

# Édesanyám, szeretlek!

2026.



NOVELLÁK ÉS VERSEK



*az Anyák napja tiszteletére*

*Édesanyám,*

*Szeretlek!*

*2026.*



## Tartalomjegyzék

Előszó.....	6
Bálint Brigitta: Édesanyám örök fényem .....	7
Antal Szilvia: Édesanyák .....	9
Antal Szilvia: Édes otthon .....	10
Pungor R. Dóra: DódaArcok.....	11
László Balázs: Örök hála Édesanyámnak.....	13
Pálfi Tiborné: Mi❤ Nevelő Anyám és én.😊.....	15
Pálfi Tiborné: Levél Nevelő Anyámnak .....	17
Koncz Gréta Fanni: „Anyá! Köszönöm!” .....	19
Ledniczky Miklós Jánosné: Édesanyák köszöntése .....	22
Ledniczky Miklós Jánosné: Édesanyám szíve bennem él.....	24
Ledniczky Miklós Jánosné: Az édesanyai szeretet dala .....	26
Ledniczky Miklós Jánosné: Anyák és nagymamák köszöntése .....	28
Ledniczky Miklós Jánosné: Ahol mindig hazatalálok .....	30
Ledniczky Miklós Jánosné: Édesanyám emlékére .....	32
Perlik-Dabóczi Márti: Hol vagy, anya? .....	34
Perlik-Dabóczi Márti: Kívánságlista .....	35
Németh -Varga Klaudia: Mamának! .....	36
Németh -Varga Klaudia: Anyának! .....	37
Németh - Varga Klaudia: ANYÁK NAPJA .....	38
Vajai Alíz Anna: Anya .....	39
Kulcsár Péter: Anyának levél ABC sorrendben.....	40
Harza Anikó: Édesanyámnak .....	42
Prágai Gizella : Megkésett köszönet Nagymamának .....	43
Bonnie Marcelé: Édesanyám ölelése .....	49
Sajbán-Fröhner Alexandra: Mindig volt valaki. Mindig van valaki. ....	51
Rados Balázs: Anya.....	56
Rados Balázs: Hiányzol.....	57
Mészáros Bianka: Anyukámról írni.....	59
Vasasné Koszla Beáta: Virágcsokor .....	60
Vasasné Koszla Beáta: Anyák napjára .....	61
Vasasné Koszla Beáta: Szeretném.....	62
Vasasné Koszla Beáta: Anyák napjára .....	63
Vasasné Koszla Beáta: Mennysországnál küszöbén.....	64



Vasasné Koszla Beáta: Szeretettel írva .....	65
Barbina Melinda Barbara : Anyám karja.....	66
Bera Irén: Anyák napjára .....	68
Bera Irén: Neked hoztam.....	70
Fülöp Dóra: Csak ketten .....	71
Punk Bianka: Határozó .....	74
Petőh-István Jennifer: Anyai szemem tükrében.....	75
Petőh-István Jennifer: Pillanatokban zárt boldogság.....	76
Horváth Petra: Anyukámnak.....	78
Pétercsák Maxim: DALOCSKA ANYUKÁMRÓL MEG A TEJBEGRÍZRŐL .....	79
Dörfler Katalin: Az élet különleges adottságai.....	81
Fenyvesi Fruzsina Ella: Mami.....	86
Földvári Hanna: Tavaszi virágom .....	87
Felter Bendegúz: Loving you wrong .....	88
Tóth Tímea: A hang amit csak te hallasz .....	90
Váncza Csilla: Anya .....	91
Lipóczki Henrietta: Drága Anyukám! .....	92
Tarsoly Beke Tamás: Vállamon a világ összes virága.....	93
Tarsoly Beke Tamás: Sírnak a rögök .....	95
Kondorné Peidl Borbála: Tenyéryi induló .....	97
Kondor Attila Ákos: Egy este, amit nem felejték el .....	98
Szabadosné Tamási Erzsébet: Mosolyod emléke .....	101
Detki Róbert: Anyám csókja .....	102
Tasnádi Borbála: Édesanyámhoz.....	103
Tasnádi Borbála: Anyáknapjára .....	105
Tasnádi Borbála: Anyáknapja hajnalára.....	106
Tasnádi Borbála: Köszöntelek anyuci .....	107
Tasnádi Borbála: Gyermekeimhez .....	108
Füleki Virág: Anyámnak.....	109
Veroniq: Anyák napjára .....	110
Veroniq: Tanítás a szeretetről .....	111
Domokos Attila Zsolt: A földrengés .....	116
Garami Zsolt: Édesanyámnál .....	122
Garami Zsolt: Anyám ír néha!.....	123
Garami Zsolt: Fénnyel mosolygó angyalom.....	124



Garami Zsolt: Feltámadsz szüntelen.....	125
Barta Katalin: Anya .....	126
Nagyné Lakatos Éva: Majd megtudod! .....	127
Varga Mária: Anya, jaj de szép szó ez! .....	128
Vörös Luca: Május ünnepén.....	129
Vörös Luca: Kilenc éve .....	130
Vörös Luca: Ajándék.....	131
Vörös Luca: Szavak.....	132
Kollár Nélia: Szüleink.....	133
Kollár Nélia: Nagymamám .....	135
Kollár Nélia: A nap .....	137
Kollár Nélia: A hős .....	138
Gréczi Imola: Habos kakaó.....	140
Adorjányi Erzsébet: Anyák köszöntése .....	142
Tóth Péter Lászlóné: Anyám keze.....	143
Tóth Péter Lászlóné: Az én anyám .....	144
Tóth Péter Lászlóné: Anyám .....	145
Barta Noémi: Édesanyám, az én hősöm!.....	146
Felső Tamás: Ha édesanyám beköszönne .....	149
Felső Tamás: Anyám mosolya .....	150
Felső Tamás: Csillagösvényen jársz.....	151
Felső Tamás: Volt egy Anyám.....	152
Varga Z Julianna - A világ legszebb babája .....	153
Varga Z Julianna: LÉLEK .....	154
Varga Z Julianna: ANYU & ÉN .....	155
Varga Z Julianna: ÉDESANYÁM.....	156
Kucskáné Pap Erika: Anyának .....	157
Gyurkó Mónika: Óda az egyetlenhez .....	158
Horváth Petra: Emlék.....	159



## Előszó

Az édesanyákhoz fűződő kapcsolatunk talán az egyik legmélyebb és legmeghatározóbb kötelék az életünkben. Szavakba önteni ezt az érzést nem könnyű, mégis újra és újra megpróbáljuk. Versekben, történeteken, emlékeken keresztül közelítünk ahhoz, amit sokszor csak érezni tudunk igazán.

Az *Édesanyám, szeretlek!* című válogatás olyan alkotásokat gyűjt egybe, amelyek különböző hangokon, mégis közös szívvvel szólnak. Van bennük hála, hiány, öröm, fájdalom, gyermeki rácsodálkozás és felnőttkori visszatekintés. Mert az anyaság és a gyermek-szülő kapcsolat nem egyetlen történet, hanem számtalan, egymástól különböző, mégis összekapcsolódó élmény.

Különösen értékes, hogy e kötetben női és férfi alkotók egyaránt megszólalnak. Hiszen az édesanyához fűződő viszony nem nemekhez kötött érzés, hanem egyetemes emberi tapasztalat.

Fogadják ezeket az írásokat nyitott szívvel. Talán lesz köztük olyan, amely ismerős emlékeket idéz fel, talán olyan is, amely új nézőpontot ad. De egy biztos: mindegyikben ott rejlik az a kimondott vagy kimondatlan mondat, amely összeköt minket:

**Édesanyám, szeretlek.**

Szeretettel:

*Rácz-Akácosi Laura és Rácz-Akácosi Attila*

Művész Magazin



## Bálint Brigitta: Édesanyám örök fényem

Anya, te vagy a csendes fény az éjben,  
a biztos part a háborgó szélben.  
Kezed nyoma bennem él tovább,  
mint halk dal, mely sosem ér véget már.

Szemedben tükröződik minden remény,  
ha eltévednék, hazavezet a fény.  
Szavaid meleg takarót adnak,  
ha a napok hideggé válnak.

Te tanítottál járni, hinni, élni,  
a világ zajában csendet lelni.  
Ha elbukom te mindig felemelsz,  
egy mosollyal új erőt lelsz.

Nincs szó mely elmondhatná igazán,  
mit jelent, hogy te vagy az édesanyám.  
Minden nap egy halk köszönet neked,  
mert szívedben mindig helyem lehet.

Ha messze sodor is az élet útja,  
emléked bennem örökké gyúlva  
világít majd, mint örök csillag  
mely sosem halványul, csak ragyog.

Köszönöm a végtelen türelmet,  
az ölelést, a csendes szeretetet.  
Anyák napján csak annyit mondok én:  
Te vagy az én legszebb költeményem.



És ha csend ül majd a táj fölé,  
neved bennem akkor is él.  
Mint halk imádság hajnal előtt,  
úgy őrizlek minden időn túl.

Lépteid visszhangja kísér,  
bennem dobban minden reményért,  
S bár múlnak az évek, változik minden,  
te maradsz örök fény a szívemben.

Ha elfáradnék az úton egyszer,  
gondolatod mindig hazavezet.

2026.04.25



## Antal Szilvia: Édesanyák

Amikor Isten teremtette  
És életet lehelt belé  
Angyali köntösbe bújtatva  
Küldte az emberek közé.

Szívét megtöltve szeretettel  
Lelkében tündöklő jóság  
Beragyogta arcát egy mosollyal  
Így lett Ő földi valóság.

Megáldotta Őt gyermekekkel  
Sorsukat gondjaira bízta  
Minden gyermeket egy angyalra,  
Ahogyan előre megírta.

Az első sírástól, kacagástól  
A féltő ölelésen át  
Ahogyan Ő tud csak ölelni  
Karjával, a szíveden át.

Ott van melletted, minden percben  
Akkor is, ha nem látod épp  
Csak gondolj rá máris érzed  
Szerető szíve melegét.

Angyalként jött ő a földre  
És angyalként is távozik  
Hosszú, hófehér ruhában  
S ha alszik, majd rólad álmodik.



## Antal Szilvia: Édes otthon

Anyám háza édes otthon,  
amíg ő él, nincsen gondom.  
Ahol ő van, ott a béke,  
szeretetet hint a lépte.

Hazavár itt fű, fa, virág,  
szebben szól itt minden imánk.  
Mosollyal néz ránk az Isten,  
szeretettel nyílt kilincsen.

Anyám háza édes otthon,  
amíg élek vígan mondom.  
Hazajövök, még hazavár,  
míg ölelő karjába zár.

Csillagos ég szép estelén,  
hálával szól az én mesém.  
Volt egyszer egy édes otthon,  
és amíg van, nincsen szebb hon.

Anyám háza elcsendesül,  
imádságos csendbe merül.  
Áldást hint még Isten rája,  
és benne a jó Anyámra.



## Pungor R. Dóra: DódArcok

Egy Anya és annak lánya Rozália a naptárban,  
becézgetve: Dódák lettünk a családban.

Nagy Dóda az égben lakik,  
családot őrző fénye bennem is lakik.

Kertem alján rózsza nyílik, hajlik ága,  
édesanyám álmainak fény-nyitánya.  
Illatában múlt és jelen összeér,  
s a szeretetben nincs is más, csak egy levél.

Rózsza, rózsza, két szép ága:  
egy az anya, én a lánya.  
Gyökér mélyén ugyanaz az él,  
időn túli, csendes Rózszaösvény.

Rózsaszírom, harmatcseppjén  
szemem könnye szétfolyik a hajnalködbben,  
s a felkelő fény aranyán  
„AnyArc” oltalmazón néz le rám.

DódArcok, RózsArcok, égi-földi lenyomatok,  
AnyArc az ősothonom —  
ereje visz át minden gondon s bajon.





# László Balázs: Örök hála Édesanyámnak

## Versszak 1

Nem lehetne boldog a földi élet és  
nem volna teljes a világ nélkületek.  
Nem születnének, nemzedékek kik formálnák a jövőképet.  
Ti adjátok a dobbanását a föld szívének.  
Erre a világra sírva ébredtem, de te  
dédelgettél engem az első perctől kezdve.  
Simogató kezeiddel megnyugtattad lelkem.  
Emlékszem a rengeteg elhangzott mesére melyet mindig lelkesen  
vártam és hallgattam tőled mielőtt álomra hajtottam volna esténként  
fejem.

## Versszak 2

Biztató szavaid adtak erőt-e földi létben megtenni első lépteimet.  
Féltő szíved fényesen ragyogó kincs nekem.  
Hősként tekintek, rád mikor arra gondolok, hogy védő szárnyaiddal  
mennyi bánattól megóvtál és sokszor göröngyös életemben útmutató  
voltál.  
Mindig fogtad kezem az ágyam mellett mikor eluralkodott a láz felettem.

## Versszak 3

Te vagy a hang, ki tudom nem hagyna magamra a legnehezebb  
óráimban sem.



Köszönöm, hogy óvodás koromban a legfárasztóbb napjaid követően délutánonként még leültél játszani velem.

Köszönöm végtelen türelmedet, hogy minden nap még közösen tanultál iskola után órákig velem amíg meg nem jegyeztem azt amit kellett.

Köszönöm, hogy főzni, táncolni és oly sok más dologra megtanítottál amelyek a későbbiekben mind hasznosak lehetnek.

#### Versszak 4

Ha ködben sétáltam szívem erdején te voltál aki a fényre kivitt.

Ha rossz dolgot követtem volna el szívemben galambbá változtál s ilyenkor lelkemet harag helyett a megbocsátás járta át mindig.

Felnőttként is gyermeki szívvel foglak szeretni.

Elég hálás neked sohasem tudok lenni.

Kiskorom óta kellemes hangod a mai napig ha utazom elkísér.

Érzelmi kötelékünk egymás iránt mint a legerősebb fonál melyet semmi nem téphet szét.

Kívánom, hogy életed útját virágszirmokkal teli szellő kísérje végig..



## Pálfi Tiborné: Mi♥ Nevelő Anyám és én.😊

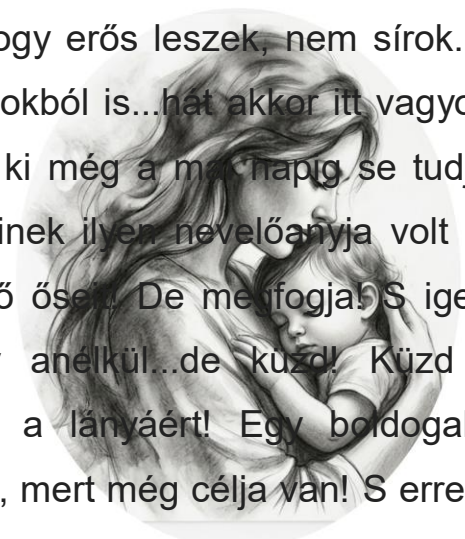
Mama! Mindig is így szólítottalak. Nagyon hálás vagyok, hogy ezt neked mondhattam! Ezt a szívet melengető, biztosságot adó, gyönyörűséges két szótagot.

Már 26 éve, hogy elnémult bennem ez a szó, de ha rád gondolk az egekig kiált! Mama! Könnybe lábadt szemmel írom e sorokat, mert sírni már nem tudok.Órára pontosan 26 évvel ezelőtt léptél az örökkévalóság útjára.

Mindennap itt vagy velem. A derűs és fáradt napokban az álmod hozó éjben. Megannyi emlék ugrál bennem.33 év emléke melynek minden egyes mozzanatához ragaszkodom mint gyermek anyja kebeléhez. Nekem te voltál ez a kebel.

Te, aki a szíved szeretetével tápláltál, hogy boldog ember legyek! S az lettem! S amit később a sors hozott s elvett azt is próbáltam méltósággal viselni... mert ezt is tőled tanultam! S még mi mindent! Köszönöm!

Sírni már nem tudok. A sors gonosz fintora, hogy elvette tőlem. Egy nagy lelki fájdalom által megfogadtam, hogy erős leszek, nem sírok. S most az élet megint a harctérre hív több okból is...hat akkor itt vagyok, gyerünk! Készen állok! A kis lelenc lány ki még a ma napig se tudja, hogy miért lett árva?-Miről beszélek? Akinek ilyen nevelőanyja volt az nem árva! Csak nem ismeri az őt nemző őset. De megfogja! S igen! Felveszi azt a bizonyos pajzsot...vagy anélkül...de küzd! Küzd a szeretteiért! A gyerekeiért! A fiáért és a lányáért! Egy boldogabb jövőért..az álmaiért! Nem teheti le a lantot, mert még célja van! S erre is te tanítottál meg mama!



Mama! Boldog és hálás vagyok, hogy a jó Isten a te kezébe pottyantott!  
Segítségem onnan fentről! Segítségem, hogy nehézsorsú de büszkén vállalt  
porszemnyi lételem harcát továbbra is erővel vívjam. Hiányzol ma, tegnap  
és mindörökké! Ugye tudod, hogy a szívemben laksz! Szeretlek. ❤️



## Pálfi Tiborné: Levél Nevelő Anyámnak

Szia Mama!

Hosszú ideje már, hogy nem vagy velem...de mintha tegnap lett volna, úgy emlékszem...

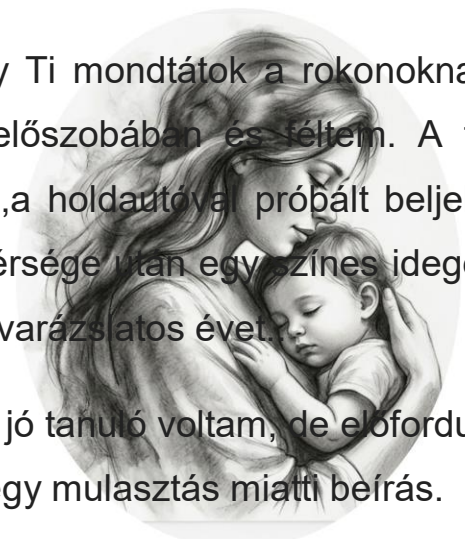
Igen,jöttél hozzám azután is, hogy tisztességesen felneveltél... botod a kezekben,fejeden selyemkendővel, s egy nagy szatyor mindig dolgos kezekben...sosem jöttél üres kézzel.. úgy léptél be hozzánk..

Milyen boldog voltam, mikor tudtam, hogy jössz..Újra kislánynak éreztem magamat, bár már két apróság csetlett-botlott körülöttem! Pedig már azóta sok víz lefolyt a Dunán..Mikor nyiladozott az értelmem, elmesélted, hogy kerültem hozzátok:

Annak idején mint bányászfeleség neveltél két szép gyermeked és mikor ők már felnőttek,úgy gondoltad, hogy nevelőszülőként egy kicsit veszel oltamadba. Ez a szerencsés, kiválasztott én voltam. Még nem voltam 3 éves se...beszélni is alig tudtam, és a szobatisztaságtól is távol álltam.

Ma sem tudom, hogy saját emlék-e vagy Ti mondtátok a rokonoknak, hogy mennyire megilletődve álltam az előszobában és féltem. A fiú unokád kinek az ölébe pottyant egy húgi,a holdautóval próbált beljebb csalogatni.. A csecsemő otthon tiszta fehérsége után egy színes idegen világba kerültem. S itt töltöttem el még 16 varázslatos évet.

Emlékszel? Az általános iskolában mindig jó tanuló voltam, de előfordult, hogy becsúszott egy rosszabb jegy vagy egy mulasztás miatti beírás.



Elbújtam a kerti mellékhelyiségben, s te tudtad, hogy valami történt. A testi fenyítést még hírből se ismertem, de lelkipurdalásom volt. Még te vigasztaltál: máskor jobb lesz, ne sírj!

Amikor kivették a mandulámat, hogy ne féljek kaptam tőled a bátorító néger babát...mennyi ruhácskát varrtam neki később csillogó anyagokból...és mond Mama, arra emlékszel mikor kamaszkoromban foglalkoztatott a halál kérdése esténként mennyit beszélgettünk és mondtam, hogy te sose hallhatsz meg mert akkor mi lesz velem?

Mennyi-mennyi emlék, köszönöm Mama! Köszönöm azt a szellemi örökséget amit nekem adtál és a végtelen szeretetedet. meghálálni csak úgy tudom, ha továbbviszem és továbbadom.

Mama! Várom, hogy újra betoppanj mint rég...mennyire örültek a gyermekeim, a te unokáid az általad hozott első pár szem májusi cseresznyének, vagy finom befőttednek melynek ízét azóta se lelem...

