

**Helen Bereg**

# **Kétség**

## **TARTALOM**

Kétség  
Csak nézz rám  
Szívem fáj halódva  
Ellentétek  
Ellentétek-átírt  
Szerelem éled  
Szürkület  
Féltékeny vagyok  
Ma is  
Te vagy a csoda  
Ha most kérdeznéd  
Ezerszer  
Reggeli emlék  
Érints meg  
Álomvilág  
Szeretet  
Vágy zenéje  
Tegnap csókok íze  
Lelkem átölel  
Merengő  
Gyere Kedves  
Elválás  
Mi a szerelem  
Kezem  
Kavargás  
Reggel csodája  
Merengők  
Az élet  
Akkor is  
Vigyél magaddal  
Remény  
Hallgatom a csendet  
Nemrég  
Mikor reggel

---

Megjelent a Digikönyv sorozat keretén belül  
Kiadta a Napvilág Íróklub  
ISBN 978-963-87404-9-6  
Minden jog a szerzőnek (Helen Bereg) fenntartva!  
Budapest, 2007-07-25

*Immáron második verseskötetem a Digikönyv gondozásában. Az első a **Majd egyszer...** 32 szerelmes verset tartalmaz. Most újra csokorba fogtam az újabb verseket.*

*Úgy szoktam verset írni, hogy leülök egy csendes sarokba, és hagyom, hogy teljesen átjárjon az érzélem. Most szerelmes vagyok, és az itt megjelenő versek ezen érzésem rezdülései. Kinyitom a szemem, és hagyom folyni a papírra a betűket, mintha levelet írnék. A következő lépés a folyamatos szöveg sorokba tördelése.*

*Ez a Kétség versnél így nézett ki:*

Mikor összesimul ég és Föld,  
mikor nem számít a jövő,  
csak a jelen csodája,  
a jövő csak képzeletünk álma,  
akkor varázsol el a beteljesülés.

Mikor versben dalol a szív,  
hogyan sejtse más kinek ír  
a költő vágyódó verseket,  
mikor rejtőzik, bújik mint vad,  
ne csalogassa oda a vadászt,  
akkor kel égre az éj,  
rejtse a szerelmes zenészt.

Mikor magányos szív társra talál,  
mikor örökké összefonódnának már,  
akkor jön a józan ész.  
Nem, nem lehet még.  
Elég a pillanatnyi varázs,  
a lopott percek órák.

Az összefonódás majd akkor,  
ha egybeolvad Föld és az ég  
s a szerelem senkit nem sért.

*És ezután jön a technika. Szótagszám, rímek. Nem minden esetben, mert van, amikor úgy folyva sokkal átütőbb. Az átalakítás után születik meg a végleges vers. Azért, ha úgy érzem, valahol nem jó, akkor szoktam javítani.*

*Most ez lett a fenti tördelésből:*

## Kétség

Mikor egybesimul ég és Föld,  
mikor nem számít már a jövő,  
csak a múltó jelen csodája,  
mikor jövőnk jelenünk álma,  
akkor teljesül be a varázs,  
örök szerelem utáni vágy.

Mikor versben dalolhat a szív,  
hogyan sejtse senki kinek ír  
a költő lángból szőtt verseket,  
mikor menekülni kell, mint vad,  
tiltott szerelmet féltőn rejtve,  
akkor kel bíbor égre az éj,  
segítve a szerelmes zenészt.

Mikor magányos szív társra lel,  
egymásból merítve életet,  
akkor felkiált a józan ész:  
Nem! Nem engedem! Nem lehet még!  
Elég a pillanatnyi varázs,  
egymásért lopott percek, órák.  
Az eggyéfonódás majd akkor,  
ha összeolvad Föld és ég,  
s e két szerelem senkit nem sért.

*2007. június 16.*

### **Csak nézz rám**

Csak nézz rám! Kérlek, ne szólj!  
A szemed mindent elmond.  
Benne csillog a szerelem,  
Megsimogat selymesen  
Csillámként borítva testem.

Csak nézz rám! Kérlek, ne szólj!  
Szemünk összeolvadó  
Mélyében megfürdik lelkem,  
Mint sziklákon futó csermely  
Hűsítő, tiszta vizében.

Csak nézz rám! Kérlek, ne szólj!  
Hamisan csengne a szó.  
Mit szemed mesél vágyva,  
Meghitt pillanat varázsa.  
Szerelmes, őszinte hang.  
A száj formálhat hazug szót,  
De szememben elvesző  
Szemed elárulja a valót.

Csak nézz rám! Kérlek ne szólj!  
A csend nyugalmat adó  
Végtelenében elveszek.  
Érzem élni sejtjeimben  
Az igaz, örök szerelmet.

*2006. december 18.*



## **Szívem fáj halódva**

Csak szívem fáj halódva,  
Mégis szememből folynak  
Patakokban a könnyek  
csendesesen.

