



BEVEZETÉS A BOLDOG ÉLETBE ÉS HALÁLBA

Életminőség javítás/rontás – Szellemtörténet/életkép

Napló és/vagy testamentum – Solymárvölgy, XXI. sz.

Feljegyzések az életminőségről - 2.

Arany János

Rendületlenül

Hallottad a szót: „rendületlenül -”

Midőn fölzeni myriád ajak

S a millió szív egy dalon hevül,

Egy lángviharban összecsapzanak?...

Oh, értsd is a szót és könnyelmű szájon

Merő szokássá szent imád ne váljon!

Sokban hívságos elme kérkedik,

Írányt még jóra, szépre is az ad;

Nem mondom: a hont ők nem szeretik;

De jobban a tapsot, mint a hazát...

Oh, értsd meg a szót és hiú dagályon

Olcsó malasztta szent imád ne váljon!

Fényt űz csinált érzelmivel nem egy,

Kinek világát csak divat teszi:

Őnála köntös, eb, ló egyremegy,

S a hon szerelmén a hölgyét veszi...

Oh, értsd meg a szót s függve női bájon,

Külcsillogássá szent imád ne váljon!

Van - fájdalom! - kinek cégér hona.

Hah! tőzsér, alkusz és galambkufár:

Ki innen! e hely az Úr temploma:

Rátok az ostor pattogása vár!...

Oh, értsd meg a szót: kincs, arany kínáljon:

Nyerészkedéssé szent imád ne váljon!

Szeretni a hont gyakran oly nehéz: -

Ha bűnbélyeg sötétül homlokán,

Gyarló erényünk öntagadni kész,

Mint Péter a rettentő éjszakán.

Oh, értsd meg a szót: fényben, vagy homályon -

De kishitűvé szent imád ne váljon!

Szeretni a hont - ah! még nehezebb,

Midőn az ár nő, ostromol, ragad...

És - kebleden be-vérző honfiseb -

Bújsz a tömegben, átkos egymagad.

Oh, értsd meg a szót s győzve a ragályon

Káromkodássá szent imád ne váljon!

Hallottad a szót: „rendületlenül?”

Ábránd, hiúság, múltó kegy, javak, -

Lenn a sikamló tér, nyomás felül,

Vész és gyalázat el ne rántsanak.

Oh, értsd meg a szót: árban és apályon

- Szirt a habok közt - hűséged megálljon!

(1860.)

*

Pályaalkalmassági vizsgálat

A szellemi hivatások kockázatainak ismerete

A pusztába kiáltod szavaidat

Te vetsz, s csak remélheted, hogy más majd arat

Jó eséllyel leszel bipoláris: mániás-depressziós

Hiába feszülsz meg, ha elhagy a szerencse, az ihlet

Felásod a sivatagot, és mégsem találsz ott semmit...

Lángész, de közveszélyes őrültnek nézik/kezelik

Óriási erővel húz le magához a langyos középszer

Senki se kérdez – senki sem hallgat meg/rád

Hiába tetted rá élted egy merész gondolatra

A te tetteidért a szeretteidet „büntethetik”

Üvegházban laksz: keresik, mivel zsarolhatnának

Folyton résen – csapdák: kompromittálni akarnak

A pályádért örökre fel kell áldoznod férfiasságod

Erre kárhozzátanak: Michelangelo széklábat farag

Politikai ellenfeled köztörvényes bűnt koncipiál

Hiába harcolsz jó ügyért: a nép ellensége

Profi rágalmozók feketítik be jó hírneved

Koldusbot és függetlenség összetartozása

Megmondod az igazat, és betörik a fejed

Rajongód és irigye lesz, barátod nem

Ki lehet próféta a saját hazájában?

Ha sokat okvetetlenkedsz, száműznek

Őrülnék néznek, mint a bárkaépítő Noét

Ma kitüntetnek, holnap ugyanazért büntetnek

*

Legelső, amit e részben tennünk kell:

tiszta ismerettel választott

s állandóul megtartandó elv birtokára törekedni.

