





G. Episcopus

LELKI BÉKE

VERSES ANTOLÓGIA

KORTÁRS KÖLTŐK

ILLYRIAN MONASTERY



**A magyar könyv is
magyar termék**

mozgalom

alapítva 2023

Alapítók: Sky S.T. írónő és HELMA kiadó

LELKI BÉKE

kortárs költők antológiája

2024

Illyrian Monastery

Szerkesztők

Hanna J. Nagy, Goran Episcopus

ISBN: 978-1-304-27786-2

Imprint: Lulu.com



Tisztelt Barátaink!

A sokadik alkalom, hogy Kortárs költők Antológiája jelenik meg a szerkesztésünkben. Az Illír kolostornál (Illyrian Monastery) küldetésünknek tekintjük, hogy olyan könyveket készítsünk, amelyek ihlete és műzsája az Isteni sugallat. Ide tartozik a hit és azok az érzések, amelyek betöltenek bennünket. Sorrendiséget nem kell keresni a versek között és a legtöbb esetben változtatás nélkül vannak a maguk egyszerű szépségében. Csak a lelki békét keresse mindenki.

Kolostorunk 2000 éve létezik és megfelelő a mindenkori törvényeknek az 5056353 számon nyilvántartásba vett, adószámmal rendelkező egyházi szervezet vagyunk.

Pál apostol levelezésében is feltűnik már a nevünk.

Haszonra nem törekszünk és ha valami adományba érkezik hozzánk igyekszünk közkincsé tenni.

Tisztelettel köszönjük a résztvevők munkáját

Hanna J. Nagy

szerkesztő

Erdős Sándor

Nádfedeles kunyhó

Nádfedeles kunyhó felett

megpihent az éjszaka.

Úgy döntött, örökre marad,

nem megy innen el soha.

Olyan nyugodt, olyan kedves.

Itt puha a létezés.

Itt lakik a szegénység is,

még sincs soha éhezés.

Itt rak fészket a szeretet.

Itt lett örök otthona.

**Csalfa remény ,igaz, mégis
maradna az éjszaka.**

**Kisírt szemmel hajnal ébred,
átveszi az éj helyét.**

**Ha nappal lesz, akkor ő is
nádön nyugtatja fejét.**

Erdélyi Tünde

El Camino

**Bakancsot veszel, hátizsákot,
távolba nézel, s kanyargó utakra
lépsz, veled vannak a csillagok
s a tejút fénye kísér az égen.**

**Csak gondolataid követnek,
s gyakran perelnek, kérdeznek,
vajon mit keresel, mi a célod,
mi az miért vezekelsz a
hosszú úton?**

Mi az, mi lelked tisztaságát

visszahozza, miért

imádkozol az úton hosszan?

Sárga kagylók mutatják az irányt,

kis házakban a zarándok

pihenni vágy.

Az út végén Jakab a szent vértanú

megerősít a hitedben, reményt ad,

hogy utad célját elérjed.

szellemét magaddal viszed,

s lelkedben szétárad a béke.

Dr Árva Margit

Vers a Lelki békéről

Lelki békét hol találok

Remélem, hogy ez nem álom

Keresem, kutatom

Segítségül a teremtőt hívom

Mégis az álom valóra válik

Amikor a lélek megnyugszik

Testem lelkem gondolatom

Egyensúlyba hoz...

Vagyálomra válaszolva

Valósággá válik

Itt és most

Megtörténik a csoda

Békében vagyok

Önmagammal

Együtt Véled

Lelki békével

Királdi-Kovács István

Biblia és Kenyér (lelki béke)

.

**Az asztalon Biblia és Kenyér,
lélek és test, összezárt tenyér,
imádság, némán mozgó ajkak,
békességet kér, de az Úr hallgat.**

.

**Felhők közül fény derül, Isten mosolya,
letekint, csókot ad, a gyúrt ráncokra,
fáradt szeme csillan, felnéz az égre,
és a néma ajak, hálát remeg érte.**

**A halk szó mélyebbre jut, és magasabbra ér,
mint amely dacosan dörren, önmagától fél,
a halk szó, szeretet, simogatás, remény,
a dac porba hull, legyen bármilyen kemény.**

.