Mama! Szeretnék átölelni mint rég és hozzád bújni, mint egykoron kislánykoromban! Habár felnőttem, még mindig annak a kislánynak érzem sokszor magam, elég ha rád gondolok.

Mama! Hiányzol! Tudom, hogy onnan fentről is óvod minden léptemet, védően átölel oltalmazó karod. Remélem, találkozunk egyszer és örökre együtt maradunk.

Szeretlek Mama! nevelt lányod: Marcsi



## Koncz Gréta Fanni: „Anyá! Köszönöm!”

Május első vasárnapja.

A legszebb ajándékot vajon melyik anyuka kapja?

Kap esetleg egy szép rajzot?

Ahol véletlen anya is kapott egy bajsztot.

„Anyá”. Egy rövid szó,

Mégis oly megnyugtató.

Emlékszel mikor először besétáltál a bölcsibe?

Anyukád meg csak nézte, hogy ballag be az ő csibéje.

9 hónapig hordott a hasában,

s te óvodás korodig aludtál vele az ágyában.

Gyönyörködött benned éjjel-nappal,

harcolt, hogy hozzád ne érjenek piszkos manccsal.

Amikor érkeztek az első mérföldkövek,

akkor döbrent rá, hogy: „Milyen gyorsan nő ez a gyerek!”

Egyik nap vigyázott rád a mama,

és te kimondtad az első szavad: „Anyá”.



Elérkezett az óvodai ballagás,  
és vele az elég ijesztően hangzó, intézményváltás.  
Mások úgy hívják, hogy sulikezdés,  
de az ő szemében életmentő logisztika és idegrendszer-edzés.

Minden délután játszótér,  
na meg a „nagy feladat”:  
„Kész a házi feladat”?

Éjjelente, ha fáj a fogad, ott volt veled,  
de akkor is, amikor a székről leesve beverted a fejed.  
Ott volt veled mikor lázas voltál,  
s mikor a lázmérő csipogására vártál.

A Piroska és a farkast mindig lázasan hallgattad,  
és annyira jól tudtad, hogy a sorok végét kívülről fújta.  
Megtanított sütni,- főzni,  
majd a Tanár Úrnak hivatalos levelet írni.



Olyan is volt, hogy sírtál neki, hogy a fodrász elrontotta a hajodat,  
errecelluxszal próbálta meg megoldani a gondodat.

Fontosnak tartom megemlíteni, hogy anya is ember,

és nem mindig megy neki a koordináta rendszer.

Pár év múlva ő lesz az, akinek segítenünk kell,  
s nem lesz többé top-modell.

Örömmel fogja kezében majd az unokákat,  
s már 3 éves korukban választja nekik az iskolákat.

Attól félek, elkezd majd kötögetni,  
és mindenféle kacatot kezd majd gyűjtögetni.

Remélem, sokáig hallhatom tőle, hogy „Ki nem mosogatott el?”  
és, hogy reggel az ő hangjára kelhetek fel.

Anyák napja alkalmából anyával kell még valamit közölnöm:

„Anyá! Köszönöm! „



## Ledniczky Miklós Jánosné: Édesanyák köszöntése

Minden édesanyát köszöntünk ma szépen,  
Kiknek szeretete végigkíséri életünket.  
Ott vagytok velünk a bajban és a fényben,  
Jóságotok felér az égig egészen.

Köszönjük a féltést, a sok éber órát,  
Amit értünk adtatok, mikor betegek voltunk.  
Köszönjük a mesét, a kedves, sok jószót,  
S hogy mindig tudtátok, mikor van gondunk.

Ti tanítottatok meg az első szóra,  
Ti fogtátok kezünk, mikor elindultunk.  
Emlékeztek minden percre és az órára,  
Mikor az életben először valamit megtanultunk.

Nem vártok cserébe semmit a jóságért,  
Csak azt, hogy lássátok: boldogok vagyunk.  
Hálával tartozunk minden áldozatért,  
Mit értünk hoztatok, s miért itt vagyunk.



Legyen ez a nap ma a ti szép ünnepetek,  
Pihenjen meg ma a fáradt, dolgozó kezetek.  
Érezzétek ma, mennyire szeretünk titeket,  
S hogy minden mozdulatotok nekünk érték.

Nem kellenek ide már a hosszú szavak,  
Hiszen a szemünkben ott van a hála.  
Mint tiszta vízű, csobogó, mély patak,  
Úgy árad felétek szívünk leghőbb imája.

Mert édesanyának lenni a legnagyobb dolog,  
Szakadatlan adni, remélni és várni.  
Látni, ahogy a gyermek lassan felnő és boldog,  
S mellette egy életen át őszintén állni.

Kívánjuk, hogy arcotok mindig mosolyogjon,  
S a bánat messzire kerülje házatok,  
A jó Isten titeket mindennap megáldjon,  
S legyen nagyon boldog az anyák napotok.



## Ledniczky Miklós Jánosné: Édesanyám szíve bennem él

Anyám keze lágyan őrzött, mint egy halk imádság,  
Szívében a szeretet volt mindennap a legszebb igazság.  
Szavak nélkül is értett, mindig tudta, mire vágyom,  
Ő volt mindig a biztonságom ezen a nagy világon.

Soha nem panaszkodott, csendben tűrte sorsát,  
Mosolyába rejtette fájdalma minden morzsáját.  
Nem mondta, hogy fáradt, nem kérte jutalmát,  
Csak adta önmagából a végtelen szeretet áradását.

Ha elestem, felemelt, és új erőt adott,  
Ha félttem, karjaiban minden baj elhagyott.  
Nekem támaszom volt minden körülmény között,  
Mint biztos fény vezetett át sötét felhők fölött.

Nem volt olyan vihar, mely őt megtörhette volna már,  
Szeretete erősebb, kitartóbb volt minden fájdalomnál.  
Bármilyen nehézség jött az egész életem útján,  
Ő ott áll mellettem, hittel és mosollyal vigyázott rám.



Édesanya csak egy van, ezt jól jegyezzétek meg,  
Nincs más, ki így szeret, ilyen tiszta, őszinte szívvel.  
Ő az élet legdrágább, legfényesebb kincse,  
Ki értünk él mindig, szeretete megmarad örökre.

Becsüljük meg őt, amíg velünk lehet még,  
Mondjuk ki naponta: köszönjük a szeretetét.  
Mert egész életében értünk dobban szíve,  
S szeretete örökké bennünk él — mindörökre.



## Ledniczky Miklós Jánosné: Az édesanyai szeretet dala

Altatódal száll az éjben,  
csillag fénylik két kezében,  
lágy szava mint szél ölel,  
benned él és átölel.  
Ő az, ki téged legjobban szeret,  
a te édesanyád!  
Szíve érted dobban, érted nevet,  
a te édesanyád!

Ha bánat ül a válladon,  
ő letörli csendben, halkán,  
egy mosollyal új nap kél neked,  
minden könnycseppet elfelejtheted.  
Ő az, ki téged legjobban szeret,  
a te édesanyád!  
Szíve érted dobban, érted nevet,  
a te édesanyád!

Kicsi kéz volt egykor nálad,



ő tanította neked a világot,  
most is őrzi minden léptedet,  
csendben fogja két kezed.  
Ő az, ki téged legjobban szeret,  
a te édesanyád!  
Szíve érted dobban, érted nevet,  
a te édesanyád!



## Ledniczky Miklós Jánosné: Anyák és nagymamák köszöntése

Anyák és nagymamák, csendes csillagfények,  
kik utat mutattok unokáknak és gyermekeknek.  
Két kezetek őket mindig óvón átkarolja,  
szívetek melege minden bajukat elsodorja.

Édesanya szava: halk, mégis erős,  
benne él a remény, a hit és a jövő.  
Nagymama meséje múltból reményteli jövőt fon,  
emlékek selymével betakar, ha bármi fáj nagyon.

Ti vagytok a gyökér, s lomb is az égen,  
életünk fájában a hatalmas erő és béke.  
Nélkületek üres lenne minden dal,  
csendben hullna szét minden pillanat.

De nem elég várni ünnepnapokra,  
nem elég szeretni csak szavakkal.  
Mutassuk meg most, míg itt vagytok velünk,  
hogy minden veletek töltött percért hálás a szívünk.



Egy ölelés többet mond ezer szónál,  
egy kedves tekintet csodát is formál.  
Ne hagyjuk, hogy a hála későn érjen el,  
mert ami kimondatlan, az már nem ölel.

Anyák és nagymamák, fény az utunkon,  
köszönjük, hogy értünk dobban a szív otthon.  
S míg itt vagytok, mondjuk: szeretünk titeket nagyon,  
mert ez a legszebb szó, legnagyobb ajándék ajkunkon.



## Ledniczky Miklós Jánosné: Ahol mindig hazatalálok

Anyám szava halk esti fény, mely átöleli lelkemet,  
mint gyertyaláng a sötétben, ha félek és eltévedek,  
szemeiben csendes tenger, benne minden válasz él,  
s ha kérdezném a világot, ő felel helyette nekem még.

Két keze puha menedék, ahol minden gond megpihen,  
fáradt napok súlyos terhét elengedi csendesen,  
egy érintés, és már érzem: nincs magány és nincs hideg,  
mert az ő szeretetében mindig hazatalál az én szívem.

Mosolya, mint napfény reggel, mely lassan ébresztget,  
az álmaim szunnyadó fényét is új reménnyel tölti meg,  
minden apró mozdulatban ott rejtőzik gondosan,  
egy egész világnyi jószág, amit ő ad minden nap.

Szavai bölcs, halk dallamok mindig időben érkeznek,  
évek csendes tanítását őrzik mélyen bennem meg,  
mint régi dal, mit ha hallok, újra gyermek lehetek,  
s minden félelmem elszáll, mert ő mindig itt van velem.



Ha néha messze sodor az élet zajló tengere,  
s idegen partokra vet a sors szeszélyes szele,  
szívem akkor is visszatalál ahhoz a biztos helyhez,  
hol ő vár rám csendesen, és karjában újra élhetek.

Anyám, ma minden rólad szól, minden szó és gondolat,  
hálám halk és végtelen, mint az fenséges égbolt odafenn,  
bár nem tudom elmondani mindazt, amit a szívem érez,  
egyet súgok csendesen: szeretlek – mindenen felül az életben.



## Ledniczky Miklós Jánosné: Édesanyám emlékére

Sosem hallottam tőled panaszt, sem nehéz szót,  
Válladon hordoztál minden földi nehézséget, és jót.  
Ha vihar tombolt kint, te voltál számunkra a béke,  
Életünknek te voltál a legnagyobb értéke.

Fáradni nem tudtál, s bár az idő szaladt,  
Lelkedben a jóság örök forrás maradt.  
Értünk keltél fel, ha még sötét volt az ég,  
S kezed lágy érintése bennem él ma is, mint rég.

Te voltál a kőszikla, a biztos menedék,  
Mikor a világ súlya ránk borult feketén.  
Támaszunk voltál te, bármi ért is minket,  
Te gyógyítottad halkán minden sebünket.

Mert édesanya csak egy volt ezen a világon,  
Mint kincset érő virág a legszebb ágon.  
Nem volt nálad igazabb, ki úgy szeretett volna,  
Hogy önmagát adta, s nem kért érte semmit soha.



Megbecsültem lényed, amíg itt voltál velem,  
Most is őrzöm emlékeimben dolgos, áldott, két kezed.  
Minden perc ajándék volt, mit veled tölthettem,  
Szeretetedből még máig is naponta új erőt meríttek.

Köszönöm, anyám, hogy itt voltál nekem,  
Hogy te vigyáztad minden léptem, életem.  
Isten áldása kísérfen téged az égi úton végig,  
Szeretetem és imám szálljon utánad az éfíg.



## Perlik-Dabóczi Márti: Hol vagy, anya?

Jött a sárkány, megijedtem!

Itt vagyok.

Bánat borítja a lelkem.

Itt vagyok.

Nézd csak, mekkorára nőttem!

Itt vagyok.

Legszebb kavics neked, tőlem.

Itt vagyok.

Elrontottam, nem megy semmi!

Itt vagyok.

Elfáradtam, hagyj csak lenni.

Itt vagyok.

Nem értem, de úgy sajnálom!

Itt vagyok.

Hidd el, nem direkt csinálom!

Itt vagyok.

Csúfoltak, fáj, nem bírom el.

Itt vagyok.

Kérlek, kicsit csendben ölelj.

Itt vagyok.

Nem látom, hol van a határ!

Itt vagyok.

Túlmentem, és most nagyon fáj.

Itt vagyok.

Szétestem, nem értem magamat.

Itt vagyok.

Anya, kérlek,

tartsd erősen a falakat!



Itt vagyok. Tartalak.

## Perlik-Dabóczy Márti: Kívánságlista

- \* magányos pisilés, csukott ajtó védjen
- \* meleg kávé/tea, igen, mézzel kérem
- \* saját tányér késsel, nem is kell rá minta
- \* egy jó könyv és egy szék, vagy netalán hinta
- \* magasnyakú póló, se gomb, se dekoltázs
- \* jó, hogy itt vagy, tényleg, de most ne szólj és ne is láss
- \* tanácsmentes közlekedés, egy kis mosoly jöhet
- \* írásbeli elismerés, ebből jó pár köteg
- \* REM-fázisok mélyalvással, akár 8-10 óra
- \* megélni a kisbabakort, nem csak zombi módra
- \* logisztikát meghaladó társalgásból húszperces
- \* a fogad mosd meg magadtól, ne, engem most ne kergess
- \* hivatalos okirat, hogy nem szúrtam el végleg
- \* holnaptól ne kiabáljak, na de most már tényleg
- \* rongyik nélkül útra kelni, könnyű ridiküllel
- \* meghallgatni egymást végre, nyitott szívvel-füllel
- \* csodálni csak csendben, hogy mire vagytok képesek
- \* kiszaladni a világból, csak hogy visszatérhessek



## Németh - Varga Klaudia: Mamának!

Drága mama, mit is mondjak,  
könnyem csordul minden sorra.  
Mivel itt van „Anyák napja!” ,  
boldogan emlékszem rád újra.

Drága mama, távol vagy tőlem,  
de szavaid őrzöm csendben.  
Kezed nyomát ma is érzem,  
mintha vállaimat fognád éppen.

Drága mama, tanítottál jóra, szépre,  
hogy az élet nehéz, de ne féljek tőle.  
Ha sírtam te mindig ott voltál,  
egy mosollyal mindent megoldottál.

Drága mama, ha volt is vitánk,  
akkor is a szeretet volt a jó irány.  
Együtt sírtunk és nevettünk,  
egymásban mindig erőt leltünk.

Drága mama, már csak emlék vagy,  
de bennem élsz s velem maradsz.  
Hiányod fáj, nem múlik el,  
szívemben örökre itt leszel.



## Németh - Varga Klaudia: Anyának!

Anyák napja szép napunk,  
mi most neked verset mondunk.  
Kicsi szívünk érted dobban,  
velünk vagy minden hangban.

Ha nevetünk velünk nevetsz,  
ha sírunk is megölelgetsz.  
Kezedben ott a kis kezünk,  
így együtt boldogok leszünk.

Most csak annyit mondunk el:  
Anyá SZERETÜNK! Hidd el!  
Nagy ölelés, puszi jár.  
Ez a nap a tiéd már.



## Németh - Varga Klaudia: ANYÁK NAPJA

Anyukám ma köszöntelek.

Nyugodt szívvel megölellek.

Átölelsz S csend lesz bennem.

Két karodban minden rendben.

Napsugár vagy minden percben.

Arcodon is jókedv csendben.

Puhaszavakkal vigasztalsz engem.

Jóságodért hálás a lelkem.

Ajándékul fogadd el kicsike szívem.



## Vajai Alíz Anna: Anya

Fontos személy egy gyermek életében,  
főleg a kezdetekben.

Fogja a kezdetet,  
biztonságos úton vezet.

Elmondhatod neki titkaid,  
jövőbeli terveid.

Szép álmaid,  
kósza gondolataid.

Közös programok,  
együtt átélt pillanatok.  
Ezekből lesznek az emlékek,  
történetek születnek.

Sütisütés a konyhában,  
vásárlás a boltokban.  
Közös filmezés a nappaliban,  
sok apró öröm minden napban.

A szülői szeretet erős,  
minden anyuka egy hős.  
Gyerekeket nevelnek,  
dolgoznak, házimunkát végeznek.

Csekélységet várnak cserébe,  
nem telik csak egy másodpercben.  
Egy ölelés, néhány kedves szó,  
a szeretet kimutatása mindenkinek jó.



## Kulcsár Péter: Anyának levél ABC sorrendben

Anyus  
Álmodom, a  
Borúd elsuhan,  
Céljaid  
Csodásak,  
Diadalittasan  
Dzsekidben  
Epekedsz, hogy  
Élvezed  
Félelem nélkül az életed,  
Gondokat kipipálva,  
Gyötredelmet  
Hátrahagyva,  
Irgalmat kívánva, még az  
Í betűre nem tetted fel a pontot,  
Jóságod miatt  
Kegyelmet kaptál, a  
Lehetetlent legyőzted  
Lyukakat betömted, a  
Múlton  
Nem rágódsz  
Nyugodt vagy,  
Oltalmazásod  
Ópiumként hat,  
Ölelésed az  
Őrlődést  
Partra veti a



Riadalmat  
Sutba teszi,  
Szíved  
Tágas,  
Tyű mekkora  
Utat tettél meg  
Úsztál az árban, de  
Üdvözült lettél,  
Úzöd a  
Vágyakat a  
Wurlitzert már ki  
X-elted  
Y  
Z  
Zsibongását elkerülted.



## Harza Anikó: Édesanyámnak

Mit is mondhatnék?

Mit is írhatnék?

Szavakba önteni nem tudom,  
leírni képtelenség.

Vannak szavak  
e szép magyar nyelvben,  
de ez az érzés,  
túlmutat a mindenségen.

Gondolatok, érzések  
mit kifejezni nem lehet,  
tán egy szóval mégis;  
ez maga a SZERETET.



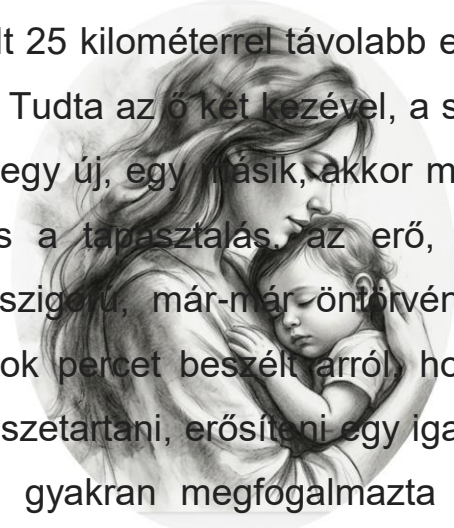
## Prágai Gizella : Megkésett köszönet

### Nagymamának

Egy kis dombon álló, fehérre meszelt, paraszti tanyáról indult 1899. november végén lassan, de biztosan lépegetve. Az egyik legnagyobb édesanya, nagymama vált belőle. Azzá vált, amiről álmódott, amiben hitt, amivé sok-sok küzdelmes éven át önmagát megvalósította. A tanya a kis dombról körkörös szét lehetett látni, ezáltal jobban kinyílt számára a világ. Így minden nagyobb hangsúlyt kapott, mindent tisztábban látott, ezáltal nőtt fogékonysága, találékonsága. A tanya összefüggéseiben láttatta vele a környezeti hatásokat, az őt körülölelő világot. Ezáltal élesebben látta az élet szépségeit, de buktatóit, akadályait is. Óvatossá, mégis magabiztossá nevelte a tanyasi családi fészek.

Ő volt az én csillogó, őzike szemű, bársonyos hangú anyai nagymamám!

Édesanyjától megtanulta a varrás, a főzés, a házimunka összes rejtelmét. Édesapjától a gazdálkodás szakszerűségét, pontosságát, a növények, az állatok, a virágok szeretetét, tiszteletét. Így amikor fiatalasszonyként a férje családjához került 25 kilométerrel távolabb egy kis faluba már nem lepődött meg semmin. Tudta az ő két kezével, a sok tapasztalással megfelelően helyt tud állni egy új, egy másik, akkor még számára idegen családban is. Kellott is a tapasztalás, az erő, az összeszedettség mert anyósa kemény, szigorú, már-már öntörvényű személynek bizonyult. Aki naponta sok-sok percet beszélt arról, hogy milyen legyen az ő menyé, hogyan kell összetartani, erősíteni egy igazi, nagy családot. A többi gyermekének is gyakran megfogalmazta az elvárásait, olykor kritikáit is. Igazi kemény, markáns, öntudatos, célratörő asszony volt.



