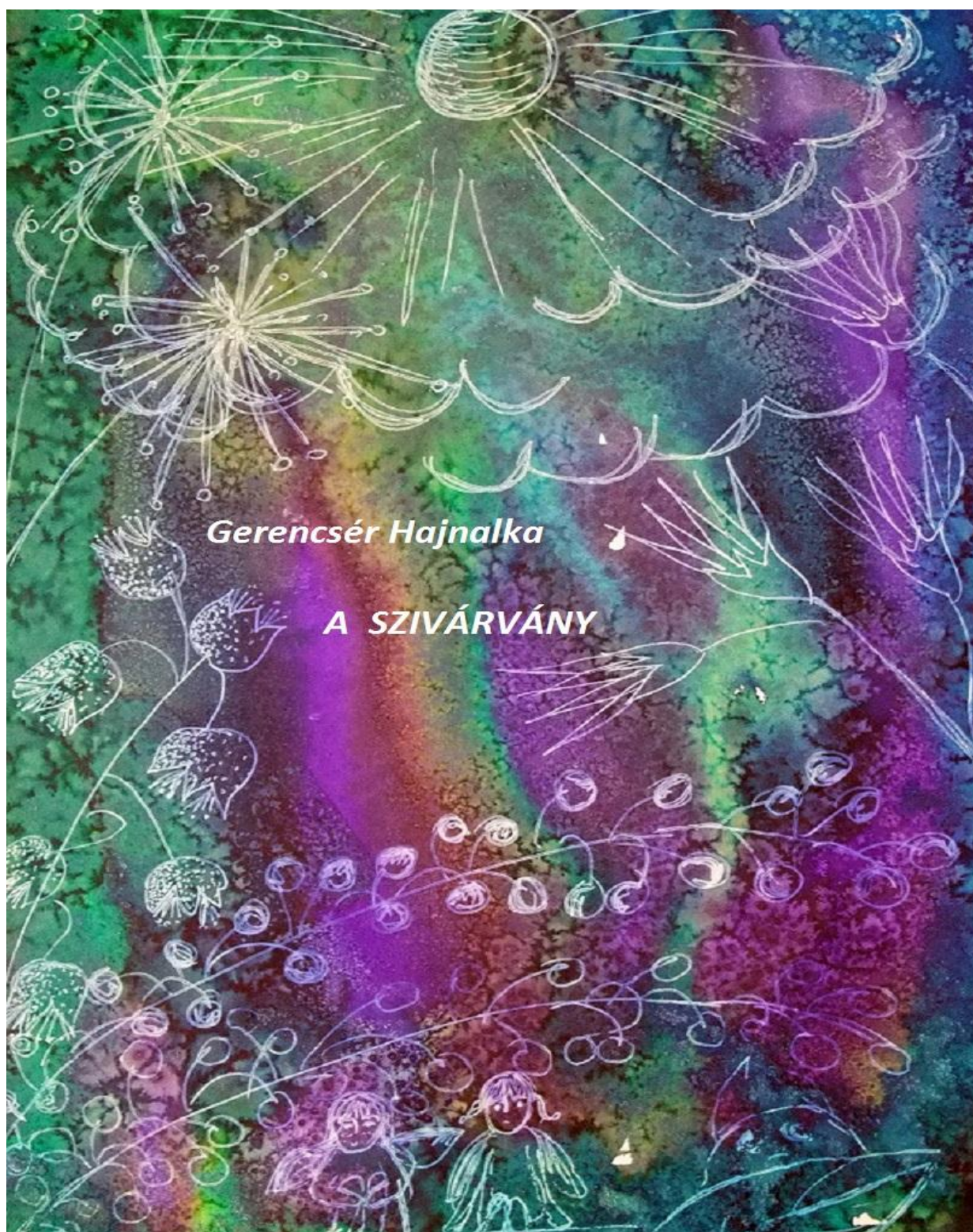




Gerencsér Hajnalka

A SZIVÁRVÁNY

Gerencsér Hajnalka

*Versek, novellák, gondolatok, életképek
gyűjteménye*

2013. decemberig

Szerző:

Gerencsér Hajnalka

Minden jog fenntartva

Borító:

Boris Vanessza alkotása

Szerkesztette: Lélek Sándorné

2014

Gerencsér Hajnalka: A szeretet ereje

III/I. fejezet

Kate gyermekkorát egy tanyán töltötte szüleivel, nagyszüleivel. A 3 generáció békében, szeretetben élt együtt. Mindenkinek megvolt a maga feladata, mindegyikjük munkája egyaránt fontos és nélkülözhetetlen volt. Marie, a nagytyúkokat nevelt, sütött, főzött, Jonathan, a nagyapa a lovakat gondozta. Katrin, az édesanya a virágoskertet, a veteményest tartotta rendben. A ház takarítása mellett gyakran varrogatott, kötögetett. Családja ennek köszönhetően sok szép ruhadarabbal büszkélkedett. John, az apa ásott, gondozta az állatokat, de a ház körüli javításokat is ő végezte. Amíg Kate kicsi volt, játszott a gyepen, fésülgette, babakocsiban sétáltatta hajas babáit, virágot szedett. Kergette a táncukat lejtő tarka pillangókat, gyönyörködött pompázatos szárnyaikban. Nyaranta sötétedésig mindig talált magának odakint elfoglaltságot. Telente a család is behúzódott a házba. A meleg szobából csodálták a jégvirágokat az ablakokban, a hópelyhek békés táncát, a hófödte táját, mely átmenetileg puha takarója lett a kertnek. Katrin mindig talált munkát a házban. Ilyenkor picit több idő jutott a lakás csinosítására, de a mesékre, beszélgetésekre is.

AZ IDŐ A SZERETET EGYIK ALAPPILLÉRE. FONTOS, HOGY MINDIG LEGYEN IDŐNK A SZÍVÜNKNEK KEDVES EMBEREK SZÁMÁRA. HA MEGHALLGATJUK ŐKET, PROBLÉMÁIKAT AZ Ő SZEMÜKKEL FOGJUK LÁTNI. Kate közben felcseperedett. A sok lemondás, a szegénység együtt érzővé tette. Egyre többet tudott a világról, egyre többet segített otthon. Marie ereje fogyott, egyre nehezebbé vált számára a munka. Könnyebben beteg lett és hosszabb időt töltött az ágyban. Jonathanon is egyre mélyebb nyomot hagyott az idő. Kedvenc lovait már nem tudta gondozni, de nem telt el nap, hogy meg ne látogatta volna őket, ne beszél volna hozzájuk. John vette át a lovak gondozását. Kate leérettségizett, s mivel jól tanult felvették az egyetemre. El kellett távolodnia a szülői háztól. Sokat gondolt rájuk, de egyre kevesebbet tudott hazalátogatni a rengeteg tanulnivaló miatt. Szokatlan volt számára a nyüzsgő városi élet. Alkalmi munkákat szerzett, hogy el tudja magát tartani. Néha takarítást vállalt, máskor gyerekekre vigyázott. Mindig akadt tennivalója. Igyekezett családját is támogatni, de az albérlet, maga az élet, az elvárások bizony sokba kerültek. Az egyetemi évek során megismerkedett egyik

csoporttársával, Thomassal. Okos és kedves fiú volt. Sokat beszélt neki a tanyáról, a családjáról, ahova a szíve húzta. Thomas mindig figyelmesen hallgatta. Szemeiben olyan szomorúság tükröződött. Kate sosem faggatta. A fiú félév ismeretség után megnyílt. Elmondta a lánynak, hogy ő nem ilyen szeretetben nőtt fel. Szülei autóbalesetben meghaltak. Olyanok voltak számára, mint a hullócsillagok: rövid ideig időztek nála, de az egész életét beragyogták. A nagyszülők bánatukban az ital rabjaivá váltak. Egyre alkalmatlanabbak lettek az ő nevelésére. A kis Thomas mindenki előtt titokban tartotta milyen rossz is a sorsa otthon. Néha napokig száraz kenyeret evett. Ő mosott, takarított, mert nem bírta elviselni az otthoni állapotokat. Visszaemlékezett, milyen jó is volt régen a szüleivel... Egy szörnyű napon, amikor hazaért az iskolából szörnyű látvány fogadta. Halva találta a nagyszüleit. Sikoltozására a szomszédok siettek át, és azonnal kihívták a rendőrséget, a mentőket. De már nem tudtak segíteni, az alkohol végzett velük. Thomast intézetbe vitték, ahol ugyan rendszeresen mostak rá, ételt-italt kapott, de a szeretet hiányában megkeményedett a szíve. Próbált azonosulni a többi hasonló korú fiúval, de a lelke mélyén ennél többre vágyott: egy igazi szerető családra. Az intézetben nemcsak árvák nevelkedtek, hanem jó néhány sérülten született gyermek is, akikről kegyetlen módon lemondtak a szüleik. Thomas hamar megszerette őket, sokat tanult tőlük. Érdekes volt számára, hogy a vakok a hang színéből következtetnek a lélekre. Tetszett Thomasnak, ahogy a siketek a jelbeszédet nem ismerőkkel - szavak nélkül - értekeznek. MENNYIVEL ŐSZINTÉBB ÉRZÉS VAN A MELEG KÉZFOGÁSBAN, A CSILLOGÓ SZEMPÁRBAN, VAGY A SZERETETTELJES ÉRINTÉSBEN, MINT A SOKSZOR ÜRES SZAVAKBAN, SOHA MEG NEM VALÓSULÓ ÍGÉRETEKBEN, AMIVEL MÁSOKAT MEGSEBZÜNK. A mozgássérültekre az akaraterejük és a találékonyságuk miatt nézett fel. Az ő mindennapjaikat fizikai nehézségek, az épített környezet használhatatlansága és az emberi kegyetlenség szövi át. Thomas 18 éves korában kilépett az intézet falai közül. Mivel jól vágott az esze, felvették az egyetemre. Amikor Kate számára kiderült a fiú múltja, egyre inkább igyekezett vele lenni, pótolni, amit a szüleitől nem kaphatott meg. Hamarosan egymásba szerettek. Közben sikeresen elvégezték az egyetemet. Katet bármennyire is húzta a szíve a tanyára, az esze tudta, hogy az ottani élete befejeződött. Thomassal közös életük ott nem folytatódhat. Egy verőfényes délután meglátogatta Thomassal családját. A fiút hamar megszerették, de megértették, hogy a fiatalok új életet szeretnének kezdeni. Nem a tanyán, hanem a városban. Búcsúzáskor Nagyi így szólt Katehez: - Emlékezz mindig szeretettel ránk! Őrizd meg szívedben azt, amit itt láttál, tanultál tőlünk. Pénzt adni nem tudunk új életetek kezdéséhez, de hidd el a legnagyobb érték az, amit a szívedben őrzöl. Senki nem veheti el tőled. A lelked gazdagsága másokra is kihat. Mindig szeretettel várunk benneteket. Teltek-múltak napjaik. Mindketten sokat dolgoztak, hajtottak. Hamarosan egy garzont vettek, ami első otthonuk volt. Berendezkedtek. Közben beindították első közös vállalkozásukat, egy

élelmiszerboltot. Kate varrogatott, kötögetett, ahogy ezt otthon látta. Hamarosan összeházasodtak. A vállalkozás beindult, sikeres volt, de rengeteg munkával járt. Alkalmazottakat nem fogadtak, így minden kettőjükre maradt. Nemcsak a bolt csinosítása, az árubeszerzés, a pakolás, de a vevők kiszolgálása, a pénztári munkák is. Katenek egyre nagyobb lett a honvágya, de csak ritkán tudtak hazalátogatni. A bolt mindig tele volt vevőkkel. Thomas élvezte munkájuk gyümölcsét, s neki honvágya se volt. Keveset pihentek, ezért egyre ingerültebbek lettek, gyakran veszekedtek egymással. A szeretet fénye kihalt a szemükből. Hajtották a pénzt, de se magukkal, se egymással nem törődtek. Thomas egy nyári napon azzal az ötlettel állt elő, hogy egy hétre menjenek el Görögországba. Időközben saját autójuk is lett. Kate titkon a tanyára vágyott. Inkább odament volna, de nem akart veszekedni. A görög táj idegen volt számára. A táj szépsége nem feledtette vele az otthoni szeretetet. Thomas nem fukarkodott a pénzzel. Új ízekre, új barátokra vágyott. Az ő életének csak pici részét fűszerezte szeretet, így ilyen emlékképei nem voltak. Kate egyre gyakrabban gondolt a családjára, a betegeskedő Mariere, aki most hiába várja szeretett unokáját. Esténként ahelyett, hogy sétáltak volna a tengerparton, Thomas barátaival elment felfedezni a környéket. Kate e-mailjeire válaszolgatott a szobában. Már alig várta, hogy visszamenjenek a városba, ahol a bolt révén szinte mindenkit ismert. Fájó szívvel tapasztalta, hogy a fizikai közelség ellenére egyre jobban eltávolodtak egymással Thomással. A nyaralás után folytatódott a munka. Néha küldtek a tanyára csomagot tele minden földi jóval, amit a tanyán nem is ismertek. **DE A SZERETET NEM CSOMAGOLHATÓ BE, NEM LEHET ELKÜLDENI, CSAK SZEMÉLYESEN - ÖLELÉSEK KÖZEPETTE-ADHATÓ ÁT.** És tudta ezt Kate is. Egyre nagyobb lelkiismeret furdalása lett. Eszébe jutott a zöld gyep, a tarka pillangók tánca, a beszélgetések, a Nagyi sütije, Katrin, ahogy szorgoskodott kézimunkáin. Az apja, aki nagyon barátságos és megfontolt ember volt és Jonathan, aki úgy szerette a lovait, mintha azok is a fiai lettek volna. Hiába vettek nagyobb lakást, hiába volt már mindkettőjüknek saját autója, hiába jártak márkás ruhákban, ha a legfontosabb: a szeretet hiányzott. És hiába volt már meg mindenük, a versenyszellem túlhajszolta őket. A bolt éjjel-nappal működött. Felváltva aludtak, hogy mindig legyen valaki a vevőkkel. Egyre szélesebb áruválasztékkal rendelkeztek.

*

Egy szomorú kora őszi délután levelet kaptak a tanyáról. Megírták, hogy Marie átlépte az örök csend küszöbét. Nagypapa is ágynak esett, nem bírta a szíve feldolgozni a veszteséget. Kate szeretett nagyját eltemették. Egy éve nem jártak otthon, ezért kicsit nehezteltek a lányra. Nem is sejtették, hogy az ő kicsi lányuk egyre gyakrabban jár otthon gondolataiban.

Kate szeméből a levél hatására záporoztak a könnyek. A nagy halála elviselhetetlen fájdalmat jelentett. Thomas pár percre felszaladt a telefonjáért és megijesztette Kate látványa. Próbálta vigasztalni, de Kate vigasztalhatatlan volt. Amíg élt a nagyja-addig is hiányzott, de tudta, hogy bár nincs vele, de a Nagy szeretetben és biztonságban él, most viszont minden megváltozott. A Nagyival soha többé nem tud beszélgetni, soha nem lesznek közös élményeik. Nem lehet a finom főztjéből sem, nem hallja, ahogy dúdol tyúkocskáinak, vagy hívogatja őket egy jó lakomára.

Thomas csóválta a fejét. Még soha nem látta Katet ilyen állapotban. Elolvasta az asztalon heverő levelet, de ő nem ugyanazt olvasta ki a sorokból. Szerinte semmi megbocsájthatatlan nem történt. A Nagy meghalt, mert idős volt és ez az élet rendje. Ők pedig élük az életüket. Mindenük megvan, nincs ok panaszra.

Pár vigasztaló szó után visszasietett a boltba, amely szokásosan most is tele volt emberekkel. Kate ébren, de az ágyban töltötte az éjszakát. Reggelre belázasodott. Rázta a hideg, enni-inni nem tudott. S a lelke...szörnyen fájt.

Gondolatai ismét otthon jártak. A tanyán, ahol bár nem volt ez a gazdagság, csak a kis gazdaság, ahol soha nem jutott nyaralásra, viszont mindig volt idejük egymásra és mindig erőt tudtak meríteni egymás szeretetéből. Thomast nem tanították meg arra, hogyan tud gondoskodni beteg asszonyáról. Furcsa volt számára, hogy fel sem kel a máskor mindig tevékeny, mosolygó Kate. Így telt el egy hét. Thomas nem bírta éjjel-nappal egyedül helytállni a boltban. Átmenetileg bezárta, a romlandó élelmiszereket szétosztotta azok között, akik eddig csak zsemlét venni tértek be hozzájuk.

Katet orvoshoz vitte. A doktor nem ismerte őket, hiszen még sose jártak nála. Vértételre, Vizsgálatokra küldte. Pár nap múlva megállapította, hogy a lánynak daganata van. Mivel nagyon legyengült állapotban volt, pár hét erősödés után javasolta a kemoterápiát. Azt mondta, ha egy éven belül nem nő a daganat, akkor sürgősen a műtét.

Kate nyomta az ágyat. Beszélni se volt kedve. Hiába hozta Thomas a finomabbnál finomabb ételeket, gyümölcsöket, hozzájuk sem nyúlt. Sokat fogzott. Thomas megelégette a dolgot, felöltöztette Katet, akin láthatóan lógott a ruha. Szó nélkül beültette az autóba és a tanya felé vette az irányt. Kate azt gondolta a bolondok házába viszi, hogy megszabaduljon tőle. Kedvtelenül aludt az autóban. Álmában a szép zöld gyepen kergette a pillangókat. Nem sejtette, hogy hamarosan valósággá válik az álma...Homloka egyre forróbb lett. Thomas egyre jobban elkeseredett. Ilyen beteg sose volt. Míg kicsi volt, anyja dajkálta, de a gyógyszer később is pár nap alatt meggyógyította. Most is a fülében csengtek az orvos szavai, amelyből csak foszlányok jutottak el a tudatáig. Daganat... kemo...legyengült állapot...1 év múlva kontroll.

Az autó gyorsan haladt. Ahogy közeledtek a tanyához, úgy ritkultak az autók. Sok helyen a házak előtt fapadok voltak. Nők, férfiak ültek, s beszélgettek rajta. Ez jó benyomást gyakorolt Thomasra. Pár perc múlva megérkezett a tanyára az autó. Thomas megsimogatta Kate arcát, mire ő felnyitotta szemeit. Azt hitte lázálom, hiszen végre otthon volt. Összeszedte erejét, Thomasra támaszkodva bebotorkált az udvarra. Kate első pillantása a gyepre esett, ahol oly sok széplelket melengető időt töltött gyermekkorában. A fű magasra nőtt. Meleg őszi délután volt. Kate ereje elfogyott, leült a fűre. Hiába járt erre felnőttként is sokszor, most csak a gyermekora járt az eszében. Mennyire szeretett itt élni! Milyen szegények voltak és milyen nyugalom vette körül. Gondolatai a magas láz miatt keveredtek az emlékképeivel. Így nem furcsállotta, hogy rajtuk kívül senki sincs kint.

