

# METAMORFÓZY ŽIVOTA

Autor	Vydavateľ	Licencia	Vydanie	Autor obálky
<a href="#">Jana Ostrihoňová</a>	<a href="#">Greenie knižnica</a>	<a href="#">CC-BY-NC-ND</a>	<a href="#">Prvé (2024)</a>	<a href="#">Jana Ostrihoňová</a>

## O knihe

V knihe *Metamorfózy života* nájdete krátke i dlhé básne. Inšpiráciou bol pre mňa každodenný život v jeho najrozličnejších podobách, či už v pozitívnom alebo negatívnom aspekte. Snažila som sa do veršov vložiť kúsok svojej duše a vyjadriť vlastné vnímanie sveta cez vnútorné emócie.

## SLZA A ÚSMEV

Smútočným šatom odetá do lesku pochmúrnych emócií,  
stvorená vo víre žiaľu, nešťastia, citových negácií.  
Ladne si cestu prekliessi až do kútika ľudského oka,  
lenivo sa v ňom usadí, tíško na vhodný okamih čaká.  
Zachvieva sa v nedočkavej túžbe, na kus dobrodružstva má chuť,  
zakalí zrak tekutou hmlou, začína svoju krátku púť.  
Až sa pokožky jemne dotkne, slastné opojenie pocíti,  
adrenalin naplní ju, keď v chladnej stope steká po líci.  
V zlomku sekundy jej život vystrieda smrteľná muka,  
v nemom zmätku umiera, zotiera ju niečia ruka.  
Tá istá dlaň pohladí tvár a razom chmáry pominú,  
slzy v očiach vysychajú, menia sa v radosť úprimnú.  
Srdce už netrpí v bolestnom zvieraní, chytá správny rytmus,  
opäť sa s tlkotom prebúda k životu, láske píše hymnus.  
Hádka stíchla, realita stáva sa jasným živým snom,  
na pery úsmev sadne, bdie tam v pokoji nehybnom.  
Výraz tváre už nie je mdlý, prezrádza skryté nadšenie,  
šepot nežného hlasu odstráni posledné trápenie.  
Od plaču k smiechu vedie hranica mnohých vnútorných bojov,  
z ktorých rastie sila duše pri zdolávaní nepokojov.

## PRIEPASŤ

Pálčivá myšlienka hnala ju na okraj strmého útesu,  
teraz tu stojí a praje si odolať vlastnému poklesu.  
Rozvážne konanie nechala pohltiť šialeným zmätkom,  
cíti, že svoj boj prehrala, zlyhala úplne vo všetkom.  
V priepasti pod sebou vidí len obrovské kusy čiernych skál  
a spenené more, jak s vlnami tancuje divoký bál.  
Iba jediný krok delí ju od nezvratnej pravdy,  
pravdy, ktorú smrť túži jej na pery vpísať navždy.  
Ešte však váha a nohami pevne na zemi stojí,  
chrptom steká pot, ruky sa trasú, žalúdok sa bojí.  
Za horizont slnko zašlo, čoskoro tmavá noc nastane,  
viator dych do diaľky unáša a v duši zúri povstanie.  
Posledný pohľad na krajinu, kde prežila toľko rokov.  
Rozum kričí: Skoč! Zbav sa už konečne mučivých okov!  
Odovzdaj telo moru, nech ňá prúd pod hladinu stiahne,  
slaná voda pľúca naplní, iskra vyhasne na dne.  
Aká krásna lož je život! Zmysly aj srdce zvodom opantá.  
Skočiť, či ostať žiť? Ktorá z možností je správna varianta?

Jana Ostrihoňová – *Metamorfózy života*

Skôr, než sa rozhodne, ktosi ju pevne za plece chytí,  
neochvejnou silou v nej mylné presvedčenia drtí.  
Splynie s pohľadom záchrancu, v očiach má tichú otázku.  
Prečo ho chcela opustiť? Zabudla vari na lásku?  
Ťaživý strach zo smrti na zem padá, ustupuje bezmocnosť,  
do popredia tisne sa nová nádej i sľub v lepšiu budúcnosť.