**Az Úr sem kiáltozva hirdetett igét,
halk szóval tanított, békére hívott. Miért?
Mert a szép, halkszó maga az értelem,
megindul tőle a lélek, az érzelem.**

.

**Lélek és test, Biblia és Kenyér,
táplálék, amely nélkül ember nem él,
s ha ajka száraz, mint nyár hevében a por,
szomját oltsa forrásvíz, vagy Jézus vére, a bor.**

Aurora Amelia Joplin

Békesség a szívben

**Ha a szívből nyugalom árad,
Akkor már örökre a te várad,
Átjár, szeret, fényével dédelget,
Szeretetével mindenkit kényeztet.**

**Ha az életben elérted a lelki békét,
Álmaid valóra vált boldog percét,
Angyalok szeretetével rendelkezél,
Békédet szétszórod szeretettel.**

**Az út nehéz volt, buktatói tanítottak,
Sötét felhők lassan elvonultak,
Angyali kezek átölelve felsegítettek,
Hitükkel, fényükkel megerősítettek.**

**A lelki béke a bölcsesség testvére,
Együtt élnek, léteznek, és énekelnek,
Dalolnak szállnak szellő képében,
Életre kelnek az emberek szívében.**

Oláh Timi

Lelki béke

A lelki béke vágya bennünk él, míg élünk,

**Nyugalom hullámszik, a tenger kékjén, s a hullámok
hátán sem félünk.**

**Szelíd szél simogatja arcunkat, egy napfényes
hajnalon,**

**Szeretet árad, a melegében sugarai áradnak
szabadon.**

A csendes pillanatokban megtaláljuk,

**A belső békét, mely elmélyít és gyógyít, ott
legbelül,**

**A lelkünkben tükröződik a végtelen, s a rút is
megszépül.**

**Az örök nyugalom, ami mindig velünk él némán, s
csendben,**

**A Zent megtalálni akarat kérdése, Káoszban és a
Rendben.**

Máthé Rozália /Roszka/

Béke szigete

Vajon magamban csendesen ülve,

A rohanó világ közepébe,

Magamat keresem, szüntelen,

Lelki- békémet meglelem?

Rohanó szomorú világban,

Az írás békéjét megtaláltam.

Egyém csak az enyém ez a csendes sziget,

Isten veled rohanó világ és, rohanó Emberek.

lochom Zsolt

Otthon

Mi jut eszedbe, ha azt mondom: otthon?

Egy meleg szoba, hol semmi gondod,

mint a nyári napfény lágy ölelése,

Forró kávé, gyerekricsaj, nevetés,

boldogság szövi át a levegőt.

Testet-lelket nyugtató pihenés,

védelem, amit adsz és kapsz,

mint a tenger partján ringató hullámzás.

Lelki sebre jóleső, mézédés vígasz,

ahogy az őszinteség csendjében

megtaláljuk magunkat.

**Idegenek után barát, ismerős,
vágyam utána oly végtelenül erős,
mint a hajnal első sugarai az éjben.
Feladatok, miknek meg kell felelnem,
ami volt, soha nem szabad felednem.**

**Rajtad múlik, mikor kimondom,
édes legyen ez a szó: otthon,
mint az őszinteségben megfogant ígéret,
hol minden szó, mint egy gyengéd érintés,
egy új világ kapuját nyitja meg előtted.**

Amy Campbell

Béke van a lelkembe

Mert autózok a hatkerbe

A fák leveleinek árnyai a kerekeim elé vetülnek le

Az aszfaltra

Driftelek gumijaim fekete csíkjai félkör alakba

Az úton maradnak

Mögöttem

Kedvesem az Andrássyn vár otthon megjöttem

Ahogy belépek átkarol

Mohón csókol

Árad belőle a parfüm a Hugo Bosstól

Aztán belekezdünk egy témába

Máris megyünk a West End Plázába

Shoppingra

Majd a kínai kajáldába

Rák kajára

És csípős savanyúra

Ez a kedvenc kaja

Majd elmegyünk a moziba

A film alatt amit falunk az pattogatott kukorica

Ja,

Ezek is lelki békés dolgok

Ha megtaláltad a társad elkerülnek a gondok

Kimmel Gábor

Anima sanitatem

Kérlek segíts Uram!

Mutasd meg az utat!

