



## A SZENTGOTTHÁRDI SZAKOSÍTOTT OTTHON FOLYÓIRATA

### A tartalomból:

Asztalifoci-Darts verseny.....	2. oldal
Életmód.....	3. oldal
Mit ünneplünk farsangkor?.....	5. oldal
Tudtad-e, hogy?.....	6. oldal
Nőnap.....	7. oldal
Az 1848-49-es forradalom és szabadságharc.....	9. oldal
Ellátottaink tollából .....	11. oldal
A rajzpályázatokról.....	12. oldal
Viccek.....	13. oldal
Húsvét.....	14. oldal



## Asztalifoci verseny

Az idei év első sport versenyét január 28.-án rendeztük a foglalkoztató épület aulájában. A megfelelő távolságtartás érdekében egyéni versenyszámban indulhattak a résztvevők. A 11 indulóból 2 női versenyző is volt. Sorsolás útján alakultak ki a versenyző párosok. Nagyon kiélezett küzdelmek alakultak ki a délután folyamán, ami egymás buzdításával és nagyon sok nevetéssel telt el.



A helyezettek oklevelet és az Alapítványunk jóvoltából kis ajándék csomagot kaptak, a többi versenyzőt pedig megvendégtük édességgel és kávéval.  
Helyezések:

- I.Molnár Zsolt
- II.Háner Tamás
- III.Tihanyi Tibor

K.K.K.

## Darts verseny

Darts versenyt rendeztünk február 17.-én a tornateremben. A délután folyamán 8 lakó versenyzett egymással.



Végig nagy figyelemmel követték egymás játékát és hangosan ujjongtak egy-egy jól sikerült dobásnál. Oklevéllel és Alapítványi ajándékkal tudunk kedveskedni a győzteseknek és instant kávéval a résztvevőknek.

Helyezések:

- I. Szendrei Norbert
- II.Hóbor Péter
- III.Lakatos Attila

K.K.K.

## Szeretne –e százhusz évig élni?



Az már csaknem biztos, hogy **az ember genetikai tulajdonságai nem zárják ki** az ilyen vagy még ennél is hosszabb életkort. Szerinte a világon felfigyelték a tudósok arra, hogy itt és itt ennyi meg ennyi matuzsálem él. Nem csak százhusz éves, de ennél idősebb emberekről is lehet hallani, olvasni.

**Vajon mi miért nem élünk százhusz évig? Élhetnénk?**

Azt mondja az orvos: elvileg igen.

Azt mondja a biológus: elvileg igen.

Azt mondja a pszichológus: elvileg igen.



Szükség van egyáltalán arra, hogy százhusz évig éljünk? Öregem, rogygyantan, betegen? Erre senki sem vágyódik. Viszont egészségesen alkotóképesen, jó kondícióban focizni labdázni az unokákkal.. miért ne? Érdekes, hogy a hosszú életre való igény nem harmincéves

korban jelentkezik, hanem hatvan hatvanöt évesen. Roppant tévedés leegyszerűsíteni a dolgot arra, hogy az átlagéletkor növekedésében kizárólag annak van szerepe, hogy a magas szintű orvosi ellátás miatt életben maradnak azok akik ötven vagy száz évvel ezelőtt még meghaltak.

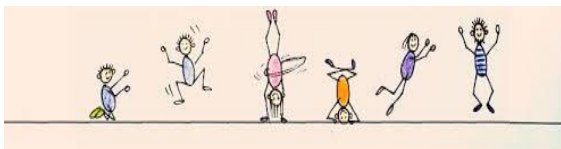
Ez egyrészt igaz, de régen is voltak magas kort megélő emberek. Pl. Szophoklész 90, Kossuth Lajos 92, Michelangelo 89 éves korig élt mindvégig aktívan. Miért ne élhetne ilyen sokáig közülünk is bárki? Picasso öregen is sportolt éjjel nappal dolgozott, olykor feleségeit is váltogatta. Idős volt Agatha Christie is, több mint 90 detektívregény írója, de folytathatnám a sort Charli Chaplinnel a nagy nevetetővel aki szintén hosszú életet élt meg. Miért ne tehetnénk valamilyen hasonlót ma, a tudomány segédletével? Napjainkban a 60 éven felüliek száma az össznépelességen belül folyamatosan növekszik. Statisztikai adatok szerint évről –évre nő azoknak a száma is akik megérik a 80, 85,90 évet.