## ĽUDSKOSŤ

Slová iných sú schopné štípať ako soľ.  
Deraví dušu jak šaty dotieravá moľ.  
Vháňajú do očí tekutý žiaľ.  
V myslí nastolia ničivý ošiaľ.  
Spôsobia hrdosti trpkú potupu.  
Vháňajú ego do ďalšieho zostupu.  
Prečo dnes z človeka cítiť len zlobu a chlad?  
Má azda srdce z kameňa a namiesto duše ostrý ľad?  
Zabudol snáď na lásku, už nevie mať rád?  
Dokáže z úst vypúšťať iba jed ako had?  
Skôr než odsúdiš, v cudzích topánkach kráčať skús.  
Kráčaš s pochopením, prejdeš v nich životnej cesty kus.  
Precíť všetku ich krivdu, bolesť i smútok.  
A keď to pochopíš, zväz svoj ďalší útok.  
Zvláštna doba je dnes všade naokolo.  
Brat brata nepozná, každý hrá vlastné sólo.  
Rodina, známi, vrúčne vzťahy – nič nie je, ako bolo.  
Do chrbta ti vrazia nôž, pred tebou tvária sa milo.  
Málo je takých, čo nechytia paniku i stres,  
keď o pomoc a radu ich požiadaš dnes.  
Kam sa podela empatia, štedrosť i láskavosť?  
Nebolo už tej nevraživosti medzi ľuďmi dosť?  
Vráť sa medzi nás, príď dlho vítaný drahý hosť!  
Vráť sa medzi nás, Ty, nám chýbajúca ľudskosť!

## POVRCH

Pravda je taká, že dnešný svet iba umelú krásu uznáva,  
poctivosť nemá tu miesto, jej náhradou stala sa pýcha a sláva.  
Prestali každého zaujímať tvoje pocity a postoje,  
podľa vzhľadu súdía ťa ľudia i okolie tvoje.  
Oči sú prikruté závojom umelých mihalníc,  
obrovské zvodné pery zdôraznia sýtu červeň líc.  
Obočie tip-top, prsty na rukách zdobia nechty gélové,  
obleky, autá, kabelky, šaty – všetko je značkové.  
Výplne, botoxy, prsné implantáty,  
vylepšia výzor, zaplnia straty.  
Vyzeráť mladšie, nevkusné vrásky vyhladiť,  
vd'aka fitku a solárku starnutie spomalíť.  
Reklamy plné vzorových ideálov mužov i žien,  
rozum vníma modelky na obálkach časopisov len.  
Rozhodnutie tvoje atraktívnym stať sa,  
rapídny chudnutím zmenší ti obvod pásu.  
Celebrity kradnú nám sebavedomie, berú dych,  
cudzí svet láka nás na luxus a prepych.

Celým ľudstvom záviest' otriasa, povrchnosť tu vládne,  
cez kilogram make-upu nám sebavedomie mladne.  
Hlad po nesmiernej moci, úspechu a vytúženom obdive,  
hlasno kričí pod povrchom v duši, tvári sa pritom nevinne.  
Hodiny pred zrkadlom strávené uberú nám síce rokov pár,  
hra na „niekoho“ však bráni nám ukázať skutočnú tvár.

## DVAJA

Dlho nám trvalo, kým sme sa našli – ty mňa a ja teba,  
dnes ďakujem Bohu, že mi ťa doprial – si vzácny dar z neba.  
Do ticha znie hudba srdc, v hrudi nás oheň lásky páli,  
dve duše k sebe cestu našli, splynuli, jednou sa stali.  
Vnor sa prstami do mojich hebkých vlasov,  
vnímaj tú chvíľu, nechaj sa opantať čarovnou krásou.  
Vyslov moje meno s nehou, nech zrúmenie mi líce,  
veď šepot nežných slov má hodnotu za tisíce.  
Vyznaním sladkým zahrej mi srdce, poblázni zmysly,  
vôňou tvojho tela vzbud' vo mne necudné úmysly.  
Abecedu vášne len ty učiť ma smieš,  
až do krajiny hriechov vstúpim s tebou, vieš.  
Amorov šíp zasiahol nás hlboko, bez seba žiť už nevieme,  
amuletom lásky, čo vnútri nám žiari, od neprajníkov sa chránime.  
Jasný plameň dňom i nocou v očiach stále nám horí,  
jediný bozk žiadostivý všetky zábrany razom zborí.  
Je niečo, čo ešte neznáš, ale srdce to už dávno tuší,  
jak ty chápeš mňa, tak i ja rozumiem tvojej duši.  
Jedine s tebou mám chuť kolotoč pádov i vzostupov zažiť,  
ja som prítomnosť aj budúcnosť, ktorej chuti nevieš sa nabažiť.  
Azda to náhoda iba bola a možno že osud zvláštny,  
ako v jeden deň naše cesty skrížil okamih šťastný.  
Autor Boh nechal nás podľahnúť čaru citov a ich moci,  
aby sme o nových začiatkoch snívali, aj o spoločnom konci.

## ABECEDNÁ BÁSEŇ

Amor nad krajinou vysoko v oblakoch letí,  
Bystrým zrakom dianie na zemi pozorne sleduje.  
Celý deň nad správaním ľudí len hlavou krúti,  
Dušu im zlo spútava, vnútro nenávisť spaľuje.  
Energia lásky málokomu v srdci svieti,  
Farebnosť života do tieňa smutne sa sťahuje.  
Groteskný je človek bez citov vo vlastnom bytí,  
Hlavou iba mamon víri, telu rozkoš panuje.  
Chopí sa Amor luku, tetivu mocne chytí,  
Istou rukou hľadáčik na svoju obeť smeruje.  
Jediným pohybom zlatistý šíp nadol pustí,  
Kovový hrot vzduchom sviští a čoraz viac zrýchľuje.  
Len čo prvú ženu nájde, v srdci sa jej stratí,  
Muža v parku druhým šípom vystraší a šokuje.