Ennek híjával,

ha nem éppen gonosz is valaki,

de pillanatnyi indulatok

s az igen sokszor rosszul értett önszeretet

mindenkori sugalmi határozzák meg;

s majd jót, majd gonoszt cselekszik,

és életfolyama e kettőnek bizonytalan vegyülete.

Milliomok vannak ilyenek;

s az ő szíveikbe

gyakran több hajlandóságot öntött a természet

jót, mint rosszat tennie;

s hibájok csak az,

mert nem alapra építék életüket,

mert nem tűztek magok elébe bizonyos célt,

hová minden különböző körülmények közt

egyiránt siessenek.

Kerüld ez alaptalanságot,

mely többnyire erkölcsi süllyedés örvényébe visz;

s mindenesetre legalább a mindennapi emberké,

a legalantabb járó köznép

nyomorult körére kárhoztat.

KÖLCSEY: PARAINESIS

*

Nevelési kudarc beismerés

Minden ember mellé egy rendőrt állítanak

*

Hallgatni/megszólalni arany

Ha hallgattál volna, bölcs maradtál volna

Hallgatásod hallgatólagos beleegyezés – cinkos bűnpártolás

*

Csúfolódók

Ödön - hasa, mint a bödön!
Orsolya - csúszik, mint a korcsolya!
Ákos - a feneke mákos!
Julcsa - hol a budi kulcsa?!
Imre - feje, mint a dinnye!
Ibolya - csipkedje meg a liba!
Kelemen - békát eszik melegen!
Ágnes - szeme, mint a mágnes!
Domokos - azt hiszi, hogy nagyokos!
Micike - a két lába picike!
János - szeme mindig álmos!
Katica - karmoljon meg a cica!
Pisti - sütőajtód nyisd ki!
Kinyitottad, bújj bele,
onnan nézzél kifelé!
- Lányok, lányok
földi boszorkányok!
- Nem beszélek veled,
káposzta a fejed!
- Minek az a ráncos szoknya,
ha a leány tipe-topa?!
- Minek az a pörge kalap, ha
a legény csak egy falat?!
- Előbb süssél palacsintát,
aztán szeress gimnazistát!
- Patak partján pipitér,
a te szavad kicsit ér!

*

Optimista- pesszimista

Félig üres, vagy félig tele a pohár

Csak szemléleti vagy ténykérdésről van szó?

A pillanatfelvétel milyen irányú folyamatot rögzít...

*

Más farkával veri a csalánt

*

"A máz

a média által létrehozott illúzió,

egy hamis valóság,

amely azon a módon működik,

hogy leköti az emberek figyelmét,

és összezavarja őket a tényeket illetően.

A máz a világ összes hazugsága együttvéve."

(Julius Andan)

*

TERÉZ ANYA 8 "PARANCSOLATA"

1. Amit évek hosszú során felépítettél, egy másodperc alatt romba dőlhet. Ne törődj vele! Te csak építs.
2. Ha valakinek segítesz, az emberek haragudni fognak rád.
Ne törődj vele! Te csak segíts annak, akinek szüksége van rá!
3. Minden tőled telhetőt tégy meg a világért! Ezért rúgást kapsz cserébe.
Ne törődj vele! Te csak tedd, ami tőled telik!
4. Azt a jót, amit ma cselekszel, holnapra elfelejtik.
Ne törődj vele! Te csak tedd a jót!
5. A becsületesség, a tisztesség és az igazmondás támadhatóvá tesz.
Ne törődj vele! Te csak légy becsületes, tisztességes és őszinte!
6. Az ember ésszerűtlenül gondolkodik, helytelenül cselekszik és önző.
Ne törődj vele! Te csak szeresd felebarátodat!
7. Ha jót teszel, azt mások úgy tekintik majd, hogy hátsó szándék vezet.
Ne törődj vele! Te csak tedd a jót!
8. Ha céljaid vezérelnek, hamis barátaid és igaz ellenségeid lesznek.
Ne törődj vele! Te csak kövesd céljaidat!

*

Egy alkalommal

a farizeusok és írástudók így szóltak Jézushoz:

János tanítványai gyakran böjtölnek és imádkoznak,

és ugyanígy a farizeusok tanítványai is;

a tieid azonban csak esznek-isznak.