Mivel nagymama aki a keresztségben a Viktória nevet kapta felkészülten, edzetten került ebbe a családba, nem lepődött meg anyósa kemény jellemén. Ő tudta, szorgalmasan dolgoznia kell, becsülettel elvégezni a munkát. Lévén az házimunka, kerti munka, mindig gyorsan, ügyesen lelkiismeretesen végezte napról napra a feladatait. Titokban küzdött azért, hogy elfogadja anyósa.

Ez Viktóriának azért is volt fontos mert az apósa, egy joviális, nyugodt idős ember volt, aki már a kezdetektől elfogadta őt, a legkisebb fiának feleségét. Sőt olykor meg is dicsérte főztjét, vagy egyéb, elvégzett munkáit. Természetes volt, hogy anyósa elismerését is várta. Ebben segített neki férje is, aki megfelelő humorral, iróniával, kezelte édesanyja habitusát. Amennyire lehetett feleségének mindig igyekezett biztosítani a meghitt, békés családi háttérét.

Vicuska nem feledkezett meg testvéreiről, szüleiről sem. A távolság ellenére jó viszonyt ápoltak. Gyakran mentek, haza gyalog, úgymond toronyiránt a szeretett kis tanyára, hogy lássa övéit. Hozták vitték a disznóvágási kóstolót, vagy egyéb alkalmakkor a finom ünnepi étkeket, süteményeket. Ezek a látogatások mindig varázsos ünnepnapok voltak a számára. Az édesanyján kívül erős kapocs kötötte testvéreihez is, főleg húgához Erzsébethez. Sajnos később csak ketten maradtak egymásnak, hiszen szüleik halála után 1945-ben a két fiútestvér szinte egymás után lett a II. világháború áldozata. Erzsébettel és később annak családjával életük végéig példás, megbonthatatlan testvéri szeretet fűzte össze őket. Számomra maga a csoda volt a két nővér és általuk a két család ragaszkodása, szívjósággal párosult lojalitása, kitartása, hűsége egymáshoz. Máig előttem vannak a ragyogó mosolyok, a kellemes attitűdök, a túláradó, mindent legyőző, egymás iránt érzett, önfeledt szeretet: a két nővér találkozásainak varázsos pillanatai.



Nagymamának - miután sorban megszülettek gyermekei - egyre több teendője lett. Ő azonban fáradhatatlannak, mindig lelkesnek, jókedvűnek bizonyult mindenféle élethelyzetben. A gyermekei a három kislány és egy kisiú szófogadó, türelmes kis emberpalánták voltak. Viktória akkor sem adta fel hitét, vitalitását, mikor kiderült a középső kislányról, hogy egy súlyos agyhártyagyulladásból kifolyólag maradandó szellemi károsodást szenvedett. Az orvosok rá akarták beszélni a szülőket, hogy adja intézetbe mert szerintük 10 -12 évnél tovább úgysem fog élni. Gyakorlatilag lemondtak róla. Ő azonban férjével együtt hallani sem akart arról, hogy vérüket, szeretett kislányukat intézetbe adják. Hittek a gyógyulásában, hittek abban hogy a kislány fejlődésének a család, a szerető, támogató környezet mindennél többet jelent.

Ez így is lett. Viktória ki nem fogyó szeretettel, türelemmel nevelte minden gyermekét. A testvérek is tudták, megtanulták, hogy kistestvérük kicsit más, mint a többi gyermek, ezért ők is - a szülők iránymutatása mellett - mindig szeretettel, sok figyelemmel vették őt körül. Mindennek meg is lett az eredménye. Ha nem is vált teljes értékű felnőtté, de a családnak mindenképpen hasznos, értékes tagja lett.

A kislányt csodálatos módon a nagymama Viktória anyósa is elfogadta, megkülönböztetett figyelemmel szerette. Később Viktória is elérte nála célját szorgalmával, kedvességével, következetességével. Néhány kemény év után az anyósa akceptálta őt, sőt még büszke is volt menyére.

Az elfogadó, szerető, gondoskodó környezetnek köszönhetően a beteg kislány is egyre jobban erősödött.

Már 14-16 évesen sokat segített édesanyjának. Mosogatás, törölgetés, sepregetés, borsó, bab kifejtés, s más könnyű házi munkák nem fogtak ki rajta. Lélekben azonban kisgyermek maradt, olyan kisgyermek aki 66



éves koráig, azaz élete végéig érezhette a család kitüntető szeretetét, melegét, gondoskodását.

1936-ban egy megrendítő, tragikus esemény következett be Vicuska férjének családjában. Sajnos veseelégtelenségben elhunyt sógornője, azaz férjének egyik nővére. Négy gyermek maradt ekkor félárván.

Vicuska, mint a család lelke, motorja, most is a legtalpraesettebb, a legcéltudatosabb volt mindenki közül.

Folyamatosan segítette, figyelemmel kísérte az árvák életét is. Ha kellett kenyeret sütött a sógora családjának, ha kellett ruhákat varrt a gyerekeknek. Olykor, ha betegek voltak ő ápolta elhunyt sógornője gyermekeit. Mikor a félárva lányok férjhez mentek ő ugyanúgy, mint a sajátjainak is, megvarrta a stafírungra kerülő ágyneműt, párnákat, paplanokat, huzatokat, vásznakot, egyéb lakástextilt. Méghozzá szinte művészi precizitással, hozzáértéssel, tetszetős kivitelezésben. A családtagok és leszármazottaik még a mai napig emlegetik nagymamám ügyes kezét, nagylelkűségét, kedvességét.

Egész életében mindenkihez nagyon figyelmes, türelmes volt. Készséggel segített amivel csak tudott, ha szükség volt rá. Amikor megszülettünk mi, az unokái ő volt a legodaadóbb, a legcsodálatosabb nagymama. Bármikor ott termett, ha szükség volt gondoskodására, figyelmére. Budapestre is elutazott, ha oda irányították nagymamai ösztönei, a szeretet fényszálai.

A szabás-varrás tudományára ő tanított meg engem. Látta tapasztalta, hogy engem érdekel amit csinál.

Gyakran önfeledten szemléltem ugyanis ő hogyan varr, hogyan működik a varrógép. Úgy hatodik osztályos lehettem, mikor érkezettnek látta a pillanatot. Leültetett a gép elé, s türelmesen okosan elmagyarázta, hogyan működik. S én imádtam őt hallgatni. Szerettem a hangját, szerettem ahogyan beszél. Olyan selymes, bársonyos, simogató



zsongása volt a hangjának. Azóta sem talákoztam hasonlóval. Mint ahogyan egész lénye különleges, páratlan volt.

Talán virágoskertje balanszos idillje hasonlított legjobban személyiségéhez. A látvány, a virágok változatossága, színük, illatuk harmóniája, mintha nagymama aurája, energiái lennének. A kertje mindig megigézett, magával ragadt, idővel mélyen a lelkembe ivódott. Az agysejtjeim máig őrzik azt az illatot, azt a kerti miliőt, amit csodaként éltem meg, s élek meg ma is, ha rágondolok. Olykor egy-egy virágillat emlékezteti agysejtjeimet az egykori színes illatcsodákra. Akkor ezek rögtön múltidéző, szívet melengető nagymamis pillanatokká válnak.

Alkalomadtán - főleg, ha ő ráért - mindig gyakoroltunk a varrógéppel, fejleszteni akarta tudásomat. Látva igyekezetemet, szorgalmamat ilyenkor boldog elégedettség, majd később kis büszkeség ült ki arcára.

Olykor nagyobb, máskor kisebb léptékkal haladtunk tovább a varrni tudás hívogató, de csalafinta útjain.

Mire kimaradtam nyolcadikból, már önállóan tudtam magamnak szoknyát varrni, amit aztán én is nagy büszkeséggel viseltem. Hiszen ő, az én nagymamám tanította meg nekem az alapokat, majd a szabás-varrás fura fortélyait.

Amikor a dédunokái születtek, cseperedtek róluk sem feledkezett meg. Már idősen, olykor reszkető kezekkel, de gyakran vitte a kis dédikéinek az általa elkészített finom falatokat. Senki nem tudott olyan ízletesen főzni, mint ő. Ha szegényes is volt gyakran a kamrában, a spáizban a raktárkészlet, ő akkor is ellenállhatatlan ízeket varázsolt az asztalra.

Az biztos, hogy olyan finom húslevest, amelyet ő készített azóta sem ettem. Sem az édesanyám, sem a másik nagymamám nem tudta azokat az ízeket előállítani, amit ő. Én sem.



Nagymama! Az Édesanyák napja apropóján a betűk, az írás által megpróbáltam fókuszba helyezni, megvilágítani lényedet, csodálatos jellemedet, egyéniségedet. Tudva, hogy a betűk hűek lesznek önmagukhoz, - ahogyan te is hű voltál önmagadhoz egész életedben, - s valóságúen tükrözik majd, hirdetik generációról generációra a te nagyszerűségedet, kivételes érzékenységű személyiségedet. Hogy tudja meg az egész világ, hogy te voltál nekünk az odaadó, a hűséges, a legjobb, a legnagyobb nagymama, a mi nagymamánk!

Drága Viktória nagymama! Most, hogy ezeket a sorokat papírra vetem itt pereg előttem az életed. Nem tudom akkor megköszönte-e neked valaki a sok empátiát, türelmet, igyekezetet, amit te mások felé tanúsítottál. Gyanítom, hogy nem. Én itt most utólag megkövetlek, s ezzel az emlékező írással, csordultig teli érzékenységgel köszönöm meg neked. Isten áldja, vigyázza emlékedet.



## Bonnie Marcelé: Édesanyám ölelése

Édesanyám, azon a tavaszi hajnalon  
Tudom sokat szenvedtél szülőágyadon.  
Azt gondoltad csak a kedvenced az oka, a mákoskalács,  
Attól nem akar elmúlni az a fránya hascsikarás.

Édesanyám, azon a tavaszi hajnalon  
Köszönöm, hogy erős voltál, gondoltad: Vállalom.  
Hogy értem azóta is oly sokat tettél,  
Hitben, szeretetben hűségre neveltél.

Édesanyám, emlékszel? Azon a szeptemberi este  
Mikor már nem állt jól a ceruza kezemben,  
Te akkor sem hagytad, hogy feladjam,  
A helyesírást inkább velem gyakoroltad.

Édesanyám, esténként a kád szélén ülve  
Hallgattad történeteim elmerülve.  
Pedig már akkor annyira fáradt voltál,  
Nem sok kellett hozzá, majdnem elaludtál.

Édesanyám köszönöm a türelmedet,  
Mikor rossz napom van, dühöm magam alá temetem.  
Te akkor is csendben hallgatsz végig,  
Hiszed, nincs probléma mi felérhet az égit.

Édesanyám, csak egy öleléseid  
Elég, hogy magamban mindent gyógyulni véljek.



Nem számít már, hogy milyen rossz mi velem történt,  
Szereteted kisimítja a legvadabb örvényt.

Édesanyám, köszönöm, hogy életedet  
Rám áldoztad, s a féltő szeretetet,  
Mitől én lehettem, mint gyermek a legboldogabb,  
S így lehettem a Földön minden ember között a leggazdagabb.

(2026.)



## Sajbán-Fröhner Alexandra: Mindig volt valaki. Mindig van valaki.

(A szeretet, amit igazán adunk és kapunk, soha nem múlik el. Örökké él.)

Húszéves volt, amikor **ANYA** lett. Nem azért, mert így tervezte, hanem mert akkoriban az élet nem kérdezett, csak rendezett. Szép volt, fiatal volt, két gyerekkel, egy férjjel, aki a saját démonjaival küzdött és egy világgal, ami nem volt kíméletes hozzá.

Sem vele, sem senkivel akkoriban.

Harmincéves korára már ő vitte a hátán a családot.

Dolgozott, mindig dolgozott.

A kertben, a konyhában, a házban, a csirkeólbán, a pincétől a padlásig. Nappal hajolt a földön, gyomlált, szüretelt, éjjel főzött, mosott. Nem számított, ha leesett a fáról, ha megsérült, ha fájt valamije. Az számított, hogy másnap is legyen étel az asztalon és biztonságot teremtsen a családjának.

Dolgozott, mindig dolgozott.

Abból lett a ház, a tető, a mosógép, a tévé. Abból lett minden.

Közben **ANYA** is volt, anyukámnak **ANYA**, nekem **MAMA**. Nevelte és szeretettel vette körül gyermekeit, de volt, hogy a lélek mélyebb dolgaira már nem jutott ereje.

De jutott neki egy angyal, az **ANYÓSA**, aki anyja helyett anyja volt, aki szerette, támogatta. Anyunak **MAMA**. Adott az unokáinak, őszinte



figyelmet, megértő hallgatást, bátorító szavakat, halk tanácsot. Amikor a nagymamám dolgozott, ő tartotta anyukámban a lelket. A hitet. Az életet. Ő volt az a fajta szeretet, ami nem hangos, csak ott van, és nem enged el.

**MAMA**, az én **MAMÁM**... péntekenként jött értem piskótatekerccsel a kezében és én addig maszatoltam, míg szaladni kellett a vonat után. Igen, mi folyton a vonat után szaladtunk és közben tele torokkal kacagtunk. **MAMA** mellett lehetett nevetni, mellette világ egyszerűbbnek tűnt. Óvott, féltett, büszke volt rám és mindennél jobban szeretett engem. Ismerte az egész falu, így aztán engem is... „Igen, Ő az Ica kisunokája! Milyen szép kislány!”

Az **MAMA** háza volt az én boldogságom, a békém. Oda térek vissza az álmaimban is, ott találok megnyugvást.

És ott volt az én **DÉDIM** is. Kicsi, törékeny, otthonkában, fejkendővel, kötényben, hófehér, szálló hajjal, ráncos, vékony kezekkel, görbéske háttal. Szeretett kártyázni, mindig szerencsét hoztam neki. Én hoztam a szerencsét! Az Ő Jézuskája, pedig elemes ugráló nyuszt, aminek még a nózija is mozgott, és azt mondta Nyussz-nyussz. De boldogan csókolnám és ölelném magamhoz drága törékeny kezét **DÉDI** a béke szigete, szeretett mindenkit, összefogott mindenkit, csendben, szavak nélkül.

Aztán lett egy másik **ANYA**. Az én **ANYUKÁM**.

Ő is húszéves volt, amikor megszülettem.

Apám elhagyott minket, **MI** pedig egymást tartottuk **ANYUVAL** életben. Szegények voltunk, mégis nekem mindenem megvolt. **ANYUNAK** alig jutott. Mégis az övé volt sok kincs, a hit, a remény, a kitartás és a



türelem, amit kapott Anyukájától és Mamájától, és egy hatalmas, mindent elsöprő szeretet, amit irántam érzett.

Erősebb volt, mint bárki, akit valaha is ismertem. Hallottam éjszakánként sírni, láttam reggel a piros, kisírt szemét. **ANYU** mégis ment tovább. Nem magáért, **ÉRTEM, ÉRTÜNK**. Sosem adta fel.

Így voltunk mi ketten, **ANYU és ÉN**. Így voltunk mi négyen is, **ANYU, MAMA, DÉDI és ÉN**.

Volt **NEKÜNK** egy **IDEGEN ANGYALUNK** is. Mariska néni. A néni a szomszédból, aki iskola után várt otthon, adott enni, inni, vigyázott rám. Kitartóan számolta mennyit tudok a labdával pattogatni és örömmel biztatott, hogy fent tudom a derekamon tartani a hullahopp karikát. Mariska néni, vigyázott **RÁNK**, vigasztalta és segítette Édesanyám, mikor elveszett volt és Mamáék a távolság miatt nem tudtak velünk lenni.

Esténként együtt vártuk haza **ANYUT**. Amikor megérkezett, arcán fáradtság, de szívvel teli mosoly volt. Megölelt, megcirógatta az arcom, megszeretgetett, kikérdezte a leckét, néha le is szidott, ha lusta voltam. Mesét mondott, meghallgatott, biztatott és mindig megvédett. **ANYA, aki mindig nekem a legtökéletesebb.**

Húsz négyzetméteres lakásban éltünk, elég rossz környéken, de amikor bebújtam mellé este az ágyba, minden gondom és félelmem elillant. Az illata, az ölelése, a meleg és puha keze, a csend, az a tűvös erő – ez volt a biztonság. Ma is az.



Most is ugyanaz az erő van benne. Hatvanhárom éves, igazi nagybetűs **NŐ**, aki után még mindig megfordulnak az utcán. Okos, bölcs, és képes újra és újra megújulni. Csodás, érzelmes, halhatatlan **HARCOS**. Sokat

nevet, néha szúr a tekintete és mindig tudja, mit kell mondani. A család az első neki, a gyerekei a mindenei.

És amikor megszületett Izabella, a **LÁNYOM**, belőlem **ANYA**, belőle **MAMA** és mamámból **DÉDI** lett.

**ANYU** nem az a **MAMA**, aki csak vár otthon. Ő megy. Ő viszi. Táncol, nevet, szaladgál vele, élményeket gyűjtenek Izával. Ott van mellette, együtt éli vele a világot. Néha szigorú is, de pont így tökéletes. Rendkívül büszke az **UNOKÁJÁRA**, úgy néz rá, mintha kincs lenne, és talán soha nem szeretett még senkit sem így.

És közben az én **MAMÁM**... pedig már **DÉDI**. Ugyanazzal az elsöprő erővel, mint régen.

Nyolcvanhárom évesen minden héten jön az **UNOKÁJÁHOZ** és **DÉDUNOKÁJÁHOZ**. Mos, főz, takarít, játszik Izabellával. Felmászik a játszótoronyba, kalózként kiabál le a magasból. Megmutatja, hogyan kell fára mászni. Nem, nem elmagyarázza, megmutatja! Bemegy a trambuliba, és a vékony, törékeny teste ellenére ugrik, pörög-forog, tessék... lássátok mi is az a kutyafitty, mit neki a kor. Mintha az idő nem tudná utolérni.

Izabella pedig valahogy mindannyiunk közepe lett. Sokszor Ő tanít minket. Segít, ad, tanít, emel, SZERET.

Amikor **ANYA** lettem, nem volt az első pillanat nagy szerelm. Félttem. Mégis, aznap este amikor a kezemben tartottam, valami átszakadt bennem. A lelkem, szívem legmélyebb részeit is átszakította az örök szeretet. Megérkeztem.



**ANYAKÉNT** nehéz döntést kellett hoznom, fél éves korában, vissza kellett mennem dolgozni. Akkor érkezett hozzánk is egy új, **IDEGEN ANGYAL**. Vera.A dadus.

Ő is az lett, ami ezelőtt már annyiszor megjelent az életünkben: **valaki, aki csendben tart**. Aki ott van, amikor nem bíránk egyedül. Aki nem kérkedik, csak szeret.

**Barátnő. Nővér. Anya. Család.**

Most már látom, hogy ez sosem volt másképp.Mindig volt valaki. Mindig van valaki. **MINDIG VAGYUNK EGYMÁSNAK.**

A dédim. A nagymamám.Az anyukám.Mariska nénim. Verám. És most már Izabellánk is.

Nem külön történetek ezek. Ugyanaz a szeretet megy tovább bennünk. A dédim csendje. A mamám óvó féktelensége. Anyukám elképesztő ereje. Mariska néni figyelme. Vera erős összetartása. Izabella őszinte, tiszta szíve.

Ezek a nők adnak, élnek, tartanak, önzetlenül, végtelenül, örökké.

**Így vagyunk mi.Egymásból. Egymásért. Egymásban**

Mama, Anyu, Izabella, Vera és én.Bennünk pedig tovább él Dédi és Mariska néni.



## Rados Balázs: Anya

Kikeltem. Megmaradtam. Itt vagyok.

Voltál már te is; végtelen róna, telis-tele

Záporral, szélfúvással, s neked adózok,

Kánikulával, háborúval...konyhában poshad a reggelije.

Nőttem, öregedtem, s még megvagyok.

Ezer km-t legyalogoltunk, de messze-messze

Még a nyár; balatoni szelíd habok,

Sirályok csőréből lóg...nemzettjének eledele.

Hullámvasúton nyílt ki a szemem!

Azóta figyelek másra is; zsibbad,

Feszül, rángatózik nem csak testem,

Tériszonyom is lett, előre megmondtad.

Hallgattalak. Beszélteél. Jól megtanultam!