Nem patak, talán csak ér,  
Mely táplálja patak vizét,  
Egyre csak folyik duzzadva  
lassan.

Valami hajt, hogy elmenjek,  
Ahol találkozunk, el messze,  
Ahol boldogok lehetünk,  
élhetünk.

Rohannék, repülnék,  
De ideköt a jelen,  
Mert felelősséggel  
Nem hagyhatjuk ott  
Előző életünk.

Szememből koppanó  
Könny egyre csak potyog,  
Szívemben ütemet ver,  
a csendre.

Nem tudom leírni,  
Hogyan fájhat a szív.  
Talán kegyetlenül egy  
Erős kéz markolja bent,  
Vergődik kínjában  
magányban.

Istenem! Mond meg nekem, miért?  
Miért fáj ennyire a szerelem?  
Miért a hiányba belebolonduló mardosás?  
Miért a szenvedés, mikor lehetne boldogság?

Lehetne. Igen lehetne,  
Csak a lelkiismeretem  
Kéne félresöpörni.  
Így nem tudok vele repülni,  
Nem tudok vele élni,  
Nem tudnék boldog lenni  
A hátrahagyott boldogtalanság  
kegyetlensége árán.

Könnycseppek zenéje  
Enyhíti szívem fájdalmát.  
Patakokban égő könnycseppek  
Feszítik a szorító kegyetlen kezét.

*2006. december 26.*



## **Ellentétek**

Szerelem szorítja szívem.  
Érzem amint lüktet, dobol,  
Lávaként kint köp magából.

Szerelem simítja szívem.  
Lágy pilleként, árvalányhaj  
Suhogásával bizserget  
Mosolyt varázsolva számra.

Szerelem jajong szívemben.  
Harsogó kínban sikítja:  
Ölelj! Csókolj! Szeress kínban!

Szerelem öleli szívem.  
Féltő kéz simításában  
Elveszik boldog önfeledten  
Szemembe könnyet csalva.

Szerelem kínozza szívem.  
Kínvallató szorításban  
Vergődik végső halálra.

Szerelem járja át a szívem.  
A boldogság melengeti,  
Mert szeretsz szerelemmel.  
És megöli a vágyó kín.

*2006. december 26.*

## **Ellentétek-átírt**

Szerelem szorítja szívem.  
Érzem bensőmben vergődve lüktet, dobol.  
Szabadulna fájdalom szorításából.

Szerelem simítja szívem.  
Lágy pilleként, árvalányhaj  
Suhogásával bizserget,  
Mosolyt varázsolva számra.

Szerelem jajong szívemben.  
Velőt tépő hangon visszhangba sikítja:  
Gyere! Karolj! Ölelj! Csókolj! Szeress kínban!

Szerelem öleli szívem.  
Féltő kéz simításában  
Elveszik boldog önfeledten  
Szemembe könnyeket játszva.

Szerelem kínozza szívem.  
Hóhérnak ily kegyetlen a szorítása,  
Mit bűnös testére mér halálát várva.

Szerelem járja át a szívem.  
Boldogság édes varázsa.  
A beteljesült szerelem  
Csak délibáb csaló mása.

Ó a csalfa szerelem!  
Égig emel, elbódít  
Majd megöl a vágyó kín.

*2006. december 27.*



## **Szerellem éled**

Tűz ég szívemen, életem égeti lánggal emészelve.  
Édes enyészet ígéz, életet élet elé.

Új élet kél már hamuból nyíl égbe virággá,  
Szinte a hamvaiból lesz eleven szerellem.

Mily gyönyörű élet születik hamu táp talajából  
Szép szerellem ezután, nyílj nekem éltemen át.

*2006. december 29.*

## **Szürkület**

Hajnali pír már szürke sötétség társa.  
Nem újul a sejted, csak kopik, öregszik.  
Fázós öregen botod előtted koppan,  
Várod a tél hidegét,  
Nyárba csak visszatekintsz.

Szürkület éled a fény múltával eléd,  
Szíved a balga szerelmet akar télben,  
Csalfán még tavasz álmait küldi feléd.  
Álnok e kép, csak a vágy  
Játszik hamisan véled.

*2006. december 30.*

## **Féltékeny vagyok**

Féltékeny vagyok a szélre.  
Simogatva hozzád oson,  
Ruhád alá bújik mélyre,  
Füledbe szerelmet suttog.

Féltékeny vagyok a Napra.  
Fénye meleget ad neked,  
Szerelmem elhalványítja.  
Sugara öleli tested.

Féltékeny vagyok a Holdra.  
Nézheti arcod nyugalját,  
Bepillant az álmodba.  
Veled lehet éjszakán át.

Féltékeny vagyok a vízre.  
Érintheti kezéd, arcod,  
Lágyan simogatja tested  
Csobogva vágyó dallamot.