Jézus így felelt nekik:

Csak nem foghatjátok böjtre a násznépet,

amíg vele van a vőlegény?

Eljön az idő, amikor elviszik a vőlegényt:

akkor majd böjtölnek.

Példabeszédet is mondott nekik:

Senki sem hasít ki új ruhából foltot,

hogyan ócska ruhára tegye.

Hiszen így az újat is elszakítja,

és az ócska ruhára sem illik az új folt.

Senki sem tölt új bort régi tömlőkbe,

mert az új bor szétszakítja a tömlőket;

a bor kiömlik, és a tömlők is tönkremennek.

Az új bor új tömlőbe való: akkor mindkettő megmarad.

Aki óbort iszik, nem kívánja az újat, mert azt mondja:

Jobb az óbor.

Lk 5,33-39

*

DOBERDÓ

Kimegyek a doberdói harctérre.
Feltekintek a csillagos nagy égre.
Csillagos ég, merre van a magyar hazám,
merre sírat engem az Édesanyám?

Én Istenem hol fogok meghalni?
Hol fog az én piros vérem kifolyni?
Itália közepében lesz a sírom
Édesanyám, arra kérem ne sírjon

Feladom a levelem a postára,
rátalál az Édesanyám házára.
Olvasd Anyám vérrel írott leveletem,
Doberdónál hagyom az életemet.

Édesanyám nem írok több levelet.
Puskagolyó lőtte el a szívemet.
Eltemetnek az erdei gyöngyvirágok,
megsíratnak a falumbeli leányok.

<https://www.youtube.com/watch?v=bO8cuAOBlwk>

*

Morus: Utópia

Egy nem létező hely

Ahol pl. mindenkinek alapjövedelme van

Ahol az is eszik és iszik, aki éppen nem dolgozik

Minden ember/polgár alanyi joga a lakás, fűtés stb.

*

Illetlenségek

Illik – illem – illemtudó

Illeszkedik – illesztés – beilleszkedés

*

Weöres Sándor: Pityu és Pöszi

az óvodakertben mindenfélét sinálnak
ni mije dicnók
a többi óvodások körülöttük álnak

nézi a Paidagóosz néni
pfuj meekkora dizsnók
úrlapot és hegyes tollat ragad
dűhtől hullámozva ír:
Tűzdelt Zülők!
Máskor scináljanak jobb jerekeket.
És felelnek a zülők:
Kedves Paidagágász Néni!
Hun házasodunk hun meg elválunk
különb féle jerekekkel kísérletezünk

*

Azok,

akik nem tudnak magukon nevetni,

meghagyják ezt a feladatot másoknak.

*

Szabadság és felelősség

Kiskorúság és kiskorúsítás, gyámság

Menekülés a választás, a döntés terhe előtt:

Diliház, börtön, katonaság, szolgaság stb. stb.

*

Életajándék

Ajándék ez a nap

Ajándék volt minden perc és óra

*

A jó és rossz pletyka

Hírszerzés – tájékozódás

*

Önbüntetés

- önbíráskodás

Van magad felett büntető hatalmad?

Vagy csak úgy élsz, mintha...

...el lennél tiltva a közélettől?

...házi őrizetre, szobafogságra ítélték volna?

*

Helyetted más

Éli az életet, s te csak kukkolsz?

*

Más helyett

Kitüntetést vagy büntetést kapni

Udvarolni, gyermeket nemzeni, játszani

Enni, inni, levegőt venni, tanulni – gyónni...

*

Halál-komoly

Az élet nem játék. És nem vicc.

De nélkülük unalmas és sótlan.

*

Jog – erkölcs – szentség

Minimális és maximális elvárások

*

Szabálykövető viselkedés

Nem szívdobogás, tüsszentés

Hanem amikor hibát követhetsz el

Pl. a gyaloggal úgy lépkedsz, mintha király lenne

*

Kritériumok

Tudni annyi, mint jól megkülönböztetni

Egészséges vagy beteg - normális, vagy perverz, deviáns,

*

Egy gitár rendeltetése

Mi mindenre lehet amúgy használni...

*

A jóbarátaimtól védjen meg a Jóisten,

Az ellenségeimmel valahogy elbánok én magam is...

