



Dr. Kenéz Zoltán

Egyesített Szociális Intézmény – Vác

**“Ahogy én látom”
irodalmi vers és prózaíró pályázat**

Összes pályamű

Tartalom

Előszó	5
Ágoston Sándorné: Borzas kalandja	6
Andóczy-Balogh András: Az első hajnal	7
Bakó Mihályné: Eszmei és fizikai foglalkozás	8
Bándi Dezső: Életem alkonyán	9
Baranyecz János: Öregedés	10
Baráthné Gyurik Margit: Esély!	11
Bartos Ferencné: Idősotthonban	12
Becze Gézánné: Szeressük jól gyermekeinket	13
Farkas Miklósné: Az otthonban élek	14
Szöllősi Zsigmondné: Más világban élek	15
Ezüst hold	17
Bertényi Mártonné: Az öregség	18
Bikki Imréné: Tükörképek	19
Bölönyi Benedek: Egy ember hét élete	20
Breithofer Alfréd: Kék Bolygó	22
Bruszt Ferencné: Én Csodaországban	23
Czibak Etelka: Fohász az öregekért	24
Csaba Józsefné: Fényképalbum	25
Csapó Zoltán: Egy szociális otthonlakó születésnapjára	26
Cservenkay Mariann: A szó csöndje az otthonban	28
Déri Imréné: A szeretet-otthon	29
Docenske: Mesenovella... A hol nem volt Királynőről	30
Docenske: Versrészletek a "Paranoidák" c. sorozatból (1,3,6)	32
Dózsáné Csőke Mária: Egy másik élet	33
Dr. Buda Istvánné: Az áldó kéz	34
dr. Györffy Gyula: Új otthonom történetei	35
Dr. Juhász Bertalanné: ÚJRAKEZDÉS 80 ÉVEN TÚL	37
Dr. Vámos Istvánné (Judit): Gondolatok az otthonban	40
Erdész Antal: Amikor szétválásból összekötődés lesz	42
Fábián Ferenc: Álom Kívánság	46
Faragó Rudolf Mátyásné: Egy kis szelet az életemből.	47
Fekete Edit: Életregény (pológus)	48
Ferenchalmy Katalin: Gyerekkori emlék	49
Fonódi Edit: Otthon, édes otthon	50
Géczy Mária Magdolna: Józsi	51
Gere István: A szegény ember legkisebb gyermekebe	52
Gergely István: Szellemi Tréning	53
HARCSA TIBORNÉ: Méltatlan évődés ISTENNEL	55
Hegyiné Nacs Viola: Múlt és jelen Verőcén	56
Henézi Lászlóné: Néma szerelem kor nélkül	58
Hódi Ferenc: Egyszer volt	60
Holndonner Mária: Élet	61
Horváth Sándor: Haza vágyik a szívem	62
Ignáczné Fésüs Ilona: Csendes napok, mély gondolatok	63
Marmorstein Pálné: Az élet nálunk	64
Szirtes János: Egy mosoly ereje!	66
Varga Tamás Istvánné: Kettecskén	67
Donászy Katalin: Édes Nagyi, Áldott Nagykám!	68

Ivánné Nagy Erzsébet: Látom	69
Jaksi Tiborné: Az életünk egy színes játék	70
Jellige: Boldog születésnapot!	71
Jellige: Rádi kör	72
Joó Kálmánné: Idősek napjára	73
Joó Kálmánné: Születtünk.....	74
Kalocsai Mihály: A mi klubunk	75
Kamasz Marika: A vihar.....	76
Kazi Istvánné Takács Erzsébet: Ma már történelem	77
Kázmér Magdolna: Mit ad nekem a vers?	79
Keszthelyi Lászlóné: Tartozni kell valahová.....	80
Kis Erzsébet: Együtt, egymásért	81
Kiss Jánosné: Levél barátnőmnek	84
Kiss Miklósné: 421-es szoba.....	85
Komoróczy Jánosné: Tavasz	87
Kormos Ferencné: Egy napunk az otthonban	88
Kovács Ferencné: Április	89
Kozma Ferencné: Kék és zöld.....	90
Letkó Judit: Ez egy csodás nap volt!.....	92
Ludánszki István Sándorné: Az élet iróniája és a munkája	94
Makkai Józsefné: Oltalom.....	95
Márka Józsefné: Jólét az életben	97
Marosi Béláné: Én gondolatom.....	98
Mészáros Sándor - Mondd mi bajod van!	100
Molnár Imre: Térnyerés.....	101
Molnárné Farkas Valéria: Élet.....	102
Nagy Lászlóné: SZÜLINAPRA	103
Nagy Pálné: Megpróbáltatásaim	104
Nemere Lajosné: Idő	106
Német János Józsefné: HAZAFELÉ (Egy gondolat útközben)	107
Német János Józsefné: Igaz történet az élet két végéről.	108
Németh Erzsébet: Mese a csodálatos szájmaszkról	109
Németh Józsefné: A békeséget keresem	110
Németh Józsefné: Játszunk!	112
(Név nélkül): Anyám nem sírt.....	115
Oláhné Huszár Gabriella: Az én otthonom: Napközi vagy könyvtár?	118
Pablényiné Piroska: Az Élet fintora.	120
Papp Jánosné: Nyugdíjasok otthona.....	121
Péter Péter: Gondolatok csendes pihenő alatt	123
Pető Lászlóné: Kortársaim történelme	124
Petrik Éva: Az öreg tölgy alatt	126
Petró Gyuláné:Ez lett az Otthonom.....	127
Pommer Gyula: Találkozásom Kodály Zoltánnal	128
Pusztai Mihályé: Arany élet	129
Pusztai Mihályné: Arany tavasz	130
Rábai Gáborné: Kórusaim.....	131
Rabi Ferenc: Az elmúlt három év.....	132
Rézman Imréné: Kegyelmi idő.....	133
Richter Anikó: Életképek	136
Richter Anikó: Pista bácsi	138

RIMÓCZI FERENC: SZÉPKORÚAK	140
Sári Benjáminné: Nem értik, csak az angyalok.....	141
Sári Ella: Az otthon	142
Saska Imre: A REMÉNY VÉGTELEN!.....	144
Simon Józsefné: Élet az Otthonban-, a mi közösségünkben	146
Slezák Ferencné: Múlik az idő.	147
Szabados Lászlóné: A kutyaфáját, ez már sokk!	148
Szabó Imréné Igaz Éva: Megkérlek....	151
Szabó Katalin: Otthonná legyen.....	152
Szabó Tibor: A skizofrén férfi	153
Szám Lászlóné: Remetei karácsony	154
Szekeres Henriett: RÖPKE ROMÁNC.....	155
Szendi Judit: Jaj, a Nyugdíjas Klub!	157
Szentesi Sándorné: KÖSZÖNTŐ.....	159
Szepesi Józsefné: A sors fintora	160
Szíjjártó Istvánné: Öregek, de nem vének!	161
Szota János: Az élet útján.....	162
Szűcs Ilona: Tavaszi ébredés a Kamaraerdei Idősek Otthonában	163
Takács László Imre: Margaréta Idősek Otthonában	164
Tasi János: Egy állomáson	165
Tóth Gyula Miklósné: A Galgától az Óceánig	167
Treczkóné Soós Terézia: A mi otthonunk.....	170
Túriné László Klára: Látogatás	171
Ujvári Jánosné: Bemutatom idős otthonunkat	173
Valentik Endre Tiborné – Nelli: Otthon	174
Varga Margit: Életem a Napsugárban.....	175
Várkonyi István: Láthatatlan színek.....	176
Varsás Frigyes Mihály: Kutyaaterápia	177
Végh Ernő: Három generáció a Szociban	178
Végh Ernő: Volt egyszer egy házikó	181
Veres Erzsébet: Az élet két oldala	183
WESZELY TIBORNÉ: Otthon és Itthon	184
Yahya Kamelné:Ráncok között	185
Zelenyánszki Mátyásné: Szeretni és szeretve lenni	186

Előszó

Amikor kiírásra került a pályázat az volt a gondolatunk, hogy szeretnék tudni mit és hogyan éreznek időseink, akik a mi intézményeinkben élnek életük végéig. Idősek, akik hosszú életutat jártak be, komoly döntéseket hoztak amikor beköltöztek és új életet kezdtek otthonainkban. Lezárják a múlt egy jelentős részét, új időszámítás kezdődik náluk. Keresik a boldogságot vagy túlélnek, vagy csak egyszerűen léteznek. Idős, sokat megélt emberek tele érzésekkel...de vajon mit is éreznek? Talán fájdalmat, örömet, szerelmet ezek érdekes kérdések. A benyújtott pályázati anyagokból egy kicsit választ kaptunk ezekre a kérdésekre.

Az írások bátor emberek tollából születtek, akik soraik által betekintést engednek nekünk lelkük mélyére! Megtiszteltetés és öröm! Köszönjük nekik!

Ajánlom jó szívvel ezeket a csodás műveket olvassák oly nagy szeretettel, mint amilyen nagy szeretettel mi olvassuk újra és újra!

Üdvözlettel:

Szabados-Slezák Brigitta :)
intézményvezető

Ágoston Sándorné: Borzas kalandja

A hűség városában lakom, egy családi idősotthonban. Vannak itt barátaim, sok lakótársammal találkozom a délelőtti foglalkozásokon és a gótikus ebédlőben elköltött közös ebédnél is. Én szeretek társaságban lenni, de szívesen be is kuckózom időnként a kis szobámban. Szobám falán a kedvenc festményeim vannak, és a könyvespolcomon őrzök egy vaskos fotóalbumot is. Az egyik kedvenc fotómon egy kiskutya látható.

Nyaranta lányoméknál töltök néhány hetet. Házuk körül nagy kert van, ahol boldog otthonra lelt egy kiskutyus. Vidáman szaladgál, játszik a szabadban. Jól összebarátkoztunk, sokat vagyunk kettesben, míg a gazdik dolgoznak.

Egy délután lepihentem az otthoni szobámban, papucsomat a heverő alá tettem. Amikor felébredtem, beleléptem volna a papucsaimba, de egyiket sem találtam. Gyanút fogtam, hogy a kis tolvaj az én kis játszótársam lehet. Hívtam a kutyust és vattatára fogtam.

-Borzas, nem láttad a papucsomat? Te vitted el a papucsot? - Ő azonnal eliszkolt. Kimentem utána, hogy talán a közelben meglelem. Sehol se láttam.

-Borzas, hol a papucsom? - Erre, mint a villám kifutott, messze a kert végébe. Egyszer csak nagy lihegve, szájában egy papuccsal, megjelent az ajtóban. Büszkén, mint aki jól végezte dolgát, letette mellém az egyik papucsot.

-Rendben van Borzas, az egyiket visszahoztad. De hol a másik papucsom? - Egy darabig csak nézett rám, mint aki csodálkozik, hogy miért nem vagyok elégedett, majd újra kiment. Hamarosan elindult egy újabb felfedező útra. Tétován visszajött, hogy most mi legyen...

-Borzaskám, hol a papucs? A másik papucs? - Mivel láttam, hogy nekem is utána kell látnom a keresésnek, elindultam a kert szélében felfedező útra. Kezdett alkonyodni, így nem sok remény volt arra, hogy ma még visszakapom. Tüzetes keresésbe indultam. Ahogy reményvesztetten végigjártam a kert útjait, már befelé indultam, amikor apró vakkantásokra lettem figyelmes a hátam mögött. Megfordultam, és megláttam az én kedves kis barátomat, aki nagy lelkesedéssel, lihegve utolért, szájában az elveszettnek hitt papuccsokkal. Boldogan és büszkén tette le lábaimhoz és elismerésre várt. Meg is érdemelte az elismerést, kapott érte simogatást és jutalomfalatot.

Amikor a nyári vakációm után visszajöttem itteni otthonomba, kedvenc papucsomat Borzasra bízta. Borzsról a lányom készített egy kedves fotót, így az én hős papucskereső pajtásomat itt is bármikor láthatom.

Andóczy-Balogh András: Az első hajnal

Felébredtem – megint – új nap – nem fáj a hátam – ez jó – nézzük a telefont – 05:12 – menjünk mosdani – Jó reggelt! Felébredt a szobatársam is. Na, de korán van, aludjunk még. Jó az álom karjaiban – Vissza Pestre a fiamhoz, a fülembe csengnek szavai – Ne aggódj Apa, a mi dolgunk, gondozunk téged! Hová akarsz menni, Pestre vagy Miklósrá? – Miklósrá, ott vannak ismerősök. – Na és itt vagyok! „Új” élet kezdődik. Nincs gyerek zshivaj, kacagás, kérdések, nincs nyafogás, ami kár. De nincs Mama hiszti sem, ami jó. Most kell csinálni – Olvasni – amit szeretek.

- Rejtvényt fejteni – az is jó.
- Sétálni – azt is szeretem és kell is!

..... el kéne kezdeni.

Kell egy alap könyv, szólni kell Ádámnak.

Na és a tornaterem van a segédeszköz par teniszlabda, ping pong labda súlyzók, szalagok, botok, gumilabdák, kezdésnek jó lenne ezt holnap megtudni séta közben. –

Megint jön az álom – Felsejlik Dunakeszi, a Szanatórium, Jutka a gyógytornászsom a bordásfal előtt a türelemes int lassan és sokszor ugyanúgy. Anna a gerinctornász, András a széket cseréli ki labdára!

Evelin a kéztornán ne siessen, a rossz kezét használja annak kell tanulni. Na, Jolika a gyóymasször a fájdalom a kezelés alatt, de a végén a vér áramlása a merev izmokban, a pezsgés az „új” élet.

A kéz kinyúl a telefon után – 6:00 – kelni kell irány mosdani, fogat mosni, öltözni. Ha rendben akkor rendet rakni – ágyazni és ha sikerül, akkor reggelizni. Vajon mi lesz a reggeli? Huzz a zoknit először a jobb utána a bal, ahogy tanultam aztán a gatyá, póló, nadrág, cipő, végül a pulóver. Már csak a bot. Kész vagyok! Lehet indulni, sétáljunk egyet, a reggeliig még van idő.

Ajtó ... Terasz ... fordulj jobbra, itt a rámpa. És itt a fiatal diófa olyan 20-25 éves jó lesz az árnyéka nyáron!

Fordulj balra, itt a nagy és öreg mocsári-tölgy van vagy 150 éves szerintem ő lehet a park őrzője.

..... Nézzük a kerti pavilont előtte a tölgy a park fának büszke vezére van vagy 100 éves. Mellette legkisebb fia, jobbra tőle a három idősebb fivér olyan nyolcvan évesek. Látszik, hogy a világháború alatt bújtak ki, mert nem tervezetten ültették őket. Mint a 4 másikat sem, a hinták mellett.

A három testvér mellett jól lehet majd reggelente tornázni a fűvön.

.... A mosoda mellett ott a mályvabokor, itt van valahol a tornaterem. Az épület végénél megállok, innen látom az állomást, de sokszor jártan ott, sok szép emlékkép villan be.... Itt a ?Kanyai? füves tér labda térnek pont megfelel a fű puha, kicsi a sérülés veszély, jót lehet itt játszani. – ha lenne érdeklődés!

Bakó Mihályné: Eszmei és fizikai foglalkozás

A Harmóniában van néhány lakó,
Aki nem szeret a szobában lenni.
Így kedden agyunkat foglalkoztatjuk,
Szerdán igénybe vesszük a kezünket,
A tűzzománc a soros csütörtökön,
S így túl vagyunk a heti örömökön.

De ehhez már az is hozzátartozik,
Hogy bent a szobában mindig jelen van
Az általunk készített minden dolog.
És ha fájdalmunk, avagy bánatunk van
Ránézünk - és már vidámabb a lelkünk,
S ezzel hosszabbítjuk itt az életünk.

Ehhez az is kell, hogy jó vezetőnk legyen,
S Anikó mindig újakat ötletel.
Van, hogy pihentetőül játékot hoz
” Ki nevet a végén” vagy épp most „malmoz”
S ezzel is változatosabb a hetünk
És gazdagabb öregkorú életünk.

Heti három alkalommal tornázunk,
Van, amikor busszal is kirándulunk.
Esetleg, amikor gyalog túrázunk,
Bármilyen alkalmat kihasználunk.
A vezetőség gondoskodik róla,
Hogy ne csak a bajunkkal foglalkozzunk.

Minden éves nemzetközi ünnepről
Az aulában például megemlékezünk.
Nőnapról az Óév búcsúztatóig
Minden eseményt megünnepelhetünk.
Legyen énekkórus, vagy tánc, vagy farsang
Mindenféltre akad több csapattag.

Ezek meghosszabbítják életünket
És örömmel tölti el itt létünket.

Gyömrő, 2025.03.18.

Bándi Dezső: Életem alkonyán

Hajdanán valamikor régen Budapesten éltem,
Majd egyszer később Tatabányára kerültem.
Sajnos sok volt a betegségem, így egy otthonba kerültem
Itt meg megkezdtem egy új életet.

Nehéz volt megszokni az itteni életet, meg a szokást,
De lassan, szépen hozzászoktam mindenhez.
Teltek-múltak az évek, még több lett a betegségem
Az itteni orvos és a nővérek kezelték ezt.

Egyre jobb lett minden, mert figyelnek ránk éjjel, nappal
Takarítók is vigyáztak, hogy rend legyen a szobákban.
Ha rossz volt valami, ott voltak a műszakiak,
Hogy ne legyen baj, ők mindent megoldottak.

Ne hagyjuk ki azt sem, hogy a foglalkoztatók is figyeltek ránk,
És a vezetők gondoskodtak közös programokról és ünnepi műsorról.
A pavilonvezetőnek külön dicséret jár, mert csoda, amit csinál.
Ezért a sok emberért felel és megold minden problémát

Tatabányai Járási Egyesített Szociális Intézmények
Szent Teréz Idősek Otthona (II. pavilon)

Baranyecz János: Öregedés

Rügyből pattanunk, mi szerelemből fakadt,
Vagy, mert anyánknak éppen más nem akadt.
Ki így, ki úgy kezdte, de egy a vége,
Egy útra léptünk, az öregedésre!
Anyatej szagú fátyol borult reánk,
Majd kenyérrel tömött mosolygó anyánk,
Aztán agyunkat kezdték tömni ésszel,
Néha bölcsességgel, néha ostoba penésszel.
Penésszel, mi a hazugság oltárán bőven terem.
S mi gonosz, nyomot hagy a védtelen gyermekben.
Felfelé vitt az út, s mi siettünk nagyon,
Felnőtté válni, egy közeli napon!
Mint ostoba, ki három kívánságból mindig ugyanazt kéri,
Hogy mit kívántunk, nem tudtuk ésszel felérni!
Gondtalan lebegésünk véget ért!
Most már fizetni kellett mindenért.
Hütlenségért fájdalommal,
Hazugságért bizalommal.
Gyermeinkért szenvedéssel,
Igazunkért hitszegéssel.
De vigasz volt a lurkó, ki kezünkben rúgkapált.....
Később szemtelenül kiabált.....majd életünkből kitalált...Párjára talált.
De addigra már, mint délben az óra, túljutottunk a csúcson,
Azt hittük könnyebb lesz a lefelé úton.
De göröngyök serege lepte el az aszfaltot,
Betegség, bánat, s a munka, feltartott.
Támasztotta egymást, kinek volt párja, ki maga maradt, azóta is bánja.
Ha egyedül túrod lábaddal az avart,
Nem érzed időben a közeledő vihart!
Nincs, ki fájdalmasan kiált, ha a fürdőben összeesve talál.
Nincs, ki orvosért szalad (inkább vonszolja magát), nincs bekopogó barát!
Gyermekek is gyermekét félti, nem tud neked mindig ráérni!
S ha túléled a bajt, mint erdő a tüzet, megérted mi az üzenet.
Egy porszem vagy a sivatagban, mit a szél felkapott,
Majd néhány évtized után eldobott.
Megjegyezted, mit utadon láttál? Tudod-e mikor, mit, miért csináltál?
Tudtad-e, hogy repülsz? Vagy azt hitted, puha pamlagon ülsz?
Tudtad-e, kit miért sodortak feléd? Tudod-e mi a sorsod, miért is élsz?
Tudod-e mi lesz, ha már nem leszel? Ha majd lélekre vetkezel.
Hagysz-e valamit magad után, mi nem maga a pillanat?
Hasznosnak, fontosnak érezted magad?
Tettél jót másokkal? Kerülted a bántást?
Ne magad válaszolj, kérdezz mást!
De vajon fontosak-e ezek, mint ízek a szakácsnak?
Vagy fejedet törni rajta, fölösleges bánat?
Ha majd eljön a pillanat, mikor újra repülsz, bár, senki se tudja hova,
Nem lesz több kérdés, se okos, se ostoba!

Baráthné Gyurik Margit: Esély!

Mosnak ránk, főznek ránk.
Szól a harangszó, elfoglaljuk helyünket az éhség parancsszó.
Pesten és Budán az ország több pontján
vannak otthonok, ez az Olajág.
Gyerekek, korosak, kicsit néha makacsok,
mozgás-hallás látássérült, ez egy jó csapat.
Jó csapat, jó világ, nővérek és szocósok,
gyógytornászok, sok mások, kutya, doki, műsorok, agytorna.
Meg esti is, mind egészségünket edzi.
Agytorna és levegő, tornázzál, hát 1-2.
Szociális Otthonok most mind-mind összefog.
Elmondjuk hát egyenként, versben, szóban, soronként.
Jó, hogy vannak emberek, kik befogadnak beteget.
Tolókocsist, siketet, hisznek bennünk eleget.
Munkájuk a gyógyítás, hisz testünk, lelkünk ápolják.
Zene, tánc és agytorna, az elmédet épen tartja.
Nézz a kapu felé csengetnek, talán épp a te szeretted.
Lányod, unokád kitartott hát tovább,
mert egyszer hazamész és marad minden szép emlék.
Nézed a Duna csatorna műsorát, egyszer csak felkiált.
Egyformák az otthonok, egyformák, mint mi mindannyian.
Hit, remény, szeretet, jövőbe vágyó emberek,
mert a mozgássérült és a vak, mind-mind élni akar,
táncolni, ültetni és látni mind-mind egész emberré válni.
Nem adjuk fel a reményt, mert mindig van egy esély.
Honnan jöttél Csepelről, Csömörről, a világ végéről.
Elég egy szó Olajág és máris közös a témánk.
Befejezem soraim, kösz, hogy meghallgattál eddig is,
mert megyek aludni üdv. neked,
ki olvasod milyen az otthonod?
Ha az új lakó majd bekopog a kezét foghatod.
Együtt járhattok közös utakon az lesz rá kiírva: Boldog Otthonok.
Játékkal búcsúztattuk a telet, de most már itt a kikelet.
Új kihívás vár ránk, hátha a nyúl erre sétál.
Piros tojás nyuszi fül, az Olajág újra megszépül.
Dolgoznak a szocósok, szépülnek az otthonok.
Ajánlom figyelmetekbe már a Duna Tv műsorát – ott láthatjátok az esély műsorát.
El lehet lesni egy-két technikát, hogyan fűznek, alkotnak. Szorgos kezek dolgoznak.

Baráthné Gyurik Margit
Olajág Otthonok Mátyás tér

Bartos Ferencné: Idősoththonban

Kilencvennégy éves vagyok
a váci Kenéz doktorról elnevezett
idős otthonban élek a Rádi úton.
Nagyon jól érzem itt magam,
minden lakóval sokat beszélgetek,
szeretetben tiszteletben élni csak így lehet.
Rendet rakok az otthonamban,
mert tisztaság és rend a lelke mindennek.
Reggel hat órakor felkelek,
magam körül rendet teszek,
az ágyamat szépen megágyazom,
az otthoni szokásomat el nem hagyom.
Mosdás után felöltözöm,
reggelihez készülődöm.
Asztalhoz tiszta ruhába ülök le
és reggelimet elfogyasztom.
Idős fejem már, azt mondja
egy kicsit pihenni kell.
Fél tízkor tornára megyünk,
aranyos Ildikó, jó tornákra tanított,
szinte játékosan, csináljuk,
úgy érezzük, hogy az egész jól csináljuk,
mert nem fáradunk el.
Aztán a kertbe egy kicsit sétát teszek
minden virággal kicsit elbeszélgetek.
Visszamegyek a szobába észre se vettem
hogy eljött az ebéd órája.
Kezünket mossuk és asztalhoz ülünk.
Az ebédet szépen elfogyasztom,
bőséges ebéd után készülődünk a húsvétra
feldíszítjük az előteret.
Vendégeinktől mindig dicséretet kapunk.
Várjuk a húsvétot és a locsolókat.

Becze Gézáné: Szeressük jól gyermekeinket
(40 évig tanító néni)

A szülői (anyai-apai) szeretet a gyermek felé irányul, már az ő várásuk alatt is. Kedves beszélgetés – öröm, mind-mind az újszülöttről szól.

A későbbi időben az anya eteti, táplálja tejével gyermekét. Ez is arra utal, hogy ő igazán tudja szeretni gyermekét.

Növekedése folyamatában a kisgyermek önállóságra nevelkedik. Az egy – majd 5. életkorban sok új ismeretet szerez, amiben a szülő segíti őt.

A felnőtt korba lépve, csak egy kis szülői odafigyelésre van szüksége a szülőknek.

Igazán jól szeretni csakis akkor tudjuk ha végigkísértük gyermekünk fejlődését.

A saját példámat említve, felnőtt két fiam dolgozik. Így kérésüket megértve, elhelyezést kaptam az idősek otthonában. Ez is azt mutatja, jól gondolkodva szeretjük gyermekeinket.

Aztán van a másik 'példa', hogy a szülők nem veszik figyelembe gyermekük felnőtté válását. Ez esetben történhetnek meg bajok, amikor a gyermek nem bízik a szülőkben.

Elhallgat olyan dolgokat ami késői megoldáshoz vezet. Példának okáért, a tanulmányi eredmény rontása, vagy az iskola kerülése.

Féltő gondoskodás kell mai életünkben, mivel a drogfogyasztás világszerte elhatalmasodott. A gyermekek könnyen válhatnak fogyasztóvá, ha a családban nem történt meg a felvilágosítás egy alkalommal sem erről a fontos dologról.

A jó családokban előző este elkészítik közösen a másnapi tízórait. Más-más helyeken inkább pár forintot kapnak a gyermekek! – Vegyél magadnak valamit! 'No, mi legyen az? – így a gyermek. Ez alkalommal a tanuló nem is tudja eldönteni mit szeretne enni. Csokit-e vagy kakaóscsigát? Döntött és zsebre teszi a kapott összeget. Összegyűjti egy számára még rég várt tanszkozre. Szép dolog, amit határozott, de éhes maradt. Nehéz a döntés ilyen helyzetben egy fiúnak. Megdicsérik a szülei és másnapra ő is tízóráival érkezik az iskolába. Szerintem ez nem egészen a megoldás, de itt egyszer csak jót is tett egy tanuló. Így segített szüleinek hogy a tanszkozot ő egyedül vásárolta meg.

Világunkban a szeretet nagyon fontos érzés, úgy szülők, mint gyermekeink számára. Csak szeretetben, megértésben lehet jó munkát végezni a gyárban és az iskolában is. Ezért kívánom, hogy békében élhessünk.

Az édesanyák, ha biztonságban élhetnek, akkor vállalhatják gyermekeiket.

Tisztelet azon anyának, akik szívesen vállal kettő, illetve három gyermeket. Tegyük tehát azt, hogy jól szeretjük gyermekünket.

Tata, 2025. április 5.

Farkas Miklósné: Az otthonban élek
(volt mentálhigiénés munkatársunk)

Ha jó az ebéd, jó a kedvem,
A sorsommal megelégszem
Beszélgetek, barátkozok,
Senkivel sem vitatkozok

A ha mennybe majd bejutok,
Szent Péternek beszámolok,
Elmondom, hogy az otthonban
Nem csak öröm, bánat is van

Ha épp úgy hozza az én kedvem

Kapálgatok a kis kertben,
A virágok illat árja
Az én szívem is átjárja

Kérem majd a segítségét
Áldja meg az otthon népét
Áldja meg az ott lakókat
Felejtessék a bajukat

Békén telnek így napjaim,
Pedig nekem nincs már senkim
Ha napjaim leperegnek,
Ajánlom lelkem Istennek

Békés, boldog szép öregség,
Nem is kell más
Ez lenne szép

Szöllősi Zsigmondné: Más világban élek

Szeretnék még egyszer haza menni
Az ott töltött 92 évem felidézni
A napfelkeltét mely a lombok között áttöri a fényt
Arany sugarával megvilágítva a természet ébredését

Szeretném: hallani a fenyőfa susogását
Érezni a hárs illatát, látni a házat kertet a virágokat
Rózsza gyöngyvirág liliom szarkaláb és ibolya
És a muskátli piros virágával udvarom királya

Orgonafa apró szirmú fürtös virága
Május csodája betölti szobámat illata
Az est csendjében egy eltévedt madár keresi helyét
A csillagos ég alatt éreztem, hogy virágaimból illatfelhőt hoz a szél

Két éve más világban élek, Tatán a Fényes fasorban
Fák virágok között az idősök otthonában
Több mint száz idős beteg társaságába
Ahány ember annyi jellem és életpálya

Más gondolkodás és kívánság a mozgáskorlátozottaknak
Rolátor kerekesszék séta és torna
Az ágyhoz kötöttek szeretnek mesét hallgatni
Gyermekkorukat felidézni elmesélni

Fennjárók a kert tündérei gondozói
Kulturális műsorokon részt venni: versmondás ének
Kirándulás a tópartra sült kolbász és rántott hal elbódít
Az ártábla elszomorít, ááá jó lesz nekünk a tejbegríz

Kertben az igazgató úr szakácsnak öltözve süti a palacsintát
Megtölti lekvárral, túróval, gyöngyöző homlokát összeráncolja
Vajon meg van a száz? Viszik a palacsintát betegnek fennjárónak
Isten áldja meg igazgató urat

A hitélet szabad, meglétét két lelkész vigyázza
Minden reggel közös ima, ezzel fejeződik be a torna
Imaterem, könyvtár egész nap nyitva
Van mise és áldozás, Istentisztelet és Úrvacsora

Fontos az az egészségügy és ápolás orvos, főnővérek
És ápoló nővérek összefogása higiénia biztosítása
A nővéri munka nehéz türelem és jó szó simogatás
A betegnek erőt ad elviselni az élet súlyát

A reggeli nap sugara megvilágítja szobám
Az üveglakon át szórja rám sugarát
Az emlék visszatér és bennem újra él
Életem 94 évétől az elmúlásig a Fényes fasori otthonban élek én

Ezüst hold

Írta: Az idősektől ihletet kapva, Pályázaton kívül, az intézményvezető

Ágyak ketrecében csupasz csiga idő perceg,
Vágyak keretében szű rágja a dőre percet,
Csak koponyámban cikázik egy villanó emlék,
Gellert kapva illan el a méz ízű nemrég

Fájdalmat és irgalmat szül a surranó pillanat,
Kedves nővér mosolyában jön el a pirkadat,
Melyet sötét muszáj üzött el otthonról,
Kitépve erőmet lankadó karomból

Most itt vagyok hon,
Egy ágy a birtokom,
Melynek én adok tartást,
S általam nyer áldást

Társaktól ölelve innen bontok szárnyat,
Magam mögött hagyva minden léha árnyat,
Bölcs mosollyal, avítt göncként rázva le a kort,
Üdvösségem garasául látva már a kórt

Bertényi Mártonné: Az öregség

Te jó ég kilencven év, nem semmi
Ezen én még nem is gondolkoztam,
Ennyit időt megélni nem semmiség,
Már két éve, hogy az öregek otthonában vagyok
Az évek csak múltak, és múlnak?
Míg nem az öregotthonba jutottam.
Avagy jutottunk a férjemmel együtt.
Itt nekünk jó, szeretettel fogadnak
A nővérek, rólunk gondoskodnak
Nem hagyják, hogy szomorkodjunk.
Az öregekkel foglalkoznak, kiszolgálják
Festünk, színezünk, „csiszoljuk” az agyunkat
Vetélkedünk, éneklünk!
A nővérek nem hagyják, hogy elbutuljunk
Ezért mi a nővéreket tiszteljük és becsüljük
Ha jön a jó idő sétákat is teszünk,
A szeretetet kívánjuk és meg is kapjuk!
De mi úgyszintén szeretetet adunk!
Gondoljanak erre a kis versikére mikor, mi már nem leszünk.

2025.03.04

Bikki Imréné: Tükörképek

Az ablak előtt állok, és figyelem a várost. Az eső apró cseppekben veri az üveget, elmosva a kinti világ kontúrjait. Az emberek kabátjukba burkolódzva sietnek valahová, mintha az életük attól függene, hogy időben odaérnek-e. Talán igazuk van.

Ahogy én látom, minden ember egy külön történet. Az idős hölgy a túloldalon, aki lassan lépked a zebrán, valószínűleg egy életen át hordozott emlékeket cipel magával. A férfi, aki türelmetlenül dobol az ujjával a buszmegálló korlátján, talán épp egy nehéz döntés előtt áll. A gyerekek, akik tócsába ugranak és nevetnek, még nem tudják, milyen gyorsan múlik az idő.

A világ tele van tükörökkel. Nem a falra akasztottakkal, hanem azokkal, amelyeket mások szemében láthatunk. Egy elkapott pillantás, egy mosoly vagy épp egy lesütött tekintet mind mesél valamit arról, aki viseli.

Talán ezért szeretek figyelni. Mert ha elég sokáig nézem a világot, néha magamat is felismerem benne.

Bikki Imréné (Tiszalúci idősek nappali ellátása)

Bölönyi Benedek: Egy ember hét élete

A zene világában születtem,
már négy évesen erdőjáró lettem.
Nagyapámtól minden szépet és jót tanultam,
igazi forrás vizet és a király árkat megmásztam.

Keserű gomba ízletesen elkészítve,
erdei gyümölcs, teának való, vadsonka.
Piacra jártam és a zsebpénzemmél
mindent elértem, amit tervbe vettem.

Húsvét, locsolkodás, az úri szabó
csodás öltöny készpénzzel zsebből fizet.
Volt nekünk két házinyulunk és a répát
a kezünkől ette és a „labdajátékot szerette”.

Amikor már óvodáskorú lettem, három lánnyal jártam,
fára másztam és nekik a cukrászdában fagyit kínáltam.
a Páncél ikrekkel és az ügyvédnő lányával
képviselő fánkot ettünk kiskanállal.

Három csodás év, ott mindent megtanultunk,
terítőt horgoltunk, én orosz goblent, képeket.
Vízfesték készletemnek szivárvány színeit
az égről loptam, de az óvónéni, ki mindenkinek anyja.

Nyolc év elemi, már akkor két anyanyelvű voltam,
a magyart és a románt de a latint szinkron tolmácsoltam.
Templomi orgonán játszottam és amikor onnan
lejöttem igazi sikert, szép virágot lelkembe ültettem.

Elrepült ez a nyolc év, de akkor már, mivel a nyelveket szerettem
szinkron szinten beszéltem a franciát és az angolt, olaszt, spanyolt és portugált.
Amikor az egyetemen, Kolozsváron a híres grófok palotáinál
az akácos utat énekeltam és a „Szép város Kolozsvárt”.

Három énekkarban is énekeltam, a természetet, a madarak énekét
lejegyzeteltem és négy kollégámnak köszönhettem az élő koncertem.
Fuvola, oboa, klarinét, hárfa, de a szövegét a három fitológus lány énekelte,
egyedi lettem mert a Gelu Furdui volt a karmesterem, igazi „testvérem”.

Volt egy igaz jó barátom, aki Szatmárról származott,
csak egy nagy baja volt, hiába lakodalmakban is játszott.
A szerelme minden pénzét csontra elszedte, jól kinevette,
szegény barátomat sajnos egy cseppet sem szerette.

Amikor már utolsó éves lettem, szegény ártatlan lelkem,
a hazugságot és a képmutatást nem ismertem és így
egy nagybányai nőbe fülig beleszerettem, utána mentem

a gimnázium egy igazi őserdő közepén és szelíd fényes égből.

Elrepült ez a hatvannyolc év és amikor 2023. január másodikán elvesztettem a testem jobb oldalát és kerekézve körbe karikán egy igazi természeti csodába, mamutfenyők aljába, lelkem virága a Bilics Violetta, a Bella Elvira, a Gyöngyi az énekkar csodája.

A Bogáti otthonban, séta a mennyországban, lakója lettem a kiskastélyban megtaláltam a szívem nagy szerelmét, életem értelmét, fényét. Kéz a kézben az igazi révést felidézem, komppal, hajóval, a Kállay Marikával harmatban mosakodva, fényben napozva.

Breithofer Alfréd: Kék Bolygó

Csodálatos világunk a föld, itt élünk ezen a kivételes planétán. Nem értékeljük eléggé, nem becsüljük, nem óvjuk, hogy gyermekinknek fenn maradjon. Megöli a pénz ezt a szép világot, melyhez nincs hasonlatos a naprendszerünkben. Vajon mikor jut el az emberiség ahhoz az időponthoz, amikor az évtized szemetét kitakarítja, amit sokkal nehezebb lesz, mint a szemétfelhalmozás, de egyszer csak el kellene kezdeni. Nem lesz olyan egyszerű, mint egy lakást kitakarítani, talán új technológiákat is kell kitalálni, mert jelenlegi tudásunk csak a szeméthalmazához volt elég. Elég kreatív az ember a jóra is, nem csak a rosszra.

Vannak kiváló tudósaink, biztosra vesszük, hogy megoldják, mint ahogy már annyi szép dolgot alkottak. Nagyon bízom az emberi leleményességben, szerintem meg fogják oldani, mint már annyi mindent.

Az emberi fejlődés csúcsa a csillagos ég! Csak nem öli meg magát az emberiség, nem annyira számár. A gazdagok sem ülhetnek a pénzhegyekben a végtelenségig. Az ő leszármazottaik is elpusztulnak a bolygóval együtt.

Remélem, ezt ők is tudják, hátha én is tudom szerény tudásommal, akkor talán ők még inkább. Tehát a remény megvan, hogy a tudás felülkerekedik. Kioltja a kapzsiságot, és minden egy csapásra megváltozik.

Fákat kell ültetni, új erdőket, amik termelik az oxigént, javítják a levegőt, a légkört.

Nem értékeljük, amit kaptunk. Ez egy teremtet világ, a Darwin féle spekuláció félreértés volt. Apokalipszis nem lehetséges. Ingyen kaptuk, talán azért nem becsüljük meg. Most már ennek ellenére rá kell jönnünk, ha így folytatjuk, elpusztítjuk önmagunkat.

Vannak ilyen vélemények, hogy ez már a hetedik emberiség, hat elpusztította önmagát. Mindent előlről kellett kezdeni a kőkorszaktól.

Reméljük, hogy mi, a hetedik nemzedék emberisége nem így jár.

Emiatt a papír miatt amire írok, talán ezért is kivágtak egy élő fát.

Mi magyarok már megkezdjük a fásítási programot. Kezd divatba jönni, hogy az újszülöttnak ültetnek egy fát. Nagyon helyes kezdeményezés. Nagyon tetszik!

Államilag is sok fát ültetnek és ez felettébb jeles cselekedet.

Lassú az ügy, csak nehogy késő legyen. A tudósok úgy nyilatkoznak, hogy már késő. Már minden visszafordíthatatlan. Talán tévednek, hiszen már annyiszor tévedtek. Talán most is tévednek, és szebb jövő elé nézhet az a csodálatos kék bolygónk, a hön szeretett földünk. A remény hal meg utoljára és én reménykedem az utolsó leheletemig, hogy minden jóra fordul.

Minden egyes személynek valamit kell cselekedni. Ha felszed egy szemetet, már tett valamit a föld

tisztaságáért.

Élni akarunk és élni fogunk! Éljen az emberi jog, éljen az emberiség!

2025. 04.03.

Bruszt Ferencné: Én Csodaországban

Egy családi tragédia után, saját akaratomból kerültem a Kazinczy Idősek Otthonába.
Még kótyagos fejjel, tele szomorúsággal és szorongással kóvályogtam az Otthon falai között.
Éreztem a rám vetülő tekinteteket, és úgy gondoltam útvesztőben vagyok. Egy-két hét után észrevettem, hogy ezek az emberek, hasonló batyukat hurcolnak, mint én.
Már láttam a szeretetétiséget, a vágyakozást, a simogatást váró társaim arcán. És tudom, a szeretet nem kerül pénzbe, csak szív kell hozzá és beleérzés, így hát adtam mit tudtam.
És most három hónap elmúltával, szinte boldog ember vagyok.
A főnöknő szigorú, de a szemében ott van a törődés és a megértés.
Minden nővér és gondozó olyan, hogy számítani lehet rájuk, mint egy család.
Ha az ember rosszkodik, mert azt is tudunk, de közben a kezük simogat.
Szó-szó, négy hónap, és én aki azt hittem élni sem tudok, megtanultam nevetni, szeretni a sorstársaimat, és rájöttem, hogy értük és persze miattam is érdemes élni.
Hálás köszönet mindenkinek, aki az én 82 évembe még tudott mosolyt és örömet hozni.
Boldogan kelek és fekszem, mert érzem, hogy vigyáznak rám. Melegen tudom ajánlani saját tapasztalatból, hogyha biztonságra, szeretetre vágnak.
Ne féljenek az „Otthontól”, mert van akinek jobb, mint a saját családja.

Czibak Etelka: Fohász az öregekért

Én édes Istenem! Kérlek hallgass meg engem!

Amit kérni szeretnék nem magamnak kérem.

Tudod sok az idős, elhagyott ember,

Ki ezért- vagy azért a családban

Már nem kell. Ha már ereje nincsen,

Te adj nekik erőt, Én Uram, Istenem szánd

meg a szenvedőt. Az emberi szívekből ki-

halt a szeretet. Ember- az emberben

Lát csak ellenséget. Tégy róla Istenem,

Hogy ez ne így legyen! Aki tud az a másik

Emberen segítsen. Az idős, beteg ember már

Nem akar kelleni. Ha hozzád fohászkodik

Nyújtsál vigaszt neki. Ha hozzád fordul,

Áldd meg kegyelmeddel, mosolyoddal.

Gondját-baját takard el, temesd el.

És ha eljő az ő utolsó órája, legyen

Helyük melletted, fenn a Mennyországba.

Csaba Józsefné: Fényképalbum

Felsejlik a múlt ködéből
egy régi kép – egy élet.
Talán én éltem valaha
e sötétből felbukkanó
halványuló képet.

Talán nem is tudtam soha,
hogyan élek – élet.
Gyorsan fogyó napok sora
és a múltnak fakó pora
Átfestik a képet.

Sztehlo Gábor Evangélikus Szeretetszolgálat
1029 Budapest, Bátor László u. 8.

Csapó Zoltán: Egy szociális otthonlakó születésnapjára

Nyolcvannégy évem peremén
köszöntés ez? vagy költemény?

Fele-
fele.

Ha végignézz az életén,
tűnt ifjúsága hűlt helyén
köd ül,
s merül.

Már ránc fut végig homlokán –
- talán hetvennek se mondanám.

Öreg
üveg,

ami reped, de nem törik
s talán élél még évekig
ihaj,
csuhaj!

Elmegy innen néha Pátyról
közelre vagy messze távol
s eláll-
dogál.

De nem költözik már, itt marad
nem pakol ócska holmikat
ide-
oda.

Még jó a kedve ha nevet,
nem tervez újabb terveket.

Kinek?

S minek?

Lassan jár, nem fut, nem rohan
de bottal billeg boldogan
s elél-
degél.