S ugyan miért ne növelhetnénk tovább ezt az életkort? Világszerte kutatják, vizsgálják a tudósok a hosszú élet titkát. Még pontosabban, hogyan hosszabbítható meg az élet. Sok kutató vizsgálja a hormonok hatását. Pl. próbáltak kémiai

fiatalító szert alkalmazni. Nagy reményt fűztek a Molec-féle szérumhoz, melynek anyagát lépből vagy csontvelőből állították elő. Nagy reményt fűztek a ginzenggyökér kivonatahoz és a sok E-vitamint tartalmazó méhpempőhöz. Az tény, hogy ez idő szerint nincs olyan, tableta, vagy injekció, ami az emberi életet biztosan meghosszabbítaná. Biztatóak viszont azok a kutatások, amelyek a hosszú életű emberek életmódját, szokásait vizsgálják és abból próbálnak következtetéseket levonni.

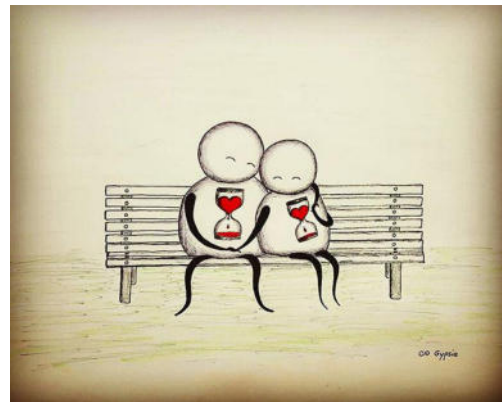
**Húszévi kutatás alapján bebizonyosodott, hogy a matuzsálem korú emberek hét fő tulajdonsággal rendelkeznek: mértékletesek, rugalmasak, realisták, sorsukkal elégedettek, aktívak, változatos étkezők, és a társadalmi kérdések felől érdeklődők.**

Ezek az emberek rengeteg gyümölcsök, salátát, fokhagymát esznek, és ételeik rendkívül kalóriaszegények. Nyugodtak, higgadta, későn házasodnak jól ismerik a gyógyfüveket, cukrot egyáltalán nem esznek, viszont nagyon sok mézet. Húst csak ünnepnapokon látnak. Bizonyos időtényezőknél is lehet szerepe.



Összefüggésbe hozták ezt azzal, hogy **az aktív életet élő, testet és szellemet foglalkoztató ember számára gyorsabban múlik a „belső idő”, élete tartalmasabb és szinte a rá váró feladatoktól hosszabbodik meg.** Felnőtteknél 50-60 év felett különösen gyorsan szalad az idő. Szerepe lehet ennek abban, hogy ebben a korban még az alkotóképesség teljében még nagyon sok dolga van az embernek, és nehezen győzi

azt idővel. S talán igaz, hogy hamarabb öregszik az, akinek mindig az **öregedés** jár az eszébe.



