



MIND EGY – SOKFÉLE RÉSZ, LÉNYEGES EGÉSZ

AZ ÉLETMINŐSÉG ŐRZÉSE, JAVÍTÁSA, RONTÁSA

A BOLDOGSÁGKERESŐK NAGY JENCIKLOPÉDIÁJA

BÖLCSEK-BALGÁK POKLA VAGY MENNYORSZÁGA

MIÉRT ADNÁNK FEL?

Ott lakunk hol a víz küzd a tűzzel,

És árnyukkal terhelt az ég.

Hol a szegény a pénzzel,

A jó szív az ésszel nem talált egymásra még.

Bölcsőnk a föld, hogy emberré nőjünk,

Ha megszülettek, miért adnánk fel.

Bölcsőnk a föld, itt kell, hogy éljünk,

Ha megszülettek, miért adnánk fel.

A tűz, s a víz, ha egymásnak mennek,

A gőz majd világot repeszt.

S mi nézzük lentről, mint a délen a harcot,

Hol nincs győztes, mindenki vesz.

Bölcsőnk a föld, hogy emberré nőjünk,

Ha megszülték, miért adnánk fel.

Bölcsőnk a föld, itt kell, hogy éljünk,

Ha megszülték, miért adnánk fel.

Legalább tudjuk, hogy van még remény.

Legalább tudjuk, hogy van rá esély, legalább hadd legyen.

Bölcsőnk a föld, hogy emberré nőjünk,

Ha megszülték, miért adnánk fel.

Bölcsőnk a föld, itt kell, hogy éljünk,

Ha megszülettek, miért adnánk fel.

Bölcsőnk a föld, hogy emberré nőjünk,

Ha megszülettek, miért adnánk fel.

Bölcsőnk a föld, itt kell, hogy éljünk,

Ha megszülettek, miért adnánk fel.

Miért adnánk fel? Tudjuk, hogy van még remény.

Legalább tudjuk, hogy van rá esély, legalább hadd legyen.

Legalább tudjuk, hogy van még remény.

Legalább tudjuk, hogy van rá esély, legalább az legyen.

Legalább tudjuk, hogy van még remény.

Legalább tudjuk, hogy van rá esély, legalább az legyen.

Legalább tudjuk, hogy van még remény.

Legalább tudjuk, hogy van rá esély....

<http://www.youtube.com/watch?v=tUgaZpvuxyw&feature=related>

*

A jövő Magyarországá számára

nem vagyontárgyakat kell hagynunk,

hanem magyar életet, gyermekeket.

A gyermek? Egy darab tiszta ember, alapkö a jövőhöz.

Föl kell nevelni embernek.

Nemcsak olyan hányi-vetes csodának, EMBERNEK!

Foglalkozni kell vele, mesélni neki,

nem anyagi javakkal, hanem jó szellemben nevelve

kell őt útnak indítani.

Épp csak minthogy a madárszülők.

Megtanítják a fiaikat röpnél, aztán eleresztik őket.

Nekünk, akik még bírjuk a múltat, ez a dolgunk,

hidat építeni múlt és jövő között.

S a híd pilléreibe mindent beleépíteni,

amit a múltból a jövőbe átvinni érdemes.

A becsület és tisztesség büszkeségét és örömét;

magyar voltunk örökségét és tudását

kell továbbadjuk a fiataloknak

a magunk jó példájával előttük járva.

(Wass Albert)

*

Csak azért vétkezem veled szemben,

Hogy utána gyakorolhassad a megbocsátás erényét

*

Én csak azért követek el bocsánatos bűnöket,

Mert úgy imádok utána teátrálisan bocsánatot kérni...

*

Barátaim megölelének...

Szivökhöz nyomták szívemet;

Bennem mi boldog volt a lélek!...

Később tudám meg: mért öleltenek? -

Azt tapogatták, míg öleltek:

Hol van legfájóbb része e kebelnek?

Hogy gyilkukat majd odadöfjék...

És odadöfték!

Petőfi S. , Szalkszentmárton, 1846. március

*

1. Igyunk arra, aki búsul,

Kinek könyve földre csordul.

Földre csordul, patakot mos,

Kibe ja babám gyócs inget mos.

2. Maguntam má hozzád járni,

Sáros patakot gázolni.

hidat fogok csináltatni,

Azon fogok hozzád járni.

*

Szegény Robinzon

Magával sakkozik, focizik

Magának mesél vicceket, sztorikat

Önmagát lepi meg kedvenc ételével

Magát simogatja – netán magát elégíti ki?