Nem töpreng, mi lesz majd odaát,
itt hatvan közt van hat-hét barát
körül-
belül.

Ha ébren tölt egy éjszakát
és könyvről könyvre gázol át,
felül,
s örül.

Így látom magamat e házban
csendes békében, enyhe lázban
- és nem létező kalapom
mege-
melem.

Köszönöm Istennek is - ha van –
minden napot ami hátravan,
Csapó
apó.

Cservenkay Mariann: A szó csöndje az otthonban

A csukott ajkak éle összeér,
Beszélni akarna, de már fél.
Elhagyott szavak összevisszasága,
mely már mondatra nem kél.
Megtörik a csendet a fájó hangfoszlányok,
ez nem béke, hanem a szenvedés csendje,
s e csöndbe léptem én be.
Kicsit hangosan mit sem tudván,
mi lakozik ott!
Mikor rádöbrentem a szótlanság okára,
bizonyoságot kaptam arról,
hogy nem kell beszélni, mert szólt a szív,
mely mindennél többet ért, mint a sok szó.
Összeért a szívünk, eggyé vált a szeretet ölelésében,
s kérem a jó Istent, tartson sokáig, ne egy röpke pillanatig,
mert szeretni jó, de szeretve lenni még jobb!

Cservenkay Mariann
Olajág Otthonok Törökbálint

Déri Imréné: A szeretet-otthon

Otthonunkban napjainkban
arról szól a fáma,
hogy két művészlélek
lakozik e házban.

Az egyik egy remek festő,
a virágok festője;
hogyha kiül kiskertünkbe
egy rózsabokor elébe,
úgy festi le, majd megszólal,
mintha élő lenne!

A másik meg imádságit
verses rímbe szedi,
a lelke is beleremeg
s hitét úgy érinti.

Mindkét művész munkájában
a szépre hajazik,
Teremtett szép világunkban
Isten műve, szeretete látszik.

Isten maga a szeretet,
amely csak szép lehet,
amely minden embert
szépre-jóra indít.

Katolikus Szeretetszolgálat
XXIII. János Otthon, Okos Gizella Ház

Docenske: Mesenovella... A hol nem volt Királynőről

Előszó

Sajnos nem ismerem a kortárs irodalmat, és azt sem tudom, hogy az irodalmi repertoireban létezik-e mesenovella. Én ennek hívnám az enyémet. Azt se baj, ha tudják, hogy DOCENSKE Királynő nemrég töltötte be a kilencvenharmadik évét. Meglehet, hogy az eredményt sem itt tudja meg, hanem ott, ahol "körben az angyalok ülnek". De térjünk vissza a mi hol nem volt Királynőnkre.

...ezt úgy értem, hogy ha egy gyönyörű hölgy fején korona van, akkor a vak is látja, hogy ő egy királynő. De mi van akkor, ha nincs rajta...?

Ennek a Királynőnek, akiről mesélek, az volt a szokása, hogy amikor Királyi Kedveséhez (továbbiakban K.K.) ment, mindig belegyömöszölte a koronáját a szatyrába, és ott - Nála - sose hordta. Boldogan ölelt, csókolt, főzött, mosott, takarított, (ahogy ez egy jól nevelt Királynőhöz illik), és igazi OTTHON-ná varázsolta Kedvese palotáját. A Királynak ez nagyon jól esett, és egyre jobban megszerette Kedvesét, bár néha el is feledkezett róla, hogy Ő egy Királynő. Ez még nem lett volna olyan nagy baj, csak a Királynő egy idő után kezdte úgy érezni, hogy valami nem egészen OK!: vagy a Kedvesével volt és nem hordott koronát, vagy pedig, ha rajta volt, és alattvalói hódoltak neki, akkor meg a Kedvesét nem látta sehol.

Történt pedig, hogy egy este nem lett kész időben a vacsora, és ezt K.K. szóvá tette. (Persze, koronával a fején, mert ő otthon is hordta.) Szóval, ekkor volt az, hogy a Királynő kellemetlen nedvességet érzett a bokája táján. Lenéz, hát látja ám, hogy a tele van hócipője.

- A q... életbe! - kiáltott fel utánozhatatlan gráciával, felkapta szatyrát és elrohant.

Futott, futott, három nap, három éjjel, míg egyszer csak megtorpant, és a homlokára csapott.

(Mindig is így, futás közben szokott megvilágosodni.) Leült az árok szélére, lerúgta a hócipőjét, és közölte magával (mert hogy fejedelmi többszben ez nem jelent problémát...):

(Továbbiakban Királynő I: K.I. és Királynő II.: K.II.)

K.II. - Felséges Királynő, ti komplett hülyék vagytok!

K.I. - Már miért volnánk azok?

K.II. - Mondjátok meg nekünk őszintén, kérte-e valaha is K.K.-tok, hogy nála ne hordjatok koronát?

K.I. - Egy frászt! - mondta K.I. finoman és nőiesen - , az a mi kiscserkész-akciónk volt.

K.II. - És egyáltalán, megkértétek-e, hogy jöjjön el oda is, ahol titeket ünnepelnek (bárhogy is utálja a protokolt), legyen mellettetek, mert az titeket boldoggá tesz?!

K.I. - Nem igazán...

Ezután nagy csönd lett. A Királynő először kirázta hócipőjéből az utolsó csepp lötytyöt is, száraz zoknit húzott (mert mindig ilyen precíz volt), és szelíden azt mondta:

K.I. - Igazatok van, eljött volna, mert nagyon szeret minket, és biztosak lehettek, hogy ezentúl a dögunalmas fogadásokra is el fog jönni, ha megkérjük. De ettől függetlenül úgy döntöttünk - mondta elszántan -, hogy soha, sehol nem vesszük le koronánkat felséges fejünkről, még mosogatás közben sem.

K.II. - Soha?!

K.I. - Hát, izé..., csak ha Kedvesünk olyan hevesen ölelne és csókolna, hogy leesik a fejünkről és elgurul...

Nem fejezte be a mondatot, felállt, fejébe csapta tündöklő koronáját, és elindult visszafelé, arcán azzal az édes, ígésző mosollyal, amely miatt Hetedhétország minden királya, grófja, satöbbi, és kocsislegénye őt tartotta a világ legszebb

KIRÁLYNŐJÉNEK...

Docenske

Sztehlo Gábor Evangélikus Szeretetszolgálat
1029 Budapest, Bátori László u. 8.

Docenske: Versrészletek a “Paranoidák” c. sorozatból (1,3,6)

Prológus

Nekem te voltál a Nap,
mióta megszülettél.
Fénylett világom
hangod sugárzó melegétől.
Hirtelen sötét lett.
Mint villámok súlytottak rám
trágár szavaid az égből.

Nem értettem,
Megdermedtem,
Zombi lettem.

Odüsszeia

Nyirkos homokon fekszem,
Vacogó sajtó testem
nem emlékszik, csak a
Gyűlölet viharra.
Sem arra,
Hogy a hajóból kidobtak,
Vagy kiestem?
‘S egy irgalmas hullám
Vetett partra.

Félek.
Makacsul mantrálja fülemben
a Lélek:
Ha megtalálnak is, már nem lesz benned
Élet.

Epilógus

Végig féltem,
Éltem.
Végig éltem
Tétlen.
Mint rugdostak
Lépen.
Tétlen éltem,
Féltem.
Épen maradt
Lépen
Élesítem
Késem.

Dózsáné Csőke Mária: Egy másik élet

2024.01.23-án rámszakadt az ég. Napközben az álmkonyhám előkészítésén dolgoztunk a férjemmel nagy örömmel. Éjszakára özvegy voltam. Lefagytam, vége lett a világnak, kilátás semmi. Miután a kötelező dolgokon (temetés stb) túlestem és szembesültem azzal, hogy sem a házat fenntartani nem tudom, megbízhatóan saját magam ellátni sem (stroke, gerincsérv stb) eldöntöttem az elképzelhetetlent, idős otthonba jelentkezem. Végig jártuk a fiammal (aki külföldön él) a szóba jöhető otthonokat és nagy-nagy szerencsémre eljutottam Mezőkeresztesre a Gondos Kezek Idős Otthonba, ahol az első benyomásom az volt, itt tudnék élni. A környezet, a légkör olyan szinten érintett meg, hogy semmi kétségem nem volt. Bekerültem pár hétig figyeltem, ismerkedtem és még az a csoda is megtörtént, hogy megtaláltam a lelki társamat, egy nagyon kedves intelligens nő személyében.

Hamar kiderült a sok hasonlóság, egymást vigasztaltuk, gyógyítottunk. Próbáltam minden napot jó kedvvel indítani, szaporodott a kis csoport, s most olyan mintha gyerekkorunk óta ismernénk egymást. Ez nagyon sokat számít, olyan sokat, hogy nem is szeretünk kimenni. Itt a biztonság, itt zajlik minden, és sokkal több minden, mint azt a "kintiek" elképzelnek. Megtanultuk az elfogadást, az empátiát, a valódi vigasztalást.

Kicsi ünnepeket tartunk.

- születésnap
- névnap
- csomagot kaptunk (ez ok az összeülésre, a sok nevetésre)
- sajnos veszteségeink is vannak, összeülünk, visszagondolunk rá, imádkozunk egy szál égő gyertya mellett.

Mielőtt valaki azt gondolná, hogy itt fenékgig tejfel, az nem jól gondolja, de az biztos, ha valaki reálisan végig gondolja és nyitott és jó szívvel áll a lehetőséghez, akkor rá kell jönni, hogy bizony jó helyen vagyunk.

Amit nagyon sajnálok az-az, hogy mi három generáció tapasztalatát visszük magunkkal, ami már nem lesz pótolható.mi tudjuk, hogy lájkolni, bekövetni mit jelent,, de ha egy olyan fiatalnak mondjuk, hogy a leves alá kellene egy vékony rántás, lehet azt hiszi, hogy virágnyelven a családját szídjuk. Tisztelet a kivételnek.

Szűkösen ez az én másik életem, amivel egyáltalán nem vagyok elégedetlen.

Dr. Buda Istvánné: Az áldó kéz

Az ember sosem tudja, hogy a múltjából mi bukkan fel következményként jó vagy rossz. Nekem 50 év után mutatta meg a jó Isten munkám gyümölcsét.

Gyógytornász vagyok és 83 éves. Mondhatom, hogy vagyok, mert bár Parkinsonnal élek, a mozgásom is nehezített, és a szívem sem túl erős, de mégis gyakorolhatom még a hivatásom és segíthetek lakótársaimnak, sőt még a részlegvezető és a mozgásterapeuta is konzultál velem egy-egy bonyolultabb eset kapcsán. Ezt sem gondoltam volna korábban, amikor nagyon súlyos állapotban, kórházból érkeztem 3 évvel ezelőtt az otthonba.

Az áldó kéz és annak tulajdonosa néhány héttel ezelőtt jött el az intézménybe látogatóba. Az intézmény fenntartójának magas rangú egyházi képviselője.

Éppen egy ellátott társammal beszélgettem a közösségi térben, előtte csoportban tartottam tornát, mi még ott maradtunk beszélgetni, hogy mit is tehetne a fájós vállával. Ekkor jöttek a vendégek. Bemutattak bennünket is. A bemutatkozást követően Püspök úr mosolyogva emelte fel a bal kezét, hogy nekem köszönheti, hogy tud áldást osztani. Elmesélte, hogy volt egy gyermekkori kézműtétje, de csak nem akart megmozdulni az ujjja. Így a szülei hozzám hozták el és gyógytorna során helyreállt az ujjak mozgása.

Már nem is emlékeztem erre a momentumra. De a váratlan találkozás felidézte számomra is az emléket. Nekem ő volt az első gyermek-páciensem. Én akkor nemrégén kerültem az alföldi kisvárosba, férjhez mentem oda. A férjem orvos volt, az akkori kisgyerek édesapja is, innen volt az ismeretség. 50 évvel ezelőtt...

Ki tudja hány ember köszönheti az áldást az életében annak a kéznek. Vajon hogy alakult volna a kis fiatal élet, ha a keze nem gyógyul meg teljesen? Ezekre senki nem tud választ adni. De az biztos, hogy ez a kéz 50 év után nekem is áldássá vált. Az ember olyan kicsi pontnak gondolja magát, az élet hétköznapi dolgok sorozata. Aztán egyszer csak összekapcsolódik a múlt egy momentuma a jelennel és ez önmagában áldássá válik. Két ember, egykori felnőtt, egykori gyerek, egy aktív vezető és egy idős asszony az akkori helyszíntől több száz km távolságban.

Sztehlo Gábor Evangélikus Szeretetszolgálat
1029 Budapest, Bátori László u. 8.

dr. Györffy Gyula: Új otthonom története

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy ismerős társaság, akik úgy gondolták, hogy a meglévő lehetőségeiket felhasználva létrehozzanak egy olyan beruházást, melyre van igény a városban, nem túl bonyolult, viszonylag gyorsan kivitelezhető és megtérülése kevés időt vesz igényben. Úgy állapodtak meg, bár van a városban kisebb önkormányzati fenntartású idősek otthona-, de szükség van egy korszerű és megfelelő méretű és fenntarthatóságú létesítményre.

Az épület a város szélén épült a lakóövezet és a főút között. Jó közlekedési lehetőség adja a megfelelő megközelítését, viszonylag csendes kellemes környezeti előnyökkel. Kellő fás, dombos, jó levegőjű környezet, melyet a sok növény, fák, gyep virágok teszik hangulatossá az itt lakók közérzetét. Egy nagyjából U alakú 4 emeletes épület adja a lakók életterét. Az épület belső tereinek kialakítását az idős beteg emberek igényeinek megfelelően, nagy gonddal építették fel. Az épületben a lépcsőn kívül 2 lift szolgálja a nehezen járók közlekedését.

A nyugdíjba vonulásomkor elhatároztam, hogy amint az öregedés olyan fokot ér el, átváltok idősothtoni életre. Ez az idő számomra 14 évvel ezelőtt jött el. Szerencsémre egy TV hirdetés kapcsán értesültem ennek az intézménynek a létezéséről, így felkerestem. Minden tekintetben beváltotta az elképzeléseimet és beköltöztem.

Költözésemkor nagyon kedvesen fogadtak, még bútorokat is kölcsönöztek. Az első pár napi tájékozódás után kedvező kép alakult ki a működés tekintetében. A sok színes foglalkozás mellett igény merült fel egy komolyzenei műsoros program megvalósítására. Ezt elfogadták és nyomban megbíztak a létrehozásával. Jó kis feladat volt, ugyanis ehhez szinte semmiféle eszköz, sem berendezés nem állt rendelkezésre. Előbb sikerült egy jó minőségű cseh lemezjátszót keríteni és lemezek is adódtak. Lassan beindult a heti 1 zenés, 1órás előadás a könyvtárban. Az idők folyamán cd lejátszós rádió is előkerült persze lemezekkel, később vetítési lehetőséget is teremtettünk, majd végül az internet és a hozzá tartozó műszaki alkalmasságok is üzembe álltak. Így vált a komoly zenei program rendszeresen heti 1 alkalommal 1 órában az életünk részévé. Magam válogattam a zenéket, kellő változatossággal és minden szám előtt rövid felvezetéssel. Ez a rendszer a mai napig is működik, csak hét év után átadtam a stafétát szintén zenekedvelő lakótársaimnak.

A másik súlypontos terület a lakók számára a szórakozási, kellemes időtöltési program összeállítása. Ezt a mentálhigiénés csapat végzi részben saját maguk által szerkesztette előadások, foglalkozások, játékok tartásával. A részletes program minden héten kifüggesztésre kerül, amiből a lakók értesülhetnek az őket érdeklő programokról. A programok egy része hétről hétre visszatérő foglalkozás, előadás, kézműves tevékenység, bingo, német nyelvgyakorlás, sütés-főzés, kvízzjátékok, memóriatréning, meseterápia, relaxáció stb. A lakók gyakran öntevékenyen csinálnak maguknak foglalkozásokat, pl. kártyázás, sakkozás, művirágkészítés, utazási és építészeti előadásokat stb. Jómagam is részt veszek programok, előadások kitalálásában és lebonyolításában. Mentálhigiénés segítséggel előadásokat tartok nagy társalgói szinten: történelmi tévhitekről, borvidékekről és utazásokról. Ezen programok színesek és mindenki számára érthetőek, befogadhatóak. A mentális csapat igyekszik felderíteni azokat a lakókat, akik szívesen vállalnak előadásokat különböző témákban a saját élményeikből és ezekhez tárgyi és személyi segítséget is nyújtanak. Olykor külső előadók is érkeznek pl. a Fesztivál Zenekar 4 tagja, akik rendszeresen a jelentős ünnepeket megelőzve jelentkeznek és adnak 1 órás komolyzenei koncertet. Fellépett nálunk többek között St.Martin, Kállay Bori, az Apostol együttes, de járt már nálunk Ihos József Kató néni is. A lakók nagy várakozással vannak a negyedévente megjelenő Életöröm magazinra, amelyet a lakók és dolgozók közös munkái, az otthon mindennapjai, élménybeszámolói gazdagítanak.

Jelentős könyvvállománnyal rendelkezem, - kb. 1500 kötet – közte számos ismeretterjesztő művel, melyeket bárkinek szívesen kölcsön adok. A folyosókon minden szinten találunk könyvespolcokat, ahonnan bárki haza viheti elolvasásra a könyveket. Magam is jelentkezem időnként utazási beszámolókkal, illetve azok érdekesebb részleteivel, diafilmekkel és filmekkel. Jártam több, mint 50 országban és sok érdekes szépet láttam.

A lakók számára szervezett kirándulások körét magam is javasoltam bővíteni, ugyanis megyénkben számos érdekes építmény, természeti szépség található. Némileg nehezíti az ilyen kirándulások szervezését, hogy buszt kell bérelni, megállóhelyeket találni, enni és innivalót vásárolni és az idős emberek számára nélkülözhetetlen toalettnél megállni. Számos ilyen hely van, amit érdemes lenne felkeresni.

Nagyon fontos összetevője az ellátásnak az étkezés. Ezt menüválasztásos rendszerben A és B menüválasztási lehetőséggel választhatják ki a lakók, illetve betartva a speciális igényű étkezést. Kezdetben a fekvőbetegek étlapkitöltését segítetttem, majd később az adminisztratív munkában is részt vettem. Ez papír alapon kerül feldolgozásra, amelyben nekem is nagy szerepem volt. Szívesen segítetttem az adminisztratív munkák elvégzését. A konyha igyekszik tartalmas, jóízű és tápláló ételt főzni a lakók számára is. A háromszori étkezés a nagy ebédlőben történik, felszolgálók segítségével. A betegek és az étkezéshez lejönni nem tudó lakóknak lehetőségük van a szobájukban elfogyasztani az ételt.

„Ahogy Én látom” a mindennapi élet ebben az Intézményben kitűnő, az ellátás révén az idős emberek minden szükségletét fedezi. Így Én is szívesen élek itt több mint 14 éve.

dr. Györffy Gyula

Dr. Juhász Bertalanné: ÚJRAKEZDÉS 80 ÉVEN TÚL

FÉLÉV DOBOZOK KÖZÖZÖTT ÉS INGÁZÁS

Meggondoltan, saját elhatározás alapján döntöttünk az Idősek Falva mellett, mégis amikor 2018 karácsonya előtt pár nappal aláírtuk a szerződést, megdöbbenünk, megzavarodtunk, hogy itt a cselekvés ideje karácsonykor és elég rövid határidővel.

A karácsonyi ünnepi hangulat elmaradt, hivatalos dolgot intézni az ünnepek miatt nem lehetett, de arra jó volt, hogy a fejünkben rendet tegyünk és fontossági sorrendet állítsunk fel.

Első feladatként a banküggyel, illetve a befizetendő összeggel, foglalkoztunk. Erre elment két hetünk, a lekötött összegeinket a felbontások miatt csak magas banki költségekkel tudtuk összeszedni. Fogyókúrának viszont jó volt, öt kilótól szabadultam meg. Sikerült megoldanunk a befizetendő összeget.

Három helyen zajlott az életünk. Budapest, Szolnok, Gyömrő között ingáztunk. Mindenütt dobozok, nylon zsákok, csomagoló anyagok. A becsomagolásra, osztályozásra váró edények, ruhák, könyvek, között, ettünk, aludtunk, éltünk. Először is kézbe venni minden darabot, és eldönteni: vinni, elajándékozni, kidobni? Legyünk őszinték, hogy ha bevalljuk, ha nem, el is kell búcsúzni a tárgyainktól. Hát ez sem könnyű, emlékek, érzelmek is társulnak a tárgyainkhoz. A feliratozás is fontos ilyenkor, jó tudni melyik dobozba mit tettünk. Ez lelkileg és fizikailag is nehéz feladat volt. Közben egy egészségi probléma is jelentkezett, azzal is foglalkozni kellett.

A költözést nagy százalékban Suzuki autóval oldottuk meg. ez részben olcsóbb volt és jobb is mert kisebb tételeket kellett kipakolni és akár mennyire meggondoltuk mit hozunk, keletkezett bőven visszavinni való is. Nagyon megszerettük a banános dobozokat, jól megfogható 20 kilót elbír.

Sok tapasztalatot szereztünk önmagunkról, arról, hogy igazán mi a fontos és mi nem (lehet pezsgőt inni bögréből és műanyag pohárból is).

LAKBERENDEZÉS

A Borostyán 5 számú lakás májusra megtelt bútorokkal és dobozokkal. Az igazi lakberendezés akkor kezdődött. A bútorok nagyjából a helyükön voltak, de a tárgyak sokat vándoroltak, mire állandó helyükre kerültek. Állandóan kerestünk valamit, „tegnap még itt volt”, „nem tudod hol van”. Nem írom tovább, aki már költözött az tudja.

Ha meguntuk a dolgot, próbáltunk tájékozódni a „Házakban”, a parkban még el is tévedtünk. Lakók közül alig ismertünk valakit. Nem látok jól ezért minden szembe jövőnek hangosan köszöntem, nagy könnyebbség, hogy az azonos neműek tegezzük egymást. Bennem volt egy kis szorongás, hogyan fogok én ennyi embert megismerni, neveket megjegyezni. Igen, lassan és tudatosan kerestem is a lehetőséget.

Köszönet mindenkinek, aki segített megismerni és beilleszkedni az „OTTHON” működésébe, életébe. Külön köszönet az akkori közösségeknek (Ötye, Énekkar), ahol személyes

ismeretségeket köthettünk lakótársainkkal, és gyakorlati tanácsokat is kaphattunk. Már részt vettünk közgyűlésen, ünnepségeken, kezdett tisztulni a „képernyő”, egyre otthonosabban kezdtük érezni magunkat.

Nyár folyamán már barátokat, rokonokat hívtunk látogatóba új otthonunk bemutatására, nem kis büszkeséggel. Itt tartottunk 2019 nyarán.

AZ ÚJ OTTHONUNK

Az első nyáron és ősszel rabul ejtett a kert és a Horgásztó szépsége. Elkezdtem fényképezni, rájöttem, hogy a lencsén keresztül jobban látok, mint szabadszemmel. Sikerült sok jó képet is csinálni, hogy új tudományom hasznosítsam megtanultam diát készíteni. Ezt az új tudásom a Faliújság készítésénél is tudtam használni.

Ezek az igazi időskori örömök, „TUDOK MÉG VALAMIT CSINÁLNI, NEM VAGYOK FELESLEGES”. Itt meg, hogy belecsöppentem a „jólétbe”, étel tálalva, reggeli, vacsora, nasi, előkészítve, takarításban segítség, elromlik valami jön a segítség, gyógyszer után sem kell mászkálni, nem is sorolom, mert nem lesz hihető. EZÉRT TUDUNK ÉLETET ADNI AZ ÉVEKNEK. Ezt szép öregségnek élem meg, akkor is, ha fizikailag és lelkileg is vannak fájós napok, hetek.

Színvonalas jó hangulatú ünnepeken összejöveteleken vehettünk részt, „kolbász parti, szalonna sütés a kertben”, Vezetőink felszolgálásával, szilveszteri, karácsonyi bulik, nemzeti ünnepek.

Közben a szomszédokról sem feledkeztünk meg, szépen sorban meghívtuk őket szomszédolásra, ismerkedésre. Hál Isten azóta is tart a jó szomszédi kapcsolat, amit már tudatosan, közösen ápolunk.

A jóból is megárt a sok, a Covid 19 hozzánk is elérkezett. Olyan ellátásban és védelemben volt részünk, amiért a mai napig csak köszönettel tartozunk. Szakszerű, gyors, körültekintő intézkedések követték egymást. Köszönetül mi lakók a tejeszacskók szívecskéiből készítettünk szívdíszeket, és minden dolgozó ajtajára titokban késő este tettük fel. Mindenki azzal járult hozzá, amije volt, (ragasztó, papír, színes papír), az épületből nem mehettünk ki, abból dolgoztunk, amink volt. Ez a faliújságra is felkerült. Valóban a legszigorúbb időkben is minden szükségeset megkaptunk. Később amikor a szorítás engedte a DOLGOZÓK viszonzták a szíveket, szívfüzérekkel díszítették fel a házat, minden lakónak névre szólóan volt egy szív a fűzéren. Még most is meghatottan írom. Covid idején még a gyermekeim is azt mondták, és ma is azt mondják jó döntés volt ide jönni. Amikor a járványhelyzet engedte maszkban, távolságtartással, de folyt a közösségi élet, amire szükségünk is volt, sőt jöttek létre új közösségek, ezek még szaporodtak is. Lassan a programok bőség zavarával találjuk szembe magunkat.

Hetedik éve élünk itt, „OTTHON” érezzük magunkat, nem csak a lakásban, hanem mindenütt. Ide jövünk haza, nem csak a dolgozók de egymás segítésére is számíthatunk. Mi minden szempontból biztonságban érezzük magunkat.

Az a Lakó, aki előttünk élt ebben a lakásban, tűzzománc foglalkozásokra is járhatott. A bejárati ajtón egy tűzzománc Mandalát, a másikon egy virágot hagyott ránk. A harmónia, az ima, a természethez tartozás jelképeinek nagyon megörültem. Szeretnék én is valamit hagyni az utánunk jövőnek.

Gyömrő. 2025.március 25.

Dr. Juhász Bertalanné

2230.Gyömrő Pál Mihály u.8. Borostyán ház 5. lakás

Dr. Vámos Istvánné (Judit): Gondolatok az otthonban

Sok mesét meséltem gyönyörű tarka mesét
Sok mindent megéltem hisz az élet is egy regény.
Valóság és álom tovatűnő csodák
Váltja egymást bú és öröm, társaság és magány.

Árnyék és fény együtt jár, és ha ezt belátod
Akkor életútadat még könnyebben járod.
De sokszor a félelem is átjárja szívünk,
Hogy mi vár ránk, tényleg ha öregek leszünk.

Kis házak sora áll körbe-körbe nálunk
Ahol igen gyakran ide-oda járunk.
Eső hullhat, fújhat a szél, a kis tornác mindig megvéd.
Szeretet, törődés, ami itt vár téged, ha e kedves otthon
küszöbét átléped.

Ki mondja, hogy nem nehéz váltani az élted
Kinek ezért, kinek azért volt nehéz az élet,
Itt segítő kezek felkarolnak téged
Megértik sóhajod, feledtetik bajod.

Sok- sok a munkájuk nagyon büszkék vagyunk rájuk,
Gondoskodás, biztonság, mi is kellene más.
Mosolygó arcok, jó programok
S feledni tudod a bajod.

Ne adj fel csatát, ha nehéz is a tusa,
A bátor embernek győzelem a jussa.
S ha az ég is segít, még bajnok is lehetsz,
E kis világért még sokat tehetsz.

Sose add fel, míg minden napod hoz valami szépet,
Akár egy kedves szót, egy kedves vendéget.
Őrizd a szépet, a lángot, amíg éghet
Ne feledd Istentől ezért kaptad élted.

Kívánjuk, hogy mindig örüljél a mának
Harmatos hajnalnak bűvő napsugárnak.
Csicsergő madarak reggeli zajának
Virágokkal tarkított gyönyörű szép nyárnak.

Fák levelétől aranysárga ősznek
Zúzmarától, hótól a jéghideg télnek.
Tavasszal a kibúvó szerény ibolyának
Társaid barátaid kedves kezének.
Ahogy bizalommal tenyeredhez érnek
Boldog hosszú élet
Ebben legyen részed.
Dr. Vámos Istvánné (Judit)

Erdész Antal: Amikor szétválásból összekötődés lesz

Intézményünk mentálhigiénés csoportvezetőjének ajánlására, biztatására szántam rá magam a pályázaton való részvételt. Meglehetősen sajátos helyzetünk miatt is érdekesnek tartja jelenlegi életformánk bemutatását. Ezért ebből indulok ki.

Májusban leszek 94 éves, feleségem két és fél évvel fiatalabb.

66 éve volt az esküvőnk. Hét éve lakunk az otthonban. 2014-ben adtam be az előzetes kérvényt, jelentkezést a felvételre. Ekkor tapasztaltam az első figyelmeztető jelzéseket egészségi állapotomban.

Feleségemmel eltérő alaptermészetünk van. Ő inkább panaszkodó, elégedetlen, állandó betegségtudattal él, én inkább a megelégedett típushoz sorolom magam. A rendszeres orvosi vizsgálatok nála Alzheimer-kórt állapítottak meg és az ebből kifejlődő demencia fokozódását. Nálam Parkinson-kórt diagnosztizáltak, ami egyelőre az egyensúly megtartásának fokozatos gyengülésével jár. Egy évvel ezelőtti kórházi kezelésemkor pangásos szívelégtelenség igazolódott.

88. évemhez közelítve erőnlétem egyre inkább csökkent. Míg addig naponta többször, 20-20 perces sétával lementem a városba, oda-vissza, hirtelen azt vettem észre, hogy a kertek házak kerítésperemére többször leültem egy kis pihenésre. Kórházba kerültem, így sajnos időszerűvé vált a korábban beadott kérvény igénybevétele. Az intézményben egy kisebb egyágyas apartman volt akkor üres. Igazgatónő jóindulatával, a kórházzal együttműködve vettek fel, még egy ágyat betéve a szobába. Akkor feleségem nálam jobb fizikai állapotban volt még, így énmiattam kényszerült bejönni ő is az otthonba 2018. szeptember elsején.

Erőnlétem elég lassan tért vissza, csupán egy ágyra vágytam, ahol nyugalmam lehet. Itt mindenki kedves, gondoskodó volt velünk, így nekem könnyű volt beilleszkedni az új környezetbe. Feleségem sokkal nehezebben fogadta el ezt a helyzetet. Amikor erőnk és az időjárás engedte, szinte naponta, az ebéd utáni pihenést követően kimentünk sétálni, egy padra leülve esetleg napozni. A belváros csendes vagy a Várkerület mozgalmasabb forgalmát nosztalgizálva nézegettük, ami egyben szórakozást is jelentett. Segített elviselni, megszokni a beköltözéssel együtt járó bezártság érzését. Ez éveken át így ment.

A demencia előrehaladásával nem részletezem az egyre nehezebbé váló együttélést. A főnővér szerint ők is tölem tanultak türelmet. Míg nem elég gyorsan oda fejlődött a helyzet, hogy agresszív viselkedése már kezelhetetlenné vált. Így tavaly július 3-án kórházba került. Az orvosi kezelés hatására egy hét múlva visszaengedték az otthonba, ismerve az itteni gondos, hozzáértő, lelkiismeretes ápolási körülményeket. Betegségünk egymástól eltérő ápolást igényel, így nem maradhattunk együtt. Azóta ő egy kétágyas szobában van, én egyedül maradtam.

Megtörtént a szétválás, amire írásom címében már utaltam.

Személyisége, viselkedése 180 fokban fordulatot vett. Míg ezelőtt minden kisebb-nagyobb bajért, nemszeretem dologért engem okolt, talán már gyűlölt, most rajong értem. Mindennapjaim része, hogy ebéd után, rövid pihenést követően úgy készülök látogatóba hozzá,

mintha randevúra indulnék. Összeszedem kedvenc finomságait, és megyek. Nagy örömmel fogad, mondván: „Már azt hittem, hogy nem jössz.” Hosszasan ölelgetjük, puszilgatjuk egymást. Környezetünk is annak örül, hogy két ember, szinte galambpár módjára ennyire tudja szeretni egymást. Úgy látom, ezek a találkozások segítik fenntartani a lelki egyensúlyát. Nekem is ez a legfontosabb.

Megtörtént az összekötődés, ami a szétválásból jött létre. Sajnálatos, hogy ennek a betegség az ára. Sokszor elgondolom, hogy milyen más lett volna az életünk, ha ez mindig így lehetett volna. De nincs volna!

Egyik beszélgetésünk során, nyár végén, megemlítettem, hogy már vége van a nyárnak. Erre ő: „nagy bánata van a cinegemadárnak. Szeretne elmenni, ő is útra kelni, de cipőt az árva sehol se tud venni” – és elmondta szóról szóra az egész verset. Nevettünk rajta. Tőle tanultam meg ezt a verset. A jelenlegi helyzetről térben és időben képtelen helyesen tájékozódni. Minden nap, amikor nagy örömmel meglát, megkérdezi, hogy hogyan találtam ide, mivel jöttem, kikkel találkoztam. Elmondom, hogy itt lakom egy emelettel feljebb, de ezt nem képes felfogni. A tegnap, holnap nem értelmezhető számára.

Rengeteg verset tud kívülről, főleg Arany-balladákat, Tompa Mihály- és Petőfi-költeményeket, és ha mondom vagy olvasom őket, az általánosan ismert részeknél bekapcsolódik a szövegbe.

Ez a verselési módszer arra is jó – a Doktornő, a Vezető ápoló és a nővérek szerint is – hogy lassítja az értelmi hanyatlás folyamatát. Ekkor értettem meg ennek a betegségnek egyik tünetét, miszerint a régi dolgokra legtöbbször vissza tud emlékezni, bár sok mindenre egyáltalán nem.

Sokszor próbáltam megérteni az ide vezető folyamatot, ami annyi meg nem értést okozott közöttünk.

A legerősebb összekötő kapocs közöttünk a gyerekek voltak. Abban mindig egyetértettünk, hogy mindig, mindenben, minden körülmények között ők az elsők. Két lányunk van, mindkettőjüket a fővároshoz köti a hivatásuk, munkájuk és megélhetésük. Feleségem egyik fő problémája volt, hogy távol vannak. „Pesten vannak a gyerekek” – ezt gyakran ismételte. Pedig úgy osztják be az idejüket, hogy havonta két alkalommal, felváltva meglátogatnak bennünket. Ez azt jelenti, hogy minden hétfőn egyikőjük egy-két napra velünk van. Ez sokkal több, mintha itt élnének a közelünkben, és naponta „beugránának” néhány percre, mert többre nem futja az idejükből.

Feleségem munkahelyén is ez a szerencsétlen kiegyensúlyozatlanság volt az, ami nem engedte kiteljesedni. Pedig szerette a szakmáját. Rajz–földrajz szakos tanárként tudott fegyelmet tartani a rajzórán is, pedig az nyilván jóval nehezebb, mint egy matematikaórán. Szerették a tanítványok, és segítettek neki mindenben. Erre főleg az állami ünnepek előtti dekorálásokat volt szükség. Rajztanár lévén ez a feladat főleg őrá hárult.

Vállalta, mégis a rosszulletig kimerítették az ilyen esetek. A másokkal való összehasonlítások okozhatták ezeket a helyzeteket, mondván, hogy már a délutános,

napközis kollégák is otthon vannak, amikor ő már reggel óta, most is az iskolában van. Nagy nehezen ráállt az igazgatója, és kérésére napközis beosztásba helyezte. Ez sem változtatott a helyzeten. Ezt a sok-sok panaszt hozta haza magával, ami rányomta a bélyegét az egész családi életre. Később visszatért a felső tagozatos helyére, de a megelégedettség akkor sem lett sajátja.

A magam részéről agrármérnök vagyok (1956 diploma – 2006 aranydiploma – 2016 gyémántdiploma – 2021 vasdiploma).

Az akkori zűrzavaros mezőgazdasággal foglalkoztam, de ezt a témát soha nem vittem haza. Akkoriban folytak a tévesztések a kommunisták brutális kegyetlenkedéseivel, amikor a korábbi hozzáértő gazdákat félholtra verték, vagy egészen, vagy kuláknak nevezve a magyar Gulágra száműzték. Maradt a hozzá nem értés, a munkafegyelem és a becsületes munka teljes hiánya, helyette a lopás, csalás, becsstelenség uralkodott el. Akkoriban a mezőgazdasági területen élő szülők gyermekeiket valamilyen ipari, vagy kereskedelmi szakmára igazították „Csak ne a mezőgazdaságba!” felkiáltással.

Ezért az állam sürgősen kezdte megszervezni a mezőgazdasági szakmunkásképző iskolákat. 1964-ben én is átváltottam az állami gazdasági gyakorlatból a szakképzésbe, miután elvégeztem levelező úton a Mezőgazdasági Mérnöktovábbképző Intézet tanárképző szakát, és agrármérnök-tanárként dolgoztam, majd 28 évig igazgatóhelyettesi beosztásban a soproni szakiskolában, végig párton kívülként. Ezekről a dolgokról otthon nem volt szó, elég volt, ami a híradókban szerepelt.

Sokan előre megtervezik öregségükre életük további folyását. Én nem tettem. A miénket nem is lehetett volna. Rokonságom, ismerőseim között vannak, akiknek a tervezés bejött, de olyan is bőven akad, akinek nem. Van, aki, mire élvezhetné a megteremtett feltételeket, egészségileg megrokkann, eltávozik. Gyakran előfordul, hogy az utódok életformája más, legfőbb gondjuk, hogy mielőbb eladják az ingatlant. Ami az idős ember életcélja volt, az utódainak nem feltétlenül megtartandó, követendő érték. Fiatalon én sem arról álmodoztam, hogy idősotthonban lakjam.

Nincs két egyforma életút. Mindenkinek a sajátját kell bejárni. Érdekes – ilyen viszonylag hosszú élet vége felé járva – visszatekinteni a megtett útra. Sok útelágazás volt. Mindegyiknél dönteni kellett, melyiken tovább. Csak egy úton lehet tovább menni. Kettőn nem. Van, amikor evidens, hogy melyiken, van, amikor napokon, heteken át, akár éjt nappallá téve kell alaposan megfontolni a döntést.

Az élet döntések sorozatából áll. Mindig dönteni kell. Nincsenek „véletlenek”. Mindig hittem, most már tudom is. Megtapasztaltam a Gondviselés segítségét. Véletlen nincs. Isten van. Minden döntésem, ha elhibázottnak is látszott, végül is jóra fordult. Ezért örökké hálás vagyok. A döntések után mindig bizalommal indultam el, tudtam, most már még inkább tudom, hogy nem vagyok egyedül. Nem szabad azon rágódni állandóan, hogy miért úgy van, ahogyan van, és miért nem úgy, ahogyan nincs.

Ebbe bele lehet zavarodni, soha nem lesz belső lelki békéje az ilyen embernek. A másokkal való állandó összehasonlítás a gyökere ennek az állapotnak.

„Aki az eke szarvára tette a kezét, az ne nézzon hátra” – olvassuk a Szentírásban. Ez nem azt jelenti, hogy nem szabad az élet folyásán változtatni. Én sem az lettem, ami szerettem volna. Állatorvos szerettem volna lenni, nem sikerült. Ott kell helyt állni, ahova az Élet állít bennünket. Nem azt kell szeretni, amit nem csinálhatok, hanem azt kell megszeretni, amit csinállok, ami a feladatom. Tudásom legjavával, lelkiismeretesen, mások javára és a saját boldogulásomra is.

Sok ilyen embert ismertem meg életem során. Most, a vége felé még inkább, itt, ebben az otthonban, ahová a Gondviselés vezetett. Sokukból szinte árad az a jószág és szeretet, amivel megáldotta őket a Jóisten. Az ilyen nehéz munka végzéséért valóban megilleti őket a tisztelet, megbecsülés és a köszönet. Ez az intézet a Pannonhalmi Kongregáció által fenntartott soproni Szent Benedek Idősek Háza.

Szobám falán van egy nagyon régi Mária-kép, amely 1944-45-ben, Budapest ostroma alatt sérült meg. Ezt a bombarepesz ütötte „sebet” mutatom a fényképen. Egyedül ez a festmény maradt meg nekem egykori lakásunk romjai között. Szinte összefog bennünket feleségemmel ez a kép, amelyet mindig magunkkal vittünk, bárhova vetett minket az élet. A Covid alatt az idősothont fertőtlenítették, a dolgozók, tudván, hogy nekünk milyen fontos ez a kép, többször átcsomagolták, hogy épen maradjon, és újra várjon minket. Ő a mi Segítő Máriánk, vele együtt vált ez a ház az otthonunkká.

Istennek legyen hála!

Fábián Ferenc: Álom Kívánság

Álmomban láttam a tokaji Kopasz-hegyet, nem elhanyagolt szőlővel, hanem tele árvalányhajjal. Szép lányok szedték és a legényeknek adták, kik a kalapjuk mellé tették és büszkén viselték.

Kívánom, hogy a dédunokáim is lássák és csodálják. A szőke Tisza vize az ötvenes években iható volt, nem ilyen szennyezett. Kívánom, hogy a Tisza vize újra úgy virágozzon, mint akkor. Szeretném látni a Tisza virágzását olyat, mint régen volt. A tokaji hegyen tavasszal látok sok szép gyümölcsfát virágba borulni. Szeretnék régi préházakat nem pedig nyaralókat látni. A Tisza és a Bodrog folyón igazi halászok csónakáztak, hálójukat, varsájukat halak fogására használják. Láttam igazi tutajosokat, akik a part felé integettek. Volt a füzesben egy pár fekete gólyafészek, úgy vigyáztunk rá akár a szemünkre. Az ártér nem kukoricát termett, hanem csordának, kondának, ménesnek adott helyet. A legelőn foglyok és fürjek fészkeltek, tojásaikat nyestek dézsmálták.

Volt kőbánya, nem is egy. Híres volt a Patkó-bánya, melyről monda is született. A Bodrog vize tele volt tündérrózsával, erről a halászok tudtak mesélni.

Utódaink fognak-e még ilyet látni? Én már nem érem meg, de szeretném, ha ez az álom valóra válna.

Fábián Ferenc, Tokaj,

Magyar Máltai Szeretetszolgálat Gondviselés Háza Szent Lázár Időskorúak Otthona

Faragó Rudolf Mátyásné: Egy kis szelet az életemből. . .

Sajnos eljárt az idő felettem, megöregedtem. Az öregség és az ezzel járó különböző betegségek arra készítetik az embert, hogy öreg korára is talpon tudjon maradni és elviselni az ezzel járó létet. Én Faragó Rudolf Mátyásné, 71 éves vagyok. 7 éve kerültem Bercelre a Rózsák Völgye Szociális Otthonba. Melynek az volt az oka, hogy lebetegedtem, nem bírtam saját magamat ellátni egyedül, de az ittlétem alatt visszanyertem a jó egészségi állapotom.

Elszaladt 7 év és jelenleg is az otthon lakója vagyok. Nekem az itteni élet először idegen volt, de hamar belerázódtam. Vannak kötelező dolgok melyek szabályokhoz kötődnek. Úgy érzem a vezetőséggel, és az otthon dolgozóival jól kijövök, megértjük egymást. Foglalkozásokon, amik mindennap vannak sűrűn részt veszek. Hálás vagyok a foglalkoztató nővéreknek, hogy mindig igényt tartanak rám. Köszönöm nekik! Szabálykövető embernek tartom magam.