Féltékeny vagyok párnádra.  
Szerelmes szavakat suttogsz  
Ölő karomba vágyva,  
mit nekem kéne hallanom.

Mindenre féltékeny vagyok.  
Kín marcangolja a szívem,  
Miért nem én suttozhatok  
Szél helyett szerelmet füledbe?  
Miért nem én ölelhetlek,  
Nap fényével önfeledten?  
Miért nem én simogatlak  
Álmodban Hold sugarával?  
Miért nem én dalolhatok  
Víz helyett vágyó dallamot?  
Miért nem nekem suttogod  
Párnád helyet: Kicsi párom?  
Miért? Mondd Miért?

*2007. január 1.*

## **Ma is**

Édeni, nyugalmas szigetre érkezem,  
Mikor együtt vagyok veled.  
Az örökké együttélés boldogsága,  
A béke járja át szívem.

Ma is, mikor ujjaid magukba itták  
Pöre sejtjeim vágyát,  
Mikor a cirógatás belém ivódott,  
Éreztem béke nyugalmát.

Ma is, mikor homlokunk összepréselve  
Csak kacagtunk önfeledten  
Az elhangzó kedves becéző szavakon,  
Bennem hullámozott a béke.

Ma is, mikor testünk egymást átölelve  
Tűzként formálódott egybe,  
Mikor izzottam tűz táncoló lángjában,  
Bennem égett, megérkeztem.

Ma is, mikor szívem szerelmed suttogását  
Csendben visszhangozta hozzád,  
Éreztem az egymásért élő szerelem  
Végtelen, tiszta csodáját.

Ma is, mikor szemem megpihent ajkadon  
Élvezve huncut mosolyod,  
Mikor nem számított már a kinti világ,  
Vágyat zenélt a nyugalom.

Nagyon szeretlek Csillagom.

*2007. január 3.*



## **Te vagy a csoda**

Hangod kristályok csengése,  
Szívemben koccanva zenél,  
Lelkemben varázsdalt zeng a szépsége,  
Sziréndalként elbűvöl, megigéz.

Szemed íriszében csillan,  
Mint tükrön felvillanó fény,  
Szerelem követelő vágya miatt  
Szivárvány ívén izzó szenvedély.

Ajkadon szépség mosolyog,  
Mikor szemed szemembe néz.  
Eltűnik varázsütésre a való,  
Helyére a borzongó csoda lép.

*2007. január 4.*

### **Ha most kérdeznéd**

Ha most kérdeznéd, elmondanám,  
Mit éreztem az első találkozásnál.  
Elmondanám a félelmemet,  
Lelkemben kétely mardosását,  
A választ szemedben keresve:  
Tetszem-e?

Ha most kérdeznéd, elmondanám,  
Agyamba hasító menekülés vágyát.  
Elmondanám a félelmemet,  
Érezve szerelem csodáját,  
A választ eszemmel keresve  
Akarom-e?

Ha most kérdeznéd, elmondanám,  
Érzésem vágyunk találkozásánál.  
Elmondanám a zavaromat,  
A legelső csók borzongását.  
Szívedben riadtan kutatva:  
Szeretsz-e?

Ha most kérdeznéd, elmondanám,  
Szenvedéllyel élő szerelem csodáját.  
De te nem kérdezed, mert tudod.  
Sejtjeinkben érezzük egymást,  
Tudjuk teljes bizonyossággal:  
Csak együtt lehetünk boldogok.

*2007. január 6.*



## **Ezerszer**

Ezerszer mondtam, szeretlek,  
Míg fejem pihent válladon.  
Igen. Mondanom kellett.  
Füledben zenéljen szívem  
Édes szerelmes dallamot.

Pedig a szó hamisan cseng,  
Felhangolatlan zongora.  
Mégis mondanom kellett.  
Szívemből önként szakadt fel  
Szerelmes dalra hangolva.

Nem zengi valón a csodát,  
Mit zenél igaz szerelem,  
Mikor szád csókolja szám.  
Ajkaink némán suttogják  
Szó játékát önfeledten.

Nem adja vissza a valót.  
Vérem rítus dübörgését  
Ha kezéd simítja arcom.  
Hangtalan szájjal kiáltom  
Szerelmes szívem zenéjét:  
Szeretlek.

*2007. január 7.*

## **Reggeli emlék**

Fáj, mert nem vagy velem.  
Fáj a hiány.

Számon égni érzem  
Ajkad melegét,  
Még ízlelem csókod  
Vad ízét,  
Arcomon még játszik  
Mosolyod,  
Szememben csillámlik  
Tükörvalód,  
Ujjaimon lebeg  
Bőröd melege,  
Nyakamban még hallom  
Sóhajod.  
Vállamon elnyugszik  
A tegnapi gond.

Sejtjeimben lüktet  
A hiány.  
Reggeli csók íze  
Hol vagy már?

*2007. január 8.*



## **Érints meg**

Érints meg!