Önmagát dicséri, jutalmazza és bünteti meg...

Önmagának készít ajándékot, s magát köszönti fel...

*

Kérésed meghallgattatik

És kapsz ugyan kölcsön/örökbe pénzt,

De csak hosszú indoklással vagy kamatra,

Esetleg hozzáteszik, hogy ez az utolsó eset,

Netán kezest, biztosítékot is kérnek mellé,

És amíg nem törlesztesz, ferdén néznek rád...

*

Úgy adni, mintha te kaptál volna

És tényleg! Kaptál egy esélyt, hogy jót tegyél,

Feltéve, hogy meggyőződted: az adomány jó célt szolgál,

(mert ellenkező esetben nem!-et is tudtál volna mondani)

És még szabadkozol is, hogy nem te találtad ki kívánságát!

*

Bő lére eresztett leves

Felvizezett bor, sóher fröccs

Felhígított mondandó – bőbeszédű, dagályos

(amikor a szószaporaság épp a lényegét akarja elfedni)

*

Titkos önkritika

Amikor a tükörbe nézel és szembeköppöd magad

*

A „barátaimtól” védjen meg a Jóisten,

Mert a legtöbbet ők árthatják nekem,

Az ellenségeimmel azután magam is elbánok...

*

Kígyót melengettél a kebleden

Akit befogadtál, az kitűrt a házadból

A tenyeredből ettek, majd megették a tenyeredet is...

*

Most élsz

Hamvad az idő, mint a halvány jégvirág,

és a tűnő boldogság majd véget ér.

Ott állsz egyedül, falevél a dombtetőn,

álmos holdfény rád köszön, s elfúj a szél.

De addig van remény, minden perc ünnepel,

hisz mindig van remény, hinni kell, ó hidd hát el!

Most élsz, most vigyázz, hogy jól csináld,

mert a legapróbb hibád megbosszulja önmagát.

Most élsz, most örülj, hogy szép a nyár,

most örülj, hogy van ki vár, és a két karjába zár.

Múló örömek sivár létünk színpadán,

mikor egy szó hallatán dobban a szív.

Sajnos vége lesz, tudjuk már a kezdetén,

túl az álmaink kódén a semmi hív.

De addig van remény, minden perc ünnepel,

hisz mindig van remény, hinni kell, ó hidd hát el!

(...)

www.youtube.com/watch?v=0bx7blXygrc

*

Rész és egész

Játsszál gyerekként és felnőttként is,

Ami nem vérre, pénzre megy, de van tétje,

Amit önként és örömmel végzel,

Noha olykor jobban kifáraszt, mint a munka,

Ami fejlesztí testi-lelki képességeidet, jellemedet stb.

S magát az életet is éld minél játékosabban,

Csak egyet nem tehetsz: az életből nem lehet játék,

Mert ott mindenkinek csak egy élete van,

És nehéz/lehetetlen a dolgokat visszacsínálni...

*

Élet-halál

Irreverzibilis

Visszafordíthatatlanul

Egyszer s mindenkorra

Soha többet még egyszer

*

Kelj fel és járj

Sétálj, bandukolj, andalogj

Menetelj, csavarogj, tekereg, kirándulj

Lépegess, szedd a lábad, rohanj, lopakodj stb.

*

Amikor a szégyenpír égeti arcodat

Amikor ezt a szégyent nem éled túl

Amikor a legszívesebben a föld alá süllyednél szégyenedben

*

„Szégyen a szó, ha nem vigasz,

Szégyen a vers, ha nem igaz.”

– Szilágyi Domokos

*

Lassan jár a posta,

A postás nem is minden levelet dob be,

Azokat is előbb anyukád olvassa, cenzúrázza,

Majd tartalmuk egy részét a szomszédasszonnyal osztja...

*

Terülj, terülj asztalkám,

Minden, amit csak szemed s szád kívánhat,

Csak éppen sok éhes gyerek szempár szegeződik rád,

Akik kinézik a szádból az ételt, de tilos megkínálni őket...

*

Egy mindenkiért, mindenki egyért

*

Sárból aranyat...

Egy nap a paraszt számára beleesett a kútba.

Az állat órákon át szájalmasan bőgött,

miközben a paraszt megpróbált rájönni mit is tehetne.

Végül úgy döntött, hogy az állat már öreg

és a kutat úgyis ideje már betemetni –

nem éri meg kihúzni az öreg szamarat.

Áthívta a szomszédait, hogy segítsenek.

Mindegyik lapátot fogott és elkezdtek földet lapátolni a kútba.