Greenie knižnica, [greenie.elist.sk](http://greenie.elist.sk)

Nová emócia v oboch rastie, mysle múti,  
Odolať túžbe nevládzu, ich duša sa raduje.  
Prítazlivosť i nehu jeden k druhému cíti,  
Rozprávkovú budúcnosť im vnútorný zrak maľuje,  
Spoločne až do smrti žiť a mať kopy detí.  
Teší úspech Amora, veselo spieva, tancuje,  
Usilovne šípy strieľa, celé ľudstvo čistí.  
Vytrvalo vo dne, v noci krajší svet nám buduje,  
Zázrak je, že všetkým láska stále veľmi chutí.

## MASKA

Milovať svoju originalitu zdá sa byť rozumný počin,  
mať rád seba samého predsa nie je žiadny zločin.  
Moc a prestíž sú však nesmierne silné zbrane,  
myšlienky na úspech ovládnu vôľu nečakane.  
Avšak za širokým úsmevom zvykne sa faľoš ukrývať,  
ani v lesku očí pravá úprimnosť a prajnosť nebýva.  
Autenticita vo svete klamstva cudzím pojmom stáva sa,  
autoritou dneška ctižiadosť, pycha, ego a dokonalá  
krása.

Stále sa iba spokojne, šťastne tváriť,  
slabosť za tieňom pretvárinky nutne ukryť.  
Schovávať slzy za radosť a bolesť za smiech,  
snažiť sa vyzerat' prirodzene je stupídny hriech.  
Kde sídli tvojich osobných zábran koniec,  
keď byť najlepší túžiš, no v duchu si sebec?  
Kto vlastne si, že skutočnú tvár ukázať sa zdráhaš?  
Kvôli čomu svoju reálnu osobnosť potláčaš?  
Až keď sa po náročnom dni opäť domov vrátiš,  
azda svoju masku z tváre konečne zložíš.  
Armáda citov poskytnie úľavu tvojej povrchnej duši,  
aby si sa znovu stal tým, kým naozaj si.

## HROB

Hodinou zrodzenia cesta ku trpkému koncu začne,  
hostom si len tu na Zemi, nebudeš žiť večne,  
hlava všetkého tvorstva – nespysi, správaj sa vďačne.  
Rieka bytia plynie, mizne do nenávratna,  
rutinu všedných dní zaplňa práca krvopotná,  
rastom túžby po majetku stáva sa potreba nutná.  
Odrána až do noci ideš jak stroj, chvíľu sa nezastavíš,  
ochotne načúvaš lačnému egu, prchavým úspechom sa  
živíš,  
ohromnú kariéru s úspechom buduješ, pokým sa  
neunavíš.  
Boh dal človeku život, no málokto z nás si jeho dar  
váži,  
bojovať o peniaze, moc a známosti urputne sa snaží,  
bujaré zábavy i závislosti sú tým, čo ľudskú dušu baží.  
Avšak jedného dňa skončí aj tebe divoký beh.  
Pod hrudami hlinitej zeme vyrastie studený pelech.  
Z vecí nadobudnutých nevezmeš ničoho na druhý bre.  
S posledným výdychom úprimne sa pokor,  
nech smútočné „Zbohom“ zanôti anjelský chór  
a neúprosný čas požerie kosti rýchlejšie jak mor.  
Do truhly upadne nehybné telo.  
Duša vzlietne do výšky osamelo.  
Tak završí sa ďalšieho stvorenia dielo.  
Všetkých raz smrť umlčí – každého na vhodný spôsob.  
Zubatá s kosou si nevyberá, či si dobrodinec a či snob.  
Bohatého aj chudáka napokon pohltí ponurý hrob.

## KRAJ

Krajinou predivných zázrakov,  
v údolí stratených tajných snov,

Jana Ostrihoňová – Metamorfózy života

kde vzdušné zámky sú len ilúziou,  
túžby a priania rozmarnou hrou,  
tam vykročí smelo bez predsudkov,  
naplnený okolitou nádhrou.  
Rýchlo sa ponor do vône mäkkučkej lúky,  
nech zahalia ťa farebných kvetín puky,  
vychutnaj v prírode omamné zvuky,  
dovoľ nežnému vánku poláskat' ti ruky,  
tichu lesa odovzdaj súženiu a muky,  
uvoľni zo seba myšlienkové zhľuky.