Thomas nagyon aggódott Katért. Soha nem látott senkit ilyen rossz állapotban. Kate képtelen volt kommunikálni. Gyenge volt és minden álomszerűnek tűnt. Hagyta hát, hogy folytatódjék az álom. Nem akart felkelni, mert attól félt, elillan. Thomas felállt, lassú léptekkel megindult a ház felé. Komor gondolatok kavargtak a fejében. Milyen furcsa- tűnődött - egy hete nem dolgozom. Eddig minden percünket a bolti ténykedés töltötte ki, most meg napok óta először jutott eszembe. Az üzleti életet a betegség témaköre váltotta fel. Vajon hogyan tovább? Thomast ahhoz szoktatta az élet, hogy mindent egyedül kell megoldania, de most nagyon tanácstalan volt. Rádöbbsent, hogy évek óta alig beszéltek egymással. Lehet, hogy Kate nem is volt boldog mellette?

Thomas sokat nélkülözött régebben. Őt boldoggá tette az, hogy saját erejükből szép házuk, autók vannak. Senkitől nem kellett pénzt kérni: élelemre, ruhára is bőven telt. Úgy érezte Katenek is így a legjobb, de most elbizonytalanodott. Hosszan nézte Katet, aki oly boldog arccal ült a fűben, mintha királyi trónusán ült volna. Se félelem, se fájdalom, se szomorúság nem tükröződött a szemeiben, mint otthon. A SZEM SOSE HAZUDIK, MERT A LÉLEKBEN LEJÁTSZÓDÓ DOLGOK TÜKRÖZŐDNEK BENNE. A SZEM A LÉLEK TÜKRE.

Thomas lelkét megedzette a sok veszteség. De olykor még a legerősebb férfiak szemét is elhomályosítják a könnyek. Gondolataiba merülve ért az ajtóhoz. Letörölte könnyeit és ismét elbizonytalanodott. Bekopogjon, mint egy idegen? Benyisson? Nem, azt nem lehet. Ő nem tartozik ide. Régen jártak itt. Akkor mindenki a kertben várta őket. A Nagyi is...

Ó, szegény Nagyi! A lavina az ő halálával kezdődött. Eszébe jutottak Katehez intézett szavai a búcsúzaskor. Az utolsó találkozásukkor - igen, már pontosan vissza tudta ezt idézni Thomas - Nagyi egy óriási fonott karosszékekben ült és úgy várta őket.

VÁRNI. MÍLY GAZDAG JELENTÉSTARTALMAT JELENT E SZÓ. IZGATOTTAN VÁRUNK VALAKIT, AKI TUDATJA VELÜNK ÉRKEZÉSÉT. HIÁBA VÁRUNK VALAKIT, AKIT SZERETÜNK, ÉS NAGYON HIÁNYZIK, DE NEM TUD RÁNK IDŐT SZAKÍTANI. VÁRHATUNK EGY ESEMÉNYRE, AMELY TALÁN BEKÖVETKEZIK. VÁRHATUNK VALAMIT, AMINEK A KEZDETE NEM TÖLÜNK FÜGG. VÁRUNK A BUSZRA, A VONATRA, AZ ÜZLETBEN, A PATIKÁBAN, A POSTÁN ÉS SOROLHATNÁM. ÉLETÜNK NAGY RÉSZÉT TÖLTJÜK VÁRAKOZÁSSAL. ÉS... HIÁBA VÁRNI AZT, AKI MÁR CSAK AZ EMLÉKEINKBEN ÉL, AZT HISZEM EZ A LEGFÁJDALMASABB VÁRAKOZÁS.

Thomas most kezdte átérezni Kate fájdalmát. Nagyi soha többet nem ül a kerti karosszékekben, de a szobába se fekszik, és a konyhába se süt-főz. Nagyi már a másik világban sütogeti felejthetetlen ízű lepényeit, tortáit. Ott meséli jóízűen nevetve tündérmeséit, ott eteti tyúkocskáit és ... És ott várja a lelkének kedves embereket. Jaj, Istenem! –nyilallt a fájdalom Thomas szívébe. Ugye Kate nem hozzá igyekszik? Ugye nem azon az úton indult el betegségével? Eddig erre nem is gondolt. A daganat, a kemo olyan szavak, amelyek mindenki számára félelmet keltenek, a jövőtől való bizonytalanság érzését. Hiába a pénz. Ez önmagában kevés. Mi lesz, ha Kate legyengült szervezete nem lesz képes felvenni a versenyt a betegséggel? Hogyan tér vissza az életkedve? És...mi lesz, ha a halálba menekül? Thomas szemét megint elborították a könnyek. Visszanézett. Láta, hogy Kate ugyanott ül és gyönyörködik a felidézett gyermekkori világában. Lehet, hogy ő a Nagyi jelenlétét is érzi, és a lelkek kommunikálnak egymással? Olyan törékenynek tűnik. Pár hete... amikor éjjel-nappal dolgoztak a boltban, ki gondolta volna, hogy ez lesz? Thomast az ajtó váratlan nyílása zökkentette ki szomorú gondolataiból.

-Fiam! Édes fiam! Miért nem írtatok, hogy jöttök? Kerülj beljebb! És Kate? Hol van Kate? –kérdezte Katrin. Thomast megnémította az elkeseredés. Némán megölelte Katrint és a füre mutatott, ahol gondolataiba merülve Kate ugyanabban a helyzetben ült, ahogy Thomas ott hagyta. De ekkor már John is az ajtóban állt. Napsütötte barna karját vőjének nyújtva - kezet fogtak.

-Hogy vagytok fiam és hol van Kate? Katrin már semmit nem kérdezett, őt is megnémította a látvány. Kate lefogyva és egyáltalán nem törődve velük ült a fűben. John hol Katrinre, hol Katere, hol Thomasra nézett. Rajta is úrrá lett a félelem. A szemükből is kiolvasta, hogy baj van, valami nagy baj. A szavak ide feleslegesek, s a helyzet megoldására sem adnak segítséget.

Katrin felocsúdva a rémület okozta kábulatból, némán megölelte Thomast, akinek az ölelés hatására záporozni kezdtek a könnyei. Katen kívül és Édesanyján kívül őt soha senki nem ölelte meg. Most döbrent rá, hogy milyen

értékes a szeretet, mekkora szüksége van rá, és mennyivel többet ér, mint a pénz, amiért idáig éjjel-nappal dolgoztak. Katrin megszorította John munkától érdes kezét. Az apa szemét is elöntötték a könnyek, imádott lányuk láttán. A félelem és a látvány mindannyiukat megbénította. Egymást átkarolva zokogtak.

A SÍRÁS FEOLDJA A BELSŐ FESZÜLTSÉGET,
MEGKÖNNYEBBÜLÜNK ÁLTALA. A SZERETET ABBAN IS SEGÍT,
HOGY SZAVAK NÉLKÜL IS MEGÉRTSÜK EGYMÁST. DE A LEGJOBB
GYÓGYÍTÓERŐ IS MAGA A SZERETET.

Hosszú percekig álltak így sírva és egymást egyre erősebben ölelve. Az addig szikrázó napsütést felhők zavarták meg. Komor, ijesztő fények jelentek meg az égbolton. Az ég is elkomorult, mintha sírásra készülne... Katrin törte meg a csendet. Vihar készülődik, nem ritka ez errefelé. Be kell vinnünk Katet a házba. Lassú léptekkel, hogy a lányt meg ne ijesszék, a fűhöz sétáltak. Kate homloka nagyon forró volt. Örült, hogy álmában látja a szüleit, a házat és...végre otthon van. Már csak a Nagypapa és... a Nagyi hiányoztak. Kate nem fogta fel, hogy nem álmodik. Örömet szerezne, ha megszólalna, ha kérne...Kate csendben volt, nehogy felébredjen az álomból. A szavak továbbra is értelmetlennek tündek. Katrin simogatta egyetlen gyermeke arcát és érezte, hogy szinte éget a láztól. A simogatástól Kate szervezete boldogsághormont termelt. Thomas és John óvatosan felállították. Kate lábai ólomsúlyúvá váltak és erőtlenségük miatt nem engedelmeskedtek. A két férfi karjába vette Katet. Katrin gyorsan előrement. Kate egykori szobájában bevetette az ágyat, kiszellőztetett és a ruhásszekrény rejtekéből egy szép hálóinget vett elő, melyet apró pillangók díszítettek. Lemosdatta és felöltöztette lányát. Kate engedelmesen hagyta, hogy lefektessék. Kihívták Kate egykori gyermekorvosát, aki nagyon jól ismerte a lányt. Az orvos örült a viszontlátásnak, megsimogatta Kate arcát.

- Láthatóan beteg a lelke- mondta- és ez a test megbetegedéséhez vezetett. A mindig kedves és cserfes lány szótlanul feküdt, nem vett tudomást a körülötte zajló eseményekről. Ébren álmodott. Érezte a felé áramló szeretetet, biztonságot. Thomas is képtelen volt megszólalni. Az orvos megírta a receptet és a család kétségbeesését látva elment a gyógyszerért.

Katrin kiment a konyhába vacsorát készíteni. Húslevest főzött és szendvicseket készített. A megkent kenyereket letette a konyhaasztalra. Johnt és Thomast hívta vacsorázni. A meleg levest bevitte Kate szobájába. Szemei csukva voltak, de nem aludt. Szempillái elnehezdedtek, ezért pihentette így a szemét. Katrin felültette az ágyban és óvatosan, lassan kanalazta szájába a jóízű, meleg ételt. Kate szorgalmasan nyelte. Közben a doktor úr is meghozta a gyógyszereket. Katrin lánya szájába tette, majd szívószállal citromos teát küldött utána. Eztán lefektette. Néhány perc elteltével Kate békésen aludt.

S mi zajlott ezalatt, a konyhában? John bort töltött Thomasnak, hogy feloldja gátlásait, és kérte, mondja el, hogy mi történt Kate-tel. Thomas csendesen elhárította az alkoholt. Ez mindig nagyszülei alkoholizálására emlékeztette, és képtelen az ő halálukat is ehhez kötni. Megszorította John kezét, és elmesélte az elmúlt hetek fájdalmas történetét a levéltől a tanyáig. Ettől kicsit megkönnyebbült. Tudta, hogy Johnt is éppoly fájdalmasan érintette. Abban bízott, hogy együtt talán képesek lesznek meggyógyítani Katet.

Katrin megágyazott, majd Jonathan szobájába vezetett az útja. Szótlanul megetette őt is a meleg levessel. Apja törte meg a csendet.

-Érzem, hogy valami baj van. Mondd el lányom! Katrin odabújt Jonathanhoz, aki gyengéden átölelte. Ez kicsit megerősítette Katrint. Elmesélte, hogy itt van Thomas és Kate, akire elsőre rá sem ismert, úgy lefogyott. Jonathan hosszasan hallgatta lányát, majd mindketten zokogásba törtek ki. Majd kicsit megnyugodva jó éjszakát kívántak egymásnak és Katrin kiment a szobából. Lefeküdtek.

*

Aztán teltek a napok. Kate egy éjjel különöset álmodott. Álmában egy ismeretlen nő jelent meg. Átkarolta, majd sétálni hívta a lányt. Kate elsírta neki, hogy mennyire hiányzik a Nagyi és a tanya. A hölgy megölelte, majd így szólt:

- Képzeld a téged szeretettel körülvevő embereket egy nyakláncnak, mit mindig viselsz. 1-1 ember 1-1 láncszem. Sajnos most kihullt az egyik láncszem. A többinek szorosabb kapcsolatban kell állnia, egymást erősítve és támogatva. Ez a szeretetnyaklánc jelképezi az összetartozást. Amíg van egy család, egy közösség, addig soha nem maradunk a gondjainkkal magunkra.

Egyik reggel csoda történt. Jonathant unokája ágya mellett találták felöltözve. Mesélt Katenek a Nagyról, a lovakról, a tanyasi életről, elfelejtkezve a bajáról, hogy pár hete még halni készült. Azt tervezte a nagy út előtt kitől hogyan vesz búcsút. És épp ezt zavarta meg Kate betegsége. Jonathan úgy döntött, ráér még meghalni. Most itt van rá szükség. Itt van az imádott unokája, akit meg kell gyógyítani.

Katrin hosszú idő óta először mosolyodott el. A küszöbről nézte a szívének kedves személyeket. Épp a reggelit akarta bevenni. Először Kate szobájába ment. Lánya nyitott szemmel, mozdulatlanul feküdt. Jonathant hallgatva az arcára mosoly költözött. A SZERETET CSODÁT TETT. Eddig hiába kérték, hogy keljen fel, sétáljon ki a kertbe, nézze meg a lovait...és most! Erőt vett magán és meséivel gyógyítja Katet. Ez minden gyógyszernél többet ér! Kiváló hatóanyagai egyenesen a lélekbe hatolnak, és ott minden zeg-zugot átjárnak,

feltöltenek szeretettel. Katrin hosszú percekig csendben hallgatta apját, felidézve a sok szép emléket, amiről mesélt. Jonathan olyan érzékletesen beszélt, hogy szinte újraélhették vele mindannyian az egyszer már megtörtént eseményeket. Katrin letette a tálcát egy székre, - ami az ajtónál talán épp ezt a pillanatot várta. Kilépett a konyhába és mosolygó pillantásával hívta be az éppen reggeliző férfiakat. Amikor odaértek, újabb csoda várta őket.

Jonathan és Kate egymást ölelték és Kate már nem volt lázas. Lassan megértette, hogy Thomas nagyon szereti őt, ha haza hozta. Ha lemondott eddigi elképzeléseiről, a számára fontos dolgokról. És, mint kiderült, már közel egy hónapja itt vannak. Se a fű, se a kert, se a szülők, se az orvos, se a leves, se a szeretet, se a simogatás, se Jonathan meséje nem álom volt.

Nagyapa ölelése újabb boldogsághormonokat szabadított fel Kate szervezetében. Ahogy kibújt az öleléséből meglátta, hogy a család többi tagja is az ajtóban áll és rájuk mosolyog. Csak a Nagyhi hiányzik...Ő egy báránnyal ülve szurkol, hogy Kate felépüljön. Kate-nek sokszor eszébe jutott az összetartozást jelképező álombéli szeretetnyaklanc. Arra gondolt, milyen szerencsés, hogy gyermekkorában is és most is szerető család veszi körül. Az együtt töltött idő alatt megismerték egymást. Az úrban, amit Nagyhi távozásával hátrahagyott tovább kell vinniük mindazt, ami számára fontos volt, a tetteit, vágyait átörökíteni az utókornak. Ezáltal azok szívében, akik igazán szerették, örökre élni fog.

Katet minden reggel Jonathan keltette meséivel. A lány napról napra erősebb lett. Már önállóan evett-ivott. Gondolatai is visszatértek, a jelenben élt megint. Erősödésével együtt azonban az orvos szavai is ott csengtek a fülében. Ha megerősödött, jön a kemoterápia, jövőre kontroll, esetleg műtét. A családi összefogás, a tanya, az otthoni környezet meggyógyították a lelkét. Erre egyetlen gyógyszer sem képes. Édesanyja főztje a testét megerősítette. Ebéd után egyre hosszabb ideig fent tudott lenni. Eleinte Nagy karosszékében olvasgatott. Sajnos ez volt az egyetlen kapocs Marievel. Az olvasgatást felváltották a Thomassal tett egyre hosszabb séták. Sokat beszélgettek, jól érezte magát. És ez megint a régi Thomas volt! Feltűnt, hogy Thomas még meg sem említi a boltot. Sokszor találta őket apjával kettesben, mint két cselszövőt.

Közben felkerestek egy másik orvost a tanyához közel. Az új helyen meg kellett ismételni a korábbi vizsgálatokat, és sajnos beigazolódott diagnózis. Elkezdődött a kemoterápia. Katet megnyugtatta az a körülmény, hogy a tanyáról járt a kezelésekre. Remekül vette az akadályokat. Néha Jonathannal és Thomassal kilátogattak a temetőbe a Nagyhihoz. Ez mindannyiuk lelkének jót tett. Miközben elrendezték a sírt, virágot tettek a vázába, Kate elmesélte, hol tart a kezelés és mi újság van a tanyán. Biztos volt benne, hogy Nagyhi látja és hallja őket,

valahogyan ő is érezte a jelenlétét. Kate gyermekkorában is mindig kiönthette neki a lelkét.

Közeledett Kate születésnapja. Katrin egyik este elmesélte Thomasnak, hogy Kate milyen különleges kislány volt. Soha nem kért pénzért vett ajándékot senkitől, még a Jézuskától se. A szívből jövő egyedi ajándéknak örült a legjobban. Kortársai anyagi csőd közeli állapotba juttatták szüleiket, amikor tetemes összegekért kértek kisvasutat, járóbabát, beszélő macit. Kate emlékei között a legszebb ajándékok a Nagyi tortái, meséi, Katrin varrott rongybabái, a lovaglás Jonathannal, apja szájharmonika játékaik voltak. Ezekhez idő és szeretet kellett. Ettől váltak olyan értékessé.

HA AZ AJÁNDÉKBAN A PÉNZBELI ÉRTÉKET KERESSÜK, NAGY HIBÁT KÖVETÜNK EL. ÉRTÉKÉT A SZÁNDÉK, A SZERETET HATÁROZZA MEG: EZ A LEGSZEBB KÖZVETÍTŐ ERŐ 2 EMBER KÖZÖTT. AZ AJÁNDÉK SOHA NE AZ AJÁNDÉKOZÓ VÁGYÁTTÜKRÖZZE. AZ IGAZÁN ÉRTÉKES AJÁNDÉK SZEMÉLYRE SZABOTT. OLYAN EGYEDI FORMÁBAN JELENÍTI MEG A MEGAJÁNDÉKOZOTT VÁGYÁT, HOGY EGYSZERRE LÁTJUK AZ AJÁNDÉKOZÓ SZEMÉLYT IS, MEG AZ Ő HOBBIJÁRÓL IS INFORMÁLÓDHATUNK, AMENNYIBEN EZEK SK. AJÁNDÉKOK: EZEKBE MÉG A SZERETETÜNKET IS BELESZÓJÜK.

