

MÉREGTELENÍTŐ

2026.07.szám

KEDVES OLVASÓ!

Hogy mi fogott meg ebben a képben, amit a címlapra tettem? A sivatagi forrás, amit ezekben a napokban mi is átélünk? A gyönyörű barna testek, az aranyos, ártatlan kisfiúk? Leginkább az a kíváncsiság, ahogy kukucskálnak abba az eszközbe, ami többet mutat nekik, mint amit maguk körül látnak, és ami számukra a csoda? Mindez így együtt. Tudod, a nyár mindig a könnyedség, a gyerekek vidámsága, az örömteli együttlétek jegyében telt és remélem, telik is, legalább egy-két alkalommal. Csak annyi lehet – többet nem is bírnék. De Neked, aki még fiatalon, vidáman éled a szünidei heteket, sok-sok kacagást, pancsolást, kirándulást kívánok, és elviselhető, európai hőmérsékletet.

Ismétlés a tudás anyja - tartja a közmondás. 24. éve születnek a MÉREGTELENÍTŐ írásai. Szeretek turkálni ebben a gazdagságban. Tudod, kevés az, amit én írok, a többségét csak keresem-találom-szerkesztem. Nem vagyok turkálóba járó vásárló, soha nem is voltam, de ezt a szellemi turkálást nagyon kedvelem. Tudom én a helyemet – nem vagyok író, sem irodalmár, nem vagyok más, csak egy hosszú életet megélt öregasszony. De van rengeteg tapasztalatom. Saját és rengeteg ember életének egy-egy mozaikja. Ezt a sok gazdagságot, valós vagy elképzelt történetet teszem hónapról hónapra közzé. Nem nagy ez a KÖZ, akiknek kiteszem, de vannak rendszeres olvasók, úgymond törzstagok. Ez segít, látom azokat, akiknek mesélek, akiket szeretek. Nem titkolom, jólesik, mikor egyikük-másikuk válaszol, elmondja, mi tetszett, néhányszor ötletet is ad, tegyem bele a következő számba ezt meg azt.

Most, hogy a 40 fokos hőségben már nem halogathatom tovább a júliusi szám elkészítését, „csak úgy, magától” előbukkant a gépem tartalmából 9 évvel ezelőtről néhány írás. Megborzongtam, mert épp mostanság vált újra aktuálissá..

Szerkesztő társammal mindig alkudozunk: „ez már volt egyszer” – mondja Ő. Tudom, de hol vannak már azok az olvasók? Meg hát vannak újak, nekik is jól jöhet. És ismétlés a tudás anyja, hátha eltalál valakit.

Mivel sokat beszélgetek, tudom, ki mivel küzd, mik az élete problémái. Talán épp az a történet válaszolna neki, de nem ért rá elolvasni.

Íme a 9 évvel ezelőtti írás, ahogy akkor megjelent:

A halogatásról...

Olvasóm, bizonyára Téged is nyomasztanak visszahozhatatlannak tűnő mulasztások, melyek mögött legtöbbször a halogatás, a lehetőségek fel nem használása áll. Az utóbbi időben erre nagyon érzékenyen figyelek, szeretném fülön csípni, mi is a lelki mechanizmusa.

Van, amikor valóban erőnkön felülinek ítéljük az elvégzendő feladatot, vagy feldolgozandó problémát, ezért hagyjuk elveszni az alkalmat, igaz, ekkor még nem láthatjuk, mekkora lehetőség mellett megyünk el. Csak mikor bekövetkezik az esemény, amit mi megakadályozhattunk volna, vagy megtörténhetett volna, ha akkor mi...

Ismerős?

Máskor meg úgy ítéljük meg, nem kell ezt nekünk mindenképpen megtenni, talán még rosszat is teszünk vele...? Így okoskodunk, és nem használjuk fel az adott pillanatot.

Olvasóm, nem saját bölcsességemmel traktállak, hanem olyan dolgokkal, eseményekkel, melyek nagyon megérintettek, vagy amelyekből sokat tanultam. Ezért megosztom Veled készségesen, hátha Te is élhetsz vele?

Aztán egy-egy alkalommal kiderül, nem használtad fel a lehetőséget, nem olvastad el, s mikor a Te életedben hasonló dolog történt, nem tudtad alkalmazni...

Azt mondja a közmondás, az okos a más kárán tanul, a bolond meg a maga kárán...

Dehogyan is nevezlek bolondnak! De valamiképp nagyon szeretném felhívni a figyelmedet, kézzel-lábbal, néma jelekkel, hogy fontos az, amit üzenek Neked az újság lapjain.... De Tőled függ, van-e rá időd, kapacitásod, vagy elszalasztod.

S itt jött számomra a felismerés: ez nem más, mint az egész emberi élet problémája kicsiben!

Hányszor kérdezed - Istent vagy a Sorsot hibáztatva - hogy miért engedte, miért nem akadályozta meg, ami történt, vagy épp miért nem segített??

Pedig lehet, épp Te kaptál rá lehetőséget, hogy megakadályozz valamit, vagy segíts a kibontakozásban, amitől aztán minden más lenne... És ha nem Te, hanem én vagy valaki más éppen nem figyelt, mikor ott volt a lehetőség?...

87 éves bácsi, kinek felesége, élete társa pár hónapja halt meg, itt hagyva őt egyedül, sírva mondja: „miért nem tudunk többet arról, mi vár ránk odaát, a földi Élet után, ha van egyáltalán odaát?” - mert csak most fordult arrafelé, eddig mindig mással volt elfoglalva. Ki tudja, a felismerés mennyi lehetőségét hagyta elmenni maga mellett!?

ooo

Érdemes kíváncsian keresni és túllátni a kézzel foghatón, a szemmel láthatón, hogy többet láthassunk a TELJESSÉGBŐL! Érdeklődőn, ahogy a kis néger fiúcskák nézik a világot.

A költő is erre buzdít, hagyjuk vezetni magunkat, figyeljünk érzékeny füllel és szívvel sorsunk hangjaira! **és** tegyük meg, amit csak tehetünk!

OOO

Túrmezei Erzsébet: A harmadik

Valamit kérnek tőled.
Megtenni nem kötelesség.
Mást mond a jog,
mást súg az ész.
Valami mégis azt kívánja: Nézd,
tedd meg, ha teheted!
Mindig arra a harmadikra hallgass,
mert az a szeretet.

Messzire mentél.
Fáradt vagy. Léptél százat.
Valakiért még egyet kellene.
De tested, véred lázad.
Majd máskor! – nyugtat meg az ész.
És a jog józanságra int.
De egy szelíd hang azt súgja megint:
Tedd meg, ha teheted!
Mindig arra a harmadikra hallgass,
mert az a szeretet.

Valakin segíthetnél.
Joga nincs hozzá. Nem érdemli meg.
Tán összetörte a szíved.
Az ész is azt súgja: Minek?
De Krisztus nyomorog benne.
És a szelíd hang halkán újra kérlel:
Tedd meg, ha teheted!
Mindig arra a harmadikra hallgass,
mert az a szeretet!