Szeretek gyengébb embertársaimon segíteni, és ez jó érzéssel tölt el. Vallom azt, ahogy viselkedünk életünkben azt úgy kapjuk vissza a sorstól. Igaz néhány lakóval volt összetűzésem, de mindig sikerült megbeszélni egymással a problémáinkat, és úgy gondolom hogy szépen beilleszkedtem az otthon életébe.

Madách szavaival zárom soraimat. . . ” Mondottam ember: küzdj és bízva bízzál!”

Fekete Edit: Életregény (pológus)

Egyre közelít az alkony,
a magány befordul a sarkon.
A régi ház fényei alig látszanak,
levelek borzonganak az öreg fák alatt.

A vonat elindul, a jelzés szabad,
egy ismeretlen világ hívogat,
a jövő dereng a szürke ég alatt.

Megérkezem, szól a halk zene,
kezemhez ér a segítő keze.
Társak vesznek körül.
A kín elszenderül.
Ízlelgetem a szabadság mákonyát,
magamra húzom a biztonság paplanát.

Otthon!
Menedék.
Reggeli, vacsora, ebéd.
Csillapított fájdalom.
Remény leskelődik az ablakon.

Otthon!
Az alkonyat gyertyafényes,
az éji égen csillagok égnek.
Az emlék fel-felkeres,
Langyos a délután,
a gondolat rám mosolyog sután.

Szabadság a napok éke,
nyugalom és csöndes béke,
egy öregasszony menedéke.

2025.03.31

Ferenthalmy Katalin: Gyerekkori emlék

Általános iskolások voltunk. Sári egy-két évvel idősebb nálam. Sárinak nem volt testvére, nekem pedig van három öcsém. Jó öt év alatt születünk meg mind a négyen. Apáink orvosok voltak a kisvárosban, ahol laktunk, de a családjaink nem jártak össze. Egyszer egy délután váratlanul anyámmal elmentünk Sáriékhoz. Míg anyáink beszélgettek az egyik szobában, mi a másikban némi kezdeti zavar, egymás méregetése után elkezdtünk babázni. Neki volt néhány babája, nekem már nem volt - hála egyik öcsémnek. Csoda szép alvós baba volt. Kitaláltam, hogy varrjunk neki ruhát. Sári azonnal keresgélni kezdett egy szekrényben és talált is egy alkalmas darabot. Gyönyörű tömör, meggy vörös bársony volt. Előkerült egy mindennel felszerelt varródoboz is. Egyre nagyobb odaadással és összeszokottsággal dolgoztunk. Éppen készen lettünk, elégedettek voltunk és nagyon boldogok, amikor beléptek a szobába anyáink, mert mi indultunk volna haza. Sárival lelkesen mutattuk a babát, hogy milyen ügyesek vagyunk. Sári anyja lemerevedett, nehezen jött a dicséret, végül mégis kiderült, hogy ő a bársonyt azért őrizgette, mert díszpárnát akart belőle varratni. Ezek után nem volt egyszerű a látogatás utáni búcsúzkodás.

Fonódi Edit: Otthon, édes otthon

Fekszem az ágyban, odajön a nővérke drága. Baj van? Ha kell vigasztal, szép szavakat kapok tőle, amitől megnyugszom egy kis időre.

Mozgáskorlátozott vagyok, lábra állni nem tudok, ezért kerekesszékekben vagyok.

Szívesebben használnám a járókeretet, de ez számomra már elérhetetlen.

Jól tudom nehéz elengedni az önállóságot, de még nehezebb elfogadni a kiszolgáltatottságot. Bármennyire is fáj, sajnos szembe kell nézni azzal, hogy nekem ez már egyedül nem megy. Fürödni, öltözni egyedül nem tudok, ezért a Nővérekre szorulok.

Amiben tudok, segítek, így hamarabb célba érek. Kiültetnek a kerekesszékekbe, oda tolnak, ahová kérem. A türelem nagyon fontos, akár a csoport foglalkozás vagy a török sorozat, mert az agyunkat is, szívünket is megmozgatjuk.

Körkérdéssel indítunk, amire csak tippelünk, rossz válasz nincsen, de titoktartás az igen.

Fontos a játék és a beszélgetés, hogy közelebb kerüljünk még.

Számít egy jó reggeli, egy finom, meleg ebéd, egy könnyű vacsora, ami nem üli meg a gyomrot.

Verset írok, köszöntőket, ezzel is örömet szerzek. Kisiskolásként is már verseket mondtam, szerepeltem, ahol kellett, ott megjelentem, ezt itt továbbra is képviselem.

Örömmel fogadom, mikor megkeresnek, hogy készüljek, mert szerepelek az ünnepélyen. Szívemből szól a szeretet, mikor a közönség elé tolnak és mondhatom a saját versemet. Látom a közönség arcán a mosolyt, vagy éppen a könnyes szemeket a meghatódottságtól, számomra ez nagy örömet hoz.

Örülök annak, hogy látják azt a kicsit is, ami van bennem, mert nem

Hálás vagyok mindazért, amit az otthonban kapok én.

Géczy Mária Magdolna: Józsi

Szent Erzsébet Otthon
éber őre, Józsi
portásoknak dísze,
lakóknak kedvence

A leandereket
minden áprilisban
behozza otthonról,
a kertben kirakja.

Látják az utcáról,
gyönyörködnek benne
az otthon lakói
és az utca népe.

Napjában százsor is
a kaput kinyitja,
beenged mindenkit,
a szökőst benttartja.

Elromlott tárgyakat
sikerrel javítja,
a lakószobákat
kifesti, újítja.

Farsangkor a népet
jól megnevetteti,
Mikulás szakállát is
magára ölti.

Idősebb hölgyeknek
szépeket mondani,
humoros beszéddel
elszórakoztatni,

nem szűnik napjában
többször is megtenni.
Barátságosságát
mindenki szereti.

Mikor nyugdíjba ment,
elbúcsúztunk tőle
munkás életére
istenáldást kérve.

Kívánjuk, hogy legyen
ezentúl öröme
unokaiban és virágoskertjében.

Gere István: A szegény ember legkisebb gyermekebe

Ez én vagyok.

1941-ben születtem a kanyargós, „szőke” Tisza mentén, egy Szabolcs-Szatmár-Bereg vármegyei közel 2000 főt számláló településen, egy nagyon szegény család nyolcadik, legkisebb gyermekeként. Bár ikertestvérek voltunk a bátyámmal, de „szöges” ellentétei voltunk egymásnak. Kétpetjű ikreként ő magas volt, barna és erős, én kicsi, szőke és „vézna”. A természetünk is különbözött, ő impulzívabb volt, én csendes, visszahúzódó. A szüleink nagyon szegény, becsületes emberek voltak, akik éjt nappallá téve dolgoztak kevés pénzért, hogy eltartsák a nagy családot. Nagyon büszke voltam és vagyok a szüleinkre. Összetartásban, szeretetben, egymásra figyelésben megkaptunk mindent tőlük. Az idősebb gyerekek segítettek a kisebbek ellátásában, gondozásában, míg a szüleink dolgoztak. A legidősebb gyermek a nővérem 23 évvel volt idősebb nálam. Ő sokat foglalkozott velem, több időt töltöttem vele, mint az Édesanyámmal.

A szüleink mindenben támogattak bennünket, biztattak a tanulásra, hogy szerezzünk tisztességes szakmát, és dolgozzunk benne becsületesen, hogy „többre vigyük az életben, mint ők”. Általában minden szülő ezt szeretne volna megadni, biztosítani a gyermekének.

Most, így visszagondolva, büszkén mondhatom, hogy szinte minden testvérem teljesítette szüleink álmát. Ugyanis varrónő, szakácsnő, kőműves, katonatiszt, vasesztergályos szakmát tanultak és sikeres szakmunkások lettek, akik a szakmájukban dolgoztak. Mindannyian családot alapítottak, de elköltöztek a szülőfalujukból, pl. Budapestre, Putnokra, Tatabányára.

Édesapánk arra tanította bennünket, hogy mindig csak egy lépést, egy lépcsőfokot lépünk előre, és ha az sikerült, akkor léphetünk a következőre, és így haladjunk előre. Én ezt nagyon komolyan vettem, igyekeztem egész életemben ennek megfelelően élni az életem, haladni előre a szakmámban. Elmondhatom – így visszanézve –, hogy sikerrel. Édesapám két keresztet írt a hivatalos okmányokra, de bölcs tanításáról a mesebeli „szegény ember legkisebb gyermeke” jut eszembe, akinek sikerül megvalósítania a szülei és a saját álmát. Az ikertestvéremmel vájár szakmunkásképzőt végeztünk. Ő elment dolgozni, majd politikai karriert futott be. Én a következő lépcsőfokra léptem, aknászképző technikumot végeztem, itt érettségiztem. Majd jött a következő lépcsőfok, azaz felvettek a Miskolci Műszaki Egyetem bányamérnöki karára. Sikeresen diplomáztam és a Tatabányai Szénbányánál dolgoztam hosszú évekig bányamérnökként. Közben mérnök-közgazdász végzettséget is szereztem. Az utolsó munkahelyem a Budapesti Geodéziai Térképészeti Vállalat volt, ahol dolgoztam. Ezt a képesítést Moszkvában szereztem, egy évig tanultam itt, egy pályázati lehetőségnek köszönhetően. Nagy hálával tartozom a szüleimnek, a testvéreimnek, akik remélem büszkék rám, hogy megfogadva a tanácsot, haladtam az utamon. Hálával és szeretettel gondolok rájuk, hiszen már senki nem él közülük.

Gergely István: Szellemi Tréning

Az Otthon folyosóján élénk zsongással gyülekeznek az „Őszikék” lakói. Az udvaron terebélyes eperfa árnyékában lesz foglalkozás, kellemes hűvösben a nyár sárgán tomboló forrósága ellen. Frissen nyírt fű édes illata lengi körül a fás- bokros udvart.

Az udvarra enyhe lejtőn jutni le, persze nem veszélyes, de ha a tolókocsi elszabadulna, jót futna. József nagydarab, harsány ember, túl a 80.évén. Mindig rág valamit. Most kedvencét, a jó barna kenyérhéjat, de a savanyú cukorka, rágógumi is a kedvencei közé tartozik. Szilajul tolja a kedvenc hölgységét, Piroskát. Piros az enyhe lejtőt meglátva kissé ijedten szól hátra, a lovagja felé:
- El ne engedj, te Jóska!

Jóska rágcsálástól öblös hangja hasít a forróságban:- Csak a hajad, csak a hajad!!

Búzakalászt érlelő június továbbra is csuda gyönyörű! Egy-egy erre tévedt méh döngicsél át az árnyékban, de még árnyékot adó levegő is olyan álmosítóan meleg...

Fecskék suhannak az azúrkék ég alatt, gólyapár köröz lassan körbe-körbe szárnycsapás nélküli repüléssel. Távolságban mintha remegne, a levegő pedig szellő sem borzolja...Sándor örökké vidám kurjantása hallatszik a gólyákra mutatva: - Most végetek van lányok! A „lányok” mind 75-80 évesek. Boldog mosollyal arcukon nézik a gólyákat, talán fiatalságuk régen elmúlt lányosságára gondolva.

A szederfa alatt kezdődik lassan a foglalkozás, vagyis másként fogalmazva: szellemi tréning! Csak előbb a sorok rendeződnek, ki-ki ismerőse, barátnője mellé ül. Persze fontos dolgok ezek nagyon, Hajnalka a szellemi tréning vezetője. Mai feladatnak azt találta ki, hogy mond egy kezdőbetűt és ezzel egy szót kell mondani mindenkinek. Fogós, ravasz feladat ez nagyon! Kis ideig tartó értelmezésbeli vita után kezdődik a játék! Hajni az első sorban ülő Marika elé lép. – „A” betű!- mondja mosolyogva. Mindig kedves mosolygós

- Aladár- jön a válasz kapásból Marikától.
- Szuper mondja Hajni, és a következő elé lép.
- „B” betű! Már jön is a válasz Rizától, Béla!

János a következő kezdőbetű-szóalkotó. Igen sovány, langaléta ember, túl 85 éven. Gyér haja oldalt fejére tapad. Életkora már nagy súllyal nehezedik vállaira. Szem, fül és más „alkatrészek” már nála sem működnek jól. Hajni mondja a soron következő betűt gyönyörű fekete szemén megcsillan a nyár minden melegsége.

-,C” betű mondja és kedvesen várja a választ. János hosszan tépelődik. A válasz csak nem akar jönni. Erős és időrabló gondolkodás után diadalmasan kivágja: - Zebra!

Arnoldot a maga 70 évével ebben a családi társaságban szinte még gyereknek tartják, ezért Pityuka bácsi a neve. Hajnika pillant a rossz válasz hallatán. De Ő rendületlenül mosolyog. Sőt! Segít egyszer rávezetéssel: - „C” mint cica! Szép fekete csillogó haját hátra simítja és lófarokba köti, pár perc telik el de továbbra is biztatóan mosolyog. János nekidurálja magát, most már befelé figyel erősen, ettől pár izzadáscsepp gyémántként csillan meg évekről barázdált homlokán. Laposokat s nagyokat pislant, majd a jó válasz felismeréseként öröme derül

keskeny arcán, az aggodalmaskodása végre múlóban, eladat megoldva! De a kezdőbetűk közül – Ó jaj!- csak a középső szóra figyel. Elégedett magabiztossággal adja a választ: - Medve! Arnold nem kevés malíciával néz fel a témavezető hölgyre. Gondolatban azon morfondíroz, hogy Hajni idegeit acélból sodorhatták-e vagy titánimból? Esetleg mindkettőből.. mert mosolya nem hervad, csak szeme rebben meg fél másodpercig. Mit lehet, szabad, kell ilyen helyzetben tenni? Kioktatni a kisöregét szívtelenség és megengedhetetlen megoldás volna, mert láthatóan foglalkozott a válasszal, akarta a megoldást, dolgozott a feladattal, talán erőn elül is, de hát, ami elment nem jön vissza többé. Hajni körbe pillant, és mint aki a válasszal elégedett biztatóan simogatja meg János ősz fejét. János bácsi a siker élménytől telve bizakodóan néz körbe.

Senki nem nevet, még meg sem piszen. Ilyen dolog lehetett katonáéknál a bajtársiasság érzése. Az összetartozás valóságának nagyszerűsége. Szép pillanat ez nagyon. Senki nem rombolja le egy nagyon idős ember önmaga hitébe, erejébe, gondolkodási képességébe vetett illúzióját. Az ember álmai legalább megmaradnak, tovább élnek. Ha már csak az álmok maradnak...

De hogy fut az idő. A nap nyilai függőlegesen érkeznek, ebédidőre járhat. Igen a gondozók Marcsika és Anikó jönnek, a terasz elöl, hogy a kerekesszékes gondozottakat feltolják az étterembe. Arnoldot Marcsika segíti, szőke haja –De milyen szép illatos szőke- lobog az arca körül. Arnold, ha ránéz a tolókocsiból még a nagy meleget is elfeledi. Arnold nem néz hátra, sem most, sem gondolatban. Sclerosis multiplex 11 évvel ezelőtti diagnosztizálása óta minden nap „ma” van és csak „holnap”.

A múlt egy rég volt idő dimenzióba zuhant. Mára más egyéniség lett, magát soha meg nem adó ember erős mentalitása. Persze tódulnak fel múltból emlékképek, a „miért éppen én lettem ilyen”- görcsös, értelmetlen gondolatai, amiket már erős akarattal hárít, és inkább a betegségét kendőzetlenül kimondó főorvos úr komoly szemmel tréfásnak ható, de a lényegre világító megegyezésére emlékezik, a mondat többször is eszébe jut. A mondat így szól: „Ha valaki venné magára azt a bátorságot, hogy az Ön betegségére tesz meggondolatlan megjegyzést, csak ennyit mondjon, nevetve NEKED MÉG EZ SINCS!

Marcsika lelkesen tolja, az étkezőbe, útjukon körül öleli Őket az ezer illatú kenyeret, életet adó nyár... a hosszú bezártság után.

Simontornya 2023.05.20.

HARCSA TIBORNÉ: Méltatlan évődés ISTENNEL

Ha én tudtam volna Istenem,
Hogy kilencven évet adsz nekem,
Már nyolcvanban arra kértelek volna,
Szólíts Magadhoz a mennyországba.

Ha most halok meg, már az sem lesz,
Ki a megásott sírba eltemet,
Ki kísér utolsó utamra engem.
Ha a jó barátokat elvesztettem.

Már a testvéreim sem élnek,
senki nem tudja majd, hogy éltem,
Mit tettem, jót vagy rosszat életemben,
Érdemes volt-e világra hozni engem?

El kellett hagynom szép kertes házam,
S félvakon egy öregotthonba szálltam.
„Szeretet otthon”-nak hívják ugyan,
keresem, ám nem találom soha.

Jaj Istenem! Ez csak évődésem,
Bocsáss meg, hisz csak hálát érzek.
Minden másodpercet megköszönök Néked!
Adj irgalmas, kegyes halált nékem!

Katolikus Szeretetszolgálat
XXIII. János Otthon, Okos Gizella Ház

Hegyiné Nacs Viola: Múlt és jelen Verőcén

A ködös, fagyos tél búcsúzik, küszöbön a kikelet,
Lágy szél suhan, simogat, mint anya a gyermeket.
Verőcénk, a gyöngyszemünk újul, virul.
Az utcák, a kertek bokra, fája virágba borul,

Így volt ez valaha, mikor még elődeink éltek,
Meglátták a hely szépségét s letelepedtek.
Teltek, múltak évek, századok, jöttek idegenek,
Szeretettel fogadtuk őket, ők is magyarok lettek.

Ellentéteket félre téve, jó emberek összefogásával,
Beépült a falu szép templomokkal, sok csinos házzal,
Védvén a falut a fenyegető ártól, Ybl Miklós terve nyomán,
Támfalat emeltek, most is csodájára járnak a Duna partján.

Jöttek látogatók, ámultak, aztán néhányan maradtak,
Hosszú lenne sorolni a hírességeket, akik itt laktak.
Említem közülük Karinthyt, Kodolányit, az írókat,
Kálmán Sándort, ki” szerelmes bolondja” volt a falunak.

Itt élt, alkotott a kerámia művészet hazai királya,
Gorka Géza, majd követte Livia a leánya, Géza az unokája.
Itt lakott Rozsnyay Kálmán műfordító, műgyűjtő és hírlapíró,
Ady gyűjtemények őrzője, e hely szellemi életét irányító.

Az Árpád úton, a „Mágnás soron”, sok híres villa épült,
Közülük egy, Edvi Illés festőművész tulajdonába került.
Változtak a tulajdonosok, végül a ház a kis falu birtoka lett,
Volt itt tenispálya, könyvtár, múzeum, ne feledjük a mozit sem.

Sokáig tátongott a csodás ház búsan, elhagyottan,
Ám a múlt évben ismét felragyogott régi pompájában.
Szorgos kezek munkájaként szebb lett, mint valaha
S a sors adományaként, egyik része lett az Idősek Otthona.

Új otthonunkba mi szép korúak beköltöztünk,
Hála Istennek!, s a földieknek mindent köszönünk,
Amiért egy ily csodaszép hajlék adatott nekünk,
Ahol kényelemben élvezzük a maradék életünk.

Ám nem elég a napfényes, díszes környezet,
Ha nincs benne pezsgő élet, jó lelkület,
Büszkén mondhatom, itt nem hiányzik a szeretet,
Jó szívvel kapjuk a támogatást, a sok segítséget.

Örömmel jövünk ide, feledjük számtalan gondunk,
Kártyázunk, olvasunk, közben kedden fiatalodunk,
Mert iskolások leszünk, hallgatjuk Ica néni csodás meséit,

Irodalomról, történelemről és szívleljük okos intelmeit.

Csütörtökön, ha kedvez az időjárás s bírjuk szusszal,
Kirándulunk, erőnket töltjük egy jó gyaloglással.
Megünnepeljük dallal, vígsággal a név és születésnapot,
Meghitt a Karácsonyunk és rendezünk vidám farsangot.

Így élünk ebben a gyönyörű faluban és álomszép házában,
Fogjuk egymás kezét, bátorítjuk, ki elmerül gondjában.
Szívvel kívánjuk, éljen így minden nyugdíjas e hazában.
Kerülje a bánat, fájdalom, éljen szeretetben, boldogságban.

Írta:

Hegyiné Nacsa Viola
Verőcén, 2025. április 12-én

Henézi Lászlóné: Néma szerelem kor nélkül

Sziasztok! - csak így fiatalosan.

Elmondok Nektek egy történetet, ami velem megesett.

Bekerültem egy Otthonba, ahol mindenféle korú ember élt: volt aki menni tudott, volt aki tolókocsival közlekedett, de voltak, akik csak az ágyban éldegéltek. Nagyon szomorúan gondoltam jövőmre, hogyan fogom mindezt megszokni.

De hála a gondos segítőknek, hamar megszoktam. Nos, nem is volt unalmas!

Lehetett olvasni, kártyázni, tévézni, voltak foglalkozások.

Tornával kezdtük a napot, utána híreket, érdekességeket olvastak fel nekünk. Volt még agytorna, ami a gondolkodásunkat tartotta karban. Ezek a foglalkozások igen jók voltak és újra kreatívan, tevékenyen teltek a napjaim: krepp- papírból virágot csináltam, előnyomott képeket színeztem. Ezek már igen szépek lettek, hogy még magam is meglepődtem. Néha jöttek új ötletek, amiket megvalósítottam.

Igy teltek a napok, s a hetek.

Lassan úgy éreztem, egyre többre vagyok képes, el kezdtem járni a Kézműves szakkörbe, ahol értékelték a kreativitásom, csodás dolgokat alkottunk ajándékba, vásárba, vagy csak egyszerű dísznek.

Ami nagyon tetszett, hogy kezdtem rátalálni önmagamra.

Volt az Otthonnak egy nagy terme, aminek a teteje kupola alakú és csak úgy mondták: Kupolaterem.

Igen hasznos helyiség, sok mindennek teret adott: rendezvényeknek, ünnepi megemlékezéseknek, multságoknak, világnapoknak, olykor meghívott előadóknak is.

Heti egy-egy alkalommal imateremmé alakult, mi csak úgy mondtuk istentisztelet napján, hogy „megyünk a templomba”.

Hát így teltek a napjaim. Már igen jól éreztem magam.

Sokat jártam a Kupolaterembe, a programokra, a közösségbe.

Történt egy szép napon, hogy odafelé siettem és majdnem fellöktem egy tolókocsis férfit. Bocsánatot kértem és készültem továbbmenni, de Ő rám nézett azzal a gyönyörű, barna, csillogó szemével.

Jaj, úgy éreztem magam, mint egy kamasz! Remegett a lábam és a hangom. Ezután, ha találkoztunk, csak egymásra néztünk, köszöntöttük egymást egy fejbiccentéssel, de megszólalni nem mertünk. Boldog, jószagos érzés fogott el, amikor megláttam és kerestük egymás tekintetét.

Történt egy húsvét utáni napon, amikor összetalálkoztunk, megfogta a kezem és lágy hangon megkérdezte, szabad-e locsolni. Én igent mondtam. Elém kerekedett, és ezt a csodálatos versikét mondta, amit nem árultam el ezidáig senkinek:

Gyönyörű arcodon

Mindig mosoly legyen

Virágozzál, mint réten

A tarka virág.

Ezért meglocsollak téged

Örök ifjú szép leány.

Annyira meglepődtem, hogy földbe gyökerezett a lábam, szólni sem tudtam.

Végül aztán megköszöntem, megpusztiltam az arcát és adtam Neki egy általam készített virágot. Ezután sokáig nem kerestem. Szégyelltem magam. Nem tudtam mit kezdeni az érzéseimmel. És nem voltam elég bátor, hogy megszólítsam, beszélgessek vele.

Telt - múlt az idő, de a közeledés vágyálom maradt.

Egy gyönyörű tavaszi napon ünnepségre mentünk a Kupolaterembe. Kerestem a szememmel Őt, de nem találtam. Aztán teltek a napok, de még mindig nem láttam. Csodálkoztam, mert ilyen nem fordult még elő. Furcsa érzésem támadt.

Szomorú lettem, mert még a teljes nevét sem tudtam, nem tudtam hol keressem, hol találjam.

Végül egyik gondozómtól érdeklődtem, vajon mi lehet Vele. Reménykedtem, hogy hamarosan újra látom.

Aztán jött a hidegzuhany. Azt a választ kaptam, hogy elment oda, ahonnan senki nem jön vissza. Elragadta a halál.

Szomorúan magamba roskadtam, és szidtam magam, miért voltam ilyen gyáva, hogy nem beszélgettem Vele, talán féltem, mert megtudta volna, hogyan érzek iránta? Talán féltem a közelségtől? Oh, tudom már, ez ostobaság, de mégis megesett.

Sajnáltam.

Tudjátok, ne kövessétek a példámat. Az élet véges és ha úgy hozza a sors, hogy ebben az életkorban szerelmes leszel, hát SZERESS, mert nincs ennél fontosabb. Mindegy hogy hány éves az ember...

Hódi Ferenc: Egyszer volt

Jött a vírus, s repült a jókedv,
repült a varjú is,
csak én ültem, ó, bent.

Hordtam a maszkot,
hordtam a terhet,
vigyázni egymásra s magamra kellett.
Tartottam távot,
tartottam magamat,
akartam kimenni, akartam látni madarat.
Orvosok oltottak,
a társaim bókoltak,
a tévében pedig szépeket jósoltak.

Repült a vírus, s jött a jókedv,
most repülök én is,
szárnyalok, oh, fent.

Látok a magasban madarat, s virágot,
madár lettem én is: Szabad vagyok!- kiáltom.

Hódi Ferenc, 76 éves

Csongrád-Csanád Vármegye
Fenyőerdei Otthon
Ásotthalom
II. ker 121.
6783

Holndonner Mária: Élet

Amikor azt hiszed, hogy mindennek vége, az élet csodás, vedd végre észre.

Fedezd fel a boldogságot a nyíló virágot, jó szívvel öleld át az egész világot!

Keress csodát, nézd a fénylő napot, hisz nem tudhatod, mit hoz a holnapod.

Az elmúlás fájdalmas, de előtte fedezd fel a világot, milyen hatalmas.

A búcsú mindenkinek fáj itt bent, de búcsúzunk, de találkozzunk ott fent!

Horváth Sándor: Haza vágyik a szívem

Csomagolok, majd útnak indulok,
Tájat nézve azon tanakodok,
Azt álmodom, hogy itt jó nekem?
Vagy haza vágyik a szívem?

Zöld város parkjában nézelődök,
Szélmalom tövében padon megülök,
Azt álmodom, hogy itt jó nekem?
Vagy haza vágyik a szívem?

Szökőkutak vízjátékát hallgatom,
Platán fák között azon gondolkodom,
Azt álmodom, hogy itt jó nekem?
Vagy haza vágyik a szívem?

Könny szökik a szemembe,
Elszorul a torkom,
Azt álmodom, hogy itt jó nekem!
De haza vágyik a szívem!

Horváth Sándor 70 éves
lakó

Csongrád-Csanád Vármegye
Fenyőerdei Otthon
Ásotthalom
II. ker 121.
6783

Ignáczné Fésüs Ilona: Csendes napok, mély gondolatok

Nevem Ignáczné Fésüs Ilona. 2017-ben költöztem az Életöröm Időotthon és Nyugdíjas házba.

Nagyon jól érzem itt magam, szép otthonom van, barátságos, jó környezet, az emberek kedvesek. Naponta különböző foglalkozások, előadások vannak. Szívesen emlékezünk egy-egy aktuális esemény alkalmából.

Először Madách Imre születésének 200. alkalmából munkásságáról, életéről. Többek között az Ember tragédiájáról, neves írókról, költőkről. Most március 15-én az 1848-as szabadságharcról, Petőfi Sándor életéről, munkásságáról. Fontosabb versei a Nemzeti Dal, Feltámadott a tenger, Szeptember végén stb. Előadással, versekkel emlékeztünk.

Jókai Mór születésének 200. évfordulójára emlékeztünk. Aki a márciusi ifjak egyike volt. Regényíró, versei, balladái ismertek. Remek könyvei: Az arany ember, Szegény gazdagok, Dekameron, Kőszívű ember fiai stb.

Szeretünk összejönni, egy irodalmi-, könyv klubban, ahol egy-egy író, költő életét, műveit beszéljük meg.

Ignáczné Fésüs Ilona

Marmorstein Pálné: Az élet nálunk

Biztosan nem tudom
csak éppen gondolom
mi történik nálunk
egy hétköznapon

Foglalkozások a faliújságon
lehet előre készülni
arra hogy ki melyikre
szeretne eljutni

Mindenki másra kíváncsi
én az éneklést favorizálom
Adri és Péter vezetésével
dalra fel majd ebéd után az álom

Kedvencei a „Vadludak” – mikor
meghallottam versben úgy
éreztem jó lenne elénekelnünk
menten

Sokan esznek a saját szintjükön
néhányan az ebédlőben
a mennyiségre nincs panasz
jut mindenkinek bőven

Tavaly készült egy pici halastól
benne három aranyhal
középen egy kacska – ki mű –
de számunkra így is gyönyörű

Megnyugtató a kis tó
Partján ellazulva meditálni
A három kívánsággal azért
érdemes még kicsit várni

Ildikó tornáira rendszeresen
járunk – tokától-bokáig
megmozgat nem csak állunk
talán ezért is mozog már a vállunk

A kávéautomata találkozásra
egy nagyon jó helyszín
sajnálatos hogy a kávéhoz
nem kapható tejszín

Sokan vagyunk itt az Aranykeresztben
mindannyian mások
bár hogy találjunk barátokat

vannak próbálkozások

Barátai kedvencei
mindenkinek vannak
ha időnkét összefutunk
bizony örülünk annak.

Marmorstein Pálné

Budapest, 2025. április 7.

ARANYKERESZT Ápoló Otthon Közhasznú Nonprofit Kft.
Margaréta Idősek és Pszichiátriai Betegek Otthona

Szirtes János: Egy mosoly ereje!

Azért jelentkezem az irodalmi felhívásra, amely a 65 éveseket és azon túliakat szólítja meg, mert én már elértem a szintidőt.

A téma talán egy kicsit érdekes. Az írásom egy kicsit merész. Merész, mert a hölgy, akit megnevezek a tanárunk, tanítónk, felügyelőnk, mindenesünk. A hölgy egy mindenes, általunk szeretett lény, akit merészelek leiratomban dicsérni.

„Ő” egy kincs, talán túlzás, de szerintem nem az, de ezt bizonyítom egy nap leírásával.

Reggel 6 óra 40 perc, zörög a kulcsosomó, megérkezett „Ő”. Nyílnak a szekrényajtók, készül a nap terve, persze fejben. Szól a „jó reggelt”. Mosoly mindenkinek jár. Egy pár kedves szó, napi terv. Reggeli után reggeli torna ülve, kivárjuk csendben. Ismerős vezérszavak, vidám vezényszavak. Közben kialakul a napirend. Vidám zenés műsorok a nagyteremben, alig várjuk. Heti mozi, hét elején kis műsor a II. emeleten. Rajzkészség, ebéd után kis pihenő. Délután a problémák meghallgatása, ha lehet esetleg bővebben. Délután versek, szavalás, értékelés, ünnep, egyéb megbeszélés. „Ő” mindenhez és mindenkihez hozzászól. Meg vagyunk elégedve. Hihetetlen a munkabírása, nagyon művelt. Mindig mosolyog. Ez adja mindannyiunknak az életető erőt.

Szirtes János

Budapest, 2025. április 10.

ARANYKERESZT Ápoló Otthon Közhasznú Nonprofit Kft.
Margaréta Idősek és Pszichiátriai Betegek Otthona

VargaTamás Istvánné: Kettecskén

Fenn ültünk a hegyen, idősödve
kettecskén a kőkeresztnél.
Hallgattuk a tücskök ciripelését.
Fejem válladon pihent.
Elmerültünk a tájban.
Az emberek kis pontok voltak csupán,
pirosfedeles házakon ült a napsugár.
A Duna zöldesen, sárgán csillogott,
a hajók kis papírcsónakok.
Szemünk átfogta a végtelent.
Tavasza volt, de a nyár már énekelt.
Kézen fogva együtt indultunk el
hazafelé a kövecses úton.
Megálltunk még minden kis virágnál,
és a hold nevetve ránk mosolygott.

VargaTamás Istvánné

Budapest, 2025. április 7.

ARANYKERESZT Ápoló Otthon Közhasznú Nonprofit Kft.
Margaréta Idősek és Pszichiátriai Betegek Otthona

Donászy Katalin: Édes Nagyi, Áldott Nagyikám!

Nagyon különös az unokák és az unokák kapcsolata.

Ekkor már többnyire nem járnak dolgozni, tehát több idejük van az otthoni elfoglaltságokkal foglalkozni, legfőképp az unokákkal.

Miért szeretnek másképp a nagyszülők, mert másképp szeretnek bizony.

Ők nem harcolnak a gyerekekkel, hogy tanuljon, hogy majd orvos ügyvéd legyen vagy egyszerűen azért, hogy nyolcadik után felvegyék, valamilyen felsőfokú gimnáziumba. Keresnek korrepetitort, hogy javuljon a jegye.

Én emlékszem esténként "maci" meséket találtam ki nekik, ahol a maci valami rosszaságot csinált és az mivel jár. Emlékszem nagyon várták a meséket.

Amikor nagyobbak lettek, jöttek a mesekönyvek, ifjúsági könyvek és tetetett fáradtsággal abbahagytam a Nagy Indián könyvet és ők átvették tőlem, hogy folytassák. Mai napig szeretnek olvasni.

Azzal, hogy az állam büszkén hirdeti, hogy a legkisebb faluban is van bölcsőde, óvoda a nagymamák feleslegessé válnak. A régi nagycsaládok megszűntek, ahol a nagyi a bölcsőde óvoda volt, feleslegesek lettünk ez az igazság.

Nem tudom, mikor és hogy keletkeztek az első idős otthonok. Talán a meggyógyult, ellátott betegeket a kórházból elfekvőbe helyezték és azokat alakították át idős otthonná.

Az biztos, hogy jó ötlet volt, mert így az idős ember társaságba kerül, nincs egyedül, nem fél.

A gyerekeknek nincs gondjuk az idős szülőkkel. Sajnos sokan vannak olyanok, hogy járni sem tudnak csak fekszenek. Kedvesek az ápolók, vannak akit etetni kell, vagy csak beviszik az ételt a szobába. A mentálosok foglalkoztatnak. Az élet sosem telik hát unalmasan.

Donászy Katalin

Budapest, 2025. április 7.

ARANYKERESZT Ápoló Otthon Közhasznú Nonprofit Kft.
Margaréta Idősek és Pszichiátriai Betegek Otthona

Ivánné Nagy Erzsébet: Látom

Látom az idős embereket, kik sokat dolgoztak és nevettek,

Elfáradtak, megbetegedtek és beköltöztek.

Látom őket ahogy komótosan tesznek eleget, mert a betegség fenyeget.

Látom a nővéreket, dolgoznak értünk eleget, sürgés-forgás, fürdetés,
gyógyszer beadás, etetés. Sorolhatnám még!

Látom mindennap egy küzdelem, hogy egyre jobb legyen. Betegség vagy
egészség, ez itt a kérdés?!

Látom a könnyet, szomorúságot, de látom a derűt és a jókedvet. Így múlik az idő,
múlnak napok, hónapok, évszakok...

Látom, mert én is ennek a barátságos otthonnak lakója vagyok! Látom.....

Jaksi Tiborné: Az életünk egy színes játék

Örülök, hogy Magyarország az én kis hazám,
itt nevelt fel engem Édesanyám.
Elrepült a nyolcvan év felettem,
köszönöm Istenem, hogy ezt megérhettem.

Nem mindig hullt örömkönny az ölembé,
fájdalom is volt néha szívemben.
Adott az élet sok tüskét és rózsát,
de, már három éve az otthonom a nyugdíjas ház.

Itt örülök a nővérek kedves mosolyának,
mindegyikük megértő, biztató szavának.
A torna és a kreatív óra is gyógyítást ad nekem,
áldozatos munkájukat hálásan köszönöm.

Örülök a felkelő nap meleg sugarának,
az esőnek, a hónapnak, az őszennek s a nyárnak.
A terasz virágát szívesen ápolom, gondozom,
horgolok, színezek minden áldott napon.

Társaimmal életünkről sokat beszélgetünk,
a régi szép emlékek derűt adnak nekünk.
Adj még jó Istenem hitet, erőt nekem, hogy
fájdalom nélkül élhessem életem!

Jellige: Boldog születésnapot!

Születésnap az otthonban

Kedves Ünnepeltek !
Hűvös reggelre ébredtünk,
de annál inkább melegebb szívvel
köszöntjük az ünnepelteket.
Azt kívánjuk nektek,
hogy még sokáig köszönthessünk
titeket, mert születésnap mindenkinek
csak egyszer van egy évben.
Hiszen mindannyian tudjuk,
hogy gyorsan múlnak az évek.
Reméljük, hogy a következő
születésnapotok is ugyanilyen
boldog és meghitt,
lakótársak között tölthetitek el.
Továbbra is maradjunk ilyen szeretetben,
kölcönösen becsüljük tiszteljük egymást!
Fogadjátok tőlünk szeretettel ezt az egy pohár pezsgőt!
Mégegyszer gratulálunk!
Fogadjátok szeretettel a köszöntőket.
Isten éltesse sokáig benneteket!
Szeretettel a lakótársaitok.

Jellige: Rádi kör

Elalvás előtt

Este van este van
nyugalomra vágyunk,
órák óta már megvetve az ágyunk.
Udvaron fehérlik
lepedő meg ciha,
ablakból kinézve közelg az icaka.
Fülünk figyel a kellemes csendet,
nemsoká, mert valaki csenget.
Esemény!
Vaj ki jöhet nyolc óra körül?
Egy kedves nővér
az emeletről lependerül,
majd mikor végez a jövővénnel,
kiabál egyet - a fürdetési igénnyel.
Kicsoszogunk lassan, törölköző kezünkbe.
Mit felejtünk még el?
Nem jut az eszünkbe.
Csak remélni lehet,
hogy a napnak ezzel vége,
á dehogy, most jön csak a lényeg.
Jönnek a nővérek
hozzák a pelenkát,
ezt bizony csak a kivételezettek kapják.
És mikor úgy néz ki,
hogy régen mindennek vége,
megjön a gyógyszer, mit lenyel a gége.
Végre ez volt az utolsó fejezet,
és a párnánkra lehajthatjuk fejünket.
Jó éjszakát!

Joó Kálmánné: Idősek napjára

Becsüljük az öregeket,
Az elfáradt öregeket.
Ráncos arcuk ne búsuljon,
Vigasztaljuk, hogy viduljon.

Ők is voltak fiatalok,
Mint most Ti vagytok, fiúk, lányok.
Ám az idő kegyetlen eljár felettük,
Alig éltek, máris vége már.

Becsüljük az öregeket,
Fogjuk meg kérges tenyerüket.
Ne hagyjuk magukra,
Ők se hagytak minket soha magunkra.

Öregjeinket próbára tette az élet,
Volt háború, rendszerváltás,
Forradalom, s újra váltás.

Elfáradtak, pihennének,
De sokan nehezen élnek.
Fiatalok, idősek, ne hagyjátok magukra,
Figyeljétek, hogyan élnek, ha látjátok, segítsétek.

Joó Kálmánné: Születtünk

Születtünk, majd meghalunk,
Az élet a kettő között az út.
Az út, ami egyre rövidebb,
Váltakozva búval és örömmel.
Fogadjuk úgy, ahogy illik.
Örülünk neki, hogy élünk,
Végezzük a dolgunkat,
Majd pihenünk együtt a társakkal.
Mi boldogan éljük napjainkat
Ha lassul is a tánc
Ha halkul is a nóta.

Majd találkozunk vidáman
A legközelebbi napon
Itt az idősek otthonában
Nagy-nagy szeretettel
Feledve minden gondot.

Kalocsai Mihály: A mi klubunk

A Veres Péter úton van egy klub,
ez a mi második otthonunk.
Neve: Szépkorúak klubja,
ami büszkén virít rajta.
Tagságunk úgy él, mint egy család,
szeretjük és megbecsüljük egymást.
Tudjuk családban is vannak gondok,
de a család mindent megoldott.
A klub vezetője, akit mindenki szeret,
sok jó programot szervezett.
Gondozói segítségével sokat tett,
kijár nekik a köszönet.
Minden hétközben itt vagyunk,
sokszor dalolunk, kártyázunk, vigadunk.
A névnapokat is megünnepeljük,
délben finom ebédet eszünk.
Általában vidámak vagyunk,
egymás viccein jókat kacagunk.
Alkalmanként kirándulunk,
múzeumba, színházba járunk.
Szeretetünket is kimutatjuk,
mikor betegtársat látogatjuk.
Testvérlukkkal ha kirándulunk,
akkor is vidámak vagyunk.
Klubvezetőnket az is dicséri,
híresek klubunk vendégei.
Közismert emberek, akik hozzánk jönnek,
színészek, sportolók okoznak örömet.
Örök emlék a fotózás velük,
vissza nem térő emlék nekünk.
Mindezekért köszönetet mondunk,
vállaljuk, hogy ez a MI KLUBUNK.

Kamasz Marika: A vihar

Zokogva sírnak a sötét fellegek,
Ijesztő képükkel gyorsan közelednek.
Itt van már a fákat cibálja,
Csemetéket tövestől kirántja.
Hatalmas zápor kerekedik nyomban,
Veri a hegytetőt, lezúdul onnan.
Mintha a felhőknek temérdek szeme volna,
Az utcán csobogva patakká egyesül,
Aknába bebújva habozva kényszerül.
Néhol ablakot nyitnak a kíváncsi fellegek,
Hogy ideleln a Földön széjjel nézhessenek.
Azután szintén elered,
Cikkázó villámokat a Földre küldenek.
Most erős a zápor,
Közben föl-föl zokog,
Bármit az útjában erősen ostoroz.
Szinte súlya van a nagy záporosónek,
Mikor lesz vége már az ítéletidőnek?
Egyszer csak csendesül,
Épphogy szítál,
Még egy kicsit esik,
Azután megáll.
Majd széjjel húzódnak a sötét fellegek,
Szellők szárnyán tova másfelé repülnek.

Kazi Istvánné Takács Erzsébet: Ma már történelem

Két olyan eseményt szeretnék közzétenni, ami mindig, még a mai napig is foglalkoztat. Ma már történelem. Már csak mi, 90 évesek vagyunk a túlélői. Szeretném átadni az utókornak, unokáinknak.

1945 március 17-e. Budapest elesett!

A Vértes hegység erdőjébe beásott szovjet csapat, és a Budapesten felszabadult haderő, rohamszerűen megindult a nyugati határ felé.

Oroszlány, a szülőfalum – kezdő bányászváros – a roham útjába esett. A falu felvégén, a kertek aljai patak partján, gyalog menekültek az erélyi fiatal kiskatonák. Páni félelem volt a szemükben. A Fő utcán tankok és katyusák dübörögtek, sortüzeket leadva. A házakból kíváncsi emberek jöttek elő. A mi házunkkal szemben egy anya életét vesztette, a nagymama és unoka megsebesült. Anyám, 14 éves nővérem és én – 11 éves – a házban hallgattuk nagy félelemben a harci zajt.