Až uveríš, že čas veľkých problémov sa už kráti,  
do hĺbín tvojej duše opäť pokoj sa navráti,  
všetko trápenie jak ranná hmla sa vytratí.  
Znovu sa ocitneš na životnej trati,  
kde priaznivý osud do karát hrá ti,  
šťastena vrúcne požehnanie konečne dá ti.  
Jemnejšie city ožívajú a rázne hlásia sa k slovu,  
vnímaš ich celou bytosťou, prinášajú vytúženú úľavu,  
lenže srdce ešte štrajkuje, podobá sa chladnému kovu,  
rozum však núti tvrdú hlavu prijať realitu novú.  
Zastav ten čarovný okamih, precíť jeho krásu snovú,  
pohľadni na svet inými očami, až nadýchneš sa znovu.

## CHALÚPKA

Hlboko v smrekových horách,  
kde fauna spi v brlohoch, norách,  
flóra sa prebúdzá pri ranných zorách,  
nikto nesníva o nočných morách.  
Na mieste, kam dobrú noc chodí dávať líška,  
dych z pľúc vyháňa nadmorská výška  
a výr svoju plačlivú melódiu húka,  
stojí osamelá drevená chalúpka.  
Stromy načúvajú šepotu vetra, v oblakoch hrdo plachtí  
orol,  
v tráve odetý do teplého svetra, sedí schovaný malý  
troll.  
Slnecný svit posledné zvyšky mliečnej hmly odfúkol  
a na malebnú prírodu úchvatný pohľad ponúkol.  
Podídi k domu, prekroč mačičku prítulnú,  
nazri cez oblôčik, zbadáš chyžu útulnú,  
jednoduchým nábytkom zariadenú, čistú, poriadenu,  
len hrejivým svetlom petrolejovej lampy osvetľenu.  
Bez váhania prístup k dverám a razantne zaklop,  
keď otvorím, do očí mi pozri, zrak svoj nesklop,  
no nestoj na prahu nerozhodne jak soľný stĺp,  
nebuď ani zlodejom, čo pomýšľa iba na lup.  
Vojdí dnu, dotkni sa mojich nežných rúk,  
v tichu uslyš hlaloh srdce – ten ľubebný zvuk.  
Veď milujúci cit je lepší než najmocnejší liek,  
vyháňa ľudské zvady, napráva každý priek.  
V izbičke na stole už dve šálky stoja,  
jedna patrí tebe, tá druhá je moja.  
Na tvári máš úsmev a vo vzduchu visí nemá otázka,  
až oheň v krbe zapraská, v objatí rozkvitne naša láska.

## ILÚZIA

Ilúzia mení sa v nevšednú realitu snovú,  
zakaždým, keď večer podľahneš únavе znovu.  
Ulož hlavu na vankúš, nech spánok ťa sladko prikryje  
a v hĺbinách smelých predstáv sen svoju pečat' vyryje.  
Len za viečkami privretými môžeš byť, kým chceš,  
spoznávať zákutia mysle, o ktorých dosiaľ nevieš.  
Pod hviezdnatým nebom na krídlach motýľa lietať  
smieš,  
o potulkách po svetoch tajomných nikomu nepovieš.

Údoliami v búrlivých vodách do krajov cudzích  
doplávaš,  
jak vzdelaný učeneц stovkami jazykov rozprávaš.  
Dokážeš sa premeniť na inú bytosť, či zviera.  
Postačí obraz alebo myšlienka – netreba viera.  
Závoj priezračnej hmly z neba na zem pokojne sadá,  
vodopád mohutným prúdom pod hladinou kyslík hľadá.  
Luna šepká verše o dávných zamilovaných dušiach,  
čo nahé sa túlili v tráve toľkokrát po nociach.  
Inde víly sporo odeté za zvuku harfy tancujú,  
škriatkovia a príznaky v podzemných skrýšach hodujú.  
V hodine nočnej sa paralelné svety opäť ujímajú moci  
a ty zažívaš z poznávania krásny nevšedný pocit.  
Až dnes pôjdeš do ríše snov, milá duša,  
prajem ti, nech nočná mora spánok nenaruša.  
Snívať nie je reálne, iba podvedomá ilúzia,  
ktorú pestrými farbami maľuje bohatá fantázia.