*

Blöff

Nagyobbnak lenni-látszani

Mint amikor a cica felborzolja a szőrét...

Csak nehogy elhiggye, hogy tényleg akkora

*

Sok húhó semmiért

Hegyek vajúdnak és egérke születik

*

Szálka és gerenda

*

Paradoxon

Aki menti életét, az elveszíti,

Aki feláldozza istenért, az megnyeri azt

*

Hasonló

a mennyek országa

a földbe rejtett kincshez.

Ha valaki megtalálja,

újra elrejtí azt,

majd örömeben elmegy,

eladja mindenét, amije van,

és megvásárolja azt a földet.

Mt 13,44-46

*

Evilági boldogság - megboldogulás

*

A halottas ruhán nincs zseb

*

A forgandó szerencse

*

Úr és szolga

Aszimmetrikus viszonyok – helyzetek

Ahogy én fütyülök, te úgy táncolsz, ugrálsz

*

Szirénhangok

*

Sorozás.

Az orvos vizsgálja a katonajelölteket.

- Nézze a jobb kezemet! Tátsa ki a száját! Forduljon meg!

Hajoljon le! Húzza szét a farpofákat! Rendben, alkalmas!

A srác megfordul, és odaszól az orvosnak:

- Hát, ezt mondhatta volna a szemembe is!

*

Megéri felmászni a csúcsra

A humor magaslatáról eltörpülő gondok

*

21

Optimum

Az elég a legtöbb

Még nem jó – már nem jó

A kevesebb és a több is káros

*

Mérték

Jóból is megárt a sok

*

Gazdálkodj okosan

Többet észszel, mint erővel

Időből és energiából szűkösen vagy

*

Igénytelenység

Ha ló nincs, szamár is jó

*

Pótszertelenül

A szerelem mindent pótol,

A szerelmet nem pótolja semmi

*

Öncsonkítás

Testi és lelki amputáció

Ne mondj le végleg semmiről

*

Fösvény és tékozló

A fösvény, aki magától is sajnálja a jót

*

Az út lélektől lélekig

Komikus-tragikus félreértések

Karinthy története az emberről,

aki csak simogatni szeretne volna a nyuszt

*

Róka és gólya

Ha szívélyesen meghívják ugyan,

de csak azért, hogy bosszantsanak

Vendégbarátság – hívatlan vendég

*

Szálka és gerenda

Az kiabál, akinek a háza ég

Mindenki seperjen a saját portája előtt

*

Játszani a tűzzel

Azzal játszik, ami nem játék

Aki szelet vet, az könnyen vihart arat

*

Divatmajom/önelhanyagoló

Pedig a ruha is teszi az embert –

Nemcsak a külsőségekre adó emberek,

De saját magad önbecsülése miatt se mindegy

*

Irreverzibilis

Előbb mérni, azután vágni

Kolbászból disznót készíteni

Repül a nehéz kő/nehéz szó...

*

Gödörben

Kimászni – kibírni – berendezkedni stb.

Ha röstellsz segítséget kérni/agresszív kismalac

Ha nem teszel erőfeszítéseket, hogy kimászhass

Inkább úgy teszel, mintha mindig is ide vágytál volna...

*

Három kívánság

Hogyan csináljunk aranyból szart?

Hogyan jussunk még rosszabb helyzetbe

(amiért ráadásul csak magunkat okolhatjuk)

*

Önsorsrontás

Lássuk Uramisten, mire megyünk ketten!

Miután a jég elveri a szőlőt – vered magad is

*

Savanyú a szőlő!

Olcsó vigasz, ha nem éri fel a róka a fürtöt

*

Példabeszéd

Az öreg, a kisgyerek és a számár

Mindenki mindig más elvárásának megfelelni

*

Magánügy

Fertőző betegség

Fertőző ásítás és rosszkedv

*

Egy csepp méreg

És megmérgezel egy kancsó ivóvizet

Ami könnyen megöl egy – rakás - embert

*

Példázat

A játékból „Farkas!”-t kiáltó pásztorgyerekek

Aki hitelét veszíti, s a bajban magára marad

*

Jobb, ha nincs barátod,

Mintha csak hiszed, hogy van – de nincs.