Számos gerontológus, biológus **nagy jelentőséget tulajdonít a különféle külső tényezőknek. A civilizációs ártalmak, a táplálkozás, az élvezeti cikkek, a hely ahol él, lakik az ember a családtörténet az átélt betegségek, de még a házas, illetve a magányos élet is hatással van az ember életkorára.**

Azt derítették ki, hogy az emberi életkor felső határa 160 év körül van. A gerontológusok szakvélemény alapján **ma, a megvalósítható optimális életmód mellett átlagosan 109-113 évben jelölik meg az emberi élet felső határát.** Az azonban kérdés, hogy van-e lehetőség a testi és szellemi frissesség jobb megőrzésére ebben a magas életkorban? Minderre a tudomány azt válaszolja: lehetséges, valószínű, feltételezhető. Egyelőre inkább az látszik valószínűnek, hogy a helyes mértéktartó, nyugodt, káros szenvedélyektől mentes életmóddal az aktív élettartam meghosszabbítható.

**A jókedvűen végzett munka megőrzi az ember fiatalágát!**

**Jó egészséget és hosszú tartalmas életet minden olvasónak!**

F.Jné.

## Mit ünneplünk farsangkor?



*„Farsang van,  
farsang van,  
járjuk a táncot gyorsabban!  
Förgeteges ez a bál,  
még a ház is muzsikál!”*

Amikor meghalljuk a farsang szót, általában a vidám lakomákra, álarcosbálokra, táncos mulatságokra és a jelmezes felvonulások színes kavalkádjára gondolunk. De mit is ünneplünk farsangkor? A farsang a tél és a tavasz küzdelmének szimbolikus megjelenítése is egyben, a tél búcsúztatása és a tavaszvárás ünnepe. Világszerte vidám mulatságot, színes karnevált rendeznek ilyenkor. A farsangi jelmezbálokat ősi hiedelmek hívták életre. Akkortájt az emberek hittek abban, hogy a tél utolsó napjaiban a Nap elgyengül, és a gonosz szellemek életre kelnek. Azért pedig, hogy ezeket az ártó szellemeket és egyben a telet és a hideget is elűzzék, vigasságokat rendeztek, ijesztő jelmezbe öltöztek. A nagy evések és ivások időszaka ez, amellyel a régi korok embere a természetet kívánta nagy bőségre készíteni.

A farsang hossza és naptári zárónapja minden évben más és más. Ezért is soroljuk a mozgó dátumú ünnepek csoportjába. A farsang Vízkeresztől (január 6.) Húshagyókeddig (húsvétvasárnap előtti 47. nap), a Nagyböjt kezdetéig tartó időszak elnevezése.

A **farsangi népszokások** is a **tavasz közeledtét** jelzik. A kormozás, a **busójárás**, a téltemetés a tél mint gonosz elűzését jelképezték. A falusi emberek felöltöztettek egy szalmabábut, és sok tréfa és móka közben elégették. Voltak olyan települések, ahol a tél és a tavasz küzdelmét jelmezekbe bújt szereplők játszották el. Ezekben a szimbolikus viadalokban természetesen mindig a tavasz került ki győztesen, a tél pedig szegyenében elbujdosott.

L.E.

## TUDTAD-E , hogy.....?

Németország Thüringia tartományának székhelye, a rendkívül hangulatos Erfurt híres arról, hogy nagyon sok kisebb-nagyobb híd található benne.

A Gera-folyó partján fekvő város egyik legnépszerűbb és legidősebb látványossága a Krämerbrücke, ami az egyetlen lakott híd az Alpoktól északra, egyben a legrégebb óta lakott híd Európában. A teljes hossza 125 méter, hat látható íven nyugszik, mészkőből és homokkőből készült.



A kőhíd fabódéiban eleinte a legkülönbözőbb helyi terményeket árusították. A városban több kolostor is működött, például az az Ágoston-rendi intézmény, ahol később Luther Márton szerzetesként szolgált. A kolostorok is itt árulták a portékáikat, gyógynövényeket

gyógy-, illetve kulináris célokra, zöldségeket és bort is értékesítettek. Idővel a standokon megjelentek a távolról érkezett árucikkek, például a tömjén, a selyem, a keleti parfümök és fűszerek, majd a türingiai aranyak is nevezett, a kelmék kék színű festésére alkalmas keverék, amit a festőcsülleng növényből állítottak elő, és ami Erfurtot igazán gazdaggá tette.

