangoljak a várba, átsétáljak a Dunán, és gyönyörködjem a szemem elé táruló panorámában. Május van! A szerelem, a szerelmesek hónapja!



Nem akarok jobbnak látszani, mint amilyen vagyok. Nem vagyok tökéletes, de... de tudok szeretni.

Néha tévedek, van, hogy elkések, vagy előfordul, hogy megfedkezem dolgokról. Ismerem és beismerem a hibáimat. Igen, néha tévedek, azt sem tudom páros, vagy páratlan nap van éppen, elkések, ha épp hosszú sort állok a cukrászdában, és van, hogy elfelejtem kihúzni a rezsót. Az élet megtanított arra, hogy ne lássak mindent fehéren vagy feketén. A szürkének is millió árnyalata van. A szívértálynak talán még annál is több. Fedezd fel a magad határaid, ne próbáld meg önmagadat becsapni. A hibáiddal együtt vagy tökéletes, ebben a tökéletlen világban...

Olyan rég volt, hogy már nem is emlékezhetsz pontosan arra a napra amikor megszülettél. Kis fogatlan mosolyú baba voltál. Úgy sírtál mikor kibújtak az első fogaid, majd szép lassan a többi is. Teltek az évek, és még azt sem tudtad, hogy létezik szerelem, viszont, amit akkor éreztél szívesen újraélnéd ma is. Emlékeidben mindig ott élnek tejfogú szerelmeid. Több is volt belőle, és nem sírtunk, ha az egyik kiesett, mert nőtt helyette másik. Elfogytak tejfogaid, kinőtt a bölcsességed. Felnőtt lettél. Ám az évek telnek... és egyre telnek. Most már minden kihulló, kitörő fog helyén egy lyuk fog tátongani. Hiányát lehet feledtetni műfoggal, ami sokszor szebb, csillogóbb és jobb alakja van, mint a réginek, viszont mégsem az igazi... Vigyázzunk meglévő fogainkra, barátainkra és szerelmünkre, mert nélkülük éhen halhatunk. Ilyen mély gondolatok cikáztak át fejemen míg a pozsonyi tavaszban a Duna-partra néző kis vendéglő teraszán szürcsöltem egy jóízűt a habos kávéból és beleharaptam az autentikus pozsonyi kiflibe. Közben kicsúsztottam táskám zsebéből Petőfi válogatás-kötetét legszebb szerelmes verseivel, hogy azokból töltekezzek. Ezt a rongyossá forgatott könyvet még nagyapám adta nagyanyámnak mikor udvarolt neki, szeretettel gondolok vissza mindkettőjükre. Az első lapra nagyapám ezeket a sorokat írta: „Soha ne azt nézd, hogy kinek mi je nincs, hanem hogy mi je van. Tanulj meg mindenkitől tanulni...”

E szavak jó hatvan év távlatából hozzám is szólnak. Mert való igaz, sokat lehet, és sokat kell tanulnom... és van kitől, van kiktől. Nagyszüleim emlékéből, szüleim életpéldájából, mindenkitől! Van, akitől kedvességet, van, akitől figyelmességet, van, akitől megértést, van, akitől együttérzést tanulhatok. Hisz jó példát mutatnak... Az ember sokszor olyan buta, hogy hajlamos azt hinni, hogy ő már mindent tud... A legnehezebb talán megtanulni elfogadni önmagadat, megtanulni szeretni. Lecsendesíteni a háborgó tengert lelkünkben, hogy az a béke szigetévé váljon.

Biza, a szerelem tudományát is el kell sajátítani. De igaz a bölcselet, hogy az élet a legnagyobb tanítómester. A szeretet mindenkiiben ott lakozik. És csak arra vár, hogy Te, vagy Én megtaláljuk... Ez legyen az első lecke. Úgy éld életet minden napját, hogy este mikor lehajtod fejed az Álmod birodalmába, elmondhasd: igen, ezért érdemes élni! Szép álmokat, az év minden napjára...

*„Reszket a bokor, mert / Madárka szállott rá. / Reszket a  
lelkem, mert / Eszembe jutottál, /*

*Eszembe jutottál, / Kicsiny kis leányka, / Te a nagy világnak  
/ Legnagyobb gyémántja!”*

Olvastam el Petőfi egyik legismertebb szerelmes versét, amit az ő Júliájához írt 176 évvel ezelőtt. Május van! Érzem a tavasz illatát, feltölt, erőt ad, jól érzem magam a bőrömben! A napfényben megcsillan arany karikagyűrűm ujjamon.

– Lassan induljunk, ébredszik már Józsi baba! – szól hozzám életem szerelme.

Éljen a Tavasz, éljen a Szerelem!





## RIA ANNE DONOVAN

Ria Anne Donovan írói néven kezdtem az írói pályafutásomat, amely tizennégy évesen kezdődött versírással. Igazi eklektikus könyvmoly vagyok, és mára már író, költő és blogger. Szeretek kirándulni, és világot látni. Imádom az állatokat. Szeretnék esélyt adni más íróknak is, ezért többedmagammal megalapítottuk az Angyalszárny írói csoportot facebookon, de tagja vagyok az MKMT mozgalomnak is.

## LELKI BÉKE

Írta: Ria Anne Donovan

– Ne szalaszd el a nagy lehetőségeket, a félelmeid miatt – hallottam meg édesanyám intő szavait, még egészen gyermekkoromból.

Mostanában sokszor eszembe jutnak a tanácsai, amelyekkel védeni akart. A gondolataim forrongva követelik a figyelmet, holott sok-sok éjszakát, nekik áldoztam. A szívem a torkomban dobog, ahogyan felszállok a buszra. Sokkal sebezhetőbb vagyok, amióta letettem a legnagyobb terhet, ami lassan már összenyomott. Egy fiatal, épp csak megszületett őzhöz hasonlítanám magam, aki megtette élete legelső lépteit. A busz tömve van, az átláthatatlan pajzsom pedig láthatóvá tett. Úgy érzem sokan figyelnek, de közülük mégis oly kevesen látnak. A busz hátuljában zavartalanul élvezhetem a hánykolódást menet közben, míg végül zsongani nem kezd a fejem. Lehet, hogy a sok hangzavarnak tudható be, ami körülvesz. Igyekszem beleveszni a hajam jótékony takarásába, miközben fél szemmel figyelem, mikor kell átadnom a helyem, egy nálam idősebbnek. Amikor ismerős kezd lenni az utca, felpattanok, és gyorsan jelzek. Újra embertömeggel találom szembe magam, és gyorsítok a lépteimen. A kavicsos utak, és a víz közelsége megnyugtat. Nem is olyan sokára, már lefelé tekintek, lépcsők hosszú sorát látom magam előtt, és fákat, növényeket mindenfelé. Veszek egy mély levegőt, és lefelé indulok, tudom, hogy meg fogom bánni, ha majd felfelé kell jönnöm, de hív a Duna.

Oda kell mennem.

Már csak elvétve látom az embereket, kutyákat sétáltatnak, vagy futnak. Szinte hallom a fejemben, hogy milyen haszontalan dolog a fotózás. Elmosolyodom a gondolatra, és számtalan képet készítek. Most már jól vagyok. A lelki békém ott kezdődik, ahol a természet is jelen van.

Mint egy fuldokló, úgy kapok levegő után, hogy végre itt lehetek. Megállok a víznél, és ahogy mindig, elcsodálkozom a szépségén. Felettem madarak repkednek, hogy fészket készíthessenek. Tőlem nem messze horgászok vertek tanyát, csendjük is az én békém. Ezeken a lépcsőkön szedtem az apró lábaimat anyuval, és nagymamámmal tizenöt – húsz évvel ezelőtt. Mivel olyan sok különbség nem történt, így a mai napig is nyugodtan használhatom magamra ezt a jelzőt. Ingatag lépteimet félelem kíséri, és egy cseppnyi kétely. Készen állok arra, ami történni fog? Természetesen nem. Soha senki sem áll készen, csak akkor, ha eljött annak az ideje.

Itt a víznél nem vagyok unoka, barátnő, exfeleség vagy munkatárs. Itt minden lehetek, ami csak szeretnék. A természet sosem fogja megkérdőjelezni, hogy én miért vagyok ilyen? Sosem fog megtagadni, csak azért mert nem vagyok makulátlan. A víznél egy megtört nő vagyok, aki túl sokszor mondott igent. Egy fotós, aki hobbi szinten méri fel a számára alkalmas pillanatokat. Egy költő, aki a Duna sodrásának hangjait hallgatva rakja össze magában a rímeiket, és leírja azokat az utókornak. A víznél csak egy átlagos író nő vagyok, aki már javában elképzelte a legjobb jeleneteket, a tengernél. Túl mohón kortyolom az éltető levegőt, miután megszabadultam a terheim javától. Egy üres vászon egyike vagyok még, tiszta lapjaival. Életemben először nem mások fogják megtölteni, hanem én. A lelki békéhez való eljutás mindig nehéz, és fárasztó. Azzal, hogy akkoriban nem tehettem másként, mint amit elvártak tőlem, és amit emberileg is képes voltam véghez vinni, egyaránt fájdalmas és másrészt megkönnyebbülést hozó felszabadulás is egyben. Fáj, hiszen tudtam, hogyha elfogadom a tényt, akkor az azt jelenti, hogy egy részemtől meg kell válnom. De meg is könnyebbültem, mert új lehetőségek is vártak rám.

Az órára nézve látom, hogy sietnem kellene. Felmászok az embert próbáló lépcsőkön, és balra fordulok, ahogy kiérek az útra. Pár házőrző gyanakodva méreget, de rájuk köszönök, és ők válaszként megcsóválják a farkukat. A torkomban dobog a szívem, ahogy az épületre nézek. Igaz, letettem a terheim egy részét, de nem mondanám, hogy nem maradt belőle így is bőven. Veszek egy mély levegőt, és benyitok, és miután megadtam a nevet, a lift felé indulok. Minden arra haladó embernek köszönök, és többnyire ők meg is adják a tiszteletet. A hosszú folyosó végén újra bejelentkezem, és megállok az egyik ajtó előtt. Hosszan nézem, mielőtt lenyomom a kilincset. Megnyugvással tölt el kint látni a nevét. Félve nyitok be, mivel sosem tudom előre, hogyan reagál majd.

– Szia, mama! – mosolyodom el az ábrázata láttán, és a kezébe nyomom a fésűt. Végig pillantok azokon a tárgyakon, amiket bevittem neki, és csukott szemmel érzékelem azokat, akiket ő képzelt oda.

Nem tanítottak meg erősnek lenni, egyszerűen sosem hozott az élet választást magával. Muszáj annak lennem, miatta, magam miatt.

– Őt oldalt olvastam a könyvből – mutatja fel büszkén a közel kilencven éves nagymamám a Túlvilági barátság című könyvemet.

Elmosolyodom, és közelebb hajlok hozzá, hogy hallja, amit mondok.

– Én írtam – mondom neki, és egy pillanatra összeszorul a szívem, ahogy találkozik a tekintetünk.

– Tudom – mosolyodik el, és megkönnyebbülök, hogy ma is emlékszik erre.

A holnap, az ugye egy másik nap.



## **BAHUS ANTAL KATALIN**

Ukrajnában élek azon belül is Kárpátalján. 2021 volt az év, ami az írás felé vitt, ekkor jelent meg első regényem, nehéz volt és hosszú út. 2023 pedig a legjobb évem, megjelent közös mesekönyvünk barátnőmmel és egy romantikus regényem is. Sokat írtam, a mentoraim mindig noszogattak és miattuk itt vagyok, számos novella, vers, mese és regény után. Sok antológiában is helyet kaptak írásaim.



# VÁRJ RÁM

Írta: Bahus Antal Katalin

A nevem Braen Adams. Sosem engedtem be senkit a szívembe, mert félttem nem tudom kezelni, ha elveszítem őt, mit tennék, ha elhagyna? Nem is voltam szerelmes egész addig a májusi délutánig.

Sétáltam Los Angeles egy csendes utcájában, egy barátom hívott oda, mert ő ott élt. Épp hazafelé tartottam, mikor megláttam őt. Csak állt egy fa alatt, a virágaiban gyönyörködött. Sosem láttam szebb lányt egész életemben. A mosolya, a csillogó szemei, azonnal tudtam végem, elvesztem! A szívem önálló életet élt, hiába nyugtattam csak dobogott, olyan erősen, mint, aki ki akar ugrani a helyéről.

Odamentem, még szép, mit gondoltok, elengedem ezt a lányt? A neve Elise, még a neve is csodálatos volt. Beengedtem őt a szívembe és milyen jól tettem. Boldog voltam, nem is tudtam létezik ekkora szerelem, minden percet együtt töltöttünk. Szeretem őt mondtam már? Ez a szépséges lány lett a mindnem. Egyik reggel sietve készültünk el, nála aludtam, hisz minden időm vele töltöttem. A munkában töltött idő nélküle éveknek tűnt.

Az ajtóban álltunk és épp csukta be azt, átöleltem a hátánál állva és a fülébe súgtam mennyire szeretem, ő mosolyogva fordult felém és csókolt meg. Szeretem ezt a lányt! A kocsinál nyitottam neki az ajtót, mikor beszállt bezártam, majd füttyörészve szaladtam én is beülni, amint becsatoltam az biztonságiövét adtam egy csókot a kezére,

olyan aranyos, hogy mindig elfelejti az övét, de tudta én ott vagyok és becsatolom őt. Ő a legfontosabb nekem, minden áron meg fogom védeni.

A nap ismét hosszú volt, de boldog voltam, mert tudtam vár rám. Mondtam már nektek van egy meglepetésem számára? Pár hónapja ismerem ezt a csodás lányt, de tudom nem akarok nélküle élni, ő a legszebb dolog az életemben, a fényem, a hűsítő szellőm a forró nyári napokon. Hol is tartottam? Megvan! Ott, hogy ezt a lányt nem engedem el, szorosan fogom majd a kezét és mindentől megfogom védeni. Már napok óta rejtegetem előle a meglepetésem, tudja ő is készülök valamire, látom a gyönyörű szemeiben. Megfogom kérni őt legyen a feleségem! Este elviszem vacsorázni, majd letérdelek, egy ilyen szépség a legjobbat érdemli és én az életem arra fogom használni, hogy a legboldogabb legyen.

A nap végén sietve szaladtam a kocsimhoz, kiléptem a munkahelyemről és megláttam őt, épp szemben az út másik oldalán állt, integetett, gyönyörű volt, amelyet sosem láttál. Sietve szaladt hozzám, de ekkor egy autó elütötte őt! Őt! A semmiből jött, nem tehettem semmit, nem érkeztem odaszaladni. Az én életem boldogsága a karjaimban ment el, elhagyott. A fény az életemben örökre kialudt, a kocsifőőrje ott maradt. Megakartam ölni, de nem ment, nem mozdult sem a kezem, sem a lábam, ott én is meghaltam.

A napok ezután kegyetlenek voltak, hideg és sötét volt, a szívem darabokban, megakartam halni, már nem volt miért élnem. Összetörtem, sokat ittam, nem ettem. Semmit nem akartam csak őt!

Egyik éjjel az alkoholtól teljesen elájultam, vagy a bánattól magam sem tudom, de vele álmodtam, a karjaimban

tartottam őt, az egyetlen, a mindent. A tengerparton sétáltunk, egy percre sem akartam elengedni, nem akartam felébredni, féltem eltűnik, akkor mi lesz velem? Azt mondta nekem emlékezzek a szép dolgokra, az együtt töltött pillanatokra, erre a hatalmas szerelemre, megígérte várni fog rám, de még nem mehetek hozzá, élnem kell! Nélküle? Ezt, hogy kérheti? Sosem tudtam neki nemet mondani még álmomban sem.

Azt kérte engedjem el. De mégis hogyan tehetném? Kérte engedjem el a haragot bocsássak meg magamnak, tegyem le ezt a nehéz terhet a lelkemről, ő várni fog rám. Élnem kell, élnem helyette, boldogan, amilyen boldog ő volt velem. Bólintottam, majd még szorosabban tartottam őt, mikor kinyitottam a szemem az ágyamban voltam, ismét becsuktam a szemem és láttam a szép szemeit, a gyönyörű mosolyát, éreztem őt, az illatát, a mosolya előttem volt örökké.

Megtettem, amit kért, nem azonnal, sok időbe telt, a lelki békét nem adják olyan könnyen, főleg, ha darabokra törik a szíved. Megtettem érte, miatta, mert ő ezt akarta és ő nekem a minden!

Várj rám kérlek, Várj meg engem kedvesem! Várj rám és én ott leszek, újra fogom majd kezéd és sosem engedem el.

Én, aki nem tudott szeretni, egy életre megtanulta mi a szerelem, milyen, amikor a szíved megszűnik dogobni és milyen békére lelni. Mindig ő lesz a mindenem, a legszebb kincsem, most nélküle folytatom, de majd egyszer újra a karomban tartom!



## KISKARTALI JUDIT

Negyvenkét éves, kétgyermekes anyuka vagyok. Napjaink felgyorsult világában azt tapasztalom, hogy a mindenek feletti érdekérvényesítés elnyomja a mások és valójában esetenként a saját nyugalmunkat is. Nem hiszem, nem akarom elhinni, hogy minden kisebb-nagyobb akaratunk és vágyunk azonnali teljesülése vezet a lelkünk békéjéhez. A magunkat és a másokat értő figyelem adhat többet napjainkhoz – és talán a saját érdekeink kiegyensúlyozottabb érvényesítéséhez is.

Ezt próbálom átadni írásaimban, gyermekeim nevelésében és saját életvitelemben is.

## HÉTKÖZNAPI PACKA

Írta: Kiskartali Judit

A lányka tulipánt ültetett. A napokban kapott egy régi barátnőjétől egy jó adagot, ideje volt a fagy beállta előtt a földre rakni. Az őszi napsütés kellemesen simogatta délelőtt még könnyektől áztatott arcát – őt is megviselte a kisfia fogzása. A gyermek nem messze aludt tőle a babakocsiban. Jókedvűnek ígérkezett a délután, a kerti munka lelket simogató érzése kezdte beragyogni a fiatal anyuka arcát. Tavasszal majd a baba is fogja tán mondani, hogy „tulyipán” vagy, hogy „vilyág.” De szép is lesz! Ekkor egy autó fékezett le a ház előtt, a kapubejáratnál. A csikorgásra a babakocsi mintha moccant volna. A Volkswagenből két ősz hajú néni pattant ki – az ajtócsapódásra a kisbaba felnyögött. Az anyukának felszaladt a szemöldöke – szombat délután, ki lehet vajon ez az ismeretlen autó, tán eltévedtek, vagy árulnak valamit és itt kezdik az utca elejbe... Az idősebb hölgy a kocsi árnyékában levette nadrágját, csak az otthonkát hagyta magán. A kertészkedő anya szeme még jobban kikerekedett, szó mi szó, rég látott már ilyen utcán öltözködő népeket.

- Segíthetek valamiben? – kérdezte óvatosan. A két asszony ekkor vette őt észre.
- Nem.
- Akkor hogyhogy itt álltak meg?
- Hát mi csak ide jövünk, nem messze. Egy kis időre.
- Hát akkor jól van.

Az édesanya csak kapkodva a friss, őszi levegőt, nem is tudott hirtelen mit mondani. A két hölgy semmitől sem zavartatva átbaktatott az úton, a szemközti házhoz. Ahogy elhúzták a kovácsoltvas kaput, az anyukának is megeredt a nyelve: „Ha oda mennek a szomszédba, miért nem ott álltak meg előtte?” „Hát mert maguk előtt van az árnyék” – dohogta a két hölgy fejcsóválva, micsoda egy bugyuta kérdés. „A férjemnek hamarosan dolgoznia kell menni...” „MONDTUK MÁR, HOGY MINDJÁRT MEGYÜNK!” Sziszegett vissza az egyik néember a felháborodástól – vagy a melegtől? – kivörösödött arccal. Aztán elkezdtek beszélni egymás közt, míg a kopogásukra várták a választ. „Csak nem állhattunk meg itt, hogy felébredjen a gyerek?!” „Jaj, ne is mondd, és láttad, hogy beszólt *nekem* ez a perszóna?! Hát mit képzelsz magáról?”

Az anyuka tiszta szemeit elfutotta a megalázottság és a keserű düh könnye. Ringatott kettőt óvatosan az ébredező gyermek kocsikáján és hátraszaladt a férjéhez. Nemrég költöztek az utcába, csak nem fog leállni, veszekedni itt idejekorán... Bánatosan mesélte el a történetet az urának. A férfi székellyformán, tömören fejezte ki általában magát. „Meg se kérdezték, hogy megállhatnak e itt?” „Nem.” „Hm.” Ez a hűm viszont szólhatott a földön talált kukacos körtének is. Lehet mégiscsak eggyel többször kellett volna permetezni...

A fiatal asszonyka kissé megkönnyebbülve, de mégis nehéz szívvel bandukolt vissza a félkész virágágyásba. Ingerelte a „népek autója” a ház előtt, aggódott, hogy mi lesz, ha nem tud a férje munkába menni. Tett-vett még a kertben. Felhők árnyékolták a napot, a gyerkőc felsírt. A kerti munka végeztével gyöngéden felemelte a kisbabát és bevitte a házba etetni.

A délután elszaladt, a férj előre sétált. Homlokán gyöngyözött a verejték, melyet meg-megakasztottak a ború ráncai. Hogy álljak így ki innen... Ekkor zsebében megcsördült a telefon. „Szevasz, Pisti.... beférek... elvisztek.... Oké, akkor várlak titeket a sarkon a szokott időben. Köszí.” Megkönnyebbült sóhaj szakadt ki belőle. Ezzel egy időben megjelent a két ősz hajú a kapuban. Szó nélkül szálltak be a kocsiba, s hajtottak el. A férfi a fejét csóválta, de nem mondott semmit. Játszott még egy félórácskát a kutyával. A túloldalt eközben megcsörrent egy másik mobil. „Csókolom anyuka... nem mondja... hogy milyen emberek vannak... hát ez igazán borzasztó... és nem ismerős az autó..? Szóval nem... hát akkor csak várni tudnak... sajnálom... igen... csókolom.” A beszélgetés végeztével a szomszéd a feleségéhez kiabált be a házba: „Képzeld Saci, anyukáék hazaértek, de a lakótelepen nem tudnak beállni a saját garázsukba, mert előttük áll egy böhöm nagy kocsi.”





## FODOR KISS JÚLIA

Veres Tamásné vagyok és regényeim, írásaim többnyire a nagymamám emléke miatt választott Fodor Kiss Júlia írói néven jelentek meg.

Számos publikációt köszönhetek a pályázatokon elért eredményeimnek. A számomra az írás már az életem részévé vált, de soha nem előzi meg fontossági sorrendben a családomat.

Írásaim, életrajzom elérhetőek a honlapomon:  
<https://fodorkissjulia.hu/>



# ÁLOM

Írta: Fodor Kiss Júlia

Szanaszét futnak a gondolataim, egy-egy emlék előretolakszik, majd időt és teret félresöpörve váltják egymást. Illatok, ízek, hangok, színek, érintések életre kelnek, majd a tovatűnnek az álom és ébrenlét határán. Érzések, csalódások, emberek, akik már rég elmentek, akiktől mégis édes lett és elfolyt az élet, mint a kiöntött méz. Hinnem kell, fel kell ismernem a jót és az igazat, ami velem történt, hogy el tudjam viselni a hamisat és a rosszat, és úgy fogadjam el az embereket, ahogyan vannak. Nem színesek, mint ez a gyönyörű teremtett világ, hanem szürkék, ami mégis minden színt magába foglal. Senki nem lehet csak jó, vagy csak rossz. Az idő megőrizte anyám szépségét és tisztaságát, apám hitét és erejét. Jó lenne hinni a boldogságukban. Néha úgy éreztem hátat fordított nekem az Isten, most már tudom, hogy csak megerősített.

Régi utakra, tévutakra gondolok, amiket megtettem, pedig voltak figyelmeztető jelek. Utólag azt gondolom, hogy mindig is volt őrangyalom és soha nem fordított nekem hátat az Isten.

Nagyon nehéz dolga lehetett velem szegény őrzőangyalomnak, mert makacs, akaratos ember voltam, és a magam feje után mentem, hittem a magam igazában, de mentségemre szóljon, hogy mindig a szeretet vezérelt. Türelmetlen voltam fiatal koromban, és sietetni szerettem volna az eseményeket az életemben, de most már tudom, minden akkor történik meg, amikor meg kell történnie. Megtanultam, sok lemondással hinni önmagamban, mintha egyedül állnék a világban, pedig kaptam és adtam ölelést, ami felemelt. Szavakat, ami elringattak vagy eltaszítottak.

Különös álmom jár az eszembe, ami már évtizedekkel ezelőtt történt.

Turisták lepték el az utcát, élt, lélegzett ez a gyönyörű kis város. Egy téren békés galambok totyogtak a mindig csordogáló kút körül. Lassan sétáltam haza a munkából a macskaköves utcán, és élveztem az elnyújtózó nyári délutánt. A mozi előtt hosszú sor kígyózott, és a sor végén ott állt egy magas, fekete hajú, nyakigláb és a legkedvesebb arcú kamasz. Tizenhat éves volt, álomban is tudtam, hogy ő az én fiam. Egy pillanatra átsuhant az agyamon, csak köszönök és tovább megyek, hiszen kamasz. Szinte az utolsó pillanatban kapcsolódott össze a tekintetünk. Köszöntünk egymásnak, majd néhány szót váltottunk, és megbeszéltük, hogy otthon találkozunk.

Akkor az ébresztőóra követelőző berregése riasztott fel az álomból. Kábán, csukott szemmel ültem fel az ágyam szélén. A különös álmom járt az eszemben. Az óra újra jelzett, ami magával rántott a rideg valóságba. Egyedül voltam, kilátások nélkül. A magány rám zárta az ajtót, és ott maradt velem, bárhová mentem is, követett. A ködben tejfehér színnel szűrődött be a hajnal az albérleti szoba ablakán. Mindenkitől távol, elhagyott, becsapott, hitehagyott lélekké váltam az elmúlt hónapok kényszerű várakozása során. Nem láttam pontosan az utat, ami előttem állt, csak azt tudtam, hogy a szeretet érzése elvezet abba a most még ingoványosnak, bizonytalannak tűnő jövőbe, ahol megtalálom az ösvényt, ahol mennem kell tovább.

Számtalan kérdés merült fel bennem az álmom kapcsán. Hogyan kerülhetek én oda vissza? Fiam lesz? Ott fogok élni az én kedves elhagyott városomban? Míg készülődtem a munkahelyemre, ott remegett a furcsa, hihetetlen álom a lelkemben. Amikor kiléptem az utcára, hideg volt, köd és sötét. Tél volt, zúzvara remegett az ágakon, és én nem láttam egy fél métertől messzebbre. Fázósan húztam össze az előredomborodó hasamon a kabátot. Éreztem, a szívem alatt az apró, tétova mozdulatot. Akkor értettem meg, hogy nem vagyok egyedül, lelki békével tölt el a tudat, hogy Isten nem hagyott el eddig sem, és végig velem lesz, amíg végigmegyek az utamon.

Tizenhat év telt el, amikor minden ugyanúgy megtörtént, ahogyan megálmodtam. Áldásnak éreztem azt az álmot, reménységárnak. Az események kapcsán váltam azzá, akivé válnom, fejlődőm kellett.

Évekig fájt, hogy nem volt módomban az édesanyámat ápolni, amikor jöttek érte az angyalok. Megtagadott hittel néztem a világot, gyógyírt nem találtam a bánatomra. Megsebzett az elvesztése, nem tudtam mit kezdeni a mulandósággal, az ürrel, amit maga után hagyott. Évek kellettek hozzá, hogy meg gyógyuljon a seb, és el tudjam engedni a bánatomat, az érzés fokozatosan múlt, mint az idő, majd szelíden átvette a helyét az emlékezés, mert volt, és van sok szép szeretetteljes emlék a bánat mögött, hiszen azért bánat. Az emberek halandók, az együttöltött idő minősége a fontos és nem az évek száma.

Mára már visszanyertem a lelki békémet és Istenbe vetett hitemet.

Már egy majdnem teljesen leélt életnyi idő áll mögöttem, és így már összefüggéseiben látom az eseményeket, sok mindent most értek meg, látom a szabad akaratból megtett döntéseim súlyát a magam és mások életére.

Lelki békét érzek, amikor az álom és ébrenlét határán egy-egy emlék előretolakszik bennem.

Lelki békét érzek, amikor arra gondolok, hogy vigaszt nyújtottam az apámnak, mellette voltam, ápoltam a férjemmel. Hálát érzek, hogy a férjem mellettem állt.

Lelki békét érzek, azért, mert a segítségére siettem, annak, aki segítséget szenvedett.

Sok mindent megtanultam az évek során. Többek között azt is, hogy segítséget akkor kell adni, amikor kérik, és én eldönthetem, hogy megtehetem, vagy nem. Szolgálója lettem évekig a kéretlen segítségnyújtásnak, ami megszokássá vált, alárendeltem önmagamot egy másik ember sorsának, aki rám telepedve próbálta megoldani a problémáit. Nem ért már el a szó igazi tartalma hozzá, okot keresett, majd ellökött, megtagadott, miután engem tett

felelőssé az élete alakulásáért. Az összes hibámmal együtt azt gondolom, hogy ezzel nem nekem van dolgom, hanem neki. Nekem tiszta a lelkiismeretem. Megtanultam, és úgy gondolom, hogy alárendelni önmagamat, csak Isten útmutatásának és akaratának tartozom.

Mindig úgy éltem, hogy szándékosan soha senkit ne bántsak meg, úgy voltam vele, ember vagyok én is és előfordulhat, hogy minden jó szándékom ellenére mégis megtörténik, hogy meggondolatlanságból mondok valamit, ami a másiknak fáj, mert éppen olyan élethelyzetben van, amikor sérülékeny.

Hiszek az őszinte szóban, lelki békét ad és híd két ember között, de a hallgatás, a kétség, a bizalmatlanság félelgeti az egymáshoz vezető utakat.

Előfordult, hogy szemet hunytam a hazugság fölött. Az hogy hazudtak nekem egyszer, az nem az én hibám, de az igen, hogy eltűrtem többször és a szeretettel palástoltam. Ezt semmilyen szeretet nem tűrheti, mert a hazugság az hazugság, ami az emberi gyarlóság, haszonlesés, törtetés melegágyában születik.

Ma már sajnálom azokat, akik anyagi haszon reményében, vagy egyéb ok miatt becsaptak, manipuláltak, kihasználtak, mert nemcsak engemet károsítottak meg a hazug szóval, hanem önmagukat is. Ennyi idő után már látom az ő útjuk hová vezetett, és sajnálom őket.

Még van egy dolgom az életemben, megtanulni hangos szóval kimondani a megbocsájtást.

Lassan kibontok minden csomagot, amivel az utam során találkoztam, és akkor talán tisztán látom önmagam és a másik embert is.

Ülök a patakparton, és elkápráztat ennek a teremtett világnak a szépsége, ahol az idő megáll, és odatelepedik egy kidőlt fatörzsére, vagy a patakmederben simára koptatott kőre. A partjai között csordogáló víz, olyan, mint az élet. A napfény bekukucskál a parti fák között és

csillogást varázsol a víz felszínére. Sok mindent magával ragad az idő. Magával ragadja a fiatalos lendületem és ezüstre színezi a hajam, és én hagyom. Ez az élet rendje. Nézem a patakmederben a víz fodrozódását. A kövek egy kis szigetet alkotnak, és ott a víz siet valahová. Én már nem rohanok sehová, csak nézem a napok gyors változását, a ma éppen csak megérinti a holnapot és múlté válik, és a folyó sodrása magával ragadja az időt. Fájnak a ki nem mondott szavak, vagy éppen a meggondolatlanul kimondott szavak, az elmulasztott lehetőségek, a téves reakciók, az emberi gyarlóságok, legyenek azok az én gyarlóságaim, vagy másoké. Mégis lelki békét érzek, mert a szeretet vezérelt.

Ma már tudom, Isten mindig velem volt, és csak annyi terhet rakott rám, amit elbírtam.





## KATONA CSABA

Pedagógus vagyok egy falusi általános iskolában. Feleséggel öt gyermeket neveltünk föl, akik már önálló életet élnek. Újjászülettem Jézus Krisztusban. Szeretek olvasni, túrázni, kertészkedni. Az önkifejezés vágya bennem él, mint sokakban.

## HAZAFELÉ

Írta: Katona Csaba

Fölkelt megint. Reggel van, hát föl kell kelni. Kiment a konyhába, föltette a vizet a gázra a kis forralóban, ahogy szokta. Leült a konyhaasztal mellé, összekulcsolt kezekkel, hálóingén két lába közt nyugtatva, elmerengett, azután kinézett az ablakon, vajon milyen idő lesz ma? Hálóinge kissé hidegen feszült rá, megborzongott. Hűvös lesz - fújnak a böjti szelek.

Fölforrt a víz, levette a polcra az instant kávé, kedvenc bögréjébe kanalazta. Még este elmosta, tudja mibe tenni reggel a kávéját. Ráöntötte a vizet, nagyon barátságosan gőzölgött kellemes illatot árasztva. Sóhajtott egyet, azután lassan, élvezettel elkortyolgatta a tejjel kissé lehűtött, de még melengető italt.

Fájdalmas így egyedül. Hiányzik a férfi, a gyerekek megnőttek, kirepültek. Mi lehet Rolanddal, mit csinálhat Zsófi? Már több mint egy hete egyikük sem hívta. Fáj. Könnyecseppet törölt le hálóinge ujjával a szája szegletéről. Ferivel évek óta nem tartja a kapcsolatot, a legnagyobb fia nem vesz róla tudomást. Hát igen, amikor kiderült, hogy Józsi, a férje beteg, rákos, hát igen, esendők vagyunk... Akkor jött az életébe a Sanyi. Sármos volt, jó kedvű, figyelmes. Állandóan viccelődött. Hát összejöttek. Munkahelyi szerelem volt. Elbújtak hol itt, hol ott. Izgalmas volt, elnyomta a fájdalmát, a magányát. De aztán lebukott. Pont a nagyfia előtt. Egyszer, ahogy kijöttek a moteltól a benzinkútnál.

Éppen ott tankolt Feri. Látta őket összebújva. Későn vették észre. Nem voltak elég figyelmesek.

Soha nem felejtí el a tekintetét. Éget, mint a tűz. Pedig a férjét rendesen gondozta.

Hat hónap és elment. Gyorsan lezajlott, mint ahogy vége lett a Sanyival is.

A fürdőszobában is hűvös volt. Gyorsan megszemlélte magát a tükörben, bekente arcát egy kis krémmel, ahogy szokta, alaposan fogat mosott, mint máskor. Megigazította a haját, megállapította, hogy fodrászhoz kellene mennie, de jó lesz ez még így néhány napig, legföljebb hamarabb haját mos.

Fölöltözött, elindult vásárolni, miután megnézte a hűtőt, a kenyértartót.

Aránylag jó nyugdíjat kapott, de hát mire elég az, ha nem osztja be figyelmesen az ember. Kétutcányira volt a bolt. Mindig elbeszélgetett Zsuzsikával a kiszolgálópultnál. Manci a pénztárban mufurc volt, vele csak a vásárlással kapcsolatban váltottak néhány szót. Bár ma mintha Manci is közlékenyebb lett volna. Megdicsérte a sálját. Lehet, hogy mégse olyan mész ez a Manci?

Lehet, hogy javul a helyzet a férjével? Mindegy, most nem kérdezi meg. Majd legközelebb.

Hazafelé látta Klári nénit a posta felé ballagni. Hajlott hátával élő kérdőjelként vánszorgott: meddig bírja az ember egyedül?

Hát, ha egyedül. Merthogy Klári nénihez följár hetente kétszer a szomszéd utcából valami Márti. Valamilyen gyülekezetből, talán baptista, vagy mi? Elbeszélget vele, meg be is vásárol, kitakarít. Klárika azt mondja nagyon kedves. Hmm. Vajon meddig? Bár már két éve, hogy odajár és mintha Klárikát is elvinné néha oda. Néha nagyon vidámak együtt. Majd meglátjuk. Néha Jézusról



beszélgetnek, mondja Klári néni, azt mondja találkozott vele. Hmm. Megbolondult vénségére? Nem tudom, megmozdult benne is valami, amikor ezekről hallott. Meglátjuk. Lehet, hogy elmegy ő is abba a gyülekezetbe vagy micsodába.

Irénnel találkozik tizenegykor a cukrászdában. Már vagy fél éve nem látta. Fölhívta, hogy itthon van. Ausztriában gondoz betegeket, időseket. Már ő sem fiatal, de még bírja magát. Németül is tud.

Hmm. Ez az Irén semmit se változott. Fitt és csinos, a fene egye meg. Öregasszonynak érzi magát mellette, pedig fél évvel fiatalabb. Csacsog, csak csacsog, hogy milyen jó élete van odakinn.

A fene egye meg. Azt mondja mióta megtért boldog. Ez is megbolondult? Gyorsan elkészönt tőle, hogy mennie kell még a postára csekket befizetni. Irén azt mondta elkíséri, és szívesen segíti, ha anyagi gondjai vannak. Alig bírta lerázni. Huh.

Sétált nagyokat a belvárosban kirakatokat nézegetve, közben megevett egy szendvicset, amit reggel bedobott a táskájába.

Egyszer csak, már alkonyat tájékán megállt egy kirakat előtt. Lassan csorogni kezdtek a könnyei.

Ruhabutik volt. Odabenn Feri állt a pult mögött és segített a kiszolgálásban. Mutogatta ruhákat, adogatta az eladónak. Övé volt a butik.

Lassan leoldotta a kendőjét, hagyta, hogy a szél szétfújja a haját, és a szél mintha a szívébe fújt volna, csak sírt és sírt, amíg hazaért. Sírt, amíg csak álomba nem sírta magát.

Reggel, ahogy fölkelt, elhatározta, hogy megkeresi Klári nénit, meg Mártit. Mégiscsak elmegy abba a gyülekezetbe.



## **BARTÓK ANDRÁSNÉ GYÖNGYVÉR**

Tanultam vegyészetet, atomtechnikát, voltam hegedűs kamarazenekarban, de egész életemben foglalkoztatott az alkotás a legkülönbözőbb kifejezési területeken. A fotózás, digitálisgrafika, írás kisimogatja lelkem ráncait,

## ROKONLELKEK

Írta: Bartók Andrásné Gyöngyvér

Ez a nap is ugyanúgy kezdődött, mint a többi. Gondolta megcélozza a végtelent. Elhatározta, hogy megtanul kötni. Tegnap mindent meg is vett hozzá. Még soha nem próbálta, de biztosra vette, hogy menni fog!

Reggel a két lányát elvitte az iskolába. A legkisebbel kiment a városligeti, palánkkal körülvett játszótérére. Fia játékait kiöntötte a homokozó párkányára, aki nagy lelkesedéssel kezdte el gyártani a homoksüteményeket.

Leült egy padra kötőskönyvét maga mellé tette. Megpróbálta az ábra szerint elkezdni a kötést. Sokadszorra sem sikerült. Egyszer csak valaki megérintette a vállát. A hang irányába fordította fejét. Egy idős néni botjára támaszkodva mosolyogott rá... Fehér haját borzolta a szél. Választékosan, szinte elegánsan volt öltözve.

- Leülhetek?

- Természetesen.

Az idős hölgy lassan, komótosan leült mellé. Botját gondosan maga mellé tette.

- Mit csinál kedvesem?

- Kötni tanulok...

- Könyvből?!?!?!... Megengedi, hogy segítsek...?

- Nagyon örülnék neki!

- Mária néni vagyok..., és téged hogy hívnak...?

- Gyöngyvérnek hívnak...

- Ha megengeded én nem foglak a neveden szólítani. A neveket sajnos mindig elfelejtem, de te csak hív nyugodtan Mári néninek..., én meg majd kedvesemnek szólítalak.... Jó lesz így...? Nos akkor fogjunk hozzá...!