Fázom, te még jobban! Szeretem a legyet,

Megkísérled te is; érteni mit nem mondtam,

Mit nem akartam...egyedül eszed a hideget.



## Rados Balázs: Hiányzol

Többé nem megyek

Abba a városba,

Mert az ablakból

Kihajolva nem

Az ő integetése

Fogad

Már nem ízlik

A húsleves sem,

Hiszen remegő

Vén kezével nem

Ő meri tányéromba

Nem szeretem a

Pörköltet sem,

Nem jó húsból

Készíti azt rajta

Kívül senki sem

Nincs párja féltő



Fájdalmas nézésének

A kórházi ágyból,

Melyet utoljára

Felém sugárzott

Bátorítón.

Szeretem, mint ő szeretett engem.



## Mészáros Bianka: Anyukámról írni.

Ez egyértelmű. Jobban ismerem bárkinél. Születésem óta a legjobb barátnőm, a bizalmasom Ő.

Egyértelmű, hogy az Ő napján vers beöltöztetem.

Versbe öltöztetem, hogy mi a mi történetünk.

Bizalmas, szoros, gyönyörű.

Mindig Ő mellettem az első. Az első, aki megért, aki átérez, aki vigasztal és, aki támogat.

Nem volt mindig könnyű, sok volt a bökkenő, de bennünk mindig nagyobb

volt az erő. És végigmentünk az úton egymás karját fogva.

Mindig Ő volt a biztonság, minden helyzetben. Ennek az alapját Ő adta meg nekem. Ha kérdésem van, Ő adja a végső választ és ezzel a támaszt.

Benne mindig megbízom, minden helyzetben, az bármi is legyen.

Hiszen tudom, hogy Ő a leges legjobbat akarja nekem.

Úgy nevelt kiskoromtól, ahogy jónak látta.

A határokat mindig megszabva.

Ezzel a legjobb dolgot tette, életemet egy egyenes mederben terelgette.

Egy olyan édesanya, aki számomra a legokosabb ember.

Tiszta értékeket képvisel.

Előttem mindig példa lesz majd, hogy így neveljem én is a gyerekeimet.

Mert anyukám a Mindent jelenti nekem.



## Vasasné Koszla Beáta: Virágcsokor

Borulj virágba drága föld  
Szórj szirmokat, menyegzőt  
Ma miénk az egész virág  
Virágszirmok sokaságán.

Csokorba szedem szépen sorban  
Virág felhők sorakoznak  
Neked küldöm drága jó anyám  
Nyissatok ki a mennyország kapuját.

Orgona illatával  
Jácint szép virágával  
Nárcisz pompázó színével  
Szívem minden szeretetével.

Kiskertedből is tettem bele  
Benne van az otthon melege  
Vigyázz rá drága jó anyám  
Ölelnék még két karommal át.



## Vasasné Koszla Beáta: Anyák napjára

Ma ismét levelet írok néked,  
oda fel a csillagos égbe,  
ahol a csillagösvény fénye örökké ragyog,  
fényét őrzik az angyalok.

Téged kereslek drága jó anyám, köszönteni szeretnék újra anyák  
napján, te aki felnevelt, dédelgetett, óvott, védett,  
akinek elhittem az esti meséket.

Akinek karjai közt volt maga nyugalom,  
ott találtam védő oltalomra,  
abba a megnyugvást adó ölelő karodba.

Köszöntelek téged ott a mennyországban,  
ahová csak a sóhajok szállnak,  
s szemeimben a fájdalom könnyei most is táncot járnak,  
s csillagként feléd ragyognak.

Velem tartanak azóta amióta elmentél, árva gyermekedben hatalmas úrt  
képeztél.

Legyen békés, csendes minden lépted,  
a csillagok közt titkon ezt remélem. Szívem teljes szeretetét hozzád  
küldöm, fonjon át úgy ahogy te öleltél gyermekként engem!  
Szeretlek jó anyám örökké míg élek!

2025.05.01



## Vasasné Koszla Beáta: Szeretném

Drága jó anyám!  
Szeretnék még szeretni,  
a régi dolgokat sosem feledni.

Szeretnék még feléd szaladni,  
két karodban csendben megpihenni.

Szeretnék egy titkos percet,  
amikor a hulló könnyek legördülnek.

Szeretném ha arcom válladon megpihenne,  
apró kicsiny gyermek lehetne.

Szeretnék mint még soha senki,  
a lelkedet féltőn óvni.

Szeretnék még-még adni,  
mindent vissza adni.

A rengeteg jót megköszönni,  
szeretettel átölelni.

Óvón, védőn elrejteni,  
minden apró mozdulatot megőrizni.  
S ha becsukom szemem,  
abban hinni,  
hogy fogod kezem,  
fogod kezem.

2025.07.12



## Vasasné Koszla Beáta: Anyák napjára

Ma ismét levelet írok néked,  
oda fel a csillagos égbe,  
ahol a csillagösvény fénye örökké ragyog,  
fényét őrzik az angyalok.

Téged kereslek drága jó anyám  
köszönteni szeretnék újra anyák napján  
te aki felnevelt, dédelgetett, óvott, védett,  
akinek elhittem az esti meséket.

Akinek karjai közt volt maga nyugalom,  
ott találtam védő oltalomra,  
abba a megnyugvást adó ölelő karodba.

Köszöntelek téged ott a mennyországban,  
ahová csak a sóhajok szállnak,  
s szemeimben a fájdalom könnyei most is táncot járnak,  
s csillagként feléd ragyognak.

Velem tartanak azóta amióta elmentél  
árva gyermekedben hatalmas úrt képeztél.  
Legyen békés, csendes minden lépted  
a csillagok közt titkon ezt remélem.

Szívem teljes szeretetét tehozzád küldöm fonjon át úgy ahogy te öleltél  
Szeretlek jó anyám örökkön örökké.

2025.05.01.



## Vasasné Koszla Beáta: Mennyország küszöbén

Mikor jó anyám útra kelt

én nem lehettem ott.

Csak a hold fénye kísérte,

s ezernyi csillag ragyogott.

A kéklő ég szőnyegére lépett,

majd vissza nézett rám.

Fáradt,gyenge kezével felém intett:

Nézd gyermekem,ahogy a hold ragyog, úgy élek lelkedben én is,

s mint ezernyi csillag beragyog!

Átsétált a hídon,

elcsendesedett a világ,

csak a Hold fénye ölelte magához,

s megfogta kezét,

csillagok között átsétált a mennyország küszöbén .

2025.02.23



## Vasasné Koszla Beáta: Szeretettel írva

Üzenetet írok neked drága jó anyám  
Nyisd hát nagyra a mennyország kapuját  
Gyöngybetűkbe foglalom, amit szívem diktál  
Szeretetem küldöm tintámmal száll.

Elmondanám hogy mennyire hiányzol  
A virágos kertedben kedvenc virágod is hiányol  
Üres a fotel, amit nagyon szerettedél  
A kispárnád fodorján ahol pihentél.

Árva gyermek lettem  
Nincs kihez szaladnom  
Nincs kinek elmondjam  
minden bánatom.

S nem vár már senki a kis kapuban állva  
Nincs ki átöleljen hatalmas karnyújtásba  
Amiben úgy, de úgy szaladtam  
Mikor azt mondtad én sietve futottam.

Morze jelet ha tudsz küldj nekem  
Válasz leveledként szívembe temetem  
Mint amikor este a csillagos égbolt felé  
Felnézek s kereslek egyre inkább s mesélj.

Akkor te majd a legfényesebben ragyogsz  
Olykor-olykor kacsingatva pislogsz  
Akkor ott még átölellek szívemmel  
Szeretlek míg élek ezt soha ne felejtse el.

2026.04.27.



## Barbina Melinda Barbara : Anyám karja

Az én anyám akkor is szeret,  
ha csupa túske vagyok,  
csupa vétek.

Mikor az ünnep hűlt helyén  
reszket a pillanat.

Ha félrevert szöggént  
fájok a falban,  
s lelkemben fagyott  
madarak laknak.

Az én anyám akkor is szeret,  
ha tudja, hogy szelet vetek,  
de aratni nem merek.

Ha a hitem romjain  
varjak lakmároznak,  
és sárba fúlt hajnalon  
saját tükörképem  
torkát szorítom.

Akkor is szeret.

Mer, anyám a part, melyet  
marva ver a tenger,  
mégis elnyeli minden  
sós-sötét átkomat.

Testéből rak fészket nekem,  
ha megfagy a világom,  
és saját bőrével takarja  
eleven kárhozatomat.

Az én anyám úgy szeret:



ha zuhanok,  
utánam nyúl a karja -  
akkor is, ha már önmagát  
sem igazán tartja.



## Bera Irén: Anyák napjára

Sírnak a fák, a madarak hallgatnak.  
Ez előjele egy hatalmas viharnek.  
Egy gyöngye lányka az eget kémleli,  
Aggódó nagyanyja mindenütt keresi.

Végül megtalálja, keblére öleli,  
Nem dorgálja, annál jobban szereti.  
Nincs rajta kívül senki, ki őt vigyázza,  
Születése óta árva, így lett, mama lánya.

A mama harmatos leányát látja benne,  
Kinek lelkét Isten korán magához vette.  
Kettejük között oly erős a kapocs, szeretet,  
Együtt örülnek, sírnak, és együtt nevetnek.

A leányka Észanyámnak szólítja,  
A mama drága Gyermekemnek hívja.  
Mindent megosztanak, munkát és ételt,  
Nem ismerik egymás között a feltételt.

Az ég egyre sötétebb, hangja hallatszik  
mennydörgésnek,  
A vihar tombol, mintha az ajtón zörgetnének.  
A leányka és mama imádkoznak, összenéznek,  
Hálát adnak mindenért a Teremtőnek.



A szél csitul, az eső csepereg, nap úz felhőt,

A szomjas föld hálásan elnyelte az esőt.  
Az orgonabokrot, az eső tisztára mosta,  
Terjed a virágillat, szellő tornácra hozza.

Virág hamar megszárad, leányka válogatja,  
Mikor elkészül szépséges csokorba rakja.  
Hajából a pántlikát kiveszi, masnit köt rája,  
Ezzel köszönti mamáját, anyák napjára,

Budapest, 2026. április 20.



## Bera Irén: Neked hoztam...

Álmomban, Édes, gyermek voltam.  
Neked nyíló orgonát loptam  
a senki földjéről, fehérret,  
és szedtem nefelejcsset, kéket...  
Fehér szalaggal átkötöttem,  
s angyalszárnyon szálltál fölöttem.

A temetőkapu tárva állt ott,  
elejtette kezem a virágot...



## Fülöp Dóra: Csak ketten

A konyhában még félhomály volt, amikor Lili felébredt. A redőny résein keresztül vékony fénysávok csúsztak végig a falon, mintha valaki óvatosan próbálná felébreszteni a lakást. Az óra halkan kattogott, és a hűtő egyenletes zúgása töltötte ki a csendet.

Lili felült az ágyában, és egy pillanatra csak figyelt. Hallgatta, hogy anya már fent van-e. De most még csend volt. Ritka pillanat. Általában az édesanyja már ilyenkor is sürgött-forgott, kávéfőzött, vagy éppen munkába készülődött.

Ma azonban más nap volt.

Anyák napja.

Lili halkán kimászott az ágyból, mezítláb osont ki a szobából, mintha a padló is elárulhatná. A nappali sarkában ott állt a kis asztal, rajta egy tegnapi este elkészített rajz. Színes ceruzával rajzolta: őket ketten. Kézen fogva, egy hatalmas nap alatt. A kép tetején girbegurba betűkkel ez állt:

„Anyá, te vagy mindenem.”

Egy pillanatra megállt előtte. Eszébe jutott, ahogy tegnap este anya fáradtan ült a kanapén. Cipőben maradt, csak hátradőlt, és lehunyta a szemét.

– Hosszú nap volt? – kérdezte Lili akkor.  
– Egy kicsit – mosolygott az anyja. – De most már jobb.



Mindig ezt mondta. Akkor is, ha látszott rajta, hogy nem csak „egy kicsit” volt nehéz.

Lili odalépett az asztalhoz, és még egyszer eligazította a rajzot. Mellé tett egy apró vadvirágcsokrot is, amit tegnap szedett az iskola után. Nem volt tökéletes – néhány szál már kicsit lekonyult –, de őszinte volt. Pont, mint minden, amit az anyjának adott.

Ekkor halk léptek zaja hallatszott a folyosóról.

– Lili? – szólta ki az anya álmos hangon.

Lili gyorsan hátralépett, és mosolyogva fordult felé.

– Boldog anyák napját! – mondta egyszerre túl hangosan és túl halkán.

Az anyja megállt az ajtóban. Egy pillanatra nem szólta semmit. Csak nézte a rajzot, a virágot, majd Lilit.

A szeme sarkában apró könnycsepp csillant.

– Ez... gyönyörű – mondta végül halkán.

Lili odaszaladt, és átölelte. Az ölelésben benne volt minden, amit nem mondtak ki. Minden este, amikor csak ketten ültek az asztalnál. Minden reggel, amikor az anyja korábban kelt, hogy neki legyen tízórája. Minden alkalom, amikor nemet mondtak dolgokra, mert nem fért bele. És minden apró nevetés, ami mégis megtöltötte a lakást.

– Tudod – szólalt meg Lili, miközben még mindig ölelte –, szerintem mi vagyunk a legerősebb csapat.

Az anyja elmosolyodott.

– Szerintem is.



Nem volt könnyű életük. Lili tudta. Hallotta a suttogásokat, látta a fáradtságot, érezte a csendeket. De soha nem érezte magát egyedül. Mert mindig ott volt anyja.

És az anyja is tudta, hogy nincs egyedül. Mert mindig ott volt Lili.

A konyhába lassan beszűrődött a reggeli fény. Az asztalon ott feküdt a rajz, kissé ferdén, mellette a virágcsokor. Nem volt tökéletes.

De nem is kellett annak lennie.

Ketten voltak, ez elég volt.



## Punk Bianka: Határozó

Mindig büszke voltam arra a harmóniára, ami a természet és köztem alakult. Egy zöld, sáros burokban nőttem fel, ahol mi vigyáztunk egymásra a legapróbb hangyától a legmagasabb fáig.

Óvodás koromban a patakban lestük a kövi rákokat. Valaki soha életében nem is hall róluk. Erdő mellett laktunk. Apukám tényleg jó sok fát hasogatott... Mi pedig mentettük az egérbabákat. Minden virágnak és bogárnak a nevét tudni akartam. És anyukám tudta. Bármit kérdeztem, ő mondta. Növényhatározók és ismeretterjesztők alatt recsegett a polc. Nem verte nagy dobra, de én nem felejttem el: a kertészmérnöki volt az álma. Végül hobbikertész lett, és az új ház mögé behozta az erdőt. Megfizethetetlen élményekkel töltötte fel gyermekkorunkat. Olyan nagy a szenvedély, mindig van miről mesélni.

Anyá lettem én is. Szabadon, koszosan és kíváncsisággal, ahogy engem is neveltek. Esőnadrág nélkül el sem indulok. Lefekszem bármikor kavicsangyalt csinálni, vagy a dombról visszagurulok, és kérdezek még.

Már észre sem veszem:

- Anya, az milyen madár?
- Fogalmam sincs, nem vagyok ornitológus.
- Pedig lehetnél!



## Petőh-István Jennifer: Anyai szemem tükrében

Te gyönyörű, kicsi lélek,  
Megszédít, amit irántad érzek,  
Anyával tettél, micsoda  
Megtiszteltetés ez!  
Ahogy vér a véremből született.  
Ahogy kezed kezembe,  
Úgy az én lelkem lelkedbe simul,  
Ebbe az önző szeretetbe  
A szívem is belesajdul.  
Mert elrejténélek, óvnálak  
A világ minden árnya elől,  
S a bizalom, mely mélytenger  
Ezer szín szemedből tekint rám,  
Nélküled megfulladna bennem a világ.  
Lábaid léptei alatt remeg  
A föld, dobog szüntelen,  
S én veled szaladok, menetelek,  
Míg az erő el nem hagyja testemet.  
Ígérem, Anya mindig itt lesz neked!



## Petőh-István Jennifer: Pillanatokban zárt boldogság

Hol végződik a föld, s hol kezdődik az ég,  
Talán egyetlen lélegzetben is elég  
Össze sűríteni az életet,  
Minden megállt, amikor apró hangod  
Utat tört magának hozzám.

Nyálfoltos arcocskád az alvástól elgyűrött,  
A szoba, a ház illatoddal telítődött,  
Meleg ölelés minden pillanat veled,  
Igyekszem, hogy a legjobb anyukád legyek.

Ahogy sétálva apró kezed kezemre szorul,  
Csak nézlek, szótlánul és ámulok,  
Magyarázol nekem a magad kicsi módján,  
Pityangról, kavicsról s az égbe nyúló, hatalmas  
Villanyoszlop ormán ülő gólyáról.

Mindenre rácsodál a világra éhes szemed,  
S én akarom, hogy ott legyek,



Amikor valamit tanulnál,  
Hogy átéljem veled újra, milyen  
Izgalmas a gyermeki kíváncsiság.

Öllelek, magamba szívom s elrejttem  
Az összes pillanatot,  
Hogy az enyém, a miénk legyen minden,  
Ami kiváltságból megadatott.



## Horváth Petra: Anyukámnak...

Leszállt az est,üres az ágyad,  
Nem jössz már,hiába várlak.  
Csend borult a kis szobára,  
Szívem sajdul a magányba.  
Szeretnék újra gyermek lenni,  
Ölelő karjaidban megpihenni.  
Hallgatni a régi meséket,  
Nem tudni,kegyetlen az élet.  
Szemem bánat könnyétől ég,  
Lelkem fájdalom szaggatja szét.  
Nem maradt más... Csak az EMLÉK.



## Pétercsák Maxim: DALOCSKA ANYUKÁMRÓL MEG A TEJBEGRÍZRŐL

Nem szeretem a tejbegríz,'  
hisz alig lakik benne íz.  
Sok a dara, s kevés a só,  
nekem ez így nem harasó:

kevéske tej és sok-sok víz,  
amit persze rám ne bízz,  
mert ha kerül bele cukor,  
mit gyermeki kézrápakol,

majd serényen elkeveri,  
mire anyja jól elveri,  
az egyik bőg a másik sír:  
hogyan jobban esne egy fasír'...

De nem lehet, ha nincs miből,  
mert ki kell jönni ennyiből.  
Szemünk könnyes, a szánk remeg,  
a kötényével törli meg...

Beérném már vízbegrízzel,  
készítse bár forró vízzel,  
szájam szélét is megnyalnám,  
öleléssel vigasztalnám.



Megköszönni már nincs kinek,  
angyaloknak főzi meg,  
vízzel keverve a mannát  
élvezi égi jutalmát.  
Bp. 2025. 07. 03.



## Dörfler Katalin: Az élet különleges adottságai

Mielőtt az írás rejtelseiben, titkaiban, megtörtént eseményeiben nagyon elmerülnék, egy kicsit bemutatom az anyukánk gondolkodásmódját a természetéről és a természetfeletről.

Főleg az anyukámat, aki egy ragyogó és illatos délelőtt fogott mesélésbe az életének egy - egy állomásáról. Iskolába Milánóban járt, ott tanult meg írni, olvasni, a művészeti ismereteit is ott szerezte. A nagyapám miatt kerültek Olaszországba. Sok ismeretanyagom erről az időről nincs, ha van is, a nővérem őrzi ereklyeként őket. Különleges kislány volt, minden érdekelte, szeretett szépen öltözködni, már egészen fiatalon. (Csak megjegyzés: ezt a vonalat a nővérem, Judit vitte tovább). S amikor hazajöttek az akkori Magyarországra, nem találta a helyét, magyarul keveset beszélt, pergő olasz beszédét nem értették. Felvett egy szokást, kézzel-lábbal magyarázta el a többieknek az iskolában, ahová felvették, mit is akar mondani. Ekkor érezte először kitaszítottnak magát. A könyvekhez menekült, azok lettek a barátai, naplót kezdett írni, amit az akkori politikai világban nem lett volna jó, ha megtalálnak nála. Családjuk élte a munkások mindennapi életét, mely egy idő után megroppant. Egyik nap az apja elment, és soha többet nem látták. Testvére nem volt, édesanyja bátyja segítette őket, és ő biztatta, hogy tanuljon tovább.

Otthon sokat olvasott olaszul, többek között magi és vallási témájú könyveket. Tudta, hogy valaminek a birtokában van, csak még azt nem, hogy milyen tudásnak.