Vajon mennyi időt ad még Katenek a betegsége? Le tudja-e küzdeni? Vajon mi jelentene igazi örömet számára? Kate háta mögött a két titkos cselszövő ezen töprengett.

És jött a nagy nap. Katenek ismét kezelésre kellett mennie. Az úton elkísérte Jonathan. Beszélgettek, elterelte Kate rossz gondolatait. Jonathan igyekezett mind több humorral fűszerezni a történeteket. Így gyakran megnevettette Katet. Katrin finom ebédet készített és tortát süített, azzal várta a családot. Leültek a szépen megterített asztalhoz. Kate nem értette az ünneplés okát. Nem csoda, ha a sok bajban megfeledkezett a saját születésnapjáról. Pezsgő helyett gyümölcslevet ittak, azzal koccintottak. John megköszönte a torkát, pohárköszöntőt mondott. Utána egy rövid, kellemes szájharmonika szám fültanúi lehettek a jelenlevők. A szép zeneszám után Thomas Katere mosolygott, megfogta a kezét, majd felállt és így szólt:

- Kedves Kate! Boldog születésnapot kívánok! Köszönöm, hogy vagy nekem! Az elmúlt pár hét más, talán jobb emberré tett engem. Megváltoztatta a jelen helyzet az értékrendemet. Másként terveztem közös életünket. Nekem egyáltalán nincs mire emlékezni a gyerekkoromból. Azt gondoltam, ha kilépek az intézet falai közül, úgy tudom megteremteni a boldogságunkat, ha sok pénzünk lesz. Megdolgoztunk érte. Sőt! Éjjel-nappal dolgoztunk, s közben elfelejtettünk élni.

Elfelejtettünk beszélgetni. Most utólag értékelve boldogok se voltunk. Még arra se értünk rá, hogy az élet száz csodáját észrevegyük. Az utóbbi hetek döbbsentettek rá, hogy nem a pénz, sokkal inkább a szeretet, és az egymásra figyelés teszi az embereket boldoggá. A szeretet fényén keresztül minden megszépül, és új értelmet nyer. Hetekig lázas voltál... s mi gyógyított meg? Jonathan meséi, John közelsége, Katrin főztje, a séták, a lovaglás, a beszélgetés, vagyis a szeretet ereje.

Napokon át sokat gondolkoztam, szüleiddel megbeszélve a következő elhatározásra jutottunk. Idehozom a bolt készletét, majd feléljük. Eladom a boltot, a lakást és végleg itt telepszünk le a tanyán. Reggelente madárdalra ébredünk és ismét együtt él a 3 generáció. A szüleid fiúkká fogadtak, így már nemcsak a férjed, de a testvéred is leszek, duplán fogok Rád vigyázni.

Drága Apa, Anya, Nagyapa! Oly rég volt már, hogy ezeket a szavakat kimondhattam... Ha megengeditek, ezen túl én is így szólítalak benneteket! Köszönöm, hogy a fiatokká fogadtatok! Életem nagy álma vált valóra. Igazi családban élhetek veletek. Szüleim halála óta erre vágytam!

Thomas szavai hallatára az egész család elérzékenyült. Jonathan odalépett hozzá, magához ölelte, majd ennyit mondott:

- Köszönöm fiam! Nagyon jó ember vagy! A pénz hajszolása csőlátóvá teszi az embereket, amelyben az igazi értékek eltörpülnek, láthatatlanná válnak, elvesznek. Az anyagi javakért küzdő emberek belül üresek. Igazi tartalommal a lelkünk által töltődünk fel. Ha mások javára mondunk le valamiről, azt a lelkünk gazdagodásként éli meg, nem érzünk veszteséget, hiszen a szeretet irányít. Amiről le tudunk mondani, az számunkra nem volt igazán fontos. A szeretet közvetítésére számos alkalmunk nyílik. Ha ezekre odafigyelünk, szebbé válik életünk. Nemcsak történnek velünk az események, hanem lelkileg gazdagodunk.

Az emberek értéke mindig belül, a lélekben rejlik. Ez a külsőségektől és az anyagiaktól független. A szeretet mértéke nem függ attól, hogy valaki sovány, kövér, magas, netán alacsony, de a hajszínétől sem. A lelki gazdagság egy olyan többlet, ami a szeretet közvetítésével másokat is gazdaggá tesz. Aki képes arra, hogy önzetlenül segítsen másokat, arra bumerángxként visszahat a szeretet. Az önző ember falakkal bástyázza körbe magát, míg az önzetlenség olyan hidat képez a lelkek között, mint a szivárvány: varázsereje van. Én vagyok az élő példa, hogy a szeretet ereje csodákra képes. Érzem, hogy Kate is hamarosan meggyógyul.

Jonathan Katehez fordult és átnyújtott neki egy kopott dobozkát.

-Kate! Drága kincsem! Ez a Nagyi ajándéka. Halála előtt arra kért, hogy a következő születésnapodon adjam oda. Ez egy családi gyűrű. Még az ő nagyanyjáé volt. Legutoljára a Nagyid viselte. A gyűrűnek hatalma van, mert meghatványozza azoknak a szeretetét, akik eddig viselték. Ez a sok szeretet átköltözik a szívedbe és vigyáz rád.

Kate nagyon meghatódott. Felhúzta az ujjára a gyűrűt, megölelte Jonathant, majd így szólt:

- Ez életem legszebb napja! Köszönöm, hogy végleg hazaköltözünk és megint egy nagycsalád leszünk! Ennél szebb ajándékot nem kaphattam volna tőled!

A tanyán ismét mindenkinek megvolt a maga feladata,és közös munkájuk gyümölcse értékesebb volt minden vagyonnál.

John a lovakkal foglalkozott, Katrin a ház körül ügyködött, Thomas a kertet és a tyúkokat gondozta, Kate varrogatott, Jonathan pedig meséivel, tapasztalataival segítette a többieket. Mindenkinek egyformán fontos volt a ténykedése. Sokat sétáltak, beszélgettek. Időközben eltelt egy év. Kate egyre nyugtalanabb lett. Gyakran kiment a temetőbe, elsírta Nagyinak a félelmeit, mivel a családot nem akarta ezzel ijesztgetni. Gyakran forgatta a gyűrűt az ujján, érezte egykori viselői, illetve mindazok szeretetét, akik fontosak voltak neki.

S eljött a kontroll napja is. Kate reggeli közben elmondta családjának, hogy mennyire szereti őket és a legértékesebb számára az együtt töltött idő. Az összefogás, a szeretet csodákra képes, a szeretet ereje legyőzi a bajokat. Együtt mentek a kontrollra. Nagyapa vicceket mesélt egész úton, hogy Kate minél többet nevéssen, mert a nevetés gyógyít. Sok-sok boldogsághormont szabadít fel.

Odaértek az orvoshoz. Vizsgálatok következtek. Kate nagyon félt az eredménytől. Az MRI eredményét kiértékelve az orvos arca derűs lett. Felvonta a szemöldökét és így szólt:

Nagyon jó híreim vannak! Eltűnt a daganat. A kemoterápia erre nem képes! Itt valami egészen különös dolog történhetett.

Thomas így szólt:

- Mióta a tanyán vagyunk, az életünk gyökeresen megváltozott. Szinte naponta újabb és újabb csodák történnek velünk. Először Nagyapa felépülése, aztán Kate erősödése, kaptam egy igazi szerető családot, és most...eltűnt a daganat! Eddig a pénzről szólt az életünk, hajszoltuk magunkat, költekeztünk. Kate betegsége döbbsentett rá, hogy a pénz nem az öröm,ellenkezőleg: az elégedetlenség, a

boldogtalanság forrása. A csodaszer viszont mindannyiunkban fellelhető. A lelkünk termeli, szeretetnek hívják.

De, amíg a pénzt hajszoltuk, vakok és süketek voltunk. Nem hallgattunk a szívünkre. A boldogság, a gyógyulás, sőt maga az élet is lehetetlen szeretet nélkül. Ha szívünkben szeretet van, szavak nélkül is megértjük egymást, ráérzünk arra, ami a másikat bántja. A bennünk lakozó szeretet képessé tesz minket a megoldásra anyagi helyzetünktől függetlenül. A szeretet nélkülözhetetlen. Hiányában elveszettnek érezzük magunkat és betegek leszünk. A szeretet a lélek gyógyszere is. Ugyanolyan életető, mint a fény és a víz. Az érintés, a gyengédség a szeretet gyermekei.

Én-folytatta Thomas, hosszú ideig szenvedtem a szeretet hiányától. Most, amikor Kate szülei a fiúkká fogadtak- nyert értelmet az életem. Hiába nem vagyok már gyerek, akkor is szükségem van a családra, amit sajnós hosszú évekig nélkülözni kellett. Jonathant is a szeretet gyógyította meg és az a tudat, hogy Katenek szüksége van rá. A történetekre is, amikre csak ő emlékszik.

Igazán gazdaggá a lelkünk tesz minket. A szellemi érték is fontos, de ez nem bennünk van, hanem külső hatásra fejlődik. Sajnos egyik velejárója, hogy minél okosabbak leszünk, annál többre vágyunk, nő az igényünk. Sokszor csak az irigység, a birtoklási vágy az, ami miatt anyagi áldozatokat hozunk. Saját telhetetlenségünk miatt agyonhajtjuk magunkat, ezzel mérgezve testünket, lelkünket. A boldogság titka a lemondás, az igények mérséklése.

Pénzre természetesen mindannyiunknak szüksége van, ez nem szégyen. Tanuljunk meg adni, tegyük ezt minél gyakrabban, de csak annak és annyit, amennyit mi szeretnénk, ami nem veszélyeztetni létünket. Ne engedjük, hogy mások visszaéljenek jó szívünkkel!

Tanuljunk meg nemet mondani, és tanuljuk meg elfogadni mások szívből jövő segítségét! Amíg lelkünket szeretet táplálja, rengeteg lehetőségünk lesz azt időnkkel és szeretetünkkel viszonzni.

Épp ez teszi a szürke hétköznapiakat színessé, gazdaggá. Ez emel szivárványt a felhők közé, hidat az emberek közé.

Ha mi vagyunk a festők, az életünk az a tér, amit színesíteni szeretnénk, a lelkünk az ecset, a színek árnyalatait pedig a szeretet keveri olyan arányban, amilyen mértékben szeretetünket ki szeretnénk fejezni. Mert ez a csoda bennünk van. Ha hallgatunk a belső szóra, kezdődik a varázslat.

Értékeljük a tarka pillangók táncát, a csipkeszerű hópihét, az égi pásztor terelgette bárányfelhőket, az esőt, mely az ég könnye- felszabadít és életet ad, a

napfényt, mely felderít, s a szelet, mely egy tikkasztó nyári napon elviselhetővé teszi a hőséget. És... és meg kell tanulnunk értékelni a ködöt is. Mert amíg életünk egén csak báránfelhők úszkálnak a napsütésben, addig azt gondoljuk, hogy ez a természetes. Nem vesszük észre a körülöttünk zajló csodákat, mert azt hisszük, ez örökké így marad. S amikor köd borítja életünket, akkor jövünk csak rá, hogy mennyi szép dolog mellett mentünk el, oda sem figyelve az értékekre. A köd, a bizonytalanság az, ami ráébreszt bennünket, hogy az élet múlandó. Ne csak egyszerűen éljük napjainkat, hanem próbáljunk minél több örömet szerezni mindazoknak, akik fontosak nekünk.

Vigyázzunk az egészségünkre és értékeljük az életet! Járjunk nyitott szemmel! Csodáljuk meg az élet műhelyében készülő alkotásokat, mert csak mi válunk szegényebbé az által, ha ezt elszalasztjuk.

Egy szeretetteljes nap után engedjük a naplemente varázsának, mert bár a lenyugvó nap ereje szinte jelentéktelen, de a varázserő a látványban rejlik.

(Vége)

GERENCSÉR HAJNALKA: OSZPORONTÓ

Forgolódom. Ódon rom nyom. Nyomozok. Korom honol. - Hold hol kóborolsz? Korongod fogy most? Ó! Ott mosolyogsz. Jó dolog! Oldódom, s horkolok. Fogsorom mosom. Kócos bozontom bontom, s borzoló. Folyton rossz. Torz. Fonom. Jobb. Kontyot tornyozok. Most jó. Dongó zsong. Szólok: dongj otthon! Botot fogok, s dorongolok. Dongó dorombolt, dongott, s most: holt ott! Sortom koszos, pólóm foltos. Mosóporozom, s mosom. Fodros topom toprongyos. Olcsó volt - dobom. Bordó kordom szoros, folyton hordom. Bordó vonzó. Korosodó koromhoz pont jó. Nyolc forró korty korsómból: jó szomjoltó. Bolthoz loholok. Hot - dogot, rostos szomjoltót, orosz dobozos sós mogyorót, pontyot, borsot, borsót, korsó jó bort, szószot, doboz söt - sorolom, s dobozolom Tóth módon. - Pont nyolc bronz korong - szól boltosom. Fontos, hogy pontos! Toporgok. Sor, s blokkom sokkol. Blokkom sok. Csóró skót oson boltoshoz. Skóton ódon toprongy lóg. Boltos kosztot, s bort hoz. Skót oldódott. Rongyos zsozsót fogdoz. Skót sors rossz- gonoszkodom. Nyolc korongom polcon, boltosom boldog, hogy blokkom sok. Folyton spórolok: osztok - szorzok. Boltból kódorgok. Sógórom

donor. Most orrol. Sok jóból! Hol jó bor? Hozz! Kortyolok. Oszt hot-dog olcsó volt? Otthon sózom pontyom. Pont jó. Szomorkodom, hogy gondom sok. Oldom, s oldódom. Sorsom jó, s jobb! M O N D O M! Loholok. Most pont bolondozok. Bohóckodok, hogy mosolyogjon! Fogom cókmókom, s csoszogok otthonról. Folyosón sok morcos rosszcsont. Ondok - mondok. Rontom - bontom! 8-kor toll forog. Sokszor sok sor. Sortorony. Ott korongok. Zsolt okos. O-t ró. Jó! Pontos! Most folyosón loholok. Folyton kóborlok. Kosztot hordok, nyomozok, korsót mosok. Sokszor fogom ollóm. Hol korong, dob, hold, ló, hol holló- ollóz ollóm. MONDOM! Dolgozom. Rosszcsont gyomor korog, s morog. Gondolkodom, s kosztot osztok, szomjot oltok, rosszcsontokról gondoskodom. Horoszkópom kos, folyton fontoskodok. Rosszcsont mosolyog, s boldog. Bódog fon, Tódor korongoz, Botond dobol, Zsolt csomóz. Ottó folyton fotóz. Hol folyosót, hol bokrot, hollót. Ott bronzszobor pózol, s oszlopok. Oszlopon bronz trónol. Szorgos Ottó motoroz. Hol Sopront, Szolnokot, hol Torontót fotóz. Fotók jók. Motor gyors. Ottó sok dolgot fotóz. Tóth lottóz-totóz. Most porondon porontyom. Homokoz folyton. Homokot szór. - Bocs, hogy mondom, gondolkodj porontyom! Fogd porrongyom, s porold poros, homokos sortod! No, jó! Most okosodj! Robogok. Otthon borsodós gombóc, s kompót. Korgó gyomrom boldog. Dolgom sok: Sózok, borsozok, mosok. Polcom poros. Porrongyot fogok. Prontót locsolok. Porstop. Port pont most sokkol rongyom. Sok sort morgok... Rokonok pont most boldogok! S porolok. Oldódom. Stoppolok. Toldozok-foldozok. Forró bort kortyolok, hogy fogyjon. Torkomon forró szomjoltó folyt, s fojt. Ó rossz dolog! Orvoshoz osonok. Folyosó kong. Toporgok, s kopogok. Doktor jó. Mosolyog. Oldódom. Nyolc dolgot sorolok: Homlokom forró. Forró drót rossz. Folyton borzongok. Torkom fojt, orrom folyó, rossz fog mozog. Porcom roszog - rossz dolog. Szorongok. Korgó gyomrom morgó hordó. Folyton horgolok, s rokant sokkolok. - Nono! Nos: gyógymódot sorolok. Oszt mondom-somolyog, s mosolyog orvosom. - Otthon sok korty szomjoltó, nyolc gyógy bogyó. Sok rost! Sós mogyoró kóros. Sorompó! Fogyózzon! Só rossz! Sportoljon, kocogjon! Orsón csomó! Nyolckor horkoljon! Orvostól sompolygok. Orrom lóg. Folyton fogyózom. Sokszor, s most. Hozok gyógy bogyót. Jó olcsót! Kóborlok. Csontom ropog. Ó! Sok toboz! Dobozolom. Otthon konok módon tobozos csokrot fonok. Gyógy bogyóhoz forró bort kortyolok. Torkom jobb. Torkoskodom, s okoskodok folyton. hohó! Szorgos pókom ott fon. Fonjon! Orsómon csomó. Sok csomó. Csomó csomó, bogsor! Fogom bordó pokrócom, s hozom. Pont nyolc. Horkolok. Oszporontó stop!

Jó volt? - Komoly, bolondos, boldog sorok. Sok oszporontó sor sokkol. Folyton bolondozom, hogy mosolyogjon! Mosolysokk jó gyógymód. Jó olcsó! Csókolom! Zsozsót spóroló szorgos kobold

Gerencsér Hajnalka: Szeretet meditáció

Helyezkedj el kényelmesen, végtagjaid ne keresztezzék egymást! A meditációt nyújtott gerinccel végezd akár ülve, akár fekve, hogy az energia szabadon áramolhasson benned! Figyelj a légzésedre, és ne hagyd, hogy gondolataid elkalandozzanak!