A háta mögé ment. Szép lassan a padot fogva előrehajolt. Lágyan fogva meg kezeit. A balra rácsavarva a fonalat. Kissé meghúzta. Megmutatta, hogy a rajzon látható mozdulatok a valóságban hogy néznek ki.

A találkozások végén mindig adott gyakorolni való feladatokat. Léleksimogató volt a vele találkozás. Csodálatosak voltak ezek a mosolyokkal teli napok, a kötés alatti beszélgetések. A lelkéből sugárzott valami megfoghatatlan, megmagyarázhatatlan erő, hiszen jól érezhető volt, hogy ahol megjelenik körülötte felragyog a nap. Már találkozásuk első pillanatában szívébe zárta. Tetszett a hozzáállása, a kedvessége, a jósága. mert ismerte az apró gesztusok értékét. Értett hozzá hogyan tudja a sok új, hasznos, kiegészítő információt, rengeteg értékes tudást könnyedén másnak átadni. Nagy hangsúlyt fektetett a gyors, pontos, precíz, látványos gyakorlásra. Néhány hónap múlva megkötött sálak, sapkák után elkészült élete első, mintás, többszínű pulóvere. Azonnal fel is vette. Megmutatta, hogy közösen mire jutottak.

- Ügyes vagy! Remélem sok öröme lesz benne. Most már drágább mohair fonallal is próbálkozhatsz, mert gyorsan, szépen, egyenletesen kötsz, csak ne felejts el a szabásmintát elkészíteni, hogy a szemeket pontosan le tudd számolni. Ügyelj a darabok összevarrásánál, hogy az is mindig szép legyen.

Fantasztikus volt a csúcsra érkezése pillanata. Olyan volt ez a dicséret mintha Nobel-díjat kapott volna... Energiát adott neki. Örömeben szinte a föld fölött járt...

Szerette volna átölelni az egész világot! Továbbra is találkoztak. Ettől fogva már nemcsak kötésről beszélgettek. Szerettek egymás társaságában lenni. Volt valami láthatatlan összhang köztük. Fia minden alkalommal süttött neki homoksüteményt, amit Mári néni nagy örömmel elfogyasztott. Viszonzásul fejből újabb és újabb meséket talált ki neki.

Egyik hétfőn furcsa dologra lett figyelmes. Mári néni lehajtott fejjel ült le mellé. Sokáig nem szólt egyetlen szót sem, csak tördelte a kezét. Komótosan bele nyúlt a táskájába. Kivett belőle egy kockás füzetet. Felé nyújtotta.

- Meghalt a férjem, meghalt a lányom, nincs senkim. Túl idős és túl beteg vagyok! Erre itt már nincs szükségem. Kedvesem... ezt a kézzel írott receptfüzetet szeretném neked adni... Elfogadod...? Tudom nagy családot van és a jövőben sok mindent kell majd neked magadnak megcsinálnod, hogy körülötted mindig rend legyen. Sok jó főzési, befőzési tanács, recept van benne, olcsóbb is, drágább is. Szeretni fogod, mert hosszú évek alatt részletes széljegyzetekkel láttam el.

- Nagyon szépen köszönöm az önzetlen ajándékot. Sok-sok év után is emlékezni fogok arra, akitől kaptam.... Egészen biztosan használni fogom. Még egyszer nagyon köszönöm.

Kinyitotta a füzetet. Első amit meglátott a tojáspörkölt leírása volt. Becsukta. Csak nézte, nézte az idős hölgyet... Feltűnően lehangoltnak, szomorúnak, tűnt...

- Minden rendben...? Valami baj van...? Segíthetek...?

- Nem! Nem! Minden rendben! Csak egy kicsit fáradt vagyok...

Mári néni felállt. Elindult hazafelé. Még egy kedves szó, egy biztató mosoly. Visszapillantott... Vékony alakja eltűnt a városligeti bokrok között. Összeszedte a homokozóban fia játékait. Felszálltak a trolibuszra... Ha

csak rövid időre is, de fia önfeledt csacsogása elfeledtette vele a benne kavargó negatív, rossz érzéseket...

Otthon, ebédfőzés közben eltöprengett azon, hogy ezek a rendszeres találkozások milyen fontosak számára. Sok mindenben nemcsak igaza volt, hanem igaza lett. Sok mindenre figyelmeztette. Így a magába szívott, elraktározott információk a későbbiekben megkönnyítették a mindennapjait. Felkészülten már könnyebb volt megbirkózni ezekkel.

Új ajándékba kapott kincsét feltette a szakácskönyvek mellé a polcra. Mári néni füzete azonnal összebarátkozott a tapasztalatokat megörökítő, gyönyörű, egyenletes zsinórirással írt, töredezett lapú, a nagymamájától örökölt kockásfüzettel. Ebben szintén több generáció gyűjtötte a finom falatok receptjeit. Első oldalán egy 1882-es dátumú recept volt olvasható. Nem baj ha kettő van belőle. Több tapasztalat, több tudás, több finom étel, több dicséret a családtól és a barátoktól.

Egyik alkalommal Mári nénit hiába várta, nem jött... Gondolta megbetegedett. Tudta hol lakik. Megfogta a fia kezét és elsétáltak oda. A házmestertől tudta meg, hogy ő már átevezett a túlsó partra. Őszinte veszteségként élte meg. Lelki társaként tekintett rá. Elvesztett egy értékes, jó embert, egy rokonlelket. Ilyennel csak kevéssel találkozott! Gondolatban átölelte és emlékére még aznap elkészítette élete első tojáspörköltjét. Később kicsit átalakítva családja igazi kedvence lett. Jó lenne, ha sok ilyen Mári néni lenne.

A "sültgalamb" csak a mesékben létezik. Soha senki szájába nem repült még bele. Mindenkinek magának kell megfognia, megsütnie a saját galambját és nem a csodára várni. Ezt tették sokkal rosszabb helyzetben élő őseink is. Rögtönöztek, nem pedig kifogásokat kerestek...





## N. T. ILDIKÓ

Nagyné Tóth Ildikó vagyok. 1956. november 7-én, ágyúszóra születtem. Nehéz dátum, nehéz karma, de a szeretet, a család felülír mindent. Megadatott, hogy a túlterhelt időkben az érdi Ciszterci Nővérek Regina Mundi Apátságában vehettem rész elvonulásokban. Itt kaptam az áldást, hogy gondolataimat, átélt eseményeket, családi emlékeket le tudjam írni. Igaz, nagyon amatőr módon, de szívből.

Szeretettel ajánlom soraimat.



## A LEGSZEBB ÜZENET ODAÁTRÓL

Írta: N.T. Ildikó

Nem éreztem, vagy inkább nem figyeltem az évek múlását. Most már, így hatvanon túl is vannak felnőttkori emlékeim. Azt hiszem, ebből tudhatom, hogy felettem is elszáll az idő. Mikor az embernek már túl sok a halottja, túl sok sírt kell, kellene látogatnia, ráébred, több van már mögötte, mint előtte.

Remélem, megáld az Úr a szelektív emlékezéssel, és képes leszek csak a szépre emlékezni.

Mindig eljön az idő, mikor egy évfordulóról beszélünk, mikor határidőhöz köt valami, vagy épp döntenit kell, meghosszabbítsunk-e egy szerződést, vagy sem.

Anyuhoz is érkezett egy ilyen levél. Kaposvári temető értesítette, hogy édesapja sírhelyének bérlete hamarosan lejár. Testvéreivel át kellett gondolni, mit is tegyenek. Megöregedtek ők is, Pestről pedig az utazás számukra már igen nehézkes, körülményes.

Nehéz döntés előtt álltak, és senki sem tudta kimondani, talán a megszüntetés...

Láttam, hogy érzelmileg megviseli őket ez a teher, így felvállaltam, hogy leautózom Kaposvárra, megnézem, mit is tehetnék. Kellemes tavaszi nap volt. Élveztem a vezetést. Betegségem miatt már évek óta nem mentem hosszú útra, nem hogy egyedül, főleg, hogy végig én vezessek.

Élveztem, hogy semmi stressz nem volt bennem, a forgalom tűrhető volt, a nap simogatva sütött be az ablakon. Az M7-ről letérve örömmel nyitottam le az ablakot. Tavaszi illat töltötte be a kocsit. Friss, zöld színben pompázott az erdő, és a mező. A földeken nagy gépek dolgoztak, hosszú barázdasebeket ejtve a télben megdermedt talajon. Az itt telelő madarak csapatban indultak észak felé. Már nem várhattak, hisz hívogatta őket az otthon emléke, no, meg a fészekrakás ösztöne.

Somogy lankái ismerősen hívogattak. Valami zsigeri emlék rémlett fel bennem. Valami olyan, amit én nem is élhettem át, mégis bennem voltak, mégis emlékeztem. Az ember örökül kapja ősei átélt élményeit. A sejtjeibe van kódolva.

Nagyapa ezen a vidéken volt erdész. Ő gondoskodott az erdő fáiról, vadjairól. Talán épp egy olyan fa mellett haladok el, melyet ő ültetett. Tán ezért olyan ismerős a vidék.

A somogyi lankák közt megbúvó falvakon itt-ott látszik a fejlődés, a modern házak, egy-két igazán szép, már-már kastélynak mondható épület, de még nyomát otthagyta a múlt. Szép kis parasztházak bújnak meg szerényen a kerítések mögött. Némelyik már megrogyott a hosszú évek súlya alatt, de még tarja magát, hátha egy tündérkéz takaros kis otthonná varázsolja újra. Sokat látott házak ezek. Számptalan generáció nevelte fel gyermekeit bennük. Láttak boldog esküvőket, gyermekáldást, romboló háborút, de volt erejük újra éledni, eddig. De mára már hosszú álomba sülyedtek. Csak öreg emberek lakják várva, hátha ezen a hétvégén mégis hazalátogatnak a gyerekek. Mehetnének a városba ők is, de öreg fát átültetni már nem lehet. Tán velük hal a ház is, a falu is.

Most már a gondolataim a temetőbe értek. Egyre feszültebb lettem, hisz a beszámolómtól függ, hogy döntenek majd anyuék. Kaposvárra érve össze kellett szednem magam és erősen figyelni az útra, mert ez egy nagyváros, nagy forgalommal.

Beparkoltam a temető elé, de szívem szerint fordultam volna vissza, de hát, ha az ember felvállal valamit, az csinálja is végig.

A kapun átlépve, mintha minden lépésem hosszú percekig tartott volna. Nem siettem. Akkor, ott belül, a lelkemben, a soha nem látott nagyapámhoz kezdtem beszélni.

Nagyapa még születésem előtt halt meg. Azt mondják, akit nem felejtenek, az tovább él. Nagyapa is ott élt a sok mesében, amit anyu, meg a nagymamám mondott nekünk. Soha nem egy halott emberként gondoltam rá.

Szóval, elkezdtem nagyapához beszélni.

- Nagyapa! Tudod miért jöttem. Én nem dönthetek. Segíts, kérlek, mond, mit szeretnél, mi legyen most? Legalább adj valami jelet, kérlek! Csak Te tudhatod, mit kell tenni. Bármit, bármi apró jelet, de mutasd meg, mi legyen.

Monológom végére a sírhoz értem, és megkaptam a legszebb üzenetet. Szavak nélkül értettem mindent, mert akit szeretünk, szó nélkül is megértjük.

A fejfa mögé kis fenyőt ültetett 1953-ban a család. Csenevész kis fa volt. Nem ment az semmire. Érte is mindig valami baj. Most ott álltam a sírhelynél és egy hatalmas fenyő oltalmazta a sírhalmot. Eláll a lélegzetem. A legszebb fa volt az.

- No, jó, rendben, mégis megnőtt ez a fenyő, nagypapa, de akkor mi legyen? – beszéltem megint, miközben igazgattam a virágokat.

Akkor megláttam a legszebb választ, amit egy erdész szavak nélkül is küldhetett. Bagolyköpetet találtam a fejfánál! Élet költözött nagypapa sírjára! Hogy is lehetne megszüntetni egy ilyen sírhelyet, kivágni egy ilyen fát?

- Köszönöm nagypapa! –suttogtam könnyeimet nyelve.

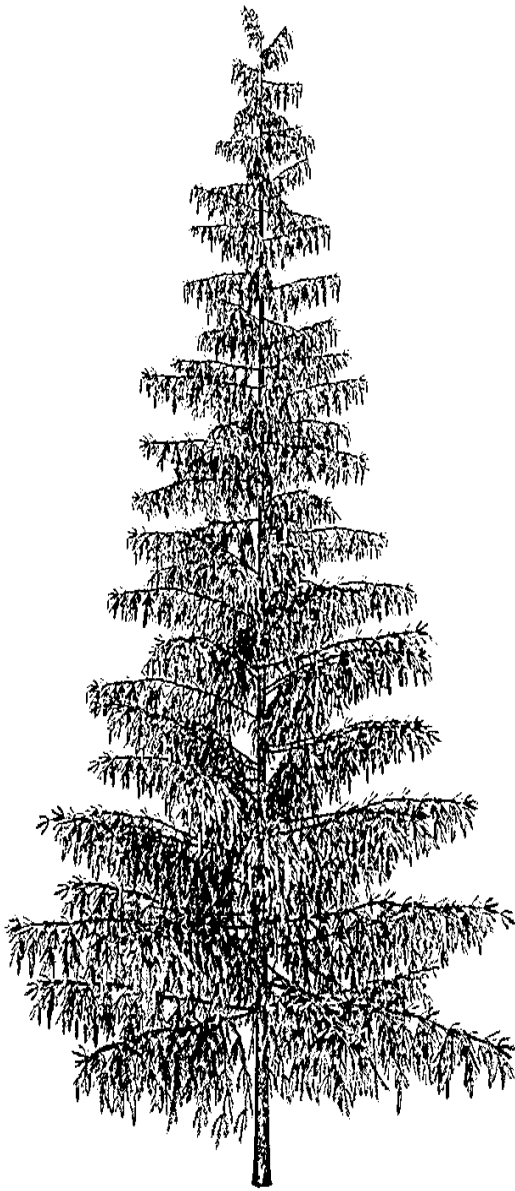
Talán kevesen mosolyognak boldogan egy síremlék mellett, de én akkor, ott boldog voltam. Üzent a nagypapám, mert meghallotta kérésemet.

Már csak egy boldog, nehéz feladat várt rám, telefonálnom kellett anyunak, meg a nővérének, az én legkedvesebb nénikémnek.

Néném hívtam először, mert tudtam könnyeimtől nehezen tudok majd szólalni, és talán mire anyut hívom, megedződöm kicsit.

Mindketten boldogok voltak a jó hírtől, és szinte hallható volt, ahogy a mázsás teher lehull a szívükről.

Újra beigazolódtott, ha a szívünkkel nézünk, szeretettel figyelünk, mindig a legszebb módon, a legszebb válaszokat kapjuk.





## HODOS ÉVA

Ulicska Tiborné Írói név: Hodos Éva

A hatodik X-et hagytam magam mögött már, mikor 4 éve elkezdtem írni. Vidéki ember vagyok. A levegő mellett tartozéka e létnek a fű, a fa, a virág, az állatok, egyáltalán a táj egésze, varázsa. Szívesen nyúlok ennek a környezetnek legőszintébb világhoz, a paraszti léthez. Verseket és prózákat is írok.

## KEGYELEM

ÍRTA: Hodos Éva

Sándor óvatosan húzta be maga mögött az ajtót. A szobában, ahová belépett görcsös zokogás hangja hallatszott. Szeme néhány pillanat múlva hozzászakott a behúzott függönyök miatti félhomályhoz és tekintete asszonyát kereste. Meg is pillantotta a reszketve síró Erzsót anyja halotti ágya előtt. Hatalmas tenyerével megsimogatta a térdelő haját.

– Hagyd má' el! – szólt rá gyöngéd, szánakozó hangon. Tudta, hogy mennyire szereti a nő az édesanyját. A hónapokig tartó ápolás ma ért véget, reggelre a mama eltávozott az égiek közé. Erzsó könny áztatta arccal pillantott fel, megrázta magát, mintha fájdalmát akarná ledobni lelkéről. Nagyt sóhajtott.

– Nem azér' – suttogta. Leemelte a halott arcára terített hímzett terítőt. – Ezér'!

Sándor ijedten hőkölt hátra a látványtól. Jól ismerte anyósát. Már a családba nőülécekor is öregasszonynak látta, pedig akkor még alig múlt negyven éves. A paraszti életforma törte meg, és valami kiengesztelhetetlen belső bánat... Hajdanvolt szépsége úgy hervadt le róla, mint az egynyári virágok tarka színe az őszi ködölő hajnalokban. Azt beszéltek felőle, nem is akart férjhez menni, apácának vágyott. A családja kívánta a frigyét a nagygazdával, azután mi hasznuk lett belőle... Apósa lumpen embernek bizonyult, mindenüket elzálogosított, elkártyázta a családi vagyont, végül elegánsan főbe lőtte magát, hátrahagyva a kibővült családot. Talán ezzel is urizálni akart, hiszen az ilyesféle öngyilkosság az előkelőbb körökben volt szokás. Anyósa egyedül maradt, és mire tisztességgel felnevelte a három gyereket, belerokkant a munkába. Soha egyetlen rossz szó nem hagyta el a száját, sosem hallották zúgolódni. Még életében három felé osztotta a vagyon megmaradt morzsáit.

Ők a szülői házban maradtak vele, és ápolták egészen addig a reggelig... Alattomban surrant be érte a halál, még mindenki aludt. Elrablását Fehér Erzsébet csendben, egyetlen jajszó nélkül tűrte, hasonlóan ahhoz, miként az életét élte. Ott feküdt már szépen felöltöztetve a méretes házastársi ágyon, amelyben nem sok öröme telt életében. Teste kamasz gyermek méretűvé töpörödött, csontjainak szögletei kirajzolódtak a habfehér damaszt lepedő alatt. Eldeformálódott ízületei árulkodtak nehéz sorsáról, ám az arca... Meglepő változás állt be azon, aminek látványától Erzsó a sírógörcsöt kapta, és amiért órákig zokogva térdelt az ágy előtt. A halál előtt magával vitte a lelket gondolt egyet, és lágyan végighúzta a megfáradt arcon csontos ujjbegyét. Az érintéstől az összeaszalódott, naptól megfeketedett bőr kisimult, és földöntúli hófehér ragyogás ömlött el rajta.

A házaspár még sosem látott hasonlót életében. Erzsó a komódhoz lépett, idegesen kirántotta az egyik fiókot, keresgélt benne. Rémllett neki, valahol látta már a tündöklő arcot. Reszkető ujjai közül megsárgult fényképek hulltak koppanva a padlóra. Végül kezébe akadt szülei esküvői képe. A láthatóan vidám násznép gyűrűjében állt az ifjú pár közrefogva. A menyasszony hófehér ruhában, fején apró virágokkal tűzdelt mirtuszkoszorúval angyalian szép volt, ám arca boldogtalanságról árulkodott, szemeiben könnyek csillogtak.

– Ezt nézzed’ és mondd te is, hogy nem bolondútam’ meg!  
– dugta Erzsók férje orra alá a képet.

Sándor azonnal észrevette a hasonlatosságot. Anyósa arca halála pillanatában éppen olyanra változott, mint ott a képen volt tizennyolc esztendőskorában! A férfi idegesen szusszant egyet. Mindig is tartott a nőtől, akit ő túlságosan hitbuzgónak tartott. Mérhetetlenül tisztának tűnt erre a beszennyezett világra, és békessége, mellyel sorsát hordozta az ő lelkében idegenkedést váltott ki.



– Mit kenté' rá? – kérdezte vádlón. Erzsó először nem értette a kérdést, majd száját nyitotta, de a megdöbbenéstől egyetlen hang sem jött ki hirtelen a torkából.

– Hogy is... gondúhatsz' olyat... – dadogta végül sírós hangon, méltatlankodva. Nem hitte el hogy, párja képes olyat feltételezni róla, hogy ő kifestené az anyját valamivel.

– Simítsd meg, no' simítsd meg! – kapta el a férfi kezét, és húzta az ágyhoz, érintené az meg a hófehér márványarcot.

– Haggyá' békin! Te megbolondúta'! – mélyesztette kezeit Sándor ijedten a zsebébe. Tanácstalanul pislogott. Elborzadtan állt, szinte megbűvölte a lilium arc...

A temetés napján az elváltozást a hozzátartozóknak is feltűnt, vallásos kegyelettel hányták magukra a keresztet. Erzsókot a varjúseregként összebújó vénasszonyosereg puszogása nagyon bántotta, de anyjára gondolt, és túllépett a dolgon.

A temetést követően a nő álmatlanságban szenvedett. Szervezete megszokhatta a betegápolás nehéz éjszakáit és a régi kerékvágásba képtelen volt visszatérni, került az álom. Szíve mélyén sejtette nyugtalanságának az okát. Anyját a halál akkor ragadta magával, mikor néhány pillanatra lehunyta a szemét így nem lehetett vele az utolsó pillanatban. Remélte, lelke idővel nyugalmat talál, de hasztalan, a hetek múltak és a megbékélés nem jött el. Sápadt, soványodott, mint a kóró. Ha néhány percre a fáradtság le is győzte anyja arca jelent meg előtte számonkérő tekintettel, és ő sikoltozva riadt. Félő volt, szervezete nem bír megerősödni, és házuk következő halottja ő lesz. Fél évvel anyja halálát követően arról értesült, hogy egyházközösségük zarándokutat szervez. Felrémlt emlékeiből, anyja valahányszor beszélt neki a lánykoráról, mindig azt a kolostort emlegette ahová a kirándulást hirdették.

Ott kívánt beöltözni, fogadalmat tenni. Erzsók feliratkozott a zarándoklatra. Sándor vonakodott, de látva mennyire fontos ez párjának vele tartott.

A kirándulás napján szemfájdítóan kék volt az ég, fecskék suhantak boldog csiviteléssel a Teremtőt magasztalva. A kolostor hegy tetején állt, a buszból kiszállók álmélkodva csodálták a lábuk alatt elterülő, zsongó erdőt.

Erzsó mióta útnak indultak keveset beszélt. Ha párja időnként szól hozzá összerezsent, mint aki kábulatbólriad. Valahányszor anyja jutott eszébe a könnyek gyöngyöztek le arcán. Lelkét megérintette a kolostor falaiból áradó békesség.

– Szegíny’ anyám – suttogta maga elé. Arra gondolt, mennyivel boldogabban élhetett volna az itt, mint apjuk mellett. Ám az is eszébe jutott, anyja kiengesztelődve mindig hozzá tette végül, hálás Istennek, hogy anya lehet. A kirándulók indultak megtekinteni a kolostor múzeumát, néhány perc múlva kiürült az udvar. Sándor a csoporttal tartott, Erzsó egy padra ült le megpihenni. Amint ott elmélkedett, hallotta valaki a nevéen szólítja:

– Erzsó!

Körülnézett, de senkit nem látott. Újra hallotta a nevét, csak most kissé hangosabban:

– Erzsó!

A paddal szemben egy kápolna bejárata sötétlett. A hang arról jött. Bizonytalanul állt fel és arra indult.

Megilletődötten lépett a virággal zsúfolt, gyertya –, és tömjénillatú helyiség félhomályába. A reszkető lángnyelvek faragott szobrokat világítottak meg. Egy mélyedésben Szűz Mária szobrát pillantotta meg, karján a kisded Jézussal. Arcuk a sötétségbe vészett... Ruházatuk szegélyén megcsillant az imbolygó fény. Letérdelt az imazsámolyra, és suttogva beszélni kezdett a szoborhoz. Először tétován, majd egyre bátrabban, sorra, ahogyan emlékei felvillantak előtte anyjáról, akinél jobb emberrel egész életében nem találkozott. Megköszönte, hogy a világra hozta, és fejét lehajtva imádkozott érte. Felpillantva ijedten rezzent össze. Az eddig homályba vésző Mária arc lassan formát öltött, és a Szűz arcának helyén anyja kedves arca mosolygott fel. Erzsó a hajához kapott, mert olyan érzete volt, hogy valaki végigsimítja rajta a tenyerét. Szája elé szorította a kezét, és elfojtottan zokogott.

– Ne sírj, már jó helyen vagyok, szeretlek! – hallotta anyja kedves hangját, amitől ájultan rogyott a földre.

Arra eszmélt, férje aggódó arccal tartja karjaiban az udvaron, körülöttük állnak a többiek.

– Jobban vagy? – kérdezte Sándor és óvatosan leültette a padra.

Erzsó a kápolna bejárata felé pillantott, és boldogan elmosolyodott. Ezzel a mosollyal tekintett párjára.

– Most má' igen – mondta, és boldog sóhajjal emelte pillantását az ég felé, ahol a báránnyelű felhők takarásából előbukkant a nap.



**BUBRIK  
ZSERALDINA**

Író-meseíró, és illusztrátor.

## LEVÉL MÁTYÁS KIRÁLYTÓL

Írta: Bubrik Zseraldina

Gyerekkoromtól imádom a képeslapokat, nem csak gyűjtöm, hanem fel is adom.

A legtöbbet persze a Szüleim kaptak, de a Nagymamámnak is néha-néha küldtem. Neki mindig Rebus néven írtam alá, mert ő így becézett engem. Pedig nem is ez a hivatalos nevem. Szeretett becézgetni, én meg örültem neki.

Gyerekkoromat sokszor náluk töltöttem, Nagyapám az állatok ellátására, Nagymamám pedig a főzésre, sütésre, varrásra, hímzésre és a kötésre tanított. Imádtam a nyári szünetekben a kicsiny faluban lenni, városi létemre. Amint kiléptem Miskolcra, a város zaja abban a percben otthagyt, hisz ott csend, és nyugalom volt. Persze hajnalban párszor hallottam a kakas reggeli ébresztőjét, de könnyen hozzászoktam.

Felnőtt koromra, amikor férjhez mentem, már kevesebbet látogattam meg a Nagyszüleimet. Házasságom után pedig Pestre kerültem, ami pedig még messzebb volt. Félttem egy kicsit a fővárostól, de félelmem nem tartott sokáig, mert jó szomszédok közé kerültem.

Mivel ott laktam, minden vágyam az volt, hogy megnézzem Buda várát. Eljött az augusztus és megláttam, hogy lesz Mesterségek Ünnepe. Gyorsan az időpontot beírtam a naptárba, mindenképpen ott kell lennem.

Múltak a hetek, a napok és már nagyon izgatott voltam. Menni akartam mindenáron.

Eljött a várva várt nap, de a kocsink közölte velünk, hogy a mai napon vele, nem megyünk sehová. Letörtem, de azért még busz is létezik, ezért gyorsan elindultunk a buszmegállóba. Újpesttől Buda nem pár száz méterre van, nem baj, türelmes voltam.

A szívem dobbant egy nagyot, amikor odaértünk, és megláttam közlelről a várat. Gondolatban már ide is költöztem. Majd elindultunk, és végigjártuk az egész területet. Persze közben vásárolgattunk – a képeslap nem maradhatott ki –, ettünk-ittunk. Este boldogan indultunk haza.

Vacsora után leültem az íróasztalomhoz és már címeztem is a képeslapokat. Az első a Szüleimé, a másodikat pedig Nagymamámnak, aki már akkor egyedült élt. Igen ám! De neki valami vicceset fogok írni. De mi legyen az? Igen! Már tudom.

„Drága Bárónő! Engedje meg, hogy szívből köszöntsem közelgő neve-napján. Remélem, mihamarabb találkozunk. Üdvözlettel: Mátyás király Íródott: Buda várán, 1458. szeptember havában” A szöveget újraolvasva, mosolyogva tettem táskámba, hogy másnap feladjam.

Pár nap múlva csörgött a telefonom, kíváncsian vettem fel:

- Igen tessék, Bubrik Zseraldina vagyok! – mondtam kedves hangon.
- Jó reggelt! Itt a Báróné beszél...

Abban a pillanatban nevetés kapott el, és örültem annak, hogy Nagyimnak is tetszett a

képeslap. Utána is küldözgettem a képeslapokat, de volt, hogy levelet is írtam Mátyás király nevében.

Hat évvel később Budapestről visszaköltöztem Szüleimhez, de ők már nem ketten voltak, hanem Nagymamám is ott élt velük. A levelezést nem hagytam abba, azzal a különbséggel, hogy most nem a posta kézbesítette, hanem én.

- Báróné! – szólítottam Nagymamám, miként beléptem az ajtón. – Képzeld, most érkezett egy levél Buda várából, Mátyás királytól.
- Tényleg? – mondta mosolyogva, kacsintva a Nagyim. – Felolvasnád nekem?

Felbontottam a levelet, és máris hozzákezdttem olvasni. Nagymamám ezt a szerepjátékot nagyon élvezte.

Aztán eljött az a nap, amikor kezdett belemenni a demencia forogtagába. Hozzákezdett képzelődni. Mindig tudtam, amikor beléptem az ajtón, hogy épp melyik állapotában van.

- Képzeld! Beszélnek hozzám a Tv-ből – kezdte mondókáját.

- A Tv úgy adja le a műsorokat, hogy úgy lássuk, a szemünkbe néznek–

válaszoltam.

- De el is jöttek hozzám, hisz, itt ülnek az ágyamon. Látod?

Erre a kérdésére gondolkodnom kellett, hogy mit is mondjak.

Teltek múltak a hónapok, majd a hetek, aztán eljött az a nap, amikor bementünk hozzá, és azt mondta, a szoba bal sarkába mutatva:

- Eljött értem, mennem kell.

Pár óra múlva mosollyal a száján itt hagyott bennünket. Az arca kisimult, és nézett előre.

A levelei, képeslapjai még megvannak, a szekrényem egyik polcán. Néha előveszem, olvasgatom, nevetek rajta, visszatérek régmúltamba.

Szeretném újra játszani a szerepjátékot.

Szeretném újra átölelni.

Az olvasás végén akarva-akaratlanul a könnycsepp megjelenik mindkét szemem sarkában.





*G. Episcopus*



## **SZABÓ BORKA**

Író, költő és illusztrátor

## CSÜCCS IDE MESÉLEK

Írta: Szabó Borka

Azt kérdezed, hogy vagyunk? Egy akciófilm az életünk. Immár két hónapja szervezem kisebb-nagyobb sikerrel, hogy egy egyharmadnyinál kevesebb területre költözhessünk be, mint ahol most lakunk. Ne kérdezz semmit, szeretem a kihívásokat. Mondjuk nem az ilyeneket, de kicsire nem adunk, a nagy meg nem téma.

Az úgy kezdődött, hogy elegünk lett az albérletes életből. Elvégre az csak viszi a pénzt, és ha a tulajnak olyanja van, díjat emel, mert infláció van, és magasról leszánja, hogy erről te és kis családotod nem tehet. Vagy épp kilakoltat, mondván, hogy el akarja adni a pecót, húzzatok onnan.

Alapból mi sosem voltunk „házasok”. Mármint albérletesek voltunk, amióta én elköltöztem anyámtól, a férjem meg feljött Pestre – anno dacumál, még a múlt évszázadban. Ögen kalandos úton-módon nem sikerült saját lakáshoz jutnunk vagy huszonnégy éven át.

Volt, ami sosem épült fel, vagy végül nem kaptuk meg, valamiből kisemmizve vásároltak ki, másba a pénzünk foszlott semmivé jogilag. Nem maradt más, mint vándorolni fészekről fészekre, mint a hazátlan madarak. A lelki béke elhagyott minket, és a vad nyugtalanság idővel fásultsággá szelídült. Már nem is tudtunk máshogy élni, csak így.

De tudtam, hogy ez nem marad örökké. Miután megörököltük anyám zsebkendőnyi lakását, mint egyetlen megoldás, az odaköltözés maradt, ha nem akartunk csillárdokat kidobni az albérlet ablakán. Meg egyáltalán. Pont munkahelyvesztés miatt szűkülő családi kassza kellős közepére tolta be a drága (!) tulaj a nem kicsiny lakbéremelést. Hát ízibe' középső ujjat mutattam neki, és kijelentettem: költözünk! Ennek immár két hónapja.

Lehet, csak huszonkilenc négyzetméter, mi meg négyen vagyunk már felnőttek – úgy értem, négy felnőtt méretű és igényű ember, mert már a fiam is nagykorú –, de annyi baj legyen, mert ez végre a miénk! Úgyis marad mit fizetni, extra költségek, hamar pótolja magát a kintlévőség – de amíg állandó munkát nem kapunk, legalább millióra nem dagadnak a tartozásaink. És azért az nagyon nem mindegy.

Meg hát laktunk mi már ebben a lakásban, csak nem szeretünk emlékezni. Volt, hogy négyen – az akkor született fiammal –; volt, hogy öten – igaz, a gyerekek még kicsik voltak. De mindig visszataláltunk ebbe a lakásba, olyanná vált ez, mint egy menedék. Harminckét kötetemből tizenkettőt egyébként itt írtam. Valószínűleg azért, mert az együttélés öten maga volt a megtestesült pokol, és kellett valami masszív önterápia.

Egy ideje már nem írtam, így talán itt az ideje megint nekilátni alkotni. Ki tudja, mit hoz a jövő? Szóval vár a pokol, az édes, amit már ismerek, amit elfogadok, amit magamhoz ölelek, mert ez az élet része. Valahogy túléljük ezt is, mondogatjuk magunknak. Ha pedig nem, akkor sem aggódunk. A mennyországban bőven lesz hely nekünk. És az is a miénk, nem albérlet! Ez a tény már megéri a lelki békét, azt hiszem.



*G. Episcopius*



## KISS BIANKA

27 éves lelki békéjét kereső fiatal, aki örökké és szüntelenül képes hinni a jóban. Egész életében az írás volt az egyetlen dolog, ami igazán képes volt kiutat mutatni, ugyanis amikor, boldog vagyok írok, ha bánatom akkor is ezt teszem. Írásaimmal céлом minél több emberhez eljutni, mosolyt csalni az arcokra és rávilágítani őket, hogy sosincsnek egyedül a problémáikkal.

## A PILLANGÓHATÁS

Írta: Kiss Bianka

Gyermekként annyi elképzelésünk és teóriánk van, példák, normák, rendszerek, amelyek befolyásolnak bennünket növekedésünk során. Nem egyszerű megfelelni, ezeknek az elvárásoknak. Már egészen kiskorunkban kirajzolódnak személyiségünk alapkövei, melyek későbbi éveink során meghatároznak majd bennünket.

Kiskoromban mindig olyan felnőttnek képzeltem magam, aki előtt nem lesz olyan akadály, amit képtelen lenne megugrani. Elképzelhetetlennek tartottam, hogy valamitől féljek, hiszen tudtam, hogy a szüleim ott lesznek és átsegítenek mindenben. De mi van akkor, ha ez a történet véget ér egy napon, egyedül maradok, magamban a gondolataimmal, szemben a világgal és a benne rejlő sötétiséggel?

A mai rohanó világban elfelejtkezünk megállni életünk olyan állomásain, ahol egyébként időznünk kellene. Nem szentelünk elég figyelmet önmagunk számára, hogy képesek legyünk fejlődni és kibontakozni. Futunk az elvárások előtt, a nyomástól, amely lelkünkre úgy nehezedik mintha a boldogság elérhetetlen lenne. Szomorú mert amíg ilyen és hasonló gondolatok keringenek bennünk, az agyunk úgy ülteti el ezeket a magokat, akár egy kertész, aki éppen veteményezni készül. Úgy vélem, ha a gondolataink változnak, a világ is vele változik. A tiszta elme mindent begyógyít, aminek gyógyulásra van szüksége.

Néha, amikor megkérdezik tőlem, hogy elégetett vagyok-e az élettemmel nem tudom mi a helyes válasz, de egy biztos, bármi és bárhogyan történik, örülök annak, hogy én, én vagyok.

Nem kell más életét élnem, boldog vagyok a saját életemben, hiszen tudom egyedi és pótolhatatlan vagyok Isten szemében. Vajon van más, ami számít?

Gondoljunk csak bele, fiatalon, amikor csalódás ér minket, vagy amikor fájdalmunk van, és itt nem csak a testi fájdalomra gondolok, azt hisszük az életünknek vége. De mi lehet rosszabb a testi fájdalomnál, elárulom kedves olvasó, az üresség.

Vannak napok amikor szimplán a létezés és fáj. Néha csak arra vágyunk, hogy vegetáljunk, hiszen a körülmények el tudnak tornyosulni felettünk, főleg, ha nincs meg az egyensúly.

Mi lehet fontosabb a saját lelki egészségünknel és békénknel? Sok időbe telik rájönni a válaszra. Semmi. Néha félünk az újdonságtól, a változástól, a holnaptól. Nem hiszünk eléggé Önmagunkban, Istenben sőt semmiben sem. Ilyenkor jó lenne egy kis útmutatás, egy fáklya, amely segít megtalálni a kiutat.

Az olyan mélységekhez, mint a halál, depresszió, függőség és a kiút kereséséhez a legjobb elcsendesülni, mélyen magunkba ásni és figyelni a belső hangra és próbálkozni valaki más hangját meghallani, aki nem más, mint Isten.

Érdekes, hogy a családom egyáltalán nem hisz Istenben, én mégis egészen kiskoromban már róla kérdeztem. Sosem volt magyarázatom rá miért, de egyetlen dolog biztos, én egy vagyok azon szerencsés emberek közül, akik, hallják Őt.

Nem szám hányszor tévedek el, hányszor lépek más útra, tudom és hiszem, hogy mindig gondja van rám, ez a tudat megtanított arra, hogy sosem vagyok egyedül, hiszen ő minden lépésemnél mellettem van fogja és vezeti kezeim.

Tudom, hogy a több milliárd emberből én is csak egy vagyok, pont ugyan úgy, mint más, teszem a napi teendőim, mégis azt érzem, nem vagyok senkihez sem hasonló.



Sokáig azt éreztem, hogy nem tartozom sehová, kívülálló vagyok, elhittem, hogy nem vagyok elég jó. Életem egyik legnagyobb hibája volt.

Hány egyforma pillangó létezik a Földön. Elárulok egy kicsiny kis részösszeget kedves olvasó egyforma 0, egymáshoz hasonló több millió. Annyira összetett világban élünk, minden a részletekben keresendő. Tudtad, hogy a Földön közel 170 ezer lepkefaj él, és többségük éjszaka mutatja csak meg magát?

A metamorfózis csodája: Átalakulása során a hernyó bebábozódik, anyaga feloldódik, átrendeződik, és néhány héten belül lepkeként megszületik. A pillangó egyetlen szárnycsapása a Föld egyik oldalán semmiség a másikon tornádót idézhet elő.

„Isten láthatólag úgy döntött, hogy nem rendhagyó és meglepő eseményekkel döbrent rá bennünket a létezésében való hitre, hanem inkább a természet művei révén győzi meg értelmünket önmagáról, mivel ezek a művek szerkezetükben nagy harmóniáról és elmésségről tanúskodnak, és világosan utalnak Teremtőjük jóságára és bölcsességére.” (G. Berkeley)

Kívánom, hogy ismerje fel mindenki a benne rejlő csodálatos lényt, aki csendben vár arra a pillanatra, amikor a külső és a belső valósága találkozik egymással. Az élet mivolta erről szól: átmerjük-e lépni a saját határainkat, korlátjainkat és felismerni az igaz valónkat. Ez az igazi felismerés, élni a jelenben bátran félelem nélkül, hittel, szeretettel, tudva azt, hogy valami egység és csoda részesei vagyunk, mégis más feladattal és küldetéssel.





## GULYÁS KLAUDIA

1990-ben születtem. Szeretek írni, tulajdonképpen amióta megismertem a betűket, azóta szeretem írásban kifejezni magam. Van egy férjem, két kislányom és jó néhány állatom. A hobbim az írás, a varrás és természetesen az együtt töltött idő a családommal és az állataimmal. Így kerek az én picinyke világom.

## MINDEN RENDBEN LESZ

Írta: Gulyás Klaudia:

Késő ősz volt. Haza tartottam hétvégére a kollégiumból. Ültem a buszon, magamba gubózva bámultam a mellettem elhaladó tájat. Olyan lehangoló, olyan bánatos volt a táj, mintha csak a nehéz lelkem terült volna el rajta.