Házunk két szobája közötti ajtó üveges volt, láttuk is az utcai eseményeket. Azonban ez az ajtó nagy veszélyt jelentett. Egy fáradt szilánk, mely átütött két ablaküveget, anyánk fejét sebezte meg.

A padlóra esett vérző fejjel!

Nem tudom melyikünk ötlete volt, kirohantunk az utcára a tankok mellé, hívó jelzéseket adva kezünkkel.

A folytatás mesébe illő, de IGAZ!

Megállt a tank. Kiszállt egy orosz katona. Hívogató jelzések után bejött a házba és ellátta édesanyánk sebét, amely szerencsére nem volt súlyos. Örömünkre édesapánk is hazatért a kertek alján lopakodva.

Csoda történt? Mi hívó nevelést kaptunk. Jó példát is hozza.

Bátorság volt-e, vagy ösztönös hit a felettünk lévő hatalmas erőben? Én nem tudom.

Önökre bízom a választ.

1948-52. évi lakosságcsere.

Lakosságcsere. Milyen idegenül csengő szó!

Kegyetlen, embertelen, kommunista, politikai akció!

Európa és magyar vezetés szégyene!

Máig tartó sebeket ejtett ez a „művelet”. Családok százait szakították szét. Vagonokba rakva vitték őket az ismeretlenbe, hátrahagyva egész eddigi életüket, testvéreket, barátokat, szülőket, gyermekeket, vagyonukat.

Két formája volt ennek a szörnyűségnek.

1. Kötelező: pár óra leforgása alatt kerültek vagonokba a kiszemelt családok. Pár nap múlva egy idegen országban folytatták életüket, gyakran ellenséges környezetben, megfosztva teljes vagyonuktól.

2. A választott áttelepülés – önkéntes -.

Ezt a formát közelről ismerem. Erről szeretnék írni, az 1940-es évek végén történt Oroszlányi eseményekről.

Oroszlány egy kis falu a Vértes hegy alján. A tatari Eszterházy család népesítette be, Zólyom vármegyéből hozott szlovák, evangélikus telepeseikkel. A földhöz jutott lakosság felépítette házait. Templomot is épített szintén a grófi birtok segítségével. Lebontották a majkpusztai „Remeteségi” templomot. (A tornya a régi helyén maradt. Ez, és a kis remeteségi házak kedvelt kiránduló helyek.)

A bontott anyagból Oroszlányon építették fel, a mai napig használt evangélikus templomot, barokk stílusban. Jogot kaptak a vallásuk gyakorlásához is.

Oroszlány, a MÁK (Magyar Általános Kőszénbánya) bányanyitás előtt egy kb. 300 lelkes település volt. Amint már említettem szlovák ajkú lakossággal. 3 magyar református ipari család, és 5 sváb katolikus család lakta teljes egyetértésben.

A második világháború befejezése után kezdődött a széthúzás, főként a pártok színrelépése miatt. 1948 után fokozódott a helyzet.

Szlovák agitátorok jelentek meg a faluban. Főleg tanítókat használtak erre a célra. Házról – házra járva csábították a gazdákat áttelepülésre, dús termőföldek, szép házak ígéretével. Az először jelentkezőknek a „hangadók” megmutatták házaikat, melyeket kiválaszthattak.

Az ott lakó magyar családokat pedig, vagyonukat, házaikat, bővebb rokonságukat, barátaikat hátrahagyva vagonokba rakták, Egy ismeretlen faluban találták magukat, a hátrahagyott házakban. Mindenben segítette őket a falu népe.

Én, gyermek létemre felháborodva, nagy ellenszenvet éreztem a falumbeli rokonaim viselkedésével szemben.

Azok, akik „aláírtak” elfelejtettek magyarul beszélni. Vasárnaponként, a templomi szertartás alatt, végig vonultak a Fő utcán, szlovák zászlókkal, szlovák dalokat énekelve.

Minket, akik nem „írtuk alá” meg akartak félemlíteni: ha nem jöttök, ti maradtok itt egyedül, mondták. Bánhatjátok majd, ha kimaradtok a jóból.

Később híre ment: esténként Szlovákiában, nem mertek kimenni az utcára a szép házaikból.

A nép hangja erősen hallik néha.

Azonban erre is megtalálták a „gyógymódot”.

Ők lettek új hazájukban a TSZ (Termelő Szövetkezet) alapítók, az új politikai elit.

Felnőve sem voltam büszke magyarjainkra, rokonaimra.

A politika így rombolta szét a közösségeket.

A szlovák templomi szertartások teljesen elmaradtak Oroszlányon.

A sebek lassan gyógyulnak.

Kázmér Magdolna: Mit ad nekem a vers?

Gondolataim a magyar költészet napjára

Április 11- dike közeleg. József Attila születésnapján a költőóriásra emlékezünk és vele együtt a költészet napját ünnepeljük. Ezen a napon országszerte színházi esteket, felolvasásokat tartanak, szavalnak, a verseké a főszerep.

A papírlapra vetett költemények, könyvekbe zárt csodák - amiket ránk hagytak a költőink, ilyenkor mintha útra kelnének, bekopognak az emberi lélek ajtaján.

Mi is emlékezünk az Olvasókörben, és a foglalkozásokon itt a Szeretetotthonban – kedvenc versekkel, ritkán hallott történetekkel. A vers ott van az ünnepeken karácsonytól húsvétig, a bölcsőtől a sírig, mert minden élethelyzetre íródott költemény. Olyan, mint egy patika: minden bajra van valami orvosság, így van ez a versekkel is. Magam is nagyon szeretem őket.

Minden akkor kezdődött, amikor beköltöztem az Otthonba. Olvasni mindig is szerettem, érdekelték a könyvek, de leginkább a regények, novellák kötöttek le. Hamarosan a könyvtárba vitt az utam, és a történetem két ajándékba kapott verses kötettel folytatódott. Saját magamra, saját sorsomra ismertem a versekben. Ezek a könyvek azóta is ott vannak velem, forgatom, lapozgatom őket nap mint nap.

A vers azóta az én mentsvárom és örömöm. Verset olvasok, ha bánatos vagyok és akkor is, ha boldog. Mindennap mikor felkelek az első, hogy a Biblia imádságai után kézbe veszek egy kötetet és bújom a sorokat. Sokat segítenek lelkileg, a megkeseredésből kitörni, megnyugodni, erőt meríteni.

És most már nemcsak olvasom őket, hanem írok is, barátoknak köszöntőket, alkalomra rövid verset. Bizony, én voltam a legjobban meglepődve, amikor megírtam az első költeményemet.

És hogy mit ad nekem a vers?

Nekem mindent: nyugalmat, békét, barátokat.

A legnagyobb öröm az a pillanat, amikor látom az emberek szemében a csillogást, az arcukon a mosolyt és a versekért cserébe kapok egy nagy baráti ölelést.

*„Szeretem a hajnal kibomló titkait,
szeretem a déli fényeket.*

*Szeretem az alkony tökéletes báját,
s a mindent tudó, csöndes éjelet.*

*Szeretek mindent, ami újat ígér,
szeretek mindent, ami az élet.
Szeretem az életem múlását,
mert nem vesznek el semmit sem az évek.*

*Szeretem az életben Istent,
mert Őbenne lett enyém az az örök élet.*

Páskulyné Kovács Erzsébet verse”

Keszthelyi Lászlóné: Tartozni kell valahová

Visszagondolva az élet alkonyán
mindig is így volt, volt egy család.
Melybe beleszülettünk, gyermekként éltünk,
ahol boldogok lehettünk.
Felnőttként már mást jelentett,
felelősség, gond, áldott teher,
ami még mindig boldogsággal tölt el.
Látni, hogy gyermekünk felnőtt,
van kiért élni, van miért dolgozni.
Van kit ölelni, szeretni,
de valahogy mára minden megváltozott.
Gyermekünk messze él, távoli vidéken,
néha ír, vagy telefonál.
Napjainkat jellemzi a magány,
férjüket vagy az Úr szólította el,
vagy éppen más nőre talált.
Már nem nyitja ránk senki az ajtót,
senki nem szól, s nem jön felénk.
Nincs kihez beszélünk, kedvesen ránéznünk.
Nem kell ennek így lennie, az élet így nem múlhat el.
Valahová tartoznunk kell.
A reményt soha ne adjuk fel,
ha nyúl felénk egy kéz, fogadjuk el.
Sosem vagyunk egyedül, ezt jegyezzük meg,
csak úgy lelhetünk másokra,
ha szívünk kinyílik, mint egy virág.
Ne zárjuk be lelkünk kapuját.
Ne ragadjunk a múltban, ne keseredjünk el,
amíg dobog egy szív, addig élnünk kell.
Keressük a szépet, a jót, akkor ránk talál,
mindig van egy közösség, ami mi ránk vár.
Ezért is hozták létre az idősek otthonát.
Közösen meglelhetjük az élet szép oldalát,
mert idős korban is lehet boldog a világ.
Már nem adjuk fel, mert tartozunk valahová,
ahol az ember gondoskodó szívekre talál.

Keszthelyi Lászlóné

Kis Erzsébet: Együtt, egymásért

Szeretem a tavaszi reggeleket, amikor a kikeleti friss fuvallat átsuhan a kerten, s a nyitott ablakon át beragyog az áldott napfény.

Ilyenkor, a kávé mellett, lehet emlékezni, nosztalgizni, terveket szőni.

Jó 10 éve már annak, hogy kolleganőmmel (S.A.), a nyüzsgő munkahelyünkről „elkarikáztunk” a csendes Szociális Otthonba. Voltak, akik egykedvűen üldögéltek az udvaron, mások nyitottak voltak. Beszédbe elegyedtünk.

Ki-ki mesélt a családjáról. Volt, aki énekelt, vagy saját költeményét mondta el.

Felsóhajtottunk. – De jó lenne szebbé, élhetőbbé tenni a napjaikat.

S íme, most itt vagyok én is, (2024.02.28. óta)

S tartom magam ahhoz, amit anno elhatároztam. A költő szavaival élve:

„Nem elég jóra vágyni: a jót akarni kell! És nem elég akarni: tenni, de tenni kell! A jószándék kevés! „ (Váci Mihály: Még nem elég)

Csak közös akarat, egymást segítve érhetjük el, hogy ki így, ki úgy, de beilleszkedjen ebbe az új életformába, s amennyire lehetséges kibontakozhasson!

Én és a szobatársam (Katika), az otthonainkban is nagyon szerettünk kertészkedni. Folytattuk hát itt is. Csillapíthatatlan vágytól hajtva fellazítottuk a „Napos Udvar” talaját. Szükség szerint trágyáztunk is. S idejében palántáztunk – részben az összeadott forintjainkból, részben az Intézet számára felajánlott adományokból. A szorgos munka meghozta gyümölcsét. Egész nyáron virított a petúnia, a napvirág, a portulácska és a dália. Megelevenedtek az ajándékba hozott, kiültetett szobarozsák is. Sikerült némi varázslatot is belevinni a színváltogató lámpácskákkal és az „ört álló” világító szemű szurikátákkal.

Szívesen emlékszem vissza a nyári programokra is, többek között a társintézményekkel való – mindig szívélyes és bensőséges találkozókra.

Pl. Túrkeven húsvéti nyuszikat készítettünk kartonból, ki-ki képességei szerint. Egyikőnk sablon után megrajzolta a nyuszikat, másikunk a pofikáját alakította ki, míg volt, aki kivágta a formákat. Együtt, jó hangulatban. Az intézet dolgozói oly kedvesek voltak, hogy lehetőségeikhez mérten meg is vendégeltek bennünket.

Igen emlékezetes számunkra a bánhalmi, nagyarányú rendezvény, több társintézmény bemutatkozásával, szereplésével. Mi többek között a „lábbal” mutatkoztunk be.

Kenderesen az idősök napját ünnepelték a szépkorúak. Itt a polgármester úr keresetlen, de megható szavakkal ecsetelte az idős kor szépségeit és hátrányait. Míg Kunmadarason komplex életvezetési tanácsadón vettünk részt: orvos, pszichológus, diabetikus előadását követve. Továbbá egészséges finomságokat kóstolhattunk. Lehetőség nyílt vércukorszint, valamint vérnyomásmérésre is.

Ám a mi szüreti bálunk sem volt utolsó! Igazán impozáns látvány volt a sok hófehér terítővel lefedett asztal, rajta pogácsa, tea és üdítő. Hát még a fűszeres forraltbort!

Sok-sok hozzátartozó és vendég élvezhette a gondoztak s a nővérek által betanult táncokat, s egyéb szerepeket. Majd az est „fénypontja” a tombolahúzás volt. özőn tárgyat gyűjtöttek össze a megbízottak. Látni kellett volna a sok vidám arcot, volt aki 2-3 tárgyat is nyert. Én egy

borotválkozás utáni arcszeszt és egy sapkát találtam a dísztasakban. Mivel nem volt rá szükségem, elajándékoztam. Micsoda élmény volt a szarvasi kirándulás is, máig visszavágyunk. Köszönjük szépen a kedven Főnökasszonyunknak és a szervezőknek, továbbá a segítőknak.

Igen ám, de mi történjék az olyan őszi-téli napokon, mikor még az ég is szürke, mint a hamu? Nos, fejlesztő-foglalkoztatóink a beltéri foglalkozások során, gondoskodnak a kognitív képességeink szinten tartásáról, a szem-kéz koordináció, a térészlelés erősítéséről. Megfelelő játékokkal, többféle tevékenységgel. Megemlékezünk az éppen aktuális eseményekről, az ünnepekről, az előadásokhoz kapcsolódva feladatokat oldunk meg, vagy éppen dekorációs anyagot készítünk a faliújságokra.

Külön oldalt lehetne szentelni a Mikulás és a karácsonyi eseményeknek. Egy pillanatra földbe gyökerezett a lábam, mikor betoppant a szobánkba a Mikulás, a Krampusz kíséretében, annyira igazi, annyira eredeti volt!

No, és a karácsonyi készülődés: a mézeskalács készítés, a fenyőfára díszdobozok készítése. A legnagyobb fenyőfát közösen díszítettük: mi a gondozottak, és az „irodatündérek”, élükön a Főnökasszonyunkkal. Közös fotózással zárult a díszítés, főhelyre a 102 éves Erzsike néni került. (Sajnos már elhunyt). Feltétlen szólnom kell Fejlesztőink habitusáról (E.....ke, I.....ke, L.....ka.)

Lelkesedésükkel, fiatalos bájjukkal, gyakran felcsendülő vidám kacagásukkal mindig felvidítanak bennünket. Ám nem feledkezem meg a gyógytestnevelőnkéről sem (I....ka), aki teli derűvel, mosolygósan érkezik, hogy levezesse a szakmailag átgondolt, a fokozatosságot és a gondozottak aktuális egészségi állapotát is figyelembe vevő tornát.

De jó is szép napos délelőttön – kinn, a gyepes udvaron elhelyezett székeken tornázni – még a kerekesszékes lakótársaink is bekapcsolódnak. Nos ráadásként – agytorna . memoriter játék, ügyességi játék zárja a foglalkozást. Nagyon sokat lehetne írni a nővérek áldozatos munkájáról, a nővér-gondozott kapcsolatáról. A megfeszített munka miatt kevés idő jut a személyes kapcsolatok ápolására. Mivel különböző habitusúak, van köztük csendes-szorgos, van, akinek karcosabb a modora. Időnként megállnak munka közben, tesznek 1-1 tréfás vagy „építő jellegű” megjegyzést a faliújság dekorációjára. A torna közben 1-1 tréfás mozdulattal jelzik, hogy figyelnek ránk.

Nekem példaképem (G-né) E....ke. Már a kezdet kezdetén segített, mikor kikerültem ide és nem voltam járatos a Pavilon épületében. S mikor segítséget kértem, elsőként felpattant, hogy elkalauzoljon a megfelelő irodába. Gyakran kértünk Tőle tanácsot, a szobatársammal. Máskor kértük meséljen az életéről, munkájáról. De jó lenne, ha nem menne még nyugdíjba! S a hallgatók körében is kamatoztatná azt a sok tapasztalatot, emberi hozzáállást, amelytől a nővéri munka nem csupán szolgáltatóssá, sokkal inkább hivatássá válik.

Mindig is érdekelt az egészségügy. Most például arra irányul a figyelmem, miféle eszközök tehetik könnyebbé az ápoltak életét, valamint miként könnyítik meg az egyes eszközök, alkalmatosságok a nővérek munkáját.

Egyre több, - a beteg biztonságát jobban szolgáló – eszköz jelenik meg. Pl.: fürdető ágy: forgatható, kerekesszékes. Az ágyhoz kötött betegek ellátására. Tusoló szék – fékkel, kerekesszékes járókeret.

Kerekesszékes emelőszék, állítható magasságú WC magasztató – csúszásmentes kartámasszal, dönthető fotelek a mozgáskorlátozott személyek számára.

Úgy érzem, több gondot kellene fordítanunk az ágyhoz kötött betegekre. Az éves, gazdag programunk keretében sajnos nem kaptak elég figyelmet.

Azonban, ha megalakítjuk a kis dalárdát, s az olvasókört, ez azért is lesz üdvös, mert mód nyílik az ágy melletti felolvasásra. Természetesen a kedvenc nótájuk eldalolására is. Ha nem foglalkozunk velük, elveszíthetik tér-és időérzékelésüket, s magukba fordulhatnak. Netán „jön” a demencia.

Sajnos szűk a terjedelemre megadott keret. Zárszóként annyit írok:

Köszönjük, Önöknek, hogy gondoltak ránk, s lehetővé tették a pályázat megírását.

Kiss Jánosné: Levél barátnőmnek

Drága Izám!

A múltkori telefonbeszélgetésünk jutott eszembe a minap. Kérdezted, hogy élek mostanában? Gondoltam megírom egy átlagos napomat Neked, ebből láthatod, hogy már beilleszkedtem az Otthonba.

Lágy napsugár simogatja a szemem, a folyósón kocsit tol valaki. Fel kell kelni! Kinyitom a szemem, nyújtózkodom, a polcra a legkisebb dédunokám fotója mosolyog rám, visszamosolygok. Ez a nap jól kezdődik! Mosdás, ágyazás, reggeli. Ma kedd van, sok a teendőm. Közös torna, majd 10-órakor Bibliai vetélkedőre sietek. Kis csapatunk lelkesen várja az online kéréseket. Nagy az öröm! Mind a 20 kérésre jó választ adtunk. A közös siker erőt, és biztatást ad a további tanuláshoz, ebéd után kis pihenő. Majd 14-órától a kupola teremben találkozunk. A Dalkör tart foglalkozást. Egyik társunknak névnapja van. Ilyenkor közös dallal köszöntjük az ünnepeltet. Majd iszunk egy finom gyógyteát az egészségére. Vidám éneklés után ki-ki a szobájába megy. Korai vacsora után, a TV ad némi kikapcsolódást. A szobatársam korán fekvő, ő már 21-órakor alszik. Én még sokáig olvasok vagy ha jó filmet találok, fülhallgatóval nézem a TV-t, hogy ne zavarjam őt. A film vagy olvasás után, ha leoltom a lámpát, hálát adok az Úrnak, a békés, problémamentes napért, és azért, hogy megtartja kegyeiben a családomat, és engem.

Minden ilyen szép nap könnyebbé teszi az öregedéssel járó fájdalmakat, és terheket. Minden napnak ilyen szép békésnek kellene lennie, hogy boldogan ünnepelhessem a családommal a 87. születésnapomat majd augusztus 5-én. Boldog és szerencsés embernek tartom magam, mert mindkét gyermekem, 3 unokám, és 7 dédunokám szeretettel gondol rám, és én is rájuk.

Kell ennél több egy hosszú és nehéz, küzdelmes élet végére? A válasz: ez a boldog, egyszerű, jó nap!

Hát így telik el egy jó nap mostanában. A rosszra meg ki akarna emlékezni?

Szeretettel ölel barátnőd,

Marika

Pécs, 2025. április 5.

Kiss Miklósné: 421-es szoba

Ha belépsz a 421-esbe, ne légy meglepődve
az előszobában van egy gyönyörű szekrény
nem modern, de gyönyörű szép.
Ha belépsz a kicsi szobába, a jobb oldalon
megakad a szemed bohócokat látva.
A kedves kis sarok kellemes látvány,
van látnivaló csak sétálj tovább.
A szép díszes ágy, mellette kis szekrény áll,
benne díszleg sok kis emléktárgy, csak nézzél szét.
Tetején néger baba, virágcsokor, díszíti tetejét.
Mellette szép nagy asztal foglalja a helyét.
Az asztalon díszleg a sok tarka virág,
felette egy tükör és az állatvilág.
Mellette kis szekrény, rajta éjjeli lámpa,
virágok díszlegnek szemet kápráztatva.
Kanyarodva erkélyajtó, nyáron mindig tárva
mellette szép nagy ablak panorámát látva.
A szép zöldellő erdő minden színárnyalata
minden fának hajladozik gyönyörű szép ága.
Ablak előtt áll egy szekrény rajta TV készülékkel,
gyakran a jó műsort nézve elszundítunk szépen.
A másik oldalra fordulva, ott egy kicsi szekrény
fényképekkel, virágokkal díszlegnek, mely igen szép.
Tovább haladva egy tágas asztal, rajta virágerdő
emlékekkel halmozva, mely gyönyörködtető.
Falvédő az asztal fölött, körbe virágokkal,
templom és kicsi házak kedves sugallatával.
Rajta egy ifjú pár, egy szép régi dallal.
Virágerdő, szép emlékek sorban,
boldog vagyok, ha ránézek és emlékezek nyomban.
Következik az ágyacskám, díszítve párnákkal,
fölötte egy csillag ragyog, várva mit hoz a holnap,
igaz megnyugvással.
Végső állomás egy kicsi falipolc,
rajta fészület és két gyertyatartó, családi örökség
mely nekem nagyon fontos és értékes.
Kétgyönyörű unokám fényképe van rajta,
akik nekem örömet és boldogságot adja.
Aztán rajta egy kis képen én és nagyapjuk. Nagyapjukat csak
a képen láthatják, nem ismerhették, mert nagyon
régien elhunyt.
Bezárul a szoba szép fehér függönnyel.
Aki itt belépsz, érezd jól magadat a muzeális
környezetben.

Budapest, 2024.05.12.

(Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti Idősek Otthona)

Kiss Miklósné: Idős Otthoni élet

Idős Otthonban élni
Nem nehéz az élet,
Csak egy kell hozzá
Szeretet és béke.
Békében élni, szeretet
adni, ha ezt teszed
vissza fogod kapni.
Ha kialakítod magadnak a
környezetet, barátokat
boldogságban telnek
napjaid, „az idő szalad”.
Észre sem veszed, az
évek múlását, megöregedtél,
de szíved ifjú maradt.
Családoddal kapcsolatod
legyen, ez az élet rendje,
csak hinned kell.
Vegyél részt a közösségi életben,
kapcsolódj be minden rendezvényen.
Adj időt a szórakozásnka,
pihend ki magadat,
ez a feladatod,
felejtsd el a rosszat.
Ha betartod ezt a pár szabályt,
észre sem veszed,
hogy örök élet vár Rád.

Budapest, 2025.04.08.

(Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti Idősek Otthona)

Komoróczy Jánosné: Tavasz

Eljött a szép tavasz, mit nagyon vártunk, mert sok tavaszt megéltünk szeretetben, boldogságban és sok-sok bánatban. De ezt félretéve köszöntünk tavasz, köszöntünk mindent, mi van egünk alatt.

Cammogva csepegett az eső, bár a kikelet azelőtt jó időt hozott, a madarak énekét. A kis cinege mókásan ugrándozott, miközben csak a fának énekelt, és azoknak a madaraknak, kik messzi földről vándoroltak, hogy itt költsék ki fiókáikat.

A fecskemadár keresi fészket, - boldogan rátalál -, meg a gólyamadár szalmatetős fészekre leszállva szépen kelepelve, hogy messzi földről érkezett, hosszú út van mögötte. Neki is van bőven dolga, hiszen eközben mosolygott a rózsza, tudja, hogy Isten asztalán van tápláléka.

Az embernek is – ki megállt az ajtóban -, rengeteg tennivalót hoz a tavasz, kibontja a virágokat az avar alól. Nyílik a hóvirág, tiszta fehér színben, na meg az aranyeső sárga ágai is hívogatóak voltak sok-sok erdei kisállat számára, akik közül különösen az egyik mókusz mókásan ugrándozott, miközben testvéreit szólongatta egy kis játékra az újjáéledő erdőben. Aztán a tavaszi virágoskert is tartogatott meglepetéseket, ugyanis sok színben virágoztak és ontották illatukat. A kis kerti lakban könyvespolcok rejtekében lapult meg a fiatal rózsza, a pünkösdi rózsza mely végül a leány kezébe került s lett belőle igaz, életre szóló szerelem. Nem felejttem az orgonát sem, az akácfa utcát, amit végig jártam sok-sok éven át. Így éltem meg sok tavaszt és sok virágnyílást, szeretettel tekintek reájuk, gondolatban mindig visszajárok. Manapság az emlékeim által szépítgetem, ápolgatom az idősotthon virágait, mert amíg bírtam erővel, időmet a kertben töltöttem.

Minden évszaknak van üzenete, a napok csak múlnak egymás után sorban. Lakótársak hangulata, jókedve rám ragadva visz tovább engem, hogy jó volt a döntésem, mikor beköltöztem. Sors és kortársaimmal túl a nyolcvanon, úgy gondoljuk, hogy lesznek még szép napok.

Kormos Ferencné: Egy napunk az otthonban

Reggel korán kelek. Tisztálkodás, öltözés és indulhat a nap. Várjuk a reggelit, ami 8 órakor van. Nagyon szeretem, ha kalácsot kapunk, de sajnos a kakaót nem ihatom meg, mert tejérzékeny vagyok. Délelőtt foglalkozás következik. Mindennap más és másféle foglalkozáson vehetünk részt. Különösen a kvíz játékokat szeretjük. Aztán van, hogy a betűkkel kell szavakat mondani. Ezeket is nagyon szeretem, az ember agya egy kicsit ilyenkor megmozdul. Olykor vendégül látunk iskolásokat, óvodásokat is és jönnek hozzánk zenés énekes előadók is. Beszélgetni is szoktunk. Ilyenkor többféle gondolat előjön, néha olyan is, amiről nem is tudtuk, hogy bennünk van. Ezek jó napok, az ember ilyenkor jó impulzusokat kap. Vidáman telik a délelőtt. Jó a társaság. Szeretem a délelőttöt.

Az otthonban nagyon finomak az ebédek. Lakótársaimmal szeretjük a grízes tésztát, de azt ritkán kapunk. Ebéd után aztán lehet pihenni, olvasni, rejtvényezni, vagy kimenni az udvarra. Aztán 5 órakor vacsorázunk. Sokszor van sült zsír, ami mindannyiunk kedvence. Vacsora után egy kis tv nézés is van. Szeretem a régi filmeket, ha adnak mindig meg nézem. Aztán időközönként a lakótársaimhoz is bemegyek egy kis beszélgetésre. Ilyenkor kicsit felvidulok.

A napok gyorsan telnek, hétfő van, és aztán szinte rögtön péntek, és már el is múlt a hét. Hát így telnek a napjaink az otthonban. Hol mozgalmas, hol kevésbé. Nincs egyforma nap, mindegyik más és más, de a legfontosabb, hogy az otthonban élők megéljenek minden szép pillanatot.

Szeretek itt élni!

Kovács Ferencné: Április

Bolondos, szeszélyes
Szép tavaszi hónap,
Nyújt hideget, meleget,
Heves szélviharokat is hozhat!

Mi itt az otthonban
védett helyen vagyunk.
Nincs gondunk és ellátást is kapunk!
De a fontos, hogy emberek közt vagyunk!

Én egy éve vagyok lakója
A Matyóföld idős otthonnak
Szabadságot feladni
Nem volt könnyű soha!
De kárpótol a közösség
És sorsunk nem lesz mostoha!

Mezőkövesd, 2025. április 7.

Kovács Ferencné
Kerekes Ildikó
az otthon lakója

Kozma Ferencné: Kék és zöld

Etelka néninek ebéd után a nővér kinyitotta a parkba nyíló ajtót. Kerekesszékekkel végig gördült a lebetonozott úton. Balra fenyőfák néztek rá, a jobb sarokban szomorúfűz lógatta bánatosan a leveleit. De a tavaszi napsütés, a sarjadó fű és az ég csodálatos kékje derűvel töltötte meg a szívét. Az út végén megállt, s ahogy az égre nézett, mintha egy másik világba cseppent volna...

Meleg nyári nap volt. Eta és Flórián kéz a kézben felfelé haladt az erdőtől övezett kanyargós hegyi úton. Kissé elfáradtak, ezért leültek arra a két fatönkre, amely turisták pihenőhelyéül szolgált. Flóri megéhezett, ezért táskájából egy zacskó sós tallért vett elő. Eta termoszt adott neki, amelyben friss hideg víz volt. Hirtelen ott termett egy mókus, kikapta Flórián kezéből a sós tallért, és egy szempillantás alatt fent termett a fán.

- Na de ilyet! – kiáltott fel a megdöbbenő fiú.
- Ha minden turistától lopkodnak, a végén még elhíznak!
- Lassan el kell indulnunk, ha fel akarunk érni a templomhoz. – aggodalmaskodott Eta.

A két fiatal Gubbio város központjából indult. Ez a kéthetes utazás Itáliában egyben a nászútjuk is volt, de ahelyett, hogy egész nap az olcsó panzióban lustálkodtak volna, igyekeztek minél többet látni, gyönyörködni a tájban és az emberi kéz nagyszerű alkotásaiban.

- Képzeld csak el – szólalt meg Eta – ezen az úton ment végig Assisi Szent Ferenc Ingino hegyéig, télen-nyáron mezítlábas papucsban. És itt győzte le a szeretet erejével a vérszomjas farkast, „aki” végül megbékélt az emberekkel, mert Ferenc kérésére enni adtak neki, és amikor aggkori végelgyengülésben elpusztult, Gubbio lakói még meg is siratták.

Gubbioról szól az egyik leggyönyörűbb regény, amit Eta és Flórián egy borús téli estén odahaza Budapesten egymásnak olvastak fel. Szerb Antal remekműve volt, az Utas és holdvilág, amely íróját akkor is halhatatlanná tette volna, ha ez az egyetlen alkotása. Felértek a hegy tetejére. Az itt álló középkori templomban őrzik azt a három óriási (több mázsa súlyú) gyertyatartót, amit májusban, a város ünnepén, a legerősebb férfiak futva visznek végig, egészen Gubbio központjáig, ahol az emberek – öregek, fiatalok és gyerekek – üdvölgözéssel köszöntik őket.

...

- Milyen kék az ég! – kiáltott fel Eta a Tisza parti kertes ház udvarán, vendégségben Flóri szüleinél.

- Nézd, Flóri, olyan, mintha ecsettel festették volna. Nekem a kék a kedvenc színem!
- Nekem viszont tudod, hogy a zöld. – mondta Flóri.

Az élet színe, fák és bokrok eleven színe, elűzi a szomorúságot, Tudod, hogy melyik a legkedvesebb versem, számtalanszor idéztem már neked.

García Lorca írta:

„Zöld szeretlek, zöld imádlak

Zöld szél, zöldbe borult ágak”

- Tudom, Flóri – mondta halkán Eta.
- Azt hiszem, mindkettőnknek együtt van igazunk:

Zöld és kék, kék és zöld, mindegy milyen a sorrend. Az élet szépségének, a nyugalomnak és az örök optimizmusnak a színei, vigaszt adnak a szomorúságban, elűzik a kétségbeesést.

...

- Etelka néni, de sokáig szundikált! - szólt a kedves arcú nővér, egyike azoknak, akik az idős otthon lakóit gondozzák.
- Nagyon jól aludtam, és csodás álmom volt, kedves Virág – felelt az idős hölgy.
- Minden csupa kék és zöld volt, mint amilyen most is, és ettől olyan boldog vagyok...

Kozma Ferencné

Olajág Otthonok Mátyás tér

Letkó Judit: Ez egy csodás nap volt!

Zoli gondolatai egyre a mama körül keringtek. Vele is vajon mi lesz? 80-as évei közepén ballagott. Mostanában sokat panaszkodott a szívére és a vérnyomása is rosszkedű volt, de amúgy fürge volt és tevékeny. Abban az időben, - még katonaság előtt – sok időt töltöttek együtt. Zoli próbálkozott egy otthonnal is, de a mama kis sem hagyta szólni.

- Persze! Aztán minek mennék én oda? Másokkal együtt lakni? Szó sincs róla - pattant föl Bori néni és tovább mosogatott.
- De Anya! Nincs megoldás... nem hagyhatlak egyedül. Elfelejtetted, hogy a múlt héten 2x is elájultál....? Még jó, hogy éppen akkor értem haza.....Legalább nézzünk meg egy párat - mondta Zoli halkán.
- Minek? Amit mondtam, megmondtam! Punktum! – válaszolt Bori néni.
- Pedig nincs más megoldás..., ezt Te is tudod!

A vita most abba maradt, de még nem dőlt el. Zoli elkezdett kutatni, megkérdezett olyan embereket, akik jobban tudták a választ.

Egy délután aztán sétálni vitte a mamát és akkor mondta meg neki, hogy ez bizony egy Otthon. Bori néni vonakodva lépett be a rácsos kapun Zoli után.

Egy nagyon szépen gondozott kertet látott, közepén egy működő szökőkúttal, és körülöttük idős emberek beszélgettek, vagy kényelmes fotelekben ülve olvasgattak. Borika száján váratlanul kijött az őszinte dicséret:

- Nahát, ez gyönyörű! – és apró kezével tapsikolt.

De már jött is feljük egy kedves hölgy és köszöntötte a vendégeket.

- Óh! Örülök, hogy elhozta az édesanyját! Fáradjanak be az irodába!
- Köszönjük. Be is mutatkozunk. Kiss Józsefné az édesanyám, én pedig a fia vagyok. – válaszolt Józsi.

Az idős asszony körbenézett. Makulátlan fehér falak, képek, közöttük rengeteg rajz, amit a lakók készítettek. Sok applikáció, rengeteg papírhajtogatás, és sok- sok virág virított a szobában.

- Ezeket a lakók készítették? Mennyi horgolás, kézimunka!- csodálkozik Boriska, és újra alaposan körülnézett.

Az intézetvezető nő mosolygott. Szívesen nézett körül Ilike is, bár már ezerszer is megtette.

Borika bekukkantott a legközelebbi szobába is, és onnan hallgatta a beszélgetést tovább.

- Na, hát így nézünk mi ki. Amit látnak, az mind a lakók munkája. Mentorok vezetik a foglalkozásokat, és az vesz benne részt, aki akar. Senkit nem kényszerítünk semmire. 5x-i étkezés van, ott mindnyájan együtt étkezünk. Mindig van aktuálisan gyümölcs az ételek mellé. Sokat járnak jógázni vagy masszírozásra. Ezek 15 percig tartanak. A torna is az ő korukra van méretezve. Járnak buszos kirándulásokra, vagy kerti partikra, amit a szabadban az ő segítségükkel teszünk. Azt hiszem elég változatos. 2 ágyas szobákban laknak, 24 órás nővérellátás van. Így éjjel – nappal felügyelet alatt állnak az orvosunkkal együtt. Mutatom az árjegyzéket. Nézze át, melyik felelne meg az elképzelésüknek.

No, már jön is vissza Boriska...

- Még mosoda is van! Nem is gondoltam, hogy ilyen az Otthon! Találkoztam egy bájos hölgyel, bemutatkoztunk és mindjárt kérdezte, hogy nincs – e kedvem itt maradni, mert megy a könyvtárba, ahol régi magyar filmeket vetítenek, és
- Jól van mamikám, levegőt is vegyél....! Én azt hiszem, itt jó helyed lesz. Te mit gondolsz? – kérdezte Józsi nevetve, majd felkínálta karját egy kis sétára az édesanyjának.

Ludánszki István Sándorné: Az élet iróniája és a munkája

Rólam néhány mondat

Mi sokan voltunk testvérek, 14-en, én a 13-dik vagyok.

A születésem után pár évvel az édesapám kezében felrobbant egy gránát, ami a keze fejét teljesen széttroncsolta. A baleset után behívták a Tanácsházára és végkielégítést vagy munkát kínáltak neki, ő a munkát választotta, telefonkezelő lett. Gyenge gyerek voltam, de a Jó Atya velem volt és ezt a sok szép időt elértem. A testvéreim gyerekeinek én voltam a pesztrájuk. Még felnőtt korukban is nagyon szeretnek. A 8 osztályt kijártam, tovább tanulni nem tudtam. Nem volt rendes ruhám és cipőm, ami a legfontosabb. Mivel a testvéreim és közöttem nagy volt a korkülönbség, a szüleimet idős korukban én gondoztam, mert én voltam a legfiatalabb. Mezőgazdaságban dolgoztam, a bátyáimmal kapáltunk krumplit, tengerit, aratáskor kévehordó és kévevágó voltam a cséplőgépnél. A II. Kongresszusban 35 évig dolgoztam.

Az idő elteltével én is felnőttem és férjhez mentem. Született három gyermekem. Az első gyermekem születésekor született az egyik bátyám feleségének is kisbabája. A szülés után 2 nappal az anyuka meghalt, így a gyerek hozzánk került, akit szintén én neveltem ezután.

Az életemről még nagyon sok mindent lehetne írni, de talán ennyi most elég.

A klubról

(Kálvin János Református Szociális Szolgáltató Központ Idősek Nappali Ellátása)

Szeretek járni a Klubba, mivel egyedül maradtam. Ismerős a hely, hiszen az általános iskola első négy osztályát itt jártam ki, ez az élet iróniája, hogy újra itt vagyok. Többször kirándulunk pl. voltunk a Tiszánál, bibliaórát hallgatunk kéthetente, bibliai énekeket tanulunk, költészet napján szavalunk. Egyéb programok, amelyeken részt veszünk: családinap, farsang, nőnap ünnepély, kutyaterápia, festés. Van a Klub területén sószoza, ahova többször be lehet menni egészségünk megőrzése érdekében. A főbb ünnepeket a karácsonyt, névnapokat pedig együtt megünnepeljük. Sokat beszélgetünk, mert sokan együtt nőttünk fel, ezért is jó a panaszunkat, a bánatunkat, a régi dolgokat elmondani. Kézimunkázunk, sok újságot olvasunk, valamint a pici gyerekeknek kis törlőket varrunk a szabadidőnkben. Felsorolni is sok, mennyi mindent csinálunk együtt és mennyi élményt kapunk itt a Klubban. Az itt dolgozók minden nap türelemmel és gondoskodással fordulnak felénk. Ezért a sok jóért szeretnék tovább is együtt maradni az egész Klubbal.

Hajdúböszörmény, 2025. március 31.

Ludánszki István Sándorné

Makkai Józsefné: Oltalom

Hányszor gondolok arra, hogy a homokban mezítláb járok, majd látom, ahogy a nyári vihar lehulló esőcseppjeit magába szívja, és szinte tócsa sincs! Hallom a szél zúgását, látom benne a kavargó homokszemcséket, és állok a vihar közepén, Nyíregyházán, gyerekként. Még 3 éves sem voltam, amikor édesapám TBC-ben, a húgom torokgyíkban 8 hónaposan elhunyt. Így apai oltalom nélkül maradtam, édesanyám és a családja jelentette a védelmet. Anyu később férjhez ment, húgom született, a biztonságot mindig ő adta. Mostoha apám vasutas volt, így beutazhattuk anyuval az ország különböző helyeit. Volt rádiónk, és voltak könyveink! Ennek ellenére az engem körülvevő világ félelmetes volt. A háború iszonyatos embertelensége mélyen megérintett, féltem, azonban a rádióból szóló komolyzene és az olvasás jelentett valamilyen menedéket. Krúdy Gyula írásai különösen tetszettek. Tőle való a következő gondolat is: „Nem vagyunk mások, mint folytatásai a régi időnek, a lábnyomok tovább mennek ugyanazon az úton, jó szem kell hozzá, hogy megláthassa valaki, hol végződik az egyik nemzedék lábnyoma és hol folytatódik az új nemzedéké.” Most a leírt sorok valósággá váltak.

Nemzedék ..., de hová lett az enyém?

Egy táncos rendezvényen ismertem meg az imádott férjemet Sóstón. Két évig leveleztünk, párszor tudtunk csak személyesen találkozni. Én bankban dolgoztam, míg ő megszerezte a vegyész-mérnöki diplomáját, így kerültünk Kazincbarcikára. Ebben a kapcsolatban éreztem meg azt a biztonságot, amire mindig is vágytam. Nagyon boldog éveket töltöttünk együtt, egy kislányunk született. A férjem lelki társam is volt. A lányunk megkapta, amit gyerekkoromban én nem, hogy védelem és szeretet veszi körül. Ez a boldog időszak a férjem 53 éves koráig tartott, amikor is infarktust kapott. Haláláig reszkettem érte, és féltettem őt. Még nem voltunk nagyon idősek, mégis az oltalom, amit ő jelentett számomra, az megingott, vagy inkább mérleghintává vált. Megjelent a betegség, semmivé lett az egészség, mert nekem is reumatikus fájdalmaim voltak, sokszor jártam kezelésre, de mozgásom egyre nehezkesebbé vált. Egymást segítettük, védtük, támaszt nyújtottunk a betegségek alatt. Végül a férjem örökre elaludt, a lányom pedig hívott magukhoz Budapestre. Évekig nem tudtam menni, hiszen a múlthoz, az otthonomhoz ragaszkodtam, ez volt az oltalom a bánatomban.

Öt éve azonban annyira leromlott az egészségi állapotom, hogy egy héten belül kétszer is a lakók törték rám az ajtót, mivel elestem (fogalmam sincs miért), és nem tudtam felállni. Ekkor a lányom a beleegyezésemmel Budapestre költöztetett. Mennyi minden odalett! A kert, az életem, csak a visszaemlékezés maradt: a férjemmel közösen felépített életnek örömmel teli pillanatai ...

Ám az új hely sem jelentett megoldást, évi 2-3 alkalommal kötöttem ki a sürgősségi osztályon, aztán kórházban voltam hetekig. Másfél évvel ezelőtt azonban már olyan egészségi állapotban voltam, hogy a kórházi ágyamnál a doktornő közölte, hogy itt tovább nem lehetek, de a lányomhoz sem mehetek. Szakápolást kell kapnom. Végül aláírtam a papírt, hogy ápolási osztályra kerüljek.

A lányom megdöbbsent, hová kerültem. Úgy érezte, hogy nem ez a megfelelő hely számomra. Így talált rá az Olajág Otthonokra, ahol tényleg oltalmat találtam. Egy idős és betegségekkel küzdő embernek igenis szüksége van lelki épülésre is, nemcsak testi ápolásra, gondozásra. Vágytam ugyan nyugalomra, de életörömrre is, annak ellenére, hogy mozgásom nehezzé, szinte lehetetlenné vált. Itt egy szobányi békességet leltem, és a szakápolás során a mozgásom jelentősen javult.

Ezért sikerült társakra találni a kertben rollátorral sétálva. A könyvtárban is beszélgethetünk egymással. Tavasztól őszig a kertben leülhetek egy árnyékot adó fa alá, és nézhetem a virágokat, a bokrokat, hallgathatom a madarak hangjait, gyönyörködhetem az ég kékjében, a felhők csodálatos alakjaiban. Már nemcsak a szép és elmúlt időkre gondolok. A mindennapjaimat már nemcsak a betegségek fonják fojtóan körül. A kiszolgáltatottság érzése sem köt gúzsba. Dönthetek szabadon arról, hogy egyedül szeretnék lenni, vagy beszélgetni zenéről, utazásokról, irodalomról a társaimmal.