Ó, ha a harmadik
egyszer első lehetne,
és diktálhatna, vonhatna, vihetne!
Lehet, elégnél hamar.
Valóban esztelenség volna.
De a szíved békességről dalolna,
s míg elveszítenéd,
bizony megtalálnád az életet!
Bízd rá magad arra a harmadikra!
Mert az a szeretet

Több mint tíz éve már...

Az alábbi írást egy édesapját elveszített fiatalember írta. Pontosabban ő mesélte el azt a megrendítő álmot, amivel megvigasztalta őt a földi életből eltávozott apa. Akkor is nagyon megérintett, s most újra rátalálva közlöm, hisz van jelenleg is a körünkben olyan nagy veszteséget átélt személy, aki számára megnyugvást jelenthet:

Álomhíd

„...Álmomban kutyámmal sétáltam, hagytam, menjen, amerre szeretne, míg egy erdőhöz értünk. Egy kicsi hídon mentünk át. Egyszer csak szembejött velünk egy másik kutya, megszólalásig hasonlított az enyémmre. A két állat nagy-nagy örömmel üdvözölte egymást. Csak néztem, hogy lehet ekkora hasonlóság? Kérdeztem hangosan, hát ez hogy lehet? Kutyám meg válaszolt: - ez a testvérem.

- Hogy került volna ide egy testvéred?- hitetlenkedtem. Erre egy nagyon-nagyon meleg, szerető hangot hallottam: - Mert ez a Mennyország. Felnéztem a kutyus-szintről a hang felé. Egy ember ült ott egy padon, Ő, akit elveszítettünk, akit eltemettünk. Olyan valóságos volt, hogy szinte fáj! – akkor nem éreztem fájdalomnak, mert teljesen betöltött a jelenléte.

Olyan boldogság és békesség áradt Belőle, ami azonnal birtokába vett engem is! De nem csak boldogság, hanem vidámság, öröm is körülvette Őt. Olyan szép volt...

Nem tudom, szavak hangzottak-e? De elmondta, hogy itt, ahol Ő van, nagyon-nagyon szeret élni. És olyan feladata van, ami egyszerre boldogság, izgalom, teljesség.

Milyen jó volt Vele, mennyire jó volt Ott!!! Mondtam is, én már nem akarok visszamenni, itt szeretnék maradni. Mosolygott. Nem lehet, még vissza kell térnem. De nemsokára itt leszünk mindnyájan. Röpké pillanat, és ez lesz az életünk....

Akkor megsejtettem azt az Időtlen boldogságot, ami itt természetes volt. Átéélhettem az Öröklét valóságát.

Ő mosolyogva biztatott, ne féljek, itt leszünk majd együtt, de még vissza kell térnem oda, ahonnan kutyám elvezetett idáig.

És felébredtem. Az Álomhíd eltűnt mögöttem.

Itt van mindenkim, akit szeretek, akikkel jó egy családban élni, küzdeni. De ahol Ő van és ahol álmomban jártam – higgyétek el: az a VALÓDI ÉLET!...”



R. M. Rilke: Isten a hallgatásban nyilvánul meg

Ha csak egyszer sikerülne igazán mély csendre lelni,
ha elcsitulna mindaz, ami közvetett, esetleges,
és körös-körül a kacagás megszűnne egy pillanatra,
ha az érzékek okozta surrogás nem akadályozná
oly nagyon a virrasztást, akkor
talán elérnék egy túlcsorduló, teljes gondolatban,
és nálam lehetnél egy mosolynyi időre,
hogy minden Életnek odaajándékozzalak,
köszönetképpen.

ooo

Ahogy a falakat, úgy rakjuk össze képeinket Rólad:
már ezer meg ezer fal áll körülötted.
Mert ájtatos kezeink akkor is elakadnak,
amikor a szívünk nyíltan lát Téged.

ooo

Mindazok, akik keresnek, megkísértenek Téged.
Akik pedig megtalálnak,
képekbe és rítusokba zárnak.

ooo

Fekete Ágnes: „Ó, ha tudnám...

...hogyan megtalálom őt, elmennék szinte az ő székéig. Elébe terjeszteném ügyemet, számat megtölteném mentő erősségekkel. Hadd tudnám meg, mely szavakkal felelne nékem; hadd érteném meg mit szólna hozzám. Vajon erejének nagy volta szerint perelne-é velem? Nem; csak figyelmezne reám!"
(Jób könyve 23,3-6)

Nagyon szeretem Jób könyvének ezt a néhány mondatát. Egy igazi ima. Van benne panasz, van benne kétely, van benne remény, de főleg az egész arról szól, hogy valaki valakivel kapcsolatba akar lépni. Mert az imádságnak ez az igazi lényege. Tele van az életünk földi kapcsolatokkal, emberi eszközökkel. Segédeszközökkel. Állandóan támpontokat keresünk. Az ima egy mennyei támpont. Egy földön túli kapocs.

A legtöbb ember valamiért imádkozik. Azért, hogy... Pedig az ima azért van, mert... Egyszerűen kapcsolatba kell lépni valakivel, aki és ami nem én vagyok, hanem meghalad engem. Az ima egy összefüggés és nem módszer. Szerintem mindenki volt már olyan élethelyzetben, hogy egy emberrel nem találta a hangot. Van, amikor semmilyen szó nem képes átívelni két ember

között. Minden csatorna bedugult. Anya és gyereke között, vagy munkatárs és főnök között. Vízszintes irányban nem hatnak a szavak. Már annyira elkoptak, annyira sok mellékértelem tapadt hozzájuk, hogy használhatatlanok. A bennünk szunnyadó hit ilyenkor mondhatja ezt: szavaidat ne a másikhöz, hanem Istenhez küldd el! Hidd el, hogy ő képes visszahullatni azokat arra, akinek szánod. Elmegyek Isten székéig, és ott helyezem el szavaimat, hogy majd onnan visszahulljanak.

Isten megértésének az eszközevé tud válni az, hogy mi emberek sokszor ennyire nem értjük egymást. Ezzel megtanulhatjuk azt, hogy igazából csak térben lehet kommunikálni. Tehát egyszerre felfelé és egymás felé. És van olyan helyzet is, amikor csak a felfelé irányuló szál marad meg. Hihetünk abban, hogy az is megtart egy-egy földi kapcsolatot. A Jelenések könyvében olvashatjuk, hogy Isten trónjánál ott van huszonnégy vén, akiknek a kezében füstölő van, és ez a füst a szentek imádsága. Az ima füst. Nem nagyon látjuk, nem tudjuk pontosan hova tart, egyfajta titokzatosságban küldjük el Istennek, de egészen biztos, hogy ahol füstölnek, ott előbb utóbb mindenki megérez valamit a környezetben. A fölfelé küldött áldozat itt lent is érződik. Az ima valami sűrű kapcsolatban levés, Isten felé irányuló önátadás, ami jó illata a környezetünknek is.