Bedugtam a fülembe a fülhallgatót és elkezdett pörögni a CD lejátszó. Akkoriban még ez volt a divat, szinte mindenkinek volt ilyen lejátszója. Szólt a zene a fülemben, mind olyan szívszorító, olyan reménytelen, olyan fájdalmas volt, amilyen én voltam. A zene és a táj tökéletes összhangban hömpölyögtek, magukkal ragadva lelkem is, hogy megállíthatatlanul zuhanjon a sötét ürességbe. A fák többsége már csak meztelen ágait nyújtotta az ég felé, mintha valami csodára vártak volna. Valami szebbre, valami jobbra. Könyörgő csupasz ágaiknak azonban nem kegyelmezett a természet. Mindennek megvan a maga ideje. Késő őszből nem lehet egyszersmind a csicsergő, virágzó tavaszba ugrani. „Most elmúlni kell...”- gondoltam magamban. „Elmúlni.” Ismételttem meg, s ha nem lettem volna annyira megszürkült, megfásult és reménytelen, tán hatalmas gátakat áttörve tört volna fel belőlem a sírás, zavarba ejtve ezzel az utastársaimat. De nem sírtam, már azt sem tudtam. Nyomorultul éreztem magam.

Hazafelé tartottam. De cseppet sem akartam, minden porcikám ellenkezett ezzel. Az otthoni légkör. A ridegség, az érzés, hogy csak púp vagyok a családom hátán, a szüleim egyre inkább elmérgesedő viszonya, ami megmérgezi a testvéreimet és engem is, mind taszítottak el otthonról, de úgy éreztem nem szökhetek csak úgy meg a kilátástalanságba és nem okozhatok még több terhet ezzel az amúgy is utolsókat rúgó családi egységnek. A gázt is kikapcsolták a múlt héten. Fizetetlen számlák.

Aztán, ki tudja, ki lesz-e egyenlítővel valaha is? Lesz-e fűtés otthon télen? Csak meredten bámultam ki az ablakon, afféle flegma „Minden mindegy!” arckifejezéssel, amivel a kamaszok szoktak. Mert egyszerűen nem érezhetik meg a körülöttem élők, hogy gyenge vagyok. Akkor széttépnek, cafatokra cincálnak, akkor préda vagyok. Aztán kordult egyet a gyomrom és eszembe jutott, hogy otthon az üres hűtő fog várni, épp úgy, mint az elmúlt néhány hétben.

Haza fogok érkezni farkas éhesen, kinyitom majd a hűtőt és majd egy majdnem teljesen üres margarinos doboz fog rám visszapislogni egy negyed rudacska kolbásszal, amiből bezzeg nem ehetek, mert az apámé. Aztán megnézem majd a kenyértartót, amiben ott lesz a szikkadt kenyérvég. Majd azt elfelezem a húgommal, miközben ezt a nevetségesen sanyarú sorsot ostoba viccekkel fogjuk elhumorizálni, kifigurázni, hogy túléljünk.

Ezek a gondolatok jártak a fejemben, amikor egyszer csak egy férfi szólt nekem:

- Minden rendben lesz!

Kivettem a fülhallgatót a fülemből és körülnéztem a buszon. De senki nem vette fel a tekintetemmel a kapcsolatot, így ismét a zenébe és a táj mogorva bambulásába vettem magam.

- Minden rendben lesz! – szólt ismét a hang, így gyorsan kivettem a fülhallgatót és először, mint a villám, néztem szét a tömegben, aztán lassan pásztáztam őket hunyorítva, mintha mindenki gyanús volna. De megint csak semmi. Az emberek többsége bámult ki az ablakon, aludt, könyvet, vagy újságot olvasott, esetleg a telefonját babrálta. Újra visszaüppedtem a székembe és a zuhanó lelkembe, amikor újra megszólalt:

- Minden rendben lesz!

Kissé zavartan körbepillantottam, de már a zenét sem állítottam le. A hang viszont csak mondta és mondta: „Minden rendben lesz!” A kíváncsiságomat az ingerültség vette át. Hát ki szórakozik velem?! Vagy a zenében éneklük ezt? Újra és újra visszatekertem, de a hang nem mindig ugyanott szólt, tehát egészen biztos, hogy nem a felvételen hallottam. Ezelőtt különben sem hallottam soha. „Hát ez is eljött... megbolondultam. Elég fiatalon.” Gondoltam magamban és már láttam magam előtt, ahogy meghasadt elmémet gyógyszerekkel akarják viszonylagos egyben tartani az ijesztő, felsőbbrendűséget sugárzó fehérköpenyesek.

- Minden rendben lesz! – mondta újra a hang és csak akkor tudatosult bennem, hogy ez a hang csak az én fülemben szólt. Sőt! Talán hallottam a fülemmel, de mégsem kívülről jött. Ez a hang belőlem szólt. A lelkemből. Hogy az Isten szólt-e hozzám, vagy az őrangyalom, netán én magam? A mai napig nem tudom, csak azt, hogy ez után megfeszült lelkem engedte magát és a biztos tudatban, hogy minden rendben lesz, végre feloldódott. Nem mosolyogtam, mint a tejbe tök, nem nevettem fel csilingelő hangon látványosan az égre, nem táncoltam a szürke novemberi esőben kitárt karral, de úgy szálltam le a buszról, hogy tudtam, így, vagy úgy, de hamarosan minden rendben lesz.

Azon a hétvégén még egyszer hallottam a hangot. Húgommal sétáltunk kettesben a falu kihalt utcáin, amikor megszólalt. Húgomra néztem, ő meg rám:

- Hallottad? –kérdezte furcsán.

- Igen. Minden rendben lesz. – mosolyodtam el végül, aztán ő is elmosolyodott.



## **IGO NORBERT KRISZTIÁN**

Harminchárom éves, három gyermekes édesapa vagyok. Egy Ceglédi gyárban dolgozom, középvezetőként. Szabadidőmet elsősorban a családommal töltöm, azon is belül a Bajcsi-téri játszótéren leginkább, mert közel lakunk hozzá. Amikor tehetem, novellákat, regényeket írok és olvasok is persze. Hiszen ez nélkülözhetetlen a hobbihoz. Magánkiadásban, már nyolc regényemet jelentettem meg, melyek többnyire ifjúsági kalandregények. Célom, a mai fiatalság figyelmének a felkeltése, a mindennapi élettel kapcsolatos történeteimbe való bevonása.

## DRÁGA APU!

Írta: Igó Norbert Krisztián

A harmadosztályú Ceglédi Vasutas Klub focistái, az idei bajnokság végeztével nyári edzőtáborba utaztak. A reggeli órákban álmos hangulat uralkodott a csapatbusz legénysége között, amit később erővel teli tombolás váltott. A korábban szalámis szendvicset tartalmazó alufólia kemény gombóccá gyúrva röpködött társról-társra. Koroknai Tamás, az edző, jóleső mosollyal nyugtázta a viháncolást. Akkor sem vesztett a kedvéből, mikor a röpködő gombóc a tarkóján csattant.

A tizenéves sportolók közül, csak egy valaki ült a helyén. Csikós Martin, a csapat kapitánya. Egy régi, ütött-kopott bőrlabdát tartott a kezében, ami még nála is idősebb lehetett. Kopott külseje mellett játékra való alkalmatlanságát a benne lévő kevés levegő is igazolta. Új korában fekete és fehér mintákban pompázott, mostanra fakó szürke színt viselt.

Társai észrevették, hogy csak ül kedvetlenül. Pontosan tudták az okát. Nem állt szándékukban zavarni. Mialatt a társaság nagyrésze fáradhatatlanul viháncolt, Martin egyre mélyebben meredt a kezében tartott labdára. Száraz felületén imitt-amott felszakadozott a bőr. Korántsem ez vonta magára a fiú figyelmét. Nem a labdát látta. Teljesen más lebegett a szemei előtt.

Az emléke édesapjáról, aki egy kiváló apai cím elnyerése mellett, a Dorog csapatának elismert edzőjeként véste be magát sokak emlékezetébe.

„-Fiam, ha leteszed a labdát a tizenegyes pontra, nézz mélyen a kapus szemébe! Esélyt se adj neki!”

Mostanáig ott cseng a fülében a hangja. Mély és kimért volt. Főként, amikor fia bajnoki meccseit látogatva, heves szurkolásba kezdett. Elnyomta a drukker hangját. Szülői pályafutása során, mindent lebíró akaratereővel segítette gyermekét, akiből nem csak kiváló sportolót, de nagyszerű embert akart faragni.

Nem érzett csak fájdalmat, mikor azokra az időkre gondolt, amikor az édesapjával edzett. Csikós Krisztián, a maga százkilencven centi magasságával, sportos fizikumával és elegánsan félrefésült, néhol őszülő frizurájával, sokak szemében a negyvenes évei vége felé is szimpatikus ember volt. Általában sötétkék szabadidőruhában érezte magát a legjobban. Mikor csapata játszott, a pálya széléről figyelt, kezeit mélyen a zsebbe helyezte. Ha szabálytalanság történt, gyorsan kipattant nyugalmi helyzetéből, és torka szakadtából kiabált az igazáért. Keménykezű edzőként, alkalomadtán a csapatát is leteremtette az öltözőben, ha nem a maximumot hozták ki magukból a mérkőzéseken. Ám mikor hazaért, s bekopogott Martinhoz, jókedűen rákacsintott, majd nyomott egy barackot fia feje búbjára. Leült mellé az ágy szélére és kivallatta a napja legérdekesebb szakaszairól, amit a beszámoló után, erős vállgödörmasszázzsal jutalmazta fiát. Kezei erőssége, megkérdőjelezhetetlen volt. Mint egy medvéé. Mégis gyengéd volt, sosem okozott fájdalmat.

Történt egyszer, amikor Martin öt évesen kerékpározni tanult, nagyot esett az udvarukban, a betonon. A térdén ronda seb keletkezett. Nem is a fájdalomtól, hanem a vérzés láttán fakadt sírva. Édesapja a teraszon állt. A baleset pillanatában odaszaladt a fiához és leguggolt hozzá. Akkor ezt mondta;

„Nézd csak meg, mekkora fájdalmat okoztál a betonnak! Látod? Ott van rajta a hajszálvékony repedés! Bizony, ilyen erős vagy! Ez az én fiam! Na látod, nem is kell sírni, gyere pattanj fel, és menjünk tovább! Ez vár rád, az életben is!”



A bőrfoci felszakadozott felületére könnyek potyogtak. Martin mosolygott. Behunyta szemeit, hogy csökkentse az érme nagyságú könnyei hullását. Érezte, ahogy arca mindkét féltekéjén, patakot képezve folytak le a könnyei az álláig.

Első fociédzésére úgy emlékezett, mintha csak tegnap lett volna. Este együtt vacsoráztak hármásban. Édesanyja érdeklődve hallgatta lelkes beszámolóját, édesapja pedig büszkeségtől csillogó arccal töltött egy pohár kólát a fiának.

- Estére? – förmedt rá az édesanyja.
- Megérdemli, nagyon ügyes volt! – kacsintott az édesapja. – Holnap szombat, addig durmolhat, ameddig csak akar!

Amikor az édesapja kacsintott, számára felért egy életmentéssel. Egy nehéz iskolai nap után, hazafele menet, még az eső is elverte. Csontig ázott. Mikor belépett a házba, apukája az előszobában állt és egy száraz törölközőt hajított neki. Kacsintott egyet. Élete első párkapcsolatának végeztekor elkeseredetten rogyott az ágyára, kezében a telefonjával, amelynek még a közös képük volt a hátterén. Anyukája vigasztalta, de fájdalma csak akkor múlt el, amikor az édesapja egyérintőzni vitte hétvégén. Egy szóval se hozta fel Martinnak a szakítás témáját, hanem boldogan ugrált a labda után. Ebédre rendelték gyros-t, azután leültek a patak partjára. Eddig tudta magában tartani szíve fájdalmát. Úgy öntötte ki a szívét édesapjának, mint azelőtt senkinek. Közben figyelte, ahogy apukája csomót köt két leszakított pitypang szárából. Mikor befejezte a mondanivalóit, egyszerre sóhajtottak fel.

- Emlékszel, amikor biciklizni tanultál? Nagyot estél, én pedig mutattam neked a betonon egy repedést. Azt mondtam akkor hogy te sokkal erősebb vagy. Ezt most sem látom különbséget! Amikor csalódások érnek minket, ugyanúgy érezzük magunkat, mintha egy hatalmasat

estünk volna a betonon. Az a különbség, hogy a csalódástól nem a testünk, a lelkünk fájdul meg! Viszont a testi és lelki fájdalomban van egy közös dolog is! Fel kell tudni állni belőle és menni tovább!

A tábor első napján, a csapat, a folyó partján edzett. Koroknai úr felhívta a figyelmüket arra, hogy este nem szeretne duhajkodást hallani, mert holnap edzőmérkőzésük lesz egy szerb csapattal.

A táborban több csapat is volt, akiknek lehetőségük adódott megtekinteni a meccset, így kedvező létszámú közönség fogadta a két együttest a pályán. Tikkasztó nyári délelőtt került megrendezésre az edzőmeccs. A pálya füve kopottas volt. Korábban az erőteljesebb rúgások néhol fűcsomókat szakítottak ki belőle. A kapukon csupán a vendégcsapat kedvéért lengett háló. Általában nem szokott háló lenni rajtuk.

A hangulat, felért egy igazi bajnoki mérkőzéssel. Martin elvégezte a kezdőrúgást, de már az első percben megszerezte az ellenfél a labdát. Néhány percre rá, a vezetést is. Lassúnak és figyelmetlennek bizonyult a ceglédi csapat, amit a szerbek remekül kihasználtak. A pontatlanságuk, feszültséget váltott ki a magyar csapatnál, s emiatt képtelenek voltak kialakítani helyzeteket.

A mérkőzés félidejében, továbbra is egy nullára vezettek a szerbek. Koroknai edző végignézett a csapatán, kezei szoroson a csípőjére tapadtak. Látszott rajta, hogy a mondanivalóit próbálja formázni. Véleményét mégsem rejtette véka alá.

- Edzőmeccs ide vagy oda, ha a pályán vagy, azt lássam, hogy focizol!

A következő játékrészben, igyekeztek labdához jutni, azonban az ellenfél sem hagyta magát. A második félidő elején egyik csapat sem tudott komolyabb helyzetet teremteni. Kiélezett védekezést produkált mindkét fél, így hosszú percekig kapura lövés sem történt.

Idővel fáradni kezdtek a játékosok. Egy pontatlan előre ívelést követően Martin elcsente a labdát a szerb focista elől. Minden erejét összeszedve tört előre. Felemelte a fejét, megállapítva, hogy lövésre még túlságosan messze van a kapu. A pálya két szélén két csapattársa követte. A szerb védelem számított a lepasszolásra, Martin azonban okosan tovább vitte a labdát. A kapus ráripakodott a társaira, hogy állítsák meg a magyar kapitányt.

Egy jobbról érkező becsúszást követően Martin nem csak a labdát, de az egyensúlyát is elvesztette. A játékszert elkaszáló láb fájdalmasan bokán találta. A bíró ezt szabálytalannak ítélte és a sípjába fűjt. Az akció, a szerb kapu tizenhatosán belül történt. Tizenegyes rúgással jöhetett a magyar csapat.

- Mi van? – nézett a kapitányra Toni, a csapat csatára. – Miért adod nekem a labdát?
- Rúgd te!
- Mindig te szoktad! Én kihagynám!

Martin erőtlen arckifejezéssel a fejét csóválta. Nem vállalta a tizenegyes elvégzését. Toni nehézkesen, de odaállt a kapussal szembe.

“Nézz mélyen a szemébe! Esélyt se adj neki!”

Mire édesapja szavai elhangzottak a fejében, a labda messze a kapu fölé szállt. A mérkőzést egy-nullára nyerték a szerbek. Az öltözőben, több csapattárs is kérdőre vonta Martint, amiért lemondott a tizenegyes rúgástól. A kapitány nem vitatkozott velük. Koroknai úr megjegyezte a csapatnak, hogy a másnapi visszavágón, ennél jobb játékot szeretne látni.

Éjszaka sokáig a plafont bámulta. Érezte a szemhéjára nehezedő fáradtságot, mégsem tudott álomba merülni. Az oldalára fordult, hogy kényelmesebb pozícióban, minél hamarabb el tudjon aludni.

Lezuhant. Kemény talajra érkezett, a talpa kicsit megfájdult, de nem esett el. Sűrű köd gomolygott körülötte. Akármerre nézett, sehol sem látott senkit. Se csapattársat, sem az edzőt. A tátongó köd mögül, egy emberi alak sétált elő. Kicsit magasabb volt nála és a teste körül, csápok himbálóztak. Jobban szemügyre véve, azok is a köd részei voltak, mint ahogy az egész emberi test kivéve az arc.

- ....A-apa!

Válaszul kacsintást kapott. Méltatlankodva állt az alak előtt, zavarában nem tudta eldönteni, hogy mit csináljon.

- Szomorú vagyok, fiam!
- Miért?
- Lehetőséged volt kiegyenlíteni a meccsen, de te nem vállaltad a tizenegyest!
- Mert nem éreztem, hogy alkalmas vagyok rá!

A ködfoszlányok, nyugtalanul csapkodni kezdtek a test körül.

- Ide hallgass, fiam! Én nem így neveltelek! Egy erős kezű, határozott kapitánnyá értél, akinek nem az felelőssége, hogy elzárkózzon a kihívásai elől, hanem példát mutasson! Mondd, mikor adtam én fel valamit? Vagy hagytalak cserben téged, vagy édesanyádat?

A hangok. A hangok, amelyek édesapjától hallatszódtak, láthatatlan karokként fonódtak testére. Rázni kezdték, mintha szeretnék kicsikarni belőle a választ.

- ...soha, Apa!

Ekkor egy kapálódzó ködcsáp felemelte az állát. Tekintetük találkozott. A hideg, szemmel alig látható csáp, szép lassan egy emberi kézzé formálódott át. Rettentő kemény, ugyanakkor lágy tapintású. Mintha már simította volna az arcát ilyen kéz.

- Hiányzol, Apa!

Kedves mosolyt kanyarított félhomályba burkolt arcára és kacsintott egyet. Martin a kéz után nyúlt, ami éppen simogatta arcát. Hiába. Nem érezte a sem a bőrt, sem a csontot, csak saját arcának hidegét. Ám nem volt csalódott, mert végre viszontláthatta ezt a biztató kacsintást.

Reggeli napfény világított az arcába. Hanyatt feküdt, kezei lábai szerteszét az ágyon. Arcára rászáradtak a könnyei. Felült az ágy szélére és megtörölte a szemeit. Szép lassan ugrottak be neki az esti álom pillanatai. Torkán a sírás keserű érzése toporzékolt, mégsem engedett neki.

Felállt, megmosakodott és csatlakozott a csapatához a reggeli edzésre. Mindenkit le hagyott a kitartó futáson, társai nem győzték megjegyezni, hogy alig ismernek rá. Koroknai úr bazsalygott a baseball sapka alól és elégedetten bólintott.

Délután került sor a tegnapi meccs visszavágójára. Martin magával vitte a régi labdáját az öltözőbe, ahol magára öltötte a citromsárga mezt és a stoplis cipőt.

- Jó régi labda! – vigyorgott Sanyi, a csapatátársa.
- Az első focilabdám, amit édesapámtól kaptam!

Sanyi néma csenddel és megértő mosollyal nyugtázta a választ. Három évvel ezelőtt, akkor még a Dorog csapatának a hátvédjeként, Martin apukája volt az edzője. Nagyon jól ismerte. Az egész csapat szerette, mert szigorú, ugyanakkor segítőkész volt a tanítványaival. Sajnos, egy szívroham következtében, mindössze negyvenhat éves

korában véget ért a földi pályafutása. Martinban ez mély nyomot hagyott. Ez az oka, hogy az elmúlt időkben visszább esett a teljesítménye. A kedvéről nem is beszélve.

Koroknai úr bejött az öltözőbe és végignézett a csapatán. Halvány mosoly látszott felvirulni arcán, mikor látta, hogy ez a csapat már egy sokkal magabiztosabb focistákból álló együttes, mint a tegnapi. Kivonultak a pályára, ahol zengett a szurkoló csapatok drukkéneke.

A citromsárga mezések láthatóan már az elején beleadtak mindent, hogy visszavágjanak a tegnapi vereségért. Egy szögletrúgást követően, Martin a magasba lendült és feje búbjával megcsúsztatva a labdát, a kapu jobb alsó sarkába terelte. Így korán megszerezve a vezetést, lelket öntött a csapatba. A szerbek, azonban már egy ellentámadást követően kiegyenlítették. Mindkét csapatban meg volt a kellő lendület, ami jól kialakított helyzeteket és lövéseket eredményezett. További gól azonban nem született.

A második féldőben mindkét fél veszített az erejéből. Mikor már úgy tűnt, hogy a mérkőzés döntetlennel ér véget, Martin végigvezette a labdát a szerb védelmen és jobb belsővel elrúgta a labdát.

Kapufa.

A kipattanó labda egy piros mezés hátvéd csuklójára pattant. A bíró nyomban a sípjába fújt. Tizenegyes következett a hosszabbítás utolsó percében.

Martin sietett a labdáért. Lehajolt érte. Egy pillanatra megsédült. Mintha megjelent volna előtte az a különleges arc, amivel álmában találkozott.

“Nézz mélyen a szemébe és esélyt se adj neki!”

Erősen rászorított a kezében lévő labdára. Tekintetével megkereste a szerb kapust, aki éppen akkor ivott néhány kortyot a kulacsából, majd kedvetlenül a kapufa mellé hajította.

A csapatok felálltak Martin mögé, futásra készen, ha kipattanna a játékszer.

A bíró ismét a sípjába fújt. Martin az égre pillantva kacsintott, de a lövés előtt a tekintetét a kapusra szegezte. Elvégezte a lövést.

A kapusnak esélye sem volt.





## DOMAHIDI KLÁRA

Tiszalúcon élek. 2001 óta írok verseket és prózákat. Festéssel és fotózással is foglalkozom. Saját regényem címe: Parázsló szív, 2019-ben jelent meg; a Nyári szellő, hová mész? című gyermekverses kötetem pedig 2023-ban.

Eddig 30 antológia közölte írásaimat.

### MAGASLATON

Írta: Domahidi Klára

Álmomban nagyon fáradt voltam. Kimerültem és félttem. Mentem fölfelé egy meredek emelkedőn, de nem tudtam, hogy hová tartok. Ahogy haladtam fölfelé, a lábam egy-egy törésen talált kapaszkodót.



Ha sima lett volna ez az út, csúszott volna vissza a lábam. De mivel voltak az úton kisebb-nagyobb megtört részek, azokra lépve jól tudtam haladni egyre feljebb. Az erőm elhagyott. Egy kérdés volt bennem: miért kellett olyan sok törésnek lennie az életemben, Istenem? Sokkal messzebbre juthattam volna, ha nem álltak volna utamba azok a fájdalmas törések. Isten megmutatta, hogy ezeket arra használta, hogy magasabbra tudjon vinni engem. Mert ahogy ezeken haladtam fölfelé, stabil volt a lépésem, nem tudtam visszacsúszni. Az a terület, amelyet már megkaptam és megharcoltam, az már az enyém, és azon már uralkodni tudok. Aztán megyek a következőre, majd egy újabbra, és győzelemről győzelemre vezet engem az Isten. Újabb és újabb területeket veszek be, és amiért már megküzdttem, azt az ellenség, a sátán nem tudja elvenni tőlem.

Sokszor visszanéztem a megtett útra, de elszédültem. Láttam, honnan indultam el, de még nem tudtam, hogy merre haladok. Újra éltem azt a sok kudarcot, fájdalmat, nehézséget, az akadályokat, könnyeket, amelyekben részem volt. Ezeken már nem tudok változtatni, de tanultam belőlük. Most már tudom, hogy sosem kellett egyedül cipelnem a terheket. Az Úr Jézus, akivel élő kapcsolatban vagyok, vitte a terheim nagy részét. Ő maga is végig járta a földi pályáját, amikor a legnagyobb mennyei dicsőségből a legnagyobb mélységbe jutott. Átélté a legnagyobb fájdalmat is, amikor így gyötrődött a kereszten: „Én Istenem, én Istenem, miért hagytál el engem?” Ekkora mélyponton én sohasem voltam. Rábíztam magam az Úr Jézus vezetésére, és lépésről lépésre segített előre, mutatta az utat. Meg kellett tanulnom bízni benne, hogy Ő jól tudja a célt, és boldog lesz a megérkezés...

S eközben folyamatosan formálódtam én is, mint a fazekas kezében az agyag. Minél inkább éreztem Isten közelségét, a bennem lévő szorongások és aggodalmaskodások helyét átvette egy mélységes békesség, ragaszkodás az Úrhoz, minden körülmény között. Aki megmutatta, hogy bármi történjék is velem, Ő ott van, akkor is, ha észre sem veszem. Fogja a kezemet, terelget és irányít. Ezredszer is elmondta a bátorító szavakat: „Ne félj! Nem hagylak el, nem vagy egyedül.”

Ha kell, mindent újra kezdhettek, van remény, új utak is megnyílhatnak előttem. Lelkem békessége nyomán kinyílt a hála virága.



## KIMMEL GÁBOR

Nem vagyok író, sem költő. Csupán egy egyszerű ember, aki szereti ezt az egészet. Írásaimban sokszor visszaköszönnek egykor megesett dolgok. Úgy gondolom, hogy ezzel, ha keveset is, de hozzájárulok ahhoz, hogy egy kis múltat mentsek az utókor számára.

„Éld a jelent, de ha a múltat nem ismered, mégis hogy akarod tanulmányozni a jövőt?”

## DESTRUCTIO DAEMONIS

Írta: Kimmel Gábor

Megcsörrent az ébresztőóra. Péter unottan nyomta le. Egykedvűen nyitotta ki szemeit és hiába aludt jól az éjjel, ereje alig volt. Már jóideje küzdött vele. Véres, felőrlő harc volt, melyben már igen sok pofont kapott ellenfelétől. De mégis, mintha egy része lenne ez a démonszerű valami, ami annyira keményen elnyomja. Egy része, amely ellen bátran küzd, azonban a küzdelem igencsak nehéz és sokszor úgy tűnhet reménytelen is.

Új nap köszöntött rá. Egy újabb kínzó reggel. Mellette fekvő feleségének arcára lágy puszit nyomott. Vigyázott, hogy fel ne ébressze. Nagyon szerette őt. Mindennél jobban ezen a világon. Egyedül ő az, aki ellen nem volt hatalma a SZÖRNYETEGNEK. Annak a valaminek, ami már jóideje kínozza. Melankólia keveredett érdektelenséggel. De a szerelme mindenk felett állt. Csak ő számított neki és senki más. Még egykori kedves barátjára sem tudott gondolni. Nem érzett iránta haragot. Össze sem veszték, mégis hatalmas fal húzódott köztük. Egy helyen dolgoztak, mégis idegenek voltak egymásnak. Napok, sőt hetek teltek el úgy, hogy csak elsétáltak egymás mellett. Egykori kellemes beszélgetéseik a múlt homályába veszték. A buszon is csak némán nézett maga elé. Igyekezett kizárni a többi embert, még csak rájuk sem nézett. Így telt el a körülbelül fél óra ami alatt beért munkahelyére. Gyorsan megette reggelijét és beült a helyére. Köszönt a többieknek és ennyi. Úgy gondolta, minek beszéljessen akárkivel, semmi értelme. Utálják és ő is utálja őket. Holott ez soha nem volt így. Az igazat megvallva Péter egy igen jólelkű embernek született, viszont az élet nem kímélte, ahogy senki mást sem. Monoton hangulatban végezte munkáját, fel sem nézett. Egymás után készültek a munkadarabok. Egyik a másik után, azonban egyszer csak elfogyott az alapanyag és el kellett mennie érte. Lábai, mintha ólomból

lettek volna, annyira nehezebbre esett felkelni, de azért erőt vett magán. Unottan ballagott el a raklaphoz és még nagyobb unalommal vett fel egy teli ládát. Komótosan indult vissza a helyére, amikor hirtelen megszólította valaki:  
- Péter!

Egykori jóbarátja volt, aki érdeklődő tekintettel mérte végig. Kissé bizonytalannak tűnt, majd folytatta:  
- Beszélhetek veled?  
Péter kissé meglepődött, majd így szólt:  
-Persze. De menjünk a helyedre, itt sokan látnak.

Elindultak. Péter fejében kavargtak a gondolatok. Tudta, vagy legalábbis sejtette, hogy Krisztina miért állította meg. Talán kissé készült is beszélgetésükre, mely úgy érezte, vízvázalstó lesz. Úgy volt az egészszel, hogy bár semmi kedve hozzá, de azért megtiszteli egykori jóbarátját legalább ennyivel. Lassan odaértek az asztalhoz és leültek. Krisztina mély levegőt vett, majd belekezdett:  
- Szóval arra lennék kíváncsi, hogy mi a bajod velem? Pétert kissé meglepte a kérdés, bár sejtette, hogy a beszélgetésük valami ilyesmiről fog szólni. Egyből válaszolt is:

- Semmi. De tényleg komolyan semmi.  
Krisztina nem hagyta magát lerázni, kissé szemrehányóan, de minden rosszakatat nélkül folytatta:  
- Tényleg? Akkor miért nem köszönsz és miért nézel levegőnek?  
- Azért mert biztos nem kérsz a társaságomból! mondta Péter halkán.

Krisztina nagyot sóhajtott.

- Ez egyáltalán nem igaz! Viszont tudod, hogy mennyire megbántottál akkor délután, ahogy rám néztél? Soha nem láttalak még ilyennek és még mindig itt kísért előttem. Akkor nem voltál önmagad... Én úgy gondolom, hogy akkor nem is te néztél rám, hanem a démonod.

Péter elgondolkozott, majd így szólt:

-Olyan ez a valami, mint egy bilincs. Gúzsba köt és nem hagyja, hogy az legyenek, aki vagyok. Talán erősebb is nálam.

Ekkor drámai csend következett. Krisztina Péter szemébe nézett és így szólt

- Mondd csak, mit akarsz még? Olyan életed van, amiről én csak álmodozok. Szerető párod van, aki a feleséged lett. Mindig vár otthon valaki... NEM VAGY EGYEDÜL!

Péterrel megfordult a világ. Uramisten, de még hogy! Most jött rá, hogy miről is beszélt igazán a mindennél jobban szeretett felesége Anikó és legjobb barátja Krisztina. Ezek a kissé leteremtő hangvételű szavak kellettek ahhoz, hogy a fejéhez kapjon és eljusson a tudatáig az, hogy igazándiból remek élete van. Lassan összeszedte magát és így szólt:

- Meg tudsz nekem bocsátani?

Krisztina egy halk sóhaj után így válaszolt:

- Mély sebet ejtettél rajtam. Tudod, milyen érzés ez? De annyira hiányoznak a régi beszélgetéseink is. Péter kezét nyújtott és Krisztina kissé bizonytalanul, de elfogadta.

Túljutottak a krízisen és Péterben tudatosult, hogy hatalmas csapást mért démonjára, aki eddig életét nyomorította.

Hazafelé menet teljesen másképp látott mindent. Tudott már örülni a tavaszi napsütésnek és a határban nyíló ibolya illatának is. Délután kiment kertjük végébe és leült az öreg diófa tövébe. Mélyen beszippantotta a kellemes tavaszi illatot, ami nem volt más, mint a frissen meglelt lelki béke oly kellemes rezdülése.



## ZSUBRITS ZSOLT

.57 éves vagyok. Pedagógus, Mentáhygiénés szakember végzettségekkel rendelkezem. Közel 10 éve írok verseket, prózákat hobbi tollforgatóként. Inspirál minden, ami körül vesz: a természet, az emberek, az érzelmek, ha csend van bennem és kívül.

## A HELYETTESÍTÉS

Írta: Zsubrits Zsolt

Aznap délután Józsi bá' helyettesített a 4. C-ben. Gizike megint lebetegedett. Valójában szeptember óta nem tudott teljesen felépülni az influenzából. Hosszú helyettesítés elé néztek a kollégák, aminek természetesen senki sem örült, legkevésbé a pótlásra kiírt tanerők.

– Maradj veszteg! – hangzott el sokadszor a csoportban. A férfi erőteljes hangja haszontalanul veszett el a zshivajban. Mintha ma délután egy feketelyuk lett volna az osztály, ami elnyelte a fegyelmezést, a szelídséget, a jópéldákat, egyszóval mindent, ami a nevelőtől jött. A másodpercek lázas teknősként vánszorogtak, csak nem akart közeledni a tanárnak megváltást jelentő délután négy óra. Akkor ugyanis a diákok többsége hazamegy. Csütörtök lévén, csupán két lurkó marad vele ügyeletben fél ötig. Azt meg fél lábon is kibírja.

A péntekre előírt feladatokkal már végeztek. Az írásbeli-szóbeli ellenőrzés és a számonkérés kipipálva. Hangos olvasás gyakorlása pipa. Az udvarra sajnos nem lehetett kimenni, mert a tegnapi kiadós zuhé feláztatta a játszóterületet. A focipályán méteres átmérőjű tócsák éktelenkedtek. Lehetetlenné vált bármiféle labdás játék. Meg az igazsághoz hozzá tartozott, hogy októberhez képest, eléggé lehűlt a levegő. Józsi bá' nem akart még több gyerkőcöt küldeni az orvosi rendelőkbe. Persze magát is féltette. Amióta belépett a bűvös hatvanas szám uralma alá, különösen féltette az egészségét.

Kiválasztott pár társasjátékot. A többség elfoglalta magát ezekkel. Sporttal kapcsolatos keresztrejtvénnyel és furfangos találós kérdésekkel próbálta lekötni az örökké unatkozó keménymagot. Ekkorra a figyelem fenntartása és irányítása olyannak tűnt, mint végtagok nélkül harcolni a

lövészárkokban. A hasonlat kicsit valósággá vált, hiszen, ha szembe került az akarata a rosszcsontokéval, akkor megindult az állóháború, a kakaskodás. Tanár legyen a talpán, aki az egészsnapos igénybevétel után még a saját oldalára, vagy legalább valami közös nevezőre tudja állítani a neveletlenek és a neveltek égbekiáltóan eltérő érdekeit. Mivel régóta a pályán dolgozott, ezért egykönnyen nem lehetett kihozni a sodrából. Ahogyan a tanáriban viccesen mondták: a rutin meg az érdek. A tapasztalt nevelő, mint a felettesének feltétel nélkül engedelmeskedő beosztott, uralkodott magán. Ennyi évesen kialakult benne egyfajta nyugalom.

–Tudjátok gyerekek, legnagyobb uralom, az önuralom. Az az igazi hatalom! – ismételte nyakra-főre, egy-egy vitás, indulatokkal dúszított eset után.

A gyerekek az eszükkel valóban felfogták, és ott fenn, a kobakokban természetesen egyetértettek vele. Azonban a gyakorlatban, az átélésekben, a sértődéseket eredményező ellentétes álláspontok képviselőiténél legtöbbször elpattant az a bizonyos húr.

Lassan, de biztosan megérkezett az aznapi utolsó kicsengő. A diákok a váltócipőiket utcaira cserélték. A kabátok, sálak és sapkák is felkerültek. Gyors sorakozó, aztán táskástól indult a sor a földszintre. Végül a kijáratnál elköszöntek.

Józsi bá' visszakullogott a terembe. Körbenézett, mint egy tábornok a csatatéren az ütközet után. Összesen két szem gyereke maradt fél ötig.

–Gyertek, Tomi és Sári! Rakodjunk össze!

Először még csak-csak segítettek, pakoltak, de Tomi hamar megunt a munkát.

– Hadd menjek ki a folyósóra Sárival, Józsi bá', kérem! – kérlelte a nevelőjét a fiú.

– Nem.



– Akkor engedje meg, hogy kimenjek a WC-re – próbálkozott tovább Tomi.

– Na, nem bánom. De igyekezz! Semmi rosszkodás!

A férfi a kislánnyal folytatta a pakolást. Legalább tíz perc telt el, a fiúcska sehol. Türelmét veszve szaladt ki a folyosóra a nevelő. Láta, amint a kislegény vidáman csúszkált a folyosó éktelen piszkos padlóján.

– Na, azonnal be a terembe! – hangzott a dörgedelem.

Az önfeledten játszó gyerkőc, mintha süket lenne, tovább folytatta a csínytevést. Nekifutásból térdre, majd hasra érkezve siklott nyílegyenesen a padlón ki tudja hányadszor.

– Azt mondtam, gyere be! – jött az utasítás. Józsi bá' most kezdte igazán érezni azt a tehetetlenséget, ami a fáradtsággal együtt egyre inkább elhatalmasodott rajta.

Tomi kelleetlenül hagyta abba a jó mókának tűnő önszórakoztatását. Visszatértek az osztályterembe. Sári sehol. A tanár ingerülten rohant a lány WC-be, hátha ott lesz. A lány ott sem volt. Kereste a folyosón. Azután az öltözőszekrényeket kutatta át hamarjában. Sári nincs meg. Végig vizslatta a második emeleti tantermeket, hátha az egyikben rejtőzött el. Az utolsó tanteremnél és a türelme végénél tartott, amikor ott végre megtalálta.

– A teremburáját! Mit képzelsz!? Mars az osztályodba! – üvöltött Józsi bá'.

Sári bociszemekkel meredt a felnőttre. Még neki állt feljebb. A nevelőnél most szakadt el az a húr.

– Nem szégyelled magad? Még TE csodálkozol? Irány öltözni! Megyünk le a földszintre.

Mire visszatértek az osztályba, kicsit lehiggadt, de csak kicsit.

– Tomi, indulj öltözni. Megyünk a portához!

Kimerülten huppant bele a székbe. Összeszedte minden erejét. Hatalmas levegővételek következtek. Egyetlen perc elég volt ahhoz, hogy újra a régi tanár legyen.

– Józsi bá' kérem, nem találok az egyik bakancsomat, – jelent meg az ajtóban szomorúan Tomi.

– Na még csak ez hiányzott, – mormogta maga elé a férfi.  
– Nézzük azt a szekrényt, hátha előkerül a lábbeli.

Bár ő sem hitt benne. Inkább arra gondolt, hogy valamelyik osztálytársa rossz tréfát űzött a fiúval, és valami megtalálhatatlan helyre rejtette el. Az már fél ótig úgyse kerül elő. És valóban. Hiába keresték a szekrényben, az emeleten fellelhető összes szekrényben, a tanteremben, az összes tanteremben, sőt, az egész épületszárnyon, az a cipő ma úgy döntött, hogy nem kerül elő.

– Kiskomám, – így Józsi bá', – ma már nem lesz meg az a fránya bakancs. Ugy néz ki, a benti cipődbe mész haza.

A fiú duzzogva dobta vissza a cipőt. Vette a kabátját és a többi holmiját. Indultak ki a folyósóra. Sári hirtelen mozdulattal lehajította a tornazsákot az első emeleti lépcsőfordulóba. Tominak se kellett több. Ő is utána küldte a sajátját. Együtt nevetett a két lóköttő. Csak Józsi bá'-ban forrt a düh. Mély levegőt vett.

– Na, elég legyen ebből! Szedjétek föl gyorsan, amíg tűröm! Sári szót fogadott, a kisfiú ellenben tovább hajította a földszintig a zsákot.

– Mit mondtam!? Azonnal vedd fel, Tamás!

A fiú kelletlenül, de eleget tett a kérésnek. Így értek a földszintre. A tanár lemerülten. Kiült a tekintetére az egész napi vesződség. A gyerekek ellenben vidáman, elevenen, mint az óvodások, akik most keltek fel a délutáni alvásból, tele energiával. Sári egyszer csak meggondolta magát, és ahelyett, hogy a kijárat felé ment volna a többiekkel, váratlanul irányt váltott, majd átszaladt az épület felső tagozatos tömbjébe. Rohant, ugrált, mint egy kiscsikó. Épp

odaért a másik rész lépcsőjéhez, amikor szembe találkozott a takarítónővel.

– Mit képzelsz, te? Most végeztem a felmosással! A lábad ne merd tovább tenni, mert megjáród!