1472-ben tűz ütött ki a városban, és az épületek jelentős része elpusztult, beleértve a hídon álló bódékat is. Ezt követően 62 házát alakították ki rajta, majd idővel a szám lecsökkent, mivel a kisebb házakat egyesítették, ezért napjainkban körülbelül harminc ház áll a hídon. Hogy élhetőbbé tegyék őket, a hidat az íves boltozatok mellett kiszélesítették, így az épületek részben túlnyúlnak a kőszerkezeten. A híd teljes szélessége 26 méter, a két ház közötti macskaköves utca pedig 5,5 méter széles. Napjainkban a híd az Erfurtba látogató turisták egyik kedvenc célpontja, a házak földszintjén kézműves műhelyek, a helyi gasztronómia színe-javát kínáló falatozók, borkereskedések, művészeti galériák, kávézók és régiségkereskedések várják a turistákat. Az emeleteket pedig többnyire még ma is lakják.

D.K

## Nőnap



Intézményünk nőnap i műsora ebben az évben, a többi rendezvényünkhöz hasonlóan rendkívíli volt, hiszen a különböző gondozási egységeken tartottuk meg intézményünk hölgy lakóinak, illetve dolgozóinak köszöntését.

### **Egy kis történelmi kitekintés :**

A **nemzetközi nőnap** a nők iránti tisztelet és megbecsülés kifejezésének napja, amelyet 1917 óta (Magyarországon 1948 óta) minden év március 8-án tartanak. A nemzetközi nőnapot az ENSZ is a világnapok közt tartja számon. A nőnap eredetileg a mai virágos, kedveskedős megemlékezéssel szemben munkásmozgalmi eredetű, harcoss, a nők egyenjogúságával és szabad munkavállalásával kapcsolatos demonstratív nap volt: 1857-ben New Yorkban negyvenezer textil- és konfekcióipari munkásnő lépett sztrájkba a béregyenlőségért és a munkaidő csökkentésért. A nemzetközi nőnap létrehozói szerint az egyszerű, de mégis történelmet alakító nők napja, ami a nők évszázados küzdelmét eleveníti fel, melyet az egyenlő jogokért és lehetőségekért vívtak. Az első március 8-hoz kötődő esemény 1857-ben történt, amikor március 8-án emberibb munkafeltételeket és magasabb fizetést követelő

textilipari nődolgozók tüntettek New York utcáin.

A nemzetközi munkásmozgalom fejlődésével a nők emancipációjának kérdése is egyre inkább előtérbe került: 1866. szeptember 3. és 8. között az I. Internacionálé (hivatalosan: *Nemzetközi Munkásszövetség*) első kongresszusán határozatot fogadtak el a nők hivatásszerű munkavégzéséről. Ez a határozat annak az évezredes sztereotípiának kívánt véget vetni, mely szerint a nők helye kizárólag otthon van. 1909-ben az Egyesült Államokban tartották meg az első nemzeti nőnapot, február utolsó vasárnapjára, 28-ára igazítva. A II. Internacionálé VIII. kongresszusán 1910. augusztus 28. és szeptember 3. között határoztak arról, hogy a nők választójogának kivívása érdekében nemzetközileg is nőnapot tartanak. A határozatot a kongresszus elfogadta, de a megemlékezés pontos dátumáról nem született döntés. 1911. március 19-én Ausztriában, Dániában, Németországban és Svájcban tartották meg a világon először a nemzetközi nőnapot. 1917. március 8-án (a juliánus naptár szerint február 23-án, azaz: február utolsó vasárnapján) Oroszországban nők tüntettek kenyérért és békéért.

Négy nappal később – nem közvetlenül ennek a tüntetésnek a hatására – II. Miklós cár lemondott, s polgári kormány alakult, mely szavazójogot biztosított a nőknek. Ezzel vált véglegessé a nőnap dátuma is, mely a világ legtöbb országában március 8-a.