De a legeslegjobb persze az, ha van egy igazi.

Aki mindenét feláldozná érted. Még a kapcsolatot is.

*

Világnyelv

Gesztus és mimika

Amit szavak nélkül is kifejezhetünk

*

Testbeszéd

Önkéntelen pirulás – szemérem, szégyen

*

A szem a lélek tükre

Szemforgató – a szeme se áll jól

*

Ahogy fent, úgy lent

Makro- és mikrokozmosz és káosz

A szabadság szülte rend a sok lehetőségből

*

Kint is vagyok, bent is vagyok,

Jaj de nagyon boldog vagyok...

*

A látszat csalhat

Nem minden arany, ami fénylik

*

Paradoxon

A szabadság és a hűség nem zárja ki egymást – sőt!

*

Szabadnak születni és lenni

A szabadság a szükségszerűség felismerése

S ha megteheted azt, ami jó – ami a javadra válik

*

Miért legyek tisztességes?

Miért ne legyek tisztességes?

*

“Aki kifelé néz, álmodik, aki befelé néz, felébred.”

(Carl Gustav Jung)

*

„ Ha van egy kerted és egy könyvtárad,

mindened megvan, amire szükséged lehet.”

– Marcus Tullius Cicero.

*

Heltai Jenő –

Dal a szomorú nyaralásról

Mint tisztos burzsoához illik,
most nyaraló-helyen lakom,
az országútra nyílik ajtóm,
a szemétdombra ablakom.
Aki belép a hajlokomba,
rögtön beteg lesz, nagy beteg.
Ezért a nyári hónapokra
négy száz forintot fizetek.
Négy száz forintot! Koronában
azonban nyolcszáznegyvenet,
(Külön a kertért húsz forintot,
a sárga fene egye meg!)

Mert kertem is van, nagyszabású,
egy nyomorult fa, két bokor
és fölül minden csupa hernyó,
és alul minden csupa por.

Azonban ettől eltekintve
itt édes a családi kör,
reggel benéz az ablakomba
egy-egy tehén, egy-egy ökör.
És belebőg a reggelimbe,
hogyan hull a vakolat belé,
és sóhajtasom vágyva száll
az oly távol Budapest felé.

Néha betéved a szobámba
egy nagy disznó vagy más barom,
s kóbor kutyák bősült csapatja
használja klubnak udvarom.
Este a szájamba repülnek
nem sült galambok -- ó, dehogy,
darazsak, hangyák, éjji lepkék
amelyek száma sohse fogy.

Közben nagyot dőf néha rajtam
egy becstelen, szomjas szúnyog,
ha ez tovább tart tíz napig még,
hát bizony isten elhunytok.
Éjjel, mikor aludni vágyom,
aludni némán, boldogan,
a fürge békák muzsikálnak,
hogyan vacog tőle a fogam.

Minduntalan újabb vonat jön,
visít, csörömpöl, zakatol,
füstjét beküldi a szobámba...
Ez a pokol! Ez a pokol!
Biztatgatom magam erősen,
hogyan a falu varázsa ez,
és nem tart már nagyon sokáig,
mert októberre vége lesz.

Hogy üdülésre, pihenésre
valók e csöndes, szép hetek,
miként a nyári hónapokban
négyezer forintot fizetek.
Biztatgatom magam erősen,
de mindhiába, nincs hatás.
Mit ér nekem a legnagyobb por,
mikor a szívem vágya más!

Elismerem: e méla vágyban

nincs bölcsesség és nincs haszon,
de én a becsstelen, a piszkos,
füstös fővárost szomjazom.
Az aszfalt bűze és szemetje
e távolságbul szinte kincs,
mit ér nekem a legszebb csirke,
addig, amíg kirántva nincs!

Falu, Természet, Szent Poézis,
ahány szó, annyi sok csalás,
a Nyár varázsát tönkretette
az istenverte nyaralás.
Oh, jobb a főváros porondján
színi a pesti levegőt,
a hamisított kertben ülni
a bűvös kávéház előtt.

S amíg a rikkancsok rohannak,
s a villamos harangja szól,
szemünk behunyva álmodozni
a nyárról és a faluról.