Mindezt ordítva, gépiesen és félelmetesen. Üvöltött a kislánnyal, ahogy a torkából kifért, akár a foci szurkolók a lelátón a gólnál.

– Azonnal takarodj el innen! –folytatta teljesen kikelve önmagából az asszony. Kiabált, visított, rikácsolt, ahogy a torkán kifért.

Ekkor ért oda hozzájuk Józsi bá'.

– Jól van, nyugodjon meg Teri. – szólt a takarítónőnek higgadtan.

Ám a nő hajtogatta a magáét, nem tudott leállni a szidással. Képtelenné vált kizökkeni ebből a túlhevült állapotából.

– Csigavér, Terike. Ellentmondást nem tűrően hosszan a szemébe nézett az önkívületbe esett nőnek. Ő azonban tovább pörölt a kislánnyal.

Józsi bá' szelíden, ki tudja honnan fakadó nyugodt erővel ismételte meg mondandóját, hátha másodjára meghallja.

– Csi-ga-vér, Terike.

A nő tudatáig lassan elért, hogy mi is történik. Ránézett a férfira, és hirtelen kiesett a jól megszokott szerepéből. Elnémult. Mint akit megigéztek, állt kővé válva.

Józsi bá' hallgatott. Néhány pillanatig csak a csend hallatszott. Se ordítás, se lárma, se felelő gyerek. Semmi nesz. A halk, finoman lágy és kellemes hangokra figyelt, amik a fülében egyre tisztábban szóltak. És attól kezdve mindenhová elkísérték.



## KISGYÖRGY ÁGNES

Baróton, Erdélyben láttam meg a napvilágot hatvan évvel ezelőtt. Kézdivásárhelyen élek és dolgozok, a gyerekkori álmom szakmájában. Betegeket ápolok. Két gyermekem van. Hobbim a betegápolás, írás, olvasás, zenehallgatás.

## AZ ÉN LELKI BÉKÉM

Írta: Kisgyörgy Ágnes

Változnak az évszakok. Változik az élet. A telet felváltja a tavasz, a tavaszt, a nyár, a nyárt az ősz. A nyugtalanságot a lelki béke.

Mikor az életem legszebb korában voltam, azt hittem mindenem meg van, csak élni kellett volna boldogan, olyan csapás ért máról-holnapra, hogy azt sem tudtam melyik világon vagyok. Azt, hogy hogy mivel éedemeltem ki, még annyira sem.

Egy rutin műtét után, csak úgy gomolyogtak az akadályok, mintha soha nem akartak volna véget érni.

Szívstoppom volt, tüdő embóliám. Helyileg is komplikálódott az állapotom, ami további műtétek sorozatát követelte.

Elhúzódott nagyon a felépülés, de a tökéletes gyógyulás, a teljes élet lehetősége mindmáig elmaradt. Nagyon nyugtalan voltam. Elveszett lelki békém. Próbáltam táplálkozni abból, hogy kaptam egy második esélyt az élettől, hogy újraélesztettek, nevelhetem tovább két gyerekem, akik nagyon aggódtak a egészségemért.

Minden nap félve feküdtek le, nehogy egy újabb kudarcra, vagy hiányomra ébredjenek. A nyolcéves fiam azt kérdezte: valami nagy baj van e anyuci, hogy téged senki nem tud meg gyógyítani, annyi orvost ismerünk?

Elveszítettem az addig, munkával kiharcolt szakmai pozíciómat. Próbáltam tenni ellene, de amint a közmondás monda, ki szelet vet, vihart arat!

Vissza mentem dolgozni, másfél év után, más helyre helyeztek. Ott is éreztették a vihart velem, nem elég akadály volt, amit a sors elém szórt. Már az öngyilkosság határán voltam. A gyerekeim tartották bennem a lelket. Az irántuk való felelősség rántott vissza mindig a gödörből.

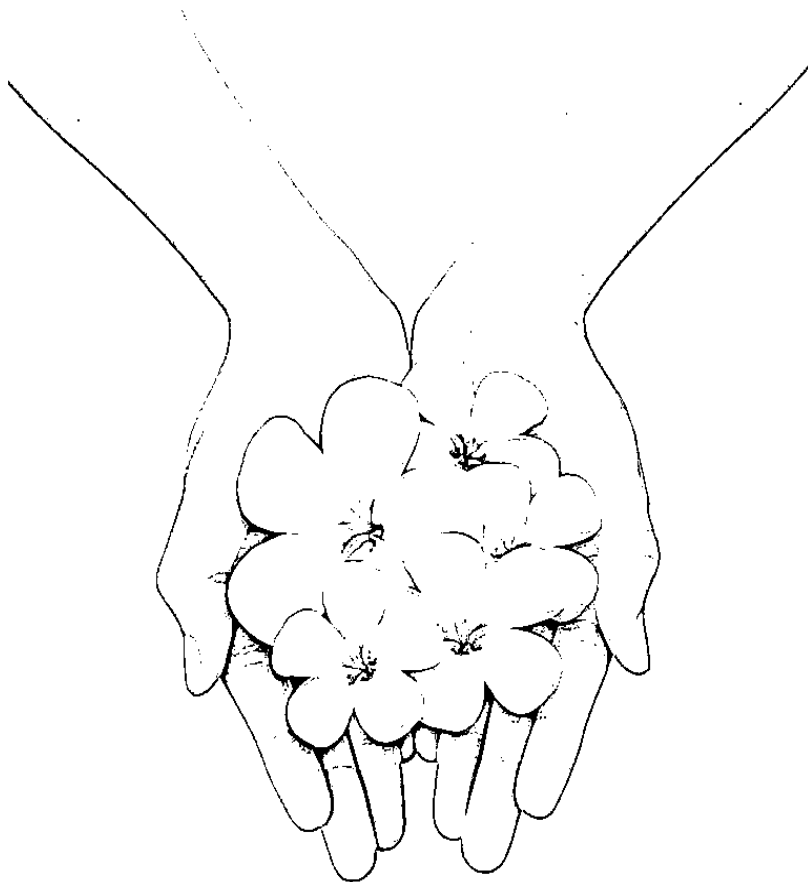
Egy nap felkeltem, és kijelentettem:-nem mehet ez így tovább! Fel kell állni, élni kell az új élet adta lehetőségekkel! Nem ragadhatok bele ebbe a slamasztikába, ki kell másszak a szakadékból!

Attól a perctől kezdtem minden apró kis dolognak örüdni, a rútban meglátni a szépet:-ha reggel csepegett az eső és fújt a szél örvendtem hogy, kinyíthattam a szemem, megölelhettem gyerekeimet. Csodákat kerestem a fénylő napban, vagy a viharban. Éneklő madarak csicsergését hallgattam a zöldelő fákön. Megcsodáltam a nyilló virágot. Virág illatával betelve andalogtam naponta munkába, így eszembe sem jutott, hogy mi vár rám, milyen kudarcnak, megaláztatásnak leszek az áldozata. Irigyelték még a derüs hangulatom is. Zenét hallgattam,az még jobban irította a társaságot.

Próbáltam olyan tevékenységekbe kezdeni, ami sikerélményt biztosít és sok ember hasznára, egészségére szolgál. Arra gondoltam, hogy okkal kaptam ezt a büntetést, a sorstól hogy, álljak le, pihenjek meg. Én mások egészsége védelmével akartam viszonzni a sorsnak, a pofonokat, amit kaptam.

Egészségfelmérő-betegségmegelőző akcióba kezdtem. Pünkösdi következett. Megszerveztem a cukorbetegek pünkösdi ünnepét. Nagy sikernek örvendtem a rendezvény. Az irigyek először szöveteztek ellenem, de mindig sikerült túl jánom az eszükön és megtalálni a kikapukat a kivitelezéshez. Amint elkezdtem tenni valami jót, rögtön sok jó akarátú ember segített, sőt, végül a rosszakaróim is a sikereim csodájára jártak, és megfordították a gyeplőt. Így nagyon sok sikeres akció szerveztünk közösen:prosztatarák szűrését, koleszterin, triglicerid, cukor,vérnyomás mérést. Egészséges táplálkozásba kezdünk, saláta kurával, közös étkezésekkel. Bármilyen csapást mértek rám, próbáltam állni a sarat, s ha könnyes szemmel is, de kimondtam magamban: ezt is megcsináltam!

Pályázatok vadászásába kezdtem. Rátaláltam újra írói vénámra. Ki írtam magamból a keserűséget, és minden siker előbbre vitt, a lelki béke megtalálására.



*G. Episcopus*



## SKY S. T.

Egy modern női kalandor, aki dacolva a társadalmi elvárásokkal, a maga útját járja. Könyveiben rendszeresen felhasználja az életében történt eseményeket, karakterei legalább olyan erős nők, mint ő maga. A *Nézd másképp a világot* című írása egy önvallomás, az általa bejárt spirituális útról.

**Nézd másképp a világot** - avagy találd meg a lelkibékédet



# ÖNVALLOMÁS

Írta: Sky S. T.

Az elmúlt 60 évben rengeteg mindenben mentem át. Nem várt és nem kívánt gyerekként jöttem a világra. Egy olyan kis faluban nőttem fel, ahol csak ítélezéssel, másokon való csámcsogással találkoztam nap mint nap, meg a kötelező rosszindulattal. Az olvasás, a tanulás nem volt divat, a lányoktól csak annyit vártak el, hogy minél előbb menjenek férjhez, szüljenek gyereket és vezessék a háztartást. Nekem hamar, már tizennégy évesen elkezdődött a kálváriám a költözésekkel, ahogy jöttek az iskolák egymás után, úgy költöztem egyre távolabb. A fizikai távolsággal együtt nőtt a lelki távolság is a családomtól, a barátoktól. Nem találtam a helyem sehol. A magam útját jártam, és ezen az úton igen hamar magamra is maradtam. Kikiáltottak karrieristának, hálátlannak, voltam törtető és agresszor, lettem nem kívánatos és kitalált. Mindig, mindenki ítélezett felettem, mert az könnyebb volt, mint rám figyelni, megkérdezni, megérteni. Úgy látszik, ez még mind nem volt elég. Beköszöntött a hét fekete esztendő: rákos beteg beteg lettem, eltemettem a szüleimet két hét alatt, barátokat, rokonokat kilencet egyetlen év alatt, rákosbeteg lett az egyetlen állandó támogatóm, az öcsikém, tönkrementem anyagilag, majd felálltam és új életet kezdtem, szerettem, elhagytak, mire engem is szerettek, addigra már képtelen voltam viszont szeretni. Elvesztettem a hitem az emberekben.

Megoldásként a világ másik végére költöztem, csak azért, hogy végre mindenki hagyjon békén! Hogy önmagam lehessenek. Jól, vagy rosszul, de a magam választotta életet élhessem.

Éveken át tápláltam haragot emberek iránt, akik másképp gondolkoztak, döntöttek, mint ahogy azt én vártam. Éveken

át terveztem a „nagy revans” -ot és közben tipródtam, miért nem sikerülnek a dolgom, mit csinálok rosszul. Ma már másképp látok nagyon sok mindent, mint akár csak néhány évvel ezelőtt is. Igen hosszú és nagyon keserves út vezetett odáig, hogy megértsem: minden okkal történik az életünkben.

Nem csak megértettem, de ELFOGADTAM, MAGAMÉVÁ TETTEM igen sok dolgot: figyeljek jobban magamra, próbáljam megérteni, mi történik velem és miért, ne avatkozzak bele mások életébe, ne akarjam a saját döntéseimet másokra erőszakolni, ne engedjem, hogy döntésre kényszerítsenek, ha még nem vagyok arra kész, ne engedjem, hogy mások hozzanak döntést helyettem, minden történésnek meg van a maga ideje és helye, ne féljek a változástól, ne féljek az állandó tanulástól, a megmérettetéstől, és igen, a legrosszabb dolgokban is ott van valami jó, függetlenül attól, hogy akkor és ott ezt nem látjuk, nem hisszük.

Még mindig gyakorlom, hogy minden döntésem előtt a saját érdekeimet nézzem, a saját biztonsággal, komfortommal foglalkozzak elsőként, és mindenki más csak utánam jöjjön.

A család engem arra tanított, hogy mindenkit magam elé kell helyezni, mert önző ember az, aki a saját érdekeit mások elé teszi és az önzés elítélendő. Igen ám, de ha nem nézem a saját érdekeimet – soha nem én leszek az, akit előléptetnek a munkahelyén, csak én nem leszek boldog a párokapsolatban, a családomban, csak nekem nem fog senki segítő kezet nyújtani, amikor arra nekem lesz szükségem, engem nem fog ápolni senki, ha beteg leszek...

Ugyanakkor, ha én boldog vagyok, képes vagyok boldoggá tenni másokat is.

Ha én egészséges vagyok testileg és lelkileg, kizárólag akkor vagyok képes ellátni az én feladataimat, megfelelni a saját elvárásaimnak és segíteni másoknak. Egy megkeseredett, lelkileg és fizikailag is beteg ember többnyire csak megnyomorítja a környezetét.

Tehát kinek kell az első helyen állni? Saját magamnak.

Gyakorlom, hogy időben engedjek el olyan ügyeket, embereket, barátokat, kapcsolatokat, tárgyakat, akiknek és amiknek nincs helye az életemben. Ahogy elengedek embereket, ugyanúgy elengedek tárgyakat, ruhákat, akár bútorokat is. Én azt vallom, hogy az én lelkem pont olyan, mint egy lakás: látszólag korlátlan, de valójában nagyon is korlátozott benne a férőhely. Ahhoz, hogy behozhassak egy új kanapét – a régit ki kell tenni. Ha mindig mindent csak pakolászok jobbra-balra, előbb vagy utóbb lehetetlenség lesz megmozdulni, bármit megtalálni. Ha minden embert magam körül akarok tartani, mert hátha jó lesz még ez a kapcsolat valamikor valamire – akkor nagy valószínűséggel a számomra legértékesebb kapcsolatok fognak elveszni a rengetegben.

Gyakorlom, hogy egyensúlyt tartsak az életemben, jusson elég idő munkára, alvásra, hobbyra, barátokra, szerelemre. Ha már Szerelem, vagy Barátság – csakis feltételek nélkül.

Ha feltételt szabsz, MÉG nem az embert szereted, csak egy általad elképzelt ideált.

Ahogy a gyerekedet is feltétel nélkül szereted, a párodat és magadat is ugyanígy kell szeretned.

Tehát elsőként magamat kell elfogadni, feltételek nélkül szeretni.

Hogyan is várhatnám el bárkitől, hogy szeressen engem – ha én nem szeretem saját magamat?

És hogyan tudnék bárkit feltételek nélkül szeretni, ha ezt nem vagyok képes megtenni saját magammal szemben?

Gyakorlom, hogy minden nap meglássam azt a jót, azt a szépet, ami éppen aznap boldoggá tesz. A reggeli napsütés, a hosszú forróság utáni eső, az első hópihék, egy kedves sms egy jó baráttól, egy szépen megtalált cipő, egy éppen kinyílt virág, rengeteg apró, de nagyon fontos mozzanata az életünknek. Itt vannak körülöttünk, csak észre kell venni, és máris boldoggá teszik a mindennapjainkat, és igen, kompenzálják a negatív történéseket.

Gyakorlom a megbocsátást, azt, hogy ami megtörtént, azon változtatni nem tudok. El kell fogadni, és túl kell lépni rajta. A megbocsátás – az nagyon nehéz. De a legnehezebb számomra: megbocsátani magamnak. Itt is igaz, hogy aki nem tud megbocsátani magának, az nem tud megbocsátani másoknak sem. És hogyan szeretheti az saját magát – aki nem képes megbocsátani az önnön hibáit?

Mindig a szemem előtt lebeg nagyanyám intése: a harag igen rossz tanácsadó. És két rossz – soha nem lesz egyenlő egy jóval. A revans, a visszavágás csak még több konfliktust szül, még több negatív történést hoz be az életünkbe. És ha bekerülünk egy negatív spirálba, az nem pusztán lehúzó, de a mélybe ránt (depresszió, pánik betegség...). Minél mélyebbre süllyedünk, annál nehezebb lesz felmászni a felszínre.

Gyakorlom tiszteletben tartani mások döntését – főleg, ha az merőben eltér az enyémtől. Igen, mindenki a saját döntését hozza meg, azt, amit ott és akkor a legjobbnak tart. Az az ő döntése. Akkor is, ha nekem fáj.

Pusztán azért, mert én nem örülök más döntésének, NINCS jogom azt megkérdőjelezni, nincs jogom ítélni mások felett. Minden okkal történik. Gyakorlom, hogy lássam és értsem, mi történik körülöttem. Minden tanít valamire: legyek türelmesebb, vagy éppen bátrabb, szeressem jobban magamat, védjem jobban a saját érdekeimet stb. Van, amit csak évekkkel később értettem meg, mást szinte azonnal. Gyakorlom, hogy ne legyek türelmetlen, legyek nyitott a világra, emberekre, mások érzelmeire, hitére. De csak addig, amíg az nem sért engem.

Az általam leírt gondolatok és az általam felfedezni vélt igazságok – az enyéme. Az én neveltetésemből, az én kultúrámból erednek. Az én morális értékeim szerint mérettetnek meg. Mindenki a saját életét éli, a saját igazát kell, hogy felfedezze. Én csak megmutatom, hogy így is lehet. Jöjjenek a kedvenc történeteim.

Pénzt adtam kölcsön, amit nem kaptam vissza. Szokásos mismásolás, hogy majd holnap, majd a jövő héten. Akkor, amikor ez történt, először üvöltöttem egy sort, hogy te milyen szemét alak vagy stb. – majd két héttel később bocsánatot kértem. Ugyanis ÉN voltam az, aki kölcsön adta a pénzt, az én hibám, hogy nem jól mértem fel, kinek adom, mi a garancia arra, hogy vissza is kapom. Tanultam belőle, és ennek az embernek mindig volt egy határozott NEM a tarsalomban ezek után.

Mi jót kívánjak neked? Ha lehet kérem, SEMMIT. Oké, legfeljebb szép napot. Mi van ez mögött? Egyszerű történet. Azt kívántam egy kedves ismerősömnek, hogy legyen végre legalább egy négyes találata a lottón. Ugye milyen szép kívánság? Aztán megtörtént a csoda.

Az ismerősöm három napon át ivott a cimborákkal (akkoriban még pár nappal később jelent csak meg, melyik találat mennyit ér), majd jött a hideg zuhany, hogy azon a héten 134 db négy találatos lottószelvény volt, és még annyit sem fizetett, mint amennyit elivott a cimborákkal.

Aztán bánatában tovább ivott, addig, amíg tönkre nem ment a házassága is.

Egy kedves barátomnak azt kívántam, hogy kapja meg azt az állást amire beadta a pályázatát.

Mindenki rágta fülét, hogy ott az a menedzseri pozíció. Saját iroda, jobb fizetés, autó. Aztán megkapta az állást, mindenki boldog volt körülötte. Hogy mi történt? Onnantól állandó stresszben élt. Nem volt képes lazítani, kikapcsolódni, szeretkezni a feleségével, türelmetlenné vált a gyerekeivel. Rettegett, hogy hibát követ el, és félt, hogy elveszíti az állást és vele együtt mindent. Az állandó stressz kikészítette az idegeit, először csak karambolozott a szolgálati autóval, aztán egyre több hibát vétett a munkájában, és végül egy nap összeomlott. Pánik beteg lett, hosszú hónapokig ki sem mozdult a lakásából. Végül úgy döntött, visszakeri magát a régi pozíciójába. Kevesebb fizetés – de kevesebb stressz, mert tudta jól, azt a feladatot kiválóan el tudja látni. Elmúlt a pánik betegség, visszatért a jó kedve, humora.

El tudod képzelni, hogy van bármi jó abban, ha két hét alatt elveszíted mind a két szülődet, akikkel szerettedek egymást – a magatok módján? Nehéz, ugye? Ma már tudom, hogy ha ez a tragédia nem következik be, soha nem lett volna erőm azt a döntést meghozni, hogy hátrahagyva mindent, megvalósítom az egyik legvadabb álmom, és Afrikába költözöm. És ez kellett ahhoz is, hogy megtapasztaljam az igazi, feltételek nélküli szerelmet, meg ahhoz is, hogy megértsem: törődjek magammal!

Mi ezekből a tanulság? Nekem az, hogy amikor békében élek önmagammal, nincs szükségem arra, hogy mások életébe avatkozzak bele. Mert akkor ott vagyok ÉN, akivel törődnöm kell, akivel szeretnem kell, akinek meg kell bocsátanom, akinek a boldogsága a legfontosabb számomra.





## SMITNYA ALÍZ CSILLA

A BA, mind az MA diplomámat angol nyelv és irodalomból szereztem. A tanulmányaim során az irodalom és a nyelvészet mellett történelemmel, és különösen eszmetörténettel is sokat foglalkoztam. Jelenleg a doktorimat csinálom, és kutatási témám ötvözi a kettős (irodalmi és eszmetörténeti) érdeklődésemet, hiszen utópikus irodalommal foglalkozom. Az életem során dolgoztam angoltanárnőként, piaci eladóként, hostessként, fordítóként, idegenvezetőként, raktárosként, gyorséttermi dolgozóként és gyári munkásként is. A kevés szabadidőmben szeretek olvasni, novellákat és verseket írni, sportolni, és a párommal időt együtt tölteni.



## SZERETŐ KARJAI NYUGALMA

Írta: Smitnya Alíz Csilla

Zavar, hogy nem tudok tökéletes nő lenni. Elegem van abból, hogy az emberek eszköznek néznek, kihasználnának, tárgyiasítanának, megaláznának. Elegem van abból, hogy nem tehetek meg két lépést az utcán egyedül sötétedés után. Hogy egymással ellentétes elvárásoknak kell megfelelnem, és ha nem sikerül, kétségbe vonják a női mivoltomat. Hogy sok tekintetben hátrányba kerültem a férfiakhoz képest biológiailag. Hogy mindenkinek – de általában a férfiaknak – van egy bölcs gondolata arról, hogy ha nő akarok lenni, akkor milyen legyek.

Különösen zavar az, hogy a saját testemben sem érezhetem magamat otthon, mert ha meg is békélek a belső démonaimmal, akkor is lesz egy külső démon, aki kritizálni fog engem a kinézetem miatt.

Zavarnak a hegek, amiket a múlt hagyott rajtam, és zavarnak a táskák a szemeim alatt, amelyeket a jelen pakol éppen rám.

Zavar, hogy a karrierem döcögősen halad. Hogy éhbérért dolgozom, ahelyett hogy más munka után néznék, mert imádom amit csinálok, és kitartok, abban reménykedve, hogy egy nap majd meg fognak becsülni. Hogy állandóan lekicsinylik a szakmai tudásom, de építő jellegű kritikát nem fogalmazznak meg, csak szidnak. Hogy állandóan mások csúsznak meg a saját részükkel, meg mások csinálják meg rosszul a saját részüket, és hogy ezek negatív következményeit nekem kell a vállaimon cipelnem, mint terhet.

Félek az egészségem miatt, a munkám mellett nincs időm mozogni, és különben is volt egy tesitanár a gimiben aki egy életre elvette a sporttól a kedvem. Gyógyszerek nélkül nem tudok élni, de vajon hosszú távon milyen hatással lesznek rám?

Vajon belehalok valami gyógyítható dologba, mert az orvosok rendre nem vesznek komolyan? Vajon meg fogom élni a gyermekem ballagását? Vajon lehet-e egyáltalán valaha saját gyermekem?

Félek, mert a kiscicám már 12 éves. Végigkísérte az egész felnőtt életemet, ott volt velem örömben, bánatban, félelemben, haragban. Könnyes szemekkel gondolok arra, amikor a dorombolásával vigasztalt, hiszen félek attól, hogy hamarosan el kell tőle búcsúznom.

Félek attól is, hogy mi lesz velem, ha az anyukám meghal, akinek szintén ezernyi egészségügyi problémája van. Mihez fogok kezdeni, kihez fogok fordulni, ha segítségre lesz szükségem?

Félek, hogy lepereg az élet előttem úgy, hogy nem is éltem igazán, de az élni akarásom, az, hogy görcsösen kapaszkodtam ebbe az életbe, rossz döntésekhez vezetett, amik a mai napig kísértenek.

A sok bosszantó, mindennapi dolog között, a sok félelem között, a démonjaim, és a megbánásaim közepette, ott van egy gondolat, egy gondolat, amibe kapaszkodni tudok.

Te.

Te, aki kiragadott engem az életbe, és a magáéva, csakis a magáévá tett. Aki mosolyt csal az arcomra, és aki elfogad olyannak, amilyen vagyok, és azt mondja, hogy mindegy milyen vagyok, csak legyek, és legyek neki. Szeretem a szépséged, szeretem az intelligenciádat, szeretem, hogy egy művész vagy, akárcsak én, és ráadásul nálam többszörösen termékenyebb és tehetségesebb művész, akire felnézhetek, és akitől tanulhatok. Köszönöm, hogy megtiszteltél azzal, hogy elmeséltél mindent az életedről, és beavattál, hogy én is a részévé válhassak annak. Köszönöm, hogy szeretsz. Köszönöm, hogy megmentettél, és felemeltél.

Leginkább azt köszönöm, hogy amikor a karjaidban lehetek, akkor semmi nem gyötör az életben engem, és mindennek értelmét látom, hiszen elmenekülhetek a kettőnk által teremtett kis világba, és ott a háborgó lelkem nyugalomra lelhet.





## SMITNYA ENIKŐ

Írok. Verseket, novellákat és reményeim szerint az idén már egy regénnyel is gazdagabb leszek. Több díjat nyertem verseimmel, novelláimmal. Vannak olyan természetverseim, amiket irodalomórákon általános iskolásoknak felolvasok és együtt elemezzük ki a csodás évszakokat. Önálló irodalmi esteket tartok, de sokszor veszek részt verseimmel más költők estjein is. Van önálló kötetem és számtalan antológiában jelentek meg műveim.

# KARÁCSONYI SZÍV

Írta: Smitnya Enikő

Az öreg bodnár fáradtan, komótosan felállt a székről, lassan odacsoszogott a tűzhöz és fát dobott a kandallóba. Hideg, sötét este volt. A téli táj megdermedt, az ablakon át nem látszott semmi más, csak a ködös, felhős, szürke némaság. Az öreg közelebb ment az ablakhoz és szomorúan felsóhajtott:

- De szomorú így egyedül! – mormogta maga elé.

Feleségét évekkel ezelőtt eltemette, fiai már rég elhagyták a családi fészket és, - valljuk be őszintén, - gondolkodott magában, - azóta nem is jártak nálam.

Újabb karácsony közeledett. Nem szerette a karácsonyt, a telet sem. Ebben az időben rá már nem volt szükség. Tavasztól-késő ősziig nyüzsg a háza tája, ilyenkor mindenki hordót akar az új bornak, emberek jönnek-mennek, nevén kérik, köszöntik, kedvesen szólnak hozzá.

- Mihály bátyám, holnapra oszt' legyen kész!

- A Jó Isten áldja meg Mihály bátyám!

- Szép napot kívánok Mihály bátyám!

De most olyan csend van, csak kint süvít a szél, mintha egy hárfán valaki édes dallamot játszana. A sarokban árnyékot vetett egy ócska, kopott hintaszék. Valamikor még ő készítette. Felesége szeretett benne üldögni, ha jól emlékszik még fiait is ebben ringatta. Nyikorgott már szegény, megette az idő. Az öreg

odahúzta a tűz mellé, kicsit ráfújt, hogy a por elszálljon róla, majd megkapaszkodva a kandalló szélében, óvatosan beleült. Szemben az ablakon, a sűrű ködfátylon át, minden erejét összeszedve bekukucskált a hold és apró-fehér csillagok szálltak az üvegre.

- Esik a hó,- állapította meg egykedvűen.

Kandalló széléről elhúzta a teáskannát, töltött magának egy bögrével és lassan kortyolgatva, a szél dallamát hallgatva, az apró hópelyhek táncát nézve elbóbiskolt.

- Add ide fiam azt a szöget!

- Hozd ide fiam azt a lécet!

- Jaj, édesapám! Milyen szép bölcsőt tetszett faragni.

- Édesanyánk biztos nagyon fog örülni, ha meglátja. Mire megszületik a kistestvérünk kész lesz ugye?

- Kész bizony! - mondta büszkén az öreg, szívét elöntötte a melegség, testét átjárta a szeretet ahogy a fiaira és a csodaszép bölcsőre nézett.

Azon az éjszakán megszületett a harmadik fia, karácsony volt. Boldogan ringatta a bölcsőt, karácsonyi dalokat dúdolt, a konyhában édes-fahéj illat szálldogált, a nagy gyerekek az asztal körül fogócskáztak, kint nagy pelyhekben hullott a hó és a karácsonyfa díszei árnyékként kecses táncot jártak a falon.

Aztán hirtelen hideg lett. Felébredt Kezei elgémberedtek a fagyos bögre fülén, lábai elzsibbadtak az üléstől, a vastag takaró lecsúszott a szoba rideg padlójára.

Álmodtam. - mormogta és az arcán, az öreg, mély barázdákon lassan végig csordult egy fénylő könnycsepp.

A téli napsütés szokatlanul erős volt, fényessé varázsolta az utcát, s még egy kis meleget is adott, amely felolvasztotta a jeget az ablakokon és az utcakövön. Szomorúan állt szobácskájának ablakánál. Elhunyt felesége jutott az eszébe, meg a fiai és a bölcső. Úgy elmélyedt gondolataiban, hogy észre sem vette, hogy szép lassan leszállt az éj. Karácsony előestéje volt, családi ünnep. Nézte a szomszédos, gyertyák és lámpák fényétől világos ablakokat, amelyek mögött néhol feldíszített karácsonyfákat is megpillantott. Az utcáról játszadozó gyermekek ricsaja, felszabadult kacagása hallatszott be szobájába, ajtaja repedésein keresztül pedig a karácsonyi sült hús orrcsiklandozó illata lopta be magát a kicsiny hajlékba.

Felhúzta csizmáját, kucsmát tett a fejére, vastag bundás kabátját magára öltötte....

– A padláson kell lennie. – fontolgatta.

- Valahol a padláson! - majd elindult, hogy a számára oly régóta kedves, fontos és végtelenül szomorú emlékét megkeresse. Az ócska padlás semmit nem változott. Hosszú évek óta nem járt oda senki. A lépcsője minden lépésnél fájdalmasan felnyögött, mintha szomorúan sóhajtozna a súly alatt.

Mintha tudná, hogy oda fel csak akkor mennek, ha valami nagy baj történik. Így volt az akkor is, azon a szörnyűséges estén is.

Az öreg bodnár leült a lépcső utolsó fokára, elfáradt. Nem neki való már ez, de felkell mennie győzködte magát, pont úgy, mint

azon a szomorú estén is... Azt az estét soha nem fogja elfelejteni, az a téli este beivódott a ház falaiba, a padlás gerendáiba, a padló réseibe, a madarak énekébe és a fák lombjaiba. Gondolatban újra felidézte... „Fahéjas-édes illat szállt, a gyerekek az asztal körül fogócskáztak, ő énekelt a kisfiának és ringatta a bölcsőt...és énekelt és ringatta...és énekelt és ringatta...” és a kisfia elaludt. Örökre elaludt.

Azon estén ebben a házban, könnyörtelenül megfagytak a karácsonyi szívek. Beesteledett. Az öreg bodnár a kandallóhoz, oda az öreg- nyikorgó hintaszék mellé óvatosan letette a bölcsőt. Hmm. - gondolta magában. Éppen olyan szép, mint akkor amikor készítettem, mintha ezen a bölcsőn semmit nem fogott volna az idő. Gondosan letörölgette az inge ujjával, beleült a hintaszékbe, szemben az ablakban újra felcsillantak az apró ezüst hópelyhek, karácsonyeste volt. Az utcán pislákolnak a színes fények, csak ő volt egyedül. Egyszerre csak egy hang hallatszott.

- Édesapám! Itt vagyok!

Az öreg bodnár felállt, az ablakhoz sietett.

– Istenem! Eljöttek a fiaim? - méltatlankodott...

Odakint sűrű köd volt, alig lehetett látni az utcát. Megdörzsölte szemeit, de semmit nem látott.

- Ó biztos a meleg elbágyasztott- gondolta szomorúan és odacsoszogott a kandallóhoz.

Öntött magának egy teát és visszaült a hintaszékébe.



Odakint egyre sűrűbb köd ülte meg a tájat. Homályba vesző árnyak haladtak el az ablak előtt. De az öreg bodnár nem látta őket. Halkan hortyogva aludt el székében.

- Édesapám! Itt vagyok!

Istenem! – kiáltott fel álmában az öreg.

- De hiszen ez nem a nagy fiaim hangja....

- Édesapám.... hallotta újra, majd álmában kezét a bölcsőre tette, lágyan ringatni kezdte, halk karácsonyi énekeket dúdolt, a szobában édes-fahéjas illat szállt és az öreg bodnár elaludt. Elaludt örökre.

Ezen a karácsonyi estén, a hosszú ideje megfagyott szív megtelt melegséggel, szeretettel és békében megpihenve ragyogja be az égboltot az idők végezetéig.





## **SZABÓ ANASZTÁZIA**

2023-ban szereztem közgazdász diplomát, jelenleg lakóhelyemen, Szamossályiban dolgozom postavezetőként, illetve terminálkezelőként. A hobbimnak az írást tartom, több kiadó által hirdetett pályázaton sikerült bekerülni antológiába. Az írásban tudok kiteljesedni, számomra a beteljesülés érzését kelti, ha alkotni tudok.

### **SZÁMORA A LELKI BÉKE**

Írta: Szabó Anasztázia

Számomra a lelki béke egy kézzel megfoghatatlan jelenség, ám talán az egyik legnagyobb pozitívum az életem során, hisz rendben vagyok

önmagammal, no nem állíthatom azt, hogy az élet viharában sosem kezdek önmarcangolásba, ám van az az állapot, mikor csak hagyom beteljesedni a pillanatot.

Ha rendben vagyok önmagammal és a belső lelki világgal, a tükörből más mosolyog vissza rám, mint a kilátástalan napjaimon. Egy olyasfajta valaki, akit bár a sors keze oly sokszor arcon csapott, s tiport a legmélyebb gödörbe, ahonnan csak erősen összeszorított fogakkal tudtam kimászni, de mégis ember maradtam.

Ember, ki nem azért mosolyog a világra, hogy hátba támadja, aki vele kedves. Ember, kinek nem az a legnagyobb öröme, hogy más szenved. Ember, ki becsületesen ki meri nyilvánítani véleményét a világ felé, legyen az sértő, ám annál őszintébb.

Egy küldetésem van földi halandóságom során; boldognak lenni, a boldogsághoz azonban elengedhetetlen az, hogy lelkemben, szívemben, egész lényemben béke, nyugalom uralkodjon. Ám vannak emberek, akik nem így élnek, kik talán sosem lesznek önmagukkal rendben, hisz nemcsak a világnak hazudnak saját jellemüket illetően, de maguknak is. Ők azok, kik saját önzőségüket előtérbe helyezve cselekednek az élet minden területén, kik hataloméhségüket csillapítva próbálnak meg átgázolni olyan embereken, kik a sikert nem az ölükbe pottyantva kapták meg, hanem azért keményen, talán vért izzadva dolgoztak meg, hogy azon a bizonyos ranglétrán egy kissé feljebb jussanak. Olyan emberek, kik nap, mint nap álarc mögé bújnak, s talán nem önmagukkal azonos módon cselekednek, hisz aurájukat olyannyira átjárták a hamis gondolatok, hogy már nem képesek józan döntéseket hozni. Olyan emberek, kik egy szempillantás alatt elárulnak, megaláznak, áttaposnak rajtad, bár azzal nem lesznek nagyobbak, sőt a lelkükben lévő szeretet, tisztelet egyre-egyre csak fogyatkozik.

Azt kívánom mindenkinek, hogy váljunk érző emberekké, hisz az lényünkben fakadó, ne hátráljunk meg az élet nehéz mérföldköveinél, s ami a legfontosabb, a lelkünkbe engedjük be a békét, a gonosz gondolatoktól pedig szabaduljunk meg, hisz az megbetegít minket.

Találd meg saját örömed forrását, ezáltal rendben leszel önmagaddal és a világgal!



KALMÁR TIBORNÉ

67 éves nagymama vagyok. Négy gyermekem és két unokám van. Pár éve kezdtem írogatni. Eddig egy regényem jelent meg e-könyv formátumban, valamint verseim, meséim, novelláim különböző antológiákban. Nagyon szeretek értékes időt tölteni az unokáimmal és a családommal. A kirándulás, utazás, kertészkedés, és a sütés-főzés is kedvenc foglalatosságaim közé tartozik.

# ISTEN HÁZA

Írta: Kalmár Tiborné

Margó az ablaknál ült a konyhaszéken. Kifelé bámult, de nem azt látta, amit a szeme láthatott volna. Befelé figyelt. A kinti tájat, a fák bokrok zöldjét, a játszótér hintáját egy arc fedte el, amit lelki szemeivel látott.

Egy arc, mely évtizedek óta a lelkébe vésődött kitörölhetetlenül. De ez nem az az arc volt. Nem az a pirozsposzsgás, vidám mosolyú arc. Nem az a szeretettel teli tekintet.

Ijesztő arc. Halottfehérre sápadt, csukott szemű arc. A szemhéjak lassan, erőtlenül felemelkedtek, és láttatni engedték a tekintetet, mely időnként fásult volt, közömbös, aztán fájdalommal teli. Néha felvillant benne a remény halvány szikrája, hogy aztán átadja a helyét a fájdalomnak.

A temetés másnapján az asszony mindenhol ezt az arcot látta. Ami elhomályosította az otthon bútorait és mindent, amit látnia kellett volna, ha egyáltalán képes lett volna a külvilágot szemügyre venni.

Idős kora bölcs nyugalma, a lelki béke most magára hagyta. Zűrzavar és fájdalom telepedett a helyére. Erre nem volt felkészülve, hiszen, mint általában minden ember több évtizedes házasság után úgy érzi örökké tart.

Az asszony arcán a hiányérzet, a döbbenet, és az értetlenség tükröződött. Úgy érezte, a férje halála, a szükséges intézkedések és a temetés, ezek az események mintha nem vele történtek volna meg. Lelketlen robotként élte át ezeket a napokat, kívülről figyelve önmagát és az őt körülvevő világot. Nem ismert saját magára sem.

Hetekig tartott ez az állapot. Öregesen vonszolta magát a lakás bútorai között.

Lélek nélkül tette a dolgát, mert a bánat elviselhetetlen súllyal telepedett rá. Kedvenc szórakozásának sem hódolt. Nem indult délutánonként kellemes izgalommal sétára, hiába hívogatták kedvesen öreg barátnői, akikkel az utcákat róva kellemes beszélgetéssel mulatták az időt nem is olyan régen. Az ablakokat is ritkán tárta ki, mintha attól félt volna, hogy a külvilág, - melyet, úgy érezte most nem volt képes elviselni - erőszakosan befurakodik a magányos falak közé.

Csak azokat a dolgokat tette meg, amik feltétlenül szükségesnek mutatkoztak ahhoz, hogy a létfeltételeket megteremtse. Ahhoz a képhez, melyet folyamatosan maga előtt látott nem illett semmi. Túl fontos és szükséges volt, hogy bármi mással foglalkozzon.

Ahol valamennyire jól érezte magát, az a konyhaablak alatti asztal mellett álló kedvenc széke volt. Mert valamiféle változás vette kezdetét ott mélyen belül, megkínzott lelkében.

Már nem csak férje szenvedő, halottsápadt arca takarta be a külvilágot, amint kipillantott az ablakon.

Már mást is látott.

Régmúlt idők gyönyörű emlékeit.

A családi nyaralásokat, kirándulásokat. Maga előtt látta a hegyeket, a bájos kis parasztházakat. Látta a tengert, hallotta a hullámverés zaját. Látta a férjét fiatalon, amint csibész mosollyal hajítja a vízbe az örömben sikoltozó gyerekeket.

Margónak mosolyra húzódott a szája. Most először azóta a borzasztó nap óta.