Sokszor a gondolataink jelentenek nagy akadályt. Mert az ima nem az eszünk által történik. Nyilván a gondolataink is részt vesznek benne, de alapvetően nem az értelmünkből ered az Istennel való kapcsolatunk. Az imádságot nem lehet ésszel begyakorolni. Megfigyelni lehet. Ahogyan a gyerekek tanulnak: tapasztalják azt, amit a szülők tesznek, és szeretnék utánozni. Nem lehet akadémikus módszerekkel megtanulni az imát. Maga az imatapasztalat tanít imádkozni. Meglátjuk azt a valóságot, amelyben nem a hatékonyság, nem az erő az úr. Így élhetjük át azt, hogy Isten tartja a vállán a világot, és nem mi. Ha imádkozunk, akkor megtanuljuk vele, térben látni a világot. Nem az én erőlködésem vezet előre, nem én verem a hidat a másik felé, hanem Isten ad mindent, benne találom meg az élet nyitját. Mi mindig szeretnénk valamit még tenni. Ha hiba van, akkor még jobban tenni és tenni. Az imádság arról szól, hogy lenni kell. **Az Ő látószögében lenni**, és akkor a tetteink a helyükre kerülnek. Ezt adja meg Isten! Ámen.



Egy kedves Olvasónk írta 75.születésnapjára, engedélyével közöljük:

Gál Magdolna: Születésnapomra

75 évesen nem tudok gondolni másra
Csak a Veled való, végső találkozásra
Ez maradhatna így egy epigramma
Angyal mérje ki súlyát grammra
Hogy megérte-e: szüleim szerelme
Kilökött engem a létbe terelve.

Itt vagyok most még, ámulva, bánva
Mivégre is hívtál engem világra
Csak remegve nézi e szegényes elme
Hová is vezet majd Isten szerelme
Itt mocorgok bolygónyi méhedben, Élet!
Kíváncsian várom a jövődő véget
Megéltem örömet, borzalmat, szépet
Nevelt, vezetett benne a Lélek
Míg mostanra fölfakadt bennem a hála

Hogy senkinek sincs élte, holta hiába!
Hogy nem baj
E sok jaj
És nem baj kudarc, bűn és véték
Egy sorsot éltem én is elétek
Fölvillantva
Egy pillanatra
A lángot, Uram, mit ittjártadba'
Úgy szerettél volna, ha fellobbanna...

Így most
75 évesen nem tudok gondolni másra
Csak a Veled való, végső találkozásra.



Lukoviczki Réka: Akit rehabilitált az Élet

Egy fesztiválról tartottunk hazafelé, amikor az autónk lesodródott az autópályáról, s az elszenvedett sérülés következtében, amputálni kellett a bal lábamat.

Bár nem éreztem magam biztonságban és sanszos volt, hogy nem élem túl, mégis egy kellemes érzés öntött el, amelyben bizonyosságot nyertem arról, hogy a halál nem a vég, s csak mi hisszük azt, hogy ha valaki eltávozik, az lehúzza a rolót. Kitágult a világ és tudtam, mindegy, hogy itt és most élek, vagy halok, mert így is, úgy is van élet.

Egy hatórás életmentő műtéten estem át, melynek az első két órájában szerették volna összerakni a lábamat, ez végül nem sikerült. Amikor felébredtem és megláttam, az első gondolatom az volt, hogy ez elveszett, s végül azért kezdtem el sírni és dühös lenni, mert nagyon kevés maradt belőle. De ez a düh hamar elillant és helyén a hála jelent meg, hiszen életben voltam. Újjászülettem azon a vasárnapon és egy teljesen más dimenzióban kezdtem el ezek után élni.

Még a kórházban megfogadtam, ezentúl nem lesz elfuserált nap, hét, hónap, év, amikor nem élek jó életet, amikor ostromozom magam, szégyent érzek, vagy amikor másoknak akarok örült módon megfelelni. Tudtam, hogy most mindent tiszta lappal kezdek, s ez nagyon motivált.

Az első időszak a fantomfájdalmak időszaka volt. Nem értettem, hogy tud valami, ami nincs, annyira fájni! Volt, hogy ülni sem tudtam, olyan mértékben fájt a lábam helye, én pedig folyamatosan mankóztam fel-alá. Mindez néha annyira a padlóra vert, hogy nem tudtam mást tenni, a szeretteimen vertem le a port. (Ezt utólag nagyon sajnálom, de akkor a legjobb tudásom szerint erre voltam csak képes...))

Aztán bekerültem a rehabilitációs intézetbe, ahol életem legnagyobb kiképzése kezdődött el. Úgy éreztem magam, mint egy spártai az ókorban, aki mindennap harcol, edzéseken vesz részt, meghatározott szigorban és rendszerben él. Azonban annak köszönhetően, hogy korábban sportoltam, a testem jól reagált a feladatokra, s ez hozott magával egy magabiztosságot is. Egy ideig még ragaszkodtam a mérnöki tanulmányaimhoz. Anno a tanáraink azt mondták, hogy ilyen jó aggyal és képességekkel kár lenne, ha nem valami komoly presztízst adó pályát választanék... A művészeti pálya valahogy mindig le volt szólva és én elhittem, elég annyi motiváció, hogy a mérnöki hivatás jó fizetéssel és presztízzsel jár. Életem egyik legnagyobb tévútja volt, hogy így gondolkodtam egy karrierről! Aztán elkezdtem teljesen más szemmel meglátni a helyzetemet: bemegyek az egyetemre, bemagolom a leadott anyagot, felkészülök a ZH-ra, levizsgázom, majd mindent elfelejtek. S mindez mókuserékszerűen ismétli önmagát. Rájöttem, hogy ez így teljesen értelmetlen, s végül azt mondtam, csak azért nem fogom elvégezni az egyetemet, hogy a diplomámat a polcra tegyem és a nagymamám nézegethesse. Elhatároztam, hogy megtalálom a saját hangom és a saját

motivációm az életben. Olyan hivatást fogok találni magamnak, amit szívből csinállok.

A sport sokat segített kidobálni magamból a negatív energiákat. Viszont még mindig hallom a gyógytornászm hangját, amikor a futásról kérdezgetem. és azt mondja, „Réka, te már fogadd el, hogy kevesebb vagy, mint mások, te már ne akarj futni!”. Nagyon dühös lettem, magamra csaptam a kórterem ajtaját és a YouTube-on rákerestem a 2012-es paralimpia múltábal futó sportolóra. Akkor megláttam Heinrich Popow-ot – aki mind a mai napig a példaképem –, mint egy gepárd futni, kinéztem a kórterem ablakán és megszületett egy gondolat a fejemben, hogy én nem fogok elhinni mindent mindenkinek, és nekem senki nem mondhatja meg, hogy mik a korlátaim, mert azokat majd én magam szándékozom felfedezni.