### **A nőnap Magyarországon**

Magyarország a nőnap felhíváshoz először 1913-ban csatlakozott, amikor az Országos Nőszervező Bizottság röplapokat osztott. A

következő évben, 1914-ben már országszerte rendezvényeket szerveztek. A Rákosi-korszakban a nőnap ünneplése kötelezővé vált, és az eredetileg különböző időpontokban rendezett nőnapot 1948-tól szovjet mintára március 8-án tartották meg.

A rendszerváltás után a nőnap Magyarországon is elvesztette eredeti munkásmozgalmi hangulatát, helyette a virágajándékozás dominál.

R.M.

## ***Weöres Sándor: A NŐ***

*A nő: tetőtől talpig élet.  
A férfi: nagyképű kísértet.  
A nőé: mind, mely élő és halott,  
úgy, amint két-kézzel megfoghatod;  
a férfié; minderről egy csomó  
kétes bölcsesség, nagy könyv, zagyva  
szó.  
A férfi – akár bölcs, vagy  
csizmavarga -  
a világot dolgokká széthabarja  
s míg zúg körötte az egy-örök áram,  
cimkék között jár, mint egy  
patikában.  
Hiában száll be földet és eget,  
mindég semmiségen át üget,  
mert hol egység van, részeket teremt,  
és névvel illeti a végtelent.  
Lehet kis-ember, lehet nagy-vezér,  
alkot s rombol, de igazán nem él  
s csak akkor él – vagy tán csak élni  
látszik -  
ha nők szeméből rá élet sugárzik.  
A nő: mindennel pajtás, elven*

*csak az aprózó észnek idegen.  
A tétlen vizsgálotól összefagy;  
mozogj és mozgasd s már királya  
vagy:  
ő lány sóvárgás, helyzeti erő,  
oly férfit vár, kitől mozgásba jő.  
Alakja, bőre hívást énekel,  
minden hajlása életet lehel,  
mint menny a záport, bőven  
osztogatva;  
de hogyha bárki kételkedően fogadja,  
tovább-libeg s a legény vérig-sértve  
letottyan cimkéinek büvökörébe.  
Valóság, eszme, álom és mese  
ugy fér hozzá, ha az ő köntöse;  
mindent, mit párja bölcsességbe  
ránt,  
ő úgy visel, mint cinkos pongyolát.  
A világot, mely észnek idegenség,  
bármeddig hántod: mind önéki  
fátyla;  
és végső, királynői díszruhája  
a meztelenség.*



## Az 1948-49-es forradalom és szabadságharc



Évről évre, ha jön a tavasz, március 15.-én az 1848-49-es forradalomra, és szabadságharcra emlékezünk.

Immár második alkalommal intézetünkben rendhagyó módon ünnepeltük Március 15.-ét. A COVID miatti korlátozó intézkedések nem tették lehetővé, hogy a helyi kultúrban színvonalas műsorral emlékezzünk, és tisztelegjünk a haza hősei előtt. Idén az osztályok társalgójában, kisebb csoportokban történt a megemlékezés, családiasabb környezetben.

Versekkel, dalokkal, zenével ünnepeltük legnagyobb nemzeti ünnepünket.

Egy kis visszatekintés a történeésekről:

Az 1848-as tavaszi átalakulás programja majdnem két évtizedes előkészítő munka eredménye. Bár a reformországgyűléseken nagyon kevés valódi változtatást sikerült elérni, de lehetőséget teremtettek

arra, hogy a reformszellemű liberális nemesség kidolgozza a saját programját. Megjelentek az országos nyilvánosság színpadán a leendő forradalom vezetői: Batthyány Lajos, Kossuth Lajos, Deák Ferenc, Széchenyi István, Szemere Bertalan, Eötvös József és mások.