Vegyél orron át mély lélegzetet, tartsd benn, majd nagy sóhajtással szájon át fújd ki! Orron át ismét vegyél mély lélegzetet, hagyd, hogy átjárjon, majd miközben kifújod a levegőt, próbáld vele együtt a negatív gondolatokat is kisöpörni. Tisztítjuk a lelkedet. Ismét vegyél orron át mély lélegzetet, hagyd, hogy belül átjárjon, majd képzeletben a levegő kifújásával a negatív gondolatokat a lelkedet körbejárva- gyűjtsd egy nagy gömbbe, majd egyetlen fújással engedd távozni. Ismét vegyél mély lélegzetet, tartsd bent, majd amikor kifújod, érezd, hogy tisztul a lelked, és kellemes érzés jár át belül. A rossz gondolatok helyett a bizakodás és a szeretet tölti fel lelkedet. Ez a szeretet szétárad benned és nyugalmat ad. Életünk kezdetén burokban éltünk, mely

védelmet, biztonságot adott számunkra. Most egy képzeletbeli gömb vesz körül minket, amely energiát ad. Feltöltődünk. A gömb tökéletes forma. A természet szobrászát is gyakran megihlette. Lazítsuk el izmainkat! Képzeletbeli utazásunk első állomása egy gyönyörű virágos pázsit. Gyermekeké változunk. Szappanbuborék fújással gyönyörű, kisebb-nagyobb fénygömböket fújunk a levegőbe. Élvezzük a szappanbuborékok könnyed reptét. Ahogy a napfény megcsillan az átlátszó gömböcskéken, ezer színt látunk rajta. Elvárásol bennünket. Értékeljük ezeket a varázslatos pillanatokat! Engedjük be a lelkünkbe a fényt! Légzésünk nyugodt, kiegyensúlyozott. Élvezzük a finom színekben pompázó buboréktáncot. Egymást finoman érintve apró fénypontokká zsugorodnak össze. Már csak öt gömböcske, még kettő és eltűnt mind. Körülnézünk a pázsiton. Tarka virágoszőnyegen találjuk magunkat. A természet szövőmesterei készítették a sok szép apró virág felhasználásával. A százszorszép apró virágai mellett a gólyahír és a gyermekláncfű sárga virágai pompáznak a zöld fűvön. Közeledben, tőled balra, karnyújtásnyira pitypangok ékesítik a terepet. Kezedbe veszel egy szálát. Megigéz ez a pillanat. Óvatosan ráfűjsz. A rengeteg pici ejtőernyős egyszerre emelkedik fel, száll egyre feljebb és feljebb. Képzeletünk vele szárnyal. Távolság megpillantunk egy labdarózsabokrot. Illatos viráglabdáival nagyon szép része a természetnek. 1-1 labdája 1-1 virágcsokrot képez. Még mindig gyermekek vagyunk. Önfeledten játszunk társainkkal. Színes labdákat dobálunk egymásnak. Élvezzük a színes kavalkádot. A felhőtlen tiszta égbolt és az üde zöld pázsit nyugalmat ad. Tűzpiros, ibolya lila, narancssárga, okkersárga, fenyő zöld, bordó, rózsaszín, türkiz, sötétkék, fűzöld, citromsárga, orgona lila, ciklámen és korallszínű labdák gurulnak és szállnak egyik kézből a másikba. A vidám gyerekzsivaj boldogsághormonokat szabadít fel bennünk. A nap melegen süt. Sugara átjárnak bennünket. Érezzük a

napfény gyógyító hatását. Élvezzük e pillanatokat! A közelben egy hófehér pad vár ránk. Letelepedünk rá. A tiszta égbolton rengeteg könnyedén szálló léggömb bukkan fel. Színenként vannak csokorba kötve, így még erőteljesebben látjuk. A kék szín megnyugtat, koncentrálásra készítet. Idézzünk magunk elé egy nefelejcskekkel és búzavirággal tarkított virágágyást. A zöld szín a testi - lelki energia egyensúlyát teremti meg, csillapítja a fájdalmat és a feszültséget. Képzeljük el a szép zöld gyepet, tavaszi lombkoronákat, zöld növényeket! A citromsárga erősíti az idegeket, feloldja a merevséget. Egy nagy kosár citromban mindezt megtaláljuk.

A piros erősíti a gondolkodást. Ha ismét egy zöltségpult lesz képzeletbeli helyszínünk, ott rengeteg piros almát, epret, paradicsomot, cseresznyét találunk. Töltődjünk fel a látványával! Gondolatban bele is kóstolhatunk ezekbe a finom kincsekbe. A narancsszín derűssé tesz, élénkít és felmelegít. Egy tál narancs tehát nem csupán vitamintartalma révén gazdagít bennünket. A lila szín megnyugtat, gondoljunk az ibolyára, a levendulára! Csökkenti az idegfeszültséget, oldja az idegi ingereket, enyhíti a fájdalmat. Most felnőtté válunk. Ismét láthatatlan burok vesz körül minket, ami nem más, mint az auránk, az energiamezőnk. Ez másokra is hatással van. Ha valami nincs rendben, az életünkben, előbb-utóbb testünk jelez, energiamezeje megsérül, bepiszkolódik. Láthatatlan csatornarendszerünk van, amely energiát szállít. Képzeljünk magunk elé egy sötét égboltot, gyönyörű tűzijátékban gyönyörködhetünk. Bombaszerű vörös és narancs csóvák kúsznak minél hosszabban. Az égbolt másik részén sárga és zöld fénycsóvák cikáznak. Engedjük át magunkat a látványnak! Most egy óriási csillag tűnik fel. Kis fénycsóva tüskéi egyenként szikrázó csillagokká változnak. Még szinte csilingelést is hallunk. Képzeljünk magunk elé a káprázatos tűzijátékot. Hol itt, hol ott gyönyörködhetünk a színpompában. Újabb és újabb csóvák tárulnak elénk a semmiből és válnak egyre nagyobbá, majd oszlanak el a messzeségben. Élvezzük az égi tüneményt! A sárga és a zöld élénk színpompát fest a sötét égboltra. Véget ért a tűzijáték. Most a fénysugarakat képezzük egy-egy színes fénygömbbé, melyek ragyogó, rezgő, egyre növvő és végül egybeolvadó hatalmas fénygömbbé terebélyesednek. Ez a gyógyító fénygömb magába gyűjtve a színeket hirtelen szivárványszínűvé válik, egész lényünket burokként fogja közre. Hamarosan egy kicsit kisebb, de ugyanilyen színpompában tündöklő fénygömb tűnik fel előttünk, ez a szeretetgömb. Ezt a gyönyörű fénygömböt küldjük el minden ismerősünknek. Azoknak is, akik iránt nem érzünk rokonszenvet. Ennek a meditációnak az a lényege, hogy válogatás nélkül önzetlenül adjunk. Mindeközben mérhetetlen mennyiségű görcs, feszültség szabadul fel belőlünk. Lassan térjünk vissza a tudati szintre! Dörzsöljük össze tenyerünket, majd dörzsöljük meg arcunkat is. Ha jól

működtettük fantáziavilágunkat, kipihentnek, megkönnyebbültnek érezzük magunkat.

Váljék kedves egészségükre!

Gerencsér Hajnalka: A barát

Nagycsaládban élsz, sok ember vesz körül.

Mások azt hiszik, sosem vagy egyedül.

De nem így van, tudod ezt te is legbelül,

S ez ellen bárhogy fáj, munkába menekülsz.

A család dolgozik, lótfut, hegedül,

Nem érdekli, mi fáj neked ott legbelül.

S ha véletlen mégis otthon vannak,

Ne hidd, hogy lelked titkai után kutatnak.

Ki - ki külön éli a saját életét,

Saját mércéjével méri élete értelmét.

Titkon arra vágysz, hogy "csak úgy" látogassanak,

Megkérdejk: mit csinálsz egész nap és hogy vagy?

De nem, ezért nem jön családtagod,

S ha mégis, annak pénzedet adhatod.

S csoda történik, ugyan ne vedd zokon,

Egyszer csak idegen zörget az ajtódon.

Idegen gondolod, mert nem vérszerinti rokon,

Ugyan mi szél hozta, most azon gondolkozol.

Mondja is már nyomban, régen látott Téged,

S arra gondolt, ugyan mire lenne szükséged?

Üres kézzel jött, látni akart csupán,

Kicsit beszélgetni, s ez a legnagyobb adomány!

Nem azért jött, hogy felrója neked,

Naponta vajon mily gyakran sepregetsz?

Nem azt nézi, mit vihetne haza,

Vagy mi az, amivel jól felzaklathatna.

Ehelyett leül, s beszélget veled,

S egyre közelebb kerülsz eme emberhez.

S érzed, lassacskán megnyugszik a lelked,

Szóltak hozzád, s te ugyanezt tehetted.

Volt ideje arra, hogy meghallgasson Téged,

Nem idegen tehát ki így szeret, értsd meg!

Mert bár a vér összeköt eredet alapja
De a szív, az idő az, ami a szeretetet adja.
S ne fájjon neked, de elmondok egy titkot:
Barátaidnak a szívedben mindig nyiss ablakot!

Engedd be őket, mert ők ismernek Téged,
Tudják, minek örülsz, s azt is: mi fáj Néked!
Egyetlen barátot se hívj idegennek,
Mert ez legbelül neki kint jelenthet.

Tudd, hogy ő egy olyan családtagod,
Akivel mindig megoszthatsz örömet, bánatot.
És egy kérdés álljon a végén még:
Mi a nagyobb kapocs? A szeretet vagy a vér?

A rokonnak ideje véges, mindig fáradt nagyon,
Barátaid ráérnek, mert szeretnek: ez az igaz nagyon!
A barátodat te választod, vagy éppen ő téged,
A rokon az adva nagyon, csupán ő a véred.

Gerencsér Hajnalka: A DEPRESSZIÓ

A sors néha vethet a tengerbe,
Ha rossz passzban vagyunk, süllyedünk a mélybe.
Akkor azt érezzük, innen nincs már kiút,
Lelkünk csak fuldokol, egyre mélyebbre jut.

A nagy nyomás alatt
Nem vagy ura magadnak,
Dob-vet a hullám, mint sok apró halat,
E mélyből kijönni túl nagy feladat.

A lélek igyekszik, ledönt néhány falat,
S közben egy-egy kanyar, újra csak belemar,
S a hangulat úgy hat, mint egy vihar,
A külvilágból csak hangfoszlányokat hall'sz.

A lélek ilyenkor poklok poklát járja,
Mert a sok félelem legbelülről rágja,
Fájdalom elötör, egyre mélyebb rántja,
Kegyetlen e harc belül-az ember belátja.

A jövőkép meginog, bizonytalan érzés,
Egy másik lélek kell, jó szó, ölelés.
Kinek elmondhatod: mi fáj ott legbelül,
Ki meghallgat, megért, veled kicsit leül.

S idő, sok idő kell a beteg léleknek,
Szeretet, érintés, csak ettől gyógyul meg.
Ez nélkülözhetetlen, ez a tápláléka,
Nem lehet a betegség, a hangulat martaléka!

Kell egy lélek, aki vár a tengerpartján,
Ki mentő övként bedobja szeretetét, karját,
A lélek kapaszkodik, kell őt segíteni,
A hangulathullámokból ki kell őt vezetni!

A nyugtató, az soha nem a jó megoldás.
Az ok gyógyítása az igazi forrás.
A nyugtató csak átmeneti gyógymód,
Olyan, mint hideg vízre a forró szomjoltó.

Attól ugyan átmenetileg felmelegszik,

De az idő által együtt lesz hideg mind.
A szeretet és érintés a tartós gyógyszer,
A beszélgetés a legjobb nyugtató, hidd el!

Emberre ember hathat leginkább - köztudott,
Szememben már a gyógyszer régesrég megbukott.
A lélek már épp elég mérget kapott,
S hogy a felszínre köhögte, ettől megnyugodott.

Naponta szükséges a lelket sepregetni,
S ugye, hogy jólesik kicsit beszélgetni?
Ha bánt valami, beszélj, róla kérlek,
Mert a sok nyeléstől beteg lesz a lélek!

A KÉZ

Gondoljunk csak bele, mily fontos a KÉZ:
ismerkedsz általa, bármerre is mész.

A kezed kéznél van, ez egy nagy előny,
arasszal mérhetsz, centid se vedd elő!

Kezeddel simogatsz, lelkeket kezeled,

érintésed által - szereteted jelzed.

A kezeddel teremtesz, de arra sose gondolj,
hogy más munkáján gonoszkodva rombolj!

A kezeddel írhatsz,
gondolat csokrodat koszorúba fonva - verseket alkothatsz.

Kavarhatsz mártást, készíthetsz pitét,
kezed remekel, s ez szép perceket ígér.

Mily csodálatos kéz az,
mely a tapintás által érezteti a világot azzal, aki szemével nem láthat.

Aki nem tud menni,
annak a keze hajtja a kerekesszéket, s halad előre.

De az az ember, aki nem hallja,
amit mondasz, a jelbeszéd is kézre épül, na erre mit mondasz?

A kézfogás sokat elárul rólad, ezt kell, hogy tudjad:
ha laza határozatlan, ha erős, határozott vagy.

Arra mindig vigyázz, amihez kezed ér,
magadból nyomot hagysz, ehhez kétség nem fér...

Igyekezz minél több szépet alkotni, szeretetet adni,
halhatatlanságod a kezedben-ezt tudom mondani!

GERENCSÉRHAJNALKA: A mecénás

Tavasszal sok magot
Ültettél kertedbe.
Kihajtottunk szépen
Lelked örömére.

Csíránkat sem hagytad
Magukra te soha,
Öntöztél, gondoztál,
Mint igazi gazda.

Palántákká váltunk,
Nőttünk szépen, sorban
Te, a gondos kertész,
Lelkünket gondoztad.

Sütött a nap egyre,
Virágozni kezdtünk,
A legszebb pillangók
Repkedtek felettünk.

A méhecskék szívták
Édes nektárunkat,
Te örömmel óvtad
Szép virágainkat.

Virágunk nem nyílt már,
Eljött az ősz újra,
Magot szedtél rólunk,
Jövőnkre gondolva.

A művészek halhatatlanok

A költők, írók halhatatlanok, verseikkel,
prózáikkal nyomot hagynak.
Ezeket az ember sokszor szavalja,
olvassa, e sorokat felidézve - gazdagít sokakat.

A festők gondolatai vászonra kerülnek,
a tárlatokon ezt mily sokan nézhetik meg.

S hány emberben indítanak szép és egyre szebb gondolatot,
nem csupán a látvány az, ami ez esetben nyomot hagyott.

A grafikusok adománya rajztudásukban rejlik,
Hihetetlen mind az, ami e képeken felsejlik.
Mind más és egyéni, a bravúrban benne van a művész,
szeme, keze, esze, lelke által lett mindegyik mű kész.

Nem csupán a látvány, ami eget verő,
Érzések és a hangulat - mind teremtmő erő.
Kell egy múzsa, melynek mázsás súlya az,
mi létrehoz egy művet, ami másra mindig hat.

A szobrász addig farag, míg a tömbből,
lehet az fa, gipsz, esetleg márvány, mészkő.
Elővarázsolja a megálmodott figurát,
melyre már régóta a gondolata rátalált.

A zenészek saját szerzeményük által,
életművet teremtenek, s ez egyre szárnyal...
Sokan hallgatják majd, ami a zenéből árad,
átadva e kincset, s a művészt a halhatatlanságnak.

Mert mindegy, hogy vers, próza, kép, szobor vagy zene születik,
a művész tudása, s lelke által mindig óriási érték teremődik.
S eme egyedi értékre a jövő nemzedéknek mindig vigyázni kell,
A művész halhatatlanná válik, mit megteremtett, annak élnie kell!

Gerencsér Hajnalka : A SZÍVÜKKEL LÁTÓKÉRT

Nem az a vak, aki a szívével lát,
Hanem az ki látó, s másnak mégis árt.
Mert aki a szemével nem lát, az arról nem tehet,
Sosem irigyli tőled e képességedet.

Pedig ez egy kegyetlen veszteség, kereszt,
A látás csak emlék, s a lelket ez megterhel.
Aki így született, tán kevésbé szomorú,
Mert nem hasonlíthat össze se derűt, se borút.

Neki se könnyű így, kedves látó társak,
Mert belső látást kellett kiépítsen magának!
Aki viszont egy ideig látott,
S betegsége mindent lerombolt,

Eme veszteség lelkét rombolja,
S mégsem ő az,
ki másokon tombolna.

Aki a szívével lát,
Érzi benned a szeretet fényét,
Az emberek igazi értékét.
Nem veszik el a külsőségekben,
S így nem lesz vesztes a csúnya ember sem.

Most megszólalok, ha megszólalhatok:
Nyújtsd kezed a szívükkel látókhoz!
S engedd, vezesse őket szereteted,
Emeld meg előttük fejfedeledet!
S hidd el: ezzel te sem leszel kevesebb!

Gerencsér Hajnalka: ÁLLATKERTI RÉMFARAGÁS

Mókuska mókázik rímekbe építve,
Ebből épít verset, kicsit se szépítve...

Csimpánz csimpaszkodva csüng a faágon,
Meg kell, neked valljam, nekem ez rémálom.

Ott baktat nem messze a sivatagi teve,
Az ember azt hiszi, inni támadt kedve.

Melyik állat tör diót, mondd csak Hókusz Pókusz?
E vöröske odúban él, te vagy kicsi mókus!

Az állatiskolába mondd, mivel jár a zebra?
Elhúzza a csíkot, mert megy már az algebra...

És vajon mit csinál ma az orángután?
Tudom, szorgosan tanul az órák után.

Ott ugrál a fákon, a fürge majom,
Odamehetek hozzá? Már kutya bajom!

Sunyin oson tyúkért ez a vörös róka,
Nézzétek meg ti ott, nincs-e rajt paróka?

Gyönyörű a páva, legyezgeti tollát,
Ez a légy itt szemben páváskodni próbál.

Kényelmesen ballag ez a magas láma,

Nincs még teleírva neki a naptára...

Rózsaszín marabu mai napja is színes,

Itt nincs sose ború, s gondja csak felszínes...

A víz partján sütkérezik ez a két szép foka,

Ők vajon gondolnak-e a távoli ufókra?

Béka kuruttyol és trillázik a tóban,

Nem lenne ily vidám, ha tudná itt a gólya.

Épp most szállt le a magasból,

Ábrándozik békacombról....

A jegesmedve itt nem a jeget méri,

Szép fehér bundája a földet sem éri.

A strucc kecses lábakon, óvatosan lépked,

Fejed homokba ne dugd, kérlek, térj már észhez!

Ma este mit csinál a kamasz vipera?

Mit gondolsz, velem tart? Ma hatkor opera.

Ma kora este hallhatsz sok szép melódiát,
Tücsök koma koncertezik, gyere, élvezd hát!

Az elefánt súlyos lépteivel soha nem okoz végzetet,
Ormányával locsolgatja a szomjas növényzetet.

Itt huhog a fülesbagoly, aki tudós, mindig magol,
Ki a napot átalussza, éjszaka ne legyen lusta!

Ó e sötétségben egy parányi lámpa,
Előmászik lassan a Szentjánosbogárka.

GERENCSÉRHAJNALKA: AZ AKARATERŐ

Egyszer beteg leszel, az erőd egyre fogy,
Hinned kell magadban, ez nyit új ablakot.

A belső hangra hallgass, jó útra terelő,
bimbózni kezd benned már az akaraterő.

Amíg kedvedet a betegség elveszi,

Sokszor sírsz, és ez lelkedet könnyíti.