A gyógytornász hangja azonban egészen Lipcséig elkísért, ahová tavaly májusban egy szakkiállításra érkeztünk. Gyógyászati segédeszközök légiója sorakozott ott fel, én pedig termékmodell voltam, aki bemutatott néhány fejlesztést. Egyik nap épp a hotel bárjában söröztünk a világ minden tájáról érkező műszerészekkel és orvosokkal, amikor egyszer csak leült mellém egy olyan lábkészítő mester, aki a paralimpiai futók lábát szereli. Én áradozva mondtam el neki, hogy mennyire fantasztikus dolog, amivel foglalkozik, mire jött a kérdése, hogy nem szeretnék-e kipróbálni egy ilyen műlátat... Aznap este alig aludtam valamit, nem győztem kivárni a másnap délutánt. Egy gyönyörű kék szalagszőnyegen életem legcsodálatosabb 30 percét tölthettem el. Olyanná váltam én is, mint egy sebesen száguldó gepárd, egygé váltam a lábammal, suhantam vele, úgy éreztem. megállíthatatlan vagyok, a világ pedig újra az enyém.

És akkor tudtam, hogy nekem soha többet nem mondhatja meg senki sem, hogy mit csinálhatok és mit nem, mert mindenre képes vagyok, csak hinnem kell benne, s ha elhiszem, akkor meg fog valósulni. Azóta sem hagyom, hogy mások felcímkézzenek – „Réka, te fogyatékos vagy!”, „Réka, te csak mérnök lehetsz!”... Ha ezekkel azonosulnék, egy idő után, azzá is válnék.

Én úgy döntöttem, magam kutatom fel a címkéimet, s nem engedem, hogy a külvilág ebben bármiféleképpen is befolyásoljon.



Emlékek, álmok és fantázia szövődik...

Olvasó! Csukd be a szemed és szállj velünk, átjutva az álmok hídján. Ígérem, egy csodálatos kiránduláson vehetsz részt. Ma megmártózkodhatunk a mostanra már nagyon meleg és kevés vízű Balatonban. A gyerekek nagyon élvezik, mivel felhevült testtel mindig nehezen jönnek be a hideg vízbe, Azért is nagyon jó napnak ígérkezik a mai, mivel nem miénk a teljes felelősség, hisz ma velünk van egy hivatásos úszásoktató, Gábor bácsi is. Balatonszárszón, az általunk nagyon megkedvelt szabad strandon töltjük el ezt a teljes napot, hogy este majd egy szalonnasütéssel, sok jókedvvel fejezzük be. És még egy fél napunk lesz a játékra, úszásra, talán a szél is enyhül, hogy tollasozzunk. A tábortüzet a nagy forróság miatt alighanem kihagyjuk. Majd augusztusban, mikor újra együtt leszünk.

A strand „nagymedencéje” – azaz a teljes tó - ilyenkor reggel maradéktalanul a miénk. A nyaralók lustán alszanak, és mi áhítattal szemléljük a partról a sima víztükröt, a felette repkedő sirályokat. Főként a csendet értékeljük. Szerencsére már megtanulták a gyerekek, hogy ennek milyen nagy varázsa van. Csak a szemek beszélnek, ragyognak, bennük tükröződik a tó, és az elmúlt évek hasonló nyári élményei.

Ez az együttes egy különleges csapat. Tagjai: a legidősebb Tomi, aki évekig szentül hitte, hogy az úszószemüvege röntgenlátást biztosít; a legfiatalabb Maja, aki az egész délelőttöt képes egy helyben lebegve tölteni, mint egy darab hínár; a két tizenéves tesó, Peti és Domi, akik folyamatosan egymást heccelik, Timi, tiszteletbeli családtag, már gimnazista nagylány, aki körül mindig vidámság és nevetés hangzik, és a kis Lili, aki új tag, most van velünk először. Ő közölte, egyelőre csak a bokáig érő vízben lesz hajlandó tartózkodni. Bence nevezte el a csapatot: Kék Krokodilok lettek.

– Kék Krokodilok, figyelem! A mai feladat: miután belemerültünk és megszoktuk a vizet, talpunk megismerte a talajt, elúszunk a bójáig és vissza. Aki megcsinálja, az hivatalosan is Balatoni Kalóz lesz! – adta ki a vezényszót Gábor bácsi.

Tomi azonnal megigazította a neonzöld úszószemüvegét. Mellette a fiúk már a vízi csatára készültek, a kis Lili nagy bátran jött velünk, amíg térdéig ért a víz. Maja, a csapat legnyugodtabb tagja már hanyatt fekvé lebegett a vízen, mint egy elégedett vidra.

Gábor bácsi vezényszavára kishalak módjára tempózott a csapat, vidáman haladtak a lassan mélyülő víz felé. Hogy mélyvízre jussunk, ahhoz bizony kilométereket kellene gyalogolni. A Balaton hullámai lágyan mosták a vállukat. Tomi haladt az élen, a lábaival úgy verte a vizet, hogy a mögötte jövők alig láttak a fröccsenésektől.

Az indulók Lili kivételével mind elnyerték a Kalóz címet. A legnagyobb csoda mégis a délelőtt végére maradt. Lili, aki eddig csak nézelődve vágyakozott

befelé, meglátott egy piros labdát, amit a szél lassan sodort befelé. Gazdátlan volt, sehol senki rajtunk kívül. Gábor bá' észrevette a kislány tekintetét.

– Lili, hozzuk vissza a labdát! Gyere, fogd meg a kezem, és csináljunk úgy, mint a kishalak. Csak rúgd a vizet a lábaddal! Ahogy a halak csapkodnak a farkukkal.

Lili vett egy nagy levegőt. Nem volt rajta sem karúszó, sem flamingó. Belépett a vízig, majd Gábor bá' hatalmas, biztonságos tenyerébe kapaszkodva elkezdett csapkodni a lábaival. A víz habzott, a többiek kórusban kiabálták: „Hajrá, Lili! Hajrá Lili!”.

És Lili úszott. Legalábbis három méteren keresztül teljesen egyedül tartotta fent magát a vízen, mielőtt Gábor bá a magasba emelte volna. A kislány úgy vigyorgott, hogy a füléig ért a szája, kezében a megszerzett piros labdával.

Később a Kék Krokodilok a parton fekvő majszolták a jól megérdemelt, fokhagymás-tejfölös lángosukat ebéd gyanánt, Tomi elmélyülten nézte a vizet a neonzöld szemüvegén át. Nevetgélünk, pihentünk – jó volt együtt.

Egyszer csak Lili ijedten sikkantott fel: – Gábor bá! A labdám! Elvitte a szél!

Igen, közben a délutáni balatoni szellő széllé élénkült, nem is sikerült a tollaslabda bajnokságot megtartani, s most valóban belekapott a piros labdába, egyenesen a part menti, sűrű nádas felé sodorta. A nádas a strand szélén sötétlett, a gyerekek között pedig makacsul tartotta magát a legenda, hogy ott lakik a „Mérgező Nádi Manó”, aki behúzza a víz alá a labdákat.

– Senki ne induljon utána egyedül! – intette óvatosságra őket Gábor bá, de a szél gyorsabb volt, és a labda eltűnt a sás sűrűjében.

– Én visszaszerzem! – kiáltotta Tomi, és a röntgenlátónak hitt szemüvegében máris a nádas felé fordult. A fiúk azonnal követték, Timi és Lili pedig Gábor bá mögé sorakoztak fel. Lili rendületlenül Gábor bácsi nagy tenyerére bízta magát.