Csak ujjad cirógasson pihe selymével!  
Ajkam körvonalán eljátszva becézőn.

Érints meg!

Kezed simogasson hajnal érintésével!  
Lassú felfedezés borzongjon bőrömön.

Érints meg!

Szemed falja testem perzselő tüzével!  
Pihéken forró vágyat zengve epedőn.

Érints meg!

Csak ajkad csókolgasson tündérmesével!  
Bőrömre puha felhőpaplant ígézőn.

Érints meg!

Hangod öleljen át szerelem hevével!  
Bódító zenéjében vágyam éledőn.

Érints meg!

Szíved óvón védjen örök szerelmével.  
Szerelmes szívemben összeölelkezőn.

*2007. január 12.*

## Álomvilág

Ébredő álmomban vártál.  
Átöleltél gyengéd öleléssel,  
Karjaidban tartottál,  
Míg szerelmem beleszédült  
Vállad gödrébe, hajad selymébe,  
S megpihent jóleső békében.

Ott voltál álmomban velem.  
A végtelenben, semmi határán  
Összeért szánk, és élvezte  
Becéző csoda játékát,  
Mit kimondott szavak nélkül  
Ajkunk egymásnak mesélt.

Álomvilágban ezerszer megélt  
Nyugalmat érzem sejtjeimben rég,  
Mit cseppkőn duzzadó víz rejt magában  
Mielőtt koppanva földet ér.  
Ezt érzem, ha mellettem vagy.  
Minden pillanatban ezt érzem én.

Álomvilág a valóság.  
Szerelmünk egymásért  
Élő beteljesülés.

*2007. január 15.*

## Szeretet

Nap felé tárulkozó csodás virág,  
Szín pompájával égbe tárja magát.  
Nap melegét virágkelyhébe szívja,  
Boldogság sugarát játszani hívja.

Nélküle elenyészik az élet.  
Minden, mi szép semmivé lesz.

*2007. január 22.*



## Vágy zenéje

Semmi húrjain ég szívem  
Fájdalmasan zeng a Nincsen.  
Lelkemben penget merész,  
Szerelmes, vágyódó zenét.

Lágyan suhan a húrokon.  
Míg elbűvöl a monoton  
Halkan csobogó dallam,  
Szívem csendesebben jajgat.

Mi fáj, mitől jajong a szív?  
Mitől tépi, marja a kín?  
Zenghetne örömodát  
Szerelem csodás himnuszát.

Viszontszerelem a párja,  
Egyszerre zendülő társa.  
Mégis vergődik, sajog.  
Egyedül nem lehet boldog.

Távol Semmit ölel a kar.  
Nincsbe fonódva felkavar.  
Hiányba kövült napok,  
Hosszú éjszakák s nappalok.

Élhetnénk együtt a csodát,  
Ha eltépnénk múlt fonalát,  
Szétszakítva mi lehúz,  
Életünkre feszülő gúzzst.

Nem lüktetne kínban a szív,  
De múltunk válása taszít.  
Éljük Néha boldogságát,  
Vélt pillanatok varázsát.

Semmi húrjain ég szívem  
Fájdalmasan zeng a Nincsen.  
Lelkemben penget merész,  
Szerelmes, vágyódó zenét.

*2007. január 22.*

## **Tegnapi csókod íze**

Tegnapi csókod íze még ajkamon lengedez,  
Szétnyíló íve fölött vöröslő vágyat keltve.  
Tegnapi csókod íze még lelkemben megremeg,  
Mint kikeleti szélben a rügysző levelek.

Tegnapi ölelésed még bőrömön felpezseg,  
Pihéimen sistergő vágyemlékeket ébreszt.  
Tegnapi ölelésed még lelkemben megremeg,  
Mint vulkán magába zárt elhaló kitörése.

Tegnapi simogatásod még arcomon játszik  
Incselkedve szarkalábas ráncaimon suhan.  
Tegnapi simogatásod már emlékké válik,  
Sehogy nem találja arcom vágyához az utat.

Tegnap emlékeit már csak szerelmem élteti  
Szívemben érted kiállt pillanatok hiánya.  
Tegnap emlékeit már lelkem sírva temeti  
Remélve holnap hajnalsugarán majd feltámad.

*2007. január 26.*

## **Lelkem átölel**

Lelkem átölel csendesen,  
Ringatva altatót dalol.  
Elnyugszik szívem féltése,  
Mikor vágyba zár két karod.

Minden pillanat aggodás,  
Féltőn feltörő remegés,  
Szívemet rágó mardosás,  
Fényévnék érzett messzeség.

Érzem szerelmed akkor is,  
Ha elválaszt a távolság.  
Érzem sejtjeimben égni  
Vágy felszabadult csodáját,  
Mit örök szerelmünk egy  
Másik világba varázsol át.  
E csodás világban nincs tér,  
Bármikor ölelhet karom.  
Nincs idő. Súlytalan a lét.  
Az órák csupán pillanatok.  
Pillanatokban órák csodája ég.