De amint a nap sugara rád mosolyog újra,
Lelked megbékél, és ismét rátérsz a jó útra.

Egyre csak nő benned az akaraterő,
Nehéz helyzetekben új utat teremtő.

Az alagút végén világosság fénye,
Akaraterőd, s a gyógyulás reménye.

Mi lényegében az AKARATERŐ?
A lélek ereje, mely felemelő.

Akaraterő és találékonyság
A gyógyulásra való fogékonyság.

Ahogy gyógyulgat lelked ezer vérző sebe,
Úgy nyitogatsz sok ablakot környezetedre.

Észreveszed a legapróbb csodáit is az életnek,
Bölcsőbb leszel ezáltal, és más lesz az értékrended.

2013. június 23.

Gerencsér Hajnalka: Az avarban

Este az őszi avarban
Sűn tűnt fel a hangzavarban.
Egy takaros kis udvarban.
Néha itt is perpatvar van...

Tüsténkedett Tüske Böki,
Kezemet e tüske böki...
A tűpárnám is hasonló,
De amellet ott az olló...

Süni futóverseny zajlott,
Labdává vált a kis bajnok.
Hempergőzött jókedvében,
Jobb így, mint a tétlenségben!

Őszmanóka kavargatta,
S leveleket szín takarta.
Pedzette: e színt akarta.
.. Őszi avar tarkabarka.

Cseppet sem volt ám zavarban,
Kicsi süni az avarban,
Levelekből vetett ágyat,
Abban aludt, mert elfáradt.

GERENCSÉR HAJNALKA: Bika /horoszkópom/

Májusban születtem, a bika havában.
A holnapban is hiszek, nemcsak a mában.

Bika vagyok testalkatra,

Nem egy vékony szálfá,

Jellememben makacs vagyok – vagy kitartó?!

NEM ADOM FEL egy nekifutásra!

A szeretet az, mely emberekhez vezet,

Nem érdekből megyek, szeretetet viszek.

A sorsfeladatom szerint lelki gyógyító lennék,

S egyre inkább érzem e feladatot – fentről – nekem teremtték!

A megoldásokat mindig megtalálom,

Agyamat mindig töröm a „hogyan tovább?-on”.

Kreatív is vagyok, szeretem a szépet,

Soha nem pénzben mérem az igazi értéket.

Alkotni mindig jó, szépet teremteni,

Erre foglak majd titeket eztán serkenten.

Kellemesen és tartalmasan telnek így az órák,

A sikerélmény olyan, mint a hab a tortán.

GERENCSÉRHAJNALKA: HA TE VOLNÁL...

Ha te volnál az, kinek lelke ily érzékeny,
Te is megtennéd, hidd el, mert érzem,
Rendet tennél mindazon fejekben,
Kik nem gondolnak bele e kegyetlen helyzetekbe.

Ha te volnál az, aki nem láthat,
Se színt, se alakot, se fényt, se árnyat,
Ó ember mondd, akkor mit éreznél?
Akkor sem együtt érző lennél?

Ha te volnál az, aki szegény,
Nem lenne mit enned, fejed felett nem lenne fedél,
Ó ember mondd, akkor mit tennél?
Emellett egyszerűen csak elmennél?

Ha te volnál az, aki nem hall,
Kinek lelkét nem melegíti se hang, se dal,
Ó ember mondd, akkor mit éreznél?
Akkor is lelketlen lennél?

Ha te volnál az, aki védtelen és kiszolgáltatott,
Kinek cseppet sincs ínyére, hogy ez így adatott,
Ó ember mondd, akkor mit tennél?
Akkor is embertelen módon viselkednél?

Ha te volnál az, akinek baleset vagy betegség
Keserítené meg az egész életét,
Ó ember mondd, akkor mit éreznél?
Akkor sem együtt érző lennél?

Ha te volnál az, akinek lételeme
A mindennapos bizonyítás lenne,
Ó ember mondd, akkor mit tennél?
Kit eddig lenéztél, arra épp fel kell, nézzél!

Ha te volnál az, aki évekig ágyban élnél,
S így még jobban fájna lelked, szeretnél és remélnél,
Ó ember mondd, akkor mit éreznél?
Ha rád ezért nem tekintenének emberként.

Ha te volnál az, akinek tudata,
Átköltözne egy másik dimenzióba,
Ó ember mondd, akkor mit tennél?

Csak nevetnél, hisz nem te vagy, ki így él?

Ha te volnál az én helyemben,

S közvetve ebben élnél,

S éreznéd, tudnád: NEM, EZT ÍGY NEM LEHET!!!

A sok fájdalom és kín mellett

Az egészségesek meg nem bélyegezhetnek!

Ó ember mondd, neked ez nem fájna?

Ha a lelked a szenvedő lelkekbe belelátna?

Az ember élete a legértékesebb,

Szeretettel közelíts, csupán erre kérlek!

Ember kérlek...tegyél félre mindent!

A lenézést, a szájalmat,

S érezd bele eme sorsokba magad!

Értsd meg, EZT ÍGY NEM SZABAD!

Embernek születted, másokért FELELŐS vagy!

Ne embertelen légy, hanem e helyett,

Segíts, teremtsünk élhetőbb életet!

Hozz fényt és színeket a leterhelt lelkekbe,

S tedd lehetővé, hogy a napos oldalon éljenek!

Ha te volnál az árnyékban...

Fájna, hogy az életnek két oldala van...

S te lennél ez első – én sejtem,

Ki hidat teremtve mindenkit a napos oldalra emelne!

GERENCSÉRHAJNALKA: MIÉRT?

Miért közömbös az emberek zöme?

Ó mondd, miért van e lelketlen tömeg?

A világban oly sok baj van és szenvedés,

Érthetetlen: a szeretet miért oly kevés?

A tekintet mindig igaz, belőle leolvasható,

Hiszen a szem a lélek tükre- nem alakítható.

Miért nem figyelnek egymásra az emberek?

Ez kelti bennem a legnagyobb döbbenetet.

A legértékesebb az EMBERI ÉLET,

Erre vigyázni kell, legyen mindig védett!

Balesetek és betegségek következtében

-Értsd meg-: egyszerre sérül a test és a lélek!

Lassan gyógyulgat a testnek a sebe,
De a léleké sem lehet eltemetve...
Ha nem figyelsz rá, azt hiszed így jó,
A lelked lázad, s ez betegséghordozó.

A lelkünk sebeit mások kezelhetik,
Kik álarcunkat gyengéd érintéssel lefejtik.
Nagy szeretettel figyelnek mindig ránk,
Nem kell hát félni, kire bízunk titkunk rá.

A mi közösségünkben gyógyszer a szeretet,
Mi nem lehetünk közömbösek, mert szeretünk Titeket!
Egyre többen építgetünk lélekhidakat,
Közben sebeket kezelünk, s életünk tartalmasabb!

Íródott: 2013.november 10.

GERENCSÉRHAJNALKA: GYERTYALÁNG

A gyertyák azokért az emberekért égnek,
Akik szívünkben, s a csillagokban élnek.

Aki eltávozott, gyertyát gyújtunk érte,
És a gyertyalángban feltűnik arcképe.

Ahogy lelkünk a szeretett embert siratja,
Velünk zokog a gyertya, ez nyomot hagy rajta.

A gyertya könnye, tudod a viasz,
Az ember bajaira ez korántsem vigasz.

S, ha néha lelked sebes, bánat járja át,
Gyújts meg közeledben egy illatgyertyát!

Ha elmegy az áram, sötét lesz az este,
Jó, ha van a közelben egy kis mécsesed.

A gyertya hirdeti az örömet néked,
Ahány láng a tortán, épp ennyi az éved.

Ünnepélyes vacsora, együtt a család,
Terített asztalodon már égnek a gyertyák.

Ha szerelmes vagy, gyertyád veled örül ám,
S kanóca feketéről tüzezebb színre vált.

Lobogva ég, mint emberben a szerelem lángja,
Sok apró szikra, mind - mind e lángot táplálja.

Adventi koszorúdon, ha négy gyertya ég,
Tudd, hogy karácsonyt mond már a jövő hét.

Szeretet ünnepén a gyertyafény,
Csupa meghittség és csupa remény.

Minden csonkig égett gyertya történetet hordoz,
Hol szépet, hol szomorút, amilyen a sorsod.

Az élet múlandó, a szeretet összeköt,
A test csupán jelmez, a lélek pedig örök.

Fellobbanó gyertyaláng, az emberi élet,
S e lángot óvni kell, különben leég.

GERENCSÉR HAJNALKA: Hiszek

Néha nem is hiszed,
Mi mindenben hiszek.
Néha én sem hiszem,
Hát hitetlenkedek...

Hiszek a szép szóban,
A kedves mosolyban,
A szeretettedben,
A tanításodban.

Hiszek a hajnalban,
Illatos tavaszban,
Lengedező szélben,
Forró nyári napban.

Hiszek a társamban,
Mindig mellettem van,
Hiszek a barátban,
Örömben, bánatban.

Hiszek a záporban,

A szép szivárványban,
A sejtelmes ködben,
Téli hóesésben.

Hiszek a dallamban,
A jó kritikában,
Az irodalomban,
Lelki gazdagságban.

Hiszek a napfényben,
Az önzetlenségben,
A szó erejében,
Aura fényében.

Hiszek a játékban,
Önfeledt kacajban
, A művészetekben,
Kisugárzásodban.

Hit nélkül nincs élet,
Hited kapaszkodó,
Higgy, hát te is kérlek,
Hidd azt: a világ jó!

Gerencsér Hajnalka: HULLÓCSILLAG

Kinézttem a sötét nyári éjszakában,
Olyan nagy volt a csend a hold világában!

Egyszerre csak feltűnt egy égi tünemény,
Fénycsóvaként perzselt körülötte a fény.

Itt az alkalom, villant át az agyamon,
Most előállhatok, mi a kívánságom.

Lásson, ki nem látott, járjon, ki nem tudott,
Ne legyenek se szegények, se gazdagok!

Legyen egyenlő mindenki a világon,
A kiszolgáltatottság szűnjön meg, ezt kívánom!

A hullócsillag nékem ekkor azt súgta:
Ki másokért él, vágyát megvalósítja.

Messzire tűnt már az égi tünemény,
A szívemet belül élteti a remény.

Minden ember lelke őriz sok szép álmot,
S azért él, hogy álma valósággá váljon!

2013. augusztus 1.

Gerencsér Hajnalka: LÁTÓSZÖG

Így szól a mondás: " A szem a lélek tükre",
Mások általa belelátnak a lelkünkbe.
A látás hatalom, óriási érték,
Érzékszerveink közt a legtöbbet ez ér.

Bárcsak minden ember látása örökké tartana!
S e képesség elvesztése soha senkit nem nyomasztana!
A veszteség értékét a szívével látó mondja meg,
Mert a nem látót keresztje ezer dologtól fosztja meg.

Bizonytalanná válik minden, mert ő csak érzi,
Mindazt, ami a látót a szemével segíti.
Járművet sem tud vezetni, pedig megtanulta,
Az orvostudomány vajon a szemet hogyan pótolja?

A látás gyászát - a fehér bot mutatja,

A csend színe a fehér, visszafogott árnyalat.

A fény elvesztésével elvesznek a színek,

S ezek hiányában elvesznek az ízek.

A látó percenként él meg sok szépséget,

Mégsem mérheti fel eme nagy értéket.

Reggeltől estig sok élményben van része,

Az inger az agyában vetíti a képet.

De a szemével nem látó embernek e kép,

Csupán az agyában raktározott emlékkép.

De hiába a szép táj, az emberek mosolya,

A látvány hiányáért a sors nem kárpótolja.

S tudod mily fájdalom egész nap a csodára várni?

S mily nehéz egy mély depresszió után talpra állni?

E veszteségben mérhetetlenül szenved a lelke,

Minél csendesebb, annál nagyobb vihar dúl benne.

S a belső lázadás hozhat magas lázat,

de ez nem influenza, ez csupán a látszat.

Izzik benne a tűz, lángol szüntelen,

Mert ez a sok szörnyű kín - embertelen.

Ezt a magas lázat a lélek termeli,
ezer vérző sebe által, mely belülről terheli.
A forróság - jel a külvilágnak - a lélek leheli,
Mert e tűzre a homlokon, csak felfigyel valaki!

Ha a torok beteg, ezt jelzi a köhögés,
De a lélek csendje a legfájdalmasabb belső hörgés,
Ki mint él, úgy ítél, mi a szívünkkel látunk,
sajnos ezt mindenkitől nem lehet elvárunk!

A hosszú csendből csak a barát következett,
Mert ő minden látószögből ismeri e keresztet.
De a környezetnek mondani kell, sőt inkább kiabálni,
Mert a láz is beszél, csak alig lehet hallani.

A lázat oly gyakran a kéz érintése méri,
A test ilyenkor a gyengéd ölelést igényli.
Szeretetre vágyik, mely táplálja a lelket,
S ezt ezer jel mutatja, s tudatja teveled!

Nagyon régóta hiába vár arra,
Hogy gondjait valakivel megoszthassa.

A lélek szomjazik az eszmecserére,
Csak ezáltal enyhül meg a szenvedése.

Gerencsér Hajnalka: MÁS VAGYOK

Hogy más vagyok-e ugyan ki dönti el?
Agyamat e szóra mindig düh önti el.
Mert más vagyok ez igaz, mindannyian mások vagyunk.
De ezt szavakkal felesleges bárkinek felrónunk!

Miért más az, aki nem lát?
Neki meg épp a látó más.
Vagy, akire hangod sose hatott,
Mert siket, de e szó szívet még meg nem dobogtatott.

Ha azt mondod szemtelen,
Ez neked egy feleselő embert jelent,
De bele sem gondolsz,
hány lelket sebezhetsz ezzel meg.

Ne lábatlankodj - veted oda gyakran!

Kérlek vigyázz, ezt mozgássérült ne hallja!
Mert ha már kimondtuk, vissza nem vonhatjuk,
De eme szavak kerek-perec:
rengeteg embert feleslegesen sebeznek meg!

Emberek vagyunk, mert annak születtünk,
Elvárható lenne, hogy akként viselkedjünk!
Gondoljunk bele az ujjlenyomatunkba,
Eddig még soha nem volt 2 embernek egyforma!

Más az arcunk, más a tekintetünk,
Más a hobbink és más a jellemünk!
Más az értékrendünk nyilván, nem vitás,
Mindenki a saját igazát érzi igazán át.

De mást mondok, s most kérlek, jól figyelj!
Gondold, hogy most te vagy a más,
S rajtad edzi nyelvét a világ!
S kezd nem tetszeni ugye?

Mert amikor te vagy a más, az más!
Akkor döbbsz csak rá,
hogy a másságod ugyan kiemel,

de negatív irányba terel, s ez terhel!

Összesúgnak mögötted, s rád mutogatnak,

Más - mondják más vagy,

S e másság fájdalmas nyomot hagy.

S mit tennél akkor ó bölcs emberem?

Kizárnád a más szót szókincsedből menten?

Győzelmet ez hozhat, cselekedj!

Tedd meg azonnal!

Mert senki sem halhatatlan,

s beteg lesz majd egyszer,

S felesleges e kegyetlen teher mellett

Mások a "más" szóval bélyegezzenek meg!

Gerencsér Hajnalka: Megszólalok

Minden embernek kell igaz barát,

Kivel megoszthatja lelki bánatát.

Akinek mindig van ideje arra,

Hogy barátját jó szívvel meghallgassa.

Közted, s barátod lelke közt egy híd ível,
Melyet szeretetetek, s időtök épít fel.
A földrajzi távolságot a barátság megsemmisíti,
A beszélgetés a lelki fájdalmat közömbösíti.

Nem nő és férfi vagytok e közegben tehát,
Ne a nőt és férfit keresd, a barátság többet ad!
Nem számít a korkülönbség, nincsenek korlátok,
Hidd el az igaz barátok a legnagyobb adományok!

A barátság szolgálat - mondta Márai,
Jóban-rosszban egymásnak leszünk társai,
A bánatban osztozunk, örömünk kétszeres,
S ez igaz szeretet, nem csupán képletes!

Ha a barátodnak örömet szerzel,
Egyszerre két ember lesz boldog ezzel!

Aki ad, lelkébe szeretet költözik,
Mely további jócselekedetekre ösztönzi.
Aki kap, lelkét szeretet járja át,

Tudja gazdag lett, s ezáltal szebb lesz a világ!

Gerencsér Hajnalka: Ó KICSIM, MESÉLD EL!

Ó kicsim, meséld el: mit láttál reggel?

Felkeltem, napfény ragyogott be, de semmi különöset!

Akkor rád reggel korán máris csoda várt,

De ezt az értheti meg, ki csak a szívével lát.

Ó kicsim, meséld el: mit láttál délelőtt?

Kint a réten virágokat, s lepke röpködött.

Én nappal - lepke helyett- egy álmod kergetek,

De ez csupán az én titkom, szívemben éltetem.

Ó kicsim, meséld el: mit láttál délután?

Sok kertet, szökőkutat, lovat, kisbárányt.

Örülj az élményeknek, s láss ezer csodát,

Nekem a csoda Te vagy, kicsi unokám!

Ó kicsim, meséld el: mit láttál este?

Sötét égen hold ragyogott, s a sok csillag belepte.

Jól van, köszönöm, de nekem is van egy titkom:

Szívemben őrzöm arcocskádat kicsi csillagom!

Ó Papi, köszönöm, hogy megtanítottál,

Nem természetes dolog az, hogy az ember lát.

Ó Papi, lefekvés előtt azt kívánom hát:

Láss te is igazán, ne csak a mesén át!

Ó kicsim, meséld el, mit láttál éjszaka?

Különös gyönyörű álmot: azt, hogy megint látsz nagypapa!

Felébredtem, s vártam az álmom folytatását:

Ezentúl minden csodát majd együtt éljünk át!

Gerencsér Hajnalka: Séta a kertben

Gyere, velem kérlek, mutatok valamit!

Csukd be a szemem, majd a hangom irányít.

Gyere velem, kimegyünk a kertbe!

Jaj, vigyázz, mert csúszik, a tájat hó fedte.

Tél van és hideg.

A lelkünket szeretet melegíti meg!

Tavasza van, gyere, leülünk a padra!

Figyeld, kérlek, figyeld a víg madárdalra!

Neked csiripel ó a rigó,

Azt fütyüli, hogy élni jó!

Idegrált hozzánk, de már száll is tova,

Ki tudja, egy kismadárnak is lehet sok dolga?

Ó milyen jó itt: csend van és nyugalom,

Erre van szüksége a lelkünknek nagyon.

Találd ki mit tartok kezemben?