Ahogy a gyerekek elérték a nádas szélét, a víz hirtelen hűvösebb lett. A nád szálai susogtak a fejük felett. A meder alján a puha balatoni iszap kellemesen csiklandozta a talpukat, de a sötétzöld környezet miatt mindenkinek kicsit hevesebben vert a szíve.

– Nézzétek, ott van! – rikkantott Domi. A piros labda beszorult két vastag nádszál közé, vagy három méterre a sűrűben.

Tomi büszkén indult volna előre, de a lába hirtelen megakadt. Egy víz alatti hínárcsomó és egy régi, elhagyott horgászsinór tekeredett a bokájára. Megijedt. Rángatni kezdte a lábát, amitől csak még jobban belegabalyodott.

– Gábor bá! Elkapott a Nádi Manó! – kiáltotta, és a hangjában most az egyszer nem a vagányság, hanem valódi ijedtség ült. A víz itt már a mellkasáig ért.

Gábor bá' elindult feléjük, de a sűrű iszapban lassan lehetett haladni. Ekkor a két fiú és Timi nyugodtan közelebb léptek Tomihoz.

– Nyugi, Tomi, tartunk! – mondták, és együtt megragadták Tomi karját, hogy ne süllyedjen. – Én látom a zsinórt a víz alatt! – mondta Maja, aki a lebegős technikájával simán a víz felszínén maradt, lebukott, és ügyes ujaival egy pillanat alatt lefejtette a zsinórt Tomi lábáról.

Tomi kiszabadult. Gábor bá eközben odaért, hosszú karjával benyúlt a nád közé, és kiemelte a piros labdát.

– Na, Kék Krokodilok, a Nádi Manó ma veszített – mosolygott az edző, miközben visszavezette a csapatot a napfényes, nyílt vízre. – De mit tanulunk ebből?

Tomi megdörzsölte a szemét az úszószemüveg alatt, és kicsit elvörösödve nézett a többiekre.

– Azt, hogy a Balaton gyönyörű, de nem játék. És azt... hogy egyedül egy krokodil sem bír el a hínárral. Kösz, srácok, lányok.

A parton, a törölközőkbe burkolózva, a jól megérdemelt gombóc fagyalt felett már nyoma sem volt az ijedségnek. Tomi büszkén mutatta a többieknek a lábán lévő apró karcolást.

– Ez – mondta titokzatosan – a Nádi Manó pecsétje. Most már hivatalosan balatoni kalózok vagyunk.

A többiek nevetve koccintották össze kólás poharaikat, a Balaton pedig halkán, békésen mormolt tovább a lábuknál.

Későbbiekben a Kék Krokodiloknak egy igazi négy lábú tolvajjal gyűlik meg a bajuk, a kaland pedig újabb úszástudományi sikerekhez vezet. De ezt majd az augusztusi számban olvashatjuk. (P.M – AI)



Mezősi Miklós: Vers, mértékkel

Vers. Láb. Szívből hűvösen izzó holdsugarakkal
húzom a mértéket, sor alá sort így igazítok.

Ott vagy. Lám: mosolyod, nevetésed iramlik a versben.

Rezzen a fény a hajadban, húz a sötét meg egy illat.

Megszorítottad erősen a szívemet — izmai téged
gyengéd, sírnivaló vacogással ölelnék azóta.

Néha remegsz. A mosolygásod fészkébe találtam.

És ha remegtetem, és fénnel teleszórom a verset:
boldogító nevetés lesz szíveknek zokogása.

Markó Béla: Nyári napforduló

Egyre forróbb a nyár, de már a nap
megfordult, és azóta nő az éjjel.
Hát hogy van ez? Még őrzik a falak
a meleget? Csordultig teltek fényel

a mélyedések? Van még tartalék?
Ezért a késés? Nem. Így jó, ahogy van.
Mert akkor teljes minden, ha a vég
már látható körös-körül, s valóban

tapintható, ami jó, ami múlt,
ami most érik, s ami már lehullt,
és végre célja van az érintésnek,

ahogy rám nézel reggel, és ahogy
én hallgatok, de veled hallgatok.
Akik így élnek, halálukig élnek.

Markó Béla: Ismétlések

Ismétli önmagát a kert megint,
mert szakasztott úgy nyílik az idén is,
mint eddig sokszor. Így szeretnék én is
megsokszorozni mindent. Terveink

s emlékeink közt ne legyen különbség,
legfeljebb néhány alig látható
sebhely, amivel a mindenható
az öregedő cseresznyét vagy körtét

megjelöli, tán figyelmeztetésül,
hogy úgyis el kell fogadnom majd végül
valamit, amit még nem ismerek.

De egyelőre éppen az a lényeg,
hogy mint a fák is, óvatlanul éljek,
s ismételjem, mit ismételhetek.

Meghallgattam...

Új sorozatot indított a **Mária Rádió** jún. 28-án 20:16-kor : Dr **Dér Katalin Véigidő – avagy „Mik lesznek ezután?” (Dán 2,29) címmel!**

„Korunk hiánytalanul felmutatja mindazokat a jelenségeket – a természeti katasztrófáktól a migránsválságig és a példátlan erkölcsi hanyatlásig –, amelyeket Jézus nagy apokaliptikus beszédében (Mt 24. fejezet) a végidő előjeleinek nevez. A történelem beteljesedésének, a világ és az emberiség jövőjének, az úgynevezett végidőnek, az ítéletnek és az ember halál utáni sorsának kérdése minden korban foglalkoztatta a hívőket és a nem hívőket egyaránt – ma ez az érdeklődés különösen megnőtt. Ezért a sorozatban erről, a vége felé tartó történelem elrejtett misztériumáról, az üdvösség isteni tervéről és annak kibontakozásáról, az új ég és új föld majdani valóságáról lesz szó azzal a céllal, hogy a mai kaotikus, a vég felé tartó korszakban döntésre késztesse, választásra buzdítson a jó és a rossz, az igaz és a hamis, Isten és a gonosz, élet és halál között.”

A műsor kéthetente vasárnap 20:16-kor jelentkezik.



P. Nagy István: Elalvás előtt

Ne bújj ágyba korán.
Igyál meg egy pohár
langyos, mézes tejet.
Fürdővizedbe önts
levendula- vagy citromfűfőzetet.
Szellőztesd ki a szobád.
Kapcsold ki a tévét, telefont;
a pánik- és hisztériakeltó hírek
csak felzaklatnak.
Mielőtt lefekszel, hallgass zenét —
pl. Bach bármely zenekari
műve kiváló nyugtató-altató.
Olvass mesekönyvet,
Andersent vagy magyar népmeséket.

És mikor lefekszel,
próbálj meg teljesen semleges
dolgokra gondolni.

Lazíts.
Elalvás előtt
a saját gondjaidon való töprengés
és a megoldáskeresés
nagyon megnehezíti
az álomba merülést.
Képzeld magad egy régebbi korba,
mondjuk Mátyás idejébe.
Légy az igazságosnak
bölcs tanácsadója.
Vagy mint aki hadban áll,
talpig fegyverben.
Az éjszaka csatatér.
Az álmon túl virrad.