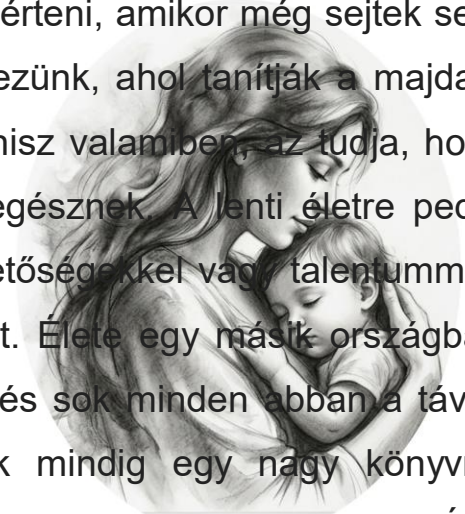
Az évek teltek, édesanyja mostohát hozott a házhoz, aki először kedves volt, majd jöttek a nehéz évek és az alkoholba menekült. Az anyukám nem bírta ezt az állapotot, sajnálta az édesanyját, de akkoriban



találkozott a nála tíz évvel idősebb fiúval, aki egy hat gyermekes zsidó családból érkezett az életébe. Amikor az anyu kezét megkérte, egy a kornak megfelelő fémdobozban vitte a finomabbnál finomabb pralinétokat, apró csokoládékat és egy gyönyörű virágcsokrot, melyben a mezei és a természet virágából meg volt minden. Azt ígérte ennek a széplánynak, hogy szebb világban nőnek fel a gyerekeik, mert legalább három lesz, és mindent megtesz a családja jövőért. Az anyukám nézte azt a magas fiút, aki elviszi ebből a házból és tudta a szíve, a lelke, hogy együtt fognak megöregedni. Akkor ott, abban a pillanatban megértette, hogy mi az a titok, aminek a birtokában van. Ahogy a fiú barna szemeiben meglátta jövőjüket, a nehézségeket, amik rájuk várnak, hogy sokat lesz egyedül, de tudta, ezt az életet fogja élni, ennek a fess fiúnak az oldalán. Igent mondott arra vékony, egyszerű arany karikagyűrűre, amit éppen akkor húzott az ujjára, majd a rabbi megáldotta őket a következő mondattal: „Mindig legyetek boldogok, különben a boldogság elrepül”!

\*megjegyzés, az a fémdoboz a leányfejjel a mai napig a birtokomban van\*

A fent alatt a születés előtti állapotot kell érteni, amikor még sejtek sem vagyunk, egy másik teremtő világban létezünk, ahol tanítják a majdani életünk titkait. Ez így érthetetlen, de aki hisz valamilyen, az tudja, hogy milyen kibontakoztatása lesz ennek az egésznek. A lenti életre pedig meg kell születnünk, és élni a kapott lehetőségekkel vagy talentummal. Az anyukánk végtelen bölcs asszony volt. Élete egy másik országban kezdődött, a szellemi világa ott fejlődött, és sok minden abban a távoli életben tudatosodott benne. Rebekának mindig egy nagy könyvről mesélt, ha a gyermekének különleges, nem mindennapi kérése volt. Úgy történt, hogy abban a nagy kertben kerestek egy öblös fát, aminek



árnyéka volt és leültek alá. Anyu a kezei közé kulcsolta azt a törékeny kis kezét, behunyta a szemét és mesélt a nagykönyvben leírt eseményekről. Rebeka kíváncsi volt már egész kisgyermekkorától az élet titkaira.

PI. Ki az Isten és miért hozzá fordulnak az emberek, ha bajban vannak? Miért kell a faluban, abban a hosszú utcában bemenni abba a tornyos épületbe, ha az Istennel akarok beszélgetni? Vagy a másik, amit nagyon feszegetett az a csöpp kislány,

- „anyu miért van benne a nevem abban a nagykönyvben? És ha Isten mindent leírt, mielőtt én megérkeztem, és tud rólam mindent, akkor milyen lesz az én életem?

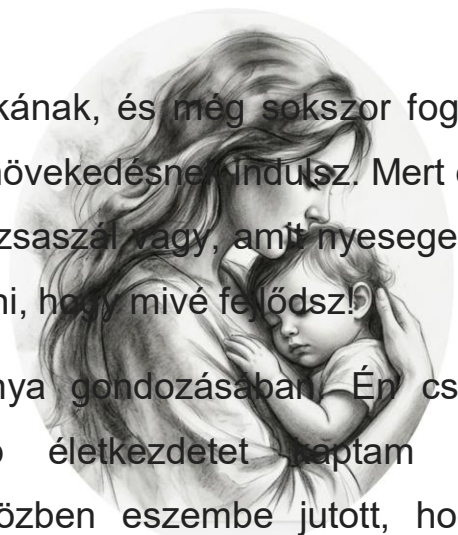
- Anyukám, ha Ő mindent tud, akkor miért nem gyógyítja meg az apu lelkét, hogy többet mosolyogjon?

Az anyukám annyi türelemmel és gondos odafigyeléssel próbálta a kislány fejében kavargó, számára kusza gondolatokat a helyére tenni. De hát kicsi volt, és be nem állt a szája, mindig tele volt kérdésekkel.

- Anyukám én nem látom azt a nagykönyvet a kezében, amiből olvasol!

- De én látom, mondta az anyu Rebekának, és még sokszor fogok olvasni belőle, amíg megérted és közben növekedésnek indulsz. Mert én rózsákat fogok nevelni, és te is egy kis rózsaszál vagy, amit nyesegetni és formálni kell. Meg fogod látni, tapasztalni, hogy mivé fejlődsz!

Nyiladozó emberpalánta voltam, egy anya gondozásában. Én csak mesére vágytam és egy meseszép életkezdetet kaptam az Édesanyámtól, és az ő hitétől.. Írás közben eszembe jutott, hogy kontrollra mindig Budapestre utaztunk, és a doktor néni, akihez jártunk,



csak délután tudott fogadni bennünket. Így csavargásba kezdtünk az anyuval. Egyik alkalommal az Erzsébet híd lábánál a Március 15-e téri Nagyboldogasszony templomba tértünk be. Mire is emlékszem? Először is csend volt, mélységes csend, pedig néhányan ültek a padokban. Nagyon fáztam, de mégis csudát láttam, amikor a falakra tévedt a tekintetem, majd a belső kupola kialakítására. Megfogtam az anyukám kezét és kértem, hajoljon le, mert kérdezni szeretnék valamit, de nem szólt, csak a szája elé tette a mutató ujját, ami azt jelentette, nem most! Aztán leültünk a pad szélére és anyu a mutató ujját a szívem fölé helyezte. Nem értettem, mi a csuda történik? Beszélni nem beszélhetek, a szép szemeivel mégis jelbeszédben beszél velem. Akkor ránéztem, valami nagy melegség fogott el iránta. Így akarja talán a nagy könyv titkát elmondani nekem - abban a pillanatban felcsendült az orgona hangja. Ma is beleborzongok az emlékekbe, és átélem azt a különleges érzést, ami ott elfogott. Mintha születésemtől fogva titkokat hordoznék magamban, csak még nincs itt az ideje, hogy kibontsuk őket. Majd szép csendesen felálltunk és kimentünk a templomból.

(Dörfler Katalin: Anyám rózsakertje egy készülő regényből részlet)





A képet festette: Turányi Terézia - A kép címe: Szíve - Szívem rózsái

## Fenyvesi Fruzsina Ella: Mami

Sokat gondolkoztam, vajon milyen lennék nélküled,  
Hogyha te nem lettél volna, ki lehetnék én neked?  
Ki vigyázott volna rám időt soha nem spórolva,  
Ki féltene, ki aggódna, ha a mami nem volna?

Hűvös éjszakákon kivel beszélgettem volna,  
Kit kérdeznék a mai napig, mikor lelkelem kín nyomasztja?  
Ki nyújtana nekem vigaszt, ha épp tele van a fejem,  
Ki adhatna menedéket, ha nem találok helyem?

Ki tanított volna jó modorra, kedvességre,  
Emberségre, tisztességre, mindenféle bölcsességre?  
Ki segített volna nekem, mikor éppen nem volt semmim,  
Ki lett volna ott velem, hogy letörölje könnyeim?

**M**ost már tudom, senki lennék  
**A** jó út helyett rosszon mennék  
**M**ély mederbe beleesnék  
**A** mami nélkül ilyen lennék



## Földvári Hanna: Tavaszi virágom

Bolond áprilisi szellő,  
Éjjel viharos a felhő,  
A réten nyíló szép virágok,  
Fénnyel játszó külön világok.

Kis tavaszi virágokat,  
Nem sötétet, világosat,  
Mind egy nagy csokorba szedtem,  
Kék szalaggal bekötöttem.

Rátűztem egy üzenetet,  
Berejtettem türelmemet.  
Anya ajtajába leraktam,  
S a reggelnek meghagytam.

Szállt a reggel, mint a madár,  
Anya a csokorra talál,  
Többezer szín veszi körül,  
S illatának nagyon örül.

Válaszul csak ölelt engem,  
De nem is kívánt többet lelkem.  
Virágözön, de egy se oly szép  
E világon, mint anya és én.



## Felter Bendegúz: Loving you wrong

I hate that you always right,  
That our thoughts are quite alike.  
And the way you say things,  
It's like we ain't even ever had links

To be honest, i'm angry, at you, a lot  
You can't support me when i finally have a thought.  
Or you just couldn't be at home,  
You finally here only to give me that tone.

I felt lonely, with you working every day,  
In my head is only one thing as you say hey.  
Why can't you love me, the way other mothers does?  
After a time i realised, and had to pause.

You maybe isn't that bad,  
As i talked i kinda felt dead.  
Why is no one paying attention?  
But you're like my mind's extention.

You there in the front row, listening patiently  
You remember every word i say, vividly  
I can't even understand what i feel  
One moment i'm angry at you,  
than you making my favorite meal

I hate that, i can't really feel good about you



That my mind is a mess and you know that too  
It's not fair, you don't deserve this  
So be yourself, and smile please.



## Tóth Tímea: A hang amit csak te hallasz

Utálom, hogy mindig neked van igazad,  
Hogy megannyi gondolatunk ugyanaz,  
És ha olyat mondasz, amitől úgy érzem,  
Nem kötődsz hozzám már úgy, mint régen.

Sokszor dühös vagyok, mert elkeserítesz;  
Szükségem van rád, de nem segítesz.  
Máskor pedig olyan későn érsz haza!  
Feldúlt hangnemed kísért éjszaka.

Magányos voltam, mert minden nap dolgoztál,  
Rám szólsz: „Hé!”, s a fejemben motoszkál;  
Miért nem szeretsz, ahogy más anyák tudnak?  
Agyamtól számig ily' szavak futnak.

De rájöttem, hogy szíved nem ily' lakatlan.  
Megtorpantam, s egy kicsit meghaltam.  
Miért nem hallja most senki sem hangomat?  
Csak te érted minden gondolatomat.

Türelemmel figyelsz rám az első sorból,  
Élénk emléket őrzöl minden szóról,  
Mit mondtam, mikor nem is tudtam, hogy érzek,  
Dühöngtem, de akkor is főztél ebédet.

Utálom, hogy csak rosszat érzek irántad,  
Káoszba süllyedek, de te kirángatsz.  
Sajnálom, tudom, hogy nem ezt érdemelted,  
Szórd tovább a fényt, ahogy eddig is tetted!



## Váncza Csilla: Anya

Anya az, aki mindent odaad,  
És a mindene ki nem fogy sosem,  
Még akkor is tud adni, amikor  
Már nem maradt neki semmije sem

Anya fog mindig, tart a szívével,  
S ha nincs már ott, akkor is figyel,  
Az időn és a téren át ölel,  
S a szeretete bársony-végtelen.

Anyának mit számít a messzeség,  
Lélekben szeli át életed vizét,  
Jöhet pokol, menny, forgószél, szakadék,  
Megtartja vállán örvényed peremét.

S ha úgy érzed már minden elveszett,  
Hogy sötét van s már nem jó az irány,  
A világot fordítja sarkából ki neked,  
Szivárványt bont a pokol tornácán.

Anya az, aki majd mindig ott ragyog,  
Nappal a szívedben s éjjel sem hagy el,  
Mikor felpillantsz kétségbeesetten,  
Meglátod ott robog a göncölszekéren.

Budapest, 2017. május 7.



## Lipóczki Henrietta: Drága Anyukám!

Köszönöm,  
hogy hiszel bennem  
akkor is,  
amikor senki sem és köszönöm azt,  
hogy meghallasz a csendemben.

Boldog vagyok amiért téged választhattalak az anyukámnak és  
kérem szépen az égieket , hogy mindig téged választhassalak.  
Életeken át ölelhesselek.



## Tarsoly Beke Tamás: Vállamon a világ összes virága

Láttam egy kislányt,  
meghatódtam tőle,  
Hatalmas csokor nőtt  
aprócska kezébe.  
Anyjához sietve,  
szinte alig bírta,  
s körülengte  
a szirmok illata.

Csak néztem őt,  
s közben rád gondoltam,  
hogy én is pont így,  
megrakodva sorban,  
hoznám eléd a mezők  
tarka díszét,  
átnyújtva a tavasz  
mindenségét.

Ha tehetném,  
egy egész erdőt vinnék.  
Vállamra hatalmas  
terhet, érted vennék.  
S bár a karom talán  
beleremegne...  
a szívem minden  
szirmot neked nevelne.



De már nem tudom  
a kezedbe adni.  
Csak a sírodra  
könnyezve ráfektetni.  
Vállam helyett  
lelkem cipeli a súlyt,  
s a szeretetem,  
ma a mennyországig nyúlt.



## Tarsoly Beke Tamás: Sírnak a rögök

Május van.

A táj mozdulatlan.

Anyám sírjára  
virágot hoztam.

Felnézek az égre.

Arcát keresem.

Hófehér felhők között.

Nem lelem.

Hangját se hallom már.

A csend is megfagyott.

A levegő is nehéz.

Anyák napja van,  
s az én anyám halott.

Ölelni akartam még,  
mielőtt sorsa  
a semmibe rohan!

A dolgos kezek.

A tragikus vég.

Ölelni! Ölelni!

Ölelni még!

Már megkopott

a fájdalom.

A szív is néma.

A száj se keresi a szót.

Csak a csendet.



A végsőt.  
A megnyugtatót.  
Mely elrejt mélyen  
a könnyeket.  
S kiszínezi a megfakult emlékeket.

Lelkem a sírjához lehajlik.  
Még egy imádság,  
mi az égig hallik.  
Nem feledem.  
A szeretetem örök.  
Lábam alatt velem  
sírnak némán a rögök.



# Kondorné Peidl Borbála: Tenyéryni induló

## Tenyéryni induló

Aprócska hős

Peidl Borbála

mottó:solo

1. Ki csi va gyok én, majd meg nővök én, esz-ten-dő-re vagy ket-tő-re nagylány-le-szek én.

5

C G C G C G C

13 chorus:

1. Ki-csi vol - tam, már nagy va-gyok, A - nyám sze - mé-ből könny cso-rög.  
2. Ki-csi vol - tam, már nagy va-gyok, Vi - gyáz - nak rám az an - gya-lok.  
3. Ki-csi vol - tam, már nagy va-gyok, Meg - men - tet - tek az or - vo-sok.

C C G C



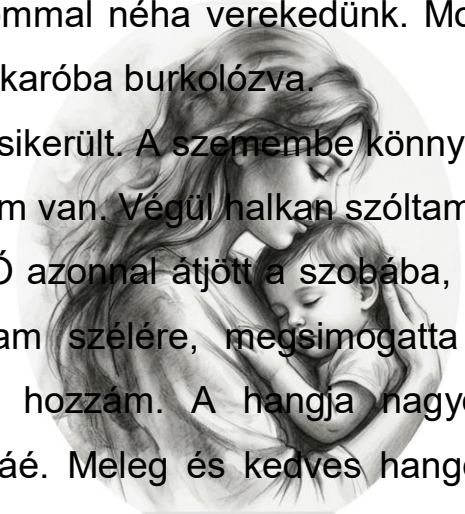
## Kondor Attila Ákos: Egy este, amit nem felejték el

Elsős lehettem, amikor elhatároztam, hogy a nagymamámnál fogok nyaralni. Sokszor mondta, hogy jöjtek el a testvéremmel, de ő karate táborban volt, így csak én mentem. Nagyiék Pápán laknak, ezért vonatoznom kellett. Anya elkísért Győrig. Ott találkoztunk a mamával és a papával, hamarosan indultunk is tovább. Anyukám idáig kísért, és már vonaton ült - vissza Debrecen felé. Már itt éreztem: furcsa az, hogy nincsenek a szüleim a közelemben.

Mire megérkeztünk, már kezdett esteledni. Hazafelé sétálva a mama mesélt arról, hogy mit fogunk csinálni a hétvégén. Valahogy nem úgy éreztem magam, mint amikor együtt vagyunk otthon, de próbáltam bátor lenni. A mama vacsorát készített nekem, és közben beszélgettünk egy kicsit. Elmesélte, hogy másnap találkozom majd az unokatestvéremmel, akivel túrázni fogunk az erdőben. Ez nagyon izgalmasan hangzott, ezért már jobban vártam a másnapot.

Vacsora után megmostam a fogamat, és készülődni kezdtem a lefekvéshez. Amikor befeküdtem az ágyba, hirtelen nagyon csend lett. Ekkor kezdtem igazán érezni, hogy hiányzik a családom: az, hogy anya bejön és beszélgetünk, vagy hogy a tesómmal néha verekedünk. Most viszont a sötétben feküdtem, egyedül, a takaróba burkolózva.

Egy ideig próbáltam aludni, de nem sikerült. A szemembe könnyek gyűltek, és úgy éreztem, hogy valami bajom van. Végül halkán szóltam a mamának, hogy nem érzem jól magam. Ő azonnal átjött a szobába, és megkérdezte, mi történt. Leült az ágyam szélére, megsimogatta a fejemet, és kedvesen beszélni kezdett hozzám. A hangja nagyon megnyugtató, mert olyan volt, mint anyáé. Meleg és kedves hangon mondta, hogy teljesen természetes, ha hiányzik a családom, hiszen nagyon szeretem őket. Ezután mesét olvasott nekem. Lassan

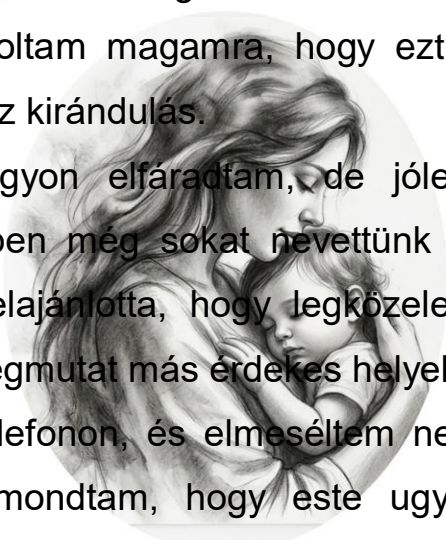


megnyugodtam. A mama még egy kicsit ott maradt mellettem, betakart. Ettől már sokkal jobban éreztem magam, és nem sokkal később sikerült elaludnom.

Másnap reggel kipihenten ébredtem. Már nem éreztem azt a szomorúságot, mint előző este. Megreggeliztünk, majd a mama mondta, hogy hamarosan megérkezik az unokatestvérem. Amikor megjött, nagyon örültem neki, mert mindig meg tudott nevetetni.

Hamarosan elindultunk túrázni az erdőbe. Az unokatestvérem végig viccelődött, és furcsa történeteket talált ki, amitől sokat nevettem. A mama közben mesélt régi történeteket arról, amikor anya volt kicsi, hogy altatta el és mi volt a kedvenc meséje. Jó volt hallgatni ezeket a történeteket, mert így egy kicsit közelebb éreztem magam anyához. Este, amikor visszagondoltam az egész napra, már nem a magány jutott eszembe először, hanem az, hogy mennyi jó dolog történt velem. Az erdőben madarakat hallottunk, nagy fákat láttunk, és közben Tomi, az unokatestvérem mesélte, hogy vannak katona ismerősei. Megmutatott nekünk egy katonai ételt is, amit MRE-nek hívnak. Ez egy vákuumcsomagolt étel, amit az amerikai hadseregben kapnak a katonák. Nagyon kíváncsi voltam az ízére, ezért megkóstoltuk. Először furcsa volt, de végül ízlett, és büszke voltam magamra, hogy ezt is kipróbáltam. Nagyon izgalmas volt az egész kirándulás.