Mégis a legfőbb boldogság az, hogy különböző, számomra fontos programok is vannak. A Petőfi Irodalmi Múzeumból érkező szakemberek előadásainak minden pillanatát élvezem, ha külsős program van, akkor is mehetek, mert segítik rollátorral, kerekesszékkal a részvételemet, hiszen az Otthon kisbusza szállít kísérővel. Múzeumokba járunk, láthattam a Tropicarium csodás tengeri világát, élvezhettem egy budai különleges cukrászda süteményét, a berendezése és a hangulata felidézte a fiatalságomat. A hétköznapiak elérhetővé tesznek életteli élményeket az Otthonon kívül is. Bár lassanként szűkül a világ körülöttem, itt mégis az oltalom ölel át: elérhetővé vált az eddig elérhetetlen szabadság. Ez a szabadság nem más, mint az utazás, a felfedezés, a zene, az irodalom. Az életem nehéz pillanataiban, napjaiban, éveiben a zene és az irodalom nyújtják a támaszt, a védőpajzsot a lelkem számára. Most pedig újra és kicsit másképp élem tárul óvó világuk, szépségük, emberségük a mindennapokban, itt az Olajág falai között.

Másfél éve van új otthonom, oltalmam, ahol családtagjaim velem lehetnek bármikor. Sokszor ölelnek magukhoz az emlékek, a régi meghitt pillanatok, de új élmények is szövődnek hozzájuk. S bár gondolataim sokszor, mint madár szállnak vissza a gyermekkoromba, az ifjúságomhoz, és a felhőtlen, rózsaszín álomba, melyet a férjemmel töltöttem, már a valóság sem homályosan gomolygó szürke, fojtogató füst. Átvillan a nap sugara, szelíden megsimogat.

A nemzedékek egymás lábnyomában haladnak mindig tovább, és én ennek még részese vagyok, mert él az élet, élni akar!

Makkai Józsefné

Olajág Otthonok Mátyás tér

Márka Józsefné: Jólét az életben

Jönnek reggel hat órákor
kedves arcok, csengő hangok.
Ébresztenek rossz álmunkból,
majd kísétálnak a szobából.

Reggelizünk.
Színezgetünk, tornáztatunk,
verset mondunk, éneklünk.
Valahogy így jobb a kedvünk.
Kedves arcok, csengő hangok,
duruzsolnak szépen.

Vidámabban készülünk így az ebédhez.

Pihengetünk, tévézgetünk,
kedvünket csak betegség szegheti.
Kívülálló ez életet el nem képzelheti.

Vacsorázunk, beszélgetünk,
egy-egy mesét hallgatunk.

Mindig tudjuk,
holnap ismét lesz egy szép napunk.

Marosi Béláné: Én gondolatom

Oly elégedetten ülök
E szerény fotelben,
Közben gyermekkorom
Kószál a fejemben.

Még akkor az hittem a Földön
Vannak kicsik és nagyok.
Mi, a gyermekek és a Szülők,
Hisz ők: a Védangyalok.

Évtizedek során
Más lett az elmélet.
Szüleim elmentek, én felnőttem.
Azóta az idő eljárt felettem.

Tiszakécskére az Idősek otthonába kerültem.
A sokrétű gondoskodás itt
Mindenkit körülvesz.
A nővérekéé óvnak, ápolnak bennünket.

Ez lett végleges otthonom.
Bár, a Tisza túlsó partján volt a honom.
Ugyanaz a Nap-Hold világít,
Innen vissza semmisem csűbít.
Családom fényképe velem,
Hozzáfűződő szeretetem.
Hátra hagytam házam-váram.
Egy kincset hoztam: az „emléktáram”.

Köszönöm a sorsnak,
Hogy édesanya lettem.
Négy gyermekemet
Szépen felneveltem.

Örömöm fokozta a népes családom.
Nyolc unokám, hat dédim: imádom.
Valóssággá vált régi álmom.
Boldogok legyenek ők is: erre vágyom.

Az én életem egy remek varázslat
Teremtette: folyton a csodákat.
Ennél szebb életet senki nem kívánhat.

Most, hogy emlékezem,
A mellényem összehúgom
Nehogy örömében
A szívem kiugorjon.

Bár, nem lenne csúf dolog
Ily módon elmenni,
De elmondani már nem tudnám:
„Hogy az élet szép.....
És most nem fáj semmi?”

Mészáros Sándor - Mondd mi bajod van!

Mondd mi bajod van neked Sanya?
Tehetsz te róla, hogy agyvérzéssel születted!
A Bába asszony úgy ittasan rángatott ki.
Tehetsz te róla? Ugye nem!

Ne bánkódj, hiszen elvégezted iskoláidat,
Betegséged miatt úgy ahogy!
Ezt hozta a sors neked.
Mondd mi a bajod?

Szüleid átsegítettek az élet nehézségein.
Dolgozhattál, volt munkahelyed, neked való.
De te többet akartál az élettől, mint amit bírsz!
Nem akartál kevesebbet, így nyugdíjba mentél.

Apád korán meghalt, te nem házasodtál,
nem mertél, nem is tudtál, így testvéred
segítségével Otthonba vonultál:
Mit akarsz még?

Egyágyas szobában élsz, mert anyukád el-
távozott az élők sorából, egyedül vagy!
A nővérek szeszélyeid úgy ahogy elviselik.
Gondolkodj nem jó így neked, nem zavar
senki, azt csinálsz, amit akarsz.
Mondd mi bajod van Sanya?

Mészáros Sándor, Tokaj,

Magyar Máltai Szeretetszolgálat Gondviselés Háza Szent Lázár Időskorúak Otthona

Molnár Imre: Térnyerés.

/avagy fejlesztést támogató érvelés/

1. lépcső

Még alig lett nagykorú felnőtt az időskori gyűjtőtábor,
már harmadszor bővítik őt, ahol öregeket ápolva tárol.
A szerencsések lakóparkba költözőként érezhetik magukat,
akik lágerlakó érzetbe kényszerültek, okolhatják az agyukat.

A terjeszkedés iránya a szomszédos keleti domboldal,
amit vízszintesre kell faragni, gépesítve, nagy gonddal.
A merész kihívásnak a kivitelező felkészülten esett neki,
a felesleges talajt arra alkalmas masinákkal termelte ki.

A véső-kalapács hatására hasadt a szikla, porzott a kőzet.
Két dekád alatt alaposan átalakult a dacoló keleti körzet.
A buzgalom célja nem titkoltan az, hogy bővüljön a körlet,
így elkülönült szárnyon lakozhat a demens állapotú töltet.

A népesség összetétele - több ok miatt- egyre vegyesebb.
A harmonikus együttélés esélye, mindinkább kevesebb.
A megoldást az illetékesek – előre sejtőn – abban látják,
ha a tudatvesztett kóválygó egyedeket elkülönítik, izolálják.

Az épülő toldalék számukra nyújt majd homogénebb hajlékot,
hiszen javul a légkör és a többség időlegesen marad még ugyanott.
Az építkezésre a mérsékelt optimista szállóvendég úgy tekint,
ha a mű elkészültét megéli, lehet, neki is költöznie kell megint.

2025/02/02.

2. lépcső

Az idővel együtt a produktum is a megvalósulás felé halad.
A tavasz beköszöntével a munkaterület új vállalkozást fogad.
Ők már nem bányásznak. A magasépítők felfelé törekednek.
Még látványosabb képet nyújtanak majd a leskelődő öregeknek.

A leselkedés nem szép tett, de ártalmatlan, érdeklődő kíváncsiszkodás,
az aktív múltat nosztalgiával visszaidéző gondoskodó fontoskodás.
Köztük többen talán azt remélik, hogy a hallásvizsgálati tesztnek vége.
Tévednek szegények, mert több grádicsal távolabb a szilenciumi béke.

Szomorú, de tény, kontrasztgazdag, ellentmondásos világban élünk.
ha a nagyvilágban bárhol- máshol történelekről tájékoztatást igénylünk,
a TV híradókból értelmetlen pusztítás, szenvedés, látványa árad felénk,
ha az ablakon érdeklődve kinézünk az alkotás élménye költözik belénk.

Az előbbi sorvasztja a gondolkodó ember lelkét.
Az utóbbi enyhíti a napi megpróbáltatások terhét.

2025/03/21.

Molnár Imre 89 éves
„Életöröm” Veszprém

Molnárné Farkas Valéria: Élet

Csak nézz rám,
Ha nem beszélek, akkor is halld meg a szavamat!
Lásd meg azt, hogy mi van bennem,
Érezd azt, hogy mi lesz velem!
Emberek vagyunk, élőlények
Figyelj arra, ha a másik szenved!
Valami történt vele, valami van körülötte,
Tekints rá, érh hozzá, szólj egy szót!
Nyújtsd a kezed egy simogatásra!
Lépünk egymáshoz közelebb lelkileg,
Érintsük meg a szíveket,
Mindnyájan, e földiek vagyunk.
Ki természetesen vagy másképp
De egy levegőt szívunk.
Magunkból csak keveset adunk,
Másoktól többet várunk.
Magányodban gondold át az életed!
Látod? Csak pipafüst volt,
Hát ne kormozd be a hátralévő éveket!

Nagy Lászlóné: SZÜLINAPRA

MARCSI MOST A SZÜLINAPJÁT ÜLI
JÓ TÁRSASÁG, LÁM, HOGY KÖRÜL ÜLI
BOLDOGSÁGOT, ERŐT, BÉKESSÉGET, EZT KÍVÁNJA
ERIKA TENÉKED
BUKSZÁD MINDIG LEGYEN TELE PÉNZZEL
ÉLETED ÍGY MÉG SZEBB LEGYEN NÉKED
A JÓ ISTEN ÁLDJON MINDEN JÓVAL
BORT IS ADJON – ELÉG EGY AKÓVAL!

Nagy Lászlóné

(Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti Idősek Otthona)

Nagy Pálné: Megpróbáltatásaim

Egy esemény miatt, melyet nem bírtam elviselni 2015 őszén sztrókot kaptam. A doktornő arra kérte a lányomat, ne várjunk mentőre, azonnal vigyen saját kocsival a gyulai kórházba. Másnap, mikor a lányom jött látogatni, már közölték vele, hogy milyen rossz állapotban vagyok. Arra kért, hogy bólintsak, vagy fejszóválással válaszoljak a kérdéseire. Sem beszélni, sem írni, sem rajzolni sem menni nem tudtam. Éreztem, hogy ez nagy törés az életemben. Mikor az állapotom javult, Szeghalomra vittek. Azt hittem azért vittek oda, mert meg fogok halni. Édesanyám bátyja ott halt meg. Hála a főorvos rendkívüli hozzáértésének sokat javult az állapotom. A jobb oldali bénulás miatt azonban még nagyon szerencsétlen állapotban voltam. Főként azért búsultam, mert ezt megelőzően több egyéni és közös kiállításon túl voltam. Szerepeltek képeim külföldi kiállításokon is. Breznó, Bukarest, Ausztria, sőt Angliába is elkerült egy képem. Békéscsabán 2001-ben az egyik alkotásom III. díjas lett. Mivel Gyomán nem volt hely az otthonokban, a lányom az Endrődön levő Rózsakert otthonban tudott elhelyezni. Majd 2016. október 8-án lett hely az Őszi Napsugár Idősek Otthonában. A gondos ápolásnak köszönhetően itt fokozatosan javult az állapotom. Mindent megteszek a gyógyulásért. A lányom és az unokám segítő szeretete is javít ezen. A testvéreim és a rokonság törődése is velem van. Mint ahogyan az általam írt versben írom, az életkorom, és az eltelt idő ellenem dolgozik:

Amikor az akarat több, mint az erő,
és lépést nem tudok másokkal tartani
nem könnyű belátni, érteni, felfogni,
elkopik az élet, egyre fogy az idő.
Amihez nem kellett csupán fél óra,
Másképp múlik az idő, ahol én élek,
így több helyre csak utolsó percben érek.

Egyre több dologról le kell már mondanom.

Régebbi ruháim nem illik, nem hordom.

Nem ehetek azt, amit kívánok,

Szólnak, megárthat, így hát vigyázok.

Nem értem a zsargont, és az új szavakat,

amiket az ifjak oly bátran használnak.
Nem kell mérlegelnem , kinek kell köszönnöm,
megteszik ezt mások, ez most az előnyöm.
A lélek nem öregszik, ez bizonyos, értem már,
mert szeretnék úgy élni, mint egykoron, hajdanán.
Néha még álmaim túlon túl fontosak számomra,
de a lehetőségek sajnos fogynak, hátrányomra!
Jó volna még menni, sokfelé elvágynak,
különösen oda, amerre nem jártam.
Utazni szerettem, azt sose meg nem bántam,
örültem , amikor a sok szépséget láttam.
Sajna a tervekből, el kell most fogadnom,
néhány megmarad, de többet éle kell faragnom.
Most, mikor oly különös, hamarabb van vége a napoknak,
Hálával tartozom azoknak, akik engem elfogadtak.

Az isteni gondoskodást viszont állandóan érzem. 2023. április 11- én Budapesten az Alapvető Jogok Biztosának Hivatalában. „A fészek melege” című festményemért különdíjat kaptam. Nagyon jól esett, hogy az intézmény vezetői elkísértek Budapestre, az átadó ünnepségre. Tudják, hogy ebben a közösségben nem kedvezőek a feltételek az alkotó munkára, kevés az egy ágyas szoba. Sajnos én sem egyedül lakom. Ez nem kedvez az elmélyült munkának, és mégis ilyen eredményt értem el. Ennek mindannyian örülünk.

Nemere Lajosné: Idő

Tolókocsiban hallgatom
A fenyőfák halk susogását.
Körül vesz csend és nyugalom,
Isten napja szépen simogat!

Nem az idő múlik, az áll,
Az idő áll, mint a Nap az égen.
Mi megyünk csak, Ő marad,
Így folyik egybe múlt és jövő!

Lassan felém közeledik
Lakótársaim egyik tagja.
Bibliát hoz a kezében, mert
Isten mindig megnyugtatja!

Jönnek már a többiek is sorban,
A múltnak már sosincs vége.
Mindenki a szépet azt siratja,
A nyugalmat észre sem veszi?

Az idő is változik, de mozdulatlan,
Így folyik egyben múlt, s jövő!
Mi megyünk, ez a mulandóság,
Elmúló örök lét csak az életünk!

Német János Józsefné: HAZAFELÉ (Egy gondolat útközben)

Még tél az idő, de nem hullik a hó,
Minket viszont szakorvostól hoz a betegszállító.
Én az ablakon kinézve, a nagy természet csodáló
S annak szépségén elmerülve, így ábrándozom:
Kis madarak összebújnak,
A vadgalambok súgnak – búgnak,
A hóvirágok és nárciszok már mosolyognak.
Azt kérdezik Merre – Merre?
Talán bizony Budapestre?
Nem oda, csak egy nagy házig,
A kálvária sugárút 47 számig,
Az idősoththonunk nagy kapujáig,
Mert alig várjuk mi idősek,
Hogy ilyenkor eljussunk az ágyig,
És kipihenjük a zsúfolt rendelők fáradságait.
Mert bizony a tagjaink elfáradnak, fájnak,
De legalább van hely, hol tárt karokkal várnak
S megnézik az utasítást, hogy velünk mit csinálnak?
Mi pedig köszönjük, hogy minket ellátnak.
Hogy mihamarabb elhagyhassuk az ágyat!
Mert így vagyunk nyugodtak,
S a családuk is nyugodt,
Tudván, hogy a szülő jó kezekbe jutott!
Ne búsulj a múlton, az már úgyis emlék,
Mit bármikor elővehetsz, hogy visszaemlékezzél.
Persze ha emlékszel még!
Itt élünk mi Szegeden ebben a nagy házban,
A kálvária sugárúti Idősek Otthonában.
Békében, nyugalomban és biztonságban.

Német János Józsefné: Igaz történet az élet két végéről.

Este hat óra. Elhatároztam, hogy sütök vasárnapra egy tojást. De jobb lesz, ha néhány karika kolbászt is teszek alá. Készen van, elzárom a rezsót. Sokalltam a kisült zsírt, így felét leöntöttem, majd óvatosan egy felvert tojást tettem rá. Az utolsó cseppnél, ÉGSZAKADÁS – FÖLDINDULÁS, felüvölt a tűzjelző! A sületlen tojást gyorsan kivettem az erkélyre. Az ajtókat kitárni a szabályok szerint! Nagyközösségben lévén, mindenki kirohan a folyosóra, a szívünk megszámlálhatatlanul ver, zűrzavar a köbön! Az ápolónők másfelé szaladnak, mert a készülék nem a jó ajtószámot mutatja! Én kiabálok, hogy nálam van a baj! Az Ő lélekjelenlétüknek köszönhető, hogy három percen belül jelezve lett a Tűzoltóságnak, hogy tűzről szó sincs. Az a fránya egy csepp zsír lecsúszott a serpenyő oldalán a rezsóra és elkezdett füstölni, amit én nem is láttam, de nagy baj lett belőle. Képzeltetik, később milyen szájjal ettem meg a félig nyers tojást.

Ez semmi! – mondja másnap az unokám. Az óvodában szokás szerint születésnapot ünnepelnek a kicsiknek. amikor is a gyermek tortát kap egy ici – pici égő gyertyával. – Fújd el Pistike – mondják neki. Elfújva, a gyertya cérnavékony füstje felkúszik a mennyezetig, mire a tűzjelző örömeiben elkezdi üvölni! A csoport gyermekei úgyszintén! Óvónő legyen a talpán, akinek ilyenkor eszébe jut a személyi kódszám stb., hogy jelezze a Tűzoltóság felé három percen belül, hogy tűzről szó sincs! Mert ha a helyszínen jönnek rá a tűzoltók, a büntetés a milliót is elérheti. Nem lehetne kíméletesebb megoldást találni? Van egy régi mondás miszerint, „nagyobb volt a füstje, mint a lángja!”

Az eseteknek az a tanulsága, hogy akik ilyen tűzjelző készülékkel rendelkeznek, nagyon elővigyázatosak legyenek!

Márpedig a felújítás óta ezzel az újdonsággal kell szembenéznünk.

Azóta is a tűzjelzőtől úgy félünk, mint a tűztől!

Egyébként Idősoththonunk nagyon szépen fel lett újítva. Keresve sem találnánk szebbet és jobbat. Gyönyörű, tiszta és élhető. Tényleg minden igényt kielégít. Minden szobához erkély is tartozik, így a kertészkedést szerető emberek is megtalálják a hobbijukat. Még az mellett, hogy Intézetünk tavasztól – őszig muskátli özönnel látja el az erkélyeinket. Régebben muskátlis háznak nevezték az emberek.

Sokszor egymást érik a rendezvények, pl.: decemberben tizenkettő volt, melyre a bentlakók szívesen elmennek. Egy születésnapról vagy névnapról meg nem feledkeznek, apróbb ajándékkal meglepve őket.

Itt egymásra találunk az ismerősök, utcabeliek, barátnők, rokonok. Az idegen se sokáig az, mert egyből befogadjuk. Olyanok vagyunk, mint egy nagy család. Persze az alkalmazkodás és egymás elfogadása elengedhetetlen. A közösséget irányítók mindent megtesznek a boldogulásunk érdekében. Reggelente a csoporttornán mindenki részt vehet, aki úgy érzi, hogy szeretne mozogni. Ki, mit, tud, és mihez van kedve, szalvétát hajtogatunk, képeslapokat festünk, varrunk, hímezünk, apró ajándékokat készítünk a nekünk kedveskedő, valamilyen rendezvénnyel jövő vendégeknek.

Olvasunk, keresztretjvényt fejtünk, írogatunk verset, prózát vagy fényképezünk. Előadásokat hallgatunk, vagy éppen a dalkör énekel vígan, nagyon szeretjük.

Rendszeresen filmvetítés van, mindig telt ház előtt. A szép, virágos udvarunkon sétálgatunk, beszélgetünk. Ha lehet, betegtársainkat meglátogatjuk és vigaszt nyújtunk nekik.

Jeles ünnepeinken élő zenekarunkkal nagyon jó hangulatban táncolunk, énekelünk. Pl.: nőnapkor, farsangon A papunk havonta misét tart nekünk. Vállunkról a nehéz munkát levéve, így élünk mi 80 feletta mi Otthonunkban. Mindebből a tanulság, hogy : **Közösségben sohasem vagy egyedül.**

Németh Erzsébet: Mese a csodálatos szájmazskról

Egyszer volt, talán igaz sem volt, volt és van egy nagy földgolyó. Nagyon sok viszonylag egészséges ember élt rajta, Ausztriától, Izlandig.

Egyszer csak Ázsiában, Kínában egy gonosz vírus jelent meg, amely fertőzése végigsöpört a világon.

Kitalálták az okos emberek, hogy az oltás mellett, egy 10X15 cm-es kis anyagocskát, ami eltakarja orrunkat, szájunkat, vagyis maszkot készítettek. Ez a kis semmitmondó takaró (maszk) megvédett bennünket, mint egy kis angyal. Megrendítő, hogy a világon minden ember (Tv-ben láthatjuk) ugyanezt a maszkot viseli, mintha mindenki egyenlő volna, hála ennek a kis maszk-angyalnak.

Ez a maszk olyan, mint a legendában Dávid és Góliát meséje. A kis maszk részben elhárította a gonosz vírust, persze ha mindenki rendeltetése szerint viseli, száj és orr eltakarásával.

Óvjuk, szeressük, viseljük, mert ő az egyik angyalkánk, aki eddig megmentett bennünket, hogy talán ez a gonosz vírus eltűnik az életünkből mindörökre!

Annak idején itt a Szent Benedek Idősek Házában, ahol élek is viselni kellett.

Engem elkerült a vírus, igaz 3 és fél hónapig karanténban voltam, amit a végén nagyon nehezen viseltem. A körülményeknek köszönhetően (ápolás) életem szép szakasza volt, mert csendes magányomban elméláztam az addigi életről. Rájöttem, hogy boldog ember vagyok, hogy az élet egészséges hosszú életet adott.

Eltettem emlékébe a szájmazskot, hogy figyelmeztessen, hogy az élet végeredményben csodálatos.

Köszönöm szájmazsk az életet!

Egy túlélő

Németh Erzsébet

Németh Józsefné: A békességet keresem

Sok év sorjázott kísérte életünk hömpölyögve. Sokszor éreztük, elsodor egymástól az élet árja.

Egy-egy mélyre törő kapaszkodó gyökér tartott minket, míg az ár elvonult. Újra minden szépség, ami a földön létezett, kitartásunkért a miénk lett. Eltudod, azt képzelni milyen a biztonság, ég és föld között lebegve, hol csak a felhők tartanak? S ha esni kezd az eső, a felhőcsipkébe és Isten ígéretébe kapaszkodhatsz. Ám ha a felhő földet ér, mint a léghajó, körül ölel minket a zöldben pompázó mező.

Élveztük a csiklandozó napsugár játékát, éltető erejét. Sétáltunk a szőkülő búzamezőn, mely új életet ígért. Hol a méhek bókolva döngték körül a virágok kelyhét. Karodba tartottál, mindentől féltettél. Ez volt az a pillanat, ahol a szívemben békesség honolt. Viharok érkeztek, fákat téptek a szívem didergett. Újra megnyugvást kerestem szívem ütemes zenéjére, ám falsul ütött, mint a cimbalom, ha nem jól váltottál. A szimbiózis elmaradt hangszer és ember között. Hol van a lelkem békéje? Mutasd meg Uram. Csodálom ki érzéseiből megörökít egy röpke pillanatot, a szerelmet, a félelmet, fájdalmat lefesti. Vagy keressek békességet, egy öreg fa ágai között, mint a madár, fejem szárnyam alá rejtve. Ez is békesség, a látvány igen. Ám most kérdezted először, szemedbe könny ragyogott szívedre vonva. Vajon ez az utolsó együtt töltött ünnepünk? Istenem, ha most magadhoz szólítanál, lelkem békességbe szállna hozzád. Ám a világ nyugtalan, s nem vonhatod ki magad a történések terhe, vagy öröme alól. Minden percben általában eltűnik a békesség, elillan, mert az ember hagyja, hogy magával ragadják az élet történései, az irigység, a kapzsiság, féltékenység, a szeretetlenség, az elégedetlenség, a betegség. Az a tévhit él bennünk, hogy velünk ez nem fordulhat elő. Saját nyomorúságunk megtapasztalásakor jövünk rá, milyen törekeny az élet, s az ember mily gyenge a nehéz terhek cipelésében, a lélek és az agy milyen törekeny. Csodát várunk, szitkozódunk, mindig más okolunk. A békességet nem találjuk, mert nem ott keressük, ahol kellene, nem mondjuk, Uram te mutasd meg a békességet," mert én a gyarló ember vagyok, esendő. Tép az élet, a lelkem beteg, s nincs kapaszkodóm. Történt velem is hasonló, beteg vagyok, öreg, türelmetlen, zsémbes, és ahogy telik az idő egyre több szerettemet elveszítettem. Minden az elmúlásra emlékeztetett, hatalmába kerített a félelem, mi lesz ha...? Odanéztem a könyveimre, és megakadt a szemem az édesanyám bibliáján, oda mentem a kezembe vettem. Eszembe jutott, hogy ő hányszor volt kétségbe esve, a békességet a bibliában kereste. Belelapoztam, és láttam milyen sok a megjegyzett, aláhúzott ige, Márk 11. 24. Higgyétek, hogy mind azt amiért imádkoztok, és amit kértetek megkapjátok és meglesz néktek." Nem először hallottam, olvastam a szent írást, de most úgy éreztem, nekem szól, hozzám beszél. Csendesen ültem egy ideig gondolataimba merülve, és rájöttem többször kellene lelki gyakorlatokat tartanom. Majd kimentem, kerékpárra ültem, a Gyopáros-tó széléig meg se álltam, leültem egy padra. A tó felől a tavaszi szél a víz illatát hozta felém. A víz szélében méltóság teljesen egy gólya lépkedett, falatozta a békákat. A víztükrét borzolta a szellő, a napsugár a létezés csodáját tárta elé, minden pompájában és játékosságában. Csodálatos isteni békesség ez, újra azt éreztem. Arra is rá jöttem, ezek a pillanatok el-eltűnnek, de ha nyitott szíved lélekkel élünk, bármikor részesei lehetünk a békességnek. Bár a világunk nyugtalan, családokban viszályok söpörnek, hatalmi harcok dúlnak, a pénz az Isten. Azt mindenki tudja, a világon semmit nem fogunk magunkkal vinni, úgy távozzunk, ahogyan megszülettünk. Az számít, hogy a szívünkbe mi rejtőzik, és még éltünkben keressük a szépet, a szemet, lelket gyönyörködtető, megnyugtató békességet. Könnyűnek látszik, de nem az, a pillanat gyorsan tűnik, s már is jönnek újabb gondok, haszontalan lélekölő gondolatok. Mi lesz, ha nem terem a föld, viharok jönnek, ha leég a házunk, elhagy a párom, megszűnik a bőség, a gyermekünk jövője bizonytalan. Ez a világon mindenütt megtörténik, sőt még háborúk is dúlnak, az emberek kiszolgáltatottak. Ilyenkor mondjuk azt, Istenem segíts! Adj a lelkemnek békességet, nyugalmat,

és ha ezt a kérést igaz hittel kérjük, megadatik. A mi Istenünk minden terhet, gondot a vállára vesz, így lehetünk szabadok, a lelkünket békéssé teszi.

Csodálatos békesség ez... Megtanuljuk az életet más szemmel nézni, Így nem leszünk a széllel sodródó falevelek. Mert Isten békessége tökéletes, minden földi félelmektől mentes. Ezek a gondolatok jutottak eszembe, mert én félek a betegségtől, a lelki gyötrelmekről, az elmúlástól. Így nekem még sokszor kell keresnem a lelki békességet, kérem Istent, hogy megadasson.

(2019.)

Németh Józsefné: Játszunk!

Jer, játsszuk végig, ami nekünk megadatott

Hatvan évet, hatvanszor négy évszakot.

A színhely, s a zene velünk váltakozott

Mikor először simogatott a szemed.

Csillagok fényét verte vissza a hóesés.

Léptünk neszét, nyomát fedte az idő

Lepkeszárnyakon osont minden évben.

Fényes hold a kalapját, hátra biccentette

Úgy nézett le a földre, huncutul, hidegen

Egy szerelmes pár első lépéseit figyelve.

Játszani akartok? Kérdezték a csillagok.

Ám tavaszig nem feleltek a fiatalok.

Kikeletkor kíváncsiak lettek a virágok

Mondjátok, akartok-e játszani életre-halálíg?

Ez lenne szép felelték a fiatalok

Jaj, az komoly dolog, mi van, ha elbújsz

Ám nem lesz, ki megkeresne.

Ha úgy nevetsz, hogy könnyed csordul

Vajon Ő az ki akkor is veled nevetne.

Vagy fagyos éjszakákon betakarja szíved

Forró nyáron hűs kezével letörli lelkedet.

S mikor a játék kedv alább száll

Azt kérdezi, játszunk tovább, vagy...

Legyen, kérlek szépen egy kisbabánk?

Csábító ez az önfeláldozás.

Te még nem akartál ilyen játékot.

Én sem voltam készen arra

Hogy a lelkem többfelé szakadjon.

Gyermeked érkezése a játékon

Máris változtat, életre-halálíg.

Sohasem lett többé Én, csak ők.

Botorkáltál éjjelente, homlokot simítottál

Lázat csillapítottál, takargattál

Néha felnéztél az égre, ha a lelked

Tested vigaszra szorult, de a játszótársad

Mélyen az igazak álmába merült.

Majd jött életed másik csodája, babája

Az életünk játék szabályai változtak

Az évek során csak játszottunk tovább.

Szülőket veszítettünk, összetört a lelkünk

Haragszom rád, mert úgy érzem távolodsz.

Másik játszótárs után epekedsz talán.

Ne hagyd el árva lelkemet Te vagy az élet.

S az évek során játszottunk tovább

Jöttek az unokák, felséges játékok következtek

Arra ébredtünk, kikelet van. Hányadik?

Az ezüstkodalmunk, mit a családdal játszottunk.
Hajunk deresedni kezdett jöttek a nyugdíjas évek
Megállt az élet, magunk maradtunk
Elmentek a gyerekek az unokák üres lett a fészek.
Az öreg hold reánk kacsintott, játszatok csak tovább
Lesznek még szép fehér holdas éjszakák.
Meglépődvé néztünk, szívünk-zsarátnokát kerestük
Ez lett az aranylakodalmunk.
Mi vagyunk ezek biztos vagy benne?
A tények kemények, ám új öröm érkezett
Jöttek a dédunokák, ez földön túli boldogság.
S a játék megy tovább, de most kérdezem meg
Mondd, hatvan éve együtt játszottunk dióhéjban.
Játszanál még velem egy utolsó hólepte, holdvilágtól fényes éjszakát?
Majd, jer velem egy új világba, kísérj, higgyél, találkozunk
Mert itt a földi játék véget ér életre- halálig.

(2019.)

(Név nélkül): Anyám nem sírt

Harmincöt éve vagyok egyedül. Nem számolom már a napokat, de néha reggelente, amikor kinyitom a szemem, és csak a falióra kattogását hallom, újra belém mar a csend: nincs már senki, aki ismerné a múltamat. Aki tudná, milyen volt, amikor nyolcan voltunk testvérek.

Igaz, egyikünk korán elment. Csecsemőként halt meg, és bár én alig emlékszem rá, anyám arca örökre megőrizte azt a hiányt. Mégsem sírt. Sosem láttam sírni. Egyszer megkérdeztem tőle, hogy miért nem. Csak annyit mondott: "Mindenki akkora keresztet kap, amekkorát elbír." Gyerekfejjel nem értettem. Azt hittem, a kereszt valami templomi dolog, amit a papok hordanak a nyakukban. Ma már tudom: az élet súlyáról beszélt.

Anyám varrónő volt. Gazdag asszonyoknak dolgozott, csupa finom anyagot fogott a keze, miközben mi otthon a lyukas cipőnk orrából készített szandálban szaladgáltunk. Egymás kinőtt ruháit hordtuk, sosem volt saját, új ruhánk. De anyánk minden egyes öltésében ott volt az odaadás. Nem panaszkodott, csak hajolt a gép fölé, ahogy hajolt az élet előtt is: halk szorgalommal, emelt fővel.

Emlékszem, ahogy este, a petróleumlámpa gyenge fényénél összebújtunk a szalmazsákon. Testvérszusogások között álmodtam arról, hogy egyszer én is gazdag leszek, anyámnak új cipőt veszek, és nem kell többé mások ünnepi ruháit vasalnia. De az álmok idővel elkopnak, mint a zoknik sarka, és a valóság foltozgatott, de kitartó marad.

Ha becsukom a szemem, még látom a régi konyhát, hallom a varrógép kattogását, érzem a frissen sült kenyér illatát, amit anyám a nagy sparheltben sütött.

És most, hogy öreg ujjaim alig bírják a kávéscsészét, néha azt képzelem, anyám itt ül velem. Varr valamit, vagy csak rám néz, és annyit mond: "Ugye nem lett túl nehéz az a kereszt?"

Egy bálban ismertem meg a férjemet. Nem volt falunkbéli, ez rögtön szembetűnt: túl sima volt a haja, túl tiszta az inge, és a cipőjén is olyan fény csillogott, amit nálunk csak vasárnapra tartogattak. De ahogy rám nézett, nem volt benne semmi városi gög. Csak az a furcsa, meleg tekintet, ami mintha a lelkemig látott volna.

– Megenged egy táncot? – kérdezte, és én, noha szívem hevesen vert, bólintottam.

Jóska csendesen beszélt, keze erősen, de tisztelettel tartotta az enyémet. Nem kérdezett sokat, de minden szavát őszintének éreztem. A bál vége felé már együtt ültünk a padon a kultúrház mögött, és neveltünk, mintha ezer éve ismernénk egymást. Aztán hetek jöttek, hónapok. Udvarolt nekem rendesen, ahogy illik. Kalapot emelt anyámnak, bort hozott apámnak, és szívet nekem.

Egy este aztán mikor már a csillagok is kicsit lejjebb hajoltak az égre, megkérte a kezem. Szégyenlősen, szemét lesütve vallotta meg:

– Én... én nem hagyhatom ott az édesanyámat. Özvegy, és nincs senkije rajtam kívül.

Igent mondtam és hozzájuk költöztem. Egy kis ház volt ez, borostyánnal futtatott tornáccal, és egy konyha, ahol mindig érződött az édesanyja főztje. Gondoltam, majdcsak

összemelegszünk. Segítettem a ház körül, vittem a kosztot, hajtogattam az ágyneműt, gondozgattam a rózsáit.

De bármit tettem, csak egy „gyüttment” maradtam neki.

Így mondta, nem durván, csak olyan hangsúllyal, mintha a világ rendje volna, hogy én idegen vagyok. Hogy én mást főzök, máshogy hajtom a lepedőt, és más szavakat használok, mint amit ő megszokott. Nem vitatkoztam. Jóska miatt tűrtem.

De néha, este, mikor Jóska már aludt, és a kályha csak szuszogott a sötétben, sírtam halkan a konyhában. Nem a szavai bántottak, hanem hogy nem látta: én szeretni jöttem. Őt is.

Három gyermekünk született. Nem éltünk gazdagságban – az én kötényem is sokszor foltozott volt, Jóska kabátját már háromszor toldottam meg könyöknél –, de egymás iránti szeretetünk töretlen volt. A kis ház, amit béreltünk, szűk volt ugyan, de benne volt mindenünk: a gyerekek kacagása, az esti mesék, a reggeli kakaóillat, és Jóska halk füttyörészése munka előtt.

Egyik este azonban valami megváltozott. Először csak enyhe szúrást éreztem oldalt, aztán már a levegő is nehezen ment. Azt mondtam, csak elfeküdtem, vagy valami rosszat ettem. De ahogy jöttek a fájdalmak, már nem tudtam játszani az erőset. Jóska szó nélkül vitte a kabátom, és mire észbe kaptam, a kórházban voltunk.

Nem engedtek haza.

Később, mikor már újra magamnál voltam, a nővér félhangon azt mondta:

– Egy éjszakán múlt. Ha később jön be, talán már nem is ébred fel.

Szorítottam a takarót, mintha az életemet markolnám. Nem a halál ijesztett meg. Hanem hogy mi lett volna velük nélkülem?

Anyám másnap jött. Csendben lépett be a szobába, mintha attól félne, hogy a hangjára újra megbetegszem. Sápadtan feküdtem, és a szemeimet alig tudtam nyitva tartani. Ő csak nézett. A szája meg-megrebbent, mintha mondani akarna valamit, de nem jött hang. Aztán hirtelen kifordult az ajtón.

Tudtam, hogy a folyosón sír.

Gyerekkoromban is így csinálta. Ha leestem a fáról és vérzett a térdem, szigorúan bekötözte, de odakint, a kamrában zokogott. Most is ugyanaz a sírás volt ez. Anyai. Mély. Tehetetlen.

És valahogy, abban a pillanatban, ahogy az ajtó becsukódott, én nem éreztem magam olyan gyengének többé. Mert tudtam, hogy valaki ott van kint, aki még mindig úgy szeret, mint amikor először ringatott. És otthon is vártak – három gyerek, egy férj, a családom, a mindeneim.

Sok év eltelt azóta. A gyerekek felnőttek, kirepültek, mint a fecskék ősszel – először csak rövidebb utakra, aztán már végleg. Mindegyikük más városban él, ritkán látom őket, de a

hangjuk ott csilingel a telefonban, és a karácsony mindig hangos, meleg, zsúfolt. Olyankor újra érezni, milyen volt, amikor kicsik voltak, amikor még kicsi volt az élet is – de egész.

A faluban nemrég nyílt egy idősek klubja. Először nem akartam menni – úgy gondoltam, nem vagyok még „oda való”. De egy nap mégis beléptem az ajtón.

Ott meséltem el a történetemet is. Hogy hogyan ismertem meg Jóskát a bálban, hogyan lettem „gyüttment” az anyósom szemében, és hogyan maradtam egyedül. Ahogy mondtam, láttam, hogy bólogatnak. Értik. Mert sokuk cipelte már a saját keresztjét, és tudják: a nehéz sorsot is lehet méltósággal viselni.

És én viselni fogom. Ahogy anyám is viselte.

Ő már nincs velünk. De sokszor érzem, mintha ott ülne mellettem, keze az ölemben, és szótlánul, mégis minden szót értve hallgatna végig. És én tudom, ha most láthatna, büszke lenne. Mert ahogy ő, én sem fogok sírni. Nem a könnyeimen mérik, hogy mennyit szerettem – hanem azon, hogy mennyit adtam. És hogy a végén még mindig van mosoly az arcomon.

Olyan lettem, mint Ő...

Oláhné Huszár Gabriella: Az én otthonom: Napközi vagy könyvtár?

- Jó estét kívánok!

- Reggel van Manci néni! Jó reggelt!

Manci néni szeme megrebben. Látni szinte, ahogy a fejében kergetik egymást a gondolatok. Egyet keres, ami kimondható, de nem találja, legyint rá... Az ebédlő zsongása mindennapos. Sajnos nem ritka látogató „nálunk” a demencia. Ez egy aljas „észtolvaj”. Káoszt, zűrt csinál az agyban. A test akár virulhat is, de kinek, vagy inkább minek, így kirabolva? Irányítás nélküli hajó a háborgó tengeren, elsüllyedésig.

Könyvtár, vagy „napközi”? Nézek szét a Naplemente Idősek Otthonában. Nóri éppen a gyógyszerekkel pördül egyet, hogy biztosan megkapta-e mindenki. Ma bográcsban főzik a pörköltet az udvaron, olyan kirándulósan. Jobb az íze, mondják. Jani bácsi 82 éves, őt is felköszöntik. Elmondhatjuk, hogy mindenkinek tartanak egy kis névnapi, vagy születésnap ünnepséget. Az otthon vezetője, Attila verssel köszönti az ünnepeltet. A vers személyre szóló, így emlék is egyben. Az idősothtonoknál gyakran a főnövér a „királynő”. Anikónál kötődik össze az egészségügy a gazdasági teendőkkel. Példaként a betegszállítás és az ebédszállítás megszervezése és így tovább. Néha pszichológusnak is kell lenni, kezelni kell az érzelmi viharokat, lelki drámákat, hogy a sértődés ne forduljon át haragba. A közös palacsintasütésnél jobb nyugtató nincs. Szokás a szalonnasütés is. Magyarországon hagyománya van. Nyársfaragás, köhögés a füstben, kinek sül szebben, nótázás, hiszen minden héten gyakorol az énekkar. Rendszerint a polgármester is eljön szalonnát sütni. Az otthont látogatja Heni is. Az, hogy mentálhigiénia, rideg, zörgös szó. Talán a nevetve gondolkozás találóbb, ami játékos, éneklős, rejtvényes, ezért szórakoztató. Az idősothtonok sajnos a vírusok játszótérs is. Megállíthatatlanok. Ilyen szűk közösségekben nagyképűen támadnak, gyenge homokvárként rohannak le. Minimális az ellenállás, könnyű terjedni egy érintés, köhögés véletlen süteményével, cukorkáival. Így könnyen győznek. Ez az Otthon napközis arca, de szerintem inkább könyvtár. Ide mindenki behozta saját „regényét”, egymásból olvasgatnak. Vallom mindenki élete megírható lenne! Sírás, nevetés, sok izgalom, romantika, hiszen az élet nem áll meg egy otthon ajtajánál, hanem bejön. Régi „Pató Pál” viták kerülnek elő, ádáz féltékenység és szép emlékek egyaránt.

Elgondolkozom. Az én nagyapám még az első világháborúban hadtápos volt az olasz fronton. Apám a második világháborúban leginkább hadifogoly volt. Örkény István: Lágerek népe című könyvében is szerepel. A férjem a „Vasfüggöny” /Aknazár osztrák-magyar határon/ felszedéséből vette ki a részét. Én, csak a Radtkó generáció tagja vagyok, akinek elsőben 52 osztálytársa volt a gimnáziumban. „K” -ba jártam. 10 párhuzamos osztályt kellett indítani: A, B, C, D, E, F, G, H, J, K. Ez a demográfiai cunami csapódik most le az idősothtonokban is, a társadalom egészen végig hullámszik.

Elek, ahol élünk, egy kisváros, amely majdnem a Román határon ücsörgő „kis Babel”. A németek alapították 300 éve, aztán bővült románokkal, szlovákokkal, cigányokkal, mondhatnák, hogy a „magyarok kisebbségben” maradtak. Mindenki hozta magával az értékeit, ízeit, ezért Itt szépen megfér az együttélés szép és vitatkozó oldala egyaránt. Gyula és Románia árnyéka sokat érhet, ha rájövünk az előnyére, és nem csak a hőségben megyünk a strandra.