Mit kell majd kiálljak,

Hogy majd megtaláljam

Az én lelki békém?

S talán elhinném:

Vagyok én valaki.

Zengjenek dalaid!

Várjunk csak egy percre!

Megadatott minden.

**Egy gyönyörű élet,
Szép kis feleségem!
Köszönöm hát Neked,
Ezt a szép életet!
Ideje meglátnom,
Gyönyörű világom.
Csodaszép Szerelmem
Szépíti életem!
Csillagszemű Drágám,
Tiéd minden hálám.**

Chamilla Kitti

Lelki béke

A létezésed csoda,

A Világ lelke benned van.

A csoda hogy avatkozik be az életünkbe,

**Mennyire láthatò, vagy mérhetõ vagy
kiszámíthatò?**

Teljesen mindegy.

A lényeg, hogy tudd, biztosan létezik.

Ezekiel Winterman

Szívem könnyű

Szívem könnyű mert vele látok

Békével békére találok

Nappal fénye nem mulik el

Ha a lelkem szépet énekel

Béke fény és nyugalom

Csendek együtt egy dallamon

Szívből szívbe áramló kívánság

Lelki békével szárnyaló boldogság

Júlia Gáll

Lelki békém

**Univerzum körforgásában,
azt kapjuk vissza amit adunk.
Ha környezetünkben béke van,
Mindenki mást erre sarkallunk.**

**Szeretben egyszerű élni,
ha szeretve vagyok, s szeretek,
Lelki társként egymásnak lenni,
Ha egészség van, nevethetek.**

**Lelki gondom külsőmre kihat.
béke van belső világomban,
És eljön kiben szívem bízhat,
Bejöhet hozzám valóságban.**

**Kapcsolat mozgató rugója,
Az őszinteség és a nyíltság.
Néha csak megáll egy jó szóra,
arcomra fény, derül boldogság.**

Riczu Joli

Voltál te is úgy?

Voltál te is úgy?

Hogy azt hitted nincs kiút.

Ellened van minden,

nincs kiben hinned.

Voltál te is úgy?

Hogy a terhed lehúz.

Nehéz a szíved,

reményed veszítéd.

Voltál te is úgy?

Hogy torkod szorította a bú.

**Fáradtan zuhantál ágyadba,
párnádat könnyeid áztatta.**

Voltál te is úgy?

Azt hitted, az élet is sújt.

**Nem tudtad, hogyan folytatod,
lesz-e még boldog holnapod.**

**Majd a gond, a bánat elköszönt,
szívedbe béke költözött,
mert Isten mindvégig veled volt,
erővel, hittel felkarolt.**

Voltál te is úgy?

Hanna J. Nagy

Lelki békém

Az éjszaka csendjében

Keresd a hold fényét

A világ kertjében

Leld meg a lelki békét

Menj magányos utadon

Nehéz terhedet ne hordozd

Csillagfény minden panaszon

Szabadság szelét oldozd

Csukott szemmel is látod az utat

Mindent, ahova léphetsz

Hagyd magad mögött múltat

Lelki békédben élhetsz

Esőcseppek finoman hullhatnak

Arcomon leperreg könnyeimmel

Minden jóban megtalálhatlak

Áldott lelki örömmel

Goran Episcopus

Lelki béke

Álmodj meg magadnak,

Képzeld a szabadságot...

A Gondok elszaladnak,

Elfedve minden átkot...



Álmodj jót mindenkinek,

Szeretett lelki béke...

Jó érzések, szerelmek,

Most bennünk érnek révbe...

Álmodj egy szép világot,

Mindannyian ott leszünk...

Érdeemes valóságot,

Lelki békével nekünk...

Kiskartali Judit

Tiszta Jóság (részlet)

Óh jaj, szegény kedves öreg néni, te!

Rossz felé fordul ráncos kezed feje!

Nem jó az irány, merre tartod markod,

ennél a bandánál kár kopogtatnod.

Egy anya szíve ekkor nagyot dobban

„Hát leáll Pisti egy koldusasszonnyal!

Honnan szedte, hogy ilyet szabad neki?

Majd amit tőlem kap, azt megnézheti!”