Amikor visszaértünk a túráról, nagyon elfáradtam, de jóleső fáradtság volt. Leültünk pihenni, és közben még sokat nevettünk és bohóckodtunk az unokatestvéremmel. Felajánlotta, hogy legközelebb még hosszabb túrára is elmehetünk, és megmutat más érdekes helyeket is az erdőben. Délután felhívtuk anyát telefonon, és elmeséltem neki, hogy mennyi minden történt velem. Elmondtam, hogy este ugyan hiányzott, de a mama megnyugtató, és másnap már nagyon jól



éreztem magam. Anya örült, hogy ilyen bátor voltam, és azt mondta, büszke rám.

Este, amikor újra lefeküdtem aludni, már nem féltem annyira, mint az előző este. Ismerős lett a szoba, és tudtam, hogy a mama mellett van. Arra gondoltam, hogy mennyi új dolgot próbáltam ki: a szüleim nélkül utaztam, ott aludtam a mamánál, túráztam az erdőben, és még katonai ételt is kóstoltam. Ez az élmény megtanított arra, hogy néha nehéz elszakadni a családtól, de ha merünk bátrak lenni, akkor sok érdekes és jó dolog történhet velünk. Azóta is szívesen emlékszem vissza erre az első ottalvásra a mamánál, mert akkor tapasztaltam meg igazán, hogy bátrabb vagyok, mint gondoltam.

Megtanultam, hogy néha félelmetesnek tűnnek az új helyzetek, de ha bátrak vagyunk, akkor sok szép élményt szerezhethetünk. Azt is megtanultam, hogy ha hiányzik a családom, attól még nem vagyok egyedül, mert a mama mindig vigyáz rám.



## Szabadosné Tamási Erzsébet: Mosolyod emléke

Sok éve már, hogy utoljára fogtam kezéd,  
Hogy utoljára láttam szemed tükrében a szemem.  
Aznap eltűnt egy csillag az égről,  
S hulló csillagként magával vitt egy darabot a fényből.

Te voltál az a csillag, ÉDESANYÁM!  
Te adtál nekünk életet, mit szíveddel és mosolyoddal beragyogtál.  
Most itt ülök és Rád gondolok...  
S mi eszembe jut, az a MOSOLYOD.

A mosolyod, mit örökül hagytál nekem,  
Mi a legnagyobb viharokon is átsegít engem.  
Szíved jósága, lelked melegsége, a segíteni-vágyás végtelensége  
Nem tűnik el nyomtalanul, mert van, kinek mindez EMLÉKE.

Édesanyám! Köszönöm, hogy úgy neveltél fel,  
Hogy szívemből a SZERETET sose fogyjon el.  
Mert nélküle sivatag az erdő, s kopár meder csak a tó.  
Édesanyám! Te vagy szívemben e szó!

Debrecen, 2026. 04. 21.



## Detki Róbert: Anyám csókja

Az emlékkönyvet megnyitom,  
az oldalak elváltak  
nem olyanok mint voltak  
fekete fehér helyett a sárgát látom.  
Cimkével ékesítve ,kézírás,anyámtól  
de régen volt a legszebb álmom,  
együtt a képen,az élet varázsában  
azt a mosolyt s anyámat várom.  
Az Anyák napját nem is ünnepeltük,  
kezdetben kicsiny voltam  
nem is tudtam,aztán távol lettünk,  
az utazás végén,- gyászba borultam.  
A hit,remény,szeretet bennem él,  
nem gondoltam távozására május elején,  
mire felnőttem,itt hagyott szegény,  
lelkében a sors,könnycsepp az enyém.  
Az élet tükrét megfordítanám,  
szeretném a családi naplót újra,  
Anyák napját ünnepelni  
s boldoggá tegyen anyám csókja.



## Tasnádi Borbála: Édesanyámhoz

Ma eltűnődtem, anyám keze mennyit ér?  
Ha össze teszi tenyerét  
Érzem forró, izzik, s feltölt engemet.

Imádkozik értem.  
Ha betegségben szenvedek.  
Bizony, ekkor az ő keze sokat ér.

Anya, gyermekkoromban  
Melegséggel fogta kezemet,  
láthatatlanul vezetett.

Előteremtett már sok mindent az ő keze.  
Alkotott már jó sokat, dolgozott,  
ápolta is ha kellett.  
Felbecsülhetetlen kincseket rejtett.

S most már értem miért ráncos.  
Mutatja szorgosságát,  
mutatja tettekre készségét.  
Megszámolom a ráncait, minden vonalát sorba.  
S tudni fogom mennyit dolgozott.  
Éveken át, értem fáradozott.

Figyeltem őt, két kezét.  
Nem is gondoltam volna, hogy  
én vagyok a leggazdagabb.



Anyám keze, mely ápol, vezetett, kincset ér.  
Hisz Szívemhez szól, minden érintés.  
Köszönöm két kezed édesanyám.  
Cserébe én örökké vigyázok rád.



## Tasnádi Borbála: Anyáknapjára

Szeretem a törődésed, úgy átölel.

Szeretem az ölelésed, mely felemel.

Szeretem, ha felemelsz, mert hittel töltesz el.

Szeretek hinni, mert az csodákkal tölt el.

Szeretem a csodát, mely körül ölel.

Szeretek élni, mert boldogsággal tölt el.

Szeretem a boldogságot, mert elégedettséggel tölt el.

Szeretem az elégedettséget, mert hálával tölt el.

Szeretlek téged drága anyám.



## Tasnádi Borbála: Anyáknapja hajnalára

Édesanyám, mosolyog rám, átölel.

Ha kell a földről is fölemel.

Szívemhez szól az ő hangja.

A lelkemet egyedül csak ő gyógyíthatja.

Az úton amin járok neked köszönhetem.

Viszonzásul fogadd tőlem örök szeretetemet.

Száz virágból most csak egyet hoztam.

A többi lelki szemeidnek tartogattam



## Tasnádi Borbála: Köszöntelek anyuci

Anya, anya, anyuci, a füledbe súgok valamit.  
Köszönteni jöttelek, hoztam vidámságot, ünnepet.

Gyere, ülj most közelebb, a tarka rét most neked integet.  
Hoztam neked virágot, illata belengi a világot.

Ma csak neked süt oly forrón a nap.  
Ma neked dalol a madár,  
ma neked énekelek én is.  
Ma öleljük újra egymást.

Anya, anya, anyuci.  
A füledbe súgok valamit.  
Jóságos vagy és türelmes.  
Széppé tetted az életem.

Köszönteni jöttelek.  
S bár tudom minden nap lehet anyáknapja.  
De, ma úgy érzem egy kicsit megállok.  
Kicsit felidézem veled együtt a szép emlékeket.  
Amiket szívembe zárok.

Mert Belőled egy van, kincs vagy te nékem.  
Drága édesanyám.  
Nagyon szeretlek téged.



## Tasnádi Borbála: Gyermekeimhez

Elérhetsz ugyan az internet világhálóján.  
Írhatsz üzenetet, küldhetsz videót,  
hallhatom a hangodat, ahogy beszélsz a mikrofon üzenetben.

Anya vagyok, de nem virtuális, vér, hús, cselekedet. Lény vagyok,  
szellem. A te szavaid megérintenek.  
A te szavaid, akár lehetnek jók, és lehetnek lázadók.

A lelkemet csak akkor érzed, ha átölellek, úgy, mint régen.  
Úgy, mint egykoron, mikor mindennap itthon láttalak, minden nap  
vártalak.

A szeretet nem egy internet,  
a szeretet az érintés, az érzelem, a melegség a levegőben, egy  
kacagás, egy halk sóhaj,  
száz és ezer ölelés.

Ezért ne feledd, hogy az internet nem pótol semmit, senkit, és a virtuális  
világ olykor elzár azoktól a pillanatoktól amik igazán fontosak. Nekünk  
akik úgy nőttünk fel, hogy nem ismertük az instát, a facét, se a TikTokot.

Örültünk mindennek, örültünk a pillanatnak.  
Az együtt evésnek, együtt dolgozásnak,  
együtt beszélgetésnek, együtt játszásnak.

Anya vagyok, de nem virtuális.  
Mindig haza várlak, mindig és örökké.  
Szeretettel ölel, édesanyád.



## Füleki Virág: Anyámnak...

Nem voltál mindig jó velem  
s én sem voltam mindig jó gyermeked,  
De lelkünkben egy láthatatlan fonál összeköt  
s hímzi arannyal az utunkat  
s ezer apró rögöt...

Nem voltál mindig jó velem  
s én sem voltam mindig jó gyermeked,..  
De soha nem volt oly nehéz ,hogy  
a bánatot ne fese bíboral  
s hímezze reménnyel  
egy angyali kéz....

Nem voltál mindig jó velem...  
Most már nekem is van gyermekem,  
s tudom, hogy anyának lenni mily nehéz !.  
Mennyi angyal és ördög táncol  
bennünk ,lelkünk legmélyebb rejtekén....

Tudom ,hogy te akkor is jó voltál  
amikor engem a pokolba kívántál...  
s tudom ha százszor születnék is ...  
Te engem választanál...!  
s én csak hozzád jönnék  
e földre megszületni!  
Százszor ...ezerszer is ...  
Drága jó anyám!



## Veroniq: Anyák napjára

Nálad minden növény virágot bontott,  
az orchideák is bátrabban nyíltak,  
mintha csak értették volna titkon,  
hogyan a lényedből egy kicsit kapnak.

Nevetésed még most is itt cseng bennem,  
hullámozva, mint színes sál a szélben,  
amit két kezű türelmes csendben  
kötött tovább estéről estére.

Ott ülsz még mindig egy régi estében,  
orrod hegyére csúszik szemüved,  
rejtvényt fejtész, és néha felnézel —  
úgy, ahogy akkor is vártál engem.

És tudod, én már nem búcsúzom Tőled,  
csak észreveszlek minden virágban,  
kacajban, melegségben és színben,  
amit itt hagytál ebben a világban.

Mert nem mentél el — csak átsimultál  
a láthatóból a láthatatlanba,  
és Anyák Napján most is megölelsz  
egy nyíló orchidea illatában.



## Veronika: Tanítás a szeretetről

Veronika harmadszor nézett rá a telefonjára. Nem villant fel.

Az ablakpárkányon az orchidea szinte mozdulatlanul állt, csak a legfelső virága billent meg alig észrevehetően, mintha mégis érezné a huzatot.

Anya a konyhaasztalnál ült, ceruzával a kezében, és a rejtvény fölé hajolt.

– Öt betű, „késlekedő válasz” – mondta maga elé.

Veronika nem válaszolt. A képernyő sötét maradt.

– Hm – tette hozzá anya, és végül beírta: „csend”.

A szó mintha túl hangosan koppant volna az asztalon.

– Vársz valakit? – kérdezte aztán, még mindig nem nézve fel.

– Nem – felelte Veronika gyorsabban, mint szeretete volna.

Anya bólintott, mintha ez így rendben lenne. Letette a ceruzát, felállt, és odalépett az orchideához. Két ujjal óvatosan megemelte az egyik szárat, majd visszaigazította a pálcához.

– Ezt tegnap még egyenesebbnek láttam – mondta halkán.

– Egy virág nem tud csak úgy... elfáradni – vont vállat Veronika.

– Nem elfárad – mosolyodott el anya. – Csak néha túl sokat akar egyszerre.

Veronika felsóhajtott, és végre feloldotta a telefont. Egy üzenet. Rövid, odavetett.

„Bocs, ma nem jó. Majd.”

Semmi több.

– Ő írt – mondta, mielőtt eldönthette volna, hogy kimondja-e.

– Tudom – felelte anya egyszerűen.

– Nem is mondtam, ki.

– Nem is kellett.

Egy pillanatra csend lett. Az a fajta, ami nem üres, csak sűrű.



– Ez teljesen normális – kezdte Veronika. – Dolga van. Nem ér rá mindig. Nem kell ebből... nagy ügyet csinálni.

– Nem is csinállok – vont vállat anya, és visszaült az asztalhoz. – Csak nézem.

– Mit?

– Téged.

Ez rosszabb volt, mintha bármit mondott volna.

– Ne nézz így – mordult fel Veronika, de inkább fáradtan, mint dühösen. Anya nem válaszolt rögtön. A ceruzát forgatta az ujjai között, aztán letette.

– Tudod – mondta végül, most már Veronikára nézve –, egyszer én is vártam így.

Veronika felkapta a fejét. Anya ritkán beszélt magáról.

– És?

– És minden percben kitaláltam valami okot, miért nem jön. Fontos dolga van. Elakadt. Biztos csak... – elmosolyodott – él.

– És tényleg?

– Nem – rázta meg a fejét. – Csak nem jött.

Veronika lesütötte a szemét.

– Ez más – mondta halkán.

– Lehet – felelte anya. – Az mindig más. Belülről.

Kinyílt a bejárati ajtó, és hangos csapódással zárult.

– Megjöttem! – szólt be Tamás, és már a konyha felé jött. – Remélem, van kaja, mert én éhen halok, és akkor nagyon fogtok hiányolni.

– Már most is hiányzol, pedig itt vagy – szólt ki anya szárazon.

Tamás vigyorogva lépett be, és egy gyors puszit nyomott anya fejére, majd Veronikára nézett.

– Na, mi ez az arc? Mintha elvették volna a wifit.

– Hagyd – legyintett Veronika.



– Ó, akkor komoly – bólogatott Tamás. – Szerelem.

– Tamás...

– Jó, jó, hallgatok – emelte fel a kezét, de a mosoly ott maradt.

Apa is megérkezett nem sokkal később, csendesebben. Letette a kulcsát, körbenézett.

– Valamiről lemaradtam?

– Semmiről – mondta Veronika túl gyorsan.

– Akkor jó – bólintott, mintha ez megnyugtatóna.

Péter utolsónak jött be, fél vállal az ajtófélfának támaszkodva.

– Mi ez a családi idill? Már megint valaki boldogtalan?

– Te mindig ilyen kedvesen érkezel? – kérdezte Tamás.

– Csak ha megérdemlitek – vont vállat Péter.

Anya közben már szedte ki a levest. A mozdulatai nyugodtak voltak, egyenletesek, mintha semmi sem történt volna.

– Gyertek, üljetek le – mondta. – Kihűl.

Leültek. Kanalak koccantak, tányérok csúsztak az asztalon.

– Na – szólalt meg Péter két falat között –, ki az a szerencsés?

Veronika megfeszült.

– Senki.

– Akkor miért nézel ki úgy, mint aki most jött rá, hogy mégsem?

Tamás felnevetett, de rögtön el is hallgatott, amikor meglátta Veronika arcát.

– Hagyjátok már – szólt közbe apa. – Nem kell mindent...

– Nem kell mindent kimondani? – nézett rá Péter. – Attól még van.

Csend lett. Rövid, de éles.

– Írt? – kérdezte halkán Tamás, most már komolyabban.

Veronika bólintott.

– És?

– „Majd.”



Péter halkán felhorkant.

– Klasszikus.

– Péter – szólt rá apa.

– Mi van? Ez az. A „majd”. A világ legkényelmesebb szava. Benne van minden, amit nem akarsz megtenni.

– Nem mindenki ilyen – vágta rá Veronika.

– De az, aki ezt írja, igen.

– Nem is ismered!

– Nem is kell.

Anya ekkor letette a kanalat.

– Elég – mondta csendesen.

Nem volt hangos, mégis mindenki elhallgatott.

– Nem róla beszélünk – folytatta. – Hanem arról, hogy Veronika mit kezd ezzel.

Minden szem rá szegeződött.

Veronika hirtelen nagyon kicsinek érezte magát. Meg a helyzetet is.

Mintha kívülről látná.

– Semmit – mondta végül. – Várom.

Anya bólintott.

– Lehet.

Nem mondott többet. Csak ennyit.

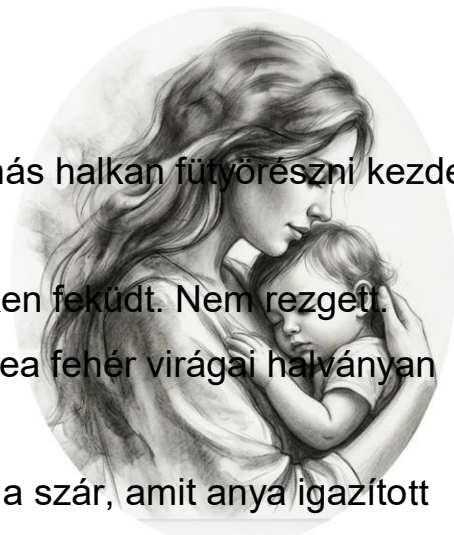
A leves elfogyott. Valaki kenyeret tört. Tamás halkán fűtyörészni kezdett, aztán abbahagyta.

Veronika telefonja az asztal mellett, a széken feküdt. Nem rezgett.

Az ablakon túl lassan sötétedett. Az orchidea fehér virágai halványan világítottak a félhomályban.

Veronika felállt, odalépett hozzá. Ugyanaz a szár, amit anya igazított meg, most megint egy kicsit félrebillent.

Kinyújtotta a kezét, aztán megállt.



Nem nyúlt hozzá.

Visszanézett az asztalra. Anya éppen nevetett valamin, amit Tamás mondott. Az a nevetés — ismerős, meleg, tele élettel.

Veronika lassan visszaült.

A telefonjára nézett.

Aztán megfordította, hogy a kijelző lefelé legyen.

– Kérsz még levest? – kérdezte anya.

Veronika egy pillanatra ránézett, aztán bólintott.

– Kérek.

És most először nem nézett azonnal az ajtó felé, amikor kint elhaladt valaki.

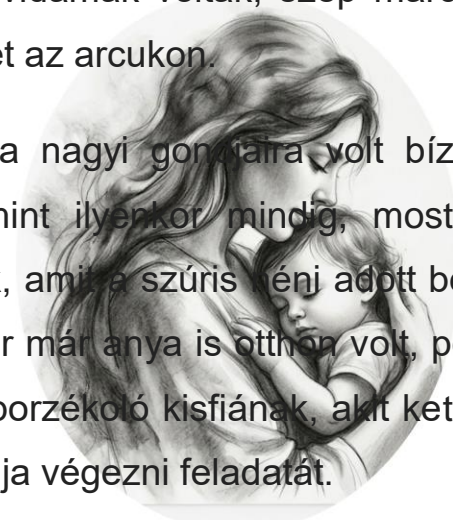


## Domokos Attila Zsolt: A földrengés

Apa készült. Estére Bukarestbe kell érniük a színtársulattal. Összepakolt és már indult is. Anya magára maradt a két kiskorú gyerekkel. Attila ötéves volt, Zsuzsa három. Volt már ilyen sokszor. A színtársulat gyakran turnézott, főleg magyarul a nagyvárosokban. Többször felléptek már Aradon, Temesváron, Nagyváradon és Kolozsváron is. De közelebb is, Háromszéken. Az olyan kisvárosoknak, mint Barót vagy Kézdivásárhely, nem volt saját állandó színtársulatuk. Így a Sepsiszentgyörgyi Állami Magyar Színház elvitte legsikeresebb darabjait ezen városok közönsége elé is. Ezúttal azonban a főváros magyarjű lakosságához vitték el a népszerű darabot. Az akkori népszámlálási adatok szerint több mint hatezer magát magyar nemzetiségűnek valló személy élt Bukarestben, tehát számíthattak arra, hogy teltház fogadja őket a fővárosban is, ahol a magyarság ritkán láthatott anyanyelvén játszott színdarabot.

A mai nap is átlagosnak indult. Péntek volt. Bár elmondhatták volna az emberek, hogy a hét utolsó munkanapjára ébredtek, de akkor még szombaton is dolgozni kellett. Attól még vidámak voltak, szép március eleji idő volt, érezték már a tavasz leheletét az arcukon.

Zsuzsa oviban töltötte a napot, de Attila nagyi gondjaira volt bízva, lévén, hogy megint betegeskedett, s mint ilyenkor mindig, most is antibiotikumot írt fel az orvos a gyereknek, ami a szűris néni adott be a combjába pontban délután 5 órakor. Akkor már anya is otthon volt, pont annyira fájt neki is az az injekció, mint toporzékoló kisfiának, akit ketten kellett lefogjanak, hogy a szűris néni el tudja végezni feladatát.



„Édes Istenem, mikor telik már le az az öt nap, hogy le tudjuk ezeket az injekciókat végre!” – gondolta anya, és karjaiba vette fiacskáját, hogy megvigasztalja. Legszívesebben magának adatta volna be azokat az injekciókat, csak ne kelljen látnia azt a félelmet és kétségbeesést gyereke szemében.