1848 március 13.-án Bécsben kitört a forradalom, Metternich lemondott Végső lökést a reformok ügyében végül a március 15.-e jelentette, mikor a pesti radikális forradalmi ifjúság vér nélkül érvényt szerzett a 12 pontnak.

Az 1848-as forradalom és szabadságharc Magyarország újkori történetének egyik meghatározó eseménye, a modern nemzeti identitás egyik alapkövévé vált. Társadalmi reformjaival a polgári átalakulás megindítója, önvédelmi harcával a nemzeti mitológia részévé vált. Eredményességét mi sem bizonyítja jobban, mint hogy a Habsburg –ház csak az Orosz

Birodalom katonai beavatkozásával tudott győzedelmeskedni.

Az 1848-49-es forradalom és szabadságharc a magyar nemzet történetének legismertebb háborús konfliktusa.

Az ünnepélyeken elhangzik **Petőfi Sándor** Nemzeti Dal című költeménye:

„ Talpra magyar, hí a haza,  
Itt az idő most vagy soha....”

A költőnek a forradalom előkészítésében fontos szerepe volt.

A Nemzeti Dal buzdító soraival ezreket állított a forradalom mellé.

Nemcsak szavaival, de tetteivel is a forradalom vezéralakjává vált. A csatákban a legendás Bem apó szárszékéjéig harcolt.

A segesvári csatában halt meg, 1849 július 31.-én. Emlékét sok verseskötet őrzi.

V.H.M.

## Mit kíván a magyar nemzet.

Legyen béke, szabadság és egyetértés.

1. Kivánjuk a' sajtó szabadságát, censura eltörlését.
2. Felelős ministeriumot Buda-Pesten.
3. Évenkinti országgyűlést Pesten.
4. Törvény előtti egyenlőséget polgári és vallási tekintetben.
5. Nemzeti őrsereg.
6. Közös teherviselés.
7. Urbéri viszonyok megszüntetése.
8. Esküdtszék, képviselőlet egyenlőség alapján.
9. Nemzeti Bank.
10. A' katonaság esküdjék meg az alkotmányra, magyar katonáinkat ne vigyék külföldre, a' külföldieket vigyék el tőlünk.
11. A' politikai statusfogyók szabadon bocsáttassanak.
12. Unio.

Egyenlőség, szabadság, testvériség!



## **Józsa Károly : Évforduló**

Ez a negyvenötödik évforduló  
S te lépcsőn akarsz menni,  
Pedig a templomot a lépcső végett  
Lejjebb kéne tenni.  
Látod, már ezt a pár lépést sem bírom,  
Nemigen látom, kik mennek az úton.  
Az étel ízével is van egy kis bajom,  
Délután jólesik, ha lábam betakarom.  
Ez volt minden negyvenöt év veled.  
Bosszantóan rövid!  
Most kérted meg a kezem.  
Aztán jöttek a gyerekek,  
Mily röpké pillanat.  
Elszállt húsz év és az unoka szalad.  
Majd tovább futott körülöttünk a világ,  
Lásd, a nappaliban a dédunoka kiált!  
Negyvenöt év! Negyvenöt év Veled,  
Már a ráncoknál is kezvedbe nőtt kezem.

## **Nagy Károly : Hahó tavasz!**

Nyitnikék! – cseng, csilingel a még pőre gallyakon a cinege.  
Bodobács viháncol, ingerel a barkás fűzfaág, metsz le róla!  
A rajzos-felhős ég azúr szemet simogat, szemet szúr a bársonya.  
Virgonc rigó füttyöget, érzékszervem van, mit szakasszon!  
Pattanj fel görizni a sarkon,  
Pattogzó rügyek árnyékában ibolyázom.  
Drága Katalin, hopp márciusi reggelen,  
Mikor smaragd és rubin az örömkönny a szemedben,  
Hogy a virágot a gallérodba tűztem.