**De perc alatt megtört a gőgös erő,
A srác nagyobb lesz, mint bármelyik felnőtt,
ahogy ebédjét a néninek nyújtja
pár embert ezáltal szégyennel sújtva.**

**Kedves öreg néni áldást átveszi,
Pisti elpirul, lábait szemléli,
Majd ránéz; nézi, s nem igazán érti,
miért is sír a kedves öreg néni...**

Újhelyi Ferencné

HIDD EL.,

**A fejünket már lehajtottuk,
s derekunk is már hajlik,
de nem magunk miatt, a gyermekeink
unokáink miatt.**

Ha nem ezt tesszük. követjük a TE JÉZUSI UTADAT

**Megaláznak, megvernek éhen halasztanak
minket.**

Ó Jézusom és mi lesz az utódokkal??????

Ez mozgat minket és nem más...

Jöjj el Jézusom jöjj el!

Másodszor is jöjj el!

Tégy rendet eme KÁOSZBAN!

Mi emberek képtelenek vagyunk rendet teremteni,

Nélküled itt nem sikerül semmi!

Fékezd meg Lucifert! csak TE tudsz neki

parancsolni az ATYÁN KÍVÜL!

Tőled fél rettegek,

de minket kinevet.

Teremts ÚJ ÉDENT!

Vedd vissza királyságod!

S ha még tudsz minket szeretni

vezess minket vissza a jó útra!

LEGYEN BÉKESSÉG KÖZÖTTÜNK MOST ÉS MINDÖRÖKKÉ-.

Paudits Zoltán

RELAXÁCIÓ

**Ma csendes tó a lelkem,
kifeszített víztükör,
ma bánata sem rezzen,
mert ma semmi nem gyötör.**

**Ma hálót húz az éjjel,
benne a könny fennakad,
és megtölti fénnel a
hold az esti árnyakat.**

AKAROM

Mikor már majdnem

feladom,

megszólít egy hang:

Nyugalom!

Mikor úgy érzem,

elvesztem,

virágok nyílnak

lelkemben.

Mikor azt hiszem,

fájdalom,

gyönyörre szépül,

s akarom,

akarom,

akarom.

Bubrik Zseraldina

Hittem

Hittem a jóban,

hittem a szépben.

Hittem a földi jóban,

hittem a megértésben.

Hittem az igaz szerelemben,

hittem az igaz szeretetben.

Hittem a boldogságban,

hittem a tanulásban.

Hittem a megértő lelkekben,

hittem a fényűző pompában.

Hittem a szabadságban,

hittem a boldog párcapcsolatban.

Hittem a házasságban,

hittem a megújulásban.

Hittem a barátságban,

hittem a megváltásban.

Hittem a forró csókban,

hittem az érzelmes ölelésben.

Hittem a táncban,

hittem a megnyugtató zenében.

Hittem az életemben,

bár csalódtam párszor,

de, még mindig hiszek

a felhőtlen boldogságban.

Márkus Katalin

Kértem és visszakaptam

**Lelki békém nemrég elhagyott,
valaki igaztalanul megvádolt,
nem szemtől szembe támadott,
ahhoz bizony bátortalan volt.**

**Nyugtalan éjszakák, borús nappalok,
az agyam lázasan zakatolt,
mit tettem én, hogy így elfordult,
mert eddig hittem, jó barátom volt.**

**Sok önmarcangoló gondolat után,
beléptem templomunk ajtaján,
egyedül voltam, az Úr már várt,
lelkemnek Ő adott megnyugvást.**

**Eljön az idő, majd rájön, hogy tévedett,
de addig az Ő lelke is szenved eleget,
ma már sajnálom, mint felebarátomat,
saját magának is okozott fájdalmat.**

**Kértem az Urat, világosítsa elméjét,
hogyan lelke újra elnyerje békéjét,
nagy az Ő hatalma, tudom megteszi,
még akkor is, ha barátom ezt nem hiszi.**

**Mert a lélek békéje testnek éltetője,
bajnak, betegségnek száműzője,
hamis gondolatok rostálója,
bölcs igaz látás megsegítője!**

Zsubrits Zsolt

Legjobb otthon

Ma megint otthon maradok,

hadd ragyogjon fel a legszebb csillag,

a különleges, a soha sem szunnyadó, a Napom.