A szamár megértette mi történik

és először rémisztően üvöltött.

Aztán, mindenki csodálatára, megnyugodott.

Pár lapáttal később a paraszt lenézett a kútba.

Meglepetten látta, hogy

minden lapátnyi föld után a szamár valami különöset csinál.

Lerázza magáról a földet és egy lépéssel feljebb mászik.

Ahogy a paraszt és szomszédai

tovább lapátolták a földet a szamárra,

lerázta magáról és egyre feljebb mászott.

Hamarosan mindenki ámult,

ahogy a szamár átlépett a kút peremén és boldogan elsétált!

*

Nyíló vérpiros rózsza

Nyíló vérpiros rózsza,

Sötét éjjel is rózsza.

1. Kővel dobálják, széjjelrombolják otthonát,

Fészkéből űzik a békés fecskepárt,

Pillangó szárnyát ollóval vágják, nem repül,

Parányi teste kínlódva menekül.

R1. Megölnek minden szépet, megölnek százszor is,

De egy szál piros rózsza, sötét éjjel is rózsza.

2. Pénzedre lesnek, ellopják legszebb álmaid,

Források vizét sötétre szennyezik.

Felkínál néked ezernyi szépet életünk,

Mi rajtunk múlik, ha mégis szenvedünk.

R2. Hát ne ölj meg minden szépet, vagy megölnek téged is,

Lám egy szál piros rózsza, sötét éjjel is rózsza.

<http://www.zeneszoveg.hu/dalszoveg/1713/koncz-zsuzsa/nyilo-verpiros-rozsa-zeneszoveg.htm>
|

*

Világok meséi

Cherokee tanmese

Egyszer, egy idősebb Cherokee benszülött amerikai így tanította az unokáit az élet dolgairól:

- Harc dúl bennem... egy szörnyű háborúskodás két farkas között.

Az egyik farkas képviseli a félelmet, a haragot, az irigységet, a bánatot, a sajnálkozást, a mohóságot és a kapzsiságot, az arroganciát, a gőgöt és az önteltséget, a fennhéjázást, az önsajnálatot, a bűntudatot és a bűnösséget, a neheztelést, a megbántódást, a kisebbségségi és a felsőbbrendűségi érzést egyaránt, a hazugságokat, a hamisságokat, a büszkeséget és az egót.

A másik farkas pedig a vidámságot, a jókedvet, a békességet, a szeretetet, a reményt, a megosztást és az együttérzést, a derűt és a nyugalmat, a higgadtságot, a szerénységet, a kedvességet, a jóakaratot és a jóindulatot, a barátságot, a bátorságot, a beleérző képességet, a nagylelkűséget, az igazságosságot, a könyörületet és a részvétet, a bizalmat, a becsületet, a hűséget és a hitet képviseli.

Ugyanez a harc folyik bennetek is és minden élő emberben.

A gyerekek pár pillanatig elgondolkoztak a hallottakon, majd az egyikük megkérdezte a nagyapját:

- Melyik farkas fog győzni?

Az öreg Cherokee egyszerűen ezt felelte:

- Az, amelyiket tápláljuk.

*

A világhelyzet odáig jutott,

hogy a legmegindítóbb szavak sem jelentenek már semmit.

Úgy tűnik, most sokkal inkább az a fontos,

hogy mindegyikünk biztos legyen a maga beállítottságában.

Az egyes ember azonban, aki úgy véli, messzire hallik a hangja,

csak azt teszi valószínűvé,

hogy azok közé tartozik, akik szintén mondtak valamit,

hogy bebizonyítsák maguknak, tettek valamit,

miközben valójában semmit sem tettek.

Túlságosan olcsók lettek a szavak.

A létezés nehezebb, s ezért szívesen helyettesítik szavakkal.

(C. G. Jung)

*

POKOL VAGY PARADICSOM

A szent ember egy nap Istennel beszélget.

- Uram, szeretném megtudni,

hogymilyen a Paradicsom és milyen a Pokol.

Isten odavezeti a szent férfit két ajtóhoz.

Kinyitja az egyiket és megengedi a szent embernek,

hogymibetekintsen...

A szoba közepén egy hatalmas kerek asztal volt

és az asztal közepén egy nagy fazék, benne ízletes raguval.

A szentnek elkezdett csorogni a nyála.

Az emberek, akik az asztal körül ültek

csont soványak és halálsápadtak voltak.

Az összes éhezett.

Mindegyiknek egy hosszú nyelű kanál volt a kezében,

odakötözve a kezéhez.

Mindegyikük elérte a ragus tálat és vett egy kanállal.