## A Rajzpályázatokról



A Foglalkoztató épületben a rajzsakkörösök munkáiból megrendezett kiállítás nagyon népszerű volt a lakóink körében. A karantén időszak alatt az Intézetben élő alkotóink bemutatkozási lehetősége is lecsökkentek. Örömeinkre viszont erre az időszakra esett a Magyar Pszichiátriai Társaság 40.évfordulója, melyre kiállítással egybekötött könyvbemutatót szerveztek a Budapest Art Brut Galéria együttműködésében. A Kiadvány a hazai art brut outsider Art alkotóinak és Alkotóműhelyeinek egy újabb kiváló megmutatkozási lehetőség volt, melyben nagy örömmel Intézetünk három alkotóval is szerepelhetett.



Lengyel Krisztina, Deme Rita és Márton Zsuzsanna válogatott munkáival szerepelt a nívós katalógusban melyben egy rövid ismertető erejéig Intézetünk terápiás és rajzsakkörös tevékenységét is

bemutatták. Márton Zsuzsanna és Lengyel Krisztina már régóta öregbíti a Szakosított Otthonunk hírnevét, és vesz részt sikerrel a képzőművészeti eseményeken. A Karantén időszak a covid 19 vírus által inspirált témában hozott még pályázati lehetőségeket. Érintettségünk ellenére az Intézetben élők számára ez a szomorú helyzet, mely számos korlátozást és szigorítást hozott magával jellemzően nem érintette meg az alkotókat. Itt meg kell említenem Horváth Tündét aki a Covid 19 vírushoz köthető pályázatokon már másodszor szerepel festményeivel, remélhetően sikerrel. Március végén zárul le a Kreatív karantén pályázat melynek témája, hogy miképp lehet érzelmeket kifejezni a maszk alatt, illetve mit jelent egy zártabb környezetben, esetleg karantén alatt élni a hétköznapiakat. A pályázatokra való nevezésben szívesen nyújtunk segítséget a rajzsakkör keretén belül, mely nemrég max. 8 fő részvételével újra indult.

Kitartást kívánunk minden kedves lakónak a covid helyzet elfogadásához, és jó alkotókedvet az elkövetkező pályázatokhoz és szakkörös tevékenységhez.

F.Sz.

## Viccek



Két rendőr járőrözik az erdőben, és találnak két bombát. Kicsit tanakodnak, hogy mit tegyenek velük, majd úgy döntenek, hogy beviszik az őrsre.

Beteszik a Lada csomagtartójába, és elkezdnek hajtani visszafelé.

Az egyik megszólal:

- Te! Ne menj olyan gyorsan, még felrobban valamelyik!

Mire a másik:

- Nem baj, majd azt mondjuk, hogy egyet találtunk!

Nagydarab kamionos betér a fogadóba. Látja, hogy egy vészna ürge ül a

sarokban, előtte egy pohár sör. Odamegy, felkapja a poharat, és kiissza. Az ürge sírva fakad. A kamionos megsajnálja:

- Ugyan már csak vicceltem, kérek helyette másikat. Miért sír?

- Már hogyané sírnék, amikor ma semmi nem jön össze. Reggel nem csörgött az órám, elaludtam, ezért elkéstem a munkahelyről. A főnököm

észrevette, abban a pillanatban kirúgott. Indulnék haza, nincs meg az

autóm, ellopták. Hazamentem taxival, hát a legjobb barátomat az ágyban találom a feleségemmel. Erre lejövök ide a csehóba, kérek egy sört,

belerakok egy csomó arzént. Erre maga jön és kiissza..

Egy idős úrnak éveken át komoly hallási nehézségei voltak. Végül orvoshoz fordult, és az ellátta őt egy hallókészülékkel, amelynek segítségével ismét 100%-osan hallott. Egy hónap múlva az úr visszament

az orvoshoz, aki megvizsgálta és így szólt:

- Tökéletes a hallása. A családja boldog lehet, hogy maga megint hall.