Ezerszer bejárom minden zúgóját, hajlatát,

rejtélyek szigeteit, a szelíden síklót, a sóhajtót.

Egészes magával ragadó dimenziók!

Táncos lábú évszakok nyomába eredek.

S a szírének, némi utóízek, álmotázásra indítanak.

Virágoktól viruló kertben a tavaszmadár kéken dalol,

dallá leszek én is, útra hív a nyár.

Ám otthon maradok.

**Legnagyobb szám a szív bősége,
a benső és a nyugalom,
végre mosolyra ívez a szám.**

**Velem kacag a habókos április,
és felmelegíti tűzhelyem
lényem aprócska sejtjeit,
lángrózsa bontja szírmait.**

**Belefeledkezem egy érzésbe,
rabul ejt múlt, jövő s itt-most a jelen.**

**Emlékszel? Csak a meghitt csacsogott,
együtt hallgattuk, te és én.**

**Rojtos szélű takaró takarta el ráncaink,
a megmagyarázhatatlan
játszott kirakóst.**

A kényes, messzeségbe feledkező vágy

érintőlegesen gyengéden karolt át.

Itthon pillanatonként változik a táj,

mint a zakatoló vonatból a szép új világ.

Integetünk egymásnak.

Mennyire nem férek a bőrömbbe!

Magamra öltöm a legújabb szimfóniát,

cseng-bong, szíren hangján szólít,

zakatol a boldogság, a drága kincs.

Bárhol is járjak, vagy épp álljak,

magamban mindig otthon vagyok.

Oltyán Gábor

Éjszaka

Éjszaka csendes

Szél se zúg ma

Csillagok alatt

Szívem kalapál

Félve várom az időt

Hajnal majd újra jön

Megtalálva békém

Amely lelkem mélyén pihen

Vasi Ferenc Zoltán

Mondta Jézus (részlet)

Mondta Jézus a hegyen:

Másoknak is juttass magadéból,

hogy a sajátodat kiérdemelhesd.

Légy jó! Légy hű! Légy türelmes!

Forgasd az eszedben szüntelen:

Igazakat kutatott Diogenész,

de kezében volt mindig a lámpa.

Ha gonosztett nyomakszik életedbe,

forgasd az eszedben szüntelen:

Légy mindig ember! - s ha szenvedsz,

gondold és cselekedd az ima varázserejét.

Ha kivágták alólad a diófát, a forgácsban

**benne él ültetője. Ha dohányárúként
adták el neked a fűrészport, az a füst
nem fojtotta torkod, inkább téged éltet.
Tápláld mások enyhére, hasznára a szót:
Tanulj meg Tőlem igazán szeretni,
magad örömére...**

**“- Az Atyámhoz mindenkinek
csak kedvesem szívéen át vezet az út.
Ki indulásra kap engedélyt,
a lét olyan titkaiba juthat,
mint a Rosa Mystica,
a kegyelem határtalan bizalma,”
s a hittel megélt engedelmekek.**

Poór Edit

Jó éjt

Vörösen izzó napkorong,

Nyugati látóhatáron,

Búcsút int a horizonton,

Fény nem tör át fátyolon.



**Az ég sötétlő égboltját,
Hullócsillagok mintázzák,
Hold ragyogja az éjszakát,
Felváltva vele napszakot.**

**Álom manók felszerkennek,
S port szemedre hintenek,
Álomvilág vár tégedet,
Itt megtalálod békédet.**

Andró-Vaskó Sándor

Árnyak

Elvittek az árnyak

Az érzés cserbenhagyott

Messze a Hazámtól

Semmi és senki vagyok

Szerelem nincs és nem lesz

Mert nem volt, soha nem volt

Szerettem a tested

De lelked maszatos folt

Apám-anyám régen

Létezett, nem is tudom

A templom tövében, fent

A keresztnél, a domboldalon

Nem robbantak bombák

Gránát se szakított szét

Csak elmúlt az az élet

Ami nem volt soha enyém

Váczy Virág

Akarom

Az nem működik, hogy "szeretném".

Az sem, hogy "bárcsak".

Egyetlen működik, hogy "akarom".

Erre van beállítva az agyunk,

Hiába kondicionálnak a másokra.

Mondd: akarom!

Akarom azt a könyvet.

És a másikat is.