## SPOJENIE S PRÍRODOU

V pokojnom pohybe belostných oblakov, zdá sa,  
putuje v diaľ divokých vtákov obrovská masa.  
Pod ňou lúka posiatá drobnými perlami rosy,  
kráčaš jej pomaly v ústrety nahý a bosý.  
Bud' na chvíľu opäť dieťaťom, teš sa z maličkostí,  
vnímaš telom ten úžasny pocit nebeskej ľahkosti.  
Nech sa ho duša nabaží do sýtosti,  
keď tíško preniká do celej bytosti.  
Slnko ťa pohladí dotykom láskavých lúčov,  
matička Zem objíme mohutnou náručou.  
Uvoľni strach, čo hruď zviera železnou obrúcou  
opoj sa vôňou sladkosti Petrových kľúčov.  
Na tomto mieste pookreje každá ľudská duša,  
aj keď ju znepokojuje myšlienka ťaží, pokúša.  
V hlbokom lone panenskej prírody neplynie čas,  
prúdi tu radosná energia každého z nás.  
Na jar sa prebúdzá, v lete sa smeje,  
na jeseň sťa hroznové víno silou zreje.  
a keď farebné lístie vo vánku sa skrúti,  
k zimnému spánku ťa zaľahnúť núti.

## TICHÁ ROZLÚČKA

Je nesmierne ťažké prísť o milovaného človeka,  
človeka, ktorý bol pre teba vzorom i oporou toľké roky.  
Od útleho detstva viedol správnym smerom tvoje  
kroky,  
no vek zmenil ho z mladíka na vetchého starčeka.  
Zrazu jeho miesto zapadá prachom a stolička ostáva  
prázdna,  
nevidieť vľúdnú tvár, ani pohľad láskavých očí.  
Zamrzol úsmev na perách, nežný hlas v tichu končí,  
fotografia s podobizňou melancholicky pozerá  
doprázdna.  
Už tá dlaň nepohladí tvoje vlasy,  
pracovité ruky nedokončia začaté dielo.  
Ústa nevyrieknu slová krásy,  
posteľ neprichýli unavené telo.  
Skončili spoločne prežitú radosnú časť,  
iba chmúrne vrásky zobia ti čelo.  
Necítiť blízkosť, potešenie z jeho prítomnosti sa  
vytráca,  
pretože sníva sen, z ktorého už nič ho nevyruší.  
Z večného odpočinku stala sa navždy jeho práca.  
V tebe panuje dušebôľ i srdcažiaľ, zármutok ťa krúši,  
v myslí na neho ostáva len spomienka matná, blednúca  
a ty sa cítiš jak bezmocná ryba morom vyvrhnutá na  
súši.

Greenie knižnica, [greenie.elist.sk](http://greenie.elist.sk)

Rany zo straty ťažko sa hoja, nech sa budeš akokoľvek snažiť.

Vieš, že v tomto živote ho nikdy viac nestretnáš. Máš strach, ako bez človeka tak drahého ďalšie dni žiť, no ver, že sa opäť zvitáte, keď sa aj ty do večnosti poberieš.

## OBRAZ DNEŠNEJ DOBY

Je ťažké byť dobrým človekom vo svete plnom zloby, kde násilie a zločinnosť prerastá v krvavé hobby.

Azda ťa pred telkou pri správach obchádzajú mdloby, že musíš byť súčasťou dnešnej skazenej doby.

Žiť na Zemi plnej vojen a biedy, v krajinách hladomoru, nedostatku vody.

Sledovať boje o majetky i pôdy, jak supy sa zlietajú na chamtivé hody.

Zabitie človeka kvôli pár drobným, nulová pomoc slabým a chorým, odpor k žobrákom i starým, nie sú už ničím výnimočným.

Ten, kto má peniaze, slávu aj moc, obdiv si získa, falošník s lakomcom tancujú, ako im písa.

Alkohol, drogy, hazard a sex do popredia sa tíska, diabol nám s nadšením do tváre pozerá zblízka.

Je ťažké byť dobrým človekom vo svete plnom zloby, kde dobro a čestnosť rúti sa prudko do záhuby, strach a neprávosť rastú rýchlejšie ako po daždi huby i závisť nad úspechom spokojne brúsi si zuby.

Verím, že raz určite na dobré časy svitne a človek sa prestane správať nenásytne.

Zo svojho srdca všetku skazu vytne, s pokorou aj vďakou opäť rozkvitne.

## ROZCHODOVÁ

Telo sa sužuje a srdce bolesťou trasie, opäť sa sklamlalo, stratilo krehké šťastie.

Odišla láska tak vzácna a tajomná, skončila náklonnosť, už nie je vzájomná.

Deň po dni ubieha, čas jak slimák sa vlečie, slza za slzou oko mŕňa, smutne po líci tečie.

Tak ako po búrke svet vlahou dychtivo sa kropí, tak i duša láskou zronená zrak svoj tíško klopi.

Nechápe, nevie prečo opäť ostala sama a v náručí milého už zaspáva iná dáma.

Odišiel, lebo mu bránila vo vlastnom rozlete, jak zlatého Slávika chcela ho lapiť do siete.

Snažila sa ho spútať ťažkými okovami, zasypať nedôverou, ostrými výčitkami.