Egyre többet mosolygott, néha felnevetett. Eszébe jutottak a hosszú évekkel ezelőtti boldog családi események. Az évtizedekkel ezelőtti esküvő, a gyerekek születése.

A konyhaablak, mint egy vetítővászon, már nem az elmúlást hordozta magán, amikor kitekintett rajta, mégis befelé figyelt. A boldogságot és a vidámságot is egyre több esetben vetítette Margó elé.

Egy nap felugrott hirtelen és a hálósobába sietett. A családi fotóalbumokat cipelte magával és gyengéden a konyhaasztalra tette. Mindet végig lapozta. Pedig az évtizedek alatt készített fotók egy egész kartondobozt megtöltöttek.

Volt ideje bőven. Napokig a fotókat nézegette, minden szabad percében. Alig várta, hogy a feltétlenül szükséges feladatoknak a végére érjen.

Megint átélte a perceket, az órákat, a hónapokat és az éveket, melyek sok minden hordoztak magukban, leginkább egy boldog család életét.

Legtöbbször mosolygott, nevetett, majd a könnyek áztatták az arcát. Ám, ezek nem a szenvedés, és az elkeseredettség könnyei voltak. Tisztára mosták a lelkét.

Újra eljárt a templomba, amit férje halála előtt sohasem mulasztott el. A pap nagyon szépen beszélt, mint ahogy mindig is szokott. Misét mondott az eltávozott lelkek nyugalmáért. És kérte a híveket nyugodjanak bele Isten akaratába, mert útjai kifürkészhetetlenek, ám minden esetben az életről és a szeretetről szólnak.

Isten házában hűvös félhomályában az asszony visszakapta azt, amit azon a borzasztó napon elveszített. Megbékélt önmagával, a külvilággal és az élettel.

Az elvesztett lelki béke újra megtalálta őt.





## MENYHEI MÓNIKA

„Moncsi” neven tevékenykedem az irodalom több ágán. Tizenhárom éves korom óta írok verseket. Huszas éveim elején lett a mindennapjaim része az irodalom. Eleinte olvasóként, később bloggerként teljesedtem ki, amit a mai napig is csinálok, és bele teszem ebbe szívem és lelkem is. Az írás számomra egy kikapcsolódás, amely kiszakít a mindennapokból.



## A KUTYA SZEME

Írta: Menyhei Mónika

Sok történetet lehet olvasni a lelki békéről, ami minden embernek mást jelent. De mi van akkor, ha úgy érezzük, hogy nincs már remény és a béke, amire mi vágyunk nem jön el. Vagy mégis?

Toby már kisgyermekként sem találta helyét a nagyvilágban, éppen úgy ahogy most sem. Újra a mélyben érezte magát, mert nem olyan régen elvesztette szeretett örökbefogadó szüleit. Alig múlt el huszonöt éves és már megint egyedül van a nagyvilágban. Hogyan lehet vele ilyen kegyetlen a sors, hogy újra magára hagyja, mint azon az estén, amikor édesanyja két levél kíséretében lerakta őt a Szent Patrik katedra lépcsőjére. Egyik levelet a megtalálónak címezték a másikat, pedig neki.

Még nem volt bátorsága azt a levelet kinyitni, de a megtalálónak írt levelet állandóan elolvasta. Hiszen ezt is odaadták neki, amikor elkerült az árvaházból. Szinte már kívülről tudta a szöveget.

Most, hogy újra egyedül maradt, hálás szívvel gondolt Anna nővérré, aki azon az októberi éjszakán megtalálta őt. Szerette a nővért hisz mindig is ő vezette a kis árvákat az úton, még valaki örökbe nem fogadta őket. Az ő szemében Anna nővér volt a nagy betűs NŐ és ANYA.

Amikor Anna nővér a halálos ágyánál elmesélte neki, hogy nem véletlen volt, hogy ő éppen arra járt azon az estén Toby csak nézett. Az árvaház telefonját felhívta valaki és mély férfihang közölte vele, hogy menjen a katedrális elé, mert a lépcsőn találni fog egy gyermeket. Anna nővér az ilyen telefonokat sosem vette félvállról, noha néha voltak téves információk is benne. De mire megkérdezhetette volna ki ő, vagy honnan tudja hol van a kisgyerek már letette a kagylót.

Mivel nem volt akkor még neve a kicsinek, ami furcsa volt neki, hiszen általában ha levél volt a kisgyermek mellett, abba beleírták a nevét. De őt még csak el sem nevezték, ezért Anna nővér úgy döntött, hogy a bátyáról Teobaldról nevezi el a babát. Így lett ő Toby.

A férfit emlékezetéből egy vékonyka kiscicára emlékeztető hang térítette magához és elindult a hang irányába.

Mivel világéletébe szerette az állatokat, így ha tehette segített is rajta. És most olyan érzése támadt, hogy ezt kell tennie, a hang után kell mennie, mert egy kis élet bajban van. Erre is esküdött fel, hogy mindig segíteni fog a bajba jutott állatokon, legyenek azok árvák vagy gazdisok. Ha tudja megmenti őket, elvégre állatorvos. És valljuk be, mindig is jobban kijött az állatokkal, mint a gyerekekkel, akik állandóan bántották őket, mert nincsenek szülei. Pedig vannak csak éppen nem vele, ezért is lett önmagának való.

Ahogy ment a hang irányába különös érzés fogta el, mintha valaki figyelné. Körülnézett de senkit nem látott se közel, se távol. A hang egyre keservesebb volt és egyre közelebről hallatszott. Egyszer csak megállt egy kuka mellett és elámult, hiszen ez nem is cica, hanem egy alig 4-5 hetes kiskutyus. Ahogy leguggolt hozzá látja, hogy megsérült a mellső lába.

Toby óvatosan körülnézett, hogy nincs-e az anyakutya valahol a közelben. Nem szerette volna, ha megtámadja őt. Segíteni szeretett volna ezen a kis fekete szőrpamacson, akinek a nyakánál és a farka végén fehér folt lapult. Amikor látta, hogy nincs felnőtt kutya a közelbe, a férfi óvatosan, hogy ne okozzon nagyobb sérülést a kicsi kutyának a nagy tenyerébe téve emelte fel. A kölyök nagy barna szemeivel figyelte az idegent, hogy mit csinál vele és még vékony hangon meg is ugatta. Toby erre csak felnevetett mély öblös hangján.

- Szia picike, ekkora a hangod?- kérdezte tőle. - Ne féj nem akarlak bántani. - suttogta nyugtató hangon, miközben óvatosan simogatta.

De a kutyus csak bizalmatlanul kémlelte a férfit. Ekkor jutott eszébe Tobynak, hogy az a hang nem csak egy sírós hang volt, hanem a kutyus akarta felhívni magára a figyelmet.

Milyen pici és már most mennyi esze van. Csodálkozott el, majd elindult új védencével a rendelője felé, hogy megvizsgálhassa. Amikor látta, hogy a picinek csak felületi sérülései vannak megnyugodott és szépen óvatosan ellátta. Majd berakta az egyik boxba, hogy a védence tudjon pihenni a melegben, de mielőtt még hazament volna adott neki enni és inni is, hogy ne szenvedjen holnap reggelig semmiben sem hiányt.

Ma csak ő volt az egyetlen beteg, hisz délelőtt Kathlyn a cicás lány hazavitte a macskáját, amelyet előző nap ivartalanított. A kandúr megfigyelésen volt nála, mert már nem volt fiatal, de a nő ragaszkodott az ivartalanításhoz, így hát elvégezte, mert semmi komplikációveszélyt nem látott benne.

Este mikor már otthon volt újra nyugtalanság fogta el. Hiányoztak neki a szülei és Anna nővér is. Ilyenkor érezte mindig feszültnek magát. Nem találta a helyét, de emberek közé se vágyott. Az anyja szokta neki mondogatni ilyenkor azt, hogy ő egy nyugtalan lélek. És ha megtalálná a békét, ami a lelkét is eléri megváltozna az élete. De ugyan hogyan is tudná megtalálni ő a lelki békéjét, hisz azt se tudja ki is ő valójában.

Azt se igazán tudta, hogy neki van-e lelke, hiszen ha a szíve nem dobogna a mellkasában abban se hinne. Nem volt ő ateista, csak annyira sokat csalódott már az életében, hogy semmiben és senkiben sem bízott. Ennek ellenére nevelőanyja mindig azt mondta neki, hogy legyen bátor és olvassa el a levelet, amit az édesanyja írt neki. Lehet az segítene neki megtalálni azt a békét, amit keres.

De Toby amíg lehetett halogatta ezt. Most is az asztalon áll a két levél, amit édesanyja írt. Egyik neki szólt, az amelyik felbontatlanul feküdt az asztalán, másik a megtalálójának szólt. Az utóbbi viszont már rongyosra volt olvasva. Ezt vette Toby most is a kezébe és olvasni kezdte:

## Kedves Megtaláló!

Kedves megtaláló, aki most a levelet a kezébe tartja köszönöm neked, hogy meg találtad és vigyázni fogsz az én kisfiamra. Sajnos nekem nincs lehetőségem őt jó körülmények közt nevelni, magam is alig tudom eltartani. Kérek vigyázz rá nagyon, tanítgasd és neveld őt. Szeresd helyettem is.

Egy elkeseredett édesanya!

Ennyi. Semmi több nem állt a levélbe. Vajon milyen körülmények közt élhetett az a nő, hogy nem tudta magát sem eltartani. Ki lehet ő vagyis ki lehetett ő? Vajon él még?

Számtalan kérdés fordult meg a férfi fejébe ezzel kapcsolatban. Majd lerakta a levelet és a felbontatlant csak nézte. Nem érzett annyi lelki erőt magába, hogy kibontsa.

Teltek a napok és a hetek. Toby minden nap csak gyötörte magát, és kereste az útját. A talált kiskutyáért se jelentkezett senki, így magához vette.

A kiskutyát Happy-nek vagyis boldogságnak nevezte el. Hisz mindig olyan eleven, szeleburdi és láb alatt lévő kis rosszcsont. Mikor Toby nem vitte a munkahelyére Happy-t magával mindig megbánta, mert a papucsát szétrágva találta.

De arra a parányi jóságra mégsem tudott sosem haragudni, hiszen mindig olyan ártatlan szemekkel nézett fel rá.

Ilyenkor érezte azt, hogy szeretik. Mosolyogva megrázta fejét és megvakarja a kutyája füle tövét. Amint belép szokásával vélt megkérdezni Happytől, hogy na ma mit rágtaal szét Te kis rosszóság.

Happy első születésnapját tartották, amikor a kutya elkezdte rángatni a nadrágja szárát és húzta az ajtó felé. Toby furcsállta, hogy mit akarhat a kutyája, hiszen előbb jöttek haza. De mivel ez az ő napja volt, így szó nélkül kattant a póráz a nyakörvén és mehetek is a sétára. De Toby legnagyobb meglepetésére Happy csak az első bokorig ment, hogy el tudja végezni az éppen adódó sürgős dolgát, majd húzta vissza a ház felé. A férfi ismét csak meglepődött, hogy milyen okos ez a kutya. Bár van benti mosdója neki is, mégis ki akart menni.

Toby a nevelőszülei halálának évfordulóján elővette ismét a két levelet, ahogy minden jeles alkalommal kiszokta tenni az asztalra, amióta Happy vele van. És csak bámulta a felbontatlan borítékot. Egyszer csak a kutya a lábára hajtott a fejét és csak nézett rá nyugodtan és szeretettel. Ekkor Toby úgy érezte, hogy Happy a lelkéig lát, de ha addig nem is érzi, hogy valami gond van a gazdijával. A férfi nem tudta, hogy mi ütött belé, de mesélni kezdett a kutyának.

Elmesélte a gyermekkorát, az örökbefogadásának körülményeit, azt hogy mit érzett akkor, és mit érez most. Happy figyelmesen hallgatta gazdája minden egyes szavát. És mire végzett a férfi úgy érezte megkönnyebbült. Jól esett valakinek elmesélnie az egész életét. Happy ekkor felugrott és megnyalta a férfi arcát.

Toby meglepődve vette észre a kutyája szemébe a könnyeket. Úgy érezte, mintha Happy minden egyes szót megértett volna, amit ő mondott és sajnálná őt, vagy legalábbis együttérezne vele.

Ekkor jutott eszébe hogyan is talált a kutyusra. Hogy őt is kitették, és az édesanyja nem volt mellette. Ugyanolyan védtelen volt, mint ő akkor. Mindketten ugyanazt élték át addig, amíg egymásra nem találtak. És akkor olyan tett, amit úgy érezte, hogy soha nem fog megtenni. Kezébe vette édesanyja levelét, amit neki címzett és olvasni kezdett. Amiben ez állt:

Kedves kisfiam!

Drága kicsi fiam, ha ezt a levelet olvasod, akkor nem sikerült elérnem a magamnak tett ígéretet, hogy én nevellek fel. Sajnálom, kérlek ne haragudj rám. Amikor megtudtam, hogy a te pici szíved az enyém alatt kezdett verni, megállt körülöttem az idő. Egy percig sem volt kérdés számomra, hogy megtartalak. De menekülni kényszerültem apád miatt. Mert amikor tudomást szerzett rólad megfenyegetett engem a szüleimmel. És nekem a nagyszüleid jelentették akkor még a világot.

Csak tizennégy éves voltam, amikor megismertem az apád, aki akkor már több mint harminc éves volt. Sármos és elragadó volt a modora. Ezért is tudott az ujjai köré csavarni olyan fiatalon. Tizenhat voltam, amikor rájöttem, hogy valami nincs rendben vele. De már késő volt elhagynom őt, mert olyan dolgokat tudtam róla, amivel sakkban tudott tartani. Így úgy döntöttem segítséget kérek. A rendőrökhöz fordultam segítségért, a katedrálishoz is az egyik rendőr segítségével jutottam el, aki miután elköszöntem tőled a lépcsőre tett. De ha az élet úgy hozná, hogy nem találkozunk, tudd én mindent megtettem, hogy ne így legyen. Szeretlek pici fiam Andrew. Mert amíg a pocimba voltál így hívtalak. Remélem boldog családi életed lesz feleséggel és gyerekekkel. Ne add fel az álmaidat. Ne engedd, hogy befolyásoljanak. Éljd boldogan.

Szerető édesanyád

Mary Jeanne Fitzpatrik

Ekkor Toby az arcához ért és meglepve vette észre, hogy férfi létére sír. De valami nem hagyta nyugodni és ezért mikor befejezte a levelet letette és leült a számítógép elé. Beírta az anyja nevét a google keresőbe és amit ott talált attól megborzongott. Az édesanyja igazat írt a levélbe gondolta. A kereső több újságcikket is kidobott, amiben tudtára adták egy fiatal lány brutális meggyilkolásának a hírét. Kikerekedett tekintettel ezután a kutyája nyílt tekintetébe nézett és megborzongott.

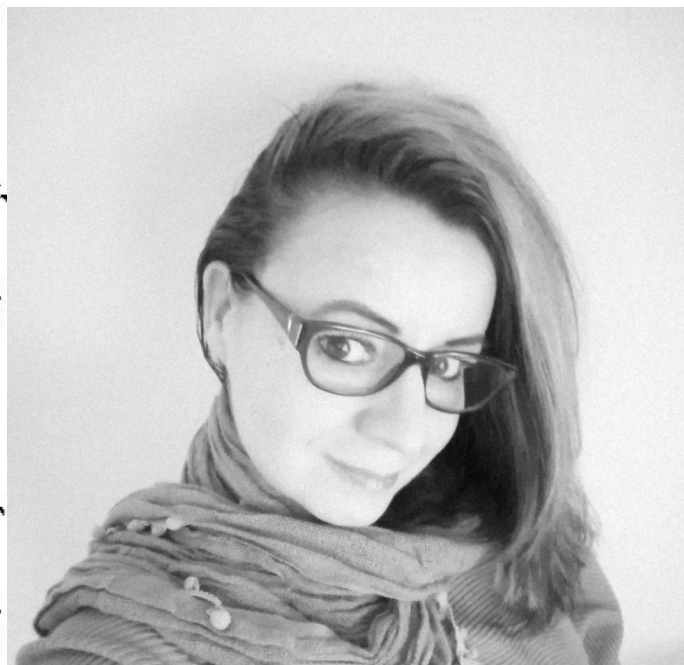
Nem sokkal később érezte, hogy végre sikerült elengedte a múltat és megértette, hogy erre volt most a legnagyobb szüksége. És hú társának Happynek köszönhetően meg is tudta tette ezt, mert mellette állt.

Később eltette a leveleket megsimogatta a kutyája fülét, kifújta a levegőt. Miután vett még egy mély levegőt és kiengedte Toby érezte a megnyugvást, a békét és a harmóniát, amire annyira vágyott.

Elmosolyodott hiszen Happy hozta el számára azt a lelki békét amire vágyott. Mert ha a kutyája szemébe belenéz mindig nyugalmat, szeretetet és békességet lát. Pont azt amire szüksége van.

Vége.





## LANTOS TÍMEA

Tiszalúcon élek, értékesítéssel foglalkozom.

Életem az irodalom. Írni-olvasni, szavalni, versvideót készíteni, átélni és megmutatni a hangulatokat, érzéseket.

2023-ban a Helma kiadó jóvoltából megjelent első novelláskötetem e-könyv formában, ami a Fekete-fehér pöttyös címet kapta.

Ezekben a történetekben a sorsok, élethelyzetek sokszínűségét ábrázolom.

Ilyen például a megkülönböztetés, a kirekesztettség, elfogadás és a segítségnyújtás, függőség, de nem áll távol tőlem az ironikus kifejezés



## KAPCSOLATOK

Írta: Lantos Tímea

Hajnali öt óra tíz perc lehet. Pilláim még elnehezültek, de végtagjaim könnyűek, mint a lepkeszárnyak. Mindig ilyenkor ébredek. Ebben az órarendszerűségben ott van a berögződés, hiszen a napi kötelezettség behálózza testem minden idegszálát.

Ez a reggel más. Még nem néztem ki az ablakon, de a homlokcsontom mögötti lüktetés jelzi, hogy esett a hó. A kinti zajok tompán siklanak a szobába, zsigereimben érzem ezt a tiszta, hófehér illatot, ami talán már nem is földi, hanem egy felsőbb dimenzióból mutatja meg magát. Boldog vagyok! Érzem, hogy élek!

Már kevesebbet gondolok a fogyó időre. Lassan elfogadom az átmenetet, nincsenek éles kontrasztok, elfogadás és béke van bennem. Így lehettem jó orvos. Ki kellett magamban építeni ezt az elvárás nélküli, de szilárd meggyőződést, hogy ne roppantson össze a tehetetlenség, ami ugyanúgy része a munkámnak, mint a diadal, ha sok év küzdelme után legyőztük a sejtek burjánzását.

Holnap karácsony. Tavaly még Gáborral ünnepeltem. Tömény, lobbanékony kapcsolatunk hat évig tartott. Mikor ez a vibrálás tompulni kezdett, elengedtük egymás kezét. Így jó, most mégis szeretném hallani rekedtes hangját, áthívni, és együtt aggatni a fára az ezüstös gömböket.

Nyújtózom, lusta izmaim lassan felmelegednek. Gábor imádta nézni ezt a macskamozdulatot, ilyenkor visszahúzott az ágyba, erős karjaival sokáig ringatott.

Kezembe veszem a telefont, kikeresem a nevét, és figyelem magam. Üzenetem ritmuszavaros EKG görbe a kijelző kék fényében. Nem küldöm el, felkelek, forró zuhanyt veszek, majd hidegre váltom a csapot, hogy letisztuljanak a gondolataim.

A kávé a nappali ablaka előtt kortyolom, nézem az éhes cinegék hintázását a lecsupaszodott diófán. Később szalonnabőrt akasztok az ágra, az etetőbe dióbelet szórok.

Apám különösen szerette a madarakat. Órákig szobrozott a nyitott ablak előtt, hogy jó fotót készítsen róluk. Mennyi emlék, mennyi inger, mely olyanná formált, amilyen most vagyok.

Órákig bódultan szédelgek a lakásban. Előveszem a robotgépet, keverek egy fahéjas-mazsolás masszát, míg sül a tészta, bekapcsolom a számítógépet, és némi hezitálás után küldök egy karácsonyi képeslapot Gábornak.

Később bemegyek a kórházba. Viola izgatottan tesz-vesz. Kékesfekete haján szilánkként csillog a recepciós pultra állított sovány műfenyő égősora. Pici szájában eltűnik egy habos sütemény, krémes ujjá foltot hagy a kétkazettás magnó „play” gombján, s a hangszalagról szétfut a „*Fehér karácsony*”.

Most mindannyian emberek leszünk. Tiszta köpenyünk zsebében zizegnek az aranycirádás csomagok, a kis Jézus érkezésétől párás szemekben meglátjuk a fényt, és a fáradt, ingerült, de szeretetszomjas embert.

Benézünk az osztályra. Minden betegnek viszek narancsot és egy szaloncukrot. Viola kísér, mögötte Kornél doktor, Nitta, Valéria és Hermina nővér.

A „*Mennyből az angyal*” nyitánya Violáé. Először csak dúdol, járkel a szobában, ágyneműt igazít, csuklókat tapogat, teát csorgat a műanyag bögrékbe, s mire lenyomja a neoncsöves lámpa kapcsolóját, addigra a többiek hangja hozzátapad Kornél doktor öblös szólamához.

Viola gyertyát gyújt. A betegek vérszegény tekintetében ring a kanócba felkapaszkodó láng. Az a pillanat, amikor mindannyian elfeledjük kinti életünket. Az ágyban fekvők elengedik a félelem görcsös kísértetét, s úgy néznek ránk, mintha fehér köpenyünk irha lenne, és mirhát, tömjént osztogatnánk.

Az ablak melletti ágyon Amina álmosan pislog. Fiatal, szelíd arca olyan, mint Máriáé a csillagfényes jászolban.

Odalépek hozzá. Kornél doktor int a többieknek, és a betlehemesek a következő betegszoba ajtaját kopogtatják. A vékony falak megsűrrik a hangot, mintha az élő műsor tévékészülék duruzsolása lenne.

Amina csuklója lüktet. Az infúzió csövén egyre lejjebb gördül a folyadék. A hangom kimért.

– Ez csak a kezdeti sokk, Amina. Ez természetes, de gondoljon arra, hogy maga erősebb a daganatnál!

– Ebben nem vagyok biztos! – barna szemében matt réteg a félelem.

–Tudja mit? – Kérdésemtől pupillái táguló alagutak. – Ha elbizonytalanodik, keressen engem!

Kimegyek az orvosi szobába, és felírom a telefonszámomat. Aztán az asztalomon meglátom a keménykötésű naplót. Nincs rá szükségem, Aminának adom. „*Kapcsolatok*”, ezt a címet írom rá.

A lány fehér ujjakkal végigsimítja a fényes borítású könyv gerincét, szétnyitja, beleszagol.

– Írja tele a gondolataival, az segít. Az írás gyógyít. Engem pedig bármikor hívhat!

Odahaza forró fürdőt veszek. Néhány csepp illóolajat keverek a vízbe. A tömény, narancsos illat felébreszti bennem a régi karácsonyok emlékét.

Anyám dolgos keze úgy simogatja a kelt tésztát, mintha egy csecsemő párnácskáit masszírozná. Szeretet és öröm minden mozdulata. A tésztát elnyújtja, meghinti mákkal, s miközben feltekeri, mazsola szemeivel megsimogat engem és apámat. Emlék, mindez egy elevenen izzó emlék.

„*Lányom bármire viszed, maradj ember! Ha jó kapcsolatod lesz önmagaddal és másokkal, akkor emelkedsz fel, és másokat is felemelsz!*” – mikor megkaptam a diplomám ezt adta ajándékba.

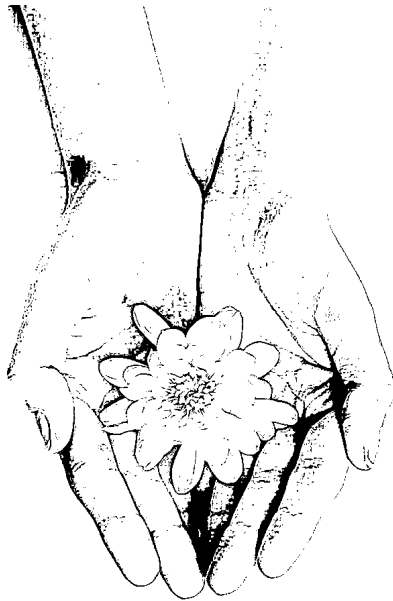
Olyan ember volt, akit nem tudott összegyűrni az élet. Még apám halála után is megmaradt a fény a szemében. Szenvedett, de nem akarta mások életét megkeseríteni. Mikor nagyon fájt a

szíve, kezébe vette apám fényképét, s a szőlőlugas alá húzódva nézte a madarakat.

A ház csendes. Szenteste van. Nedves, párolgó testem fényes, narancsillatú cseppeket hint a padlóra.

Kezembe veszem a telefont, kikeresem Gábor számát, figyelem magam. Boldog vagyok! Érzem, hogy élek!

Üzenetem ritmuszavaros EKG görbe a kijelző kék fényében.





## M FEHÉRVÁRI JUDIT

Szakvizsgázott magyar-történelem-tánc-és drámapedagógus, középiskolai tanár, történész, író, költő, pedagógiai-szakmódszertani újságíró (1962, Debrecen). Eredeti neve Mocsár Gáborné Fehérvári Judit. Mocsár Gábor József-Attila-díjas író menyje. Az utóbbi nyolc esztendőben Uppsalában tanít magyar irodalmat.

2016 után egyetlen lánya, Mocsár Zsófi, intermédiáművész, azaz díszlet-, jelmez-, báb- és fénytervező tragikusan hirtelenségű halála után kezdett az irodalommal komolyabban foglalkozni, ellenben 2009 óta az Allegória Irodalmi-és Művészeti Portál tulajdonosa.

## **A lelki békesség Isten ajándéka teremtményeinek**

Írta: M. Fehérvári Judit

A lelki békesség azt gondolom, függ attól, milyen családban születtünk, milyen gyermekkori emlékeink vannak, milyen az iskolai végzettségünk, milyen emberekkel keveredünk földi utunk során kapcsolatba, vannak-e barátaink, saját mikro-és makrokörnyezetünk milyen impulzusokat közvetít számunkra, s mi saját magunk mit teszünk azért, hogy békességet találjunk önmagunk számára.

Már születésünkkor eldőlt, extrovertáltak vagy introvertáltak leszünk-e. Úgy vélem, az utóbbiaknak nagyobb a békességük, mert csöndesen szemlélődnek életük folyamán, s ezért sokkal kevesebb konfrontációba kerülnek környezetükkel, mint a mindent kimondó extrovertáltak. Az is befolyásolhatja életünk folyását, milyen képességeink vannak, vág-e az eszünk, mint a borotva vagy csak éppen elvégezzük az iskoláinkat. A sokat kérdező, magasabb végzettségű emberek sokkal többet törnek a fejüket az élet milyenségén, s ők lesznek az örök keresők is. Tudományos cikkeket éppen úgy olvasnak, mint, ahogyan Istent keresik a világban.

„ahhoz, hogy az ember Istenhez átvághassa magát, igenis, valami örült szenvedély kell.

Az igazi lényünk üvegkoporsóban

van: mindent lát, hall, tud,

de üvegen keresztül. És ezt

a koporsót nagy erővel,

előbb-utóbb be kell törni”. – írja Hamvas Béla egy helyen.

Az emberek általában akkor fordulnak Isten ellen vagy éppen felé, ha valami hatalmas tragédiával találják szembe magukat.

1992-ben édesapám egyik pillanatról a másikra elhunyt. Tudható volt, hogy már tíz esztendővel túlélte a tüdőrákot, de az elmenetele nem szokványosan történt. Nap nap után azt kérdezte:

- Mikor jön már anyám?

És, amikor az akkor nyolcvan esztendőös nagymamám megérkezett, ott voltunk mindnyájan: édesanyám, a lányom, s én. A férjem egy esztendővel azelőtt tragikus hirtelenséggel, hátsófal infarktuszban, a lépcsőházunkban hunyt el munkából hazafelé jövet. Akkor édesapám nem akarta elhinni, mi történt, majd így vigasztalt:

- Lányom! Nem tehetsz mást, ebbe bele kell nyugodni.

Valamikor hajdúdorogi görögkatolikus kántor volt, akit a nagyszülei neveltek fel. A falakon Szűz Mária és Jézus Krisztus keresztbe döfött szíve lógott. Karácsonykor, húsvétkor csókoltuk a keresztet a templomban, ismertük a rituálékat, a köszönési formákat.

És most édesapám hetek óta az édesanyját várta. Ez tartotta életben. Mikor nagymamám belépett az otthoni betegszoba ajtaján, papa csak annyit mondott:

- Anyám!

Majd elvágódott, s szájából ömlött a tűzpiros vére. Boldogan ment a Mennyek Országába. Azt hiszem, ennél hatalmasabb akarattal és lelki békével azóta sem találkoztam.

Apám nélkül hatalmas hiány lepte el a lelkem. Úgy vélem, ha őszinte akarok lenni magamhoz, ez a hiátus a mai napig is tart.

Kilenc esztendővel később édesanyám haldoklott. Nem tudta. Sejtette ugyan az igazságot, mert egy rutin epeműtét során nem a laparoszkópos eljárás után tolták ki a műtöből, hanem egy hatalmas vágással a hasán. A betegtársai mondták ugyan neki, hogy ez rák lesz, de nem hitte el. Az orvosa annyit mondott:

- Van egy csúnya gyulladás a gyomrában, néhány kemoterápiával kikezeljük.



Nekem ellenben már komoly tekintettel vetítette elő a jövődőt:

- Áttétes gyomorrák. Kilenc hónapja van maximum.

Pontosan ennyit is élt. Mi lakást cseréltünk, hogy magunkhoz vegyük. Egyetlen egyszer nézte meg a szobáját, majd közölte, hogy neki mindene a kertje: a virágai éppen úgy, miképpen a madarak csicsergése, a kukoricák és napraforgók suttogásai, a sünkutyái.

Ő nem tudott megbékélni a halállal. Rettenetesen félt tőle. Borzalmas volt munka és egy alig tíz esztendő gyermek mellett végignézni az agóniáját. Ha mentőt hívtunk hozzá, akkor megkínóztatni visszük, ordította. Ha mégsem vitte kórházba az esetkocsi, akkor meghalni hagyták itthon és így tovább. Nem is találta meg a békéjét, így ment el. A lelki béke pedig olyan nyugodt, mint a tenger hullámai és oly könnyed, akár a szentség tisztasága szívünkben.

Dédnagyamám a '70-es évek elején a máriapócsi búcsúban sérült meg halálosan. Egyetlen jajszava sem volt. Tudta, hogy Teremtőjéhez tér meg. Akkor még háztól temettek. Dédi a felkötött állal a nyitott koporsóban, aminek minden sarkán egy-egy hatalmas fehér gyertya égett. Egy egész éjjelen sirattuk gyászkeszkenőkkel körül ülve, majd zászlós körmenettel vittük örök földi nyughelyére. Dédapám csak annyit mondott:

- A Földön egy Angyallal kevesebb él, s, hogy örül most Isten! Egy védőszenttel több van az Égben.

Ahogy teltek az esztendők, egyre gyarapodtak az égi családtagjaim. Arra azonban még álomban sem gondoltam, hogy egyszer én is elárvulok, még hozzá úgy, hogy az Egyetlen Gyermekem temetem.

Zsófi a lányom ma is, s míg élek az marad, akit dédelgettem, akinek a sikerei mögött ott voltam, aki a legjobb és legszebb gyermek volt ezen a világon. Csöndes, komplementáló alkatát édesapjától örökölte, miképpen a művészetekhez való vonzódását is. Rettenetesen kreatív, tehetséges kislányból lett olyan felnőtté, aki Kanadában, Edmonton-Albertában szerzett intermédiaművészi diplomát. Ez a szakma a díszlet-, jelmez-, báb-és fénytervezést rejti magában. Tizenhárom hónapos

volt, mikor édesapja azon a bizonyos márciusi, esős napon a lépcsőházban összeesett. Forogtak a szemei, s miután szívbeteg volt, tudtam, hogy a végzet az, ami jön, s azonnal le is csap. Ezután Zsófi a mindenem volt. Igaz lehet, hogy a kisgyermekesek sokkal érzékenyebbek a világ dolgaival szemben. Zsófi sokszor mutogatott az Ég felé, s hangosan mondogatta: - Papapa! Papapa! Eleve csonka családba született. Mre a világra jött, már csak a nagybeteg anyai nagyapja és nagymamája élt. Később már csupán a nagyiját szeretgette és fordítva is. Szerette a kertben a fákat, a ház falát, a ház falához dobott labdát, a létrát, a létra tetején a macskát, a padlást. Minden, de minden örömmel töltötte el, ami Isten teremtménye vagy ajándéka volt. Mikor felfedeztem, hogy különleges látásmódja van a világról, s ez a rajzaiban vagy festményeiben fejeződik ki leginkább, gyermekként felnőtt festőknek és grafikusoknak szóló műhelyekbe jártam. Otthon sokat olvastunk, diafilmeket néztünk, társasjátékokkal játszottunk. Harmadik osztályos volt, amikor osztálytársaitól megtudta, hogy nincsen télapó. Addig minden esztendőben levelet írt a mikulásnak, de soha nem kért bennük, hanem csak figyelmeztette, hogy vigyázzon magára és szarvasaira a hosszú úton, mert még rengeteg gyermeknek szüksége van rá. A színházat soha nem szerette. Sírva kellett kihoznom a Fehérlófia bábelőadásról, mert megrettent az ott látottaktól. A sorsot nem lehet visszafordítani. Ha jönne egy csoda, akkor kitörölném azokat az esztendőket, amikor nem mertem két busszal egyedül hazaengedni, s ezért egyszerre három csoportomba is járt, aminek én voltam a művésztanára. Táncot, kreatív drámajátékokat, mozgásgyakorlatokat, vers-és prózamondást, színháztörténetet tanítottam. Zsófit pedig ettől kezdve elbűvölte a színház. Egy buszon ültünk éppen, amikor megkérdezte:

- Anya! Mit szólnál hozzá, ha nem rajzot és animációt (rajzfilmkészítés, amit a széles ismeretségi köröm miatt eddigre megtanult) tanulnék, hanem drámatagozatra jelentkeznék?
- Rendben – feleltem -, de akkor keményen készülnünk kell.

Így aztán zongoraleckéket vettünk közösen, énekelni jártunk, a verseket, prózákat pedig én tanítottam be neki. Így azonnal felvették az Ady Endre Gimnázium drámatagozatára. És valahol itt kezdődött a veszte. Az osztályfőnöke és a művészeti igazgató is azt sugallta a tanítványainak, hogy, légy híres, különben senki vagy! Hiába próbáltam lebeszélni erről az örülségről, nekem nem sikerült. Ellenben ennek az iskolaválasztásnak volt egy feltétele: a konfirmáció.

Mi, lányok annak idején édesanyánk hitét örököltük, hiába, csak görögkatolikus liturgiákra jártunk, s ez a választás Zsófi esetén is folytatódott. Olyan kilenc éves korától jártunk istentiszteletekre, mert fontosnak tartottam a lelki békém miatt a hitet. Nem a vallást, hanem a Krisztusban való szeretetet. Így aztán nem tudom, mennyit segített ez a másféle lángolás Zsófinak az utolsó éjszakán, amikor teljesen egyedül volt egy háromszobás, nagymarosi kertes házban. Még belegondolni is fáj. Zsófi ekkor már dolgozott. Ő színháznak volt a díszlet-és fénytervezője, s nem csupán Budapesten, de Szabadkán is.

Ez csütörtöki nap volt, amikor utoljára hallottam hangja selymét:

- Anya! Gödöllőn vagyok. Traktorgumikat válogatok egy díszletez. Kicsit fáj a torkom. Ne aggódj, hamar túlleszek rajta!

Huszonöt esztendő volt ekkor. Szombat hajnalban a vejem telefonált:

- Zsófi kórházba került. Indulj el azonnal!

Semmi rosszra nem gondoltam. Van egy debreceni rokonunk, akinek többet elárultak, mint akár a vejemnek is. Néhány órával később ezzel a mondattal ütött szíven:

- Lehet gyerek nélkül is élni!

Rettenetesen haragudtam rá, s még jobban elkeseredtem.

Amikor a Szent László Kórház omladozó épületeihez megérkeztem, s a fertőző osztályon láttam kiírva Zsófi nevét egy csengőn, félve nyomtam meg:

- Uram! Add, hogy láthassam! Gyógyítsd meg, kérlek!

Aztán, mikor bevezettek a kórterembe, összeomlottam. Gennyes agyhártyagyulladás. A váladék áttörte a véragygátat. Innen már nincsen menekvés. Azonnal tudtam, hogy ezt nem éli túl. Imalánc indult Érte, de engem elhagyott az erőm. A legszörnyűbb az volt, hogy fel kellett venni azokat a műanyag védőeszközöket, s nem simogathattam meg az arcát, nem mesélhettem neki, nem ülhettem az ágya szélére. Ez embertelen világban hogyan lehet így feldolgozni a felfoghatatlant, hogyan lehet az ember első sorban ANYA? És miért nem kapta meg a védőoltásokat a kanadai tanulmányai előtt, ahová kanadai állami ösztöndíjjal került ki? Vagy miért nem mondta nekünk senki, még a házi orvosunk sem, milyen vakcinákra van szüksége? A lélegeztetőgép meg-megrezsent, a dializálókészülék zümmögött, s másnapra felvágták gyermekem fejét is, miből egy cső lógott a levegőbe. Én a Rózsák terén laktam. Az Árpád-házi Szent Erzsébet Plébániatemplom harangjai néha megnyugtatták a lelkem. Zsófia egy hétig álmodott pillangókról, tágas mezőkről, s beszélgetett Istennel. Így hiszem. Elmenetele után a család nem tetszése ellenére is hazahoztam Debrecenbe, s a Széchenyi-kerti Református Egyházközség Urna sírkertjében helyeztük örök nyugalomra. Nem volt temetése. Egy műsorral búcsúztunk tőle, amelyben színészek, operaénekesek, református és római katolikus papok is szerepeltek.

Ezután kellett magam összefércelni. Már Pesten is ordítottam, hogy „Nem fogom eltemetni a Gyermekeket!” Aztán leestem a lábamról. 2016-ot írt a kalendárium. Megjártam az ortopédiát, nem találtak semmit, átutaltak a Mozgásrehabilitációs Osztályra, ahonnan egy fél évig ki sem engedtek. Reggel 7-től este 8-ig folyamatosan lekötötték a figyelmem, mert, ha egy akármilyen korú gyereket megláttam, rögvést szünni nem akaró zokogásban törtem ki. Csak két esztendővel később derült ki, hogy azonnal kellene két csípőprotézis, de a mai napig nem kaptam egyet sem, mert összeszedtem még néhány nagyon komoly betegséget, s nem lettem műthető. Járnai Isten kegyelméből még tudok annyit, hogy elmenjek az autómig, s vezetni is képes vagyok, de nagy fájdalmakkal élek.

És egyre bizonyosabb vagyok abban, hogy Zsófi mellettem van, s főnről vár engem is, miközben a Mennyek Országát hófehér tavi rózsákkal díszletezi. Ezt az emlékezést, elmélkedést Zsófinak írtam, mert az Édesanyja lehettem. A világ legnagyobb szerűbb Gyermeke ma is, akárhol is legyen, aki aggódott értem, s tiszta szívéből szólított „Anyának”...

A világon a legdrágább számomra ma is, mikor immáron csaknem nyolc esztendeje annak, hogy Angyallá lett. Az emlékeimből próbálok erőt meríteni ahhoz, hogy túléljem a hétköznapokat, az ünnepeket, mert minden kihalt és sivár nélküle. Hiányoznak az esti beszélgetéseink, az öleléseink, a nevetéseink, s még a közös szomorúságaink is. Hiszem azt, hogy Ő ezt ma is tudja, s ez ad erőt az életnek nevezett úthoz, hogy haladni tudjak egyre csak felé, s várjam az újra találkozásunk. És Zsófinak, mert őszinte barát volt, s igaz.