Lefekvéshez készülődtek. Ezúttal anya a gyerekek mellé feküdt be. Apa csak holnap tér haza a társulattal. A gyerekek nagyon szerettek anyával aludni, ami csak akkor esett meg, ha apa távol maradt éjszakára.

Elmondták a szokásos imát: „Én Istenem, jó Istenem, becsukódik már a szemem...” és mire a végére értek, a gyerekek már álomba is merültek.

Anya gondolatban sorra vette a másnapi teendőket a sötétben, amikor meghallotta azt a furcsa hangot. Valami morgásféle, egészen földöntúli hang. Először távoli zúgásnak tűnt, de gyors sebességgel közeledett, és egyszer csak nekiütközött a tömbházuknak, mely minden porcikájában megremegett. A panelek illeszkedései félelmetesen csikorogtak, ahogy elmozdultak egymáson. A szobában található üveges-tükrös kredenc veszettül zakatolt, aminek hangjára a gyerekek is felébredtek.

Anya testével a gyerekekre borult, mert hamar megértette, hogy éppen egy nagy erejű földrengés elszenvetői. Testével védte őket az esetleges omlások ellen. Attila azt hitte, a mumus akar előbújni a szekrény mögül, mert nagyobb unokatestvérei mindig azzal ijesztették. A gyerekek anyát ölelték, és szorosán hozzá simultak, mert tudták, hogy anya mindentől meg tudja védeni őket.

A földrengés, amilyen hirtelen jött, olyan hirtelen is ért véget. A szoba elcsendesedett. Anya megnyugtatta őket, hogy nem a mumus volt, csak egy „kis” földrengés, de már elmúlt, aludhatnak is tovább. A gyerekek



megnyugodtak, és arra gondoltak, hogy lám, anya mindentől meg tudja őket óvni. Nagyon fáradtak voltak, hamar visszaaludtak.

Anya kora reggel felkelt, magukra hagyta a még mindig alvó gyerekeket, és a konyhában bekapcsolta a rádiót. Szörnyű híreket hallott, amitől újra elfogta az aggodalom. Az esti földrengés eredményeként Bukarestben több épület is romba dőlt. Hatalmas a pusztítás, halottakról is beszámoltak. A férje iránt érzett aggodalom elhatalmasodott rajta.

„Nem, nem szabad, hogy a gyerekek lássák rajtam” – gondolta magában, és összeszedte magát. Éppen jókor, mert Attila totyogott ki álmosan a konyhába.

– Miért mentél el, anya? – kérdezte, mert megijedt, hogy felkeléskor nem találta édesanyját maga mellett.

. – Jöttem reggelit készíteni – válaszolta hamiskás vidámsággal anya.

Attila szúrósan nézett a szemébe, érezte rajta, hogy valami nem stimmel, de fázott, így visszaszaladt a hálószobába a jó meleg takaró alá.

Szombat volt, de anya nem bírta munkába menni. Vezetékes telefonjukon betárcsázott a munkahelyére, és beteget jelentett. Hányinger kerülgette. A percek lassan vánszorogtak. Besegített a gyerekek oltozásába, és reggelit rakott eléjük.

„Vajon mi van apával? Ugye ő jól van? Hol is szálltak meg, talán a Continentalban? Nem, az nem dőlhetett össze, ugye?” – ilyen és hasonló gondolatok jártak a fejében.

A gyerekek nem ettek, csak őt bámulták. Látták, hogy édesanyjuk valahol máshol van. Anya lerázta magáról gondolatait, és a gyerekekre



koncentrált. Szerette volna őket elfoglalni valamivel, hogy meghallgathassa a legfrissebb híreket, de nem bírta kivárni. Bekapcsolta a rádiót. A gyerekek úgysem értenek románul.

Amikor a bemondó bejelentette, hogy a Continental és a Dunărea szállodák épületei is romba dőltek, nem bírta tovább. Felugrott az asztaltól, és rohant a vécébe, hajszál híján elvétette. Hányt. Így jött ki a feszültség belőle. A gyerekek utána szaladtak, és őt bámulták. Zsuzsa elpityeredett.

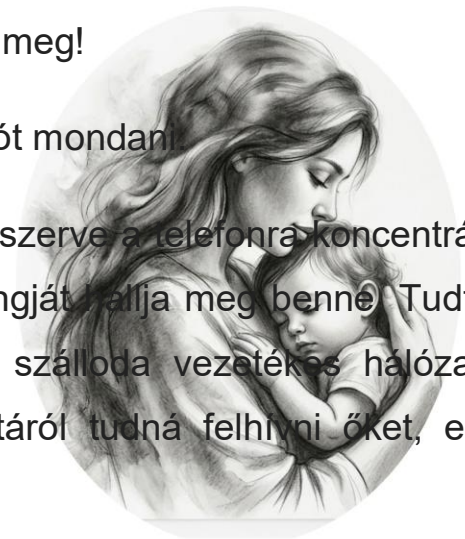
– Nincs semmi baj, édeseim, anya mindjárt jól lesz – mondta nem túl meggyőzően.

Felhívta barátnőjét, aki egyben szomszédasszonya is volt. Szerencséjére az éppen ráért, így pár percen belül már kopogott is az ajtón. Anya megkönnyebbült. Végre kibeszélhette valakinek aggodalmát. Leültek a konyhában, kávét készített. A gyerekek egy másik helyiségben játszottak. Anya csak beszélt és beszélt, barátnője bízta és nyugtatta.

– Eddig csak pártíz halotról beszélnek, Ibolya. Miért pont a te férjed lenne közöttük? Bukarest hatalmas város – mondta.  
– Igen, de ők is a Continentalban szálltak meg!

Erre anya barátnője már nem tudott biztatót mondani.

A kávé megnyugtatta kicsit. Minden érzékszerve a telefonra koncentrált, várta, hogy megcsörrenjen, és a férje hangját hallja meg benne. Tudta, hogy ez nem most fog megtörténni. A szálloda vezetékös hálózata biztosan tönkrement. Apa csakis a postáról tudná felhívni őket, egy interurbán hívást kezdeményezve.



Csak volna tévéjük. A barátnőnek van! Máris indultak. Anya azzal nyerte meg gyerekeit, hogy barátnőjének lakásában hallgathatják a szalagos magnót. Attila mindig elbűvölve figyelte az orsókat, ahogy a szalag az egyikről áttekeredett a másikra, miközben szólt a zene.

A fekete-fehér képernyő szörnyű képeket közvetített az éterbe. Mutatta a Continental szálloda maradványait is. Anyát az ájulás környékezte, patakzottak a könnyei anélkül, hogy tudomása lett volna róla. A barátnő átkarolta őt, így követték a tudósítást, amely, ahogy telt az idő, egyre több halottról számolt be.

Egy adott pillanatban a tévé arról tudósított, hogy Toma Caragiu, a híres román színész is a földrengés áldozata lett.

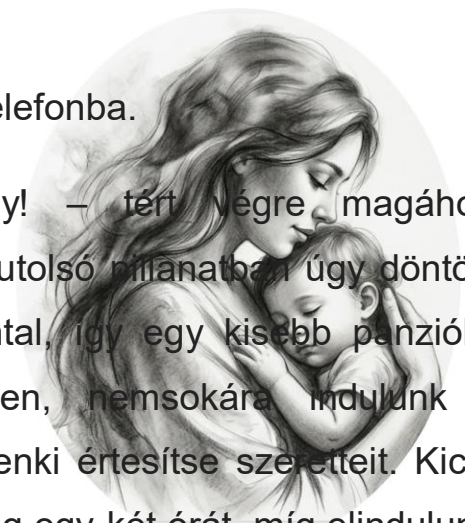
Ekkor csörrent meg a szomszédasszony telefonja, aki felállt, hogy felemelje a kagylót.

– Ibolya, a férjed keres! – fordult oda anyához, aki, mint egy gazella, szökkent fel a kanapéről.

– Kerestelek otthon, de nem vetted fel, így sejtettem, hogy Veronkánál vagytok – kezdte apa.

Anya megkönnyebbülve zokogott bele a telefonba.

– Hála a Jóistennek, hogy jól vagy! – tért végre magához.  
– Igen. Látod, ilyen a sors keze. A párt utolsó pillanatban úgy döntött, hogy túl nagy luxus nekünk a Continental, így egy kisebb panzióba irányítottak át. Szóval minden rendben, nemsokára indulunk a társasággal, csak megvárjuk, hogy mindenki értesítse szeretteit. Kicsit sokan vannak most a postán. Eltarthat még egy-két órát, míg elindulunk,



de tudd, hogy minden rendben, és este már egymást ölelhetjük veled és a gyerekekkel. Puszi, most le kell tennem, mert elfogyott a keretem.

A vonal megszakadt, de a lényeg elhangzott. Anya sugárzó arccal lépett vissza a barátnőjéhez, megölelték egymást. A megkönnyebbülés sóhaja szakadt fel anya mellkasából.

Estére már biztosan itthon lesz apa.

Már csak arra vágyott, hogy a nap hátralevő részét gyerekeivel töltsse.



## Garami Zsolt: Édesanyámnál

Nem simogatni jöttem  
márvány-hideg sírköved,  
s tördelni előtte eresedő kezem.

Szívemben nyugszol végleg,  
mint karodon egykoron  
szendergő kisgyermek.

Tengerkék meséid  
hangodnak bársonyán  
repülnek velem,  
örökös fényedtől  
millió csillag ragyog.

Elnézem az eget,  
ahogy holdfényre fested,  
s érzem megtart  
majd elfogy,  
aranyszálú köldökzsinórod.



## Garami Zsolt: Anyám írj néha!

Jó anyámnak könyörögtem  
írjon néha,  
ne vigye se örömét,  
se bánatát  
néma sírba.

Ne maradjon pangó véna,  
szívét fesse ki papírra,  
onnan is átüt nekünk  
vérvöröslőn piros tinta.

Az én anyámnak  
madártoll volt író tolla,  
madárcsontú karcsú ujja  
szárnyalt, bár olykor  
kézen fogta a bánat.

Anyám madárcsontú  
író tolla nyomot hagyott,  
pedig a papírt  
alighogy karcolta.

Suhant vele  
abba fogva gondolat,  
szállt fel gyanútlan  
egy napon  
égnek tükör tavára,  
ahol az angyalok laknak.  
S Anyám nem jött vissza,  
S anyám velünk maradt,  
ránk ragyogó csillag fénye  
lépteinket így vigyázza.



## Garami Zsolt: Fénnyel mosolygó angyalom

Csak úgy felhívnálak, és elmondanám,  
hogy ma szerettek az angyalok, és az ördögök is  
szerettek és az Isten is szeretett és  
nyugalommal haladt tovább.

Csak úgy felhívnálak és elmondanám,  
amit szoktam téma gyanánt és beszélénk  
hosszan a mindegyről, miközben hangunkra  
ülne a nevetés.

Csak úgy felhívnálak,  
és elmondanám, hogy ma szerettek az angyalok,  
és az Isten is szeretett és nyugalommal  
haladt tovább...,  
nyugalommal...,ahogy kézen fogta odafent  
fénnyel mosolygó angyalát.



## Garami Zsolt: Feltámadsz szüntelen

Anyám...!  
temető kapuján  
görbíti felirat:  
feltámadunk.  
Ragyogni jössz-e hát,  
mondd, hol találalak?  
Kevés volt hitem?  
Talán imámból  
kellett volna több  
sírodra hajtva fejem?  
Itt csak kő, mi örök,  
a mécses is csak dadog  
és csak akkor lobog,  
ha vigyázom tüzét,  
s, ha  
hagytam is esőnek bocsásd meg,  
gyújtottam újat, fényesebbet neked.  
El is söpörtem rendben  
ősszel hulló levelet,  
télen havat, nyáron bogarat,  
takarítottam fekhelyed  
mindig tiszta ragyog,  
rá arannyal írtam neved.  
Ha nem is jönnél, én még kicsit maradok  
mosolyt kapni, mint régen csendben.  
Te vagy a mécses, miben tűz lobog,  
s az eső is te vagy, enyhíteni forró lángot,  
itt vagy minden kőben, a fák ölében,  
és lám én vagyok,  
kiben feltámadsz szüntelen.



## Barta Katalin: Anya

Könnyek között világra hoztál  
Könnyek között neveltél.  
Arcodon ritka vendég volt a mosoly,  
szíved mégis meleg volt, otthont adott.  
Szeretném letörölni könnyeid,  
mosolyra cserélni.  
Szeretnék segíteni, de nem tudok,  
hisz csak egy gyerek vagyok.  
Köszönöm tetteid, álmatlan éjszakáid.  
Általuk vagyok én Ember,  
bárhol leszek bárkivel, te mindig velem leszel.  
Vágyad, örömed bennem élni fog,  
Egy napon én adom tovább.  
Arcodon örömkönnyek lesznek.  
Már nem kell letörölnöm őket!



## Nagyné Lakatos Éva: Majd megtudod!

Drága, drága Édesanyám!  
Bárcsak szóra nyílna a szám!  
Nem tud. Csak állok csendben.  
Emlékvihar dúl bensőmben.  
Lelkem fényképalbumát rendezgetem.  
Suhannak gondolataim térben és időben.  
A küszöbön ülve egy kicsi lány  
zokogva motyogja: - Hol vagy anyukám?  
Megllettél! Megtaláltalak!  
Hála legyen minden napnak!  
Fogtad a kezem, mikor bukdácsoltam.  
Mutattad, hogy a hímzőtűt melyik lyukba szúrjam.  
Vezetted az ujjam betűről betűre.  
Hogy a tudás kulcsa legyen a kezemben.  
Tanítottál sok-sok praktikára,  
mik anyaként váltak a hasznomra.  
A lépcsőn duzzog egy tini lány.  
Dühösen sziszegi: - Hagy menjek már!  
A kézzszorításból szabadulva  
felnőtt akart lenni egy csapásra.  
Egy kis vészharang cseng a fülemben kedvesen:  
- Majd megtudod, ha anyuka leszel, gyermekem!  
Megtudtam. Az élet legperzselőbb gyönyöre egy hangocská.  
- Hol vagy anya? Hol vagy mamácska?  
2026. 04. 17.



## Varga Mária: Anya, jaj de szép szó ez!

Mint napsugár,nagy csillag fent az égen.

Mikor kicsi voltam riadtan,féltőn figyelt,  
míg puha meleg karja lágyan ölel.

Selymes hosszú haja,úszott a szélben,  
Mint a búzakaralászok ringanak a szélben.

Sudár termemete a mosástól görnyedt,  
de halkán szótlanul viseli-e terhet.

Mikor beteg voltam,ágyamnál ül,szótlanul néz,  
nem szól,de szemében látom,mennyire félt.

Szelíd,bársonyos hangjával megnyugtat,  
segítőkész kezét felém nyújtja.

Ezt csak egy, Egy Anya Tudja!



## Vörös Luca: Május ünnepén

Felveszem a legszebb ruhám,  
így köszöntöm édesanyám,  
május legszebb ünnepén,  
zöldell a táj, kék az ég.  
Szívemben e kép, mily szép



## Vörös Luca: Kilenc éve

Kilenc éve bújok melléd,  
melegítesz engemet,  
simogató karjaiddal,  
körülfontva testemet.  
Ez a kuckó a világon,  
a legmelegebb nékem,  
el sem hagynám a világ  
minden kincséért sem.



## Vörös Luca: Ajándék

Ajándékot néked hoztam,  
készültem e napra,  
hogy a szíved boldog legyen  
10-szer 500 napra.



## Vörös Luca: Szavak

Kicsi vagyok, nincs kalapom,  
verset írok irkalapon,  
rímeket rímhez koccantok,  
sok szép szót meg-moccantok,  
mást én nem is óhajtok,  
anyámhoz szépen szóljatok!



## Kollár Nélia: Szüleink

Mikor megszületünk,  
Szüleink veszik az első öltözékünk,  
Mikor meghalnak, mi azt adjuk, amiben az utolsó útjukon velünk vannak.  
Ott vannak első lélegzetünknel,  
Mi pedig az utolsó másodpercüknel.

Ők ölelnek először bennünket,  
Mi pedig szorítjuk a halálos ágyukon kezüket.  
Ott vannak első könnyeinknél,  
És az utolsó értük ejtettnél.

Minden fontos pillanatban velünk vannak,  
Kivétel, ha az élet kevesebbet ad.  
Haláluk után is ott vannak,  
S lélekben minket vigasztalnak.

Micsoda kettős játék az élet.  
Szomorú és keserédes.  
Csodákkal tarkított álmvilág,  
Csak az ébredés ne taszítana szomorúságot rám.

A szülők miért nem élnek örökké?  
Miért nem együtt ér véget a lét?  
Miért nem együtt lépjük át a kaput?  
Miért kell látnunk az itt maradt hamut?

Miért húz az élet falat?



Miért ér véget a lét hamar?  
Még annyi dolgunk lett volna,  
Ehelyett félbeszakadt egy pillanat alatt.

Fel lehet erre készülni?  
Hogy ami elkezdődött, be is fejeződik?  
A szeretet véget nem ér soha,  
Csak valaki előre megy, és van, aki marad



## Kollár Nélia: Nagymamám

A nagymamám mindig fáradt,  
Mert nem győzi szeretni az unokákat.  
Naphosszat csak kémleli,  
Mivel lehet őket boldoggá tenni.

A nagymamám egy talentum.  
Mindent megcsinál, amit csak kimondunk.  
Ő az egyetlen, ki képes a csillagokat lehozni,  
Soha senki nem fog jobban szeretni.

Nekünk adta életét,  
Feláldozta mindenét.  
A legszebb ebben az egészben,  
Hogy ez neki sosem volt teher.

Szeretnék ilyen lenni,  
Olyan nő, ki képtelen a kívánságokat nem teljesíteni.  
Nap végén olyan lelkes lenni,  
Hogy bármi történjen is, ez sosem fog enyhülni.

Példaképem ez az asszony,  
Ki kertészkedés közben ételt rak az asztalra.  
Perceken belül varázslatot hajt végre,  
Bármit kimondunk, már ott is, mint a tündérmesébe.



Több karja van, mint egy polipnak,  
S messzebbre ér, mint az apokalipszisnek.

Erősebb, mint bármely katona,  
De a szíve vajból van.

Ilyen emberből kellene több,  
Kinek a szíve csupa szeretet és öröm.  
Ő bátran a tükörbe nézhet,  
Hiszen nincs mit szégyellni kéne.



## Kollár Nélia: A nap

Minden év májusának első vasárnapján,  
Ünnepeljük az édesanyánk.  
Én minden nap imába foglalom,  
Hiszen nincsen nála fontosabb a világon.

Ő az egyetlen kinek tökéletes vagyok,  
Ki akkor szeret a legjobban, mikor kibírhatatlan vagyok.  
Minden hibám ellenére jut egy ölelés,  
Minden napban tudja, hogy van valami szép.

Az egyetlen kinek arcán folyton van mosoly,  
Ki minden problémát kacagva megold.  
Ki minden nap lenyűgöz valamivel,  
Pedig még csak nem is kértem.

Türelme legendás,  
Szívének szépsége páratlan.  
Gyermekkorom, ezért lehetett gondtalan.

A mai napig futok hozzá,  
Ha épp kifogna rajtam a világ.  
Legnagyobb támaszom ő,  
Szerencsére mindig elérhető.

Ne csak egy nap ünnepeljük őket,  
Legyen minden nap tőlük szebb.  
Adjunk meg nekik mindent mit lehet,  
Ez a minimum, mit megérdemelnek.



## Kollár Nélia: A hős

Egy anya Isten a gyermeke szemében,  
Nincs, aki ettől többet érne.  
Nincs más, kinek egész életében Te vagy az első,  
Kezedet addig szorítja még a világon van ő.

Legszentebb dolog az anyaság.  
Ettől nem létezik szebb hivatás.  
Életet ad neked,  
Amit el, csak a jó Isten vehet.

Egy anya minden szerepben maximumot nyújt,  
Nincs szakma, mi neki problémát okoz.  
Ha kell szerel, újít, reparál,  
Alkalom adtán minden orvost lepipál.

Minden elnyújtott figyuuu szócska után megtorpan,  
De válaszra ott terem nyomban.  
Nem ismeri a nem és nem tudom szavakat,  
Ettől nagyobb hős, mondd csak, hol akad?

Az én anyukám a legnagyobb hős,  
Hisz engem ő teremtett, egy igazi superhős.  
Kibírta a tudatalatti hét próbát,  
Melyet a népmesékből csak a királyfi áll.