Seres Lili Hanna: Lassú nyárban ül

hallgatja a betonon olvadozó gyerekzsivajt
a rég megunt trolimorgást
nincs kedve semmihez.

aztán hirtelen eszébe jutsz
nem tudja, emlék-e, amire gondol
nem tudja, hol vagy
és mért ilyen lassú ez a nyár.

berakja a kedvenc számodat
(neki sose tetszett igazán)
becsukja az ablakot
— áthangolja a szobát.

este még mindig rád gondol
tudja, nevetnél, hogy nem érdemled ezt
tudja, te lassítasz le mindent:
mint két ébresztés közti perceket a félálom.

Aranyosi Ervin: Érints meg!

Érints meg, - erre kérlek, - ha kisbabád vagyok!
Ölelj gyakran magadhoz, nélküled "megfagyok"!
Ne csak pelenkázz, mosdass, ha éhezem etess!
Puszild meg arcom százszor, mert így természetes!
Ringass el két karoddal, nyugtasd meg lelkemet,
öledbe bújva érzem, hogy jó szülőm szeret!
Érintésed ha érzem, az biztonságot ad,
Érints meg, ez az érzés, mindig velem marad!

Érints meg, - erre kérlek, - ha gyermeked vagyok,
s nem értem a világot, s félelmeim nagyok.
Ne tarts magadtól távol, ha veled dacolok,
helyemet nem találom, sok még az új dolog!
Keress az utat hozzám, próbáld megérteni!
könnyű álmokat hozz rám, s akard érinteni!
Jó éj pusztid oly édes, olyan megnyugtató,
mesélő érintésed álomba ringató!

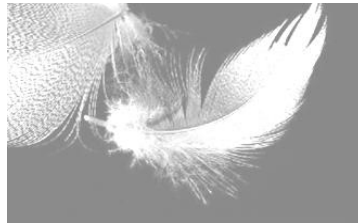
Kamasz fiaddá váltam? Érints meg akkor is!
Lelkem nem érzéketlen, csak más világba visz!
Ne hidd, hogy azért bántlak, mert most komisz vagyok.
Ezer tüském is vágyja az ölelő karod!
Magam felnőttnek érzem, - s hangodra szomjazom,
az élet viharához így alkalmazkodom.
Ketté szakadt világban, még helyem nem lelem,
viselj el hogyha bántlak, s maradj mindig velem!

Érints meg! - erre kérlek, - ha barátod vagyok!
megnyugtató ölelésed, ha más felzaklatott!
Biztató szép szavakkal lelket is önts belém.
értelmet adj a létnek, és tarts tükröt elém.
Kétségeimet vedd el, tudasd: fontos vagyok!
Lehet hogy érintésed, minden, amit kapok.
Ha szomorú a lelkem, vidámíts végre fel,
legyél velem ha baj van, s nem hagylak én sem el!

Kedvesem, éltem párja, most hozzád fordulok,
érintésed, szerelmed, a legszentebb dolog.
Ám tévedés azt hinned, a szenvedély elég.
Ezer félelmem kerget a karjaidba még.
Megnyugtató ölelésed, vigaszt nyújtasz nekem,
lágyan szoríts magadhoz és szebbítsd életem!
Ilyenkor végre érzem, - szemünk együtt ragyog.
Olyannak szeretsz engem, amilyen ÉN vagyok.

Felnőtt gyereked lettem, most már csak az leszek,
s van már saját családom, kiket ölelhetek.
Anyám, s apám karjára mégis számíthatok.
Érints meg most is, kérlek, mikor gyenge vagyok.
Szülői ölelésed, ma is sokat jelent,
így segíts értékelni, múltat jövőt, jelent.
Már én is másképp látlak, jobban becsüllek már.
Ami fájt elfelejtem, az élet jó tanár.

Érints meg még! - ezt kérem - idős szülőd vagyok.
Erős karodra vágyom, mielőtt meghalok!
Érints meg, ahogy egykor érintettelek,
amikor apró voltál, kis, védtelen gyerek.
Ülj le a közelembe, fogd kezem, adj erőt,
simíts az öreg arcon, sok ráncot, vad redőt!
Melegítsd át a szívem, megfáradt tagjaim,
te rólad szólt az élet, a legszebb álmaim.



Janáky Réka: Páratlanul

Én úgy szeretlek,
Mint a kicsiny a nagyot,
Mint a föld az elvetett magot.
Én úgy szeretlek,
Hogy én - már nem vagyok.

Dacos, lehajtott
Fejeden, szíromszádon,
Csókolnálak egy szempilládon.
Úgy ülsz szívemen,
Mint a virág a száron.

Nyitnálak, mint kulcs
A megtalált ajtaját,
Mint kinek nincs, féltett otthonát.
Mint szemét a vak,
Ki végre újra - lát!

Én úgy követlek,
Mint az árnyék a napot,
Biztosan, mint a ma a tegnapot.
Én úgy követlek,
Hogy én - már nem vagyok

A meggy

Igaz történet



Kiskorom óta nagyon szeretem a meggyet, a legfinomabb gyümölcsnek tartom. Így természetesen a kertünkben is ültettünk meggyfákat, egy debreceni bőtermő nevű, szép nagy szemeket hozót, és egy apró, savanykás termést adó cigánymeggyet. Az előbbi sokáig ellenállt a kártevőknek, de pár évvel ezelőtt majdnem belepusztult a moníliába. Szerencsére kiheverte, és idén már sok szem piroslott rajta. Korábban júliusban szoktuk leszedni, de a nagy meleg és szárazság miatt most előbb megérett a gyümölcs. Nem tudtuk idejében leszedni, így már kissé aszalt termést takarítottunk be. Férjem szerint ez már semmire sem volt jó, de én szívesen eszegettem, bár a lelkesedésem egyre csökkent – szerencsére a gyümölccsel egyenes arányban.

A lányom meggylekvárt akart eltenni, ehhez a hozzávalót már a piacon kellett megvásárolni. Én még vettem egy fél kiló, nagyon szép és finom meggyet is, hogy az otthoni termés után ezt is megehessem. 2-3 napig csak 1-1 szemet ettem belőle, emellett önfeláldozóan kimagoztam a lekvárnak szánt gyümölcsöt is. Sajnos nem fért bele mindjárt a hűtőbe, mire a lányom megérkezett a befőzéshez, már kissé erjedt volt, így csak mélyhűteni tudtuk. Ezt a sokkot a töpörödött gyümölcs elfogyasztása után a finom, lédús meggy szemezetésével akartam kiheverni, de azt már sehol sem találtam. Kiderült, hogy amíg más házimunka miatt elhagytam a konyhát, a férjem levest főzött belőle. Ezirányú szándékát ugyan korábban már jelezte, de én ehhez inkább a neki hozott cseresznye és a kissé ütődött sárgabarack felhasználását javasoltam.