Szimatolj bele eme csepp kehelybe!

Május van, tudod, a gyöngyvirág kinyílt,
S fogadd be illatát, mert jókedvre derít.

Kérlek ne légy szomorú, hogy nem láthatod,
Agyad lefényképezte, s őriz másolatot.

Ó jaj! Vétettem most nagyot.
Ezt így gondoltam, mert én látó vagyok!

De az emlék és a jelen csak hasonló.
Ez a léleknek egy fájdalmas torzó!

Tudom már, emlékszem, tudod volt Barátom, Hiába van szemem, Őt már sose látom.

S ez nagyon fáj nekem idebent,
Bár álmomban már százszor megjelent.

Azt gondolom, e hasonlat sok mindenben segít,

Hogy a látó átérezze a lelkedben e kint,

S remélem, erre senki sem legyint!

Érzed? A tavaszi szellő lágyan simogat,

S közben a nap meleget ontogat.

Szirmaikat bontják a virágok a fák,

S a madarak énekétől hangos a világ.

Ébred a természet, vége a télnek,

Kérlek, szentelj elég időt a lelki békédnek!

Gyere, velem kérlek, sétáljunk jó nagyot,

S közben gondolj arra, amit e kert adott!

Köszönöm e sétát, amit együtt tettünk,
Ugye milyen jó volt? Pedig nincs is kertünk!

Eme képzelet szülte kertben
Nem kell ültetnem, se vetnem!

Ehelyett időmet arra fordíthatom,
Kit barátként terelt hozzám sorsom.

S ne higgye azt egyetlen látó sem,
Hogy a szemét elfedő kendővel

Azonosul azzal az emberrel,
Aki nem lát szemmel.

Mert aki szemével nem lát, az a szívével lát,
S a legnagyobb veszteséget legbelül éli át!

GERENCSÉRHAJNALKA: ŐSZI ERDEI SÉTA

Ősz van, gyere kedves, menjünk az erdőbe,

Szükség van ilyenkor egy kis töltődésre.

Ősszel az erdőnek pár örökzöld fája,

Ki tudja? Talán már a karácsonyt várja.

Színek kavalkádja sárgától bordóig,

Így fest a természet egész októberig.

Gyere, tapintsuk meg a fák érdes kérgét,

Az egyik törzs sima, a másik? Mintha vésnék.

Ne félj, az erdő nem félelmetes, nyugi!

Nini! Ott egy mókus, amott meg egy nyuszi!

Gyere, velem kérlek, leülünk egy padra,

Engedd, hogy hasson rád az erdő hangulata.

Csukd be a szemedet, mesélek most neked,

Ne törődj senkivel, tárd ki a lelkedet!

Próbálj ellazulni, nyugalom vesz körül,

Minden erdei élőlény neked örül.

Nyugodtan lélegezz, tudod, sok itt a fa,
Ezért az erdei levegő - mindig olyan tiszta.
A gerle békésen száll fel a jegenyére,
Gondolatban szállj vele, fel a magos égbe.

Jól van kedves, elég! Repülj, kérlek vissza!
Elmesélem neked, mi az őszi erdő titka.
Itt lakik egy manó, ki szeret festeni,
A szép őszi színeket a levelekre keni.

Meleg tónussal búcsúznak a fák,
Útra keltek már a fecskék, a gólyák.
Karolj belém, ideje indulni,
Hidd el, jól esik majd kicsit sétálgatni.

Puha avarszőnyeg takarja a földet
Léptünk zaja zavarja az őszi csöndet.
Itt egy megtévedt ibolya csalogat
, gyere, menjünk oda, illata hívogat.

A harasztot nem messze vajon ki zörgeti?
Ki az, ki e csendet e percekben felveri?

A levelek alól – de aranyos – nini!

Feltűnik egy kicsi, kedves, tüskés süni.

Körülnéz, megriad, mivel észlel minket,

Szúrós labdaként gurul, s jelmeze védi meg.

Kárognak a varjak, szárnyuk kiterjesztve,

Ó, de megnőtt ezáltal a madarak terjedelme...

Megelevenedett hát az ősz természet,

mivel a csendjébe a kissüni belépett.

Megrázza lombkoronáját a gesztenye,

Jaj! Idepottyant egy szúrós termés a fejemre.

Amott a tölgyesnek sárgállik levele,

Hull a sok Makk Marci, gyerekek kedvence.

Amott a távolban egy őzike kémlel,

Vajon az a nyuszi merre lehet éppen?

Itt e helyen levendula ontja az illatát,

Ugye érzed a nyugalmat, mit e növény ad át?

Szél is lengedezik, mutatja, hogy itt van,

A kemény földre ettől egy diócska koppan.

Zöld a kabátkája, ha leveti, megérett,
S e koppanásra egy mókus itt termett.
Az ég szürkének tűnik, búcsúzik az erdő,
El kéne indulni, mert letelt az idő.

Korán sötétedik, az idő hűvösebb,
ősszel ezért az ember is nyugösebb.
Majd amikor tél lesz, komor zord és hideg,
idézd fel majd, kérlek e szép emlékeket.

GERENCSÉR HAJNALKA: Sorsunk

Sorsunk meg van írva,
Fent a csillagokban,
Szépen építsük fel,
Lelkünk erejével.

A híd alapköve
az, hogy célod kövesd,
Ne hagyd elhallgatni,
Engedd csak szárnyalni.

Legyél mindig madár,
Mindig magasra szállj,
Kövesd az álmodat,
Mutatja célodat!

Gerencsér Hajnalka: SZÉP ÁLMOKAT!

Az éj leple alatt,
Aludni hagyd magad,
Fent a mosoly holdja,
Álmokat osztogat.

De vár egy apró jelre,
Mert éber lélekre,
Ki nem alszik mélyen,
Álmot nem oszt ő sem.

Mindig gondolj szépre,
Ne gondra és pénzre,
Ez csak nyugtalanít,
Kínodon nem enyhít.

Ne gondolj a múltra,

A meg nem tett útra,
Mert aludni nem hagy,
A sok rossz gondolat.

Lélegezz jó mélyen,
Álmod szép lesz, érzem,
Lazítsd el magadat,
Jó éjt, szép álmokat!

Gerencsér Hajnalka : ÚT A BOLDOGSÁGHOZ

Ó hold! Örülök, hogy megint itt vagy!
Most megosztom veled titkaimat.
Odafentről tekintesz le reánk,
S tudom, vigyázol minden este ránk.

Leszáll az éj, elcsendesül a táj,
S egyszer csak ránk települ a magány.
Tudod, van sok ember, aki sokat szenved,
De oly kevés az, kinek figyelme erre kiterjed.

A szeretet gyakran a csodával felér,

Emberek közé emelt híd szívtől szívig ér.

Az éj birodalma a sötétség maga,

Sok-sok pici csillag, mind világít rajta.

Amit a sors elvett, nem lehet pótolni.

Senkinek soha nem kell ezt felróni!

Ehelyett szeretettel, érintéssel lehet felkarolni,

S arca jelez: egyre többször fog mosolyogni!

Az egyedüllét a fájdalmat tovább fokozza,

A magány egy börtön, a lélek a foglya.

Beszélgetésre csak az ember képes,

Ó hold! Kérlek, vetítsd erre fényed!

Gazdag a szegénynek juttasson falatot,

A bölcs ember adjon át sok-sok tapasztalatot!

Feltétel nélküli szeretet az igazi vagyon,

Kinek módja van rá, ebből sokat adjon!

Akit szíve vezet, hidakat emel,

Szeretete révén sok embert felemel,

A lélek szava mindig jó útra terel,

leterhelt lelkekbe szeretetet lehel.

Az ember egész életében a boldogságra vár,
Reggeltől estig pénzt hajszol, s élete oly sivár.
Elfárad, de kapzsisága hajtja szüntelen,
S e pénz értékét már élvezni képtelen!

Ha...addig nyújtózkodna, amíg a takarója ér,
Hallgathatna a belső hangra, mely a csodával felér,
A boldogság egy madár, a lélek szava,
Minden ember lelkében ott van a kalitka.

Ha figyelünk a belső hangra,
Csakhamar kinyílik a kalitka ajtaja,
Csiripel benne a kismadár,
Jelzi: a lelkünk boldog már!

Adni jó! Ez a boldogság titka,
Aki ad, az a mások lelki kalitkáját is megnyitja.
Mindkettőt a boldogság érzete járja át,
A lélek szava által ezer csodát élünk át.

GERENCSÉRHAJNALKA: VESZTESÉG

Aki valaha veszteséget élt át,
Annak egész élete értékelődött át.
Mit elvesztett annak az értéke megnőtt,
S rájött: Hogyan kellett volna élnie azelőtt.

A veszteséget az ember csak önmagában mérheti
Veszteséget veszteséggel nem lehet összehasonlítani.
Aki nem tud járni, annak az a teher,
Aki özvegy lett, azt meg épp az, mi terhel.

Akit kiszolgáltatottá tett a betegsége
Azt duplán terhelte a sors e veszteséggel.
S ha e betegség még válhat rosszabbá,
Az éjt, s a nappalt átváltoztathatja pokollá.

Nappal a félelmet eltereli a munka
De éjjel sok rossz gondolat, csak a lelket pusztítja.
A csend az, amikor a lélek befelé sír,

A szív ezzel árt magának, ezer sebből vérzik.

Aki valaha veszteséget élt át,
Az a másik baját könnyebben érzi át,
Mert bár a veszteségnek sok fajtája lehet,
Akit érint, ő a vesztes, leginkább ő szenved!

Szabadnak születünk, szárnyalnunk kellene,
Ehelyett e kereszt börtönbe zárt bele,
A szem számára láthatatlan e ketrec,
Csak a szívével látó érti, mit jelent ez.

Könnyen beszél bárki, mert ez a seb örök,
Az ember csodára vár, de hasztalan könyörög.
Hiába kárpótol a sors más oldalakon,
Mert amit elvett, az a legnagyobb fájdalom.

Kérlek, beszélj róla, ne gyilkold önmagad,
Ha van, kinek megnyílj, ezt soha ne halogasd!

Mert bár ő is tudja, csodát tenni nem tud,
A lelked megnyugodni csak ezáltal tud.

Ne más témákkal fedd el bajodat,
Mert neked ez a seb már kibírhatatlan,
Ne csenddel nyugtasd környezeted minduntalan,
A sebedről beszélj, ez ad majd nyugalmat.

Aki valaha veszteséget élt át,
Belső hangja mindig marcangolja magát.
Miért éppen én? - ezt ép ész nem mér fel,
Ez nem lehet igaz! - idegeit ez őrli fel.

Aki valaha veszteséget élt át,
Sokkal érzékenyebb, vigyázni kell reá.
Aki igazán szereti, mutassa ki hát,
Naponta ölelje, érintse, legyen ideje rá.

Mert a veszteséget igazán az érti,

Aki a vesztes, vagy aki őt szereti.

Mivel a szeretet az embert képessé teszi
másiknak baját a szívével látni.

Ne hagyja magára, magányába veszni,
Őt ezentúl sokkal jobban kell szeretni!
Meghallgatni lelke szomorú dalát,
Mert ez az egyetlen, mi belső nyugalmat ad.

Gerencsér Hajnalka: Az avarban

Este az őszi avarban
Sün tűnt fel a hangzavarban.
Egy takaros kis udvarban.
Néha itt is perpatvar van...

Tüsténkedett Tüske Böki,
Kezemet e tüske böki...
A tूपárnám is hasonló,

De amellet ott az olló...

Süni futóverseny zajlott,

Labdává vált a kis bajnok.

Hempergőzött jókedvében,

Jobb így, mint a tétlenségben!

Őszmanóka kavargatta,

S leveleket szín takarta.

Pedzette: e színt akarta...

Őszi avar tarkabarka.

Cseppet sem volt ám zavarban,

Kicsi süni az avarban,

Levelekből vetett ágyat,

Abban aludt, mert elfáradt.

GERENCSÉRHAJNALKA: AZ AKARATERŐ

Egyszer beteg leszel, az erőd egyre fogy,

Hinned kell magadban, ez nyit új ablakot.

A belső hangra hallgass, jó útra terelő,
Bimbózni kezd benned már az akaraterő.

Amíg kedvedet a betegség elveszi,
Sokszor sírsz, és ez lelkedet könnyíti.

De amint a nap sugara rád mosolyog újra,
Lelked megbékél, és ismét rátérsz a jó útra.

Egyre csak nő benned az akaraterő,
Nehéz helyzetekben új utat teremtő.

Az alagút végén világosság fénye,
Akaraterőd, s a gyógyulás reménye.
Mi lényegében az AKARATERŐ?
A lélek ereje, mely felemelő.

Akaraterő és találékonyság
A gyógyulásra való fogékonyság.

Ahogy gyógyulgat lelked ezer vérző sebe,
Úgy nyitogatsz sok ablakot környezetedre.

Észreveszed a legapróbb csodáit is az életnek,
Bölcsőbb leszel ezáltal, és más lesz az értékrended.

2013. június 23.

GERENCSÉR HAJNALKA: Hiszek

Néha nem is hiszed,
Mi mindenben hiszek.
Néha én sem hiszem,
Hát hitetlenkedek...

Hiszek a szép szóban,
A kedves mosolyban,
A szeretettedben,
A tanításodban.

Hiszek a hajnalban,
Illatos tavaszban,
Lengedező szélben,

Forró nyári napban.

Hiszek a társamban,
Mindig mellettem van,
Hiszek a barátban,
Örömben, bánatban.

Hiszek a záporban,
A szép szivárványban,
A sejtelmes ködben,
Téli hóesésben.

Hiszek a dallamban,
A jó kritikában,
Az irodalomban,
Lelki gazdagságban.

Hiszek a napfényben,
Az önzetlenségben,
A szó erejében,
Aura fényében.

Hiszek a játékban,

Önfeledt kacajban,
A művészetekben,
Kisugárzásodban.

Hit nélkül nincs élet,
Hited kapaszkodó,
Higgy, hát te is kérlek,
Hidd azt: a világ jó!

GERENCSÉR HAJNALKA: Bika /horoszkópom/

Májusban születtem, a bika havában.
A holnapban is hiszek, nemcsak a mában.

Bika vagyok testalkatra,
Nem egy vékony szálfá,

Jellememben makacs vagyok – vagy kitartó?!

NEM ADOM FEL egy nekifutásra!

A szeretet az, mely emberekhez vezet,
Nem érdekből megyek, szeretetet viszek.

A sorsfeladatom szerint lelki gyógyító lennék,
S egyre inkább érzem e feladatot – fentről – nekem teremtték!

A megoldásokat mindig megtalálom,
Agyamat mindig töröm a „hogyan tovább?-on”.

Kreatív is vagyok, szeretem a szépet,
Soha nem pénzben mérem az igazi értéket.

Alkotni mindig jó, szépet teremteni,
Erre foglak majd titeket eztán serkenten.

Kellemesen és tartalmasan telnek így az órák
, A sikerélmény olyan,mint a hab a tortán.

GERENCSÉR HAJNALKA: MIÉRT?

Miért közömbös az emberek zöme?
Ó mondd, miért van e lelketlen tömeg?
A világban oly sok baj van és szenvedés,
Érthetetlen: a szeretet miért oly kevés?

A tekintet mindig igaz, belőle leolvasható,
Hiszen a szem a lélek tükre- nem alakítható.
Miért nem figyelnek egymásra az emberek?
Ez kelti bennem a legnagyobb döbbenetet.

A legértékesebb az EMBERI ÉLET,
Erre vigyázni kell, legyen mindig védett!
Balesetek és betegségek következtében
-Értsd meg-: egyszerre sérül a test és a lélek!

Lassan gyógyulgat a testnek a sebe,
De a léleké sem lehet eltemetve...
Ha nem figyelsz rá, azt hiszed így jó,
A lelked lázad, s ez betegségghordozó.

A lelkünk sebeit mások kezelhetik,
Kik álarcunkat gyengéd érintéssel lefejtik.
Nagy szeretettel figyelnek mindig ránk,
Nem kell hát félni, kire bízunk titkunk rá.

A mi közösségünkben gyógyszer a szeretet,

Mi nem lehetünk közömbösek, mert szeretünk Titeket!

Egyre többen építgetünk lélekhidakat,

Közben sebeket kezelünk, s életünk tartalmasabb!

Íródott: 2013.november 10.

GERENCSÉRHAJNALKA: HA TE VOLNÁL...

Ha te volnál az, kinek lelke ily érzékeny,

Te is megtennéd, hidd el, mert érzem,

Rendet tennél mindazon fejekben,

Kik nem gondolnak bele e kegyetlen helyzetekbe.

Ha te volnál az, aki nem láthat,

Se színt, se alakot, se fényt, se árnyat,

Ó ember mondd, akkor mit éreznél?

Akkor sem együttérző lennél?

Ha te volnál az, aki szegény,

Nem lenne mit enned, fejed felett nem lenne fedél,

Ó ember mondd, akkor mit tennél?

Emellett egyszerűen csak elmennél?

Ha te volnál az, aki nem hall,
Kinek lelkét nem melegíti se hang, se dal,
Ó ember mondd, akkor mit éreznél?
Akkor is lelketlen lennél?

Ha te volnál az, aki védtelen és kiszolgáltatott,
Kinek cseppet sincs ínyére, hogy ez így adatott,
Ó ember mondd, akkor mit tennél?
Akkor is embertelen módon viselkednél?

Ha te volnál az, akinek baleset vagy betegség
Keserítené meg az egész életét,
Ó ember mondd, akkor mit éreznél?
Akkor sem együttérző lennél?

Ha te volnál az, akinek lételeme
A mindennapos bizonyítás lenne,
Ó ember mondd, akkor mit tennél?
Kit eddig lenéztél, arra épp fel kell, nézzél!

Ha te volnál az, aki évekig ágyban élnél,
S így még jobban fájna lelked, szeretnél és remélnél,

Ó ember mondd, akkor mit éreznél?

Ha rád ezért nem tekintenének emberként.

Ha te volnál az, akinek tudata,

Átköltözne egy másik dimenzióba,

Ó ember mondd, akkor mit tennél?

Csak nevetnél, hisz nem te vagy, ki így él?

Ha te volnál az én helyemben,

S közvetve ebben élnél,

S éreznéd, tudnád: NEM, EZT ÍGY NEM LEHET!!!

A sok fájdalom és kín mellett

Az egészségesek meg nem bélyegezhetnek!

Ó ember mondd, neked ez nem fájna?

Ha a lelked a szenvedő lelkekbe belemélné?

Az ember élete a legértékesebb,

Szeretettel közelíts, csupán erre kérlek!