De mivel a kanál nyele hosszabb volt, mint a karjuk,

nem tudták a kanalat a szájukhoz emelni.

A szent ember megborzongott nyomorúságukat,

szenvedésüket látva.

Isten ekkor azt mondta:

- Amit most láttál az a Pokol volt.

Majd mindketten a második ajtóhoz léptek.

Isten kitárta azt

és a látvány, ami a szent elé tárult,

ugyanaz volt, mint az előző szobában.

Ott volt egy nagy kerek asztal,

egy fazék finom raguval,

amitől ismét elkezdett folyni a szent ember nyála.

Az emberek az asztal körül

ugyanúgy hosszú nyelű kanalat tartottak a kezükben.

De ez alkalommal az emberek jól tápláltak, mosolygósak voltak

és nevetve beszélgettek egymással.

A szent ember ekkor azt mondja Istennek:

- Én ezt nem értem!

- Ó, pedig ez egyszerű - válaszolja Isten –

ez igazából csak 'képesség' kérdése.

Ők megtanulták egymást etetni,

míg a falánk és önző emberek csak magukra gondolnak..

*

Lélekszakadva esik be három zsidó a rabbihoz:

- Képzeld rabbi, egy huligán megkergetett bennünket!

- De miért futottatok előle? - csodálkozik a rabbi

- Hiszen ti hárman voltatok, ő meg csak egyedül.

- Mert nem tudtuk, hogy melyikünket kergeti.

*

Manipulálva

Ha valaki(k) eléri(k),

Hogy azt akard, amit ő(k) akar(nak) –

És közben azt hidd, hogy ezt te magad akartad,

S ez a valami nem a te érdeked szolgálja – sőt...!!!

*

LFS

Lófasz a seggedbe három,

Hogy szorosan álljon,

És egy a kezédbe,

Hogy el ne felejtse,

Hogy mi van a seggedben

*

Rész és egész

Mint a rajzjáték embere

Rajzolsz egy fejet, majd behajtogatod,

A következő nyakat tesz hozzá, de a fejet nem látja,

És így tovább – amíg a végén kibontják az „egészet”..

*

Randevú

Az előre megbeszélt helyen és időben találkozunk

Aki előbb ér oda, az türelmesen vár, nem tesz szemrehányást

(pláne akkor, ha a késő egy kicsit mentegetőzik....)

*

Privilegiumom

Magamat kigúnyolom vagy önironizálok,

Másoknak nem engedem, hogy ezt tegye velem?

*

A langyos kiköpi az Úr...

Olyan szenvedélyesen érvelek elvi kérdésben,

Mintha főbenjáró bűnperben magam védeném

*

Időérzéssel megáldva...

Megbecsülöm, mennyi időm lehet hátra,

S próbálom meghatározni, mit kéne addig befejezni

(és ha a sötét magánzárkában elveszítem időérzékelem?)

*

Miről – nem – dönthet a doktor?

Megvizsgáltatom magam az orvossal,

S megfogadom vagy sem a jó/rossz tanácsait

(ha nem vigyázol, a paternalista doki életcélokat tűz ki!)

*

Piszkozat és falfirka

Kihegyezem a ceruzám, kiradírozom a helytelen írást

(de ha politikai fogoly vagyok egy diktatúra börtönében,

jól meggondolandó mit írok a falra elcsorgó véremmel...)

*

Se taps, se kifütyülés

Utánzom, parodizálom ismerősöm modorosságait

(Olykor a járdán éppen velem szembejövő ismeretlenekét is)

*

Fej

Fejedelem

Államfő

Főnök

Menő fej

Fejetlenség

Fejre állni

A feje tetejéről a talpára...

A fejétől búzlik a hal

Fejvesztve menekül

Fejvesztés terhe mellett

Homokba dugja a fejét

Főbenjáró bűn

Ami fejben dől el

Nem látni a fejébe

Emberfő – emberfej

Hány főt számoltál meg?

Elcsavarták a fejét

Fő – főleg

*

Expresszív

Kifejezem a tetszésem és a nemtetszésem,

Hol egy gesztikulációval, hol egy kiselőadással

*

Szimplifikál – komplikál

Leegyszerűsítem a túlkomplikált dolgokat

Vagy éppen leleplezem, ha komplikálják

az amúgy pofonegyszerű dolgokat

*

Addig kérellek, míg rá nem veszek,

Hogy gyere el velem vagy nézzed el nekem...