Amikor felfogtam, hogy nincs meggy, a világ szinte összedőlt számomra. Sírtam és kiabáltam, amit más butaságnak, nevetségesnek tartott volna. A csalódás azért volt óriási, mert a férjem egy szemet sem hagyott meg. Én nem rejtegettem előle a gyümölcsöt, ő pedig napokig hozzá sem nyúlt. Tudta, hogy mennyire szeretem, mert mindig mondtam neki, hogy vétek megfőzni, inkább nyersen eszem. Az összes meggy elfogyasztása számomra így az ő szeretetének, rám figyelésének teljes hiányát jelentette. A férjem kicsit mentegetőzött, de nem kért bocsánatot.

Roszkedvűen mentem lefeküdni, de nem tudtam elaludni. Végül éjfél után bevettem egyet abból a nyugtatóból, amit ő szokott használni. A fáradtság és a gyógyszer hatott, reggel nem is tudtam a vekkerre felébredni. De kijózanított a fürdőszoba és a WC látványa, amely egy hasi katasztrófáról tanúskodott. Utólag el kell ismernem, a férjemet is bánthatta a dolog. Megfájdult a hasa, fekete hasmenése lett. A tünetek akut bélvérzésre utaltak. Feltehetően stressz fekélye keletkezett, és ez az alvadásgátló kezelés mellett elég veszélyes betegség. Szerencsére akut orvosi beavatkozásra nem volt szükség.

De a meggylevesből nem evett... (K. A.)

Fecske Csaba: Előnytelen változások

azelőtt, ha a piacon jártam, megettem
egy lángost, utána a Zöld Ászban megittam
kétszer, néha háromszor két deci hárslevelűt,
és zsebre dugott kézzel fütyörészve, ballagtam haza.
most meg, lángossal kezemben, bor nélkül megbotlottam
a saját lábamban. hülye részeg, mondta valaki jó hangosan,
hogy meghalljam. hirtelen szégyellni kezdem öreg arcomat,
vakusi szememet, botladozó lábaimat és szép faragott botomat,
amivel úgy szeret játszani Luca dédunokám,
ahogy valaha én a nagyapám görbebotjával,
míg le nem ejtettem és meg nem repedt,
hogy aztán se játszani vele, se támaszkodni rá...
különben is, nagyapám meghalt, én meg felnőttem,
utoléltem nagyapámat.

Jorge Luis Borges: Pillanatok

Ha újra élhetném az életemet,
a következőben igyekeznék több hibát elkövetni.
Nem próbálnék olyan tökéletes lenni, lazább lennék.
Bolondabb lennék, mint voltam, igazából kevés dolgot vennék komolyan.
Kevésbé lennék higiénikus.
Többet kockáztatnék, többet utaznék,
többször merengenek a naplementén,
több hegyet másznék meg, több folyóban úsznék.
Többször mennék olyan helyekre, ahol sohasem jártam, több valódi
problémával törődnék és kevesebb képzeletbelivel.
Azok közé tartozom, akik értelmesen és termékenyen töltötték
életük minden percét;
voltak persze boldog pillanataim is.
De ha előről kezdeném, azon igyekeznék,
hogy csak jó pillanataim legyenek.
Mert ha nem tudnátok, ebből áll az élet, kizárólag pillanatokból;
ne veszítsd el a mostanit.

Azok közé tartozom, akik nem mennek soha sehova lázmérő nélkül,
meleg vizes palack nélkül, esernyő és ejtőernyő nélkül;
ha újra élhetnék, kevesebb poggyásszal utaznék.
Ha újra élhetnék, mezítláb járnék kora tavasztól,
míg csak véget nem érne az ősz.
Többször ülnék a körhintára, többször merengenek a naplementén,
több gyerekkel játszanék, ha újra előttem lenne az élet.
De hát látják, 85 éves vagyok és tudom, hogy meghalok. /Tóth Éva ford./

Gondolatok a nevetésről és a humorról...

Kornis Mihály: Kiken nem nevetek

Aki a hatalomban ül és fentről lefelé kedélyeskedik, bársonyszékből nyugtatgatja a nála is ijedtebb alattvalókat: a tréfálkozó politikusok, ezek a médiasztárok, a szót magukból mint pattogatott kukoricát okádó emberek – rajtuk nem nevetek, még társaságban sem. Nem elhatározásból, isten látja lelkem: nem tudok. Borzongok attól, hogy a többiek nevetnek.

Sokan nevetnek pedig, nevettek mindig is: Ez a szolgálai sikító tetszésnyilvánítás. Ütemes taps egy-egy nagyobb, kíméletlenül cinikus pofon után. Hogy volt!

A szívből jövő nevetés az valami más. Azok, akiket én szeretek, csakis azon nevetnek, amiről az előző pillanatban még nem tudták, hogy fognak. Attól mulatságos, hogy felködlik benne valami nem szükségszerű és zabolázhatatlan, felismerés. De ami sose nevet ki mást: magán nevet minden felismerés. Ahogy a szerelmesek nevetnek, mikor jól nyúlnak egymáshoz. Mámorító az igazi nevetés.

A remény nevet, meg a tiszta ész.

Vagy bárki, aki olyat mer gondolni, amitől rés támad, és betör a friss levegő, nem lehet eztán úgy élni, mint eddig. Amitől a nevetés együttnevetés: magában véve gondolkodás. Az a jó nevetés, aminek nem tudok ellenállni, hiába rögzített a szöveg, én válok tőle rögzíthetlenné: humora a magasba ragad.

Kéjgáz.

Mikor a Latyi bohóc, mint holtrészeg börtönőr, azt állítja a pálinkájáról álmélkodva, hogy kismértékben alkohol, de nagy mértékben gyógyszer, vagy a Vitéz János – Hopplá! – fordulatból fenékbe rúgja a Krampuszt, mire az megfordul, de ő újra a háta mögött áll, és épp akkor újra fenékbe rúgja, és ezt megcsinálja hétszer, kupán vágja a serblivel is, nyolcszor...

Sírok a nevetéstől.

Nem komikumelmélet amit előadok, csak egy ajánlat. Tudom, hogy tudod: Akkor ne vess, ha nem írják elő. Vagy magadon, mikor a cipőfűződet kötöd. Száz kiló felett nincs annál mélyebb bohóctréfa. De szűk nadrágba bújni már ötven kiló tájt is egy bonyolult attrakció, különösen úgynevezett szépfenekű hölgynek.

A nevetés a szemünkben lakik.

Nem ismer el tekintélyt. Akkor robban ki belőlünk a legédesebben, amikor kereken megtiltják. Röhög az egész osztály. És Josef Švejk, az kérem egy derék katona. Nem attól van jó kedvünk, hogy szabadok vagyunk, hanem attól, hogy az életünk így is-úgy is rabság. A legjobb humorú a legszomorúbb ember. Nem hagyja magát, nem adja magát. Nem eladó az árvaság, az igazi szegénység – mi mást tehetne: nevet, csak nevet! Ha már búsul és hangosan sajnálja magát – hatalomra tör.