- Oh, még nem mondtam meg nekik. Csak üldögélek és figyelem, mit beszélnek.

Már háromszor változtattam meg a végrendeletemet...

Két öregúr üldögél a nyugdíjasház kerti padján. Egyik odafordul a másikhoz és így szól:

- Te Béla, én 83 éves vagyok, és tele vagyok kínokkal és fájdalmakkal.

Tudom, hogy te is korombeli vagy. Te hogy érzed magad?

- Én úgy érzem magam, mint egy újszülött.

- Valóban? Mint egy újszülött?

- Igen. Nincs hajam, nincs fogam és azt hiszem, bepisiltem.

Sz. A.

## Húsvét



A húsvét a kereszténység legnagyobb ünnepe, a Biblia szerint Jézus – pénteki keresztre feszítése után – a harmadik napon, vasárnap feltámadt. Kereszthalálával nem szabadította meg a világot a szenvedéstől, de megváltotta minden ember bűnét, feltámadásával pedig győzelmet aratott a halál felett. A húsvét az azt megelőző időszak, Jézus sivatagi böjtjének emlékére tartott negyvennapos nagyböjt lezárulását jelzi. A katolikus kereszténységben böjtnek nevezett, valójában „húshagyó” táplálkozási időszak után ezen a napon szabad először húst enni. Erre utal a húsvét szó is: a hús magunkhoz vételének első napja. A böjt utolsó hetének neve: „nagyhét”, a húsvét utáni hét húsvét hete, egyes magyar vidékeken „fehérhét” – fehérvasárnapig tart. Húsvét hétfőn sok népszokás él, például a locsolkodás és a hímes tojás ajándékozása.

Ezek alapja a víz megtisztító, megújító erejébe vetett hit, amely aztán többnyire kölnivízzel való locsolássá alakulva maradt fenn. A locsolkodás hagyományának bibliai

eredetet is tulajdonítanak: a Krisztus sírját őrző katonák a feltámadás hírére vevő, ujjongó asszonyokat igyekeztek lecsendesíteni úgy, hogy lelocsolták őket. Régi korokban a piros színnek védő erőt tulajdonítottak. A húsvéti tojások piros színe egyes feltételezések szerint Krisztus vérére jelképezi. A tojásfestés szokása és a tojások díszítése az egész világon elterjedt.



Más vélekedések szerint a húsvét eredetileg a termékenység ünnepe, amely segítségével szerették volna az emberek a bő termést, és a háziállatok szaporulatát kívánni. Így kötődik a nyúl a tojáshoz, mivel a nyúl szapora állat, a tojás pedig magában hordozza az élet ígérését. A locsolkodás az öntözés utánzásával a bő termést hivatott jelképezni.

K.I.

***Nagy Károly : Húsvéti vers***

*Végre zöld a gallyakon,  
Bekukkant a kakukk, ha már így halad!  
Kulacsból iszom a kacajom,  
feledhessem téli süket hallomásomat!  
Kies ligetfolt, zengd az újjászületést,  
ifjú leány körbefutkározza, nézd!*

*Felhőrajzos égből dől a nap,  
Míg a lombzöldeket követi szemem.  
Éneklésem éhszomjába haljak  
Bele, hogyha játékosan, bohón, szertelen  
Lubickolni nem tudok tebenned, április,  
Mikor élve – halva megszületni ritka kincs!*

*Szálloda erkélyén kinn a szék,  
Pillangó libeg a kék infüvek fölött,  
Áldomását küldi már a húsvét,  
Rigófütyöt a gally mögül, lágyan freccsenőt.  
Locsolkodót játszik sugárfüggöny megett  
A szökőkút, meghinti szőke fürtödet.*



*Kellemes húsvéti ünnepeket  
kívánunk minden kedves  
ellátottunk és dolgozónk  
számára!*