*

Kedvesem minden rezdülését észlelem,

És érzékenyen, tapintatosan reagálok rá

*

Kimászok a gödörből

Átlendülök a holtpontra

*

Östör, a király

Amikor dühbe gurulok,

Előbb elszámolok százig,

Mielőtt valami végzeteset lépnék...

Illetve: alattvalóm visszaszámol ezértól

(Szegény Dzsoni és Árnika – Lázár Ervin)

*

Kétértelműen fogalmazok:

udvarolok is, meg nem is, ígérek is, meg nem is

(nem akarom, hogy később a szavamon foghassanak)

*

Vak-vagány

Kitapogatom sötétben a falakat,

Óvatosan csúsztatom előre a lábfejem...

Ha kell négykézláb mászok, kúszok előre...

*

Nem mászok a falra,

És nem jövök ki a sodromból,

Nem vetkőzök ki magamból,

Nem állatiasodok el,

Nem alacsonyodok le,

Nem veszítem el méltóságomat,

Bármilyen is történik éppen most énvelem...!?

*

Lélekre szabva

Berendezem és átrendezem

a lakásom, a kuckóm, asztalom,

Hogy minden az én kényelmem szolgálja

(és azután minden ott marad másnap is stb.)

*

Életre hívok és halálra ítélek egy gondolatot

*

Életjeleket adok tetszhalott állapotomban

*

Jól játszom a rám bízott szerepet

*

Önuralmat gyakorolok

*

Igazodok -

Beállok a sorba és nem lógok ki

*

Egy talált tárgyat megőrizni

Vagy becsületesen visszajuttatni

*

Egy könyvet, egy műsort

személyre szólóan ajánlani

*

Egy tortát igazságosan és irgalmasan elosztani,

Vagyis nem feltétlenül teljesen egyenlő szeletekre

*

Egy meglepetést

gondosan és titokban kitervelni, megvalósítani

*

Egy balesetveszélyre figyelni,

Másokat is figyelmeztetni és azt idejében megelőzni

*

A humor magaslatáról

óriássá duzzadni akaró gond törpeségét látni

*

Egy hegycsúcsról

csodálattal és áhítattal körülnézni

*

Egy vagy többnapos kirándulásra, túrára

készülni, be- és ki, majd ismét átpakolni

*

Saját portékád, terméked vagy terményed

piacon árúsítani, kínálgatni, dicsérni - alkudozni

*

Imameghallgatásodért

nyilvános köszönetet mondani

*

Keresztrejtvényt megfejteni –

szavak szinonimáin gondolkodni

*

Társadra úgy nézni,

hogy ma is Nőnek, Férfinak érezze magát

*

Egy BKV ellenőrt kiszúrni,

s a vészhelyzetre gyorsan reagálni

*

Kölcsönkenyeret visszaadni,

kődobásra kenyérrel válaszolni

*

Vasárnapi családi ebédhez

szépen és tisztán megteríteni

*

Segélykiáltást hallatni –

vészjelzést fogni és reagálni

*

Kis kertedet estefelé

szép komótosan végiglocsolgatni

*

Egy verekedéssé fajulható

veszekedést elcsitítani, kibékíteni

*

Élni a vétójogoddal,

egy rossz döntést idejében megtorpedózni

*

Kutyáddal együtt magad is megsétáltatni,

közben ismerkedni - vadidegeneket megszólítani

*

Barátodtól nem tisztességtelent,

és akár meg is tagadható dolgot kérni

*

Nyilvántartani,

kinek mikor van a születés- és névnapja

*

Jaj, de jó a habos sütemény

(Előadó: Kiss Manyi)

Én itt megkérem a nénit, megkérem a bácsit,

Ha kicsit kíváncsi,

Hogyan él a Babszika, az árva lány,

Figyeljenek jól reám, panaszaim előadom én.

Kérem, nekem nincsen pénzem,

Moziba se járok, mint a többi lányok,

És ha nekik a kezükbe torta van,

Azért sírom el magam, mivel ahhoz sose jutok én.

Jaj, de jó a habos sütemény,

Mogyoró van az ő tetején.

Ilyet én nem kapok, s ha ezért zokogok,

Tudom, sajnálnak az angyalok.

Nekem nincs apukám, anyukám,

Csak egy fél kifli az uzsonnám,

S közben jó édes krém illata száll felém,

Jaj, de jó a habos sütemény.

Nekem nincs apukám, anyukám,

Csak egy fél kifli az uzsonnám,

S közben jó édes krém illata száll felém,

Jaj, de jó a habos sütemény.

http://www.youtube.com/watch?v=VhLnBeyE_tE&feature=related