Lenže v pravej láske konflikt a svár nemajú miesta, v pravej láske sú povolené len dôverné gestá.

Nič dobré neprinesie kritika ani žiarlivé scény, baránka menia na vlka, ničia milostné gény.

Hrať vo vzťahu rolu vážna nikoho neláka, na pobyt v zavretej klietke treba mať povahu siláka.

Preto nezáväzuj druhému krídla, dovoľ mu pokojne žiť, až bude voľne dýchať, začne po tvojej láske túžiť.

## POHĽAD NA SVET

Otvor oči a pohliadni na svet okolo seba.

Páči sa ti, čo vidíš? To je dnešná doba!

Pečené holuby nikomu nepadajú z neba, v pote tváre musíš drieť pre krajec chleba.

Ak náhodou zrazi ťa na zem úraz, či choroba, platenie účtov nikto nespraví za teba, lež na krk s' a kliešť zavesí sa chudoba,

Jana Ostrihoňová – Metamorfózy života

rozum i srdce naplní zúfalá zloba.

Skôr než nespravodlivosť pokríví tvoje ústa a podstatou životného príbehu stane sa pomsta, vezmi osud do rúk, neplač jak ohrdnutá nevesta, si predsa pánom svojho života, to je vec istá. Vyskladaj si vlastný svet, kde duša nebude pustá, no nezatváraj sa do seba jak osamelá busta.

Si tvor spoločenský, nech ťa teda samota netrestá, užívaj rodinu, objatia, podporu, priateľské gestá.

Nič nemôže byť biele alebo čierne iba, ak to tak vnímaš, je to márna chyba, že v tvojom pohľade farebnosť chýba a negatívum svrbí ťa jak mykotická huba.

Zlož ružové okuliare, veď je to zbytočná potreba, zrak špať tá nevkusná, klamlivá obruba.

Nech sa rozbijú na tisíc kúskov, viac ti ich netreba a čriepky navždy pohltí žeravá pahreba.

Máš slobodnú vôľu, nuž vyber si podľa gusta, chceš byť pesimista, realista, či radšej optimista? Nech už sa rozhodneš akokoľvek, čaká ťa dlhá cesta, túlavé topánky pobežia na tie najrozličnejšie miesta.

Čakajú ťa krajiny, kultúry, mestá, pokojná siesta aj bujará fiesta.

Nudu nespoznáš, to je pravda čistá, aj keď budeš premýšľať nad nesmrteľnosťou chrústa.

## MÁTOHY

Pokojný spánok tíško kradnú, živia sa ľudským strachom,

nemajú rešpekt ani súcít, bažia po človeku plachom. Kruté žarty a posmešky robia si z bojazlivých dám, v opustených domoch i stavbách zriaďujú svoj chrám.

V temnote čiernej noci prichádza hodina polnočná a všedná realita zdá sa byť najmenej skutočná.

Niekomu šramotí poltergeist, iného trápi mora nočná, to, že sa vznášajú nad zemou, nebude tvoja chyba očná.

Bez problémov zhasnú svetlo, či nadvihnú každý predmet, cez zavreté okná, dvere predvedú svoj rýchly prelet. Postavy čierne, biele, rôznej výšky, tvoria ten príзраčný svet, stačí len pohľad na ich zjavenie a v človeku odvaha niet.

Mátožné tiene po cestách pohybujú sa plíživo, v belostnom rúchu s neľudskou tvárou pôsobia desivo.

Azda už každý z nás niekedy zahliadol strašidlo, bol svedkom toho, aké duchovia predviedli divadlo. Vlasy ti dupkom povstanú, až príznaky prekročia tvoj prah,

zo strachu, obáv a zdesenia stáva sa tichý samovrah. Šuchot i zvuky hrozivé ťa takmer zrazia z vlastných nôh,

preludy striehnu zovšadiaľ, osídlia každý kút či roh. Až ti znovu po chrbte prebehnú nepríjemné zimomriavky

a ty sa zarádiš medzi ďalšie vystrašené netýkavky, želaj si, nech príde ráno a slnko vyukne z oblohy. Ver, že s brieždením stratia sa všetky tiene i mátohy.

## JABLKO

V dávných časoch kedysi jestvoval nádherný kraj, miesto večnej blaženosti a hojnosti vraj, kde stromy kvitli neustále, či zima, či máj.

Nazýval sa Eden, záhrada i pozemský raj. Obýval ho cudný pár – Adam a jeho žena Eva, majstrovské dielo z rebra stvorené, tá spanilá deva.

Nemajú tušenia čo je hanba, netrápi ich nahota, dvaja ľudia krásneho vzostupu, v rozpuku síl života.

Netreba im šiat, šperkov ani iných ozdôb, odolajú starostiam, túžbe, radom chorôb.

Avšak Zlý zákerne hľadá vhodný spôsob, jak otvoriť oči, myseľ tých dvoch osôb.