És Zsófinak, mert egyetlen egy nap alatt képes volt megfesteni egy Miro és Chagall világát felelevenítő, de mégis Mocsár Zsófi-s képet, miközben a patyolatszöngyeg tűzvörösét is eltüntette...

És Zsófinak, mert egy hónap alatt megtanult animációs filmet készíteni mindössze hétszáz kockát felhasználva, de az a rajzfilm élt, s le akart szállni a földre a képernyőről...

És Zsófinak, mert ickázni is megtanította Flopot, aki kutyának teremtett, de Zsófi igaz barátja, társa, családtagja lett.

És Zsófinak, mert Ő volt Mocsár Zsófia Alexandra, s, aki ma is az, s immáron örökké huszonöt éves marad és nagyon távolról ma is azt írja le egy hófehér papírra, ami a legszebb művészeti installációk kiinduló kockája, mint kicsi korában:

„Ne sírj, Anya! Nagyon szeretlek!”

És Zsófinak, mert minden egyes napom vele élem tovább, s jelenléte arra ösztönöz, hogy legyen büszke rám.





## DR ÁRVA MARGIT

Dr. Árva Margit nyugdíjas jogász és bölcsész (tanár) vagyok. Otthonomban autizmussal élő gyermeket gondozom. Szeretem a könyveket, az olvasást. Kreatív vagyok. Szeretem a jó és szép és igaz dolgokat. Erősségem a kommunikáció, az elfogadás, az empátikusan, hitelesen a Rogers szerinti segítő tanácsadás négy lépésében. A szakmai, tudományos gondolkodás jellemző rám. Felelősségteljesen mindenben.

# LELKI BÉKE

Írta : Dr. Árva Margit

Hogy boldog légy !

Mottó: Szeretettel fogadom el az életet, olyannak, amilyen

„Arcomba hull az őszi eső, csendesen hull, csak permetezőn. Néma az út, csendes a fény, senkitem jár, csak egyedül én. Messzire száll most a gondolatom, rólad álmodozom, ajkam csókodra vár. Úgy vár, mint az őszi eső, csak permetezőn. Néma az út, csendes a fény, senkitem jár, csak egyedül én.”(ismeretlen)

A fenti idézettel indítom gondolataimat, amely az életemet meghatározta. Ebben az életben igyekeztem megteremteni a lelki egyensúlyt.

Traumák, sokszorosan padlóra küldtek, vártam a csodát, amelyek a bölcsesség időszakát szükségesen meghozva adták a megoldást. Szó szerint a túléléshez.

Iszonyúan nehéz időszakok, nehéz életszakaszok. Sors, vagy valami más ? Nem volt válasz. Küszködés az igen.

Lényege, hogy mindig megerősödve, bölcsbben(megtanultam)jöttem ki a katasztrofális trauma okozta helyzetekből.

Már születésem után- Szegény gyermek megfullad- Szűzanya üzenete Édesanyámnak.

Nagy élethelyzet döntésekben is megjelent a Szűzanya (Fogyatékos gyermek születése, férj halála, apu halála, anya halála, életveszélyes helyzete) amelyek elviselése teljes testi -lelki összeomlás.

Aztán már tudatosan kértem a Szűzanyát imával, hogy segítsen tiszta gondolatokkal( Most segíts meg Mária Ó irgalmas Szűzanya, keservét a bűnnek bajnak eloszlatni van hatalmad...)

Sokan ismerik ezt az imát.

Amire rájöttem a veszteségek okozta fájdalom az elengedésekkel van kapcsolatban.

Hogyan jön ehhez a lelki béke ?

A teljes testi lelki mentális spirituális egyensúly? A Szabadsággal kezdődik!

Ezt a természet egységével lehet megteremteni. Körülbelül 25 évvel ezelőtt meg teremtettem ezt a környezetet, az öt elemnek való egységet. Víz, föld, ég, tűz, fém.

Ehhez igazodva :

Életmód váltást. Dimenziókkal való kapcsolat. Szeretet egysége- mindenben mindenkit, úgy amilyen. szeretni magunkat. Ima az égiekhez, teremtőhöz, a Szűz anyához. Tanulás folyamatosan. Bölcsességben, egészségben az életet élni szabadon, szabadságban érzéssel.

Úgy gondolom, hogy a természetes környezet, a természetes életvitel, a jóság, szeretet és amely a testi, lelki egyensúlyt spirituálisan megadták. Megkaptam a csodát a túléléshez szabadság érzésével a döntésben is. Felelősségteljes döntés jogát.

Üzenet- az angyalok arra kérnek, hogy ne hibáztasd magad. Lehet, hogy tettél valamit, ami miatt megváltozott valami, de tudd, hogy az mégis okkal történt. Vállald a felelősség rád eső részt. Oldozd fel magad és lépj tovább. engedd magad szabadon, engedd meg magadnak alázattal, hogy boldog légy.( angyali üzenet)

Ezt a tudást, tapasztalatot továbbadva akárcsak példamutatással. Kérésre segítek is, ha összeegyeztethető a vállalt kötelezettségeimmel. Felelősség magamért, a családomért, a természetért.



Fizikai testi egyensúlyhoz- életmódváltás, szeretet,  
természete környezet. Szabadon élni!

Lelki békességhez- meditáció, imádkozás, zene hallgatás.  
Szabadon választás!

Spirituálisan- hinni a célban. Leírni, kérni a mindenhatót a  
teremtéshez. Szabadon dönteni!

Mentálisan-a mindenhatót a teremtéshez, gondolatok  
pozitivitással, mindig a jóra, a szépre és az igazra  
koncentrálni. A jó, az igazság és a szép!

A jó, a szép és ami igaz, zárom gondolataimat.

Záradék. Adományként felajánlom ezt az írásom az Illír  
kolostornak. A kolostor megjelentetheti.

Nyilatkozom, hogy pályázati kiírásban foglaltakat.  
megértettem. Az általam küldött alkotásom a saját jogtisza  
termékem.



*G. Episcopus*



## KÖTELES ILONA

A Parciumban születtem egy téli szombati napon. Margittán nevelkedtem és kezdtem el tanulmányaim, amit Budapesten fejeztem be. Magyarországon élek több évtizede.

Megszűnik körülöttem a világ, amikor a rózsák közt padon ülve, olvasok, vagy verseket, mesét illetve novellát írok.

Szeretem a verseket, megadják a szabadságot részemre. Ha írok, csendre vágyok és szabadnak érzem magam, de nem vagyok egyedül, nem vagyok magányos. Az írás gyógyít, erősíti önbizalmam. Verseim több magazinban jelentek meg eddig (Szikla Magazin, Cserhát Művész Társaság, Szövétnek, Dunapart Magazin, Vers Mindenkinék, Mai Magyar Művészet).

# LELKI BÉKE ÉRTÉKE

Írta: Köteles Ilona

Sára könnyekkel a szemében, fáradtan érkezett haza. És már nem először. Vigasztalhatatlan volt. Az ismétlődő és egyre súlyosabb lelki bánatmak nem szűntek meg, inkább szaporodtak. nem igazán értette, hogy miért bántják lelkileg, miért csúfolják ki, miért nevezik bozognak.

Nem is értette igazán ennek a szónak, ennek a jelzőnek a jelentését. Azt tudta, hogy ezt a szót gúnyosan, megbántás céljával használták és használják a magyarok ellen.

Magyarnak születni büszkeség és Sára tudta, hogy ő magyarnak született, még akkor is ha nem Magyarországon. Minden embernek kell legyen egy hazája, ahol megszületett, ő pedig Erdélyben, a Parciumban született.

Sárának két hazája is lett, egy haza, ami szülőföldje és egy másik, egy választott hazája, amelyik befogadta.

Már elbírhatatlan volt az a nyomás, ami nem csak Sárára, hanem egész családjára nehezedett rá, sőt már veszély fenyegette a családot kitaratása, magyarsága miatt.

Nem volt az egyáltalán könnyű. Sötét nappalok után fehér éjszakák következtek. Nem volt a családnak lelki nyugalma, az a nyugalom, amelyben biztos volt a jövő.

Nem volt könnyű döntés. De dönteni kellett, meg kellett tenni. És Sára megtette. A lelki béke helyreállítása érdekében esküt tett az egész család. Először a szülők, majd Sára következett. Közös fogadták eskü megtételével, hogy hasznos, törvényt tisztelő állampolgárai lesznek az Anyaországnak, de nem felejtik el szülőhazájukat sem.

Mégis a lelki békéjüket Isten házában találták meg. A templom épületében, egy szobában kaptak nyugvóhelyet a megoldásig. A pap és a hívek mindenben segítették a családot, visszatérés a szülőhazába nem gondolkoztak, ott forradalom tört ki.

Ma már nyugodt körülmények között mondhatja Sára, hogy neki ne lenne hazája?

Neki kettő is van, ha kell.



## ZÖLDI LÁSZLÓ

27 éves vagyok és egy kis városban lakom. Politológus hallgatóként kezdtem vizsgálni a komplex társadalmi jelenségeket, majd a Vallástudományok mesterképzés keretein belül a hit jelentőségét kutattam a reintegrációs rendszerek berkein belül. Számomra fontos a stabilitás, amit a családom tagjai és a barátaim biztosítanak számomra. Az írásban ugyan még amatőr vagyok, ám a hiányosságaimat igyekszem mély gondolatok kifejezésével leplezni. Legfőbb célom az értékteremtés.

## A KÖTELEK EREJE

Írta: Zöldi László

Megannyi álmatlan éjszakán töprengtem a talányon, mi célra lehetek hivatott e világon. Noha, meglepődnék, ha erre emlékeztetnem kellene, hisz a tipródásaimnak általában ugyanaz volt a vége... Keserű gondolatokkal telve, téged állítottalak pellengérré... Azóta gyökeres fordulatot vett minden körülöttem. Nemes szándéktól vezérelve mesélem el a történetem, bízva, hogy soraim jelentik majd a gyógyírt mások sebeire.

Hiába születünk ide valamennyien, daccal a szívünkben viseltettünk otthonunk iránt. Már a pólyában, messzire vágyakozva szenderültünk olykor az álmok birodalmába. Gyermekded elménkkel a nagyvárosok ígérethessége kacérokodott. A lehetőségek végtelen tárházát keresve idővel mindannyian tekintetünket a térképre szegeztük. Egyesek főiskolára vagy egyetemre mentek, míg mások munkát vállaltak valahol távol, egy jobb élet reményében. Másokat a távozásra a szerelem, vagy kalandvágy készítetett. Én a továbbtanulást választva tápláltam a hiú ábrándjaimat. Felszállva a vonatra, úgy vélekedtem, hogy hátra se nézek. Gondolataimban idejekorán képzeletem egy nagyváros meghódításáról. Az út közben olyasmi történt, amire cseppet sem voltam felkészülve. Amint, otthonom utolsó árnyát is elhagytam, viszolygás lett úrrá rajtam. Költözésem idegenné tett engem egy új világban, ahol kiteljesedés helyett mindinkább földbegyökeredzett a lábam. A hömpölygők áradata, mintha a pezsgés közepette maga alá temetett volna. Sóvárogtam a szülői ház után, ahol kiskoromban édesanyám vigasztalt, valahányszor sebekkel tarkította térdem az érdes beton. Nem hallva édesapám intelmeit, néha eltévelyedtem a kifürkészhetetlennek tűnő útvesztők sejtelmes kódében. Ekkor éreztem elsőként, hogy a változás keserű szele, mely mérgezni kezdte az elmémet, éket vert közénk.

Számomra a legnagyobb aggály, az a sok megtapasztalt furcsa jellemvonás... Otthon azt tanították, hogy mindenki más és ennek jegyében kell elfogadni egymást. Örömmel töltött el, hogy az én világomban megkérdőjelezhetetlen helye volt minden létezőnek, ám fájt rádöbbenni, hogy némelyeknek én mégsem vagyok kedves. Modern kórság a szeszélyesség, manapság az ember rögtön ítél. Belátom, hogy e hiba engem is sokáig kísért. Manapság oly jelentőségteljes az egyéniség, hogy képesek vagyunk érte sárba tiporni a természet törvényeinek rendjét. Az ember társas lény, mégis tovaszállt a mások iránt érzett felelősség. A stabilitás kötelezettségeket követel. Ennek ellenére, ha megkívánja az érdek, következmények nélkül változik a világnézet. Ritka erény manapság az eszmékbe vetett hűség. Kényelmetlenné vált a közösségvállalás, hisz szüntelenül zavart a végtelennek tűnő társadalmi hiányosság. E szellemben szemlélődve, időbe telt az igazság meglelése.

Egy frusztráló nap átvészélése után, a megnyugvást egy kellemes esti sétában kerestem. A lenyugvó nap utolsó sugarai is búcsút intettek, mikor leültem egy padra a ténfergés helyett. Még a múlt héten a támla rejtelve tartogatott lázba. Két betűt véstek belé, amiket átfont egy formás kis szív. A pad próbálta mesélni az arra járónak, hogy tanúja volt egy bimbózó románcnak. Órákat töprengtem rajta, kiket rejthet az A és a T, majd másnapra a rejtélyt egy ecsetvonással eltüntették. Az értéket rongálásnak bélyegezve lemázolták, mialatt senkit sem bőszített az eldobált szemét maradvány. Kuporgásom közepette, mikor az esti lány szellő simogatta az arcom, keserű gondolat futott át az agyamon. Felfoghatatlan, hogy egyszer véget ér minden egy pillanat alatt. Ekkor áhítottam először csodát, hisz több vagyok pusztán biológiai állandónál. Mielőtt haza indultam volna, az égre nézve, útmutatásért fohászkoztam.

Akkor még nem, csak jóval később értettem meg igazán. Vétkes voltam és álszent. Barátságomat és bizodalimat ugyanúgy feltételekhez kötöttem, majd magamat becsapva tagadtam mindezt. Olykor gyötört az irigység és a becsvágy. Gyarlóként nem vettem tudomást arról, hogy mekkora kincs a család, sem pedig azt, hogy ki az igazi barát. Voltak időszakok, mikor tomboltam, akár a vihar. Ezekkel a cselekedetekkel bántottam mindazokat, kik hozzám közel állnak. Elszigeteltem magam, hisz úgy véltem, különb vagyok, de rádöbentem, pellengérré állítani senkit sem volt jogom... Te gyakoroltad kegyed felettem a szükségben, holott én téged is becsméreltelek. Nem ismertem a kinyilatkoztatott ígédet, azonban mégis éreztem, hogy bizalmaid bennem töretlen. Irgalmaid megtestesült a környezetemben, hisz, kiknek szívét legjobban fájdtottam, azok gyújtottak fényt a homályban. Felfetted előttem a groteszk tükörképem, aminek következtében végre teljes lett az életem.

Erőt kértem, hogy dicsőségedre cselekedjek. A kitartásomnak és a terelgetésednek hála, már hivatásommá lett, hogy szolgáljam az embert. Nem háborog már a lelkem, s céljaimtól nem tántoríthat el egyetlen kacér ígédet sem. Nem fordítok már hátat a rászorulóknak és nem kecsegtetem hamis szavakkal az ábrándozókat... Nyugodtság és béke járja már át a közösségem, ahonnét együttesen számúztük a megfelelési kényszert. Az emberi kapcsolatok harmóniája szolgáltatja a lelkem vigaszságát. A béke ott lapul minden kötelékembe. Megadtad, mi szívemnek kedves, ezért borulok térdre előtted minden este. Azt kívánom, mindenki osztozzon e kegyben! Ámen!





## GYÖRE IBOLYA

Székesfehérváron élek és alkotok. Eddig hét könyvem jelent meg. Zenés irodalmi esteket szervezek, ahova szívesen meghívok kezdő festőket írókat. Szeretem a kultúrát és szívesen veszek részt a hétköznapi irodalmi ábrázolásában.



## TENGERPARTI ÁLOM

Írta: Györe Ibolya

Csak állok a tenger partján egy fából tákolt mólón, és nem látok mást csak a tengert, ahogy a látóhatár szélén összeölelkezik testvérevel, a kék égbolttal. Már alkonyodik. Egyedül vagyok, és visszaemlékszem az elmúlt időkre. Már ami eszembe jut belőle.

A munkahelyemen ki akartak nevezni vezetőnek, pedig még két éve sincs, hogy itt dolgozom. Sikeres ember vagyok, eddig az életem során minden sikerült, amibe belefogtam. Most viszont csak azt hallom minden honnan : - Alisa nem is jó szakmailag! Miért őt akarják kinevezni, mikor most sem tud helytállni! – és még azok is beálltak ebbe a sorba, akiről azt gondoltam, hogy a barátaim.

Teljesen összeomlott a világ körülöttem. Mentem hazafelé, és kit látnak szemeim? A férjem egy nálam jóval fiatalabb nővel ölelkezve megy előttem vagy kétszáz méterrel. El kezdtem szédülni, és egyszerűen összeestem az utcán. Ezután nem emlékszem, mi történt.

Utólag mesélték a kórházban dolgozó rokonok, hogy teljes kómába estem: május 25-e volt. A kórházban gépekkel tartottak életben és nem lehetett velem kommunikálni. Infúzióra voltam kötve. Három hétig tartott ez az állapot. Teljes mozdulatlanság, semmi kapcsolat a külvilággal. Még a lélegzés is csak gépi segítséggel ment.

A férjem kilépett az éppen kezdődő kapcsolatából és minden nap többször is meglátogatott. Úgy hívták a kórházban, hogy Fehér Herceg. Mert délceg, jóképű ember volt, és fehér Ladával járt be a kórházba.

Ott ült az ágyam mellett és beszélt hozzám, mintha hallottam volna. A gyerekeimet (akik 14 és 20 évesek voltak) és a

barátaimat, kollegáimat a férjem kérésére nem engedték be hozzám. Már június vége felé járt, amikor kinyitottam a szemem, de még mindig nem voltam az igazi.

Az igazgatóm bejött, és megkérdezte az orvost, mi várható? – Hát Igazgató úr, a hölgy nem fog visszatérni. Ha bizonyos szintig fel is épül, dolgozni nem fog tudni. – A Diri ezek után kinevezett egy megbízott osztályvezetőt, mert az én kinevezésem már megjött a központból. Az új osztályvezető férfi volt, és sokkal régebb óta ott dolgozott, mint én.

Rokon ápolónő mesélte, és a férjem is, hogy az ébredésem első hetében kizárólag németül voltam hajlandó beszélni. A nővérek odaültek az ágyamhoz és keresztrejtvényt fejtettek, én pedig németül mondtam a megfejtéseket. De ha megkérdezték, hogy hívják a gyermekeimet, nem tudtam válaszolni. Nem tudtam önállóan enni, és felkelni sem tudtam. Ezzel még egy hónap eltelt. Aztán a kisebbik lányom írt egy rövid levelet, aminek a befejező mondata így szólt: - Anya! Gyere haza!- A férjem olvasta fel, és állítólag (mert én nem emlékszem) potyogott a könnyem, de még mindig nem beszéltem.

És teltek-múltak a napok. Már júliust írtunk. Soha nem szerettem a tűző napot, így érthető volt, hogy mindig lerúgtam a takarót magamról. Egy megenyhült reggelen egyszer csak teljesen felébredtem.

Az első, amit észrevettem, hogy valószínű az idegosztályon vagyok, mert elég furcsa betegtársaim voltak, ahogy körülnéztem. Már az arcukon látszott, hogy valami nincs rendben, de amikor megszólaltak???! Hát egy kicsit megriadtam. A rokon nővért megkértem, hogy támogasson ki a WC-re. Ez cca 2 méter volt, mert minden kórteremhez tartozott egy illemhelyiség. De ezt a távolságot, az első lépések után (megnyomta a nővércsengőt) két nővér kemény munkájával igen nehezen tudtam megtenni. Az első dolgom volt, hogy belenéztem a tükörbe. Bár az arcom beesett és elég nyúzott volt, de a társaim „torz” kinézete rám nem volt jellemző.

A vissza utat már a férjem ölében tettem meg. Nem tudtam visszamenni. Ettől kezdve, naponta kétszer kivitt a kertbe és ott két-három lépéssel kezdve egyre többet tudtam „sétálni” Az volt a legnagyobb öröm, hogy két hét múlva egy kis dombszerűségre is felmáshztam valahogy. Diadalittas érzés volt. Az evés sem ment úgy, ahogy szerettem volna. A kezem sem működött úgy, ahogy én irányítottam. Ritkult az infúzió, bár még pépes kajákat kaptam.

Aztán amikor a „séta” – néhány lépés önállóan- már ment, elkezdett az agyam működni. Persze nem úgy, ahogy régen, de önálló gondolataim voltak. Elkezdtem megszámolni hány gyógyszert kapok, de nem merem leírni. Szörnyű volt. Számokkal dolgoztam a betegségem előtt, ezért elkezdtem szétrakni a tablettákat, kapszulákat. Amiből egy db volt, az ment jobbra, amiből kettő, abból egy jobbra, egy balra, amiből három abból egy jobbra a többi balra. Így a teljes teli maroknyi gyógyszerből maradt 8 db.

De még a férjemnek sem árultam el, hogy mit csinállok. A rokon nővéreke valamit gyaníthatott, mert amikor a gyógyszereimet kellett bevennem a műszakja alatt ott állt, amíg bevettem. Fifikásan a nyelvem alá tettem az egész kupacot, és jó nagyokat nyeltem. Bevette! Amikor elment, kimentem a toalettre és bezártam az ajtót. Kiköptem papír zsepire az összes tablettát, és újra válogattam. Harmadik nap után már tudtam kívülről, mi kell és mi nem. Soha nem buktam le!

Éjjel nem sokat tudtam aludni, kijártam a nővérekhez és most már magyarul segítettem nekik a keresztretjvény megfejtésében. Amikor kevés időt alvással tudtam tölteni, sokszor volt egy visszatérő álmom, amire rendre emlékeztem is. Állok a homokos tengerparton, szikrázik a napfény, és én ott állok, teljesen egészségesen. Szép álmom volt.

A gyermekeim egyre jobban hiányoztak. A névnapomra szívhez szóló levelet kaptam tőlük. Egyre jobban vágytam haza. Tudtam, hogy élni fogok, és visszatérek a normál életbe, és sikeres

leszek. És a férjem támogatót ebben. Most már újra csak az én fehér hercegem lett.

És eljött a szeptember. Az egyik barátnőm a nagy tilalom ellenére beszökött hozzám, és ő is segített abban a döntésben, hogy én most már hazamegyek. Már csak három gyógyszert kellett szednem naponta, de valami miatt még benn akartak tartani, amit nem igazán értettem. Egy orvos barátom meglátogatott, és biztosított arról, hogy jól vagyok. Azt mondta, kérem, hogy saját felelősségemre hazamenjek. Majd ő is vigyáz rám.

És meghoztam a döntést. Hazamentem. Illetve nem egészen haza, csak a családomhoz, a gyerekeimhez. Ugyanis a férjem kitalálta, hogy az egyik legjobb barátainkkal elmegyünk Gyenesdiásra „nyaralni”. Mint utóbb kiderült, ők nem is tudták, hogy elég beteg voltam akkor még. De jól sült el a dolog, jól éreztük magunkat. A kisebbik gyerekemet borzasztóan idegesítette egy madár, ami a barátaink egyik fiának a kedvence volt. Így a kicsim minden este egy sállal letakarta a madarat, hogy ne rikácsoljon. Ez volt a legnagyobb ellentmondás a nyolcfős csapat között.

A nyaralás elmúltával a döntésem az volt, ha már ilyen szépen felépültem, vissza kellene térnem a munkámhoz. Harmincfős csapatom volt. Én voltam a kinevezett, Kevin a megbízott osztályvezető. Mindkettőnk jól ismert a viszonylag nagy létszámú csapat. Amikor bejelentettem, hogy munkába állok, leginkább az igazgató lepődött meg. Behívatott mindkettőnk, és közölte, ő nem fog beavatkozni, győzzön a jobbik.

És megkezdődött a harc!? Bár amikor a kisebbik gyermekemmel először elmentem sétálni, megkérdőjeleztem, indokolt-e hogy elkezdjek dolgozni. Ugyanis a piros lámpánál simán leléptem, és a gyerek figyelmeztetett, hogy jönnek az autók. Visszaléptünk. Este csendesen álomba sírtam magam. Szerencsére a tengerparti álom volt, ami mindig jót tett a lelkiállapotomnak.

Kevin korrekt kollegám volt. Soha nem bántott, még a hátam mögött sem. Eltelt egy hónap október volt. Egyszer Kevin a közös irodánkban egy szál fehér rózsával állt előttem reggel nyolckor. Nem tudtam mire vélni. És megszólalt: - Alisa! Én elmegyek. Nagyszerű szakember vagy, és csodálatos ember! Kívánok neked sok sikert. És fogadd el, hogy az embereid szeretnek és tisztelnek téged. – Átadta a virágot, elment a Dirizhez és felmondott. Egy idő után hiányzott. Jó ember volt. Vállalkozó lett, de sajnos néhány éven belül meghalt, viszonylag fiatalon.

És a csapat tényleg mellém állt. Teljes szívvel. Ez volt az én valós ébredésem. Újra el tudtam fogadni magam, megtaláltam a saját békémet. A lelki egyensúlyomat.

Szerettek a kollegáim, a családom, a barátaim és még a kórházi nővérekkel is (nemcsak a rokonnal) tartottam a kapcsolatot. Révbe értem. De nem volt maradásom. A seb, amelyet a szívemen ejtettek, soha nem gyógyult be.

Aztán kialakult bennem egy égető vágy. Ez olyan, ami egészen addig nem lankad, amíg meg nem valósul. Ez az álmokhoz kötődött. Állni a hullámozó tengerparton, szikrázó napfényben, homokban mezítláb sétálva. Teljes nyugalomban, meglelve az én békémet.

Megadatott! Először Brighton, az angol tengerpart, aztán a horvát tengerpart, az Adriai tenger. S végül a Japán-tenger partján találkoztam (igaz nem az álombeli), de igazi képpel, ami örök békével töltött el. Naplemente, ahol csak állok a tenger partján egy fából tákolt mólón, és nem látok mást csak a tengert, ahogy a látóhatár szélén összeölelkezik testvérevel, a kék égbolttal. Már alkonyodik. Egyedül vagyok, és visszaemlékszem az elmúltra. Már ami eszembe jut belőle.



## NÉMETHI-VAS KATALIN

Debrecenben élek születésem óta, s mint oly sokan a világban jómagam is az utamat keresem. Az irodalom szeretete, az alkotás öröme az ösvény, melyen elég korán elindultam. Örömet okoz, ha gondolataim, értékrendem sikerül egy-egy versbe, mesébe, novellába, bármibe behelyezni és az olvasó be tudja azt fogadni, ha talál benne valami hasznosat, s megajándékoz azzal az érzéssel, hogy adhattam, ugyancsak felemelő érzés. „Minden ember egy csoda”. Ezt az alapigazságot vallom magaménak, ha sikerül ezt a szellemiséget másoknak is átadni, vagy az éppen „gyengélkedőkben” megerősíteni, akkor már tehettem egy újabb lépést azon a bizonyos úton.

## A SZERETET TEMPLOMÁBAN

Írta: Németi-Vas Katalin

(Meditációs élmény)

A halk zene lágyan ringat.

Lassan, nagyon lassan visz közelebb, egyre közelebb a célhoz...

„Lecsukódik a szemed...”

Mintegy transzban követem az utasításokat.

„Teljesen kizárod a külvilágot, nem hallod a zajokat... a neszeket sem...”

„Csak lebegsz... a semmiben...”

Hosszú szünet következik, olyan csenddel, amelyet hallani lehet.

Pedig a szomszéd Béla biztos, hogy most is tökhangerőn hallgatja a „Járom az utat, a macskaköves utat.”

Hozzám mégsem hatol el, mert már nem is vagyok itt. Lelkem kilép testemből és tényleg felülről, kívülről látok mindent. Úgy, mintha egy másik dimenzióból nézném. A körvonalak egészen másmilyenek. Elmosódtak és aranyozott szélűek...

„10..., 9..., 8...”

A hang, úgy jut el hozzám, mintha egy kútfenekéről jönne. Öblös és egyre mélyül...

„5..., 4...”

Csodálatos ragyogó fény...

Mindenből árad, és mindent körbevesz.

Egy réten vagyok.

Egy tökéletes réten, ahol még a fűszálak is vigyázban állnak, vagy ha nem akkor pont olyan szögben hajlanak, ahogyan egy gyönyörű festményen. Minden egyes rög, minden virágszirom, minden apró levél harmonikus egységet alkot.

A nagy egész része ez a hely, egy erdő közepén. Minden meditáció itt kezdődik...

Ketten vagyunk a zene és én. Ez kísér a másik világból végig. Egy patak csörgedezik előttem. Belemerítem a kezem. A „víz” állaga nem hasonlít a földi világból ismert vizek szerkezetére. Tapintása bársonyos, kellemes, lágy. Átfolyik kezemen, majd egész lényemen, mert már elmerültem ebben a hús folyamban, mely folyamatosan tölt energiával. Minden léleksebem begyógyítja, harmonizál, vitalizál. Már nem vagyok az, aki voltam. Kimos belőlem mindent, amitől szabadulnom kell. Felszíne kissé zavaros lesz ettől, de hamar kiegyenlítődik, és vígan csobog tovább. Egy tóban gyűlik össze távolabb. Odamegyek és beletekintek. Ragyogó fény vesz körül engem is, mint a hely minden alkotóelemét. Sikerül eggyé válnom ezzel az egészszel, s illeszkednem összhangjába.

Könnyed, légies léptekkel haladok tovább.

Neki vágok az előttem magasodó dombnak. Egy hófehér kápolna áll a domb tetején. Kívülről kicsinek látszik, egy-két lény épp elférhetne odabenn.

A kapu kitárul és én belépek. Egy hatalmas csarnokban vagyok, két oldalt oszlopsorok, aranyfényű, égbeszökő, karcú oszloperdő. Mintegy harang borul rá a monumentális kupola kék-arany fény árad belőle. Nem is veszem először észre az oszlopok tövében és a kápolna belső homályba boruló szentélyében pihenő vándorokat. Pedig sokan vannak itt. Ez a szeretet temploma, és minden ösvényen haladó betér ide. A lelkek találkozóhelye ez. Fennkölt és magasságos, beragyogja az Atya fénye. Nyugodtabb hely e templomnál nem létezik egyik dimenzióban sem.

Egy alak áll nekem háttal az egyik oszlop mellett. Nem tudom ki ő, csak érzem, hogy engem vár. Odalépek és megérintem a vállát.

Felém fordul, és egyszerre minden megvilágosodik. Ő az, a lélektestvérem. Szavak nélkül beszélgetünk. Megtudom a legfontosabbakat. Ő most egy másik planétán él, hasonló életet, mint jómagam. Sokat gondol rám, és sűrűn jön el ide a találkozás reményében. Mindig tudtam, éreztem őt, s ő engem. Amikor választott világunkban kitelik az időnk újra találkozunk. A Merkabában várjuk be egymást, hogy egyesüljünk az androgün létben. Addig azonban sokat kell még tanulnunk, hiszen azért születtünk, hogy gyarapítsuk tudásunk, s hogy formáljuk környezetünk. Ő a Szíriuszon, hozzám hasonló humanoid



formában, míg én a Földön. Küldetésünk a segítség-nyújtás minden létezőnek, s a szeretet átadása mindenkinek, aki minket választ. Azt is megtudom tőle, hogy az ő életében is vannak hiábavaló találkozások is, melyek hatása kétséges kimenetelű, de világossá válik az is, hogy mindennek ellenére sohasem szabad feladnunk a hitet. Él és létezik az igaz, önzetlen, mindent birtokló mégis nincstelen szeretet. Még néhány pillanatig átadjuk egymásnak, amit lehet, érzéseket, gondolatokat, múltbéli szép emlékeket. Aztán indulnunk kell. Vár a valóság. De gazdagabban térek vissza, dédelgetem magamban ezt a csodálatos érzést. Tudom, hogy újra, és újra el fogok jönni ide.

A zene lágyan ringató melódiáról gyorsabb, hangosabb ütemre váltott.

„Indulnunk kell vissza, végy érzékeny búcsút ettől a csodálatos helytől.”

A tó tükrén aranykoronás hattyú lebeg, szárnyával int felém.

Megsimítom egy fénysugárral, átvágok a mezőn, s a fehér márványlépcsőhöz érkezem.

„Lassan számolni fogok visszafelé.”

Még egy utolsó búcsúpillantás a békés táj felé. Olyan, mint egy mesebeli kép.

„16..., 15..., 14...”

Rálépek az első lépcsőfokra és elindulok.

Minden lépésnél egyre jobban érzem a környező világot.

„10..., 9..., 8...”

A hangok egyre tisztábban jutnak el tudatomhoz, már érzem a testemet körülvevő levegőt.

„6..., 5...”

Lassan minden visszatér a régi kerékvágásba.

Kezem szemem elé teszem és óvatosan nyitom rá az itt hagyott világra.

Néhány pillanatig még fekszem így, s visszagondolok a béke és harmónia csodálatos mezejére. Lelkemben nyugalom és határtalan elégedettség.

Ezt az érzést, csak ott kaphatom meg a Szeretet-templomában.



## BURONYI ERIKA

Éppen válófélben vagyok a férjemmel. A történetemből kiderül mi volt az ok, amiért úgy döntöttem nem folytatom tovább.

Lelki békét nagyon nehéz megtalálni és nagyon könnyű elveszíteni. A témát most nagyon ideillőnek gondoltam, és segített a történetek feldolgozásában.

Remélem valahol megért engem mindenki, aki olvassa ezt a pár sort és erőt merít belőle, köszönöm, hogy elolvassa rövidke írásom!

## A BUBORÉK

Írta: Buronyi Erika

„Lelki béke? Badarság. Tudod mi az a lelki béke? Egy buborék. Egy buborék, amit buborék fújón kifújtal és addig tud lebegni, míg valaki ki nem szúrja. Vállat vonsz, majd újat fújsz és megint újat és megint, addig csinálod, amíg nem kezd el nehezedni, égni a mellkasod és már erőd nincs újból levegőt venni. A szó szoros értelmében: KIMERÜLTÉL.

Na, ez a lelki béke számomra.” – Mondtam ezt én pár évvel ezelőtt a lelki békéről, amíg nem tudtam mi az, hogy probléma. Mert mindenki nagy röptű előadásokban és videóknban előadja, hogy számára mit is jelent ez és azt, hogy egyes emberek mit gondolnak erről, de azt nem, hogyan kell megtartani és hogyan kell uralkodni magadon, hogy tudsz egyensúlyt teremteni magadban, mert ez a nehéz része. Akkor találtad meg a lelki békédet, ha meg tudsz maradni önmagadnak. Ezzel kezdődik minden, talán ez az első lépcsője, amit el kell sajátítani, de most elmondok egy történetet, hogyan mentett meg az én lelki békém, továbbá hogyan tartott életben:

Minden egyik napról a másikra történt. Már csak arra eszméltem fel, hogy benne vagyok a zűrzavar kellős közepébe és mindenki rám mutat, hogy én vagyok a bűnös. Mindenki kiabál, ők hatalmasak lesznek és erősek, én meg megyek össze, törpülök. Hangom elhagy és az örök mosolyom egy pillanat alatt elmúlik. A gondolatok, amik eddig cikáztak a fejembe most lefagytak. Félelem lett az úr. Csak állok és tűröm a pofonokat. Csak állok és nézlek, ahogy kiabálsz. És azt kérdezed, miért nem mukkanok meg? Most bezzeg nem tudok beszélni, mondod ezt te, aki a szóhoz se hagy jutni vagy nem érdekel, amit mondanék.

Azokban a pillatokban, mikor mindenki kiabált én dermedten és szorongva egy helyben álltam, s mindenki bolondnak nézett. Még én is magamat.

A következő nap minden kezdődik előről, majd harmad nap aztán minden nap. Egyre inkább beletörődtem, hogy én vagyok a bűnös, elhittem, hogy minden az én hibám. Lassan megszoktam, ami eddig otthonom volt azt vendég szálló lett. A szerelmedet, amibe minden reményemet beleültettem, mint egy rózsát, már csak paraj nőtt ki a helyén. Te voltál az ördög, aki mindenért kiabált és csapkodott, majd azt mondta ez szeretetből van. Elhitetted, hogy normális, ami történik. Az öklöd a vállamon, a bakancsod a sípcsontomon, a tenyered a testemen. Folyamatosan a változáson járt az agyam, min változtassak? Hogy tudnék a legjobb lenni neked, a családomnak. Mikor nem tudtam egyszerűen abba az irányba „fejlődni”, amiben ti szerettétek volna, akkor elhittem, hogy senkinek nem fogok kellenni. Nem kellek majd a családomnak, a barátaimnak és ha neked már nem kellek soha nem fogok kellenni másnak sem. Mindenkit elhanyagoltam, csak sodródtam és azon kattogtam mikor és hogyan adjam fel végleg a harcot. Kérdéseket mantráztam a fejembe: Mit rontottam el? Ezt érdemlem? Eddig miért nem jött elő? Hol a hiba? Vakon voltam eddig? Kinek mondjam el, ez szégyen... Megbuktam? Kudarcot vallottam? Elkezdtem elhanyagolni már saját magamat is, depresszióba esni és belefelé fordulni. Nem érdekelt semmi sem, csak folytak a napok nap – nap után.

Mikor erőt vettem magamon és elkezdtem beszélni róla a környezetemnek óvatosan, akkor elkezdtek megerősíteni abba, hogy ez így nem normális, nem az én hibám, ami történik az életemben arról én nem tehetek. De még ezekben a pillanatokban is védtelek téged, ezekben a pillanatokban is előadtam, hogy én sem vagyok tökéletes. Egyszerűen eljátszottam, hogy igaz vannak gondok, de minden rendben van, nem kell aggódni értem.

Majd egy nap úgy éreztem magam, mint a pap az egyszerű viccben, ismerik?

„A falut elöntötte az árvíz, a pap bemegy a templomba majd mennek érte mentőmellénnyel, hogy „jöjjön atyám kivisszük innen”. Mire a pap: Nem majd az Isten megsegít. Az árvíz elönti a templom alsó szintjét, már a pap az első emeleten van, mennek érte csónakkal; „jöjjön atyám, megmentjük”. Mire a pap: Nem, majd az Isten megsegít. Ezután az árvíz elönti a templomot már majdnem teljesen, repülővel mennek a papért; „jöjjön atyám, megmentjük”. Mire a pap: Nem majd az isten megsegít. Az árvíz elvitt végül mindent és a pap felment Istenhez és ezt mondta neki: De atyám, maga nem mentett meg, ott vártam a templomba. És az atya így szólt: Gyermekelem, küldtem érted embert, csónakon, repülőt, egyikkel sem éltél.”

Éreztél már így? Nekem küldött segítő kezet, ingyen lakást, és támogatást. Egyikkel sem éltem. Mindig azt mondtam, hogy majd jobb lesz és imakönyvembe a napi imák fölé leírtam az én kérésemet Istentől: mentsen meg, vigyen ki innen.

Napról napra mindig előre gondolkoztam egy kicsit. Mikor menjek el innen? Hogyan menjek el innen? Ábrándoztam és szerelmes lettem a gondolatba: *visszakapom az életem*. Amikor történt egy kellemetlen dolog, mindig elhoztam egy dolgot otthonról, apránként, nem látványosan.

Az én lelki békém (akkor azt gondoltam) ezekben a hónapokban a szerelmem volt irántad, és a remény, hogy jó lesz. Pedig szimplán csak félted tőled. Az indulatodtól, hogy nem mondhatok senkinek sem nemet. Ha szeretnék valamit engedélyt kell kérnem tőled, majd attól a személytől is, aki téged irányít. Mint egy hivatalos kérelem, olyan volt ez. Beadtam a kérelmet, te első fokon ítéletet hoztál majd vitted másodfokra...