Ha kezéd simítja testem,  
Ha válladra hajtom fejem,  
Vérembe kél a remegés,  
Mikor kettő lesz, mi egy volt,  
S már csak csodás emlékezés,  
Egymásra csillan szemünk:  
Pillanat volt az egész.

Eltűnt idők élednek újra  
Mikor ajkunk szerelemre kél,  
Lelkem boldog öntudatlan,  
Korlátja a végtelenig ér.

Nélküled nincs életem.  
Nincs és nem is volt soha.  
Édes szerelem csodáját,  
Tér s idő távolságát  
Belőled álmodom át.

*2007. február 22.*

## Merengő

Csak ülök merengőn. Nézem a semmit.  
Szívemben lüktet a kérdés: Csak ennyi?  
Nincs segítség, mi elúzi a hiányt.  
Lelkem társa után szűkölve kiált.

Hallom bensőmből feltörni az imát.  
Két kezem összekulcsolódó lián.  
Hangtalan mormolva feltörő szavak  
Némán mozgó ajkamon sikítanak.

Bocsáss meg nekem Te, ki fent vagy, ha vagy!  
Önző módomban elfogadtam a vigaszt.  
Elhittem, hogy a szerelem végtelen.  
Boldogságát Te ígézted meg nekem.

Úgy éreztem, Te küldted őt hozzám.  
Szívedhez szállt az alázatos fohász,  
Mit naponta kértem már-már öntudatlan:  
Engedd boldognak érezni magam!  
Tégy csodát! Ne fukar kufár módjára,  
Hogy teljesülhessen életem vágya.

Most itt ülök. Bent fáj minden pillanat,  
Mikor ujja nem simogatja hajam,  
Nem ölel féltő gyengéden a karja,  
Nem játszik lágy csókot pajkosan ajka.

Mondd! Ha szerelmet adtál, miért félig?  
Miért nem tettél vakká, süketté is?  
Akkor nem érdekelné, mit szól a világ,  
Nem marna sebet szívemben a hiány,  
Nem hallanám, lelkem magányba kiált.  
Sejtemmel érezném bőre illatát.

Látod! Én hálátlan, elégedetlen.  
Nem tesz boldoggá e félig szerelem.  
Te, ki fent vagy, ha vagy! Tégy nekem csodát!  
Mutasd meg, milyen az igaz boldogság!  
Kérlek, segíts, hogy minden pillanatban  
Csak vele érezzem teljesnek magam.

Csak ülök merengőn. Nézem a semmit.  
Szívemben lüktet a kérdés: Csak ennyi?  
Nincs segítség, mi elúzi a hiányt.  
Lelkem társa után szűkölve kiált.

Hangtalan mormolva feltörő szavak  
Némán mozgó ajkamon sikítanak.

*2007. március 9.*

## **Gyere Kedves**

Gyere Kedves! Ülj ide mellém!  
Csak hallgasd sóhajom szállni feléd!  
Hagyd két kezem elveszni kezédben,  
Érezd, rebbenése vágyat zenél.

Ülj mellém! Hajtsd vállamra fejed!  
Engedd, illatod bőröm ellepje!  
Hagyd, hogy hajad simogassam lágyan!  
Millió szálban vágyam ébredjen.

Hajtsd le fejed! Halld szívverésem!  
Hallgasd, mint gyorsul egyre pergése!  
Hagyd fejed megpihenni keblemen!  
Füledben zengjen szívem csengése!

Halld szívem! Simogasd a testem!  
Csak pihéimen játsszon ujjhegyed!  
Hagyd alvó lelkem beleborzongjon!  
Érezd, vágyadhoz vágyam lebben.

Simogass! Érezd, testünk éled!  
Ölelj, s a végtelen semmivé lesz.

*2007. március 11.*



## **Elválás**

Borzasztó volt az elválás.  
Szorosan oda bújtam hozzád,  
Hogy belém menekítsem éned,  
Bensőmben érezzem szívverésed.

Borzasztó volt az elválás.  
Szorosan oda bújtál hozzám,  
Hogy elvigyed lényem magaddal,  
Veled legyen a lenyugvó Nappal.

Szótlanul öleltük egymást.  
Így tarthatja kutya szájában  
Az áhított, megszerzett csontot.  
Ó mi szerelmes szívű bolondok.

Azután egyszerre mondtuk:  
Induljunk! Menni kell Kincsem!  
De csak a csókig jutottunk.  
Ajkunk már előre sírt a Nincsen.

Szemünkben összefonódva  
Ott billegett a szomorúság.  
Kín álarcával mosolyogtam,  
Míg újra odabújtam hozzád.

Míg megcirógattam arcod,  
Míg ujjam játszott ajkadon,  
Addig magába itta szemem  
Szemedből az örök szerelmet.