Slizký had po kmeni lezie, aby vieru ľudí nalomil, sladkými rečami hlavu pletie, Evu celkom omámil. Šťavnaté jablko s vôňou hriechu jej zámerne ponúkol, s pokojným vedomím príkaz diabla do bodky poslušchol.

Už sa nad previnilcami sťahuje hustý mrak, z ovocia odhrzyli, pravda vyjasnila zrak.

Poznaniu čelí rozum, duša zažíva šok, do listov telá halia, zmätený je ich krok.

Lenže stopy hriešnikov nájde božské vševidiace oko, rozhorí sa veľkým hnevom, v žiali zastreje Zem i Slnko. Smúti Adam s Evou, sklamlali Božiu lásku i priateľstvo, no plač a slzy nepomôžu odvrátiť z raja vyhnanstvo.

## PROTIKLADY

Verím, že nebudeš iba môj ďalší citový prešľap, ale staneš sa záchrancom vo svete srdcových útrap.

Životné príbehy mnohokrát zjazyčili dušu i tvár, až v našom príbehu som sama sebou, si pre mňa dar.

Si nežnou melódiou a ja vytúžené ticho, som princezná na bále a ty oslnivé rucho.

Uzemníš ma, keď v smelých predstavách vysoký je môj let,

pokoríš, keď pyšne tvárim sa, že patrí mi celý svet. V твоjich rukách cítim sa jak šarkan plachtiaci po nebi, ukry ma v nežnom objatí, srdce mi láskou vyfarbí.

V chaose nachádzaš svoj pokoj, ja milujem poriadok. Zatiaľ čo ty len plánuješ, mojou snahou je výsledok. Si diabol väznený v mužskom tele a ja tvoji strážny anjel,

krotím divokú povahu, spolu kráčame z pekla do svetiel.

Sme teplo i chlad – čo teba mrazí, mňa roztápa, pripomínáme loď, ktorá do hĺbín vášne sa potápa. Si lahodný prameň, čo uháša smäd a sýti môj hlad, pre teba som zmysel, múza, keď z ničoho stvorím nápad.

Čo začneš, ja dokončím – čo robím ja, to robíš aj ty. Naše myšlienky súvisia, prelínajú sa nám životy.

## POCHOPENIE

Prúd života nás neraz až na pokraj vlastných síl vlečie, pod nohami rastú prekážky stále väčšie a väčšie.

Odkiaľ sa berú lekcie, čo farbía vlasy v šediny?

Obviňovať seba? Osud? Či snád' niekoho z rodiny?

City bokom, začína sa hľadať pravá príčina, cez ktorú každý pochopí, aký problém vyčína.

Hodina v starostiach prežitá plameň nádeje zhaša, hlava už nelieťa v oblakoch, ale v zármutku sa vznáša. Od svojich známych a priateľov čakáš pomoc aj radu, očakávaš však zbytočne – nachádzaš lož, faloš, zradu.

Pravdou je, že až v trápení uzrieš pravú tvár človeka, poznáš, kto ťa má rád a kto na teba kašle zvysoka. Extrém nastáva, keď so súžením ostaneš úplne sám, energia, guráž i snaha vytráca sa nevedno kam.

Nechcel si viac než odrobinku povzbudenia v ťažkých dňoch, no niekedy sa toho dočkáš len v spánku v nočných snoch.

Istotne sa v dnešnej dobe nájde hŕstka dobrých ľudí,

Greenie knižnica, [greenie.elist.sk](http://greenie.elist.sk)

ignorujú neochotu, neprajnosť im zlobou smrdí.  
Evidentne každý zažil krušné časy aj sklamania,  
epizódy strastí skončia, až prijmeš dávku poznania.

## POJMY A DOJMY

Z očakávaní  
rodí sa sklamanie.  
Z nežných slov  
sladké vyznanie.  
Od lásky len krok  
k nenávisti.  
Od priateľstva skok  
k vyhýbavosti.  
Sebaklam prázdnych citov  
nesie nádych zúfania.  
Vo vyhaslej nádeji  
prichádza zrod utrpenia.

## JEDINÁ, JEDINÝ, JEDINÉ

Jediná zápalka  
vytvorí svetlo.  
Jediný úsmev  
vyčarí teplo.  
Jediná slza  
uľaví žiaľu.  
Jediný dotyk  
pomôže bôľu.  
Jediný bozk  
spojí dva osudy.  
Jediné slovo  
rozdolí národy.  
Jediný pohľad  
odhalí skutočnosť.  
Jediná spomienka  
osvetlí minulosť.

## OPTIMIZMUS

Nesúď obal,  
všímaj si vnútro.  
Nerieš hádky,  
posilňuj puto.  
Mozaiku poriadku  
vyskladaj z chaosu.  
Vyhni sa v živote  
vlastnému poklesu.  
Podľahni viere  
vo vlastné schopnosti.  
S hrdosťou kráčaj  
pre lepšie možnosti.