Tudod mi történt mind eközben? Eluralkodott a honvágy rajtam, mert tudtam, ott szerettek igazán, ott volt igazán otthonom és ott volt csend a szobába. Ott volt mosoly mikor megláttak. És tudod mi történt kidurrant a buborék, amiben eddig tartottál. Ez a buborék vasból volt és nehéz volt tartanom. Nem tudtam újat fújni.

Összerogytam, a földre hulltam, mint egy elhasznált rongy. Kifacsartad belőlem az életet és a kreativitást. De tudtam, hogy ha segítek magamon, az Isten is megsegít – így hát cuccoltam. Rábíztram magam arra, hogy vigyenek az események, hurcoljon a szeretet és éljek. Amit veled nem lehetett.

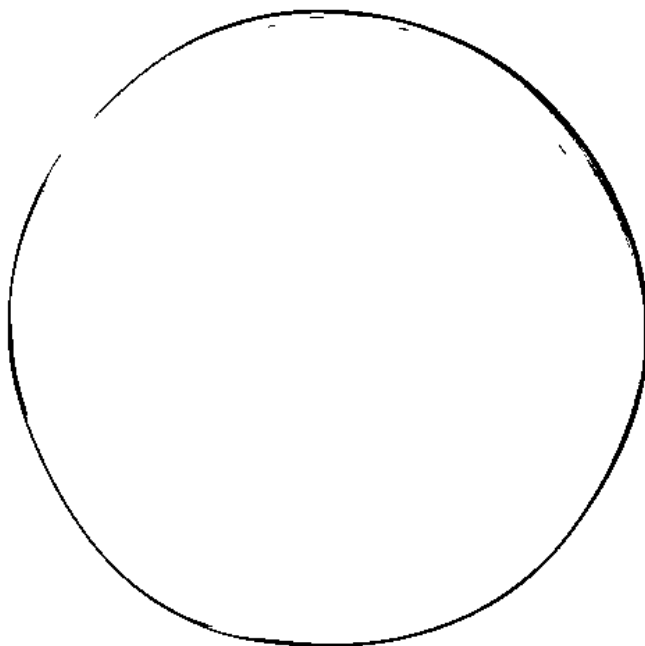
Most fújok egy új buborékot és belefekszem, béke van. Ehhez senki nem nyúl, senki nem fogja kiszúrni, senki nem fogja megrendíteni megint.

Minden, ami kimaradt az életemből azt bepótolom. És, ha nem érdelek meg már senkit se az életemben, én akkor is boldog leszek. Ha minden átkod elér és nem élem meg a holnapot is hálás leszek, hogy nem melletted kell ébrednem. Az én lelki békém a hála. Hála a szüleimnek és a testvéremnek, amiért a legnehezebb pillanatban a jelenlétükkel adtak erőt. Hála a barátaimnak, hogy most mind itt vannak nekem. Hála az irodalmi körnek, nekem most ti vagytok a kikapcsolódás. Hála a közösségnek, amiben élek, hogy azonnal visszafogadott.

Abban a pillanatban, mikor eddig életem legfájdalmasabb dolgait tetted velem, én csendben tűrtem. Kerestem egy pontot és vártam, hogy vége legyen. Bocsánatot kértem, majd minden nap úgy mentem haza, hogy csak ezt a napot éljem túl. Nem bántottalak, soha nem is foglak egy rossz szóval se. Ahogy engem meghallgatott a jó Isten, téged is látni fog és rá bízlak. Az ok, amiért soha nem beszélnék veled újra az a megbocsájtás: ami annyit jelent, ha valaki megbocsájt neked, az soha többé nem hozza fel ellened fegyverként. Én nem tudom és nem is fogom megbocsájtani, amit tettél. De köszönöm, hogy megtanítottál kiállni magamért. Köszönöm, hogy megmutattad mit akarok az élettől és végül köszönöm, hogy rávezettél, az nem én vagyok, aki melletted lehettem.

Tehát ha a történetek után valaki megkérdezné tőlem mi is az a lelki béke, és hogy bírtam ki mindent ezt mondanám: A lelki béke nem az örök nyugalomról szól, hanem arról, bármi is történik mindig nyugton tart téged.

Lehet ez a te buborékod, lehet ez bármi, ami mindig megmutatja, hogy van másik út és nem engedi, hogy felad. Vallásos emberként én hiszem, hogy a hit egy menekvés tud lenni az embernek. Én megtaláltam az emberekben a lelki békém. Megtaláltam a szeretetükben azt, amit kerestem. Aki a lelki békét keresi, először egy nyugodt környezetet keressen, és ha megtalálta ott lesz a lelki békéje is.



*G. Episcopus*



## HAMERLI ÉVA

Feladatomban tekintem az emberi értékek változásának és mértjeinek kutatását.



## **Amikor azt hiszed, már minden jó lesz....**

Írta: Hamerli Éva

(CHEB: Zabáló szabál'ok c. regény utolsó fejezete alapján)

Csilla épp a mobilja emlékeztetőjét nézte, hogy azon a márciusi napon is minden ígéretének eleget tegyen időre, amikor a közösségi oldal >>*Mi is történt*<< ekkor-akkor emlékképe csipogott be.

„Hm. Édeseim!” Nézte a 67 éves nagy, Erika lánya esküvői képét, alatta a házassági évfordulóra figyut.

„Ti adtatok erőt, hogy túl akarjam élni a műtétet, fel akarjak ébredni utána.” Emlékezett vissza arra a napra, amikor az életmentőnek induló, párnapos halasztás után egy „szimpla” bélszakasz tisztítást jelentő kisebbnek tervezett műtét kezdetekor imádkozott az Úrnak.

Az írás folytatása, elkezdett könyveinek befejezését módosítva, egy ütős történettel próbálta igazolni a családjának is, hogy anya nem csak időmúlítás kedvéért ül egyre gyakrabban a laptopja előtt. A mindennapok eseményeinek kicsit cifrázott eseménybe csomagolásának könyvei ugyan már nem érdekelték az egyre zombiságot imádó olvasókat, magánkiadásban kellett gondolkodnia. Ahhoz pedig munka kellett a nyugdíj mellé. Nem is képzelte, hogy a hasából kilógó tasakkal egésznapos melóra számíthat előítélettel terhelt szülőházájában, de napi párórás elfoglaltság fizetésért helyzetet bármikor elfogadott volna.

A még kórházban megtervezett könyvét könnyen – és tán gyorsan is – megírta, kiadás előtt egészségügyi és bűnmegelőzési szakértőket sikerült is találnia, hogy ne tegye nevetségessé a mindennapok megmérettetésekének gondján-baján túljutni képes főhősét az esetleges szakmai baki. Mégse érezte azt a bizonyos maslowi csúcst. Érezte, tudta, hogy vissza van még valami, amivel kipipálhatja az adósságát, viszont a szerencsére egyre

több szaktudásának bizonyítását jelentő munkaadójának valahogy hamarabb kifárasztották, mint pár éve.

Épp feladni készült a nagyiként, XXI. század fejlődése szerinti munkavállaló és Feladatának összehangolását, amikor kiderült, hogy a pár éve neten egészségügyissel tartott kapcsolat tulajdonképpen lánya barátnője. Már soknak tartotta azon a márciusi napon a visszaemlékezést, most mégis jóérzés volt maga előtt látni a gyerekorvos Zsókat, amikor bemutatta az eleinte pótapa vagy élettárs kétélyt jelentő századosnak.

Kezdett gyorsabban kalapálni agya-szíve, ahogy hallotta a drogprevenciós bűnmegelőzési csoport vezetőjének korholását: >>*Csilla kedves, maradjunk abban, hogy politikamentes jeleneteket vagyok csak hajlandó átnézni.*<<

Hogy a szakértőből később munkáltatói szerepet is betöltő férfiként is fogja figyelni, óvni a nálánál tizenegynéhány évvel idősebb nőt, csak az alapítvány gyerekei sejtették, már az első naptól.

Noha Zsóka is mosolyogta a 2024 egészségügyi helyzetére utaló jelenetsorának javításakor, az óhatatlanul történetbe beépített két CS együtt-egymásért pillanatainak sejtetését, reményét.

Ezt az emlékhologramot is bevillantotta Csilla >>*mit és hogy írnak most?*<< dilemmája, amit Erika chatüzenetének mobil csipogása oszlatott.

>>*Hát mindenre gondoltam anya, de erre nem. A júniusi műtétet 2025-re halasztották.*<<

„Micsoda?!” Üvöltött fel Csilla, a márciusra előrehozott nyári időben nyitott ablak mellett megijesztve a ház előtt babakocsijában síró picinyét sétáltató anyukát.

>>*Zsóka kedves, KÉRLEK!*<< írta nem is Messenger, inkább SMS üzenetét a szakvizsgájára készülő doktornőnek. Meg is volt az eredménye, pár perc múlva zizegett karkötője, jelezve a hívást.

- Szerencsére ma mindenhol van Wifi, ne költsd a pénzed – látta a videóhívásban Zsókát. – Hol akadtál el, Csilla néni? De nyugi, a holnapi iskolai orvosi ügyeleten is találkozhatunk.
- Holnap? – esett ki szerepéből Csilla, felejtette el az összes ellenkezést, amivel rohamozta volna már hívóját.
- Ti tényleg fasírtban vagytok – kuncogott, Zsóka. – Azért a postádat nézzed, mert ha a gyűrűjét vissza is adad, a suliban tanárára, az alapítványnál Joli Jokerére számít.
- Zsóka drága, köszönöm ezt a jó hírt, viszont segítened kell most! Azt kérsz tőlem, amit akarsz, akár ismerőseid diplomamunkáját is vállalom ingyen, de mozgass meg minden követ – akadozott a nagy lendülettel indított kérés, a végén már homályosan látva a mobilt. De nem látásproblémát, s nem is nyanyakóros, viszont őszinte értő-érző pityergés könnye hullott a kis készülékre.
- Na várj csak! Akkor te most nem azért... - pislogott Zsóka, a mögötte >>doktornő jöjjön<< kérést egy röpke >>Máris, de ez SOS<<-sel leintve.
- Fejezzük most be, menjél, Zsóka! De kérlek, olvasd el, amikor ráérsz, amit küldök. Nem könyvrészlet, kőkemény valóság! A barátnőd, a lányom élete – csuklott már el Csilla hangja, nyomta ki a mobilt.

Laptopján rákeresett pár hasi sérvről információra, taláalomra egy magánklinikára, aminek árait nézve félre tett minden kisebbrendűségből eredő érzést, gyorshívó számai közül kikereste Csabáét.

-o-o-o-o-

Másnap senkise csodálkozott, hogy az alapítványi iskola vezetősége az alapító tagokat fogadta, hisz a balatoni tehetséges, megtévedt fiataloknak létrehozott „kis lak”, két háznyi területen mindent gyakorolható, pályázható próbahét ledöntötte a fiatalok és értük tenni akarók közti falakat. Már az volt újdonság, ha valamilyen módon nem jelentkezett a próbaidősökkel közvetlenül foglalkozókat

látogató százados, a tanulók egészségügyi állapotát mérő doktornő.

- Bocs, hogy nem tudtam azonnal válaszolni – gyülekeztek a huncutmosolyos szemrácokat törő komor homlokrácok Csaba dús szemöldöke felett. – De elolvastam, amit küldtél Zsókának, az előbb beszéltük meg.
- Ne haragudj, hogy nem tudtam politikamentesen, de manapság nem tudni, hogy a pénz, vagy a politika, vagy akár egyszerre mindkettő az irányító. De most hidd el, engem ez cefetül hidegen hagy. Nem látom értelmét az életemnek, ha elveszítem Erikát.
- Ugyan már, ne viccelj, Csill’ – ölelte magához, a pár hete még szeméremfalakat dönteni akaró férfi, a kétségbeesett anyát. – És kérlek, próbálj ismét elvonatkoztatni, vagy inkább maradj otthon, míg ez nem rendeződik.
- Csak nem hallottad a balhét?
- Mindannyian hallottuk, éd... Csilla. Az igazgatónő ki akart hívni téged, és bemenni addig, míg megnyugtatlak, hogy megoldjuk. De jobbnak láttuk, hogy az osztállyal kialakult vitát, konfrontációt te oldd meg.
- Nem elég, hogy egy milliós számla befizetésén múlik Erikám élete, akkor a fejemhez vágja az a csoport, akik miatt nem segitettem csodálatos anya lányomnak, hogy ne súlyosbodjon a betegsége...
- Végül is mit vágtak a fejedhez? Miért akadtál ki ennyire?
- Hogy rajtam múlik, amiért képtelenek négy rövid szabályt megjegyezni február óta. Amiket leírtunk, szerkesztettünk, nem egy példával gyakoroltunk. Az alkalmazást, az ügyiratok önállóan fogalmazására osztályzatszerzési lehetőséggel, kaptak is kisötösöket. Most meg úgy csinálnak, mintha soha nem is hallottak volna róla, irdatlan baromságokat hoznak össze a netről ollózva.
- Mert ebben a korban vannak, ráadásul ők ebbe a világba születtek. Senkinek se tetszik az emberi értés-

érzés törlését célzó mesterséges intelligencia öncélú fejlesztése, használata. Ha jól értettem a múltkori jelenetednek mondanivalóját.

- Igen, jól értetted, de hidd el, ez engem most nem vigasztal. Doki, ha nem tudsz valahogy egy millát szerezni nekem, nekünk, mondd, hogy mielőbb más lehetőséget kereshessek, mozgathassak meg...
- Összehozzuk, Erikát én fogom megnyugtatni, hogy készüljön még az idei műtétre, ami után te fogsz segíteni neki. Hisz legalább hat hétig nem terhelheti magát, ha jól tudom.
- Előbb tudjam a leg... Egy pillanat – nézett karkötőjére, Csilla. – Megkaptam a választ a magánklinikától.
- Na nézzük – hajolt közelebb a nő mobiljához a százados. „Ha már dokiz, tényleg nagy a gáz, mielőbb össze kell hozni valamit.” Gondolkodott, mikor megcsapta orrát annak a spraynek az illata, amit még nők napjára adott, az akkor még szenior jegyesének.
- Semmi érdemleges – adta át mobilját Csabának, Csilla. – Csak megerősítette a számokkal hadakozónak, hogy mégis megy még az egy meg egy – rándult szája, gyülekeztek szemében a könnyek.
- Tanárnő, elnézést – állt előtte az órai vitát kiváltó srác.
- Ne haragudj, de most nem tudok veletek foglalkozni – pillantott ismét zizegő karkötőjére, de már későn. Csak azt látta, hogy Erika küldött üzenetet. Elolvasásra nem maradt ideje.
- Baj van, tanárnő? – alakult ki röpke pillanat alatt a körgyűrű.
- Itt a telód, Csilla – adta vissza mobilját a százados. – Ti meg mit kerestek itt?
- Elvetettük a sulykot, apa – lepett meg mindenkit, a pár éve érte kezdeményezett alapítványi ötlet, iskola tanulója.

- Ez szép, de most ennél százszorta, mondhatni milliószor több, nagyobb gondja van a tanárnőnek, vagyis nekünk, fiam – nyomott egy barackot a fiú fejére.
- Szóval lóvé kell?
- Hát az nem gond, százados úr! Tegnap épp ezt akartuk magának elküldeni. Pályáznánk erre – kereste mobilján a másfélmillió főnyereménnyel kecsegtető etikus hacker pályázat-kiírást.
- Édeseeem – mosolygott Csilla, immáron örömkönnyeket törölve arcáról. – De most menjetek az órára – nyomta el javaslatát a csengő.
- És ha megengedi Csilla néni, a leckéket közösen készítjük el, még ma elküldjük – maradt ott az osztály fő játékos, pár éve adatlopással vádolt, ekkor már etikus hacker országos verseny döntőjébe jutott tanulója.
- Igen! – figyeltek fel a százados örömkialtására. – Kösz, Lacikám! .... Ne, inkább ne is mondd nekik, honnan tudod. Te még itt vagy?! – fordult a kis zsenihez. – A pályázat jó ötlet, de azt az alapítványi tervekre fogjuk fordítani, Csilla néni gondja megoldódott – feledkezett meg magáról, kapta el a tanárnő fejét, s ha nem is a szájára, de egy hatalmas csókot cuppantott a homlokára.
- Megtudhatom én is, hogy mi történt? – pislogott ragyogó szemekkel, Csilla.
- Lehet, hogy nem mondtam még, de Erika apósa az én egykori évfolyamtársam bátyjának a barátja. Hogy a majdnem befektetőnk apóssal miként is ismerkedtem meg, most hosszú. Viszont cefetül kiakadt, amikor megtudta, hogy mi a helyzet. Látod? – mutatott a mobilozó Zsóka felé. – Fogadjunk, hogy már őt hívta. És azt hiszem, ők már tudják is, hogy melyik kórházba hívják a lányodat mielőbb a műtét előtti vizsgálatokra.
- Na jó, és az anyagiak?
- Nem érdekelt soha, hogy honnan és miért, de őt tuti nem félttem a mindennap változó inflációtól.

- No de százados úr! – mosolygott Csilla. – Csak semmi politika – ölelt a férfi karjába. – Támaszkodhatok a te segítségedre? Lehet, hogy a falból mocorgó korlát velem zuhanna le.

- Na, látom, visszanyerted a fantáziádat, gyere – erősítette a karba kapaszkodás fogadását, az utolsó lépcsőknél átkarolva a nőt. – És a lelkibékédet is visszanyerted? – álltak egymással szembe, néztek egymásra ugyanúgy, mint azon a bizonyos 2024-es majdnem Valentin napon.





## TURÓCZI LEVENTE

2007-ben születtem Vácott, de születésem óta Diósjenőn, egy szép kis faluban élek a Börzsöny hegység lábánál. Jelenleg a Váci Madách Imre Gimnázium magyar-történelem tagozatán tanulok.

Már egész kiskorom óta szeretek írni, akkoriban vicces történeteket, meséket írtam, majd öt évvel ezelőtt, 2019-ben elkezdtem megírni első rövidebb regényemet, azóta pedig rendszeresen írok. Főképp novellapályázatokra szoktam írásokat beküldeni; több helyen is megjelentek már, illetve kiadásra került egy saját könyvem is, Világ zaja címmel.



## AZ ÍRÁS BÉKÉJE

Írta: Turóczi Levente

Óriási ricsajra lettem figyelmes. Újonnan szinte kivétel nélkül minden reggelem így indul. Csörög a vezetékes telefon, szintúgy a mobil mellett, a többi elektronikus eszköz szintén csipog: újabb olvasatlan e-mailek, SMS-ek, üzenetek érkeztek. És azt még nem is említem, hogy gyakran a postás is a korai órákban szokott itt csengetni, ő pedig egy újabb kupac levéllel ajándékoz meg engem. Hiába is! Én választottam ezt az életet; én akartam cégvezető lenni! Ez sajnos ezzel jár, főleg, ha egy ilyen nagy cégről beszélünk... Minden egyes nap így kezdődött, szóval nem is lepődtem meg igazán. Ám valahogy belül éreztem igazán, hogy ez a nap bizony más lesz! Ma nem mehet az, amit évek óta el kell túrnöm! Ma megnyugodok kissé, és egyetlen egy darab hívást nem veszek fel, és semmi esetre sem válaszolok egy üzenetemre sem. Elkezdtem tehát megvalósítani elhatározásom: azonnal kirántottam a falból a vonalas telefon vezetékét, s az egy szempillantásnyi idő alatt abbamaradt csörögni. Ezzel tehát garantáltam magamnak, hogy jól induljon a mai nap. Eleve később keltem, mint szoktam, pedig általában már hajnalok hajnalán fel szoktam ébredni, ma azonban ez sem így volt. Nem szóltam senkinek sem reggelről, nemes egyszerűséggel nem mentem be a munkahelyemre. Ennyi év után úgy gondoltam, ez belefér. A napot rögvest egy számomra szokatlan élménnyel indítottam: Főztem magamnak egy jó erős feketekávét, leültem egy pokróccal és néhány párnával egy kényelmes fotelba, és olvasni kezdtem egy izgalmas könyvet! Igazi öröm volt ez nekem, ha tegnap mondtam volna ezt magamnak, hogy még ilyenre is fog időm jutni, akkor szinte biztosan nevetni kezdtem volna! Tehát egy ültő helyemben elolvastam egy egész regényt. Utána ebédet is tudtam főzni, s egy órácskára lementem sétálni. Miután ezekkel is végeztem,

újra nekiültem egy könyvnek. Ez már rövidebb volt: hamarabb végeztem vele. Majd következett egy újabb... Így végeredményben megszerettem az olvasást.

Ezek után több hét is eltelt, de az olvasás töretlen népszerűségnek örvendett nálam. Addig fajult a könyvek szeretete, hogy magam is elkezdtem történeteket írni. Később már pályázatra is küldtem hasonló alkotásokat. Az emberek pedig szerették. Szerették, mert közérthetőek voltak, és könnyen kiragadták az embert a hétköznapokon. Hamarosan több saját kötet kiadása is megtörtént, míg el nem jutottam oda, hogy felmondtam a munkahelyemen, és végleg ezzel kezdtem el főállásban foglalkozni...

Így találtam rá tehát a saját lelki békémre: az írásra, és az olvasásra. Érdekes volt tehát otthon maradnom azon a szép, csütörtöki napon!

## **HEGYCSÚCSRA FEL!**

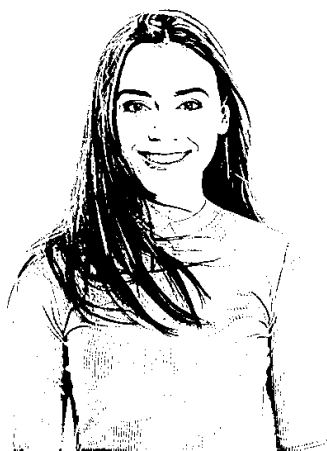
Írta: Turóczy Levente

Egyszer valaki megkérdezte, miben lelek nyugalomra. Az én válaszomon pedig nem kellett gondolkodnom, és hozzám illően tűpontos volt.

-A túrázásban! Imádok hegyeket mászni, kirándulgatni az erdőben, sétálni mezőkön. – válaszoltam az illetőnek, aki megkérdezte tőlem. Néhány nappal ezután ismét útra keltem. Ez volt az első alkalom, hogy kétezerkétszáz méternél magasabb csúcsra indultam. A tavasz derekán jártunk már, a hegytető mégis borítva volt friss, fehér, tiszta hóval. Ezt már letről is láttam, szabad szemmel. A hegy aljában egy kisebb parkolóban álltam meg a terepjárómmal, majd magamhoz vettem minden felszerelést, amit egy hasonló csúcshódításhoz magammal szoktam vinni. Még egyet telefonáltam, majd megindultam. Kezdetekben nagyon könnyű dolgom volt, a lankás hegyi

ösvény nem jelentett akadályt. A későbbiekben azonban kissé megnehezedett a dolgom: nagyon meredek sziklás hegyoldalon kellett volna másznom. Sokat gondolkoztam, meg tudom-e csinálni én ezt, de végül megegyeztem magamban, s nekikezdttem. Úgy húsz perc telhetett el, mire az út feléhez is elértem. Itt a korábbinál is nehezebbnek tűnt a hegymászás, mely egyébként koránt sem volt olyan megterhelő, mint azt én gondoltam. Több óra elteltével, kifáradtan, de megérkeztem a hegy csúcsára. Itt már egészen hideg volt, ezért be is tértem a kis hűttébe, ami idefent állott már vagy harminc éve. Itt megpihentem, és meg is nyugodtam. Ez volt az, ami nekem kellett! Az, amiben nyugalomra lelhetek! Itt találtam meg a lelki békémet. Hamarosan elindultam lefelé a hegyről, s közben fekete felhők érkeztek fölém... Esni fog az eső...





## **BÓDI PATRICIA REBEKA**

Hobbiszinten verseket és novellákat írok egy jegyfűzetbe. Képes vagyok órákon át a semmin csacsogni, egyik témáról a másikra ugorva.

Magamat, viszont aligha tudnám 5 mondatban jellemezni.

Kompenzálás gyanánt, minden egyes mondat amit papírra vetek a lelkem mélyébe enged betekintést.

## LELKI BÉKE

Írta: Bódi Patricia-Rebeka

Volt idő mikor még nem ismertem azt aki a tükörből visszanézett rám. Mégis akkor hogy ismerhettem volna a világot? Azt sem tudtam ki vagyok. Ennél fogva viszont nem meglepő,ha azt mondom akkoriban úgy hittem az élet rózsaszín cukormáz. A jó mindig győz és a gonosz mindig méltó büntetésre talál. Bármennyire is kiábrándító,vagy éppen lesújtó lehet az élet nem így működik. Ezt a tényt ki könnyedén,s ki könnyek között tanulja meg. Az, hogy én utóbbihoz,vagy előbbihez tartoztam maradjon kérdéses.Bár azt hiszem a válasz könnyen nyomon követhető lehet.

Amikor először elindultam az önismeret útján nagy naivan azt reméltem az úgynevezett “barátaimmal “ együtt fogunk átvágni minden kis akadályon ami elénk tévedhet. Az idősebb énem jut derül ezen az elméleten.Keserű nevetéssel palástolja a mai napig érzett kétségeket. A túlarádó érzelmeivel viaskodva behunytt szemekkel folytatja a múlt megidézését. Fejben látja maga előtt a 14 éves énjét aki megállt minden elágazó ösvényen pusztán,mert más is így tett. Esetlenül lépdelget,ráadásul mindenkire ráköszön. Meghallgatja a “hozzáértők” tanácsát. Olyanná vált, amilyennek látni akarják.

Kísérleti folyamatnak tudja be az egészszet,szó szerint nem veszi komolyan az életet. Mindenkire hallgat csak a szívére nem. Akkoriban annyira gyenge volt és jellemtelen nem hallgatott a megérzéseire sem. Nem volt mersze azon az úton járni amit önerőből neki kellett kitaposni.Kipróbált mindent,volt ő már minden. Az első szerep amit magára

öltött abból állt, hogy nyihogott minden viccen és úgy tett, mint akit látszólag nem érdekel semmi sem.

Szoknyát húzott, begöndörítette a haját. Túsarkakon libegett és amikor mosdóba kellett mennie azt mondta:

–Egy perc csak bepúderezem az orrom és jövök.

Mindezt úgy, hogy fogalma sem volt ez mit jelent. Csak egyszer hallotta egy filmben és megtetszett.

Legnagyobb nehezére esett, ezt a szerepet esett eljátszani. Talán, mert ettől állt a legtávolabb. Később, de erre rá is ébredt. Csak hogy túl sok lett. Azt mondták rá kihívó. Azzal folytatták beképzelt. Azt kérdezték tőle mi történt, hogy ilyen nagyképű lett. Hozzátették így senki sem fogja szeretni. Mit tehetett volna? Bólogatni kezdett a könnyeivel küszködve. Magában választ adott a kérdésre.

Mi történt velem? kérdezte. Válasz nem érkezett, bármennyi ideig is várt rá türelmesen. Csalódottan tovább ballagott. Sétálás közben haját szoros lófarokba fogta és magában azon tűnődött nőtársai hogyan képesek mindig annyira tökéletesnek látszani. Neki ez egyáltalán nem ment. Még magassarkúban is alig volt képes fél percnél tovább állni, hát még parádézni. Gyengének érezte magát amiért nem volt képes egy ilyen egyszerű képességet elsajátítani.

–Jobban kellett volna próbálkoznod.– dorgálta meg magát.

Dacból nem engedte magának, hogy könnyekben törjön ki. A pusztá akaratával elfojtotta magában a csalódottságát.

A körülményektől függetlenül próbált erős és derülátó maradni. Annyira görcsösen próbálta a poharat félig telinek látni, hogy az végül eltörött a kezei a közt. Vérezni kezdett. A körülmények nem hagytak számára más választást.

Maradt a negatív életszemlélet, mint örök társ. Ki hibáztatta volna, ezért? Nem volt pohara sem, továbbá a keze is sebes lett az üvegtörmelékektől.

Nem segített senki. Ez volt az első lecke amire fel sem tudott volna készülni. Kizárólag gyakorlatban lehetett alkalmazni. A történések megkeményítették a szívét. Talán, ezért választotta újabban a megfigyelő szerepét. Nem szólt senkihez egy szót annyi sok. Ekkor túlságosan titokzatos lett. Azt mondták ne legyen ilyen szégyenlős. Hozzátették, ezzel megnehezíti a saját életét. Igazat adott nekik.

Kieresztette a hangját. Éhezett a figyelemre. Vicceket mesélt, hogy rá figyeljenek. Nem tudatosult benne, hogy rajta nevetnek, s vele egyszer sem. Segített mindenkinek, ehhez értett. A legjobb tanácsokat ő adta. Azt mondták rá jó fej, segítőkésznek nevezték. A lánynak jól esett, végre nem csak kritizáltak az emberek.

Egy-két jó szóért cserébe, képes volt elmenni amellett, hogy csak akkor keresték, ha valami kellett nekik. Ebben a szerepben sokat tetszelgett. Valamilyen szinten megtalálta a lelke egy darabját. Ismertté vált számára mi az ami boldogsággal tölti el. Örült, hogy segíthet és hozzá fordulnak az emberek. Jó érzés adni, de...ha te nem kapsz cserébe soha semmit előbb utóbb elkezdted unni. Újra továbbállt, hát. Vissza sem nézett, nem vitt magával semmit. Egy újabb lecke volt ami maradt. Végre kezdte a lényegét felfogni. Volt ő már minden nyihogó, figyelemhiányos, csendes. Azt hitte ez a helyes, hogy közembernek lenni kitüntetés. Tévedett.

Élete legnehezebb döntése következett. Nagyot sóhajtott és az ellenkező irányba fordult. Eltávolodott a csapattól.

Egy teljes percig várt. A csordaszellem vezette a többieket igen, de azt elvárta volna, hogy valaki rá kérdezzen ő hova lett. A brigád azonban, ment tovább. Mire is számított?

Nem értékelték soha a jelenlétét.

A lány gúnyosan felhorkantott a dühtől és nem érdekelte, hogy ez egy cseppet sem nőies. Azzal elindult azon az úton amit előtte nem taposott senki. Egészen eddig szerepeket játszott most elindult egy ismeretlen úton. Mégsem félt, éppen ellenkezőleg jó érzéssel töltötte el. Szinte hallotta, amint megkönnyebbülten felsóhajt az őrangyala aki ott árválkodott mögötte. Végre jó útra tért, érezte.

Már nem érdekelte mit gondol róla a többség. Őket követte és akkor is kövekkel dobálták meg. Elhitették vele, hogy túl sok.

Túl csendes, túl hangos, túl dilis, túl zabos. Akkor miért ne lehetne az aki lenni szeretne? Úgysem volt soha elég. Mégis árulónak fogják hívni és ujjal fognak rá mutogatni. Az számukra teljesen mellékes, hogy ez volt az egyetlen módja, hogy magát megismerje, és ne másoknak hódoljon be. A lány elmosolyodott. Hosszú haja teljesen befedte az arcát, ahogy az asztalra hajolt. Fogta a tollát és leírta a következő sorokat:

Az, hogy te milyennek látsz függ annyira a körülményektől, mint az aznapi hangulatomtól. Ha megítélsz azért, amit 2 percig láttál belőlem, az téged határoz meg, és nem engem. Azzal, hogy a komfortzónámból kiléptem



megtaláltam a lelki békémet.Ennek köszönhetően nem érdekel,hogy milyen jelzőkkel illetsz. Befelé nézek nem csak kifelé figyelek,ezért a boldogságom nem veheted el tőlem.Az belülről jön.





## PAUDITS ZOLTÁN

Paudits Zoltán verseit, írásait több tucat antológia, és újság őrzi. Költeményeit számos külföldi lap is publikálta. 2019-ig tíz önálló könyve látott napvilágot. Olvasószerkesztőként, lektorként találkozhatunk a nevével néhány könyvben is.

A szegedi Genéziusz Színház 2013-ban nagy sikerrel vitte színpadra a költő verseiből összeállított színdarabját. Dalait, dalszövegeit felhasználták már dokumentumfilmben, TV műsorban, illetve rádióban. Neves színészek előadásában is hallhatóak versei, kisprózái internetes csatornákon. Szerzőként, társszerzőként feltűnik különböző zenei formációkban.

## AZ IDEGEN

Írta: Paudits Zoltán

Idegen vagyok a nagyvárosban, lakóhelyemtől mintegy kétszáz kilométernyire rovom a forgalmas, benzingőzös utcákat. Fürkészem a szembejövők tekintetét, de egyetlen ember szeméből sem olvasom ki a remény bátorító üzenetét.

Indulásom előtti estén megterveztem utam, kikerestem a térképen azokat a helyeket, ahová mennem kell és lejegyeztem noteszembe minden olyan lényeges információt, amiről úgy véltem, majd iránytűként segítségemre lesz.

Utazótáskával vállamon, kézi sportszattyorral kezemben préselődöm fel a villamosra, sodor a tömeg, megszorul a levegő a kocsiban. Egy nő poggyászának fele az ajtón kívül reked, ideges, rángató mozdulatokkal megpróbálja szétfeszíteni az ajtószárnyak kemény gumiperemeit, de hiába, az anyag makacs, nem enged a szorításából. Egy szirénázó mentőautó halad el mellettünk, néhányan felfigyelnek rá, legtöbben azonban közömbösen, mereven bámulnak maguk elé, csak az oxigén után hevesen kapkodó mellkasi légzésük szabálytalan, ziháló mozgásából látom, hogy nem bábuk, élő személyek. Feszült éberséggel hallgatom a hangszóró recsegő, torz membránjaiból kitörő útmutatásokat, figyelnem kell, hol szálljak le. Idegenségem nyomasztó érzése egyre fokozódik bennem. Egy idősebb férfi szemében látom még ugyanezt, az idegenség érzet diagnózisát. Vajon ő is észrevehette rajtam? – fordul meg fejemben a gondolat. Megérkezem, az enyhén füstös, penészszagú váróban fürkésző, kíváncsi pillantások keresztüzében lépkedek. Talán ők is megállapították, hogy nem vagyok közéjük való! Egy kereszteződés előtt találom magam, hatsávós út, a lámpa gyorsan vált, mire a túloldalra érek, már piros jelzést ad. Eltévedtem, más a térkép és más a valóság, nem csupán a méretek, az arányok különbözőek, de a formák, a tág terek is megtévesztenek, nem tudom beazonosítani, merre járok. Tétován szólítom le a legszimpatikusabb szembejövőt. Kérdezek, nem ért belőle semmit, angolul visszakérdez. Összekaparom kevés angoltudásom, és újra nekifutok a mondatnak. Elmosolyodik, bizonyára helytelen kiejtésen, de nem zavar. Szavanként, lassan tagol, nagyjából felfogom, megköszönöm és tovább indulok. Közel egy óra a városi

tumultusban kiborít, végre egy csendes helyre érek. Különös ívben torkollik egymásba két kis utca, az urbanizáció kítaszítottjának tűnik ódon házaival, reneszánsz hangulatot idéz, itt már fákat is látok, és egy játszóteret, odébb egy park fogad be csendjébe. Éppen időben találtam rá, fáradok, leülök egy falécekkel borított padra, itt-ott már korhadásnak indult az anyag, de súlyom és csomagom még bírja. Előveszem szendvicsem, kibontom, finom rezdülésekkel serceg a sztaniol...

Esteledik, egy magányos templomtorony ágaskodva néz ki a bokrok mögül, közelebb megyek, benyitok ajtaján, s beülök az utolsó padsorba. Az oltárképről mindjárt Jézus üdvözlő, körben a falakról a szentek köszönnek. Béke árad szét bennem, ma először... Maradok, itt legalább mindenki ismer, és mindenkit ismerek...

## **SZERETLEK, URAM...**

Írta: Paudits Zoltán

Kora őszi este, szeptemberi varázs, bíborpalástba öltözött alkonyat, a Duna-töltést beárnyékolják az erdő fái. Túl a négyezren számolom a fehérre meszelt fűágyba rejtett kilométerköveket, ötezer elég lesz, bár nem érzek fáradtságot, ellenkezőleg, mintha repülnék, de akkor sem folytatom ma tovább. Közepes tempóban futok, figyelem és szabályozom légzésem, élvezem, ahogy tudómba áramlik a Duna illatával kevert tiszta levegő. Lenn a völgyben tehéncsorda legel, a partoldalon kifeszített villanypásztor tartja felügyelet alatt az állatokat. Egyre gyorsabban ereszkedik le láthatatlan fonalán a naplementébe kapaszkodó szürkület. A hamuszínű díszletbe bújt zsilip mögött a magányosan álló gátórház alakja körvonalazódik. Az utolsó néhány száz méter aszfaltszönyege szalad a talpam alatt.

Eszembe jut az *„Ép testben, ép lélek!”* időtlen bölcsessége, amit tudatom azonnal át is alakít *„Ha ép a lélek, akkor ép a test is!”* mondatra. Tovább gondolom. Hiába ép, edzett a test, ha a lélek nem fejlődik, ha az ember nem finomítja, nem tisztítja, nem csiszolja, ha végső és egyetlen célként nem vágyik az Istennel való egyesülésre, és ezáltal a múlhatatlan és igaz boldogságra. Lélek nélkül a test, az anyag elvész, elporlik, meghal. A lélek

köré építünk testet és nem fordítva. A lélek, az a parányi, atomnyi részecske olyan, mint a Nap, egyik is, másik is az élet magja, nélkülük nem léteznénk.

Az utolsó számlálókövet is elhagyom, de még pár lépést visz tovább a lendület. Lassan betakarja a tájat fekete fátylával az est. Megállok, titokzatos csend ül a határon, teleszívom magam békéjével, majd arcom az ég felé fordítva nagyon nyugodtan kilélegzem és lélekmélyről mondom, ami bennem elevenen él: „*Szeretlek, Uram...*”

## **SZÍNEK, ILLATOK, HANGOK**

Írta: Paudits Zoltán

Esteledik, elnézem a bíborszínbe öltözött lenyugvó Napot. Lassú, kecses mozgással tűnik el a fák lombkoronái mögött, és magával viszi hátrahagyott óráim emlékeit. Kacér szellő táncoltatja a szőlőlugas leveleit, a teraszon ülve csendben hallgatom az est parányi neszeit, rezdüléseit. Közben számot vetek napi munkámmal, elvégzett, vagy félben hagyott teendőimmel és gondolataim között keresgélem, vajon milyen kódolt üzenetet kaptam ma Istentől.

Mert üzenet mindig van, még akkor is, ha nem vesszük észre, mert esetleg nem egyértelmű, nem szokványos, nem realiztikus, nem kézenfekvő, és nincs konkrétan a szemünk előtt. Figyelek, várok, gondolkodom. A szél kissé nagyobb erőre kap és egy magányos pityangot szabadít meg bolyhaitól. Úgy táncolnak a vattaszerű pihék, mint egy farsangi bálban a párok a keringőt. A kerítés mellé ültetett sárga tulipánok is tartják a ritmust, törékeny száruk ide-oda ring. Egy elkószált fecske keresi riadtan fészket, a leveleit borzolgató nyárfa körül kering, miközben szabályos ovális íveket rajzol a levegőben. A természet édeskés mézillata leng körül és mély megnyugvás árad szét bennem.

Íme az üzenet, a csoda, a színek, az illatok, a hangok, vagyis a létező világ, ezek a Teremtő Isten által alkotott mindennapi csodák, jelek. Ezek adnak erőt, hitet, reményt, ha ezeket észre vesszük, megbecsüljük és szeretjük, akkor részesülhetünk csak igazán abban a boldogságban, amit Isten szánt nekünk.



## HILDA HUNTER

Jáger Lászlóné (Huszár Ildikó) vagyok,

írói álnevem Hilda Hunter.

1959. szeptember 22-én születtem. Somogy megyében, Böhönyén élek férjemmel, egy kis faluban. Három gyermekem van, öt unokám és egy dédunokám. Gyermekkorom óta foglalkoztat az írás, rajzolás, olyannyira, hogy mára az életem részévé vált.