Sok módon próbára tettem,  
Jelentem tökéletes anya lett.



Édes anyucikám, bocsánat,  
Kemény katonává avanzsáltalak.

Szeretnék én ilyen hős lenni,  
Ki az élettel is így szembe mer menni.  
A világon a legszerencsésebb én vagyok,  
Hisz az én anyukám egy szuperhős, bizony!



## Gréczi Imola: Habos kakaó

Esténcént egy kakaóval a kezemben  
lekuporodtam a szőnyegre,  
és vártam nagymamámat.

Odakint dörgött, villámlott,  
de mellette csendre találtam.

Eltűntem egy mesében,  
a kakaó finom gőzében.

Láttam a jóság erejét,  
ahogy átéltem sorra a népmeséket,  
esténcént nagymamám ölében.

Ahogy nőttem,  
a mesék könyvekké lettek.

Nem üres sorok,  
hanem sorsok.

De én mégis ki vagyok?

És minden hallgatott.

Ilyenkor egy-egy mese rémlett fel  
bennem halkán,  
megszólalt az ő hangja.

Most, felnőttként  
a legtöbb, amit adhatok,  
nem kincsekből áll.



Így gyermekeim kezébe adom a meséket,  
mint egy csendes örökséget.

Mert egyszer egy nagymama  
egy habos kakaó fölött  
egész világokat adott nekem.



## Adorjányi Erzsébet: Anyák köszöntése

Hullámzó tengerparton sziklaszirtek állnak,  
Visszhangot adnak majd szíveink szavának.  
Repítse langyos szél a fellegekkel messze,  
Szívből jövő szeretetünk világgá eressze.

Oda, ahol minden Anya meghallhatja szavunk,  
Ott, hol mindig szeretet vár, s mindig csak jót kapunk.  
Díszítse otthonodat a kivirágzó szeretet,  
Tőletek is kaptunk annyit, amennyit csak lehetett.

S Édesanyák, Ti akik már nem lehettek velünk,  
Csillagfényes éjszakákon nektek énekelünk.  
Érjen fel a mennyországig a tarka mező illata,  
Mit a lelkünk üzenetként angyalszárnyon küld oda.

Nincs az a hang, az a szellő, mi szebben szólna nálatok,  
Nincsen hely, mi úgy várna ránk, mint a ti kis házatok.  
Élteteket terítse be a szivárványos égbolt,  
A mai napon együtt leszünk, úgy ahogyan rég volt...



## Tóth Péter Lászlóné: Anyám keze

Anyám keze kovász-illatú volt.  
Ezen tűnődöm, míg kenyeret sütök.  
Oly régről tört fel most az emlék,  
úgy hittem, a zár rajta örök...

Ahogy arcomra simult lágyan,  
mintha én lennék a cipó.  
Titkos rajzokkal formált engem  
és szállt szívemre csend, mese-hó.

Forgószél-tűzben ráncosra égtem,  
de kezemben rebben a keze,  
még életre kelti a lisztet  
az anyák örök üzenete.

Megbocsátásról szól zenéje  
időn, életem, téren át,  
illata száll s én újra látom  
arcában arcom, s hallom szavát.



## Tóth Péter Lászlóné: Az én anyám

Az én anyám egy szál virág volt.  
Hajnalra vágyó karcsú nád.  
Illatozó nyári mezőkön  
hallgatta szíve halk szavát.

Az én anyám egy gondolat volt,  
idők taván túl szárnyaló,  
szirmait bontó vágyódását  
lassan belepte néma hó.

Az én anyám körül az élet  
virággá vált titkos világ.  
Nem érthette fagyott kertben  
zörgő levél az ő szavát...

Az én anyám egyetlenegy volt.  
S míg akácillatot hord a szél,  
anyám nefelejcs-szeme néz rám,  
míg szíve szívemhez beszél.



## Tóth Péter Lászlóné: Anyám

Karcsú lány halad az úton,  
poros ösvény néz utána,  
dacos könnye eltűnik és  
pitypangok nyílnak nyomába.

Szeme ég-kékje messze néz,  
kutat: jövője merre lesz?  
Emeli könnyű szél a szárnyát  
vagy majd minden nap megsebez?

Virágok bújnak kezéhez lágyan,  
vigaszul annyi rossz után,  
virággal gyógyít minden álmot,  
minden sebet az én anyám

S lehunytt szeme rebben még egyszer,  
elnyugszik élete alkonyán.  
Halvány szirmú lila akácfürt  
harmata hull szép homlokán...



## Barta Noémi: Édesanyám, az én hősöm!

Az első emlékeim között nincs pontos kép, nincs éles körvonal – csak egy érzés. Melegség. Biztonság. Egy szív dobbanása, amely akkor még az enyémmel együtt vert. Kiben megfogantam, aki a szíve alatt hordozott hosszú ideig, aki a világ leggyönyörűbb fájdalomával világra hozott – az az én drága édesanyám.

Gyerekként nem értettem, mit jelent ez. Nem tudtam, mi az az áldozat, mi az a kitartás. Csak azt tudtam, hogy ha sírok, valaki mindig ott van. Ha elesem, valaki felemel. Ha félek, valaki megsimogatja a hajam, és halkán azt mondja: „Semmi baj, itt vagyok.”

Kisdedként dédelgetett, mindentől féltett, mégis megtanított embernek lenni. Nem hangos szavakkal, nem szigorú tanításokkal, hanem apró mozdulatokkal, csendes példákkal. Azzal, ahogyan másokhoz szólt. Azzal, ahogyan engem nézett.

Mindig felnéztem rá. Már akkor is, amikor még fel kellett ágaskodnom, hogy elérjem a kezét.

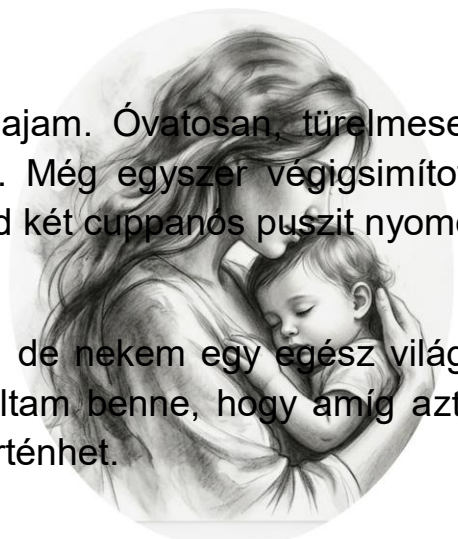
Emlékszem a reggelekre. A félálomban töltött percekre, amikor még minden lassabb volt. Ő már ébren volt, mindig hamarabb, mint én. A konyhában halk neszek, csészék csörrenése, a nap első fénye beszűrődött az ablakon. Aztán ott állt előttem, kezében a fésűvel.

– Gyere ide, kicsim.

Leültem elé, ő pedig copfba kötötte a hajam. Óvatosan, türelmesen, mintha a világ legfontosabb dolga lenne. Még egyszer végigsimította fésűvel, eligazította a kósza tincseket, majd két cuppanós puszit nyomott az arcomra. Ez volt a jel: indulunk.

Az óvoda felé vezető út nem volt hosszú, de nekem egy egész világot jelentett. Az ő kezét fogtam, és biztos voltam benne, hogy amíg azt a kezet szorítom, addig semmi rossz nem történhet.

Anyukám óvónő.



Gyerekként nem értettem, hogyan képes erre. Hogy tud minden nap derűs, jókedvű és nyugodt lenni ennyi gyerek között? Hogy van türelme újra és újra válaszolni ugyanazokra a kérdésekre, bekötni cipőket, letörölni könnyeket, kibogozni apró konfliktusokat?

Én szélvész gyerek voltam. Pörgős, nyughatatlan, örökké mozgásban lévő. Futkároztam át a házon, gyakran úgy, hogy közben a saját testi épségemet is veszélyeztettem. A világ számomra egy hatalmas játszótér volt, tele kipróbálásra váró határokkal.

És néha ezek a határok visszaütöttek.

Elesések, horzsolások, könnyek.

De ő ilyenkor sem kiabált. Nem haragudott. Nem mondta azt, hogy „én megmondtam”. Egyszerűen csak odajött, felemelt, és az ölébe húzott. A hangja nyugodt volt, mint egy csendes tó.

– Semmi baj. Elmúlik.

És miközben az ölében ülve kisírtam a bánatom, valahogy tényleg elmúlt.

Ahogy nőttem, egyre többet kezdtem észrevenni. Apró dolgokat, amik korábban fel sem tűntek. Hogy néha fáradt. Hogy néha csendesebb. Hogy néha ő is cipel valamit – olyat, amit nem mond ki.

Mégis mosolygott.

Mindig.

Úgy viselte a terheket, mintha azok is a természetes rend részei lennének. Csendben a hátára vette őket, és ment tovább, mintha semmi sem történt volna. Akkor kezdtem megérteni: az erő nem mindig hangos. Néha egészen halk. Néha egy mosoly mögé bújik.

Ő tanított meg arra, hogy az emberség nem nagy gesztusokban mérhető. Hanem abban, hogyan bánunk egymással a mindennapokban. Egy kedves szóban. Egy türelmes válaszban. Egy kitartó ölelésben.



Az én drága édesanyám gyerekkoromtól kezdve – és még mostanáig is – fogja a kezem. Néha szó szerint, néha csak képletesen. De mindig ott van.

A helyes útra terel. Támogat. Akkor is hisz bennem, amikor én magamban nem. Úgy tekint rám, mint a legnagyobb büszkeségére – és ez egyszerre felemelő és felelősséggel teli érzés.

Ma már értem azt is, amit gyerekként nem tudtam. Hogy az a biztonság, amit tőle kaptam, nem magától értetődő. Hogy az a szeretet, ami körülvett, valójában egy tudatos, nap mint nap meghozott döntés.

És ha valaha megkérdeznék tőlem, honnan tudom, mit jelent szeretni valakit igazán, nem könyveket idéznék, nem nagy szavakat mondanék.

Csak rá gondolnék.

Arra a nőre, aki egykor a szíve alatt hordozott, majd kézen fogva végigvezetett az életem első, bizonytalan lépéseim – és aki még most is ott áll mellettem, csendesen, erősen, mosollyal az arcán.

Az én drága édesanyám.

Mindennél jobban szeretem.



## Felső Tamás: Ha édesanyám beköszönne

Ha édesanyám beköszönne,  
jaj de messziről is jönne.  
Megkérdezném, nem vagy fáradt?  
Megvetném neki az ágyat.  
Tennék feje alá puha párnát, úgy vigyáznám én az álmát.  
Elmesélnék mindent neki,  
hogymég mindenki szereti.  
Reggel bevetném az ágyát, úgy lesném én minden vágyát.  
Itt aztán mindene meglenne,  
többet innen el nem menne.  
Ha édesanyám beköszönne.  
Nem csorogna már a könnye,  
vele boldogságom is megjönne.  
Csókot kapna vagy több százat,  
láthatná az unokákat.  
Őrizném én úgy a házat,  
többé nem vihetné el a bánat.  
Ha édesanyám beköszönne.  
Mindig várom, hátha jönne.



## Felső Tamás: Anyám mosolya

Anyám mosolya volt nekem a napkelte, mely elűzte reggeleim árnyait, s meleg fénye átszőtte lelkem minden zugát, átjárta, mint tavaszi eső a száraz földet. Mosolya volt az iránytűm az élet viharos tengerén, hol minden hullám egy-egy félelem volt, s ő mégis biztos kikötőként állt a horizonton. A ráncok szemzugában, amik a nevetéstől maradtak, mint finom repedések egy törékeny vázán, mind-mind emlékek voltak a közös pillanatokról, melyeket most egy örökre lecsukott könyv lapjai rejtnek.

A nap lenyugodott, s a fény, mely eddig táplált, végleg elillant. A mosoly, mely egykor ragyogó mécsesként világított, most csupán elmosódott árnyék, egy távoli csillagfény, mely sosem éri el a földet. Elmentél, drága jó anyám, s veled együtt elszállt mosolyod is, mint szélfúttá pitypangmag, mely messzire, elérhetetlen távolságba viszi annak a tavasznak utolsó szép emlékét. Csend honol most, s ebben a csendben, ahol egykor kacagásod visszhangzott, most a hiányod súlya alatt csak könnyeim csorognak, mint hideg hegyi patakok, tisztán s megállíthatatlanul.



## Felső Tamás: Csillagösvényen jársz

Tudom, most már ott fenn fényszálakból szövöd az éjszakát,  
egy csillagösvény ,min jársz tovább.  
Nem üres a szív, csak a csend lett mélyebb,  
Te vagy a hajnal, mi elúzi az éjjelt.  
A neved a szélben suhanó suttogás,  
s minden felhő egy halk, lágy simogatás.  
Bár már nem a földön lépkedsz, de a szívemben jársz,  
ott az égi kertben, tudom, hogy vársz.  
Lelkedből lett az égnek végtelen tükre,  
s fényed itt maradt bennem, mindörökre.  
Te vagy az eső, mi lemossa a múltam,  
egy láthatatlan kéz, mi mutatja az utam.  
Ha felnézek, látom a Hold az ablakod,  
onnan vigyázol, s látom minden mozdulatod.  
Nem mentél el, csak a színfalak mögé,  
beszötted magad a csillagok közé.  
Bár már nem a földön lépkedsz, de a szívemben jársz,  
ott az égi kertben tudom, hogy vársz.  
Lelkedből lett az égnek végtelen tükre,  
s fényed itt maradt bennem, mindörökre.  
Minden madár dalában a Te hangod csendül,  
de fájdalom súlyja lassan sem enyhül.  
Tudom, a szeretet hídja az égi ér,  
s ott vársz majd rám, hol nincs többé nappal, csak csillagos az éj.  
S majd ott, hol Te most fényszálakból szövöd az éjszakát,  
ott örökre velem maradsz  
csillagként egy másik életen át.



## Felső Tamás: Volt egy Anyám

Ó, anyám! Te voltál az első versszak a történetemben, egy ritmus, ami a szívemből lüktetett. A kezed volt a puha avar, ami felfogta az eséseimet, a hangod a méz, ami bearanyozta a reggeleket. Te voltál a földi otthon, ahol a lelkem gyökerei megkapaszkodtak. Emlékszem, az életed olyan volt, mint a gyógyító folyó, amely hús vizével öntözte lángoló földemet. Te voltál a napsugár, ami megtörte a legsötétebb felhőket is.

A szereteted a szél, ami felemelt, mikor a lábaim már nem bírtak tovább. Aztán a folyó ága elvált az enyémtől, és a nap lassan lebukott a horizonton. A lelkemben lyuk tátongott, mint mikor az égről hirtelen eltűnik a legfényesebb csillag. A világ megfakult, színei elmosódtak.

Bár az ölelésed már csak emlék, mégis a szívemben hordozom illatod. Aztán sok gyászos év után visszatértél, s Te lettél a legfénylőbb csillag újra, ami minden éjjel rám ragyog, a hang, ami a legnehezebb pillanatokban azt súgja: "Jól van, kisfiam, minden rendben lesz, itt vagyok".

Mert volt egy Anyám, aki, mint egy márványtömb, most is megrendíthetetlen sziklaként áll az életemben.



## Varga Z Julianna - A világ legszebb babája

Egyet elmesélek,  
mi kilencen  
voltunk testvérek.  
Kicsinyke kislány,  
voltam csak  
egyed kívánhattam.  
Körökkel és vonalakkal,  
le is rajzoltam  
én egy hajasbabát  
kívántam.  
Anyukám készítette,  
fehér zokniból volt  
a kitömött teste  
barna gomb  
két szép szeme  
és egy nagyobb gomb  
az orra helye.  
Piros cérna a szája,  
szalmából a csodaszép  
haja és ruhája.  
Nekem volt,  
a világ legszebb babája.



## Varga Z Julianna: LÉLEK

Álmélkodott ,orcáján a gyönyörködés gyermek tüze lángolt.

Mosolyából bölcsesség ,és tisztaság omlott.

Tudom,hogy nehéz egyedül járni.

Fejünk fölött énekel egy madár.

Hangja friss volt,szökellő.

Félálomban hallgattuk.

Hanyatt feküdt ,összefonta mellén karját,gondolkozott mélyen,  
a tekintete világos volt,és nyugodt.



## Varga Z Julianna: ANYU & ÉN

A templomban,  
Imádkozásra kulcsolom  
A két kezem  
Anyám hívom  
Gyere  
Légy most itt velem.  
Imám meghallgatásra talál,  
Érzem  
ahogy előttem áll.  
Pillanatnyi érzéseim tükörképe,  
Ahogy  
Végig simítja  
Kezével arcom  
Hajamhoz ér  
Kislányom, kislányom  
Ne félj  
Itt leszek veled  
Mindig  
Örökkön, örökké én.



## Varga Z Julianna: ÉDESANYÁM

Fekete haja, mint az ében,  
érkezett angyalok kíséretében  
kilenc gyermeknek életet adott  
az én Édesanyám  
soha nem unatkozhatott.  
Mosott, főzött, takarított,  
amire csak tudott  
megtanított  
tőle tanultam meg  
az ágyas káposztát  
a sok-sok fortélyos praktikát.  
Templomban imádkozásra,  
kulcsolom két kezem  
arca,arcom előtt terem  
kezével végigsimítja hajam  
kislányom, kislányom  
ne félj, itt leszek veled  
mindig, örökkön örökké én.  
Azt hiszed,  
hogyan a szív másként szakad meg a völgyben,  
mint a hegyen?  
Fájdalmasan mosolygott.  
Nem.  
Az ember: ember.  
Isten gyermeke.  
A mennyország polgára.  
A haj nem úgy őszül meg napkeleten, mint napnyugaton?  
Csak a lélek fontos, az pedig Istené.



## Kucskáné Pap Erika: Anyának

Csillagok porából  
fonok köréd láncot,  
ha fáj az élet,  
csak érted kiáltok!  
Neked mondom el  
minden bánatom,  
a Te szívedbe mar  
minden sóhajom.  
Te néztél először  
könnyes szemeimbe,  
te aggódtál értem,  
minden egyes este.  
Neked köszönöm, hogy  
vagyok a világon,  
Tőled lett a gyermekkorom,  
édes tündérialom.



## Gyurkó Mónika: Óda az egyetlenhez

Anya, mily szép is kimondani nekem: Anya.  
Öledbe bújni, tombolni, ujjongni, bármit is tenni,  
az ölelő karjaidban mindig megnyugvásra lelni.  
Anya, téged az univerzum kiválasztott, tudod?  
Megannyi csillag közül, épp nekem adott.  
Én nem kértelek, s te sem tudtad hatalmas pocakod mit rejteget.  
Most, hogy már megismertelek,  
nekem az egész univerzumot jelented.  
Anya, te ki egész nap dolgozat teszed, húzod s cipeled,  
rám mégis mindig mosolyog a szemed.  
Hányszor van, hogy térdedbe kapaszkodva kérlek,  
szoknyád cibálom és ordítva kiáltom  
ne menj el, maradj még mert félek.  
Anya, te sosem haragszol énrám, bármit is teszek,  
nálad mindig megbocsátásra lelek,  
még ha bánatos is ragyogó szép szemed.  
Ha újra születnék, kérhetnék e nagyobb kegyet  
hogy soha többet ne okozzak csalódást neked.  
Anya, nekem csak te vagy ki így vigyáz rám,  
kinek a legfontosabb vagyok ezen a planétán.  
Ezért hoztam neked e százszorszép virágot,  
illatával aranyozza be, szerető világot.  
Anya, az egész univerzumba kiáltom,  
segítsenek az istenek, éltsenek, éltsenek  
sokáig  
s majd egy napon,  
mikor már hátam görbe, s deres hajam lapul a fejtetőmre,  
kérnék majd még egy kegyet.  
Hadd érezzem ölelő karjaid szorosán a testemen,  
mikor halotti ágyadnál imára kulcsolom kezem.



## Horváth Petra: Emlék

Kis falu temetőjében tudok egy zugot,  
Drága Dédikém nyugszik ott.  
Akit oly' nagyon szerettem,  
Emléke örökké él szívemben.  
Ma is sokat emlegetem,  
Számon mosollyal, könnyel lelkemen.  
Sok-sok hajnalon ölében alszom,  
Őt öleli féltve két karom.  
De mindezt már csak álmodom,  
Könnyek gördülnek arcomon.  
Sírhatnékom van, ha eszembe jut,  
Az augusztusi nap, melyen elaludt.  
S ha a fák közt suttog a szél,  
Azt gondolom, tán Ő mesél.