II. János-Pál pápa: Mosolyod

Mosolyod, mely szívből fakad,
Aranyozza be arcodat!
Mosolyod nem kerül pénzbe,
Mégis sokat ér testvéred szemében.
Gazdagítja azt, aki kapja,
S nem lesz szegényebb az sem, aki adja.
Pillanatig tart csupán,
De örök nyomot hagy maga után.
Senki sem oly gazdag,
Hogy nélkülözni tudná,
És senki sem oly szegény,
Hogy meg nem érdemelné
Az igaz barátság látható jele,
Hintsd be a világot egészen vele.
Mosolyod: nyugalom a megfáradottnak,
Bátorság a csüggedőnek,
Vigasztalás a szomorkodónak.
Mosolyod értékes, nagyon nagy jó,
De semmiért meg nem vásárolható.
Kölcsönözni nem lehet, ellopni sem,
Mert csak abban a percben van értéke,
Amelyben arcodon megjelen'
És, ha ezután olyannal találkozol,
Aki nem sugározza a várt mosolyt,
Légy nagylelkű, s a magadét add,
Mert senkinek sincs nagyobb szüksége mosolyra,
Mint annak, aki azt másnak adni nem tudja.



Gyűjtemény:

- A bölcsesség biztos jele, ha valaki nevet azon, hogy mások nevetnek rajta. (Chesterton)
- Aki mindig nevet, az bolond, aki soha, az gonosz. (Grecian)
- A tréfa az intelligencia mosolya. (André Saures)
- A nevetés a lélek hangja. Van nevetés, ami ostoba, mint valami kongó edény. Van nevetés, ami sírásra készlet. Van sírás, ami nevetésre készlet. (Joseph Roux)
- Mi is a tréfa? Csipetnyi mustár azon a főtt húson, ami az élet. (Olasz mondás)

- Móka közben is fájhat a szív, s az öröm vége búslakodás lehet. (Példabeszédek 14,13.)
- Mi tiltja, hogy mosolyogva mondjuk meg az igazat? (Horatius)
- Az a nap elveszett számomra, amelyen nem nevettem. (Chamfort)
- Nevetnünk kell, mielőtt boldogok vagyunk, nehogy meghaljunk, mielőtt nevetnénk. (La Bruyére)
- Az embernek mindig szüksége van egy kis humorra és derűs kedélyre (XXIII. János pápa)



Tallózás - az Erdélyi Keresztalja c. újságból:

Hé, srácok, jó a szerkótok! – köszönt rá néhány évvel ezelőtt farsang tájékán a ferences habitusban másodmagával sétálgató Urbán Erik ferences szerzetesre egy fiatal fiú Szeged központjában. A megjegyzés nem volt bántó szándékú, a fiatalember még azt is megkérdezte, melyik farsangi bála készülnek, és velük tarthat-e.

Humoros történetek mindenkivel megesnek, de nem mindenki tud önmagán nevetni. Erik testvér – a csíksomlyói kegytemplom volt igazgatója – hosszas magyarázatba kezdett, amikor a vicc és a kereszténység kapcsolatáról kérdeztük. „A nevetés segítséget jelent azon a pallón, amely a gyarlóság és a tökéletesség távolságait köti össze – állítja. – Figyelmeztet bennünket korlátainkra, földi nyűgeinkre, átmeneti állapotunkra.” Urbán Erik úgy látja, Isten előtt az imádság erejével ér föl a nyugodt, derűs lélekből fakadó nevetés. A ferences szellemiséghez egyébként is különösen közel áll a derű, a vidámság, hiszen a rendalapító Szent Ferenc számára az evangélium valóban örömhír volt, az ő állandó derűje is az evangéliumhoz való közelségből fakadt. „Csak az tud így örvendezni, madarakkal versenyt énekelni, akár két fadarabbal is hegedülni, akinek a lelke annyira tele van mennyeiekkal, mint Ferencé” – mondta Erik testvér. Szent Ferenc egyébként ezekkel a szavakkal próbálta másokkal is megosztani örömét: „Mi Isten komédiásai vagyunk, és azért küld bennünket a világba, hogy az embereket megtanítsuk az igazi örömről!”

Az egészséges humort, viccelődést nem szabad összetévesztenünk a kárörömmel, a gúnyos nevetéssel. Erik testvér visszataszítónak tartja azokat a tréfákat, gyűlöletből eredő nevetéseket, amikor a humorizálás a másik kárára történik.

VIDÁMSÁG, NEVETÉS

Egy reszkető pasast vizsgál a fogorvos.

- Sajnálom uram, de ki kell húzzam a fogát, nem lehet megmenteni. - közli.

A férfi az ijedségtől annyira remeg, hogy összekocannak a fogai.

- Na, nyugi, nyugi! - mondja a fogorvos. - Itt egy kis konyak, húzza le, ettől majd elmúlik a félelme.

A páciens megissza a konyakot, s csakugyan megszűnik a remegés.

- Na, ugye megjött a bátorsága? - kérdi a doki.

- De mennyire! Most próbáljon valaki akár csak egy ujjal is a fogamhoz nyúlni!

- Miért szaladt el az operáció elől? - kérdezi a nővér a beteget.

- Mert az asszisztensnő a műtét előtt azt mondta : "Mitől fél? Ez csak egy közönséges vakbélműtét?"

- Na és? - ez inkább bátorításnak hangzik.

- Igen, de nem nekem mondta, hanem a sebésznek!

A férfi és a nő még sosem találkoztak, de mindkettőnek van házastársa otthon. Véletlenségből egy hálófülkébe tették őket a Transcontinental vonaton. Kezdetben kicsit szégyellték, hogy egy fülkében kell aludniuk. De mivel mindketten nagyon fáradtak voltak, nagyon hamar elaludtak. A férfi a felső, a nő meg az alsó ágyon. Éjjel 1 körül a férfi finoman szólóan felébresztette a nőt a kérdéssel: "Hölgyem, sajnós zavarnom kell. Tudna rajtam segíteni, mivel nagyon fázom. Fel tudná adni nekem a szekrényből a másik takarót? Tényleg borzasztóan fázom!" "Nekem jobb gondolatom van" - mondta a nő - "csak ma éjszakára - úgy látszatból - tegyünk úgy, mintha házastársak lennénk." "Hooó!..Ez nagyszerű" - válaszolta a férfi." Jó"- mondta a nő - "Akkor mássz le magad azért a nyamvadt takaróért!"

A tanítónő köszön a villamoson az egyik utasnak, de rájön, hogy tévedett, nem is ismeri, ezért pirulva mentegetőzni kezd:

- Jaj, bocsásson meg! Azt hittem, hogy az egyik gyereke apja...

Két lány felszáll egy Szolnok felé tartó vonatra. Az egyik megkérdezi a kalauzt:

- Elnézést, ez a vonat elvisz engem Kecskemétiig?

- Nem - mondja a kalauz. Mire a másik szőke:

- És engem?

-Hogyan oszlatja fel a skót rendőr a tüntető tömeget?

-Leveszi a sapkáját és kéregetni kezd.