Csúnya történelmi lábnyomot hagyott Eleken a kollektív bűnösség elvének feltámasztása. A „málenkij robot” néven 1176 főt vittek Krivoj-Rogba kényszer munkára, ahonnan 121-en nem tértek haza. A németek áttelepítése során 6000 elekit vittek el. Megemlékezni az utódaik is hazajárnak különböző német városokból, mint Gerolzhofenből,

vagy Laudenbachból. Ezek az események is igazolják, hogy földrajzilag és történelmileg is Európához tartozunk. Ismerjük a retró slágert „a vén Európát, a gyönyörű nőt”. Talán kora indokolná az időst, de változatlanul imádjuk, ezért együtt sírunk az olvadó gleccserekkel, és pirulunk amikor az afrikai forróság sivataggá teszi földjeinket, és „csak” köhögünk, ha gyáraink, autóink befüstölik levegőnket. Miénk ez a vén Európa! Ráncaiban csordogáló folyóival, szélfúttá hegyeivel, szanaszét dobált házaival, kastélyaival, ferde tornyával, a Téli Palotával, vagy a Halászbástyával. Miénk, mert itt botladoztunk gyerekként, és toporgunk idősként. Ne feledjük, hogy sokan vannak még utánunk!

Pablényiné Piroska: Az Élet fintora.

Mikor fiatalok vagyunk boldogan tervezünk.

Milyen lesz az otthonunk, az életünk.

Azután párra találunk.

Boldogok vagyunk, lesz családunk.

Spórolunk lakásra, vagy kertes házra.

Bizony sok év mire összejön az ára.

De üresen nem állhat, sok minden kell bele,

Hogy meglegyen az otthon melege.

A gyerekek hamar felnőnek, kirepülnek.

Sokszor más vidékre települnek.

Mi meg nyugdíjasok leszünk.

Az élet már röpül velünk.

A párunk is sajnos útra kel,

Felhők hátán a menybe fel.

Már nehéz vásárolni, főzni, és kinek?

Nincs kihez szólni, hiányoznak az emberek.

Lassan rászánjuk magunkat, hogy idősotthonba megyünk.

Ezért fel kell számolni az eddigi életünk.

Bútorok, edények, könyvek, képek,

Egy kis szobába nem férnek.

Hová lett az otthon melege?

Csak a szívünk van emlékekkel tele.

Aztán megszokjuk, hogy törődnek velünk.

Hogy társaságban, együtt étkezünk.

Jó programokat szerveznek nekünk.

Most már nem mi tervezünk.

Mégis hiányzik az ember régi otthona

Ez az Élet fintora.

Papp Jánosné: Nyugdíjasok otthona

Elindultam otthonomból
egy új élet felé.
Gondolkodva lépkedtem
a nyugdíjasok otthona felé.

Útközben azon töprengtem,
hogyan vajon jól tettem-e?
Otthagya csendes otthonom
a barátokat kutatom.

Remélem nem rontottam el
gyorsan hozott döntésemmel,
hogyan barátokat akarok.
Kikkel vidámabb emberré válhatok.

Arra kérlek titeket
fogadjatok el engemet.
Én is jóbarát vagyok,
és nektek csak jót akarok.

Szeretném, ha béke lenne,
itt a szívünk legmélyében.
A jó Istent kérve kérem,
hallgassa meg könyörgésem.

Ha mi itt össze fogunk,
a világ sem fog ki rajtunk.
Elérjük a célunkat,
mi leszünk egy jó csapat.

Hit Remény és Szeretet
vezéreljen Titeket.
A jó Isten áldja meg
minden lépésedet.

Ha az életben csalódunk,
Istenben vigasztalódunk.
Ő biztosít nekünk hitet,
mivel megmenthetjük életünket.

Könnyek ne legyenek,
hisz bízni könnyen lehet.
Tanuljunk meg mosolyogni,
az élettel nehéz megbarátkozni

De bízunk Istenben,
ki könnyeket letörli.
Tanuljuk meg tőle,
hogyan kell türelemmel szenvedni.

Fogjuk meg egymás kezét,
hiszen a feladat nehéz.
De ha mi egymásért dolgozunk,
a világ nem fog ki rajtunk.

Péter Péter: Gondolatok csendes pihenő alatt

A szobákban szétfolyó, sűrű nyugalom,
a zárt falakon csak a csend vajúdik árván,
a dús félhomályban gondolatok úsznak,
testünkben lét és hit vergődik bezárván.

Tűnt emlékek rajzanak, éled a régmúlt,
az elkallódott célok, ábrándok, hitek,
fáj és zsibog bennünk az elveszett idő,
halott álmainknak csak a kínja zizeg.

És fekszünk elmélkedve- ránk lehel a vég,
nincsen tovább, mögöttünk bezárult a múlt,
a jövőnk már szétfutó álom, képzelet,
minden terv s ígéret az elmúlásba fúlt.

Nappalok, éjszakák a szokott napirend,
egyhangún peregnek a kiszabott napok,
s a leghosszabb út is egyszer csak végetér,
akárcsak a jeges, örvénylő viharok.

Az utódok génjei mégis megőrzik
létünk az örökké változó időben,
és biztos tudhatjuk, hogy van örökségünk,
s békében nyughatunk majd a temetőben.

(Idősek otthona, Vác)

Pető Lászlóné: Kortársaim történelme

Mikor megszülettünk 1941-ben,
Még nem tudtuk, hogy mit írtak be
nekünk az életünk nagy könyvébe.
De 1945-ben az értelem bennünk már nyiladozni kezdett

Egy szép reggelen ágyúszó ébresztett.
Akkor még nem tudtuk, hogy mi vár reánk,
hisz védő karjaiba tartott jó anyánk.

Édesapánk már a frontot járta,
Nem vigyázhatott a kis családjára.
De ott volt helyette a nagy felszabadító,
a hős szovjet katona, szépet, jót hozó?!

Iskolába jártunk és ott azt tanultuk,
Hogy mindet szépet és jót,
A szovjetektől kaptunk?!

Ez sokáig tartott, sok-sok éven át,
Addigra kijártuk mind a nyolc osztályt.
Okosak lettünk már majdnem felnőttek,
Rájöttünk arra, hogy hordjuk a keresztet.

Eljött az 56 azt mondtuk elég!
De meg nem állíhattuk az idő kerekét.
A nagy felszabadítók újra mellénk álltak,
elvették tőlünk a rég várt szabadságot.

Szerettünk volna utazni, látni sok jót- szépet,
Megismerni más tájat, embert és vidéket.

Utazni sajnos nem tudtunk, mert jól vigyáztak ránk.
Kis hazánk kalitka volt, benne sok-sok rab madár!

Egyszer aztán 40 év után megnyílt a határ!
Felszabadítóink elhagyták hazánk!
Kinyílt a kalitka, de nekünk késő már,
Beteg tört szárnyaink nem repülnek már.
Igy helyünket fiataljainknak adjuk át.

Csak egy kérésünk lenne hozzájuk,
Védjék, vezessék kicsiny országunk.
A forrongó világba nehogy elveszünk,
És idegenek mondják meg, mit hogyan tegyünk.

Tudjuk, hogy mi kell, mi jó nekünk,
Hisz van rá sok okos emberünk.
Csak bíztassuk, bátorítsuk őket,
Hisz rájuk bízunk az egész jövőnket.

Gyermekeink, unokáink biztonságát,
Magyar nemzetünk megmaradását.
Hogy utcákon, tereken magyar szót hallhassunk,
Templomainkban imádkozhassunk.
És együtt kérjük a jó Istenünket,
Védje, segítse drága nemzetünket.

Petrik Éva: Az öreg tölgy alatt

A park csendes volt ezen a délutánon. A fák között itt-ott átszűrődött a napfény, aranyszínű foltokat festve a kavicsos ösvényre. A régi padon, az öreg tölgy árnyékában egy idős férfi ült. Mindennap itt volt. Mindennap ugyanabban a barna kabátban, kezében egy botot szorongatva.

Ahogy én látom, az idő nem mindenkit egyformán érint. Egyeseknél halkan múlik, másoknál mély barázdákat hagy az arcon, a tekintetben. Ő azok közé tartozott, akik csendben hordozzák a múltjukat, mint egy régi könyvet, amelyet már ezerszer elolvastak, mégsem tudnak félretenni.

Ma egy fiatal nő telepedett le mellé. Talán csak pihenni akart, talán kíváncsi volt rá. A férfi először nem szólt semmit, csak a távolba révedt, aztán halkan megszólalt:

— Tudja, régen ezen a padon nem egyedül ültem.

A lány kérdően nézett rá, és a férfi elmosolyodott. Egy olyan mosollyal, amelyben ott volt az idő minden ajándéka és vesztesége.

— A feleségemmel jártunk ide. Minden délután. Ötven éven át.

Egy pillanatig csend lett, csak a szél játszott a falevelekkel. A lány nem kérdezett többet. Nem kellett. Csak együtt nézték tovább a parkot, ahol az idő lassan hömpölygött tovább, mint egy régi dallam, amely sosem ér véget, csak halkabbá válik.

Petrik Éva (Tiszalúci idősek nappali ellátása)

Petró Gyuláné: Ez lett az Otthonom.

Fáradt vagyok? hová menjek?
Hogy velem voltatok Köszönöm Nektek!
De most elfáradtam, én megyek,
Bocsájtatok meg Gyerekek.

Mikor Beköltöztem vegyes érzelmekkel,
A nagy sárga épület házfalára néztem.
S rajta nagybetűkkel:
"Gondoskodó Kezek"
Ez lesz az otthonom? magamtól Kérdeztem,
De a csendes benti világ mindent elrendezett.

Kedves arcok vártak, Lakók és nővérek.
A sok szép virág, és rengeteg Könyvek.

Néha ojkor sírtam, de mégtöbbet nevettem.
Mert sokan befogadtak, így sok baráttra leltem.

Így lett e közösség új otthonom nekem
És csendben alszom el, és nyugodtan ébredek.

A kapuhoz sétálok. Leanderek kísérnek,
100 évea fenyőfák nyújtanak hűvöset.

És visszafelé az úton, a sárga falra nézek,
S rajta nagy betűkkel:
"Gondoskodó Kezek"

És Ti ott fenn. Kik annyira Féltetek.
Már nyugodtan nézzetek.
Mert megtaláltam a helyem!

Pommer Gyula: Találkozásom Kodály Zoltánnal

1948-at írunk. Három évvel vagyunk a második világháború után és 100 évvel az 1848-as forradalom és szabadságharc után.

Ebben az időben a Budai Fiú Tanítóképzőbe jártam. Kisgyermek korom óta szerettem énekelni, szép csengő szoprán hangom volt. Később – mutálásom után – jól hangzó tenor hangom lett. A képzőbe kerülésem után rögtön beválasztottak a kórusba, ami nagy öröm és megtiszteltetés volt, hiszen a Tanítóképző fiú kórusa ismert és elismert volt. Nem csak iskolai rendezvényeken, ünnepségeken szerepeltünk, hanem sok meghívást kaptunk vidéki városokba helyi rendezvényekre, ünnepségekre, továbbá a Fővárosban is számtalan helyre meghívtak bennünket. Természetesen mindig nagy örömmel mentünk. A sikerünk záloga a kórusvezető tanárunk Kapi Klárk Jenő volt, aki zenetanár, orgona-, és zongoraművész volt. Számunkra Jenő bácsi maga volt a csoda, nem „csak” a tanárunk, hanem a barátunk is volt. Nagyon tiszteltük, szerettük, követtük őt a hosszú, kemény próbákon, mert éreztük, hogy amit közösen létrehozunk, az remekmű lesz.

Közelgett március 15., az 1848-as forradalom és szabadságharc 100. évfordulója. A kórusunk is készült az iskolai ünnepségre. Eközben meghívót kaptunk az országos ünnepi rendezvények egyik helyszínére, az Erkel Színházba, ahol három lány tanítóképzős kórusal egyetemben a Marseillaise-t kellett előadnunk francia nyelven, mégpedig Kodály Zoltán vezényletével.

Nagy meglepetés, nagy megtiszteltetés, nagy öröm, nagy izgalom... Majd elkezdődött a munka, amit minden képzős diák, kórustag „otthon”, a saját iskolájában a kórusvezető tanáraikkal végeztek, végeztünk. Így készültünk a NAGY napra, a különleges fellépésre.

1948. március 15., Erkel Színház színpad: ekkor találkoztunk először a lány kórusokkal. Mindenki elegáns ünneplő ruhában, izgatottan. A nézőtéren politikusok, művészek, újságírók, és velünk szemben Kodály Zoltán. Nyugalmat, erőt, biztonságot sugárzott. Amikor mi következünk, felemelte a karját, majd a fejével is intett, mi pedig fiatal szívünk minden lelkesedését, szeretetét beleadva énekeltük a Marseillaise-t. Nagy tapssal jutalmaztak bennünket, Kodály Zoltán egy kedves mosollyal és fejbiccentéssel köszönte meg az énekünket. Mi voltunk az egyetlen fellépők, utánunk ünnepi beszédek következtek.

Közben az járt a fejemben, hogy Édesanyám és Édesapám büszkék lehetnek rám, hiszen az egyszerű falusi libákat őrző, disznókat legeltető parasztyerek a tehetsége és a szorgalma révén szép sikert ért el. Nagyon örültem. Később beszélgettünk erről a fiúkkal és ők is hasonlókat mondtak az érzéseikről, ugyanis szinte mindannyian hasonló körülmények közül érkeztünk és jutottunk el az Erkel Színház színpadára, akik „dolgozhattak” Kodály Zoltánnal.

Pusztai Mihályé: Arany élet

Az Arany János utcában, húsz öreg toporog,
Bennük sok új ötlet motyorog.
Én is szeretnék aludni éjjel,
Hogy ne feszítse a görcs a fejemet széjjel.
Öregek hada elindul éjjel,
Elfoglalják a trónt, szerte széjjel.
Zenél a csésze, zúg a víz,
Jaj, nekem, nincs papír!
Zörög a járókeret, ágyhoz tapogat,
Vajon megtalálja a jó utat?
Csendes horkolás hallatszik,
bár így maradna hajnalig!

Zörög a nejlonzsák,
Viszik a szennyes pelenkát.
Ez a lakó kicsit kócos,
de annál inkább habókos.
Hallani már, hogy reggeli, reggeli,
Eddigre a fogát mindenki megleli.
A liftnél kitör a harc,
Járókeret vagy hátra arc!
Fejedelmi reggeli,
Bolond aki nem leli.
Rendbe tették már a szobát,
Valaki keresi a szennyesét,
mit sehol se lát.

Utána Ildikó hívogat,
foglalkozásra csalogat.
Torna után dalolás,
lehet ebédelni pajtás!
Ez a leves jéghideg,
forrósítsd meg légy szíves!
Ebéd után, hol a protkó?
Ez moslékba való?
Délutáni hangos pihenő,
a horkolást művészi szinten adja elő.

Megtörtént a nagy csoda,
kiabálnak, vacsora!
Szalámi vagy édesség,
ez lesz itt a fő kérdés.
Vége van a vacsorának,
ránk csodás álmok várnak.
Villanyoltás után csendben,
az álom tündért hívják,
aludjunk anyókák, apókák.

Pusztai Mihályné: Arany tavasz

Várjuk a tavaszt, mert olyan ravasz
Sándor, József, Benedek, a három kamasz
Alig várjuk, hogy hozza már a tavaszt.

Mosolyogva néz ránk a napocska,
Fűszálak közt az ibolya, virágzik a sarokba.

A mezőn ezer virág látszik,
Szeretem a tavaszt, mert minden virágzik.

Hallgatom a madarak füttyét,
Eresz alatt rakják az utódok fészket.
Felébrednek kicsi hangyák és bogarak,
És ránk huncutul kacsintanak.

Egy gólya tovaszáll, virul már a határ.

Jaj nektek tavak lakója!

Enyhe szellőt hord a szél,
Az egész természet vidáman mesél.

Rábai Gáborné: Kórusaim

Nagyon kedves számomra a két dalkör, amikbe hosszú évek óta járok. A kapcsolat akkor sem szakadt meg, amikor otthonba költöztem. Nemcsak a magunk örömeire éneklünk, hanem fel is lépünk közönség előtt. Sokat szerepelünk vidéken is. Nagy örömmel tettük ezt például Cserkeszőlön, a Pilisi fesztiválon.

A szentendrei dalkör a múltamhoz kötődik, ugyanis a katonaságnál dolgoztam, ahogyan ott mindenki. Abban a körben katonadalokat éneklünk. Később beléptem a pomázi dalkörbe. Ott főleg népdalokat, illetve régi slágereket adunk elő. Az évek során versenyeztünk is, ahol arany minősítést szereztünk mind a két dalkörben. Ez nagy büszkeséggel tölt el bennünket, megerősít abban, hogy nem csak jól érezzük magunkat, hanem jól is csináljuk a dolgunkat. Visszahívna bennünket több helyre is énekelni. Ez külön öröm számunkra, hogy szeretik a műsorunkat, sőt, akár még be is kapcsolódik a közönség a közös énekbe.

A dalkör tagjai szeretik egymást, figyelünk egymásra, várjuk az újbóli találkozást. Akár vállaljuk a hosszabb utat is azért, hogy együtt lehessünk. A heti egyszeri próbákon nagyon jó a hangulat.

Számomra az éneklés feltöltődés, kikapcsolódás, kapcsolat a „rég” életemmel.

Rabi Ferenc: Az elmúlt három év

Örömmel vettem tudomásul, hogy kíváncsiak a véleményemre, az idősök otthonában eltöltött idő alatti dolgokra.

Sajnos az idő nagyon gyorsan telik és esetemben a harmadik évembe járok itt. Hála Istennek betegségem javulóban van.

Talán bárki kérdezheti, hogy kezdődött?

Tűzifát vittem be a szobába (konyhába), egyszerűen elment a látásom, hallásom és elfogyott a levegő. Körülbelül három percig tartott és a fülemben egy kattantást hallottam és lassan visszaállt minden.

Tehát komoly betegségem sosem volt, egészséges életet éltem. Káros szenvedélyem nem volt. Nem dohányoztam, nem kocsmaztam.

A Covid vírusra gondolok, ami mindezt előidézte, három pfizer oltást kaptam, majd hat hónapra jöttek ki rajtam iszonyú sebek. Nyolc hónapig tartott és lassan elmúlt.

Most viszont újra az öregek otthonáról...

Én úgy látom, mintha egy nagy család volna ez a társaság. Persze mindenkinek különböző bajai vannak, ha valami kell a segítségükre, mindig az ápolóinkhoz fordulunk, amit ők szívesen vesznek.

Én úgy gondolom, hogy kemény munkájukért mindig köszönet jár, mert ők azok, akik hihetetlen segítőkészek. Én, a magam részéről csak a jót tudom mondani.

Bevallom, nagyon okáig aggódtam, de ismerve a feleségem baját, most én segítek neki, máskor ő segített nekem, ez így van rendjén.

Csak még sokáig tartson!

Lassan befejezem levelem írását! Mindenkinek kívánok nagyon jó egészséget!

Kelt, Kiskunhalas, 2025.04.11.

NAPLÓRÉSZLET 1.

LAKÁSCSERE

Ez a történet nem két lakás adás-vételéről szól elsősorban. Szól inkább az őszinte, önzetlen barátságról, szól a megbízhatóságról, szól a Gondviselésről.

Kértem a családtagjaimat, jellemezzék néhány szóval ezt a nem mindennapi történetet.

Ilyen válaszokat kaptam: Hihetetlen! Szerencse! Meseszerű! Véletlenek sorozata!

Nincsenek véletlenek. Leírom a történetet, úgy kezdem, mint egy mesét, bár minden szava valóság.

Él Tiszakécskén egy Ember, aki úgy gondolkodik, hogy az a jó, ha egy házban, egy fedél alatt élnek a gyermekei. Ez a vágy a történet magja, ebből sarjad ki a cselekvés, a megvalósítás. Négylakásos társasházban laktunk, felettünk élt a mi Emberünk lánya. Kényelmes, jó beosztású, tágas az otthonunk, szép kerttel, ápolts környezetben. Kellemes, baráti a lakóközösség. Jó lenne, ha a fia is itt lakhatna. Tudta, hogy mi tervezgetjük a Kecskemétre költözést a család, az unokák közelébe.

Minden találkozásunkkor megkérdezte: Eladó lesz-e hamarosan a lakásotok? Mikor mentek Kecskemétre? Valósággal kikönyörögte alólunk a lakást...Mi csak tervezgettünk, nézegettünk Kecskeméten, de nem találtunk kedvünkre való helyet.

Egy tiszakécskei házaspár-jó barátaink azt gondolták, hogy nyugdíjasházba költöznének. Voltak Szegeden, erre-arra, de sehol nem jártak sikerrel. Aztán egy szép napon, 2012. májusában Kecskeméten voltak lakásnézőben. Aznap este eljöttek hozzánk és elmesélték az élményeiket. Találtak egy lakást, de nem tudják megvenni, mert a nagy családi házuk nem kelt még el. Felajánlották: vegyük meg mi, de sürgősen intézkedjünk, mert sürgős az eladónak.

Intézkedtünk, másnap elindult a lavina. Nem...ez nem jó szó...a lavina pusztító, a mi életünk pedig úgy száguldott, mint a hullámlovasoké. Vittek, repítettek az események, itt-ott bele is szédültünk, de hatalmas örömmel élveztük az események sodrását.

Elmentünk a SION Nyugdíjasházba-háztűznézőbe. Előzőleg megbeszéltük, mik a feltételeink: süssön be a nap, legyen tágas a nappali, ahol elfér majd a család egy ünnepi asztalnál.

Az első kellemes meglepetés a lakás ajtajánál ért minket: -Szervusz Rézman Öcsi, ezer éve nem láttalak! -üdvözölte a férjemet a nagykőrösi gimnáziumi osztálytársa.

Beléptünk az ajtón: mindhárom szoba ragyogott a napsütésben! Tágasak voltak a szobák, mindennek lesz helye!

Még aznap este telefonáltunk a mi Emberünknek. El is jött nyomban, alkudott a lakásunkra, ahogy szokás. Meglepetésünkre foglalót is adott. Ismét egy meseszerű mozzanat: másnap reggel eljött a vevőnk és letett az asztalra egy borítékot: -hoztam egy kis ráadást! Nem hagyott nyugodni a látvány, hogy olyan bánatosan ültetek a kanapén az alku után! Ezen a kis pénzen ne múljék a barátság!

Az sem szokványos eljárás, hogy három részletben tudott fizetni a vevőnk. Az eladónk elfogadta, hogy így tudunk neki törleszteni. Időközben átadta a lakás kulcsait, hogy a felújítást el tudják kezdeni a mesterek.

Ez a gesztus olyan rendkívüli példája a bizalomnak, melynek alapja a becsületesség megítélése, a jó hírnév elismerése. Ez a kapcsolat a három család között alkalomszerű volt, néhány hétig tartott, de soha el nem felejthető!

Isten ajándékaként éltem meg. Köszönöm!

„Uram, jó nekünk itt lennünk! ”Máté 17:4

Naplórészlet II.

VÉGSŐ, FÖLDI KIKÖTŐMBEN

Rádiót hallgatok, hallom: „...a nők 60 éves koruk körül, lassan ereszkednek le a csúcsról, mindenféle vonatkozásban...” Felkapom a fejem! Tessék? Mi történik velem? Hol vagyok akkor én most 80 évesen? Lent a hegy lábánál, egy bokor alatt? Olyan bizarr a kép, hogy nevetnem kell, meg sem sértődöm. Dehogy is! Fenn vagyok a csúcson, itt ülök a kényelmes, puha mohával bélelt fészkemben és pihenek. Szemlélődöm, visszatekintek a megtett útra. Feltűnő, hogy a döntéseim mindig gyorsak, határozottak voltak. Most az elsőt és az utolsót idézem fel.

14 évesen néhány óra alatt kellett eldöntenem, hogy vállalkozok-e egy embert próbáló feladatra, vagy sem. Vállaltam: ennek köszönhetően lettem tanár.

78 évesen életem utolsó döntését is így kellett meghoznom, szinte egyik óráról a másikra. Ekkor már mellettem állt a családom. Tudtam, hogy hatalmas feladatra vállalkozok, de bíztam magamban. Éreztem annyi vitalitást, fizikailag és lelkileg is, hogy képes leszek elszakadni a megszokott helytől, életformától.

Nagy kedvvel tervezgettem, intéztem a rám háruló munkákat. 78 éves voltam a beköltözéskor. Egy hónapig becsomagoltam, dobozoltam, selejteztam, elajándékoztam Tiszakécskén, egy hónapig kicsomagoltam, berendezkedtem, új otthont teremtettem Kecskeméten. Nagy örömmel, lelkesedéssel tettem mindezt. Néhány hónap alatt -családi segítséggel-minden a helyére került az új otthonomban. Testem elfáradt, de a lelkem erős maradt, ezért nem éreztem a koromat. Olyan örömet éreztem, ami megfiatalított.

Az én életpályámat a Gondviselés írta. Isten segítette végig az utamat, amíg elérkeztem végső, földi kikötőmbé, a menedékbe, a biztonságba, a SION házába. Szívem tele van hálával az életemért, a mostani helyzetemért.

„Mindenhez van erőm az Úrban, aki engem megerősít.”

NAPLÓRÉSZLET III.

MINDEDDIG...

Házasságkötésünk 60. évfordulóját és gyémántdiplománk átvételét ünnepeltük a SION házában. Megható, szép ünnepséggel köszöntött bennünket a Kecskeméti Református Egyházközség, a SION házak vezetősége, a lakótársak, nővérek, alkalmazottak. A családomat Ica, a húgom képviselte.

Ajándékot kaptunk az egyházközségtől, egy emlékkövet, neve: Ében-Háézer. Jelentése: a segítség emlékköve. Gyönyörködve néztem az ajándékot, aztán elolvastam a feliratot: Mindeddig megsegített minket az Úr. Nagyot dobbant a szívem, a szó megdermesztett: MINDEDDIG... És ezentúl? Mi lesz velünk ezután? Ez a szó ómen? Intő, baljóslatú? Próbáltam elhessegetni a gondolatot. Hosszú életem folyamán velem volt Isten, ezentúl sem hagy el.

Rövid idő múlva megbetegedtem. Testet, lelket gyöttrő állapotba kerültem. Nem ültem már Isten tenyerén. Lecsúsztam, nem kapaszkodtam eléggé: így gondoltam. Hosszú ideig tartott ez a kétségbeesett állapot, még hosszabb ideig a gyógyulás. Lassan váltam képessé megnyílni, beszélni a gondolataimról, gyötrelmeimről.

Katalin, az intézményi lelkész, Mónika, Gábor, a terápiás munkatársak tanúi voltak az életemnek, a mindennapjaimnak. Segítettek, hogy visszatérjek a közösségbe, ahol az első három évben nagyon jól éreztem magam. A lakótársaim szerető aggódással fogtak körül, amely máig is tart.

Már nem riaszt a szó: „MINDEDDIG”. Nem határidő, nem az, ami már bekövetkezett, hanem ígéret: MINDENKORRA.

„Mindeddig megsegített az Úr...”

NAPLÓRÉSZLET IV.

NAPJAINKBAN...

Borika, az ötéves dédunokám búcsúzaskor megállt az ajtóban és hosszan nézett visszafelé, be a szobába. Nézett, nézett, majd megszólalt:

-Dédi! Hogy vagy Te itt, amikor mi nem vagyunk nálad?

-Várlak Titeket...

„Most azért megmarad a hit, a remény, a szeretet, e három: ezek közül pedig a legnagyobb a szeretet. 1 Korinthus 13:13

Richter Anikó: Életképek

Ez itt még nem az a hely, ahol már közel a végállomás.
Itt még a jókedv égis emel, ha nótát húz egy harmonikás.
Máskor meg szintetizátor-zenére pördül a vén, s legalább
addig se sajdul a derék, addig is moccan a láb.

Ünnepi alkalmak ezek. Bár becsapósak, de színesek.
Mindegy is, hogy mi táncra az ok: felejtik nyűgjük a nyugdíjasok.

Kedvenc a karácsony. Ilyenkor sípszóra startol a szeretet.
Próbál a kórus. Fá helyett fiszt fog a " Szeressük egymást, gyerekek..."
Torta van. Káposzta, többnyire töltött. Körbejár a pohár: tartsd ide, töltök.

A január holtszezon. Hamvába hull az újévi fogadalom.
Kicsike klikkek nyelv köszörülése. A jószándék semmit se fog a dalon.
Az ének is minek. Hisz híg a leves, és pocsek a főzelék...
Hasogat megint a váll, és beáll a nyavalyás, fájós derék.

De közel a farsang, ébred a jókedv. Szalagos fánkot sütnék a lányok.
Csacsacsát járnak bohócok, hattyúk, dámák, és boszorkányok.

Innen már csak egy ugrás a tavasz. A nemzeti ünnep összekovácsol.

Kincstári kokárda díszlik a blúzon, kopott kabáton.

A vázában nyílnak még papír nőnap virágok.

Ügyes kis kezekkel, el nem hervadó szeretettel
sodorták ovisok, és műsort adó, lelkes diákok.

A kert is feléled, Zolika kezének hála!

Fényesült kedéllyel járnak, örülnek nyíló virágnak,
és várnak a nyuggerek az Almádi ingyen nyárra.

Addig még lesz egy húsvét. A maradék fiúknak hímes tojás.

Májusfát nem hoznak. Kihalóban van már
ez az ősrégi, szépséges népszokás.

Amúgy, minden nap ugyanúgy.

Kártya, társasjáték, bingó, székes torna.

Mi kéne még, ha vóna ebbe az ezüst korba'?

Múzeum, mozi, néha még cirkusz is, városi séta.

Mennek hát, ki bottal, ki nem, de együtt csoszogva...

Még kiül a padra, arcát napoztatva a papi, a nagyi.

Vagy kézenfogva, Az, aki itt talált éppen társra.

Emléket cserélnek, és újra élnek ifjonti évek...

Gondolva első csókra, s arra az illatos hársra.

Aztán az ég, ha beborul, és ki-kihull közülük

megint valaki, mindig akad egy,

aki - tiszte a vigasztalás -, közli, hogy ez itt egy „ittlakás”.

Második otthon. Most még nem a végállomás.

Richter Anikó: Pista bácsi

Nagy ember volt.

Egészen odáig, amíg annyira kicsi nem lett, hogy már csak a neve volt Nagy.

Aztán, már kilencvenen is túl „elkapta” a demenciát.

A Papának így hát, a lánya, az unokája, a veje, az ő majdnem neje, annak a fia és lánya, az összes retyerutyája szerint: otthonban a helye.

Nagy ember, nagy respekt, nagy retyerutya.

Mindenkinek akad még egy-két sógor, koma.

A körzeti doki papírján protekciós pecsét. Mielőtt még az Alzheimer kór is ráborulna szegény Papára.

Még ki se húlt egy jobblétre szenderült, neki már megvolt a helye a helyi szociális otthonban, ahol ugye másoknak évekig...

De hát - mondják -, a nagyság ára: őt már klórszagú huzattal várta ablak melletti ágya.

Négyágyas szoba. Vécézúgás, járókeretek kopogása. De neki külön, diétás ebéd.

Kímélni kell ugye, az epét.

De majd hétféteken! Mindenki hoz valamit, hogy kényeztesse a Papit.

Van disznótoros, linzer, és házi pálinka.

Kedvenc kapros túrós, sült hús zsír, kis piros lábosba.

A lakása üres, azért még versenyeznek. Ki hoz több kisüstit, dugi cigit.

Majd meglátjuk, kinek írja alá az ügyvédek papírját egy tiszta pillanatában.

De Pista bácsinak nincs olyanja.

Neki csak Alzheimer kórja van. Ő tökre bamba lett, vén hülye.

Magunk között szólva meg, dehogy!

Aki fejeseket furikázott élethosszig, és maga is Nagy lévén, nagyok között forgolódott, az simán el tudja játszani a vénhülyét.

De közben tudja, nagyon is jól, hogy ez itt a hely, ahonnét már nincs tovább.

És miközben háromból két szobatársa az ordító tévé kísértet-kéjkét búvöli, egyet meg a kiülős székében felejtett az esti műszak, ő hunyt szemmel a múltat idézi.

Lányok vonulnak ingvállban, viganóban. Konyakos poharak, pukkanó pezsgők.

A párttitkár pártfogása. Mutyiban kiutalt panel lakás. Ahová ugye, a gyerek...

Aztán a telek, és sorban az unokák. A kedvükért kutya is: egy daxli, egy labrador.

Az a kiskert! Mind között a legszebb. Szomszédnak, barátunk ribizli, bor.

Nyugdíj után is még aktív munka, mert ugye hívták.

Füvet a maiak? Ugyan! Ő még mindig maga kaszálna...

De hát itt kertész van. Az élet meg iramlík.

A napokra éj jön. Az alvók horkolnak, ő rádiót recsegtet, meghúzza a flaskát.

Az ő szilvája benne - lám, mennyire szeretik -, mégse jön a szemére álom.

Ablak melletti ágyából éppen a csillagokra lát. De oly távoli fény az Esthajnal, és messze porzik a Göncölszekér.

Keskeny szekrényben perceg a szű. Vagy csak képzei?

Derengve szürkül a reggel. Az álomtalan álom szövete cafatokra szakad.

Pista bácsi! Ébresztő! Itt a kockasajt!

Ő csak mosolyog. Hagyja, hogy süket is legyen.

Indul a verkli.

A gondozási naplóban új lapra szárad a tinta. " Tudata szűkült, nincs változás. "

És kezdődik minden újra és újra. Lefekvés, felkelés, vezényelt fogmosás.

Mondjuk neki: a protkó. Műanyag tálcán színes pirulák.

Séta a kertben. Árnyak és fények, belső mosoly.

Alzheimer-álarc. Mögötte ő van. A valaha nagy ... ott van, valahol.

Richter Anikó

RIMÓCZI FERENC: SZÉPKORÚAK

Hajad őszül, szemeid körül gonosz szarkalábak díszelnek.
Az ifjú hölgyek egyre gyakrabban csókolómmal köszöntenek.
Ébredés után még erőt gyűjtesz fekhelyed szélén ülve,
Sajgó izületi fájdalmaid csendben, megadással tűrve.

Leballagsz a kantinba egy erős kávé ízéért,
És a lakótársakkal való vidám beszélgetésért.
Majd lemész a kertbe, megkezdéd szokásos sétádat,
A felkelő Nap gyengéden simítja barázdás orcádat.

A kerti padra lepihensz, felidézéd elmúlt ifjúságodat,
S gondolatban átöleled hajdani szerelmes párodát.
Elmélázol fiatal éveid alatt megtörtént kalandokon,
S a rég elveszett sok-sok hűséges barátokon.

Ám a „film még pereg, nincs vége az előadásnak”,
A szépkorú évek eseményei még lehetnek frappánsak!
Hisz’ unokák sokasága rajong körbe találkozáskor,
Felvidulsz a kultúrprogramok változatos műsorától.

Még érdekelnek a Világban zajló események,
S a kulináris élvezeteket nyújtó, fenséges ízű ételek!
Jóleső érzéssel nyugtázod a feléd áramló tiszteletet,
A gyógytornán tűrőd fájó izületeidet.

Ezért fel a fejjel! Örülj a mindennapok szépségeinek,
S ne fogyassz olyan dolgokat, mely árt az egészségednek!
Ha optimistán, az évekkel dacolva éled szépkorod,
Akkor utódaid elismerően mondják: „jól élt, semmit sem tékozolt!”
Versemet az Idősek Házában alkottam,
Ahová bentlakóként három éve „startoltam”.
Fent leírtak világosan tükrözik a komfortot.
A körülmények segítik, hogy megérd a holnapot.

2025. április 07.

Sári Benjáminné: Nem értik, csak az angyalok...

Rohan az idő felettünk, akár a gyorsvonat... Jön a gyönyörű gyermekkor jól fog az agyunk, aztán a felnőttek vagyunk, dolgozunk, s észre sem vesszük, már öregek vagyunk.

Hát... én is így jártam, megöregedtem, az évek elszaladtak bizony felettem. Szeretni kell a tisztas öregkört, mert mindenkinek eljön, általában... Amikor hozzám is elérkezett döntöttem, s a Tiszadada Gondozási Központba költöztem. Én úgy találom, ez lehet a legszebb gondozási otthon Magyarországon. Nekem legalább is az. Szeretek itt lenni. Kényelmes ágyam van, jól esik benne aludni. Áldja meg az Isten, azt ki kigondolta, kiből megszületett, aki megalkotta. Minden napom eseménydúsán telik, Én itt nagyon jól érzem magam. Sokat olvasok, két újságot járatok. Kelet Magyarország napilapot és a Kiskegyed újságot, tornáztatom az agyam.

Amikor lehetőség van rá, a boltba is kijárok, vásárolok mire telik, amit megkívánok. Ma is kaptunk lehetőséget. Kocsival elvittek, s vettem egy pár új cipőt szépet, egy pár papucsot Tiszalökön. De ha ki akarok menni a temetőbe a szerettem sírját gondozni, vagy épp kiránduláshoz szottyán kedvünk, az Önkormányzat kocsija jön. Istennek hála nem vagyok magányos. Lehetőséget kaptam a párvalasztásra is, így van egy élettársam is. Hogy milyen a társas élet? Koccanás, nem-igen van... Azt kedvesen, szép szóval rendezzük, ha van. Ha valaki panaszos, azt a kor és a betegség szüli, egyikünket se kerüli.

Szépen felújított ebédlőnk van az étkezés kitűnő, változatos, talán épp ilyen szükséges már a mi korunkban. Az otthon udvarán kemence, szoktunk is sütni benne, de főzhetünk is, ha egyéb, fogunkra valót ennénk. Én minden héten megfőzök 10 tojást, de főztem már, ha épp azt kívántunk, töltött káposztát.

A mi korunkban...

91 éves leszek lassan, de hogy öreg vagyok, még szóba sem hozassam. Mindenki annyi, ahány évesnek érzi magát. Én hiszem, hogy a hosszú életkorunkhoz nagyban hozzájárul a személyzet végtelen szeretete. De orvos is meglátogat bennünket hetente, mert a betegség már a korral jár.

A gondozó hölgyek szeretetét mi sem jellemzi jobban, mint hogy erdélyi kirándulásomkor hazaérkezésemkor beszóltak: -Krumplilángost hoztak nekem, hogy legyen vacsorám. Ilyen gondjuk van minden szobára...

Gondolkodom. Mi lenne énvelem, ha egyedül maradva, özvegyen kellene élnem. A magány ölni tud, de ezt itt én sosem érzem.

Gondolkodom...

A gondozók, a főnöknők osztályon felüli, kedves, mindenre gondol, mind olyan rendes. Hogy nem kapott még Kormány kitüntetést? Az országban se sok van Ilyen finom, kedves teremts. Ilyen gondoskodó hölgyekkel ritkán találkozok az ember. Ők még fiatalok, de nagyon szeretik az időseket. Szeretni is kell, mert az idő bizony nagyon gyorsan... Felettük is majd...

Én már sok évet megértem, dolgoztam is eleget. Rajtuk is látom, estére elfáradnak ők is. Mindig kérem a jó Istent, adjon nekik erőt és jó egészséget, hogy sok művelt gyermeket nevelhessenek családjukban, okosat, szépet.

Mert mikor a gyermek gögicsél, csak az Isten tudja, mit beszél. Csak mosolyog és integet. De mit gondol? Min nevet? S mint virágnak az esti szél, az anya vissza úgy beszél. Hogy mit beszélnek oly sokat, apának tudni nem szabad. Az égi nyelv az még titok. Nem értik, csak az angyalok...

Sári Benjáminné

Sári Ella: Az otthon

Lassan elballagtak
Felettünk az évek
Voltak köztük szomorúak
Voltak nagyon szépek.

Öregszünk, betegszünk
Nem bírtunk felkelni
Lassan alig tudtuk
Terhünket cipelni.

Egy nap férjem mondja
Akárhogy akarja
Nem tudja emelni
Úgy fáj az ő karja.

Szaladtunk eleget
Kórház-gyógyszertárba
Már az egész Budapestet
Vette a nyakába.

Ezt tovább nem bírtam
Elhatároztam: Könyörtelen leszek
Reszkess csak öregség
Egy otthonba megyek!

Aztán siettünk is
Nagy lélekszakadva
Címe e szép otthonnak
Meg volt nekünk adva.

Találtunk itt minden jót
Körülvettek, mint egy család
Körbevezettek és kaptunk
Egy csodaszép nagy szobát.

Kimegyek a kertbe s
Rögtön mit látok,
Árnyas fák tövében
Gyönyörű virágok.

Kaptunk mi figyelmet
Szeretettel, emberséggel
Kulturális programokkal
Izgalmas rendezvénnyel.

Részt is veszünk benne

Szívvvel és lélekkel
A vidámság birkózik
Az idős évekkkel.

A mi életünk itt
Felhőtlenül boldog
Nem vagyunk elszigetelve
Nincsenek nagy gondok.

Gondok helyett kitarul
Előttünk egy színes világ
Öreg szívünk az otthonban
Örömet, megnyugvást talál.

Sári Ella

Budapest, 2025. április

Saska Imre: A REMÉNY VÉGTELEN!

Ennek a tudatában költöztem be a VILLA ROSA idősek otthonába!

Amikor az ember megszületik lehetősége van arra, ahogy a tudata fejlődik megismerje az életet. Ilyenkor még fel sem fogja, hogy mit tartogat az ÉLET számára. Kinek mit? nem tudjuk, nem is sejtjük. Majd csak évek múlva, az évek múlásával a tények ismeretében körvonalazódik egy várható élet. Akkor már lehet következtetni, hogy kinek mihez van érdeklődése, mit kedvel, kivel érzi jól magát stb.! Ez az időszak már elárulja, képessége milyen irányban mutat hajlamosságot! A kedvtelés már jelzi, hogy kivel érzi jól magát, ha szimpatikus valakivel azzal össze mosolyog, hogyan keresi a kapcsolatot. A szülők mindjárt mérlegelik kire hasonlít külsőleg is, belsőleg is. Azaz a forma és a funkció törvényszerűségei hogyan érvényesülnek. Ekkor már lehet találgatni hogyan alakul a munkához való viszonya, reál, vagy humán beállítottságú. Ekkor már körvonalazódik a REMÉNY is. A reménnyel egyidejűleg megfogalmazódnak a célok is. CÉLOK nélkül nem lehet ÉLNI! A célok lehetnek, rövid távra, vagy hosszabb időre szólóak! A célok megvalósításához sok figyelem, céltudatosság, következetesség, kitartás, azaz sok munka szükséges. Az elszánt személy céljai megvalósításához egy kis fanatizmusnak is társulnia kell.

Amióta az eszem tudom a tétlenség sohasem befolyásolta napjaimat.

A szüleim fontosnak tartották a továbbtanulást. Gimnáziumban majd agráregyetemen képeztem magamat. Az egyetem elvégzése után - nem gondoltam végig- egy rövid időre szülőfalumban kezdtem dolgozni. Hamar rájöttem ebben a faluban elképzeléseimet nem tudom teljesíteni. Mondja a közmondás! A saját falujában: NEM LEHET PRÓFÉTA SENKI SEM! Tudomásul vettem és elmentem, nem messze, de elég távol. A szomszéd megyében Nagyfügeden, a Mátra lábánál ahogy Édesapám mondta a Felvidéken lett teljes az életem.

Egy új korszak kezdődött életemben. A magányomon írással próbáltam úrrá lenni. Megírtam saját életem történetét, melynek címe: Kunmadarastól-Nagyfügedig. Könyvben kiadtam Édesapám II. Világháborúban írott emlékeit, melynek címe: Saska Imre „Egy tűzér újonc útinaplója 1944-46. E mellett kiadtam verseit is. Az egészséges táplálkozás rejtélyeit a „Kertünk kincsei” című könyvben foglaltam össze. Az írásról továbbra sem mondtam le.

A magány egyre jobban nyomasztott! Nem kellett sokáig gondolkoznom, magamévá tettem azt a filozófiai tételt mely szerint az ÉLETET: keletkezésében, fejlődésében, és múlásában KELL felfogni!!