# ÚJ, ÚT, ÚJ ÉLET

Írta: Hilda Hunter

Sötét, öreg este volt már, csillagok hunyorogtak az égen, melyet a konyha ablakból merengve nézett Ildi. Ott állt a konyhában remegve, vajon ma este mi vár rá. A vacsora már az asztalon gőzölgött, paprikás krumpli. A levegő dermesztő volt. A sütőben sült még egy kis adag pogácsa, melyet a megmaradt krumpliból gyúrt össze. A két gyermek, Anikó és Zsolt megterítették az asztalt. Éhesek voltak már, így hát leültek vacsorázni. Éppen merítettek az ételből, amikor megjött Ildi férje. Ittas volt, mogorva, s úgy rontott be a lakásba, mint egy felbőszült bika. Összerezzenek.

– Mi a vacsora? – üvöltötte.

Meg sem mertek szólalni csak ültek csendben, rezzenéstelenül. Ildi felállt, de oly nehezzé vált a lába, hogy csak állt, mint amelyik fa legyökerezett, mélyen, erősen belefúrta magát az anyaföldbe. Férje leemelte a lábáról a fedőt, a gőz kicsapott, a fedő csörömpölve lassan megállt az asztal szélén.

– Ez a kaja? Ez a szar? – kiabálta, és egy mozdulattal lesöpörte az asztal tartalmát.

A tányér eltalálta Ildit, sebet ütött az arcán, kitört néhány foga. Beszaladt a fürdőszobába és csak sírt, de halkán. Inkább a lelke fájt. Tudta, hogy tennie kell valamit előbb vagy utóbb. Visszament a konyhába, a gyerek csak álltak szótlánul. Fogott egy tálat, egy rongyot, és próbálta összetakarítani.

– Apátok hol van? – kérdezte alig hallható hangon.

– Elment – felelték a gyerekek.

Ildi leült egy pillanatra, s azon gondolkodott, mitévő legyen. Összetört a szíve, háborgott a lelke. Semmi másra már nem vágyott úgy, mint egy kis nyugalomra. Bármi áron.

– Menjünk, amíg vissza nem jön! – szólt hozzá a fia.

– De hova?

– Innen el!

– De még sül a pogácsa.

– Elzárjuk a gázt.

– De mi lesz vele?

– Az most nem számít. Pakoljunk össze néhány holmit, és menjük! – sürgette továbbra is a fia.

Ildit félelem fogta el, de tudta, hogy igaza van fiának. Gyerekei hátukra vették a táskát, Ildi bezárta a lakást, s elindultak. Nem tudta, merre, hova, csak ki a faluból, minél messzebbre. Vitte őket a lábuk előre. Ildi szíve hevesen kalapált, majd kiugrott a mellkasából. A csillagok halványan pislogtak a fekete bársonyos égen, a lámpák sápadtan világították meg a szűk járdát. Néhány háznál a kutyák heves csaholásba kezdetek, amint elhaladtak a kerítés előtt. Lassan kiértek a faluból. Nem szóltak semmit, csak mentek. Ildi meg-megállt, hátratekintgetett, majd ráfordultak a faluból kivezető útra. Elhagyták a temetőt, melyben itt-ott pislákoltt néhány gyertya. Ildi megtorpant. Autók jöttek-mentek, majd egy erősen vakító lámpa villogó fénye riasztotta meg, így egy bokor tövében megbújtak. Ildi az eget bámulta, a kedvenc csillagát kereste, és egy pillanatra el is felejtette búját, baját. A Hold szomorúan tekintett az éjjeli vándorokra, mintha teljes tudatában lett volna annak, mi is zajlik a lelkükben. A gyerekek meg sem szólaltak, csak kuporogtak anyjuk mellett.

– Nyirkos az este. Hozhattam volna egy kabátot – mondta Ildi.

– Hová megyünk? – kérdezték a gyerekek.

– A mamához – válaszolta Ildi.



– De az tíz kilométer! – nézett az anyjára Zsolt.

– Tudom – mondta az anyja elkeseredve.

Ildi rátekintett az útra, melyet két oldalról ráhajló fák öleltek. Mély sötétség fogta őket közre. Féltek. Felálltak a bokrok közül, s vissza indultak.

– Most vissza megyünk? – kérdezték a gyerekek.

– Azt soha! Csak a Margit néni házáig megyünk. – válaszolta Ildi.

Pár perc elteltével, visszaértek a Fő utcára. Ildi megállt Margit kapuja előtt, és csengetett. Bundás jött a kerítéshez farkát csóválva, majd visszasétált az ajtó elé. Ildi újból csengetett. Felgyulladt a kinti lámpa, nyílt az ajtó. Margit jött, s amíg az utcai kapuhoz ért, egy kabátkát terített a vállára.

– Ti vagytok? – kérdezte, majd folytatta, mielőtt Ildi meg tudott volna szólalni. – Hozom az autót. Már időszerű volt.

Kigördült az autóval a hídra, Ildi beült a gyerekekkel, s kérdés nélkül elindult velük Böhönyére. Az úton senki sem szólt egy szót sem. Néma csend volt az autóban, csak a motor hangja hallatszott. Késő este volt már, amikor megérkeztek. Már senki sem járt az utcán, még a kutyák sem ugattak. A házak némán meredtek bele a sötétségbe. Ildi erőt vett magán, kiszállt az autóból, az ablakhoz ment. Megzörgette a redőnyt egyszer, majd még egyszer. Margit rágyújtott egy cigarettára, s vártak. Ildi már azt gondolta, talán ki sem jönnek a szülei, tűnődött magában mitévő legyen, amikor nyikorogva kitérült a lakás ajtó, melyen anyja tekintett ki az utca felé.

– Minek jöttetek? – kérdezte.

Ildiben egy világ omlott össze a mondat hallatán. „Minek jöttetek?” Margit látta Ildin, hogy rögtön összeesik, így hát azonnal el kezdte indokolni az érkezést. Ildi ott állt gyermekeivel, földbe gyökerezve az utcán, éhesen, fázva.

Ildi anyja, még mindig az ajtóban állt, majd apja is megállt mellette az ajtóban, pizsamában.

– Meddig maradtok? – kérdezte apja.

– Nem tudom! – felelte Ildi.

Apja lassan, csoszogva elindult a kiskapu kulcsával kezében, és kinyitotta az ajtót. Margit látta, hogy végre bejutnak Ildiék a házba, elköszönt.

– Mi ez az egész? – kérdezte Ildi anyja.

Ildinek nem volt ereje már magyarázkodni. Tudták a szülei, hogy évek óta bántalmazza a férje, és nem csak őt, hanem a gyerekeket is. Akkor éjjel Ildinek nem jött álom a szemére. Gyötörték gondolatai, nem volt nyugalma sem otthon, sem a szülei házában.

Reggel, amikor felébredtek, igyekezniük kellett, hogy az autóbuszjáratot le ne késsék. Ildi dolgozni ment, a gyerekek iskolába. Amíg távol volt szüleitől, igyekezett erőt gyűjteni magának, hogy könnyebben elviselje azokat a perceket, órákat, melyeket a szüleivel tölt majd munka után.

Teltek a napok, a hónapok, melyek egyre nehezebbé váltak. Ildi albérletet keresett, mert a szülői ház, mely soha nem volt mennyország, mostanra pokollá változott. Már csak egy hét volt vissza karácsonyig, s abban reménykedett, hogy talán az ünnep hevében meglágyul szülei szíve, s végre megnyugodhatnak.

– Hoztam egy fenyőfát! – mondta Ildi.

– Az meg minek? – morgott az anyja.

– Feldíszítjuk! Lesz karácsonyfánk.

– Itt nem lesz semmiféle karácsonyfa! Nincs mit ünnepelni!  
– válaszolták szülei.

Ildi nem erőltette tovább a Karácsonyfa állítását. Eljött a szenteste, és még az utolsó pillanatban is remélte gyerekeivel, hogy talán mégis csak lesz fa. Hiába várták.

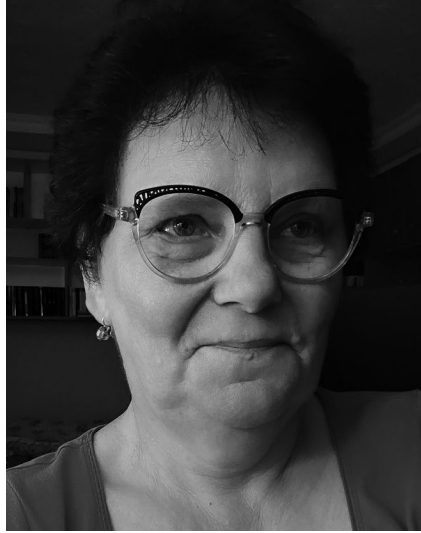
Így szenteste a ház szegletében görcsbe szorult gyomorral az eresz alatt egymást átölelve sírtak. Fagyos szél járta őket körbe, de akkor, ott megígérte a gyerekeinek, hogy a következő Karácsonyra lesz fenyőfa feldíszítve.

A következő év elején Ildi talált egy albérletet, melybe be is költözhetek. Boldogan rendezték be a házat ideiglenes otthonuknak. Ildi esténként kiült a kiskertbe, hallgatta a madarak esti énekét, miközben az eget pásztázta, s azt érezte, hogy lassan lelke is magára talál. Hogy van remény, kiút a kilátástalannak tűnő helyzetéből.

Ahogy egyre mélyebben elmerült az esti csendben, lágy szellő simogatta, ölelte, mintha egyszerre eltűnt volna minden gondja, bánata.

Amikor feltöltődésre vágyott, kiült a kiskert rejtett zugába, figyelt a természet apró jeleire, és egyre jobban érezte, hogy legbelül a lelkében, szép lassan megváltozik valami. Végre megtalálta a békét, a nyugalmat a szívében.





## GARAJSZKI ROZIKA

Garajszki Rozika néven publikálok verseket, novellákat, és szépirodalmi romantikus regényeket.

Magyarországon, Dabason élek és már nem a fiatalabb korosztályt erősítem. Elmúltam hatvanéves.

Gyermekkoromtól szeretem az irodalmat. Szerepeltem verssel és prózával, de íróként viszonylag későn léptem közönség elé, viszont azóta már több novellám jelent meg hat antológiában és négy kiadott regényem olvasható, Amelyekkel már két évben is voltam a Dugonics András irodalmi díj helyezettje. A regényeim e-könyvként a Holnap magazin weboldalán megtalálhatóak, <https://webaruhaz.holnapmagazin.hu/product/garajszki-rozika-helga-e-konyv/>

kiadott példányként a Lira oldalán vagy nálam rendelhetőek.

Lira: <https://www.lira.hu/hu/szerzo/garajszki-rozika>

Ha többet szeretnél tudni rólam, a Garajszki Rozika írói oldala facebook oldalon találsz rám.

<https://www.facebook.com/garajszkirozika/>

## AZ APA

Írta: Garajszki Rozika

-  
Márti éppen késésben van. Ötig egy irodában dolgozott, de hat órától már egy fitneszterem edzőjeként kellene működnie. A csúcsforgalomban úgy elúszott, hogy már csak tíz perce van a kezdésig. Berohan az öltözőbe, pillanatok alatt ruhát vált, majd a sportruházatába kifelé kapkodja a formás lábait. Nem néz maga elé, mert futás közben még hosszú barna haját tekeri kusza kontyba, mikor nekiütközik egy szembe közlekedő izmos mellkasnak. Szinte visszapattan róla.

- Bocsánat! Ne haragudj, de rohanok. – hebegi meglepődve, miközben felnéz a férfira.

- Meg lesz bocsájtva, ha megiszol velem egy kávé. – mondja Gábor mosolygósan, miközben egyáltalán nem szégyenlősen méri végig a lány testét a lábfejétől a feje búbjáig, majd csettint egyet a nyelvével. – Vagy valamit, amitől kissé lehiggadsz.

- Bocsi, de most nem megy, éppen az órára rohanok. De ha még egy óra múlva is érvényes a meghívásod, akkor esetleg. – válaszol Márti már kissé kacérabban, mert az ő retinájába is belevésődött a helyes férfiarc a fürkésző sötét szemekkel, meg a hozzátartozó izmos test is.

- Rendben, egy óra múlva a büfé előtt! Addig keresek én is valami elfoglaltságot. – hagyja jóvá a férfi, mert ez a nő azonnal megtetszett neki, úgy érzi, megér egy plusz órát, amit még edzéssel tölthet. Bár ő nem életforma szerűen űzi a sportot, de mint menő vállalkozó, szeret jó formában lenni. Megengedheti magának az erre szánt lóvét, meg azt a sportautót is, amivel ide jár. Számítástechnikai alkatrészek gyártásával foglalkozik. Viszont ezt a nőt még sosem látta a clubban.

Márti gondolataiba is befészkelte magát, hogy találkozhat egy ilyen szimpatikus és sármos férfival, így az edzés végeztével megint csak rohan, hogy le ne maradjon a

lehetőségről. A büfé bejáratánál torpan csak meg, hogy nem kellene elárulnia a viselkedésével, neki is mennyire kedvére lenne ez a találkozó. Lassan lép be az ajtón, és végig pásztázza szemével a vendégeket. Tekintete megakad a feketehajú mosolygós arcból rátekinthető sötét szempáron. A férfi felemelt karral, mozgó ujjakkal int, hogy hová irányítsa lépteit. A lány határozottan indul a jóképű férfi irányába, és ezek a kezdeti lépések hosszú időre meghatározzák kettőjük viszonyát.

Gábor és Márti eleinte nagyon boldogok. Szeretik egymást, és mindent azon a bizonyos rózsaszín szemüvegen keresztül néznek. Nem veszik észre a másik hibáit, csak a jót és a szépet látják a társukban. A testi adottságokat. Gábor azt, milyen gyönyörű karcsú és sudár az ő Mártikája, mennyire gyengéd és figyelmes, milyen káprázatos és ellenállhatatlan, mikor hullámos hosszú barna haja kibontva terül a vállára, vagy este a párnájára. Márti szintén a sportos, erős testalkatát, a kemény és harcias kiállását, a határozottságát szerette a párjában. Azt, hogy bármibe fog, azt minden áron véghez is viszi, számára nincs lehetetlen. A nagy szerelem annyira megbolondította őket, hogy rövid időn belül összeköltöznek, és együtt élnek nagyon boldogan. Sőt a gazdag vállalkozó feleségül veszi a lányt, és gyermekük születik. Egy nagyon aranyos kislány.

Gábor azonban a kezdeti boldogságtól egyre messzebb kerül. Márti már nem az az önfeledt virgonc mindenre kapható titkárnő és fitneszedző, akit feleségül vett. Már egyre több idejét veszi el a pici kislány, és egyre kevesebbet szán a párjára, amitől a férfi kissé morózus lesz. Csak a hibát keresi egykor imádott feleségében. Elvárná, amit eddig sose kért tőle, most, hogy úgymint otthon van a picivel, vegye a nyakába a háztartás vezetését is. A nő azonban egészen mást szeretne. Két okból is. Hiányzik neki az eddigi életformája, másrészt szeretné visszanyerni egykori alakját, mert többször kapott megjegyzést Gábortól szélesebb csípőjéről és kissé még kerekesebb hasát kritizálva. De a férfi alkalmi bébiszitterről hallani se akar. Így viszont

elmaradnak a férjével közös zuhanyzások, és a testiség is kizárólag villanyoltás után, és nem a tévé fényénél elképzelhető Márti számára. Szégyelli, hogy rajta vannak a felesleges kilók. A háztartás és a kislánnyal való munka mellett magára már nem igazán marad ideje és főleg ereje. Az energiájából jócskán elvesz a férjével való vitatkozás is. Hol a kitakarítatlan lakás, hol az elmaradt vacsora, hol meg a hiányzó házasság képezi civakodás tárgyát. Olyan szinte egyetlen nap sincs, hogy a férj mindent rendben találjon. Ez így megy egészen a pici nyolc hónapos koráig, amikor egy napon a férje egy fiatal nővel állít haza.

- Ide figyelj Márti! Ez így nem állapot, ez így nem mehet tovább! Öltözz, elviszlek valahová.

- De hová? És ki ez a nő?

- Ő a dadus, ő fog vigyázni a kislányra!

Márti gyanúsan néz férjére, furá neki ez az egész, de engedelmeskedik, miután látja, hogy a nő tényleg ért a picikhez. Azonban hiába kérdezi, hová mennek, csak a majd meglátod rá a válasz. Márti azt képzelem, talán elviszi a párja vacsorázni, mint régen. Akkor ugyanis nagyon sokszor jártak étterembe, sose kellett főznie. De miután közli vele, hogy nem kell nagyon kiöltöznie, hát más gondolata támad. Lehet a veszekedések miatt párterápiára mennek, hiszen azt mondta, így nem mehet tovább. Ez mindaddig helytálló is, amíg a fitneszteremhez közeli épületbe mennek és felmennek egy lakásba. Viszont mikor a férje kulccsal nyitja, és bemennek, már nem jut újabb ötlet az eszébe, a lakás ugyanis csak bútorozott, de teljesen üres. Itt nincs semmilyen szakember, az biztos.

- Ez mi? Miért hoztál ide?

- Mától itt fogsz lakni! Ezt béreltem neked.

- De ... de ... ha én nem ezt szeretném?

- Az engem nem érdekel, te mit szeretnél! Itt maradsz, és kész! A holmidat elküldetem reggel!

- Mi az, hogy itt maradok? A kislányért mindenképpen visszamegyek!

- Azt te soha nem kapod meg! Ne is próbálkozz, mert akkor még csak nem is láthatod! Így viszont kéthetenként eljöhetsz, és akkor, amikor én is otthon vagyok, találkozhatasz vele. De előtte mindig szólj, hányra jössz! – a férfi ledob egy kulcsot az asztalra, a másikkal pedig gyors távozása után rázárja a nőre az ajtót. Márti miután nem hülye, felfogta, hogy hiába is szaladna a férje után, már nem érné utol. Előkotorja a telefonját, és próbálja hívni. Legalább a kislány ügyét beszéljék meg, de a férfi nem veszi fel a telefont. Az asszony tömegközlekedéssel haza megy, de már a kapun se tud bejutni. A zárok le vannak cserélve, így nem tud mást tenni, rátenyerel a csengőre, de a kapu csak nem nyílik. Helyette a telefonja csippan egyet. Gábor egy SMS-t ír feleségének.

*Megmondtam, hogy ott maradj a bérelt lakásban! Két hét múlva szerdán délbe jöhetsz Fruzsínát meglátogatni! Ha megpróbálsz ügyvédhez fordulni, nagyon megbánod!*

Márti sírva indul vissza az üres lakásba. Most érzi igazán, hogy amit régen előnynek hitt Gábor jellemében, azt most ellene használja fel. Erős, kemény és amit elhatározott, bármi áron megteszi. Reggel a személyes holmija hiánytalanul megérkezik, egy futár hozza több hatalmas dobozban, de a kicsi lányról semmi. Hiába próbál kapcsolatba lépni a férjével, egyszerűen képtelen rá. Azzal is tisztában van, hogy Gábor nem a levegőbe beszélt, mikor megfenyegette, hogy ne merjen ügyvédhez fordulni. Pokolian borzasztó két hetet él meg, míg újra a kapujuk előtt áll, ami pont délben kinyílik előtte. Szinte rohan Fruzsínához. Mikor már kellőképpen átölelgette és kisírta magát a kislányánál, a dadus egy levelet nyújt felé.

*A házban vagyok, látlak a kamerákon át! Ne próbálj megkeresni, vagy a kicsit elvinni, esetleg hülyeséget csinálni, ha még látni szeretnéd máskor is a lányod! Minden második szerdán jöhetsz!*

A levelet elolvassa, és még borzasztóbb lelkiállapotban tér vissza az albérletébe, mint ahogy azt elhagyta. Gondolkodik, de nem mer férje ellen lépni. Inkább próbál



visszatérni az edzői munkához, hátha azzal leköti a gondolatait, de csak egyre rosszabb lesz. Négy eltelt hónap után már nem a leadni való 5-6 kiló a cél, hanem egyenesen csont és bőr. Legalább húsz kilóval lett könnyebb.

Közben a férje a négy hónap alatt három nőt fogyasztott, de egyik se volt megfelelő. Mindet volt feleségéhez hasonlította, és alul maradtak. A kamerákon át látta, hogy már Márta is sokat fogyott, talán túlzásba is viszi. Talán nagyon meg szeretne felelni neki. Ez a tény javított kicsit az egyre többször rátörő lelkiismeretfurdalásán.

A kis Fruzsínára továbbra is a dadus vigyáz, apja csak esténként van jelen az életében, amikor kicsit játszik vele. Egyik nap, mikor Gábor egy étteremben ebédel, egy nőt figyel, illetve az újságot, amit az a kezében tart. Az egyik főcím fogta meg a tekintetét: Öngyilkos lett az öthónapos pici gyermek édesanyja, mert szülés után nem tudott megfelelni a férje elvárásainak. Beleolvasna, de a nő állandóan mozgatja a lapot. Előveszi a mobilját, a neten keresi az újság online változatát, de nem találja csak a cíkcímeket. Ezt mindenképp el szeretné olvasni, mert ő is egyre rosszabbul érzi magát. Büntudata van a feleségével szemben elkövetet aljasság miatt. Ma az üzlet se sikerült úgy, ahogy szeretne volna, mert türelmetlen volt. Egyre idegesebb. Lehet mégis rosszul döntött. Nem kellett volna a feleségét ennyire kíméletlenül leépítenie? Ezt a lapot meg kell vennie. Addig megy, míg nem talál egy újságosnál. Elolvassa, de ettől csak még rosszabbul érzi magát. Neki se felelt meg a felesége, mindig csak bántotta, mióta megszülte a picit, aki viszont csodálatos kislány. Arra eszmél, hogy ma is szerda van, de Márta nem hívta a látogatás miatt. Siet haza. A dadus már az előtérben rátámad.

- Maga azt ígérte, ma időben jön haza, mert nekem háromkor el kellett volna mennem!

- Már itthon vagyok! De mi ez a hangnem? Inkább arról beszéljen, keresett-e a feleségem?

- Nem.

- De az előző látogatásra se jött el! Nem tudja mi lehet vele?

- Miért? Ön nem tudja? Ennyit se tud róla? – enged meg ismét magának egy rosszalló megjegyzést.

- Miről kellene tudnom? Csak azt veszem észre, hogy már a lányára se kíváncsi!

- Kórházban van. Lassan egy hónapja. Magának csak addig volt rá szüksége, míg megszülte a picit? – Közben a kis Fruzsina kitipeg, apjára néz, majd a dadus lábát átölelve azt mondja: Anyaaa, anyaaa.

Gábor szemébe könny szökik. A kislánya a dadusnak mondja, hogy anya, miközben ő eltávolította az édesanyját a saját lánya mellől. Borzasztó, szívbe markoló érzés keríti hatalmába. Elfordul, kitörli a könnyeit, majd visszafordul a kicsihez és odaszól a dadának.

- Tudja melyik kórházban van? – a bébiszitter bólint. – Akkor öltöztesse fel Fruzsínát! Azonnal bemegyek vele a feleségemhez. Írja ide a címet! - tol a nő elé egy lapot, és már a kislánya utazós kistáskáját készíti. – Maga utána elmehet, ahová akart.

- Így már nem szükséges. Megvárom önöket idehaza. – Az édesanyához ment volna a kórházba, de a kicsit nem merte volna elvinni, nehogy lebukjon. A férfi nem tudott az ő jó kapcsolatáról az anyával. Lehet nem nézte volna azt se tétlenül. Így viszont, hogy az apa elviszi a picit is, ez egy sokkal jobb megoldás.

Gábor annyira siet, amennyire csak lehet, közben arra gondol, lehet mégse miatta fogyott annyit a felesége, nem azért, hogy neki megfeleljen, hanem a lelkiállapota miatt, ami ki tudja hová taszította. Hiszen minden látogatás alkalmával egyre szomorúbbnak látszott. Most még nagyobb az ő fájdalma is. Alig várja, hogy beérjen a kórházba.

Mikor a kicsivel a karján a kórterembe lép, alig ismer rá a feleségére, az annyira rossz állapotban van. a kicsit az ágy

szélére ülteti, odahajol Márthoz, és a nyaka alá nyúlva gyengéden megcsókolja. Többször is, miközben megint könnyes lesz a szeme.

- Bocsáss meg angyalom! Bocsáss meg. Soha többé nem teszek neked rosszat, csak gyógyulj meg minél előbb. Alig várom, hogy hozzánk gyere haza. Majd a kislányt is az anyja karjához teszi. – Márthi mellkasára borul a kislánya, és átfogja édesanyja nyakát. A nő most örömeben sír, Gábort pedig valami óriási lelki nyugalom járja át. Átöleli mindkét nőt, és könnyei fátylán keresztül nézi őket. Most érzi, hogy van családja, és a szíve megnyugodott. Rátalált a lelki békéjére!





## Vay Ábel

Budapesten születtem 1994. augusztus 8-án hajnali fél kettő órakor, 9 héttel korábban, mint amire édesanyám kivolt írva. Koraszülöttségem okán látás és mozgássérült vagyok, szülés közben kaptam egy agyvérzést is, így meglehetősen handicappal indultam az életben.

A lassan 30 éves leszek, de persze nem tudom élni az „igazi” 30 évesek életét, hiszen állandóan kiszolgáltatott vagyok valakinek – leginkább édesanyámnak. Ma már viszonylag boldogabb életet élek (nem volt ez mindig így), igyekszem kiegyensúlyozott lenni (ez nem mindig sikerül, de egyre több minden érdekel, egyre több a pozitív értelemben vett szenvedélyem. Ilyen most a kortárs kerekasztalos tánc, az írás, a versek,

## **A lelki békém kialakulásának története**

Írta: Vay Ábel

Ahogy a bemutatkozó levelemben megismerhettek, én egy kerekesszékes mozgásfogyatékkal élő fiatalember vagyok. De ez nem számít, nem is fontos információ rólam, hogy csak két keréken tudok gurulni és önállóan mozogni alig tudok. Belül azonban ugyanolyan ember vagyok, mint más, vannak vágyaim, érzései és céljaim.

Amióta megtaláltam az új hobbimat és ez nem más, mint a kerekesszékes kortárstánc, mindent másképp látok. A táncsoport neve: Artmenők. Ez egy olyan hely, ahol jól érzem magam a táncosok társaságában. Kevés olyan van az ember életében, ahol mindent szabadon és kötetlenül, improvizálva valósíthatok meg, de a tánc ilyen. Itt én is tudok mozogni! A táncban születhetnek meg azok a gondolatok és a hozzá társuló mozdulatok, amelyből egy csodálatos koreográfia alakulhat ki. Ez egy közös munka eredménye, amelyben az épek és nemépek szinte egyenrangúan vehetnek részt. Minden mozdulatba azt vihetem bele, amiben lelkileg éppen voltam, vagyok. Így élhettem meg milyen szabadnak lenni, elengedni magamat. A tánc egyenlő a szabadsággal, mert a tánc maga a szabadság!

A tánc összhangra nevel, barátokká formálja az embereket, ahol mindenki beleadhatja a táncba a saját mozgásállapotát, lelki világát és személyiségét, így teremthet békét a lelkében. Ettől válunk egyenrangúvá, mert a tánc akkor jó, ha egyenrangú félként veszünk részt benne. A tánc megtanít a fegyelemre, a figyelem összpontosításra, segít összhangot teremteni és segít a bizalom kiépítésében. Csodálatos barátokat kaptam itt, közelséget és elfogadást, szeretetet és jó táncos párokat. Visszakaptam önmagam. Itt mindig boldognak érzem magam.

Ez egy csodálatos alkotói közösség, akikkel élmény együtt lenni és akikre számíthatunk a táncban és a táncon kívüli életben.

Élvezem, amit csinálok, mert a tánc számomra egy örömforrás és miközben táncolunk, közben értéket is teremtünk. Itt végre hasznosnak érzem magam, a tánc egyfajta életerő és összetartató erő a közösségben. A tánc önbizalmat ad. Amíg azt érzem, hogy semmiben nem tudok dönteni, hogy állandóan kételkedem önmagamban, amíg azt érzem, hogy a jövőm reménytelen és a helyzetem nem fog változni, addig nincs kiút ebből az állapotból. De a tánc ennek feldolgozásában is segített!

Nekem a legfőbb kiteljesedési forrás jelenleg a tánc, melynek koreográfiájába mi magunk táncosok is részt vehetünk. Így került be például az Idol című darabba az egyik ötletem, melyet egy csodálatos filmből merítettem, Az asszony illata című filmből. Én azt a részt választottam, ahol a főszereplő egy vak ember tangót táncol egy fiatal hölgyel. Ez a részlet engem nagyon megragadott. A tánckar koreográfusával megbeszéltük, hogy ezt a részletet belerakjuk az előadásunkba. Ez volt az én álomszerepem, amit egy profi táncossal K. Imolával táncolhattam el. Tánc közben, mikor Imola kiemelt a kerekesszékből azt érztem, tudok járni miközben a saját testem börtönébe vagyok bezárva és még megállni sem tudok egy pillanatra sem. Ez az érzés csak a táncban történhetett meg! A tánc megváltoztatta az életemet, a mozgáshoz való viszonyomat.

A táncolással, és azon keresztül az érzékenyítéssel mi is értéket tudunk teremteni csak máshogy. Mi például kerekesszékes táncosként hozzuk az emberek tudomására, hogy így is lehet élni és boldognak lenni. Ez nagyon fontos üzenet a mai világban, ahol az emberi értékek már mit sem érnek. Ma az élet egy küzdelem és harc a lelki békéért, amit igyekszik mindenki tönkre tenni vagy a másiktól elvenni. Hogy maradhatok így talpon? Csak úgy, ha befelé fordulok, a belső hangra figyelve, a

szépet és a jót keresem ebben a boldogtalan rengetegben. Pedig az élet kincs, amit óvni kellene és nem elvenni. Meglátni benne a szépet, és az értékeset, a felemelőt.

A tánc elgondolkodtat és megláttatja az élet szépségét, az apró örömeket. Már nem várom a csodát, tudom, hogy az életem ehhez a székhez van kötve, ami azonban nem börtön, csak gát. Megpróbálom megőrizni a pozitív életszemléletemet még ha oly sokszor nehéz is, de próbálom járni a saját utamat és eljuttatni az emberekhez azt az élményt, ahogy mi kerekesszékesek szeretjük az életet.

Persze nem csak a tánc adhat örömet, hanem még nagyon sok minden. Az én esetemben ez a zene, méghozzá a rockzene, a különböző együttesek kialakulásának és fejlődésének története. Vagy a versek, amit szívesen hallgatok és amit szívesen is mondok, ha van rá hallgatóság. De ilyen a hit, az Istenbe vetett hit, a hitvilágom. De ilyen a barátokkal való együttlét, amikor mesélünk egymás életéről és ebből töltekezünk, vagy jókat nevetünk, vagy csak örülünk annak, hogy újra láthatjuk egymást. Másnak, az ép testű embernek lehet, hogy ezek nem is örömeik, csak megszokott érzelmek, nekünk azonban ez az időszak maga az ünnep. Ünnepe a lélek és a szellem épségének, egészségének.

A boldog lelkületű emberek gondolkodnak, meglátják a jó dolgokat nehézségek esetén is, több barátjuk volt, és a stressz kevésbé hat rájuk. Azok az emberek, akik pozitívabban látják a világot, több erővel rendelkeznek, nem ragadnak bele a problémákba, hanem a megoldásra helyezik a hangsúlyt. Én is ilyen vagyok, ha a valós életben nem találok a megoldást az írásban, a táncban keresem az utat.

Mitől lehet boldog és egészséges lélek kerekesszékekben? A válasz roppant egyszerű, ha az ember azt csinálja, amit szeret és van egy társa, aki ebben támogatja.

A legfontosabb az életben, hogy mindenki megtalálja a lelki boldogulását, a lelki boldogságát, ami abban is segít, hogy akkor is fel kell tudni állni, ha valamiért elbuksz és tovább kell küzdeni, mert mindenkinek megvan a saját útja és sorsa, így megvan a lehetősége a kiteljesedésre is!

Lelki békére mindenkinek szüksége van, de ezért tenni is kell! Meg kell találni azt, ami segít eljuttatni ehhez a lelki állapothoz! Ez lehet vallás, hit valamiben, valakiben, de lehet hobbi, a zene, a tánc, a kettő kapcsolata és öröme. Mindenkinek más és más kell a lelki békéhez, a kiegyensúlyozottsághoz, a harmóniához. Nekem sikerült ezeket a forrásokat megtalálni és ezért én hálás is vagyok!

Nagyon szeretem a táncos társaimat mert, olyan energiákat kapunk egymástól, amit szívesen formálok magamra. Ez a lelki állapot, a kiegyensúlyozottság, a harmónia újabb és újabb ötletekre, lehetőségekre sarkall engem is és társaimat is. Most is egy újabb darabra készülök, amiben már nem csak a mozgás, hanem a másik kedvenc a szavalás, a verbalitás is helyet fog kapni. Ezekben az ötletekben nem csak önmagam, hanem a társak is inspirálnak. Kiváló embereket, társakat tálaltam, akikkel élmény együtt lenni a színpadon. A táncnak köszönhetően jelentősen megváltozott az életem, a mindennapjaim hangulata.

A tánc számomra megadta a lelki boldogságot, a tánc segített megtalálni a lelki boldogulásomat. A tánc megváltoztatta az életemet, adott egy kiváló közösséget, barátokat, jó légkört és hangulatot, ahol végre jól érzem magam! Ennek megtalálására biztatok mindenkit, ha nekem sikerült, neked miért ne?





## TISZTELT ÍRÓTÁRSAINK!

Szeretettel köszönjük a beküldött novellákat. Szívből és lélekből írt adományok, pályázatok és szuper alkotások érkeztek a

"LELKI BÉKE"

című antológiába, amelyet közösen készítettünk veletek.

Először is gratulálunk minden résztvevőnek.

Az igazi dolgok és alkotások nem fizikai, hanem szellemi szinten születnek. Nekünk nem az e világi anyagi haszon fontos, hanem az a lelki gazdagság, amelyet novellákba írunk és íratok...

Szabad és tiszta lelkek alkotásai érkeztek, amelyek a jóból, szeretetből, érzelmekből és tanulságokból építkeznek..

Mindenki a lelkét tette írásába. Valódi gazdagságát küldte el nekünk. Szellemi kincsek tárháza lesz ez az antológia. Szeretetben, hűségben, barátságban és alkotásban mindannyian együtt vagyunk egy könyvben.

Gazdagabb lesz általatok a világ, amely gazdagság Istentől való mennyei gazdagság az írásaitokba.

A szeretet legyen veletek

Hanna J. Nagy  
főszerkesztő

## **TARTALOM:**

Tisztelt Barátaink / bevezető

Írta: Goran Episcopus

LISA ÉS A LÁNGLOVAG

Írta: Poór Edit

A BÁRBAN

Írta: Poór Edit

A LÉTÉRT KÜZDVE

Írta: Erdős Sándor

ÉRDEMES ÉLNI

Írta: Auróra Amelia Joplin / Nagy Éva

A BENNREKEDT SÓHAJ

Írta: Dányi Gabriella

A VERSENY

Írta: Német Balázs

ÚTON

Írta: Guti Csaba

FÁJDALMAS SZERELEM

Írta: Danó Tímea

AZ ÉLET FÁJDALMAS OLDALA

Írta: Böbke Lucas

ROSZKA ÚTJA A NYUGALOMHOZ

Írta: Rose Logan

AZ AI BARÁTNŐ

Írta: Amy Campbell

MEGTALÁLNI ÖNMAGAM A LÉTEZÉSBEN

Írta: Oláh Tímea

A BABA

Írta: Fodor Gyöngyi

GONDOLATOK A FÜGEFA ALÓL

Varga-Végyvári Enikő

FÖNN A HEGYEN

Írta: Szilasi Katalin

A VÁROS AMELYBEN ÉLEK

Írta: Gulyás Gábor

A LELKEM BÉKÉRE LEL

Írta: Varga Szilvia

TOVÁBBLÉPÉS MŰVÉSZE

Írta: Németh Nikoletta

2048. Petpalack City India.

Írta: Naraku Hen (Balló Norbert)

VANNAK MÉG JÓ EMBEREK

Írta: Natali Sanders

A HALÁL NÉHA FELOLDOZ

Írta: Gáll Júlia

AZ IDEIGLENES ÉS AZ ÖRÖL HAJLÉK

Írta: Surman László

A KÓRUS ÉNEKE

Írta: Márton Csilla

A DUNA PARTJÁN

Írta: Pöcze András

HAJMOSÁS

Írta: Perjéssy Katalin Mária

A LÉLEK BÉKÉJÉNEK MEGTALÁLÁSA

Írta: Pintér Illangó

AHOGY A SORS RENDELTE

Írta: Violet C. Landers

MEGNYUGVÁS PERCEI

Írta: Dr. Antalka Ágota

MÁR NEM FÉL EGYEDÜL, MAGÁVAL..

Írta: Dr. Antalka Ágota

A SZÍV-TÜKÖR

Írta: *Tóth Szilvia*

A TE NEVED...  
*Írta: KRISZTA SZ*

BÉKE A LÉLEKBEN  
*Írta: lochom Zsolt*

LELKI BÉKE  
*Írta: Ria Anne Donovan*

VÁRJ RÁM  
*Írta: Bahus Antal Katalin*

HÉTKÖZNAPI PACKA  
*Írta: Kiskartali Judit*

ÁLOM  
*Írta: Fodor Kiss Júlia*

HAZAFELÉ  
*Írta: Katona Csaba*

ROKONLELKEK

Írta: Bartók Andrásné Gyöngyvér

A LEGSZEBB ÜZENET ODAÁTRÓL

Írta: N.T. Ildikó

LEVÉL MÁTYÁS KIRÁLYTÓL

Írta: Bubrik Zseraldina

CSÜCCS IDE MESÉLEK

Írta: Szabó Borka

A PILLANGÓHATÁS

Írta: Kiss Bianka

MINDEN RENDBEN LESZ

Írta: Gulyás Klaudia:

DRÁGAAPU!

Írta: Igó Norbert Krisztián

MAGASLATON

Írta: Domahidi Klára

DESTRUCTIO DAEMONIS

Írta: Kimmel Gábor

A HELYETTESÍTÉS

Írta: Zsubrits Zsolt

AZ ÉN LELKI BÉKÉM

Írta: Kisgyörgy Ágnes

ÖNVALLOMÁS

Írta: Sky S. T.

SZERETŐ KARJAI NYUGALMA

Írta: Smitnya Alíz Csilla

KARÁCSONYI SZÍV

Írta: Smitnya Enikő



## SZÁMORA A LELKI BÉKE

Írta: Szabó Anasztázia

## ISTEN HÁZA

Írta: Kalmár Tiborné

## A KUTYA SZEME

Írta: Menyhei Mónika

## KAPCSOLATOK

Írta: Lantos Tímea

## LELKI BÉKE

Írta : Dr. Árva Margit

## LELKI BÉKE ÉRTÉKE

Írta: Köteles Ilona

## A KÖTELÉK EREJE

Írta: Zöldi László

## TENGERPARTI ÁLOM

Írta: Györe Ibolya

## A SZERETET TEMPLOMÁBAN

Írta: Németi-Vas Katalin

## A BUBORÉK

Írta: Buronyi Erika

Amikor azt hiszed, már minden jó lesz....

Írta: Hamerli Éva

## AZ ÍRÁS BÉKÉJE

Írta: Turóczi Levente

## HEGYCSÚCSRA FEL!

Írta: Turóczi Levente

## LELKI BÉKE

Írta: Bódi Patricia-Rebeka

## LELKI BÉKE

Írta: Bódi Patricia-Rebeka

AZ IDEGEN

Írta: Paudits Zoltán

SZERETLEK, URAM...

Írta: Paudits Zoltán

SZÍNEK, ILLATOK, HANGOK

Írta: Paudits Zoltán

ÚJ, ÚT, ÚJ ÉLET

Írta: Hilda Hunter

AZ APA

Írta: Garajszki Rozika

A lelki békém kialakulásának története

Írta: Vay Ábel

TISZTELT ÍRÓTÁRSAINK! / Utószó

HANNA J NAGY

ILLYRIAN MONASTERY