El akarom érni a buszt.

Akarok kétszázezer forintot.

Akarom, akarom, akarom.

Nem azért, mert egy hisztis kisgyerek

Mindent elér, ha toporzékol,

**De az agyad ettől áll rá arra,
Hogy elérd, amire vágyol.
Mert az "akarom!" felszakítja a gátakat.
Kinyílik az ajtó, ami mögött ott van,
Mi az, amit te tehetsz azért,
Hogy amit akarsz, a tiéd legyen.
Nem mindig úgy, ahogy szeretnéd,
De mindig úgy, hogy megkapod.
Akarom, akarom, akarom!
Átlépek a képzeletbeli nyitott ajtón,
És elveszem.
Ha pedig az orromra csapódik az ajtó,
Akkor még jobban "akarom!"
És egyszer az enyém lesz,
Bármit is akarok.**

Szabó Borka

Apevasottkölök

Ki	Te,
Vagyok	Uram,
Én neked,	Vagy nekem,
Uram? Gondod,	De ki? Gondom,
Csóró koloncod,	Gazdag koloncom,
Kínod, átkod?	Kínom, átkom?
Aki csak	A válasz
Útban	Erre
Van?	Mi?

Nem	Bár
Tudom,	Fog' sincs,
Keresem.	M'ért vágyom
Nem találok.	Igazságra,
Talán nincsen is.	Ha nem létezik.
A kérdést nem	M'ért keresem
Véletlen	Szüntelen,
Kérdem	S hiszem,
Ám	Ha

Nincs?	Meg
Ha van,	Kéne
Nem nálam,	Büntetni,
Máshol lakik,	Amiért nincs,
Mástól kap enni.	Vagy hát nem nálam
Egyenlőtlen,	Van. Nekem is
Unigaz,	Szükségem
Hamis.	Volna
Jól	Rá!

Ha

Látod

Valahol

Csellengeni

Az igazságot,

Kérlek téged,

Hozd ide

Nekem

Most!

Márton Csilla

Lelki béke

Szenvedés, mert akarunk,

A konokság a mi urunk.

Lelki béke égi ajándék,

Lelked már nem él magányként.

Szívünkben roskadhatatlan bástya,

Ha ezt megéljük, igazi csoda.

Meggyógyulás, hatalmas harmónia,

Égi áldás, mindenkori cimborá.

**A lélek békéje kincs értékénél fogva,
Született tündér-daloló ritmusba,
Nyugalom, mint csendélet forrása,
Mély öröm árad és benne mosolya.**

**Megtaláltuk e síkon cselekvő lelkünket,
Mely Istenhez felemel, felszabadít minket,
Szárnyat bontunk és elérjük azt,
Ami beteljesít, mert ez az Isteni akarat.**

TARTALOM:

Erdős Sándor

Nádfedeles kunyhó

Erdélyi Tünde

El Camino

Dr Árva Margit

Vers a Lelki békéről

Királdi-Kovács István

Biblia és Kenyér (lelki béke)

Aurora Amelia Joplin

Békesség a szívben

Oláh Timi

Lelki béke

Máthé Rozália /Roszka/

Béke szigete

lochom Zsolt

Otthon

Amy Campbell

Béke van a lelkembe

Kimmel Gábor

Anima sanitatem

Chamilla Kitti

Lelki béke

Ezekiel Winterman

Szívem könnyű

Júlia Gáll

Lelki békém

Riczu Joli

Voltál te is úgy?

Hanna J. Nagy

Lelki békém

Goran Episcopus

Lelki béke

Kiskartali Judit

Tiszta Jóság (részlet)

Újhelyi Ferencné

HIDD EL.,

Paudits Zoltán

RELAXÁCIÓ

AKAROM

Bubrik Zseraldina

Hittem

Márkus Katalin

Kértem és visszakaptam

Zsubrits Zsolt

Legjobb otthon

Oltyán Gábor

Éjszaka

Vasi Ferenc Zoltán

Mondta Jézus (részlet)

Poór Edit

Jó éjt

Andró-Vaskó Sándor

Árnyak

Váczy Virág

Akarom

Szabó Borka

Apevásotkölök

Márton Csilla

Lelki béke



G. Episcopus

ILLYRIAN MONASTERY