Ember kérlek...tegyél félre mindent!

A lenézést, a szálnalmat,

S érezd bele eme sorsokba magad!

Értsd meg, EZT ÍGY NEM SZABAD!

Embernek születted, másokért FELELŐS vagy!

Ne embertelen légy, hanem e helyett,

Segíts, teremtsünk élhetőbb életet!

Hozz fényt és színeket a leterhelt lelkekbe,

S tedd lehetővé, hogy a napos oldalon éljenek!

Ha te volnál az árnyékban...

Fájna, hogy az életnek két oldala van...

S te lennél ez első – én sejtem,

Ki hidat teremtve mindenkit a napos oldalra emelne!

Gerencsér Hajnalka: HAIKU

1.

Katicabogár

Hét pettyes szárnya csodás,

Levéltre rászállt.

2.

Levelibéka

Esőt jelezne néha,

Ha lenne létra...

3.

Mezei tücsök

Hegedül, én csak ülök,

Nem hegedülök.

4.

Pillangó szárnyal

Káprázatos árnyalat,

Tánca kábulat.

5.

Méhecske álma

Kiskaptárja vállán,

Nektárra várván.

6.

A szitakötő

Élete nem emberöltő,

Mégis röpködő.

7.

Szőlőlugas

Árnyékot, szőlőt, s bort ad,

Élete éltet.

8.

A szomorúfűz

Se szomorú, se nem fűz,

Gondokat elűz.

9.

A napraforgó

Nagy tányér, szíromkanál,

Madárkára vár...

10.

Borostyánlevél

Szív alakú a levél,

Erezete gyér.

11.

Utánzó madár

Papagájod invitál,

Téged imitál...

12.

A vakondok-ok

Többes száma okozat,

Vakond fokozat.

Gerencsér Hajnalka: A SZIVÁRVÁNY

Egy esős reggelen,

Csodát láttam éppen,

Gyönyörű szivárvány

Ívelt át az égen.

Megszületett a nap

És az eső lánya.

Az égi káprázat

szépséges látványa.

A szivárvány íve,

A szeretet hídja,
Remélem, hogy sokan
Átkelnek majd rajta!

A szivárvány múltó
Ajándékot hozott,
Helyére a nap jött,
S újra rám mosolygott.

2013. augusztus 1.

GERENCSÉR HAJNALKA: LÁTÓSZÖG

Így szól a mondás: " A szem a lélek tükre",
Mások általa belelátnak a lelkünkbe.
A látás hatalom, óriási érték,
Érzékszerveink közt a legtöbbet ez ér.

Bárcsak minden ember látása örökké tartana!
S e képesség elvesztése soha senkit nem nyomasztana!
A veszteség értékét a szívével látó mondja meg,

Mert a nem látót keresztje ezer dologtól fosztja meg.

Bizonytalanná válik minden, mert ő csak érzi,

Mindazt, ami a látót a szemével segíti.

Járművet sem tud vezetni, pedig megtanulta,

Az orvostudomány vajon a szemet hogyan pótolja?

A látás gyászát - a fehér bot mutatja,

A csend színe a fehér, visszafogott árnyalat.

A fény elvesztésével elvesznek a színek,

S ezek hiányában elvesznek az ízek.

A látó percenként él meg sok szépséget,

Mégsem mérheti fel eme nagy értéket.

Reggeltől estig sok élményben van része,

Az inger az agyában vetíti a képet.

De a szemével nem látó embernek e kép,

Csupán az agyában raktározott emlékkép.

De hiába a szép táj, az emberek mosolya,

A látvány hiányáért a sors nem kárpótolja.

S tudod mily fájdalom egész nap a csodára várni?

S mily nehéz egy mély depresszió után talpra állni?

E vesztéségből mérhetetlenül szenved a lelke,

Minél csendesebb, annál nagyobb vihar dúl benne.

S a belső lázadás hozhat magas lázat,

de ez nem influenza, ez csupán a látszat.

Izzik benne a tűz, lángol szüntelen,

Mert ez a sok szörnyű kín - embertelen.

Ezt a magas lázat a lélek termeli,

ezer vérző sebe által, mely belülről terheli.

A forróság - jel a külvilágnak - a lélek leheli,

Mert e tűzre a homlokon, csak felfigyel valaki!

Ha a torok beteg, ezt jelzi a köhögés,

De a lélek csendje a legfájdalmasabb belső hörgés,

Ki mint él, úgy ítél, mi a szívünkkel látunk,

sajnos ezt mindenkitől nem lehet elvárunk!

A hosszú csendből csak a barát következtet,

Mert ő minden látószögből ismeri e keresztet.

De a környezetnek mondani kell, sőt inkább kiabálni,

Mert a láz is beszél, csak alig lehet hallani.

A lázat oly gyakran a kéz érintése méri,
A test ilyenkor a gyengéd ölelést igényli.
Szeretetre vágyik, mely táplálja a lelket,
S ezt ezer jel mutatja, s tudatja teveled!

Nagyon régóta hiába vár arra,
Hogy gondjait valakivel megoszthassa.
A lélek szomjazik az eszmecserére,
Csak ezáltal enyhül meg a szenvedése.

Gerencsér Hajnalka: Valódi énkép

Testem jelmez csupán,
Lelkem rejtő subám.
S van, aki ostobán,
Ítélt ennek okán.

Aki időt áldoz,
Megismer, ő áldott.
Lelkét megcsodálom,
Ez igaz? Nem álom?

Valódi énképem,
Fested meg ekképpen:
Lelked dallamával,
A fantáziáddal.

Elképzelte elmédben,
S megfestette szépen.
Jobb, mint a fényképen,
Emlékem szívedben.

Gerencsér Hajnalka: CSAK AKKOR

Csak akkor NEVESS,
Ha igaz szívből teszed,
Akkor sose, ha sír a lelked,
Mert e nevetéssel csak sebedet mélyíted.

Csak akkor KERESS,
Ha hiányzom Neked,
S csak addig... míg értéksz...
Mert bántani – felesleges.

Csak akkor VEZESS,

Ha ismered az utat,
Ha szellemed és lelked jó irányt mutat,
Mert ezen nagyon is sok múlhat...

Csak akkor HALLGASS,
Ha megbántottalak,
Mert... fáj a csend hangja,
Ez azoké, akik már a csillagokban laknak.

Csak akkor ÉNEKELJ,
Ha virul szép lelked,
S dalolj, mint egy madár,
S szíved e dallal száll...

Csak akkor KIABÁLJ,
Ha sebes lelked fáj,
Keressük meg okát,
S tegyünk Veled csodát!

Csak akkor GONDOLKODJ,
Ha ezt szeretettel teszed,
E gondolatból terv, majd cselekedet lesz,
Ezzel e gonosz világ egyre szebb lesz...

Csak abban HIGGY,
Amit Te magad is fontosnak érzel,
S kérlek! Soha ne ülj karba tett kézzel...
Kezdeményezz te... az első lépésekkel!

Gerencsér Hajnalka: ADVENT

Advent ELSŐ vasárnapján,
Boldogság mindenki arcán.
Barátok és családtagok,
Ülik körül az asztalod.

Az adventi koszorún az első gyertya
Reményt, fényt hoz a mindennapokba.
A lángja maga a szeretet,
Mely sok lelket megmelenget.

A MÁSODIK vasárnapon
Két gyertya ég a koszorún.
Fény csillan a kis gömbökön,
Lelkünk szépül örömeikön...

A HARMADIK vasárnapon
Három gyertya és koszorúnkon.
Egyre izgatottabbak az emberek
Várják az áldott ünnepeket.

Jézuskának a sok levél,
Ilyenkor rég már útra kél.
A család apraja és nagyja
Lelkére a legszebb ruhát adja.

A NEGYEDIK vasárnapon
Négy gyertya ég a koszorún.
Küszöbre ért már KARÁCSONY,
S teljesül sok gyermekálom!

Gerencsér Hajnalka: KÖSZÖNET SZILVINEK

Közösségünkben van egy mérleg,
A serpenyőjén elférnek a jó és a rossz érvek.
Szellemes és jelleme is minta,
Ki lenne más? Mint Kellner Szilvia.
Jó az ízlése, készít sok szép díjat,

Pályázat nyertese ezzel bizonyíthat.

Türelmes, jólelkű és szorgalmas admin,

Jogász és segít is mindig sorstársain.

Gerencsér Hajnalka: AMIT TŰKRÉINK TŰKRÖZNEK...

Falra szegezve függnek a tükrök,

Megmutatják mindig, hogy fest a külsőnk...

De e tükör tárgy csupán, ezt ne feledjük,

Valós énünket ebben fel nem fedezhetjük.

A szem a lélek tükre,

Mindazok beleláthatnak a lelkünkbe,

- Szemtől szembe -, tekintetet soha nem kerülve,

Akik minket emberként kezelnek, s ezzel szembesülnek.

Van egy belső tükrünk,

Ami nem más, mint a lelkiismeretünk.

Otthon nem hagyhatjuk, mindig jön velünk,

Szembesít az igazsággal, jelez: mikor, s mit tegyünk...

S van még egy, mely a jövőnk tükre,

Fiatalok vagyunk-e ez tükröződik benne.

Amíg vannak céljaink, fiatalok maradunk,

Céltalanul gyorsan megöregszünk, és sajnos meghalunk.

GERENCSÉR HAJNALKA: A MIKULÁS AJÁNDÉKA

Régen is hullt a hó,
S vártam a Télapót,
Elképzeltem akkor,
Hogy él e jó apó...

Télországban él ő,
Sok apró ördöggel,
Kik tömik a puttonyt,
Csokival, örömmel...

Mikor itt a hó hull,
Szánja útnak indul,
Rengeteg örömet,
Sok csomagja rejteget.

S közben... felnőttem,
E kép itt él bennem,
El nem feledhetem,
Hisz oly kedves nekem...

Felnőttként már kicsit másképp látom,

Nem édesség az, mi adja boldogságom!

Mit is kérjek...írjak a jó Mikulásnak?

VIGYEN SOK ZSÁK SZERETETET AZ EGÉSZ VILÁGNAK!

GERENCSÉRHAJNALKA: Haikuk I.

1.

A szép gyöngyvirág

Illata lágy, harangja

Tavaszt csalogat.

2.

A napraforgó

Szemnek, szájnak eledel,

Méhet hívogat.

3.

A méh rárepül.

Ez a nektárnak örül,

Szívja veszettül...

Gerencsér Hajnalka: A szeretetnyaklánc

Akik Téged nagyon szeretnek,
Legyen az család, barát, szülő, avagy gyermek,
Képzeld őket egy nyaklánc láncszemeként,
Melyet mindig viselsz, mely mindig a Tiéd.

Ez nem más, mint a SZERETETNYAKLÁNC,
A cérna maga a szeretet, mely összefűzi e szemeket.
Ha bajban vagy és fáj a lelked,
E nyaklánc az, mi gyógyítja a sebed.

Aki megszületett, át kell, lépje az élet küszöbét.
A szeretetnyaklánc ezzel elveszíti 1-1 GYÖNGYSZEMÉT.
S az ész hiába méri fel, hogy az élet véges, hiába is tudja,
A lelkünk sokáig siratja, emlékének értékét kutatva.

Amikor eljön az a szomorú pillanat,
Hogy az egyik GYÖNGYSZEM a csillagok felé halad,
A többi szem szorosabb láncolatban marad,

Tartja benned a lelket, s e szeretettel támogat.

Gerencsér Hajnalka: Kétségek gyötörnek

Ha a szeretetet mindenkire kivetítenénk,
Higgyétek el, egészen másképpen élnénk.
Odafigyelnének egymásra az emberek,
Sok apró jelre, lélekről hordozó üzenetekre.

Ha a szeretet igazán fontos lenne,
Egy igaz barát, egészen mást jelentene...
Az igaz barát a lelkem másik fele,
S épp ezért...átérzi, mi megy végbe benne.

A barát nem idegen, ki titkokat feszeget.
Csupán egy lelki társ, ki velünk együtt szenved.
A sok kifogás helyett csak megoldást keres,
Mindig szem előtt tartva, hogy kincs az életed!

Ha a szeretet igazán fontos lenne,
A legértékesebb az emberi élet lenne!
Ha a lélek bármikor segítségért kiált,

Azonnal összefog minden jó barát.

2013. december 20.

Gerencsér Hajnalka: Hiányzol

BARÁTOM EMLÉKÉRE

Egy kedd reggelen a kórházban megöleltél,

Majd nem sokkal ezután...örökre elmentél.

Azóta szomorúak a hetek, s az ünnepek,

Magamban hordozlak, el sosem felejtelek!

Míg nem ismertelek, nekem más volt a világ,

S Te voltál az, aki a csodákra rávilágítottál...

Addig is ugyanott jártam, s ugyanazt néztem,

De Veled szebb lett minden, a fellegekben éltem.

Köszönöm szépen, hogy megismerhettelek,

Nekem TE voltál a fény, és az igaz szeretet.

Te voltál az én drága hullócsillagom,

Minden másodpercben a legszebb ajándékom.

Itt hagytad szívemben az emberszeretetet,
Hogy vigyázzak a SORSTÁRSAKRA, amíg csak lehet!
Hisz a sok szenvedéstől vérzik a lélek,
S ez veszélyezteti a testet, a létet.

Kinek sír a lelke, sose hagyjuk magára,
Hisz neki nincs szüksége magányra, csak barátokra!
Ha túl hangos a lelkének dallama,
Ki kell azt beszélni, ami belülről marja!

Hiányzol! Hiányod lelkemben fájdalmat faragott.
Mindig azt mondtad, én vagyok az őrző angyalod.
Mosolyogtam, de eme érzés már arcomra fagyott.
A 7 év, mit Veled élhettem, bennem mély nyomott hagyott!

Sokszor álmodom, hogy itt vagy velem...
Ó bárcsak ebből ne kellene felébrednem!
S most... innen üzenem Kedvesem,
Köszönöm az életet, mit TE jelentettél nekem!

2013. december 20.

GERENCSÉR HAJNALKA: AZ IGAZI AJÁNDÉK

Odakint nagy pelyhekben hullt a hó. A hópihék békés táncot lejtettek, majd finoman érintve egymást, meleg dunnát képezve borították be a tájat. A házak ablakait jégvirág díszítette. Bent a szobában a kandallóban égett a tűz. A lángnyelvek ontották a meleget. A fahasábok és széndarabkák pattogása, ropogása barátságos hangulatot árasztott. A család készülődött, várták a karácsonyt. Péter, a nagypapa egy nagy hintaszékben ült. Lágyan simogatta unokáját, Larát, aki elaludt az ölében. A kislány születésétől kezdve a szemével semmit nem érzékelt a külvilágból. Szülei legnagyobb szomorúságára gyermekük lemaradt a világ száz csodájáról, amit az átlagember – a látás birtokában – hétköznapi élményként él át. Ám attól a perctől, hogy erről a csodálatos dologról le kell mondanunk, rádöbbenünk arra, hogy a látás öröme sajnos nem mindenkinek adatik meg. Lara különleges gyermek volt. Amit a sors az egyik oldalról elvett, azt hatványozva a másik oldalon megadta. Pár hónapos korától a zene varázsában élt. Hamar meg tanult beszélni, járni, tájékozódni, figyelni a hangokra, amelyek a segítségére voltak. Szeretetre méltó kis hölgy volt. Péterhez, a nagyapjához különleges kapcsolat fűzte. Ő mindig mindent elmesélt a kislánynak, mondhatni ő volt a szeme, Lara pedig a család szeme fénye. Óriási képzelőereje kifejlesztette a belső látását, így nem élte meg hiányként azt, amit a sors elvett tőle. A kandallót egy barátságos varázslónak képzelte, ami mindig meleget adott, s a halk duruzsolás pedig lágy altatóként hatott. Péter mellett mindig biztonságban érezte magát. Szülei dolgoztak, a Nagyi pedig a nap nagy részét a konyhában töltötte. A finom ételek, sütemények az ő munkáját dicsérték. Már csak pár nap volt karácsonyig. Apa megvette a karácsonyfát, amely jó illatával, terebélyes ágaival hamar belopta magát a család szívébe. Nem voltak gazdagok. Vagy mégis? Mert az attól függ, mi számít gazdagságnak. A házuk átlagos volt, kis kerttel. Az autót csak hosszabb utakra vették elő. Mindenük megvolt, és legfőképpen szeretetben éltek. Fontosak voltak egymásnak és számíthattak egymásra. Sokat beszélgetek, sétáltak együtt,

s amit lehetett, közösen csináltak. Lara olyan ajándékot kért karácsonyra, amin érződött a szeretet, hogy neki szánták. Péter minden séta során megállt a kislánnyal a kirakatok előtt. Elmesélte neki, hogy a Játékbolt babái, a copfos, szőke Marie baba, és a barna, göndör hajú Sarah baba éppen hozzájuk legközelebb ülnek. Egy kicsi tűzhely lábaskákkal, sőt egy szépen berendezett babaház is várja a boltba betérőket. A sok plüssfigura, újbáb sem maradt ki a részletes beszámolóból. Lara figyelmesen végighallgatta, majd mentek tovább. Nagy könyvesbolthoz érkeztek. Szólt a zene. Karácsonyi dallamokat játszottak CD-ről. Volt ott mesekönyv, ismeretterjesztő, lexikon, regények, versek, kifestők, CD-k. Aztán egy ruhabolt következett. Elegáns blúzok, nadrágok, szoknyák, cipők, kényelmes szabadidőruhák. A következő ajtón betértek. Miután orrukát megcsapta a frissen sült kenyér és péksütemény illata, a kis Lara örömmel mondta, hogy ez a sarki kenyérbolt, és hamarosan hazaérnek. Így is lett. Ám az ajtón belépve finom fenyőillat fogadta őket. -- Itt van a karácsonyfa! – mondta Lara, és odabújt a Nagypapához. S csakugyan ! A fenyőfa talpig díszben várta őket. A sok színes gömb, harang, angyalkák, figurák és láncok elegáns külsővel ruházták fel. - Mézes süti, a kedvencem! – kiáltott fel Lara, amikor megcsapta az orrát az ismerős illat. Ám a fa alatt nem sorakoztak ajándékok. Senki sem bíbelődött csomagolással, egyikük sem rohángált ajándékok után. Lara akarata volt ez. Számára az volt az ajándék, hogy együtt voltak. Volt idejük egymásra. Az igazi ajándék bennük rejtett. Nagyi finom vacsorát készített. Halászlét ettek, majd a sütemények és torták édesítették az együttlétet. Apa elővette a régi kedvenc karácsonyi lemezt, majd együtt énekelték a népszerű dalokat. Anya előszedte kedvenc karácsonyi történeteket tartalmazó könyvét, s abból olvasott fel. Nagypapa régi családi karácsonyokról mesélt, amikor még ő is gyerek volt. Ám akkor csoda történt. Lara megszorította Péter kezét. Ez egy megbeszélte apró jel volt. Nagypapa a zongorához vezette a kislányt. A család döbbsen figyelte. Fogalmuk sem volt a titkos zongoraleckéről. A szülők dolgoztak, a nagyi délutánonként ledőlt, s néha hallott ugyan valami zongorajátékot, de az egybeolvadt az álommal. Péter tudott zongorázni, és mivel látta, hogy Lara szereti a zenét, megtanította néhány karácsonyi dal lejátszására. Lara is szeretett volna örömet szerezni a családjának, hát sikerült... Meghatott pillanatok következtek. Lara teljesen belefeledkezett a játékba. Átadta magát a zenei élvezeteknek. S adott... rendkívül sokat. Meg tanult tájékozódni a hosszú és rövid billentyűk között, s megtanult dallamot kicsalogatni az öreg, kopott zongorából, amely régi bútordarabból visszaváltozott hangszerré. S bár nem láthatta szülei és nagyszülei meghatott, könnyes és büszke tekintetét, de a zongorajáték után a hosszú csendből pontosan kikövetkeztette, mi is zajlik le a családja lelkében. S közben a szemben levő palota elé, - ahol gazdagok laktak- vagy ki tudja? Ennek a megítélését a kedves Olvasóra bízom - sorra autók érkeztek. Külön autóval jött anya, apa, a nagyszülők. Hangoskodás, zivaj hallatszott. Nagy csomagokat cipeltek be. Ki tudja? Lehet, hogy egész évben ezért nem tudtak soha együtt