## Z KONCA NOVÝ ZAČIATOK

„Zbohom!“ povedal

a obrátil sa chrbtom.  
Zanechal jej žiaľ  
za spáleným mostom.  
Spomienky prikryl sneh,  
odvial ich vietor i čas.  
Slzy vysušil smiech,  
v tvári rozkvitol jas.  
Zabudla.  
Už neplače.  
Rozpálený cit  
na popol zmenil sa.  
Nezvädla.  
Do náruče  
iného muža  
s láskou utieka sa.

## VÍŤAZSTVO

Tak blízko  
a predsa tak ďaleko.  
Stojíme  
na opačných brehoch  
vlastnej nerozhodnosti.  
Bojíme  
sa zrady vo vzťahoch  
a duševnej horkosti.  
Cit prúdi  
medzi nami  
ako rozbúrená rieka.  
Strach súdi  
nás a my  
stále utekáme niekam.  
Čas je náš mučiteľ,  
s túžbou sa zahráva,  
no láska – liečiteľ,  
napokon vyhráva.

## ZROD

Z púčika kvetina,  
zo semienka rastlina,  
z roboty plodina,  
z lenivosti burina.  
Labuť zo škaredého káčatka,  
z odpornej larvy  
motýľ farebný.  
Krásna žena z malého dievčatka,  
z pár ťahov štetcom  
obraz nádherný.  
Zo starosti vráska.  
Z priateľstva láska.  
Z tónu ľúbezná melódia.  
Z tlkotu srdca symfónia.  
Z hudobných talentov orchester,  
z množstva slz nárek.  
Zo skúseností charakter,

z ľudskosti človek.

## MODLITBA

Modlím sa k Tebe s úctou, milostivý Pane,  
mám vo vrúcnej prosbe pevne spojené dlane,  
modlím sa, nech sa Tvoja vôľa stane.  
Mysel sťa slepec už neblúdi v hlbokých tmách,  
márnivosť i pýcha mizne, rozsýpa sa v prach,  
moje bytie neovláda závisť ani strach.  
Obraciam pohľad k Tebe, milujúci Pane,  
odpovedz, prosím, na úpenlivé volanie,  
objím ma s nehou a vyslyš tajné želanie.  
Očisti dušu od všetkého zla, starostí,  
oslobod' telo od strádania aj bolesti,  
ochotne pomáhaj v utrpení, v nešťastí.  
Dotkni sa zraneného srdca v mojej hrudi,  
dovoľ, nech láska s pokojom v útrobach prúdi,  
dobro a ochota vládne životmi ľudí.  
Daj každému odrobinku duchovnej viery,  
dopraj nám budúcnosť v tolerancii, v mieri,  
dychtivo čakáme na príchod novej éry.  
Len ty dokážeš navrátiť ľudskosť a spásu,  
lahodným tónom obnoviť duševnú krásu,  
lupeňmi ruží prevoňať okamih času.  
Len ty poznáš odpoveď na každú otázku,  
lucernou v bytostiach rozžiariš večnú lásku,  
leskom poznania strhneš z tváre lživú masku.  
Inovať odstrániš zo stuchnutých názorov,  
istotou nahrádzaš trápenia s obavou,  
ilúziu zaháňaš skutočnou vidinou.  
Intímny rozhovor vedieš s ľudskou bytosťou,  
ideš k tým, čo prosia Ťa s pokorou a vážnosťou,  
iba Tvoja prítomnosť ochráni pred úzkosťou.  
Temnotu zaháňaš svetlom uvedomenia,  
tichom liečiš hádky, odkrývaš pochopenia,  
trpiacim, chorým dávaš silu uzdravenia.  
Tešiteľ sveta, čo ľudstvo z hriechu vyvedie,  
túžba po Tebe k viere mnohé duše vedie,  
trpezlivo čakáš tých, ktorých diabol zvedie.  
Buduješ chrám, milosrdenstvo všade šíriš,  
búrlivcov utíšiš, básnikom múzu stvoríš,  
bludárov naspät' na správnu cestu vrátiš.  
Bezodná je studňa Tvojej nezištnej lásky,  
bez Teba sme vyschnuté krehké poľné klásky,  
buď náš priateľ, opora, vyhlad' smutné vrásky.  
Ak sú toky myšlienok prchavé i nesúvislé,  
ako hlasná ozvena zaplňaš ľudské mysle,  
aby si v nás rozochvel cit, jak slák hrou na husle.  
Agónia nevysuší čistej viery prameň,  
aj keby sa srdce zmení v zatvrdnutý kameň,  
ani vtedy nezavrhnem Teba, Pane. Amen.