A házi orvosommal egy beszélgetés közben hoztam szóba! Doktor Úr ha kéthetes (77) leszek keresek magamnak egy bölcsődét. Rövid gondolkodás után, szinte mérlegelés nélkül megkaptam a választ. Imre Bátyám neked: Mátrafüreden a VILLA RÓZA IDŐSEK OTTHONÁT javaslom. Így is lett, Gyöngyösön jártam, megpillantottam a Villa Róza demens részlegét, pont az ebédet hozták. Az intézmény vezető nyitotta a kaput, ő irányított Mátrafüredre. Majd hónapok múlva jelentkeztem Mátrafüreden, ahol a mentálhigiéniai nővér fogadott. Rövid bemutatkozás után, kedvesen az Intézmény vezetőhöz kísért. Tőle megkaptam a benn lakás feltételeit. Közben tájékoztattam, őket hogy írással is foglalkozom. Erre felfigyeltek és meghívást is kaptam a lakóknak tartanék-e előadást. A válaszom természetesen. Közben kezdtem bele élni magam, hogy én is hamarosan lakó leszek. Otthon rendszeresen dolgoztam bordásfal mellett is ezért engedélyt kértem a bordásfalat behozhatom-e. Az engedélyt megkaptam.

Az otthonba 2024. szeptember 16.-án Szabolcs fiam bekísért. Azóta az otthonban élek a szobatársammal a lakótársakkal egyetértésben, békességben. A lakók élete sok színű, változatos. Többnyire egy hétre, előre tervezett programok vannak. A napi foglalkozások szinte mindennap 10-12.- óráig és 14-16.-órág tartanak. A foglalkozások nem kötelezőek, de kinek-kinek a saját érdeklődése szerint a részvétel hasznos.

Milyen témák vannak: Első helyen említeném az egészség megőrzésére irányuló foglalkozásokat.

A szabályos légzés elsajátítása, gyakorlása elemi érdek szinte a születéstől, az elhalálozásig!

A tüdő létfontosságú szervünk. Az oxigén (O₂) a sejtekben zajló égéshez (biológiai égés) is nélkülözhetetlen. A tüdő kapacitásának egészséges szinten tartásához a mindennapi sport is (mozgás) szükséges. A szabályos légzés elsajátítása még a fekvő betegnek is nagyon fontos!

Az elme épségben tartása, a józan gondolkodás megőrzése alapvető érdek!

Ennek többféle módja lehetséges. A szellem karbantartása. Olvasás, Keresztrejtvényfejtés, vicc mesélés, stb. Emellett a helyes táplálkozás különleges jelentőségű !

Az ellátás, a nővérek, a személyzet készsége példamutató! Elmondható a VILLA ROSA a

SZÉP KORÚAK KÉNYELMÉNEK ZÁLOGA!

Mátrafüred 2025. Március 31. Saska Imre

Simon Józsefné: Élet az Otthonban-, a mi közösségünkben

Ezen intézet lakói olyan idős hölgyek, akik egymagukban, egy lakásban már talán nem is élnének, vagy nagyon magányosan élnének. Róluk szól ez az írás -próza, amit- dalban is elő lehet adni.

/ Dalban a Megismerni a kanászt című népdal mintájára adandó elő/

1, Kislétszámú lakója van ezen épületnek, szinte több azok száma, akik rájuk ügyelnek.

Refrén: Hej, élet, élet, idős élet, ez aztán az élet.

Hogyha ide kerülök, magam is úgy élek.

2, Reggel 6-kor elkezdődik a mozgólódás, -Jó lenne már felkelni! - jön a felszólítás.

3, De elsőre nem hallgatunk a nővér szavára. Meg kell ismételnie mindennap jó párszor.

4, Viszi az első ápoltat a fürdőbe menten, aki csigatempóban haladva szép nyugodtan lépdél.

5, Jön a következő lakó, aki még nagyon álmos, ezért kicsit botladozva jut el a céljához.

6, A járókeretek külön kategória, szinte egymást túlhaladva érnek a mosdóba.

7, Öltözködés, készülődés, utána a reggeli, a lift előtt sorakoznak, hogy őket valaki leviszi.

8, Szerencsére a reggelit hamar elfogyasztják, mert szájukat, fogait most rágásra használják.

9, Ezután már néhányan a társalgóba mennek, a bejárókhöz csatlakozva székeikre ülnek.

10, Nagyobb részük felmegy a lifttel a kis szobájába, felkészül a délelőtti változatos órákra.

11, Kiegészül a létszám a bejáró tagokkal, akik között négy férfitag is van a klubunkban.

12, Színesítik a palettát, szükségünk van rájuk, a nehezebb munkákban ők mi előttünk járnak.

13, Közben bekerül a víz és tea az asztalokra, hogy legyen a szomszágunk ezekkel eloltva.

14, Nővéreink szótárában e szavak elhangzanak, „Inni, inni, inni!”

mi is szajkózzuk őket, ha egymást kell biztatni.

15, Mindenki egyenlő tag e kis közösségben, szervezőink, vezetőink Marika és Tündike gondoskodnak rólunk.

16, Minden héten jönnek külső előadók, akik különböző témával foglalkoznak s ez jó nekünk.

17, Idős korunkban is sok ismerettel bővül a tudásunk,

Csak a sok ismeret birtokában ne bízzuk el magunk.

18, ilyen idősen sajnos már nem utazhatunk, de egy színes beszámolóval gondolatban

Eddig ismeretlen helyen járunk.

19, Petra tornagyakorlataival „fürgébbek” leszünk, de a bemutatás már nem megy úgy, mint fiatakorunkba.

20, Mozgásunkban észrevesszük, hogy könnyebben járunk, sokkal mozgékonyabb lesz a kezünk és a lábunk.

21, Nővéreink is tartanak egy-egy kiselőadást, bizonyos betegségekről kezelési útmutatást

22, Nem akarunk semmiképp tudósok és olimpikonok lenni,

De szükségünk van mindenre még ma is, fontos tanulni.

S hogy elfogadjuk sorsunkat és tudjuk ezzel együtt élni.

23, Szórakozásunk is megvan a foglalkozásokon, még nagyobb időközben a kiemelt programokon.

24, Köszönjük meg vezetőinknek, Juditnak, nővéreknek, konyhásoknak, takarítóknak, minden dolgozónak, hogy idős napjainkban rólunk gondoskodnak.

Kívánok mindnyájuknak nagyon jó egészséget! Éltesse a Teremtő nagyon soká őket!

Slezák Ferencné: Múlik az idő.

Ma még bírok, ma még teszem a dolgom.

De meddig tart ez az állapot? Nem tudom.

Ha arra gondolok, mikor már nem úgy jár a kezem,
mint egykoron,

Ha két lábam lassabban visz oda,
ahová én akarom.

Mi lesz akkor?

Nem olyan aktív az élet, mint egykor.

A gyermekek kirepültek, élük az életüket.

Tudom, hogy részesei napjaimnak,
de ott van a kérdőjel, mikor már semmi nem úgy megy,
mint egykoron.

Eljön az alkony és a lelassult nappalok.. egyedül vagyok.

Van egy kedves otthon a szomszédomban, elképzelem magam ottan.

Van kivel beszélgetni, megkérdezik, „Hogy tetszik lenni?”

„Hogy szolgál az egészsége?” Van valamire szüksége?”

Ugye jól gondolom, hogy Isten áldása van e házon!

Sokan vannak, kik a szépkorúakat ellátják,

Nyugalom és békesség. Ők ezt kínálják.

Szabados Lászlóné: A kutya fáját, ez már sokk!

Kedvenc elfoglaltságunk, amikor az Otthon előtti utcában kutyasétáltatók bukkannak fel és viháncoló kedvencüket próbálják féken tartani, amíg el nem érik a futkosó területüket.

Ilyenkor próbáljuk egy- két kedves szóval magunkhoz csalogatni őket, és van, hogy sikerül, de jönnek megint a kerítés túloldalán.

Tudjuk meg mi újság a kutyák világában.

A kertvárosi zsákutca, a Mindjárt köz, madárdalos csendjét a Hamar utca felől két kutya morgolódása zavarta meg. Vulkán a természetes boxer lihegve állt meg az első körútját megfutva. Szomszédjuk Heki elújságolta a felháborító hírt, hogy a legszebb fáját, a fehértörzsű nyírfát ki akarja vágni a háztulajdonos, mert nem tud tőle leparkolni a kocsijával rendesen. Pedig az összes kutya tudja, hogy ez a fa az övé, minden nap első útja oda vezet a többször is megjelölt fához. Úgy érezte, hogy a tulajdonától akarják megfosztani, orvul.

- Ez hát nekik a környezet- és természetvédelem? Heki, hát nincs igazam?

Az addig tisztelettel hallgató szőrpamacs mellé penderült és végre szóhoz jutott.

- Hogy te milyen okos, jóézésű kutya vagy! Igazán büszke lehet rád a gazdád, az a folyton telefonáló alak. Pontosan úgy van, ahogy mondtad, felháborító!

- Én is mindig végig futom a Hamar utcát, hogy minél előbb a Mindjárt közbe érjek, itt végre elengedhetem magam. Itt még a szagok, illatok is mások, hát még a kukák! Teli vannak jobbnál jobb falatokkal. Ha jól belenézünk, az alján vannak csábító levescsontok, a főtt szalonnabőröknek micsoda bukéja van! Senki nem értékeli, hogy mennyi elpazarolt élelmiszer mentünk meg, és hogy külön válogatjuk a hulladékot is!

Vulkán elnémult a frappáns eszmefuttatáson. Orrával megbökdöste Heki füle tövét, így dicsérte meg. Azután fél szemmel gazdája felé sandított. Láta, hogy vígan cseverészik Heki gazdájával, ezért újabb sétára indultak minden bezárt kutya vészes ugatása mellett. Ha sértő megjegyzést hallottak, nem hagyták szó nélkül, elvégre az utca közterület, jogosan vannak itt. Ezt vallják az öreg házörzők is, ők épp csak felemelik a fejüket, látva, hogy ismerős bundások, nem fárasztják magukat.

Az ismert füttyjelre nekilódult Vulkán, Heki felturbózta apró lábait. Irány haza! Még az úton megegyeztek, hogy valamit ki kell találni a nyírfa megmentése érdekében.

Vulkán kitörő örömmel üdvözölte az otthon maradottat, kéz nyalogatással, felugrálással. A vizes tálkát rögtön kiitta, és újabb adagot várt.

- Mit evett ez a kutya, hogy ilyen szomjas?

- Elég meleg van és sokat futkostak Hekivel- mondta Apa.

Őszintén szólva nemigen figyelt rá, olyan jól telt az idő a szomszéd társaságában.

Angéla csalódottan mondta el párjának, hogy a hírek szerint a Mindjárt-köz lakói kérték az Önkormányzattól, tiltsák ki a kutyákat a környékükről. Azért, mert kiégnek a kiültetett virágok az utcán, a kukát kiborítják, a tartalmát szétszórják, biztosan nem vigyáznak rájuk a gazdáik rendesen. Zoltán a homlokát ráncolva és saját védelmére felhozta, hogy azok meg a legszebb nyírfájukat hagyják kivágnak...jobb, ha hallgatnak.

Ebből akár vita is kerekedhetett volna, ha Vulkán teljes hévvel közbe nem avatkozik. Szörét felborzolva állt közéjük, elugatva a saját véleményét. Rácsodálkoztak, sajnálkozva egymásra néztek, és elszállt a haragjuk, megpaskolták, és kész.

A kutya szomorúan beletörődött az értetlenségükbe. Tudjuk: kutyaugatás nem hallik az égig.

A délutáni szunyókálás után elsétált az udvar végéig, hátha találkozik Hekivel. A deszkakerítés végénél, a dróttal elkerített résznél szabad ázni „az ember kutyájának”. Hát nekikezdett kaparni, ázni a puha földben.

- Tán kincset keresel olyan vehemens?- kiáltott rá Heki a kerítés mögül. Vulkán összerezzen a váratlan vakkantásra. Mélyen elgondolkodott, ahogy meghallotta a hírt a gazdaasszonyától a kitiltásról.

- Most mi lesz velünk? Aztán nagy bölcsen megjegyezte: Mások csak sajnálkoznak, de nekünk tennünk kell valamit.

Vulkán emlékezett, hogy a Városligetnél tiltakozók odakötözték magukat a fákhöz. Nem értette, miért jó nekik kikötve lenni, neki egyáltalán nem tetszik, ha kikötik. Nade, ha tétje van a dolognak! Az más, ezen még gondolkodjunk, hogy is lehetne.

Az esti sétaidő nem esett egybe, így más kutyákkal találkoztak, tanakodtak, egyezkedtek okosan, mert hasonlóan felháborodtak a kitiltás terve miatt. Este a család is foglalkozott a témával, ott hevert az asztal alatt, Vulkán amikor a fához kötözést hallotta, gyorsan előugrott, két lábát a gazdi ölébe rakta és esdeklő tekintettel, fejét lehajtva jelezte, ő bizony benne lenne a kikötésben is. Azt, hogy a többi kutya hogyan intézte el otthon a gazdájukkal nincs tudomásom, de az biztos, hogy a hétfő reggeli sétáltatáskor tucatnyi pórázos kutya közeledett egyenesen a fehértörzsű nyírfa irányába. A menetet Heki vezette, Vulkán mellette haladt. Kis szimatolás után mindenki nyugodtan várakozott, ekkor Vulkán szertartásosan oldalba pisilte a nyírfát, mintegy a szerződés pecsétjeként. A gazdik félrevonultak.

Lett erre nagy mozgolódás, a házak gazdái és kutyái nagy csetepatét rendeztek, kiabáltak, tiltakoztak. Valaki kihívta a Polgármestert, az meg a rendőrséget. A kutyások szóltak a helyi TV-seknek, jött újságíró is. Ekkor a Polgi lecsillapította a kedélyeket, megnyugtató ígéretekkel. Mindkét fél megértette, hogy a folytatás az íróasztal mellett lesz.

Az ügy ezzel nem zárult le, mert nem hagyták az érintettek.

Kijelöltek egy új, fás, gyepes területet a lakott részen túl a kutyások részére.

A nyírfácska életben maradására esküt tett az illetékes lakó. Kaput nyit a kocsibejárónak, mert ő is sajnálja a szépséges fehértörzsűt kivágni.

Az ígéret szép szó, ha betartják, úgy jó!

De ha ez nem valósul meg, a kutyák titokban tervezik, (a gazdik sem tudnak róla, titok, el ne mondjátok valakinek) hogy barikádot építenek a fa köré, még hozzá jó sok kutyapiszokból, ettől biztos sokkot kap a tulaj.

A környezet védelme igenis fontos ügy, de azért jól nézzünk a lábunk elé, ahol kutyák megfordultak.

A kutya az ember legjobb barátja. Jó lenne jobban érteni egymás nyelvén!

Minden jó, ha jó a vége!

Szabados Lászlóné

Szent József Idősek Otthona

2030 Érd, Gyula utca 39-47.

Szabó Imréné Igaz Éva: Megkérlek....

Megkérlek, ne úgy nézz rám mint korhadt fára,
Mint komposztba dobott hervadt virágra.
Ember vagyok Én is tele érzelmekkel –
Valaha pusztit leheltek picinyke kezemre.

Utánam is forogtak vágyódó férfiak,
Engem is hívtak magukkal randira.
Az Én szememben is voltak ragyogó csillagok,
A szerelmes tekintet engem is meghatott.

Megkérlek, ne nézz rám mint nyűtt ruhára,
Mint tétova, elbutult demenciásra.
Lenföldet kapáltam megszöttem a kelmét,
Megvarrtam a ruhát amit felvehettél.

Gyereket oktattam, bajod orvosoltam,
Ahol csak lehetett mindenütt dolgoztam.
Én voltam a kéz, ki adta a falatot –
Ne légy hálátlan, hogy a kezet is bekapod!

Megkérlek, ne nézz rám mint egy romos házra,
Vagy mintha láb nélkül készülnék farsangi bálba.
Mert jöttek a pazarló kőkemény évek,
Mindent eltüntettek semmit se kíméltek.

Elcsenték karomnak puha ölelését,
Ellopták a hangom ezüstös csengését.
Karcsú derekamnak sudár hajlongását,
Fürge lábaimnak őzike járását.

Megkérlek, ne nézz rám mint csődbe ment világra,
Fogva tart engem az elveszett álmoknak tárháza.
Kiszámíthatatlan a sors akaratja –
Tán amit érdemlünk mindig csak azt adja?

Rajtunk is múlik az élhető élet,
Tartsd szem előtt, csupán most csak ennyit kérek.

Szabó Imréné Igaz Éva
2025. március

Szabó Katalin: Otthonná legyen

Mindenki szép, kedves otthont hagyott hátra,
Ezt be kell látni, itt ezt nem találhatja.
Egymás után jönnek a hétköznapiak,
De jó, hogy vannak néha ünnepnapok.

Vannak kedves szavak, köszöntések,
Az ilyen hétköznapiak színesibbek.
Mindenki hordoz bajt, betegséget,
Nem tagadhatjuk a rejtett könnyeket.

Kitörnek ajkunkról indulatos szavak,
Lehet ilyenkor mások megbántódnak.
A harag nem tart sokáig, hamar elmúlik.
Bár rossz tanácsadó, nem marad sokáig.

Az ápolók mikor ide megérkeznek,
Jó reggelt kívánva minket köszöntenek.
Az elvégzett munka után haza indulnak,
Nem szó nélkül mennek, jó éjszakát kívánnak.

Vannak, akik a tisztaságról gondoskodnak,
Szépen Összehajtogatott tiszta ruhát hoznak.
Naponta háromszor asztalt terítenek.
Van-e szívünkben őszinte köszönet?

Vagy gőgösen mondjuk: „Ez jár nekünk!”
Mert ezért nagy árat fizetünk.
Látogató érkezett, talán nem is vártuk,
De a találkozás nagy örömet okozott.

Kinézünk az ablakon, kék eget látunk,
Megcsodálhatjuk a nyíló virágot.
A hétköznapi délelőtti foglalkozások,
Jó beszélgetések, találkozások.

Az aula egy héten egy nap templommá változik,
Mikor falai közt istentisztelet történik.
A katolikus testvérekhez az atya érkezik,
Az ő számukra az a nap ünnepnappá válik.

Felüdít bennünket egy kedves érintés
Erőt, kedvet ad egy őszinte ölelés.
Egy mosoly, egy kedves szó sokat jelent
Nem is várunk sokat, csak ennyi keveset
Elmondjuk, sokszor jó lenne haza menni,
Azok megtehetik, akiket otthon vár valaki.

Szabó Tibor: A skizofrén férfi

Őszi meleg idő volt. Indián nyár. A férfi egy padon üldögélt a kétmilliós nagyváros legszebb és legnagyobb parkjában. Lehajtott fejjel nézte a cipőjét, a jobbat, mindig ezt nézi, a balt soha. Kopott. Kellene már egy új. Felemelte a fejét és megpillantott egy ősz hajú hölgyet, aki épp felé tartott.

-Jó napot! Leülhetek?

-Igen, tessék – mondta a férfi különleges, rekedtes hangon.

Bemutakoztak.

-Tudja Lili – szólt a férfi, de nem nézett fel, a cipőjét szemlélte, természetesen a jobbat. Csillagásznak készültem, de csak egy évig jártam az egyetemre, mert skizofréniát diagnosztizáltak nálam. Utána az életem egy nagy nulla volt. Rajtam meglátszik, hogy beteg vagyok. És tudja, hogy mennyi megaláztatáson mentem keresztül negyven év alatt? Még az egészségügyi, meg a szociális szférából is, onnan, ahonnan az ember egyáltalán nem várna. Orvosoktól is kaptam megjegyzéseket, és nem fogja elhinni: még pszichiátertől is! Gyerekek, fiatalok célpontja is voltam számtalanszor. A gondnokom úgy beszél velem, mint egy kutyaival. A rokonaim szégyellnek, utcán nem mutatkoznak velem. A gimnáziumi osztálytársaim kerülnek.

-Sajnálom, hogy így bánt önnel az élet – mondta Lili.

-Most mennem kell – szólt a férfi -, holnap ilyentájt megint itt ülök ezen a padon. Várni fogom, eljön?

-Igen! Itt leszek! Viszontlátásra!

-Viszontlátásra! - szólt a férfi, felállt és csoszogó léptekkel elindult a park kijárata felé.

Szabó Tibor

Szám Lászlóné: Remetei karácsony

A fákradermedt tél ezüstje
Némán ül az ágakon,
Fürge árnyak futkároznak
Szerte szét a friss havon.

A téli éj fehér varázsa
Holdfény csókkal párosul,
S a zúzmarás némaságra
Bong a harang válaszul.

A kis fenyőerdő mellett
Áll egy csendes épület,
Egyforma kis szobáikban
Fáradt vénék fekszenek.

És a csendes folyosókat
Várakozás lengi be,
Ajándékot hoz a jászol
Oly régen várt követe.

A vak már a tiszta égen
Meglát minden csillagot,
A sánta meg ott fut ahol
Nemrég még csak ballagott.

A magányos nem is győzi
Vendégeit fogadni,
Az irigy meg mindenkinek
Ajándékot fog adni.

És mikor minden lakó
Mély álomba szenderül,
Vendégük az égi küldött
Másokhoz is elrepül.

Máriaremete, XXIII. János Otthon

Szekeres Henriett: RÖPKE ROMÁNC

Húsz év után találkoztak egy szebb napokat látott idősök otthonában. Regina néni 72, Oszkár bácsi 80 éves. Oszkár bácsi egy reggel vidáman jött le a földszintre. Kilépve a liftből szembe találta magát egy gyönyörű, nőies dús idomokkal megáldott szőke nővérkével. A nő egy fürdetőszékben ülő, fehér lepedőbe bugyolált alakot tolt. Oszkár bácsit meglátva arcára cinkosan pajzán mosolyt varázsolt.

– Jó reggelt Oszkár bácsi – a nő hangja mindig frissen, vidáman csengett, amiért az öreg teljesen odavolt – Hadd, mutassam be magának Regina nénit, aki tegnap érkezett. Várjon, mindjárt kicsomagolom, hogy láthassák is egymást.

A fehérbe burkolt csomagból egy ismerős női arc nézett vissza Oszkára. A férfi öreg szíve fiatalos lendületre váltott a nő láttán. Édes emlékek elevenedtek fel benne.

Reginát régóta ismerte. Akkoriban mindketten házasságban éltek, így biztonságos távolból csodálták egymást. Oszkár, noha rajongott feleségéért, férfi barátai előtt nem leplezte, hogy olykor elcsábult. Ezt azzal magyarázta, hogy szerette volna feleségét néhány dologtól „megkímélni”. Valahányszor látta Reginát, mindig hosszú, lusta pillantásokkal pásztázta végig a nő isteni alakját. Reginának is imponált Oszkár intelligenciája, nők iránti mély tisztelete. Ő nem rajongott a férjéért, ám jelentős vagyonuk miatt kitartott mellette. Egy közös ismerősük lagziján mégis majdnem több lett ismeretségükből. Regina első pillantásra kiszúrta a lakodalmas tömegben Oszkárt, aki a felesége nélkül, unottan téblábolt. Fogott egy pohár italt, s merészen odalépett Oszkárhoz. A férfit zavarba hozta a nő spontaneitása. Elmondta, azért van egyedül, mert a felesége külföldről hazalátogató barátnőjével tölti a délutánt. Ezzel kezdődött köztük a röpke románc. Oszkár felesége a vacsorára sem ért vissza, így egymás mellé ültek. Élvezték az estét. A finom ételeket-italokat, a halkan szűrődő lágy zenét, s nem utolsósorban egymás társaságát. Egyikük sem szokott alkoholhoz, ezért a kevés is sok volt nekik. Egyre meghittebbé vált köztük a beszélgetés hangneme. A vacsora utáni tánc közben szorosabban simultak egymáshoz. Oszkárt felvillanyozta a nő közelsége. Regina messziről figyelte részeg férjét, s bántotta a két férfi közti különbség, ezért kitepte magát Oszkár karjaiból. Úgy érezte muszáj háborgó lelkét a friss levegőn megnyugtatni. Oszkár követte a nőt. Ő nem csupán a levegőre vágyott. Regina egészen feltűzelte, amit nem értett. Addigi kalandjai a testi vágyai kielégítését szolgálták, de Regina mintha más lett volna. Egyformán megijedtek az érzéseiktől, meg a köztük sistergő feszültségtől. Nem szóltak semmit, cinkos némaságban, zavartan ácsorogtak egymás mellett. Oszkár volt az, aki nem bírta tovább. Reginához lépett, majd megcsókolta. Regina belesimult Oszkár ölelésébe. Eltűnt körülöttük minden, csak ők voltak. Oszkár keze hamarosan elindult a nő testén.

– Oszkár, hol vagy? Remélem, megbocsátod a késést? – Hallották a férfi feleségének hangját. Ez vetett véget a továbbiaknak köztük. – A társaság megnyugtató, hogy Reginával cseppet sem unatkoztál.

Az már biztos. Oszkár restellte magát, de ínyére voltak a Reginával átéltek. Röpke románcát Reginával soha nem feledte. Mindketten párjaik mellett maradtak. Titkukat mélyen magukba zárták. Regina folytatta az egysíkú gazdag életét, Oszkár pedig nyugalomban élt szeretett feleségével, annak súlyos betegségéig. Majd beköltöztek egy idősök otthonába, ahol az asszony hamar elhunyt. Oszkár bácsi mélyen gyászolta feleségét, de mind többször jutott eszébe Regina, s az, hogy vajon most mi lehet a nővel. A lagziban történtek után Regináék elköltöztek, azóta Oszkár nem tudott róla semmit. Döbbenet volt számára az asszony mai felbukkanása. Odalépett a fürdetőszékben ülő nőhöz.

– Szervusz, Regina, hát milyen rég nem találkoztunk – Az öregember szemeiből áradt az asszony felé a szeretet. Gyengéden odahajolt hozzá, hogy megpuszilja az ezerráncú, mégis oly kedves, vonzó arcát. – Annyira, kimondhatatlanul örülök neked.

– Mégis mit képzels magáról, maga pimasz vénember? – Rikácsolta az asszony, s majdnem pofon vágta Oszkárt. A férfi sikeresen tért ki az ütés elől. Arcán keserű kifejezéssel nézett a nőre. – Hozzám ne merészeljen érní még egyszer, mert a férjemmel gyűlik meg a baja.

– Ne haragudjon Oszkár bácsi, de szegény nem emlékszik rá, hogy meghalt a férje. Évek óta egyedül, elszegényedve élt egy eldugott szőlőskert présházában. Onnan mentették ki a szomszédok. Bocsásson meg, de muszáj elrohanni a fürdőbe, mert sosem leszünk készen. Viszlát.

Szendi Judit: Jaj, a Nyugdíjas Klub!

Jaj, a nyugdíjas klub! De hát én még nem vagyok oda való, még csak a 70-hez közeledek! Mindenki él egy kép az idősotthonokról, hát bennem borzalmas, pedig soha életemben egyben sem jártam. Klub vagy otthon? Egykútya-gondoltam én.

Aztán felhívott a nővérem, hogy megyünk? Mondtam - jó, de hová is? A Nyugdíjas Klubba, hangzott a válasz. Összeszorult a bőr a hajam alatt, most mi lesz veled Judit? De hát nem hagyhatom magára, mennem kell vele, hát menjünk. Arra eszmélem, hogy ez nem idősotthon, mégsem rémálok. Ott ragadtam.

A mi nyugdíjas klubunkban mindig zajlik az élet. Reggeltől potyadoznak a klubtársak, vannak, akik busszal jönnek, vannak, akik biciklivel és van, aki bottal. Egy csésze kávé vagy tea mellett indul a beszélgetés, megosztjuk egymással a legfrissebb híreket, vagy éppen a hétvégi családi eseményekről mesélünk. Van, aki helyi újságot böngészi, néha heves magabiztossággal osztjuk az észte egymásnak, mert mi már csak tudjuk ki cselekszik helyesen a világban. Én pedig már a snapszli asztal körül ólálkodok, talán jön valaki végre és kártyázhatok. Imádok snapszlizni, de csak neked merem elmondani: - nem tudok! Ezért sokadszorra tájékoztatnak a kártyapartnereim a snapszli szabályairól, ez így van rendben. Ennek ellenére mégis úgy játszom, ahogy szoktam.

Délelőtt különböző programok vannak. A könyvtársarokban sok könyv van, bárki olvashat. Ugyanitt zizeg a varrógép. Klárka nagyon szépen varr, felhajtja a nadrág hosszát egyedülálló uraink számára, vagy az elszakadt konyharuha lesz újra használható, aztán a függönyök.....

A nagyteremben vidám zenére örömtáncot tart Ludmilla. Néha összekuszálódódnak a lábaim, így van lehetőségünk egymást jól kinevetni.

Keddenként gyógytornászunk. Kellemes, jó humorú társaság jön össze, átmozgatjuk megfáradt ízületeinket, csontjainkat. Izmot már nem írok, mert az már elfogyott rólunk, de ha vége a tornának, mindannyian úgy érezzük tettünk valamit az egészségünkért.

Délben közös ebéd következik. Itt érkezik el a lehetőség a nyafogásra, sápirozásra vagy az éles kritikára. Végül megállapítjuk, hogy nem is volt olyan rossz a kaja, de -én másképp szoktam csinálni, ez még azért elhangzik.

Gondozó hölgyek sűrögnek, szorgoskodnak körülöttünk mosolyogva, bármit megtesznek nekünk. Vezetőnk Henrietta a klub szíve lelke. Nem tudnék mást mondani róla: a szíve és a lelke és ez nagyon sok.

Gyakran előfordul, hogy valaki viccet mesél vagy régi anekdotát oszt meg, amin mindannyian jól nevetünk. A legnagyobb derűséget általában a testünk súlyvesztésének hiánya okozza, somolygunk egymáson és megfogadjuk, hogy ezután másképp lesz. De persze.....

Ebéd után szusszanunk egyet, majd újabb programok indulnak. Gyakran tartunk előadásokat, meghívott vendégekkel - lehet szó egészségmegőrzésről, utazási élményekről vagy akár helytörténeti érdekességekről, szellemi vetélkedőről, amit Timót profin levezet.

Természetesen a kártya-partik ilyenkor is zajlanak az én nagy örömökre. Sőt, volt hogy a városban lévő másik nyugdíjas csoporttal snapszliversenyt rendeztünk, nagyon izgi volt. Máskor pedig színházba, moziba vagy kiállításokra utazunk, utoljára a Munkácsy kiállítást néztük meg, csodálatos volt.

Húúúú, tavaly nosztalgia Május Elsejét rendeztünk! Csináltunk rendes felvonulási táblákat, pazarul néztek ám ki, színesek voltak és mint hajdanán. A fiúk öltönyben, lányok elegánsan, fehér blúz sötét alj, kézben nemzeti színű lobogó és vonulgattunk a közeli parkban fel és alá. Sok járókelő kikerekedett szemmel nézett ránk, nem tudták honnan jöttünk? / Diliházból vagy csak úgy magunktól vagyunk ilyenek. Van úgy, hogy pontosan mi sem tudjuk./ Volt virsli, sör, bor és üdítő, minden, ami szem szájnak ingere. Még a polgármester is eljött hozzánk. A végére a csapat dalra fakadt és Kázmér

vezényletével énekeltük a munkásmozgalmi dalokat. Kázmér nagyon jól tud énekelni, kivágja a magas C-t rendesen. - Egy a jelszónk a béke..... Hát így valahogy, még szerencse ringlispílt nem hoztak!? /ha-ha-ha/

Jó időben a kertben vagyunk sportversenyeken, persze a saját szintünkön, fahalakat pecáztunk a lavórból, kugli, kapura rúgás kapus nélkül. Akik egy kicsit korábban születtek, lázas semmittevésben ülnek a kényelmes székekben puha párnákkal kibélelve napoznak, beszélgetnek, mert ha hazaérnek nincs kivel.

Szóval nincs tétlenség, nem beszélve a karácsonyi partikról, a névnapozásokról, a farsangi bálokról. Most ebben a hónapban is remek programok lesznek: Őrségbe megyünk tökmagpréselésre, fűszereket, gyógynövényeket tudunk vásárolni, török nap lesz, főzünk különböző török ételeket, páran biztos beöltöznünk töröknépviselőbe, Budapestre utazunk egy hajókoncertre és karaoke show is lesz. Nem is tudom felsorolni mi mindent csinálunk. Programban nincsen hiány.

Na nem akarom azt mondani, hogy nálunk mindig minden happy, mert hát mi is emberből vagyunk, csak elhasználódott a testünk, fejünk. Hála Isten azonban ez igen ritka és sohasem tartós.

Gedeon közelebb van a 90-hez mint 80-hoz, időnként más kabátjában megy haza. Ez nem volna baj, mert másnap visszajön, de most olyan valakinek a kabátját vitte el, akinek a lakáskulcsa a kabátja zsebében volt. Futás utána, mert Félix nem tud hazamenni. Ebben a korban már sok minden előfordul. Néha sapkacsere van, de másnap kibogozzuk a szálakat ki kinek a sapkáját vitte haza. Vagy ezerrel keresünk egy kendőt, hogy vajon ki vihette el, pedig csak a táskájába tette Emike. A könnyeink is

kicsordulnak a nevetéstől. Mindig megy az örömködés.

DE vannak napok amikor valamelyik klubbársunk már nem jön, pedig várjuk. Szívünk összeszorul. "A gyásztól néha az ember nem is kap levegőt, de ezt jelenti embernek lenni. Ha elveszítünk valakit, szenvedünk, de muszáj tovább lélegeznünk." /Cassandra Claire/
A nap végén elköszönünk egymástól és megígérjük, hogy másnap újra találkozunk.

Szentesi Sándorné: KÖSZÖNTŐ

Eljöttünk most, mint tudják,
Ünnepelni idős otthonunk kétéves fennállását.
Tisztelettel emlékezünk az alapítókra,
És boldogan e házra, az otthont adóra.

Gondozóknak, üzemeltetőknek köszönet a lelkes munkáért,
Az idős tagoknak pedig a békés együttlétért.
Így akarják szebbé tenni idős életünket,
Elviselhetőbbé fogyó éveinket.

Nagy bánat, hogy itt hagynak a régiek,
A jó társak, szorgalmas emberek.
S egy idős társunk, ha elmegy csendesen,
A búcsú mindig fáj és örök intelem.

Két év alatt bennünket sok öröm és bánat ért,
De lelkünkben kincsként maradt meg a közös együttlét.
Kívánom, hogy az itt töltött pihenés és élmény
Maradjon szívünkben örökre szép emlék.

Már igazán csak egyet kérek Uram,
Szeretnénk megünnepelni majd a harmadikat.
De éveink száma kerek csak úgy lehet,
Ha elérhetjük majd a tizediket!

Szentesi Sándorné

Mezőtúr, 2025. 04. 10.

Szepesi Józsefné: A sors fintora

Kislány korom óta tiszteltem, szerettem az idős embereket. Főleg azokat, akik kampós bottal jártak. Ha köszöntem nekik elfogadták, rám mosolyogtak, és én is. A fogyatékkal élőkkel ugyanígy voltam. Egy mosoly, egy simogatás, a hatás nem marad el.

Amikor felcseperedtem és dolgozni kezdtem akkor is a munkám férfiak, nők szolgálatában volt. Igen sokat, összesen 38 évet dolgoztam. Közben férjhez mentem, két gyermeket szültem, de a munkát folytattam. Közben építkeztünk. Majd a harmadik gyerekem betegen született. Nekem dolgozni kellett, így a drága Anyósom vigyázott a gyermekemre. Nagyon jó asszony volt. Sajnos korán elvesztettük.

Ezután jöttek a bajok. Elhunyt: Apám, férjem, öcsém, Anyám. A két felnőtt fiam megnősült, egyedül maradtunk a fogyatékos gyermekemmel. A sors elrendezése kifürkészhetetlen! 70-80 éves koromban, de egész életemben sokat dolgoztam, hát ahogy idősödtem úgy jöttek a betegségek. Sokszor jött a mentő; rosszullet, betegség, de a jó szomszédaim hála nekik elláttak gyógyszerrel, a barátnőim élelemmel az otthon maradt gyermekem.

A mi kis falunk polgármester asszonya küldött nekem egy gondozót, heti 1 órára. Neki elmondtuk, de látta az életünk és megkértük, hogy a megyében keressen olyan otthont, ahol mindkettőnket befogadnak. Szerencsénk volt! Rövid időn belül jelentkeztek a Szent Teréz otthonba. Rövid időn belül meglátogattak az otthonból, majd két hét múlva telefon üzenet jött, hogy 8 napon belül elfoglalhatjuk a helyünket. Jöttünk is az új otthonunkba. Vegyes érzés volt a szívemben. Megszabadulok a sárga csekkektől, a kiszolgáltatottságból, meg aztán az egyedüllétől. Boldog voltam, hogy lesz társaságom, de a gyermeknek is. Neki nehezebb volt elindulni, ő még fiatal! Én közel vagyok a 90 évemhez, nyugodtan szeretnék élni, pihenésre vágyom, és jó beszélgetésre az idősekkel, sétával eltölteni a napot. Megkaptam a Teremtőnkől amire vágytam. Kislány koromban vágytam idősekre, fogyatékosokra mosolyogni, és segíteni, ahol még tudok.

Az otthon lakóira teljes felelősséggel vigyáznak, ellátnak élelemmel, kiszolgálják, mosnak, takarítanak. Ha megbetegszünk, ápolnak éjjel-nappal. A nővérek tiszteletet, megbecsülést érdemelnek, akik évtizedeket áldoztak az idősek ellátásában, hogy csendben tudjanak elmenni ebből a gonosz világból. Az ápolók ugyancsak tiszteletet érdemelnek a munkájukért. Ezt a pályát választva gondolhatnak a nagyszülőkre, akiket úgy szerettek. Köszönet azoknak a fenntartóknak, vezetőknak, akik szép környezetet biztosítanak, és szeretettel várják a munkában megfáradt lakókat, akik csendben várják a Teremtőnk szolítását.

Szíjjártó Istvánné: Öregek, de nem vénék!

Reggel kinyitom a szemem,
„Hol vagyok? Jaj, Istenem!”
Aztán eszembe jut: nincs gond,
csak az idő szalad, mint a front.

Itt minden nap móka, kaland,
a gyógyszereim színes cukorkák!
Kávét helyett vérnyomásmérés,
de legalább a fogam nem fáj már.

Délben ebéd – no, mi lesz most?
Örülünk minden falatnak!
Leves, főzelék – nagyon finom,
ha elég sót rakok magamnak.

Délután jön a tornaóra,
nyújtunk, hajlunk – na, ki bírja?
A Borika néni spárgázna,
de a dereka ezt másképp gondolja.

Célbadobás – na, gyerünk hát!
A babzsák repül, de rossz az irány!
A vázát találom? Jaj, ne már!
Inkább pihenek, irány az ágy!

Este sorozat, jön a dráma,
egy férj csókol – de nem a sajátjára!
Felkiáltunk: „Micsoda szégyen!”
Aztán álomba merülünk szépen.

Szóval jó itt nekem, ne félts engem,
még van idő pár csínyre tán,
Az élet szép, ha nevet rajta,
egy hetvenes vagány öreglány!

Szota János: Az élet útján.

Az élet lassan eljárt felettem,
Véletlenül! Pátyra a Levendula
házba keveredtem.

Idős korban itt leltem otthonra,
ahol, kissé megfáradtan térek nyugovóra.

Az otthonban hamar barátokra leltem,
együtt sokat beszélgetünk, társas
játékot játszunk, hogy az idő kellemesen
teljen.

Az élet, a sors ugyan néha kegyetlen,
hol lassul, hol szalad.
A betegség, a fájdalom, sokszor a bánat,
az marad.

De! Kössük hát csokorba azt a kevés
szépet, szeretet, hitet, reményt, amit
ad még az élet.

Páty, 2025.március 22
Olajág Otthonok Levendula háza.

Szűcs Ilona: Tavaszi ébredés a Kamaraerdei Idősek Otthonában

Távol a város zajától van egy kis sziget, ahol a csend és a nyugalom honol. (Ez a Kamaraerdei Idősek Otthona.)

Éled a természet. Hajnalban, ha kinézünk az ablakon, a fák bólogatva köszöntenek bennünket. A madarak éneklése, csicsergése olyan, mint egy üdvívalgás: örömteli ébredés nekünk. Mókuskák ugrálnak a fák között. A szürkegém méltóságteljesen lenéz ránk, hogy mindenki meg van-e. A kacsapár kézenfogva totyog a tóhoz, piros halakat halászni. Gyönyörű csillogó tollazatával megjött a szajkómadár, az erdő díszje. Szikrázó napsütésben önfeledten játszanak a cicák, kicsik és nagyok. Nap mint nap gyönyörködhetünk az Otthon szépségében. A jó időben sokat vagyunk az udvaron, tiszta levegőn, szép – különböző színű – padokon ülve. Különböző alkalmakkal nagy a sütés-főzés: fánk, lángos... A születésnaposokat együtt köszönti a vezetőség és a lakók. Különböző foglalkozásokon veszünk részt (labdajátékok, kártya, sakk, kvíz, zenehallgatás, éneklés, csapatok közti verseny, kirándulás...). A környezet csodálatos. Különböző színpompás rózsák, virágok illatoznak. A vezetőség, személyzet, ápolók legjobb odaadással mindent megtesznek, hogy a lakók öreg napjaikat derűsen, vidáman töltsék. Örülünk, hogy itt lehetünk ebben a szép Otthonban.

Szűcs Ilona

(Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti Idősek Otthona)

Takács László Imre: Margaréta Idősek Otthonában

Ezek vagyunk mi itt, immáron idősek
Kik tavaszi napra, melegedni ülnek.
Beszélgetve töltjük idős napjainkat
Számba veszegetjük valahány magunkat.
Minden napra kijut mindennap egy téma
Kinek hol, mi szorít
Kinek megy jól dolga.
Fekete zászló bár ránk veti árnyékát
Nem fogja félelem a szívünk tájékát.
Isten előtt állunk, ajkunkon énekszó
Énekünkkel mondjuk: ITT élni szép, élni jó!

Dévaványa 2025.03.20.

Tasi János: Egy állomáson

Életem sorát már leírtam,
fiaim egyetértésével
baleset miatt gondozásomat
egy intézményre bíztam.

Az évek sorakoznak,
gyűlik a tapasztalat,
itt biztonságban vagyok,
a Mátra lába alatt.

Sokat segítenek a nővérek
és a mentálhigiénés
mert így praktikus,
együtt a test és a lélek
évek óta így élek.

Többen vagyunk, akik
ezt az utat járjuk
mindannyian tisztos
korunkat várjuk.

Jól összeszoktunk már
az eltelt hónapok alatt
az étkezéseken is együtt
csúszik le a jóízű falat.

Kevesebb a férfi mint a nő
örülünk ha egy ünnep eljő.
Minden nap már ajándék
mégsem marad el a játék.

a foglalkozásokon,
ahol nem csak a lelkünk épül,
hanem a múlt is megszépül.

Gondoznak minket
karbantartják testünket
hogy kitöltse szívünket
a barátság és a szeretet,
ami egymás mellé ültet.

Megkapunk mindent ami jár,
észrevétlen telik a nyár,
amíg beköszönt az ősz,
majd el nem ér a tél,
Ha hibáztunk, vagy tetteink jók
majd eljön, aki vigyáz ránk és megítél
hogyan szabadon élhessünk.