Belül összeszorult a szívem.  
Találkozásunk varázsa  
Elfoszlik, már csak emlék lesz  
Mint üvegről felszálló pára.

Csak álltam bénultan, remegve.  
Lelkem darabja távolodott el.  
Integető kezed a homályban  
Könnyeim prizmáján át láttam.

Minden nap megvisel a búcsú,  
Minden nap jajong a szívem,  
Minden nap elillan a csókunk,  
De a holnap új csodát hoz el.

*2007. március 13.*

## **Mi a szerelem**

Napban égő csoda, boldogság mosolya,  
Szívben égő vágyódás: Együtt élni a csodát.  
Hajnali pírból fest remegő fényt.  
Szememen csillan ecsetje  
Íriszem ívén.

Végtelen fájdalom, pörgő imamalom,  
Szájról felszálló sóhaj, szívben doboló moraj.  
Játszik a prizmán égi szivárványt.  
Elemészt, álmot igézve  
Vágyad eléget.

Ajkam vágyra rebben, kezem utat keres  
Bőröd lágy melegéhez, fut gerinced ívével.  
Még soha nem perzselt szerelemtől  
Eleven tűz elemésztve  
Életem, énem.

*2007. március 21.*

## **Kezem**

Kezemre nézek.  
Kezed kagylóját látom  
rácsukódni féltő szorítással,  
gyöngyként őrizve magadnak,  
mintha soha nem engednéd el.

Kezemre nézek.  
Testedhez érve látom,  
fájdalmadat mint simogatja ki,  
szerelmem tüzével gyógyít,  
míg álomra nem csukódik szemed.

Tükörbe nézek.  
Arcod mosolya néz rám,  
szemedben megcsillanó szenvedély,  
simogató követelés  
villan szememmel ölelkezve.

Tükörbe nézek.  
Lassan csukódik szemem  
bezárva tükröződő alakod,  
melyet szerelmem varázsolt  
áttetsző, édes tükörképpé.

Már nem nézek.  
Mosolyogva álmodom,  
szemhéjamra vetítve tegnapok  
vágyát, mit szerelmed adott,  
s most is pillanatonként érzek.

Már nem nézek.  
Boldogság zenéjével  
éled szerelem sóhaja ajkamon,  
s önkívületben suttogom:  
Életem örökké a tiéd.

*2007. március 22.*

## Kavargás

Csak nézek.  
Kifelé látni nem látó szemekkel.  
Csak sírok.  
Könnyem tüzes harmattal koppan a padlón.  
Szívem fáj.  
Bensőmben mardos a hiány,  
Kínoz halálos rettegés,  
Vergődik féltő remegés.

Csak hívlak.  
Hangtalanul mormoló szavakkal.  
Csak vágyom.  
Lelkemmel összefonódva lelked megnyugtasson.  
Kereslek.  
Nemlátó szemem tükrében.  
Fájó szívem érted kiált,  
Szerelmed ringatására vár.

Csak várok.  
Látom emlékemből éledő valód.

Csak érzem.  
Elringatsz lágyan, karodba vonva remegésem.  
Éledek.  
Léted ölel szeretettel.  
Elalszik már a rettegés,  
Képtelen szerelemfáltás.

*2007. március 31.*



## **Reggel csodája**

Már messziről látlak.  
Felkap a vágy,  
rohanjak, szaladjak,  
ajkamon érezzem  
elhalni ajkad puha selymét.

Már lelkem odaért.  
Mosoly vibrál.  
Testetlen, ledér  
szerelmünk rezzen  
lopott megnyugvásra várva.

Már eltűnik a tér.  
Csoda éled.  
Nincs más, te meg én.  
Két magányos pont  
torzóból vágy szobrává válik.

Már karodban égek.  
Simul a test.  
Szemed szememnek  
meséli álmát,  
égbe sóhajtó csodás életünk.

Már együtt pulzál  
szívünkben a vágy,  
már ég a mosoly  
vibráló ráncokon,  
már sejtembe zárt  
a kínzó magány,  
már lágy nyugalom  
ül az arcomon.

És beteljesülés táncára kél  
A lelkünkben élő boldog remény.

*2007. április 6.*

## Merengek

Merengek létem ívén.  
Igaz, vagy csak álmodtam?  
Sok fájdalom hozzám ért.  
Ingerelt, sikoltottam.

Megkarcolt üveg lelkem.  
Ívét az élet húzta.  
Sajgó bántásban ember  
Idő bélyegét rója.

Megdermedt vasbetonba  
Igéztem vérző szívem.  
Súlya több ezer tonna,  
Ide már fény sem ér be.

Merengek létem ívén.  
Igaz, vagy csak látomás?  
Sóhajom életre kél,  
Időtlen idők vonzzák.

Most mintha megrepedne,  
Izzana mi kőkemény.  
Szerelmem már meztelen  
Imát mormoló remény.