lenni, hogy ezt a sok ajándékot összehozzák? Rendeltek vacsorát. A kihozott dobozokból, műanyag táányérokba megették – nem vesződve a mosogatással. Aztán kezdődött a fadísztés. Ebben ugyan mindenki részt vett, de összhang egy szikra nem volt köztük. Türelmetlenek voltak egymással. Nem csoda. Agyonhajszolt életet éltek, s az élet egyetlen csodáját sem vették észre, hiába láttak... Bár, hogy igazán láttak-e ki tudja, tény, hogy néztek. Az látszott, hogy itt nyolc különálló személy van a két gyerek, a szülők és a négy nagyszülő. Nekik csak a saját dolguk fontos, képtelenek egymásra és bármi másra figyelni. A fenyőfára is inkább rádobálták a díszeket, az szerint, kinek mi került épen a keze ügyébe. Befütöttek, morgás, veszekedés, elégedetlenség, mint máskor... A fa alá kirakták a bolt által becsomagolt ajándékkupacot, amely egy személytelen halmaz volt csupán... A nagy rohanásban ugyan ki emlékezett arra, hogy kinek mit vett és azt milyen színű palást fedi... A kicsomagolás után körvonalazódott az ajándék, de a gyerekek esetében, aki kicsomagolta, az „be is zsebelte” és ez újabb veszekedéshez vezetett... Későre járt. A nagyszülők szomorúan tértek haza. Lassan csend telepedett gazdagék házára is. Lefeküdtek. Ki tudja álmukban láttak – e olyan szép, szeretetteljes karácsonyt, amelyet Laráék megéltek. Náluk a szeretet valóban csodát tett. Tudta ezt az öreg hold is, aki tekintetét hol a szikrázó hótakaróra, hol Larára emelte, aki már rég az igazak álmát aludta lelkében békével és szeretettel.

Az ilusztrációt a BARÁTNŐM, Dr.Kellner Szilvia készítette

Gerencsér Hajnalka: Élned kell!

Ha szemed gyakran szomorú,
Lelkedben dúl a háború,
Gondolatok vívnak ott csatát,
Ezt csak az látja, ki társ vagy barát.

Támadnak az eltemetett veszteségek,
Melyeket a múltban át kellett élned,
Ha a lelkedet megérinti a bánat,
A sok eltemetett érzés benned feltámad.

Bújnak elő, hisz fel nem dolgoztad,
Csak lelkedbe temetted, másnak sose mondtad,
Csatározol a sok fájdalmas érzéssel,
Vigyázz, ez szülhet többféle betegséget!

Az elfojtott könnyek daganatot okoznak,
S ezek a szeretett személynek is fájdalmat okoznak,
Ha Magadat úgy szeretnéd, mint barátaidat,
Beszélnél e csatákról, hisz a szemek sosem hazudnak!

Ember gondolkodj, életed a kincs!
Ennél értékesebb a világon nincs!
Kegyelmezz Magadnak, s nekünk!
Ezzel tedd szebbé életed, életünk!

2013.december 21.

Gerencsér Hajnalka: A szeretet ünnepén

Béke és szeretet szálljon a világra,
Melegséget vigyen sok ember számára!
Szeretetnek tüze lobogjon Bennetek,
Amivel gyógyítjuk a sebes lelkeket!

Ünnepeljük együtt idén a Karácsonyt,
A szeretet nálunk közösséget varázsolt...
A szeretet lángja, mindenhova eljut,
Kérem lelketeket, nyisson ehhez kaput!

A szobában áll a szép karácsonyfa,
Csilingel a harang, csillan a fény rajta.
Sok finomság kerül az asztalra,
Összegyűl a család apraja és nagyja.

Karácsonykor tárd ki lelked jó nagyra,
Töltődj fel szeretettel, jusson minden napra!
Ne terheld magadat, ez felesleges,
Nem a pénz az érték, hanem a szeretet!

Mi is a Karácsony igazi értéke?
A szívünkben rejlő szeretet mértéke.

Vigyázzunk egymásra, amíg csak lehet,

Hisz ez teszi oly széppé az ünnepet!

2013.december 23.

Gerencsér Hajnalka: AZ ÉLTETŐ FÉNY

Kinek az élete nem volt mindig napos,

Lelkéből gyakran törnek fel viharok.

Hangulata néha lávaként robbanhat,

Csak lassan nyugszik meg, majd új erőre kap.

A hangulatmorajló, hullámozó tenger,

Tükrözi, mily mélységeket élt át az ember.

A hullámok emelkedése közti különbség,

Az egyes emberek által már átélt veszteség.

Minden ember élete más és más,

Mások e mélységek és más a hangulatingadozás.

Akit e tenger a felszínen ringat,

Vesztesége csekély, adjon hálát a sorsnak!

Ám akinél e hullám egy robbanással felér,

Ott kell igazán a SZERETET, hisz veszteség, veszteséget ért.

S éreznünk kell e lelkek dallamát,
GYÓGYÍTÓ ERŐNKET csak így adhatjuk át!

Minden betegség egy rémisztő folyamat,
Az ember küzd, teste, lelke sorra kapja a csapásokat.
S néha hiába eme embert próbáló küzdelem,
Az embereket ilyenkor mindig leteríti a félelem.

S amíg a betegség kegyetlen, de lassúbb folyamat,
A baleset egy szempillantás alatt átírja a sorsokat...
Testre és lélekre egyaránt óriási terhet rak,
S ez sajnos gyakran az ember egész életére kihat.

S akkor ... abban a pillanatban ... oly nagy a tét,
Mindig ott a kérdés: a halál vagy a lét...
Bármi okozza is e rettenetes baleseteket,
E percet a lelkek mélyen magukba temetnek.

Sajnos nemcsak az fáj, mi tudható, látható,
Az ember belül szenved, s e seb sokat mondó.
Minél nagyobb a csend, ez annál jobban fáj,
Így ad megoldást szavakban eme ellentétpár.

A lélek gyógyítója a FÉNY: a SZERETET,
Hidd el, ebből sohasem adhatunk eleget!
Minél több fényt adsz és reménységet,
Annál tovább tarthat sok emberi élet!

Figyelj hát azokra...EMBER kérlek!
Kiket a FÉNY, s nem a pénz, ami éltet,
Aki érzékeny, annak lehet a lelkére hatni,
De bántani soha...csak gyógyítani !

2013.december 25.

Gerencsér Hajnalka : Ilyenkor jobban fáj...

Karácsonykor a lélek szeretetre vágyik,
S egyszer csak rádöbben:
Életéből nemcsak ki már nem él,
De sok-sok élő is nagyon hiányzik!

Kergetjük lelkünkbe a sok szép emléket,
Várjuk, egyre várjuk a szeretett embereket.
Az idő oly kevés ... szinte mindenkinek,
A pénzhajszolásra majd az összes elmegy.

Aki magányos, de szívében sok a szeretet,
Ilyenkor sokkal jobban várja a vendégeket.
Egyedül lenni karácsonykor mindig oly nehéz,
Ezt csak a lelkünk érti meg, sosem a józanész...

A másokra keveseknek akad önzetlenül ideje,
Inkább ezer kifogást keresnek helyette...
Pedig a lélek szomjazik a beszélgetésre,
Együtt töltött órákra, a lelki töltekezésre...

Karácsonykor a lelkünk felszakít sok sebet,
Mily jó is volt régen, a család együtt lehetett...
Értékeljük-e akkor a sok csodás percet?
Most lélekben nézegetjük e szép emlékeket.

Az élet múlandó, sajnos tudjuk ezt.
Akit tudsz, annak mutasd ki mindig a szeretetedet!
Mert egyszer... ha már nem lesz, jut majd csak eszedbe...
Ó ... milyen jó is volna, ha Ő még itt lenne!

Sem karácsonykor, sem máskor nem értettem én,
Az időt be kell osztani, hisz mindenkinek kevés...

Az élőknek kell a szeretet és főként a sok idő,
S miért van az, hogy a temetésre majd mindenki eljő?

Hisz ott már nincsenek örömteli találkozások,
Kit akkor ott temetnek, mily sokszor várhatott,
De nem volt rá idő, mert peregtek a percek...
Pedig akkor ... élve ... kellettek volna eme emberek.

Amikor küzd az ember, akkor kell a sok barát,
S épp ekkor hiányzik a legjobban a család...
Mert ha szeretet veszi körül, ha nem szól is érez,
S ennek a hiánya minden létet mérgez.

Gerencsér Hajnalka : Ilyenkor karácsonykor

Ilyenkor karácsonykor minden annyira más...
Ha csak pár napra is, de megszépül a világ!
Miért kell egy évig várni az újabb csodát?
Egymásért kell élni az egész életen át!

Ilyenkor karácsonykor minden annyira más...
Ne felejtse kitárni a szíved nagy kapuját!
Szívj magadba minél több tiszta szeretetet,

S adj belőle mindenkinek, úgysem lesz kevesebb!

Ilyenkor karácsonykor minden annyira más...

Az emberek mosolyától szebb lesz a világ!

Mindig szeretettel forduljunk egymáshoz,

Ebben rejlik a titok, mi valami mást hoz...

2013. december 25.

Gerencsér Hajnalka: De jó lenne...

De jó lenne most ... ismét kisgyerekké válni,

A karácsonyt olyan izgalommal várni,

Lesni az ablakból a fát hozó angyalt,

S rácsodálkozni a csilingelő hangra.

De jó lenne most ... ismét gyerekké válni,

S az élet útvesztője helyett, a biztonságot találni...

Csodálni a sok kis dísz a karácsonyfán,

S látni, nemcsak nézni, a sok fényen át...

De jó lenne most ... ismét együtt lenni,

A Nagyszülőkkel az ünnepet együtt ünnepelni!

A rengeteg ajándékot mind feledni lehet,
Csak egyet nem: a tőlük kapott szeretetet!

De jó lenne most... ismét a Barátommal lenni,
A karácsonyi együttlétnek igazán örülni,
A legszebb ajándékot adtuk egymásnak át,
Mi az embert élteti ... sok nehéz napon át...

2013. 12. 25.

GERENCSÉR HAJNALKA: KÖSZÖNTŐ

A SZERETET ÜNNEPÉN, karácsony másnapján,
Ránézve a naptárra, e nevet mutat: ISTVÁN!
Véletlen nem lehet, hogy épp e szép napon,
Szeretetkövetünknek neve napja legyen!

Sugárzik belőled a JÓSÁG, s a SZERETET...
Te azt adod nekünk, mi a legértékesebb!
FÉNYT adsz magadból, sok fénynyalábot,
Szeret is ám nagyon a sok jó barátod!

SOKOLDALÚ vagy, és nagyon szerény,
A jelleted egyenes és csupa-csupa erény!
Verseket írsz, és gyakran gondolkodatsz,
Terítőket hímszel, s domborművet faragsz!

Köszönteni jöttünk CSUPASZÍV GONDOLKODÓNK!
Először is kérlek, nézd, hallgasd meg videónk!
ÉLJ SOKÁIG KÖZTÜNK ERŐBEN, EGÉSZSÉGBEN,
S teljen minden napod nagy-nagy békességben!

2013.12. 26.

<http://www.youtube.com/watch?v=MKHLUf5TRjw>

Gerencsér Hajnalka: HINNED KELL ...

Ha sok-sok napon át csak esik az eső,
Hangulatod is olyan, mint egy gomolyfelhő...
Ha lelkedben is dúlnak gyakran a viharok,
Hinned kell, hogy a nap majd újra Rád ragyog!

Ha mindennap sütne a nap sugara ránk,

Közömbösen hatna, mivel megszoknánk,
S nem értékelnénk a fényt, a napsugarat,
Mely a zivatarok végén szép szivárványt ad.

Képzeld azt, hogy Te vagy a festő, életed adja a teret,
A lelked az ecset, s a festék - csakis a szeretet lehet!
Legyél szivacs, szívj magadba a fényt, az örömöket,
Hinned kell, hogy életed ezáltal gazdagabb, színesebb lehet!

A szeretet lélekhidakkal köti össze az embereket,
A beszélgetés gyakran feloldja a belső félelmeket,
Értékelj a tarka pillangók táncát, a jégvirágokat,
Hinned kell, hogy az élet még sok-sok csodát tartogat!

Ha egy égi pásztor terelgeti ott fenn a sok bárányszerű felhőt,
Áldanunk kell az ég könnyét, a felszabadító és életet adó esőt,
A napfényt, mely mindig jó kedvre derít, s éltet. A szelet,
Mely a tikkasztó nyári napon elviselhetővé teszi a meleget.

És.... meg kell tanulnunk értékelni a bizonytalanságot, a ködöt,
Mert a körülöttünk zajló sok csoda sajnos - egy életben sem örök...
S ha életedben feltűnik a köd, félelmeid végtelenített ördögi körök,
Hinned kell, hogy belső erőd, s a szeretet által újra és újra legyőződ!

Az életed a legnagyobb kincs, ezt soha el ne feledd!

Egyszeri és múlandó! Magadat élve el nem temetheted!

Ne csak létezz... élj! Kérlek ... nagyon vigyázz a lelkedre!

Fektesd a legnagyobb hangsúlyt mindig az egészségedre!

Alkoss, fejezd ki önmagad, nőjön napról napra az önbizalmaid!

A sikerélmény a lélekbe beépül, s mindig mindenkire gyógyítólag hat,

A szeretetteljes napok után engedj a naplemente varázsának,

Hinned kell az összefogásban, s a lelkedet melegítő szeretet parázsában!

Gerencsér Hajnalka: AZ ÚJ ÉV KÖZELEDTÉVEL...

Az új év közeledtével mit mondhatnék Nektek?

Maradjunk EGYÜTT mindig szeretetben,

Egymást ösztönözve és segítve,

Nem csak így lehet ... csak így érdemes!

Gerencsér Hajnalka: SZÁRNYALJ!

Válj pillangóvá, legyél mindig szabad!
Alkoss, teremts! Légy mindig önmagad!
Tudj mindig a másik szemébe nézni,
S ne felejtsd el, hogy mindig is érdemes élni!

Ha megbántasz valakit, az rád is rosszul hat,
Tudatosan sose mérgezz se mást, se önmagad!
A bosszú, a harc rengeteg energiát elvesz,
Ne tedd, ezt kérlek, helyette élvezd az életed!

Ha szeretsz, az neked is energiát ad,
Lubickolj a fényben, és éltes másokat!
Fordulj mindig szeretettel a másik felé,
S élj mindig emberként, hisz ez csupán a cél!

Szabadnak születted! Szállj, mint a madár!
A lelked szabad, ha a test börtönbe is zár,
Nyílj ki! Mint a virág, mutasd meg önmagad,
Hisz az vagy, ki a lelked, s ez a legfontosabb!

2013. 12. 28.

Gerencsér Hajnalka: KÖZÖSSÉGÜNK TITKA

Jó így együtt lenni, szebb VELETEK az élet,
És ez közös munkánk, ezt sose felejtsetek!
Egyre több alkotó jelenik meg köztünk,
Ezáltal GAZDAGSZUNK, és FEL IS TÖLTŐDÜNK.

Nem csoportot alkotunk, hanem KÖZÖSSÉGET,
Amit minden pillanatban a SZERETET éltet
ÖSZTÖNZÜNK, ALKOTUNK, EGYMÁSRA FIGYELÜNK,
LÉLEKHIDAINKON gyakran ismerkedünk!

A létszám ... hm ... egy lényeges adat,
A sok JÓLÉLEKKEL csak GAZDAGSZIK a csapat O:) .
NEM A MENNYISÉG FONTOS, HANEM A MINŐSÉG,
Sosem a külső határoz, mindig a LELKI ÉRTÉK!

Ki a LELKED ÁLTAL ISMER, AZ ISMER IGAZÁN,
Nem az ki csak néz, s elmegy melletted lazán...
A beszélgetésben mutatkozik meg az igazi lényed,
SZERETETSUGÁRZÓ KÉPESSÉGEDBEN rejlik a SZÉPSÉGED!

A múltunk még rövidke, csupán három hónap,

EGYÜTT TARTALMASAN telt el minden perc és óra!

A JELENÜNK GAZDAG és BARÁTOK vagyunk,

Sok titkunkat chatben egymással megosztunk.

SENKI SEM MAGÁNYOS, ki hozzánk csatlakozik,

Akinek van ideje, ITT nálunk sosem unatkozik.

Talál képzőművészeti alkotásokat, írásokat, zenét,

SZERETETÜNK eközben észrevétlenül GYÓGYÍTJA A LELKÉT.

A SORS oly mostoha, gyakran osztogat FÁJDALMAKAT,

Összefogunk, egyedül SOSE EMÉSZD MAGADAT!

S lássuk meg együtt a FÉNYT, ahogy a sötétből ránk sugárzik,

Ez az ami ÉLTET, mitől a jövőnk is BOLDOGABBÁ VÁLIK!

2013. 12. 28.