Használjuk mindazt, amihez jogunk van
ebben hiszünk sokan,
mert mindannyiunk elve,
hogyan jól teljenek a napok,
egymásra figyelve.

Tóth Gyula Miklósné: A Galgától az Óceánig

Sokminden történt velem, amíg a születési helyemtől, a Galga vidékétől eljutottam az Óceánig. Anyai és apai nagyszüleim jelennek meg elsőként előttem, mint akiken nyomot hagyott az idő, és akiknek sorsát nagyban meghatározta a háború. Utólag visszagondolva, ha nehézségekkel viselt öreg napjaikban kaptak volna segítséget, más lehetett volna számukra az élet. Persze a felszabadulás után kisgyerekként én még nem az idősek szemével néztem a világot. Mindig voltak nehézségek az életünkben, de valami mégis mindig reményt adott nekem a tovább lépésre. A nehéz dolgoknak gyakran láttam meg a jó oldalát, bár néha a szerencse is segített. Negyedik gyerekként láttam meg a napvilágot 1945-ben, és nem indult könnyen az életem. Anyám a félelmekkel, bizonytalansággal teli időszakban nem tudott szoptatni, de szerencsére találtak nekem egy szoptatós dajkát, aki megmentette az életemet. Vézna, gyenge kisgyerek voltam, és emiatt sokat kellett utaznunk a fővárosba kezelésekre. A hosszú vonatút azonban örömet okozott nekem, és nagyon tanulságos tapasztalatokkal gazdagodtam. Egy alkalommal katonákkal utaztunk. Amíg a szüleim egy pillanatra magamra hagytak, a katonák a kisgyerek figyeleméhségét és szereplési vágyát kihasználva megkérték, hogy énekeljek nekik valamit. Cserébe csillogó ezüst filléreket adtak. A fillérek csillogása bátorított a szereplésre, és egyben nagy örömmel töltött el a tőlük kapott figyelem, amiből akkoriban kevés jutott nekem. Mindeközben a katonák jót szórakoztak gyermeki ártatlanságomon. Az utazás akkoriban vált kedvenc tevékenységemmé, és ez azóta is megmaradt. Talán mert elvezetett egy másik világba a jelen nehézségeiből. Az utazás által látóköröm is szélesedett, így szereztem ismereteket a világról. Talán pont ezért szerettem a meséket is, amik szintén egy csodálatos világba vezettek, ahol elfelejtettem az élet nehézségeit, amik azért voltak bőven. Kedvenc mesém Az Okos Mása volt, ahol a főhős mindent képes megoldani eszességével. Édesapám mikor megtudta, hogy ezt a mesét szeretem, nagyon megharagudott, mert ez egy orosz mese volt. Hiába toporzékoltam, hogy vegyék meg nekem a mesekönyvet, nem tudtam kicsikarni belőlük. Kisgyerekként nem értettem, miért.

Az első nagyobb utazásomra kiskamaszként 1956-ban volt lehetőségem. Testvéremmel elutaztunk Drezdába német levelezőpartneremhez. Örültem az utazásnak, és 12 évesen nem is gondoltam az 56-os évek nehézségeire. A kint látottak meglepetésként értek. A falu, ahol vendégül láttak egy Grimm mesébe illő dimbes-dombos vidéken volt tele fenyőfával, almafákkal, csupa zöld minden. A kertek végében zsíros tejjel teli tejeskannák álltak kikészítve, amiből én csak ritkán ihattam. Délután jöttek a szovjet katonák, kérdés nélkül feltették a

kannákat egy teherautóra, és elvitték. Fájt a szívem. A város is meglepetéseket tartogatott. Szívesen megnéztem volna a híres drezdai képtárat, de mivel az egész város romokban hevert, nagy csalódásomra a képtár még nem nyitott meg. A romos utcákon sétálva egyszer csak megmozdult előttünk egy csatornafedő. Alóla egy elgyötört, férfias, izmos női alak kandikált ki, aki éppen a férfiaknak való munkát végezte. A háború után a férfiak eltűntek, nem volt, aki elvégezze a nehéz munkát. Sok volt a hadirokkant is. Egy összefogás, szociális ellátás jól jött volna nekik, de akkoriban még a komoly sebesültek számára sem volt lehetőség ilyen ellátásra. Mi már csak a háború nyomait láttuk, a háborút, magát közvetlenül nem. Sok szomorúság volt körülöttünk, de nem foglalkoztunk vele. Mindenki kereste valahogy a boldogságot.

Aktív éveim után, amit tanulmányaim folytatásával, munkával, családalapítással, gyerekneveléssel töltöttem. Végül eljutottam az Óceán túlsó partjára, New Yorkba. Az utazás, a környezetváltás ez alkalommal is segített elengedni a nehézségeket, amiket a munkával töltött élet hagyott maga után bennem. Ismerőseim hívtak meg, akik a sok látnivaló között megmutattak egy idős otthont is. Kaptam egy 1 hetes meghívást az otthonba, ahol az ellátásért cserébe mindössze be kellett vásárolnom a közösség számára a reggelihez. Tetszett, ahogy összefogták az idősek közösségét. Szabadság volt és elfogadás. Gondoltam, itthon is jó lenne néhány ilyen közösség. Élveztem a magyar vendégszeretetet is. Az utazás ismét önfeledtséget hozott az életembe.

Hazatértem után már itthon is több otthon létesüléséről szereztem tudomást. Akkor még nem gondoltam saját otthoni elhelyezésemre, örömmel töltött el a kertem gondozása, az unokákkal való elfoglaltság. Azért már elkezdtem meglátogatni néhány otthont. A gyomai otthonról fiam Gyomára költözése után szereztem tudomást. A családot látogatva ismét sokat utazgattam.

Észre kellett vennem, hogy beköszöntött a nagymama korszak. Az ezzel járó nehézségek miatt szükség volt az áttervezésre. Először csak ebédet fizettem be az otthonba, majd fontolóra vettem, hogy megkérdezem, van-e hely itt számomra. A folyamatos látogatások után végül 2024. májusában fogadott be az Őszi Napsugár Idősek Otthona. Az életmódváltás az aktív évekről nem volt könnyű, de a közösség sokat segített. Az itt élő emberek nagyon barátságosak voltak, érdeklődők. Felmértem a környék lehetőségeit is. Könyvtárba, múzeumba jártam. Mégis volt bennem elvágyódás, honvágy. A szociális munkások odaadása tiszteletre méltó. Lehetőséget adtak arra, hogy az otthon udvarán kertészkedjek, a szabadban történő foglalatosságok, játékok feltöltöttek, vigasztalásként hatottak. Nem utolsósorban unokáim látogatása. A morgolódásaimmal felhagytam, amit időnként akkor tettem, mikor rossz napom volt és haza kíváncsoztam. Noha történt velem egy baleset. Beköszöntött az ősz, és már a

kertészkedés kevés időt vett igénybe. Tartottam is a hosszú téli tétlen napoktól. Gyakran jártam a várost, figyeltem az avarban megbújó kavicsok csillogását. Egy óvatlan pillanatban elestem, és eltört a vállam. Az egész karom lefeketedett. Kórház, gyógytorna, és segítségre szorulás. Mindez figyelmeztetett arra, hogy visszább kell vennem a tempóból. Alig vártam, hogy meggyógyuljak, alig hiszem el, hogy most már igaz, hogy kicsit csúnyán, de tudok írni. Jöhet a jó idő, vállalkozhatok a virágok locsolására, ápolására. Hetekkel ezelőtt is ki tudtam már ülni a társasággal énekelni. Az itt dolgozó emberek lelkes munkájának, türelmének köszönhetően telnek a napjaim, és születnek terveim. Talán hosszabban is írok eddig eltelt életemről, az abból levont tanulságokról. A világban tett utazások után ez alkalommal egy belső utazásba kezdtem, és bekapcsolódtam az otthon életébe. Az otthoni közösségi élet hozott számomra egy olyan világot, ahol a közösség ereje gyógyít, és könnyít az életen, és amire nagyszüleimnek még nem volt lehetőségük. Hálás vagyok a sorsnak, hogy nekem részem lehet benne.

Treczkóné Soós Terézia: A mi otthonunk

Itt vagyunk az otthonban
Jól érezzük magunkat
Reggel mikor felkelünk
Vidám dalra ébredünk

Csivitelés nevetés
Többet mond ez mindennél
Reggelizés csevegés
Naphosszanti nevetés

Festegetünk zenélgetünk
Így telik a délelőttünk
Mesevilág az otthonunk
Az újrírázi otthonunk

Boldogok vagyunk, hogy itt vagyunk
,hogy itt lehetünk és élhetünk
Főnöknő is velünk örül
Jókedv és kacagás

Nem kell semmi más
Ez az otthon ragyogás
Nővérek is kedvesek roppantul örülnek
hogy vidámak vagyunk minden

Fő itt az egészség
Vidám élet folyik itten
nem kell nekünk semmi más
Béke legyen mosolygás

Így élünk mi az otthonban
Nem vágyunk mi semmi másra
Éveink szállnak tova
És lejár az életünk sora

Treczkóné Soós Terézia

Túriné László Klára: Látogatás

Olyan helyzetet kell megoldanom, amely nehéz döntés elé állít. Édesanyám kora és állapota állandó felügyeletet igényel, Egyedüli gyermeke vagyok, az én feladatom dönteni és olyan helyet biztosítani SZÁMÁRA, ami az ő teljes nyugalmát biztosítja, további életében nem okoz törést és az én lelkiismeretem is megnyugszik.

Barátom édesanyja évek óta Idős Otthonban él. Többen vannak testvérek, ő a legtávolabb élő, ritkábban van alkalma látogatásra. A CSALÁD többi tagjának gyakrabban van lehetősége személyes találkozásra.

Egyik látogatására elkísértem személyesen megtapasztalni az általa megelégedéssel elmesélt idős otthoni ellátást.

Egy kisváros ZÖLDÖVEZETI környezetében impozáns épületkomplexumot közelítettünk meg. Szolid tábla jelzi az Idős Otthon legfontosabb tudnivalóit. Beléptetésnél regisztrálás – üdvözlés – kihez jöttünk. Barátom ismerőseként a NŐVÉREK és a személyzet beszámolóit után találoztunk Édesanyjával.

ÖRÖM, BOLDOGSÁG, ÖLELKEZÉS és kezdődtek a beszámolók.

TUDOD, FIAM! Itt mindenki nagyon kedves, tisztelettudó, figyelmes! Reggel behozzák a gyógyszert, érdeklődnek az éjszakai nyugodalmam felől. Ha éppen FÜRDETÉSI nap van, reggeli előtt azt is megcsinálják. Ha van egyéni higiénés problémám, abban is segédkeznek. Reggelizni KEREKESSZÉKKEL visz el a FOGLALKOZTATÓ lányok közül valamelyik.

Délelőtt többféle program van, attól függően, hogy valaki ÖNÁLLÓAN vagy segítséggel tud valamiben részt venni.

Én az egyszerű kreatív feladatokban tevékenykedek. Színezzünk, rajzolunk, közben beszélgetünk a lakótársakkal és a FOGLALKOZTATÓKKAL! Ott vannak velünk és fogják a kezünk!

Van TORNA! A kerekesszékekben végezzük a GYÓGYTORNÁSZNŐ vezetésével! Dolgozik kezünk, lábunk, fejünk, mindenünket megmozgatja. Labdát dobálunk egymásnak – megcélizzuk, hogy ne essen le a labda.

Van filmvetítés! Az aktuális ünnepi eseményeket nagyképernyős televízió nézhetjük meg. Megemlékezést a FOGLALKOZTATÓK szervezik a vállalkozó szellemű lakótársak bevonásával.

/Versmondás./

Van kívánságműsor. Zenei, prózai előadásokat kérhetünk.

Különböző szervezett előadásokat hallgatunk meg a város nevezetes épületeinek bemutatásával, eseményeik ismertetésével.

ORVOSI előadásokat is hallgathatunk, KÉRDEZHETÜNK.

Nem minden lakótárs van kerekesszékekbe „kötve”, ők önállóbban tudnak a programokban részt venni.

Gyönyörű és rendezett a külső környezet. JÓ IDŐ esetén kivisznek a fák vagy napernyők alá, ahol a programok egy részét is lebonyolítják. Állatsimogatás, zenehallgatás és beszélgetés! Vannak, akiknek munkahelyi ismerősei is itt vannak az OTTHONBAN, akkor ez a TÉMA.

Leggyakoribb azonban a Család! Az UNOKÁK – előmenetelük, szereplésük.

A KOROSZTÁLYUNK olyan összetételű, hogy már a DÉDUNOKÁK a beszélgetés alanyai. Legnagyobb öröm, amikor egy családtag jön valamelyikünkhöz. Keresszékeseket – engem is – megsétáltatnak és gyönyörködhetünk a környezetben az UNOKÁK vagy a dédunokák kíséretében!

Vannak KÖZPONTI rendezvények! Óvodás vagy iskolás gyerekek műsorával gazdagítják a

programot. Talpraesett, vállalkozó szellemű lakótársak verset mondanak, táncolnak. Vetélkedőt is szerveznek. Ezekben én is részt veszek, karbantartom szellemi állapotomat. Büszkén mondom, nem vallok szégyent, jólesik a dicséret és az elismerés.

Nem feledkeznek meg HITÉLETI igényünkről sem. Rendszeresen van BIBLIAÓRA, a FOGLALKOZTATÓ szervezésében és előadásában. Az egyházi ÜNNEPEKRE PAPOKAT kérnek fel gyónásra, áldozásra, Úrvacsora vételre.

Azzal a megnyugvással élem a napjaimat, hogy gyermekeim, unokáim gond nélkül dolgozhatnak, tanulhatnak.

Tudom, hogy gondolatban mindig itt vannak körülöttem, és én lelkileg hasonlóan mindig velük vagyok.

A családi beszélgetés egy részét végighallgatva egyedül én is bejártam az intézményt! FŐZŐKONYHA, ÉTKEZŐ, MOZITEREM, MOSODA, MŰSZAK, EMLÉKPARK, IRODA, KÖNYVTÁR! Nem kellett kérdezősködni! A sétáló lakók kedvesen érdeklődtek, hogy kihez jöttem, ki a hozzátartozóm. Ismerősként beszéltek Barátom Édesanyjáról és dicsérően nyilatkoztak a KAPCSOLATTARTÁS mintaszerűségéről. Sajnálatos módon vannak szomorú példák is, mert vannak, akiknek nincs hozzátartozója. A VEZETÉS és a személyzet mindent megtesz, hogy ezek a LAKÓK se érezzék magukat elhagyatottnak.

Nem beszélünk a barátommal a benyomásaimról.

Megnyugvással tölt el, hogy van és én is találok olyan idősellátó és gondozó Intézményt, ahol az én Édesanyám is ilyen beszámolókkal fogad majd látogatásom alkalmával.

Ujvári Jánosné: Bemutatom idős otthonunkat

Az Önkormányzat udvarában van egy felújított épület, ahova járunk, szombat, vasárnap kivételével.

Vannak gondozóink, akik bevásárolnak, ügyes – bajos dolgainkat intézik, amit mi nem bírunk elintézni. Mindannyian sérültek vagyunk. Van közöttünk, aki nem hall, lábai fájnak, és vannak a botosok, akiknek az a segítségük.

Itt jól érezzük magunkat együtt. Egymást is segítjük. Van közöttünk népi iparművész, aki szalmából és csuhéjból csodálatos dolgokat varázsol. Van olyan, aki fodrász volt, van tűzoltónk, villanyszerelőnk. Egy csoport vagyunk.

Napközben mindig van elfoglaltság. Legfőbb a kártyázás, a könyvtárból jön egy személy, az felolvas nekünk, van néha tornázás is. Kézműves foglalkozás minden hétfőn. Tehát nem unatkozunk.

Ha valaki lebetegszik aggódunk érte. Jó lenne, ha minden idős otthonban így mennének a dolgok. Csak egészség legyen!

Valentik Endre Tiborné – Nelli: Otthon

Ülök az otthonban, a szobában
Körülöttem a 3 szobatársam
Próbálom csitítani gondolataimat
Közben hallom énekelni a madarakat
Kívül a park- hát ez egy csoda!
Felkelek és elindulok oda
Az ajtón kilépve nagyot lélegzek
Bólintok s a fák, bokrok visszaköszönnek
Lassan lépkedek a Tavasz illata rám hat
S az ágak közt rám kacsint az áldott Nap
Halk Szellő susog, simogat, felemel
Megölelek egy fát és ő vissza ölel
Másik fán egy harkály szapora ütemet üt
Jó érzés itt ülni, együtt lenni velük
Egy idő múlva lassan visszatérek
Folytatódik az otthonbeli élet
Elindulunk le, sorba állni
Készülődik a csoport, megyünk vacsorázni
Aztán nekikezdünk az ágyat leszedni
Jól érzem itt magam, szívem, lelkem boldog
De gondolatban még a parkban kódorgok
Természet! Te csoda lény! Megfoghatatlan vagy és nagy
Úgy érzem, az igazi otthonom Te vagy!

Szombathely, 2025. 04. 01

Varga Margit: Életem a Napsugárban

Én sajnos már születésem óta mozgássérült vagyok. 1955. április 24-én, 8 hónapra születtem. Talán ezért nem mindig tudom a mozgásomat irányítani, ahogy szeretném. Voltam a PETŐ Intézetben még gyerekkoromban két évig. Sajnos ott sem tudtam megtanulni járni egyedül, csak ha fogtam a széket, és toltam magam előtt. Haza kerültem és otthon magánúton elvégeztem a 8 általános iskolát. Megtanultam géppel írni. A barátaimnak mindig ezzel írtam. Megtanultam kézzel varrni. Ezzel töltöttem el az időmet. Meg sokat olvastam. Kézzel hajtós kocsim volt elég sokáig. Majd 46 éves koromban kaptam meg első motoros kocsimat. Ezzel már messzebbre el tudtam menni. Én vásároltam be kettőnknek, mert akkor apukám már nem élt, és így ketten voltunk anyukámmal a nagy házban. Eljártam az Esély Klubba is és 2005 szeptember elején elhoztak ide az akkor épült új otthonba. Ez nekem nagyon megtetszett, és anyukámmal együtt október 3-án beköltöztünk egy két ágyas emeleti szobába. Akkor még egymillió hatszázezret kellett érte fizetni. Az én nevemen volt annyi pénz, így tudtunk ide beköltözni. Nagyon nehéz volt megszokni az új életünket. Főleg anyukámnak, aki még akkor elég jól bírta magát. Otthon mindig a kertben tevékenykedett. Itt a szobanövényeket gondozta, amit behoztunk. Eleinte még tévé adás sem volt. Karácsonyra azt is bekötötték. Nekem volt videóm, azt néztük, meg beszélgettünk. Eleinte nem engedtek ki az utcára sem, de aztán úgy alakult, hogy az egyik dolgozóval jártunk ki-be vásárolni boltokba azoknak a lakótársaknak, akik nem tudtak kimenni. Nagyon boldoggá tett, hogy én is tudok segíteni másoknak. Ez éveken át tartott, míg be nem jött a bolt. Voltak és vannak jó programok. Egyszer voltunk Ópusztaszeren kirándulni. Ez volt legszebb élményem, amit az otthonok szerveztek. Voltak és vannak jó barátaim itt is. Sajnos sokan már nem élnek, de mindig vannak újak. Ők segítenek nekem elviselni az itt töltött éveket. Az egyik itteni barátommal voltunk Tatabányán kirándulni. Ez is nagy élmény volt számomra. Most készülök megünnepelni a 70 éves születésnapomat. Meg azt, hogy már 20 éve leszek, hogy itt vagyok ebben az otthonban, ahol minden segítséget megkapok, amire szükségem van az itteni dolgozóktól. Nagyon boldog vagyok, hogy itt élhetek ebben a szép otthonban!

Várkonyi István: Láthatatlan színek

Ahogy én látom, a szél is mesél,
suttog az ágon, ha senki se fél.
Ahogy én hallom, a csend is zenél,
egy elbújt dallam a semmiben él.

Ahogy én érzem, a múlt itt marad,
sóhaj a porban, egy árnyék alatt.
Ahogy én nézem, a fény is sötét,
ha nincs, ki lássa a láthatatlant.

De minden reggel új színt hoz a nap,
még ha a tegnapi nyomot is hagy.
És minden árnyék mögött ott a fény,
ahogy én látom – úgy létezem én.

Várkonyi István (Tiszaújlaci idősok nappali ellátása)

Varsás Frigyes Mihály: Kutyaterápia

Kint a kertben, az árnyékban csendben pihen sok öreg.
Van, ki egy szép könyvet olvas, de van, ki csak szendereg.
Vágni lehetne a csendet, lassan pereg a homok,
Majd ha itt az ebédidő, férfi és nő mocomorog.

Indulnak az ebédlőbe, most már nem közönyösek,
Bár van, aki mindig késik, lassan gyűlik a tömeg.
Itt már nincs csend, mert a késő hangos szóval így károg:
Szép jó napot mindenkinek, jó étvágyat kívánok!

Így telnek a hétköznapiak, lassan forog a kerék,
Ám ekkor a kapu felől megérkezik két vendég.
Egyik Jázmin, éj fekete, rövid szőrű Labrador,
És a lánya, Mollika, az életvidám kis lator.

Az udvaron körbe ülve figyeljük a két kutyust.
Van, ki bátor, van, ki félős, keressük a kontaktust.
Körbe sétál mind a kettő, simogatni is lehet.
Aki kéri, pacsit is kap, keresi a kegyedet.

Brigitta, a kis gazdájuk, kedves szóval becézi.
Úgy figyel rá mind a kettő, szó nélkül is megérti.
Most már nem fél tőlük senki, csupa öröm minden arc,
Erős hittel mondjuk együtt, megszerettünk, kis suhanc.

Nosza, rajta, játszunk egyet, mint egy pajkos kisgyerek.
Ugrál, játszik mind a kettő, élvezettel hempereg,
Színes labda, játék szőnyeg, no és színes karikák,
Meg se kottyán megmutatni, nekik ez nem barikád.

Hová tűnt el a mélabú, így mind vidámak leszünk.
Kedves Jázmin, s Molli kutyák, ti hoztátok ezt nekünk.
Reméljük, hogy eljöttök még, szívvel várunk, titeket,
Mosolyt csaljatok arcunkra, most is jó volt veletek.

Végh Ernő: Három generáció a Szociban

I. generáció: Nagymama

A teremtő erőnek is van eleje. A végét az Úr sem látja. A mi történetünk nagyapa halálával kezdődik. Nagymama magára maradt. Két lánya, meg fia élt még. Mind nyugdíjasok. A családhoz tartozott még elhunyt fiának özvegye is.

A temetés után ők négyen összeültek, hiszen szerető család a mienk. Egyhangúlag kijelentették: Nem hagyjuk magára anyánkat! Nagymama nem akart egyikük nyakára sem menni. Nem hagyta el nádfedeles kicsi házát. Így nem maradt más hátra, hogy heti váltásban a soros gyermek odaköltözik anyjához. Ángyikánk is kivette részét a munkából. Már az első turnus után világossá vált, hogy egyikőjükkel sem tud kijönni a mama, olyan nagy volt a generációs ellentét. Ismét összeült a család. Kikérték nagymama véleményét is. Úgy határoztak, hogy a legjobb lesz mindenkinek, ha mama bemegy a Szociális Otthonba. Mikor meglátogatták, mindig azt mondta, hogy jó neki ott. Azonban mindig hazavágyott az ő kis nádfedeles házába.

Egyik alkalommal hiába szólítgatják a mamát az ebédhez. A Szociális Otthon dolgozói értesítették a rokonságot. Nem ment egyikhez sem. Az Otthon körül a Tsz-nek hatalmas búzatáblái voltak. Nagymama abba vette be magát. Tavasz utolja volt. A búza már térden felül ért. A keresők – a rokonok, ismerősök, az Otthon mozgósítható erői – szintén abba az irányba indultak el. Leszállt az est. Zseblámpákkal, viharlámpák fényénél folytatták a keresést. Anyám! Mama! Hallatszott minden irányból. Hajnaltájt apám talált rá a tábla közepén. Az oldalán feküdt, összegömbölyödve. Csoda, hogy ki nem hűlt a hajnali hidegben.

Meg akart halni. Párja, akivel egy életet le élt, a föld alatt pihent már. Mellé akart kerülni ő is. Az Otthonból többé nem szökött meg, de ha kicsi házára gondolt, kedélye napról napra romlott. Csak a szemében villant egy-egy pajkos fény, sejtelmes mosoly a szája szegletében, ami ki is hunyt.

Oda, ahova én megyek, nem jöttök utánam. Teste már csak, mint egy csontváz, bőre pergamenszerű lett. Az erek országútja kidudorodott hártavékony bőre alól. Egy reggel nem ébredt fel. Nagymama akkor halt meg, amikor már nem akart tovább élni. Nem kérdezte, szabad-e elmennie?

Ott feküdt a koporsóban, szemfedéllel letakarva. Kicsit felhajtották, hogy a rokonok még egyszer láthassák. Hegyes kis állával az eget fenyegette.

II. generáció – Apám

Édesanyám viszonylag korán halt meg. Apám a családban összegyűjtött kárpótlási jeggyel egy kicsi, négyhektáros tölgyerdőt tudott venni. Azt gondozta, amíg az ereje engedte. Gyermekei – Mi – nem tudtuk az erdőművelést átvállalni. Mindenki dolgozott, senki sem akarta a munkahelyét otthagyni. Apám magában maradt házában. Fogadtunk mellé gondozónőt, aki a szobáját rendben tartja.

Betegségének első jelei akkor váltak láthatóvá, amikor kiment az utcára és nem talált haza. Öcsém ismert volt a futball kapcsán. Neki szóltak a város túlsó végéről, hogy ott van az apja, menjen érte. Az eltévedés megismétlődött.

Akkor Nővérkém nyugdíjas és ő vállalta apja gondozását. Ők Kunmadarason laktak, elvitte magához. Apám mindig ki akart menni az utcára, majd onnan haza. A kaput mindig zárva kellett tartani. Másik este, mikor felébredt pisilni, eltévedt a lakásban. Az ablakot feszegette, ott akart kimenni. Más alkalommal egy alsó elhelyezésű konnektorba akart vizelni. Ez volt az a pillanat, mikor be kellett látniuk, hogy nem tudják apjukat ellátni biztonságosan. Szinte sírva könyörögtek, hogy csináljon öcsém valamit. De még mielőtt bement volna a Szociális Otthonba egy alkalommal meglátogattam, teljesen véletlenszerűen otthon. Épp a gumicsizmát húzta fel a lábára. Az volt a kimenőcipője.

-Hová mész? – kérdezem.

-Megyek haza. – válaszolta.

Kíváncsi lettem, hogyan lehet otthonról hazamenni?

Kiléptünk az utcára. Bezárta a kaput. Az első sarok az Illéssy út, Rákóczy úti sarok. Nézte: Sarokház ez is, de nem az övé. A nyár utca sarkánál ugyanúgy járt. – Megszólaltam:

-A következő utca már a főutca. Neked ott sosem volt házad.

-Igaz. Mondta. Ott topogtunk tanácstalanul. Szerencsére jött sógornőm autóval. Elvitt minket hozzájuk, majd apámat haza. A demencia tette dolgát.

Apám egy hétig haldokolt. Először csak keveset evett, aztán még annyit sem. Félrebeszél, de voltak világos pillanatai is. A nővérke szólt: most beszéljenek vele. Haldoklik a papa. Nem akartam elhinni, hogy a halál valakire egy hetet szán, másik hónapok alatt fogy el, a harmadikat egy másodperc alatt viszi el, negyediket álmában lepi meg. Apám, bár mindig párttag volt, megtért teremőjéhez.

Én, a III. generáció

A béke fehér galambja messze elkerülte portánkat feleségem halála után. A kisebbik fiam lakott velem. Bízta benne, hogy rendben tartja majd a portát, a kerítést, a házat.

A kerítés kidőlt, foghíjas lett, a házról a meszet, a tapasztást leverte a tavalyelőtti jégeső, a maradékot meg a tavalyi. Az ideinek már nem maradt más, csak a vályog.

Hogy teljes legyen az örömöm a lakásban lábujjhegyen kellett járnom, hogy ne zavarjam nyugalma. Az udvaron semmi meg ne koccanjon, mert éber aló volt.

Néztem a siralmas állapotokat, éltem a másodrendű polgár sanyarú életét. Akkor megszólalt fejemben a vészcsengő: innen menekülni kell! Hagyni az egészet. Az enyészet hadd pusztítsa tovább, míg csak össze nem dől. Akkor mentem el a szociális otthonba: bevennének-e? Mennyi a térítési díja? Azt a választ kaptam, hogy bevesznek.

De hát a házat, a kerítést nem hagyhatom romosan. Mit szólnának a szomszédok, az ismerősök, hogy ott hagyom a szemétdombomat. A mi házunk volt a legcsúnyább az egész utcában. A Szociális Otthon egy hónap múlva felvesz. Addig én megcsinálom a renoválást.

Két hét múlva jelentkeztek, hogy van egy hely, elfoglalom-e? Három másodperc gondolkodás után rámondtam: Igen!

A kerítést éppen befejeztem. A tapasztást, meszelést úgy tudtam megoldani, hogy reggeli után kijöttem az otthonból, este bementem. Az eredmény? Egy betapasztott, bemeszelt ház.

Ragyogott a fényben.

Idővel megismerkedtem a nővérekkel. Csupa jószándékú emberrel találkoztam, de életemben először rosszindulatával is. Abban bíztam, hogy a jószándékú emberek többen vannak. A Szociális Otthon áldásos tevékenységét régóta űzi. remélem, hogy amíg szükség lesz rá, végezni is fogja.

Generációk követték egymást:

I.-II.-III. - I.-II.-III. csak a nevek változnak.

Kisújszállás, 2025. március 31.

Végh Ernő

Végh Ernő: Volt egyszer egy házikó

Volt egyszer egy, volt egyszer egy
ici-pici házikó,
Abban élt már, abban élt már
Százhuszon és négy lakó.
A sok embert, a sok embert,
Ápolta sok ápoló.
Volt akinek, volt akinek odavolt a fél lába,
Aki mégis kerekezett, nem kapitulált hiába.
Voltak akik, voltak akik már megöregedtek,
Fogytán volt az erejük, Isten látja! Béna volt a két kezük.
Volt egy kis ház, volt egy kis ház, ahova az öregek
Bátran mentek, míg dobogtak a szívek.
Piros tetős házikóban jó meleg volt télen is,
Fázós kezét melengette Jani bá' és Sára né.
Az asztalra mindig került friss kenyér és szalámi,
Nemcsak módos, nemcsak módos gazduramék mentsvára,
Az is itt volt, kinek nem telt gúnyára.
Tavasszal, meg, tavasszal meg dús a kert a televény
Szorgos kezek munkálkodtak, meghálálta a növény.
Lett belőle, lett belőle kelkáposzta és retek,
Hús is került az asztalra: ti munkátok –egyetek!
Változott a kép azóta, mióta az öregek
Egyebet nem, csak falevelet sepernek.
Az öregek is megváltoztak kívülről és belülről,
Idős embert faragtak a még tevékeny öregből.
Így aztán hát, így aztán hát fekszünk, alszunk, heverünk,
Munkánk nyomán sóból, vízből nem sülhethet ki kenyérünk.
Kovács is kellene még a liszthez! Mi lehetnénk a kovász.
Kaszát, kapát nem kalapál az országban a kovács.
Nem leszünk hát, nem leszünk hát ügyeskező iparos,

Rozsda marja szerszámainkat, nincsen éle, mind poros.
Ott vagyunk hát, ott vagyunk hát ismét a keresztútnál:
Mik legyünk hát? Idősek, vagy öregek, akit népünk megutál?
Frissíteni kell az elmét, hiába a tanultság
Ha az öreg nem oly friss már, van-e ebből fásultság?
De szeretnék, de szeretnék én lenni már a kovász,
Felrázni, az alvó, kelő, elbutuló szobatárst.
Mondja meg a, mondja meg a megfizetett vezető
Mert különben, ha így foly tovább, ránk szakadhat a tető.
Fedelünket, fedelünket kicserélték már újra.
Mit gondoltok milyen színre? Pirosra.
Aki fentről építkezik,
Gondoljon az alapra!

Kisújszállás, 2025. ápr. 03.

Végh Ernő

Veres Erzsébet: Az élet két oldala

Azt mondta valaki „neked csak megszületni volt nehéz” „Ha nem lennél, ki kéne találni”. Az idézetek már a jelenlegi életemben hangzottak el. Az előző életemet egy nagy esés változtatta meg. Éjjel leestem az ágyról és nem tudtam visszamenni, a „GONDOS ÓRA” mentett meg.

Hideg volt a parketta, és lejátszódott az életem videója. Lányom és családja döntött úgy, hogy Budapestre kerülök egy otthonba, így közel leszünk egymáshoz. Elindult a szervezés, így kerültem az Olajág Otthonba.

Nagyon féltem, új hely, új környezet, az emberek is idegenek voltak. Azt hallottam a régi idősektől, hogy az öreg fát sem lehet átültetni, mert meghal. Hát nem így történt.

Tizenkét éve egyedül élek, parkinsonos beteg vagyok, még akadozva járok, de egyedül sehova sem tudok menni, a betegszállítás rengeteg várakozással jár. A 24 órás felügyelet nem megoldható. A lányom és a család 200 km-re tőlem, ill. tőlük. Ez a kis palota biztonságot ad, a személyzet kedves, a biztonsági szolgálat készséges és tudásuk legjobbját adják. Az itteni élet rendszerezett, a kéréseket maximálisan, záros határidőn belül teljesítik. A címre utalva, a nyugdíjas korig, a nyugdíjas koron túl. A Parkinson-kór óta napjainkig, a baleset óta napjainkig.

Az Olajág Otthonok biztonsága, családias környezet. A programok változatosak, köszönet a Szociális Csoport minden tagjának. Ha a műsor elhúzódik (igen!) készséggel maradnak a rendrakásban segítenek egymásnak, hogy másnapra ne legyen fennakadás. A szervezett programok, járóknak és segédeszközzel közlekedőknek is megoldott.

Pl.: Hősök tere, Vajdahunyad vár megtekintése. Nagyon szép emlékeket idézett fel a táj. Más megyéből érkeztem és jó volt kerekesszékekben ülve is gyönyörködni. Olyan érzésem volt, mint a kisgyerekeknek a cukorka boltban. A Vásárcsarnok lángos majszolás (régizeteket idézett fel). Kirándulás: Cukrászda látogatás. A látvány önmagáért beszélt. Mindez nem történhetett volna velünk, ha nem az Olajág Otthonok lakói vagyunk, és a személyzet nem így áll hozzá.

Nagyon hálás vagyok a kézműves foglalkozásokért, a kutyaterápiáért, meghaltak az én barátaim, kutyám, cicám, mostmár amúgy sem tudnám ellátni őket.

Minden ünnep megrendezésre kerül. Karácsony, farsang, születésnap... Nagyon jó és tartalmas műsorok részesei lehetünk, például koncert: hegedű, Petőfi Múzeum. Napra készek az előadások, jól érezzük magunkat.

Nagyon jó a kapcsolatunk a szervezőkkel, segítségük maximális. Posta-csomag feladás, kormányablak, rendelőbe kísérés.

Az Olajág munkatársai segítenek, türelmesek, tisztelettudóak. Lehet, hogy csapongok, de a két életet úgy magyarázom, hogy ami volt, az „otthonba” kerülés előtt, és az elmúlt 10 hónapban. Bevallom nehezen szoktam meg, mint öreg fa = 78 éves, de már jobban érzem magam. Aki beilleszkedik egy ilyen közösségbe - nyugalom és pihenés adott - ekkor veszi észre, miért nem tette meg előbb. Sok összetevője van, de mostmár jó helyen vagyok.

Jön a tavasz, ez magával hozza a parkban kint üldögélést, ez is egy ajándék, a város közepén egy kert „Tündérkert”. Csodás fenyők, csend, madarak, sok virág, nagyon örülök a jó időnek.

Olajág Otthonok Mátyás tér

WESZELY TIBORNÉ: Otthon és Itthon

A mi generációnk tanú volt
s változott.
Átéltünk világháborút,
forradalmat,
népirtást,
éhezést,
romokat,
újjaépítést,
megszállást,
s világnézetek erőltetett menetét.

Rendszerváltást,
„reformokat”,
de emberek maradtunk,

maradtunk,
itt maradtunk.

Leveleztünk az egész világgal.
Posta, e-mail, telefon;
rádió, tévé, lemez, magnó,
bakelit, mozi, videó.

Short és pantalló
jeans és interurbán, halló!
Korcsolya, bicikli,
moped és autó.

—

Nemsoká önjárók lesznek,
rakódnak s belőlünk esznek,

írógép, computer, floppy disc,
és Netflix.

KILENCVEN ÉV —

Iskola, randi,
és házasság,
család és világ
és fáradtság.

Maradtunk emberek.
Otthon és itthon,
itthon és otthon.
Itthon.

Yahya Kamelné:Ráncok között

Ahogy én látom, az idő megáll,
ráncokba írja a múlt szavát.
Léptek kopognak a járdán halkán,
emlékek ülnek egy padnak alján.

Ahogy én hallom, a múlt nem múlik,
egy dallam szól még a régi útról.
Szemeik mélyén ott ég a láng,
de már csak csendben mesél a száj.

Ahogy én érzem, a kéz remeg,
mégis erősebb, mint az enyém.
Ezernyi hajnal és alkonyat
hordja magában a bölcsességét.

S ahogy én nézem, a világ rohan,
de ők már tudják, mi fontos igazán.
Egy kéz, egy szó, egy lopott mosoly –
ez az, mit érdemes megtalálni.

Yahya Kamelné klub-vezető (Tiszalúci idősek nappali ellátása)

Zelenyánszki Mátyásné: Szeretni és szeretve lenni

Sorsom nehezebbre fordult. Csípőműtét, nagy lakás, kert, gyümölcsfák, messze élő családom. Döntennem kellett sorsom felől. A szép, felújított, 82 négyzetméteres lakásomra hamar akadt vevő. Igénye az volt, hogy minél hamarabb beköltözhessen. Lakhelyemen nem volt Otthonban hely, körbenéztem a megyében. Így kerültem jelenlegi otthonomba, az emeltszintű Őszi Napsugár Idősek Otthonába. Egyágyas lakosztályt vettem. Nagyon jó volt, nagyon hamar beilleszkedtem. Az alapbetegségek megvoltak mindannyiúnknak, de „fiatalok”, jó erőben voltunk. Remek közösség kovácsolódott össze. Sok-sok program színesítette mindennapjainkat. Kirándulások: szegedi vadaspark, szarvasi arborétum, hajókirándulás, séták helyben, könyvtár, képtárlátogatás. Házon belül zenés bulik, üstben főtt pörkölt, házi süтик, finomságok. Üstben magunk főztük a szilva, baracklekvárt, kukoricát. Sütöttünk szalonnát, főztünk töltött káposztát. Volt citera zenekar, tangóharmonika. No meg Marcink, aki egymaga akkora hangulatot csinált, hogy ihaj! Mi meg csak jártuk kifulladásig. S akkor még nem írtam a kulturális programokról, a városi rendezvényekről, melyeknek aktív részesei voltunk. Seregszemle, ahol minden otthonból szerepeltünk valamit. Ének, zene, tánc, jelenetek. Olyan „Most mutasd meg” szereplések. Ezek mellett minden létező ünnepről megemlékeztünk. Volt nálunk nőnap, férfinaр, idősek hónapja, de megemlékeztünk a hazafias ünnepekről is. Például március 15. iskolásokkal, kis „huszárokkal”. Voltak kártya partik, rejtvényfejtő versenyek. Boldog, aktív évek voltak ezek.

Jött egy rendelkezés, adott helyzet volt. Az idős embereken, akik kint éltek, segíteni kellett. Csak olyan idős embereket lehetett felvenni, akik huszonnégy órás felügyeletet igényeltek. Tehát már az a fajta szervezés, úgymond „szórakozás” nem volt lehetséges. Kifejteném bővebben, hogy nekünk a gyakorlatban mit is jelent az egész napos felügyelet. Idősebb, betegebb emberek kerülnek be az otthonba – gyakorta szellemileg is leépült emberek. Sokkal több ápolást, odafigyelést igényelnek folyamatosan. Több dolgozót, ápolót igényelnének a körülmények. Ez nincs arányban a megnövekedett feladatokkal. A helyi önkormányzat, az intézmény vezetése igyekszik a lehetőségekhez mérten segíteni. Szerintem – és elnézést az őszinteségért – ezt a problémát, mivel nem egyedi, országos szinten kellene megoldani. A szociális szférában dolgozók túlterheltek. Egyenes következmény, hogy nem marad idő olyan kapcsolatokra, melyet megtapasztaltam, mikor bekerültem. Szorosabb, bensőségebb volt a légkör...Új dolgokon kellett gondolkodni. Megtörtént. Természetesen ehhez idő és türelem kellett. Nagyon nagy szerepe volt és van a mindenkori program szervezőnknek. Hisz ma is

remekül érezzük magunkat, mindent meg lehet szervezni. Kissé szerényebb kivitelezésben, de jól érezzük magunkat ma is. A foglalkozásokon van rejtvényfejtés közös és egyéni. Van közös éneklés, nótázás, versmondás, szójáték. Nagyon szeretjük, és aki csak tud, részt vesz az ülőtornán. Jól megmozgatjuk minden porcikánkat. Van célbadobós babzsákkal, labdával. Jó móka, és hasznos. De volt nálunk farsangi mulatság, többen beöltöztünk. Ettünk fánkot, előkerültek a régi emlékek. Az év folyamán az aktuális ünnepekről is megemlékezünk. Március 15., költészet napja, stb. Szeretjük, és aki épp bírja közösen készítünk dekorációt. Mindig szépen fel van díszítve az aulánk. Faliújságon fotók, a következő események sora, teendőink. Én verset is szoktam fabrikálni, hobbiból:

Kegyetlen, rideg világ.

Változik minden

És mindenki.

Nem valószínű

Hogy aki ma

Barátod, holnap is

Az lesz még.

Mi hajt Téged

Ember? Mi ösztökél?

Nem jobb a béke?

A szeretet? Dehogynem!

Csak ami körülvesz,

Magával ragad.

Beránt a mocsárba!

S ott maradsz!

Végy erőt magadon,

Mássz ki a mélyből

És tégy jót, szépet,

Szeresd a létet

Hisz Ember vagy!

Előadtunk egy jelenetet, amit a mi kedves és odaadó programszervezőnk kitartó munkával betanított. Csoszogó Fecsegők Társulatának előadásában: Mirhóhádi pletykás asszonyai című darabot. Nagy sikerünk volt házon belül és kívül is. Ennyi férft dióhéjban. Szóval jól érezzük magunkat, nem unatkozunk soha. Igyekezünk szebbé tenni a mindennapjainkat. Azonban nem lehet nem észrevenni a forrongó világot magunk körül. Elkeserítő, ahogy dől halomba az eddig elért eredmény, szép és jó. Félelmetes változások! Sok emberre, közöttük nekem is negatívan hat a lelki világunkra. Morcosak, fásultak, enerváltak leszünk. Ez nem jó! Mit lehet tenni? Most nagyon fontos, amit a címben írtam, sokszorosan aláhúzva! Közvetlen környezetünkben szeretni-szeretve lenni! Ehhez pedig kevésbé kimerült emberekre, és több dolgozóra lenne szükség!