Megtalált mire vártam.  
Igaz, vagy csak délibáb?  
Szerelmed villanása  
Ígér nem múló csodát.

*2007. április 7.*



## **Az élet**

Látod Kedvesem!  
Látod, ilyen az életünk.  
Találkozunk,  
összefonódunk,  
sajogva búcsút veszünk.

A napok folynak.  
Csak perceknek érzett órák  
suhanásában,  
boldogságában  
éljük nappalok sorát.

Látod Kedvesem!  
Látod, ilyen a sorsunk.  
Szerelmünk  
gyengéden védjük,  
Minden bántástól óvjuk.

Éjszaka élünk.  
Álmunkban teljesül vágyunk.  
Együtt közös,  
tündérszép jövőt,  
örök szerelmet látunk.

Látod Kedvesem!  
Látod, más a valós élet.  
Közös álmunk,  
boldogságunk  
a nappallal semmivé lesz.

*2007. április 11.*

## **Akkor is**

Akkor is tavaszt ígézet télre az idő  
Akkor is sárgán pompázott az aranyeső.

Akkor még szorongva vágytam valami csodát,  
Akkor még kételybe zárva élt a boldogság.

Akkor is versenyre kelt kikelet a téllal,  
Akkor is zöld ruhájába bújt a természet.

Akkor még nem mertem hinni szemed vágyában,  
Akkor még menekültem nehogy rám találhass.

Akkor is bíborral tért nyugovóra a Nap,  
Akkor is harmatban fürdött meg a hajnal.

Akkor még nem mertem elhinni, szívből szeretsz,  
Akkor még mart bent a kétség: én kellek neked?

Akkor is ringató szél borzolta a mezőt,  
Akkor is virág s méh játszottak víg szeretőt.

Akkor még nem tudtam, mily fájó a szerelem,  
Akkor még nem tudtam, hogy csak te kellesz nekem.

Akkor is elbódított a tavasz illata,  
Akkor is fátylát bontotta a cseresznyefa.

Akkor még nem tudtam, te leszel a mindenem,  
Akkor még nem tudtam, álom minden perc veled.

Most már tudom. Most már elhiszem,  
Létezik fájón boldog szerelem.

*2007. április 14.*



## **Vigyél magaddal**

Vigyél magaddal,

hol nincs senki

csak mi,

te, én,

s a messzeség

hol körül ölel

a végtelen

nyugalom

ereje

hol karodban

megpihenve

lélegzik

vágyunk

hol eltűnik

múltból

elszakadt

álmunk

hol dobbanhat

egyszerre

életünk

vége

hol szabadon

nézünk

a jövőnk

elébe

csak mi

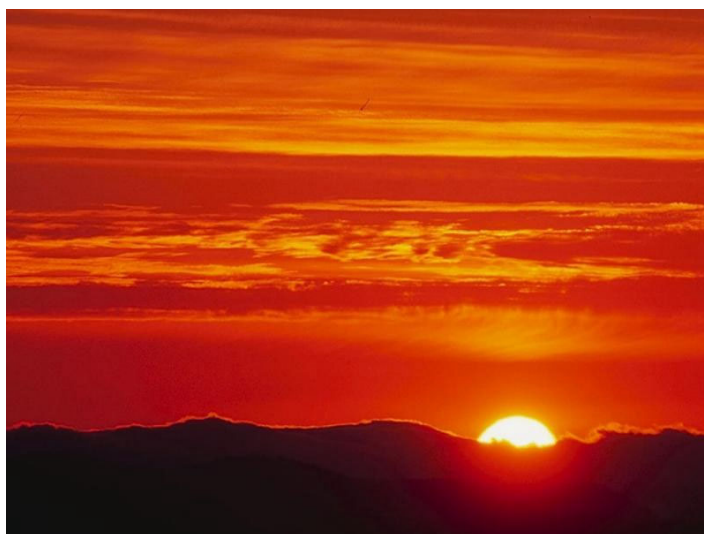
te s én

*2007. április 20.*

## Remény

Lenyugvó Nap narancsos pírja  
szerelem színével írja  
a beteljesült reményt,  
ott a felhők fölött osonva  
a Nap már lenyugodna,  
de visszacsillan felém.

*2007. április 25.*



## **Hallgatom a csendet**

Hallgatom,  
mint ver ütemet csendre a szív,  
mit zenél vágyat pergetve,  
egyre ölelésedre hív.

Hallgatom,  
hogyan sír szívemben a hiány.  
Néma ajkon sikoltó zene  
lehet ily karcolóan lágy.

Hallgatom,  
mit suttog ígézőn a szellő,  
vajon tőled szállt-e ide  
szerelmes szóban libbenő,  
szívemet simogató zene:  
Szeretlek édes szerelmem.

Hallgatom,  
semmiből csendülő édes hang,  
mint töri meg fülem csendjét  
szívem kételyébe marva,  
képzelem e vágyott szavakat,  
vagy szerelmed küldte felém.

Hallgatom,  
mint éled szerelmem a csendre,  
mint űzi el a születő,  
hiányból sarjadó kételyt.

Hallgatom,  
érzem szerelmes szívverésed  
versben éled a csendre:  
Szeretlek örök szerelemmel.

*2007. május 28.*

## Nemrég

Nemrég váltunk el.  
Kínzón szakít belém a vágy,  
Újra érezzem  
Szerelmes szíved dallamát.

Rohantam hozzád.  
Mégis órának tűnő perc  
Cipelte súlyát,  
Ólomlábú ütemet vert.

Rohantam hozzád.  
Míg vártál elért az álom,  
Égi boldogság  
Mosolya pihent arcodon.

Megdermedt a vágy.  
Szótlán álltam megigézve  
Arcod látványát  
Íriszébe zárta szemem.

Megdermedt a vágy.  
Kisimult arcod szépsége,  
Nyugalma átjárt.  
Lelkem rávetült a képre.

Megrezzentél.  
Talán megérezted, nézlek.  
Szinte semmivé  
Húztam szorosabbra lényem.

Megrezzentél.  
Így álltam volna örökké,  
De arcod selymén  
Ébredezett a szendergés.

Hozzád bújtam.  
Szemhéjadat puszilgattam  
Újra és újra,  
Álomból magamhoz húzva.

Hozzád bújtam.  
Csókban összeolvadó szánk  
Pajkos, buja  
Táncban pergette játékát.

Szemed pajkosan csillant rám.  
Nevetésében szerelem vibrált.  
Ujjad éledve kereste asszonyát.  
Testem égette a feltámadó vágy,  
Karodban elveszni mindörökre.

Tudatom póre pernyeként lebeg  
Teljes beteljesülés határán.  
Remegő öllel öleljük egymást,  
Mint tenger partra csapó tajték,  
Lassanként csendesülő fodrokban.

Minden nap megélem a csodát,  
De minden nap jön az elválás.  
Arcunk mosolygó álarcán  
Elválás kínja könnyet vibrál.

Messzeségben  
Kínzón szakít belém a vágy,  
Újra érezzem  
Szerelmes szíved dallamát.

*2007. június 1.*

## **Mikor reggel**

Mikor reggel válladra hajtom fejem,  
Eltűnik minden, ég, Föld körülöttem.  
Érzem, ha ketten öleljük egymást,  
Nem bántthat minket gonosz ármány.

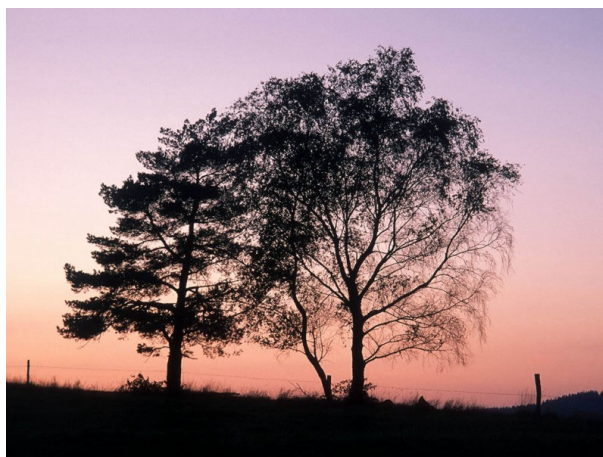
Mikor ajkad érinti szám  
Eltűnik a sivár világ.  
Csak te vagy és a végtelen  
Egymásért égő szerelem.

Mikor kezéd simogatása lágyan  
Arcomon pilleként végigsuhan  
Ráncaim barázdájának súgja  
Boldog vagyok, hogy rád találtam.

Mikor szemed rám csillan  
Varázsvilág lesz a reggel.  
Szememmel egybeizzó ívén  
Szerelmes szavakat mesél.

Mikor ezer szerelmes szó  
Szívemet simogató  
Vággyal száll felém  
Tudom, örökké szeretsz,  
S örökké szeretlek én.

*2007. június 04.*



*Immáron ötvenegy éves vagyok. A vers mindig megérintett. Nem a forma, a szótagok, hanem az érzések fogtak meg. A vers zenéjénél szerintem nem fejezhet ki semmi szebben fájdalmat, boldogságot, vágyat. Ha éppen kezembe került a papír, írogattam is, de ötven év alatt nem született annyi vers, mint most az utóbbi pár hónapban.*

*Egyszer lányom iskolafüzetébe az alábbi meghatározást találtam ki a versről:*

*„A vers a nemzet nyelvének gyöngyszeme, melyet szépség és fájdalom növeszt.” Így érzem ma is, hogy igaz ez a meghatározás.*

*A verseimet szeretem. A formai, technikai megvalósítás nem tökéletes, de az érzéseimet remélem kifejezik.*

**Helen Bereg**