

Publicerad 2021-02-23 18:52 av Solstrale

Solstrale...

ANDAS EN LUNGA FULL

andas mig igenom

igenom mig andas

en sida av boken

den andra andas

en man sitter på en gren

sågar den vid stammens fäste

når marken med ett brak

hans fru ropar ut ur köksfönstret

andas - ANDAS ... snälla älskling!

ett öra läggs mot väggen till grannen

ljudet så plötsligt skriande som ett vrål

pojken som lyssnat får borren i ögat

jag mötte den enögde mannen i Sandviken

vi igenkände amblyopisnigeln i solskenet

jag frågade är du också drabbad - han log

vi andades på bänken samma anda

samma insikter av livets vedermödor

snart satt vi på bussen hemåt igen...

en kvinna kastade sig framför tåget

vi var tacksamma vi hade valt bussresa

men samtidigt sörjde vi vedermödorna

barnen kivades i sätet bakom - en mamma bannade

vi svarade min dotter och jag att vi kunde leka tittut

ANDAS - vi andades in och andades ut lekte tittut

ögonens rörelser förbluffar en ibland

de ser en skugga likt en skepnad men

när han står där helt synlig går jag rätt in i honom

viker mig av rädsla att ha nockat honom där då

men han ber istället mig om ursäkt, ler och skrattar

andas - jag ska andas för att jag behöver luft nu

det känns rätt trångt bland böckerna i bokhyllan

just nu är jag glad att jag inte är en bok i min hylla

jag andas in djupt - andas ut sakta sakta

i morgon ska mitt barnbarn Sebastian komma

vi ska måla rita och skriva en saga för att kunna

andas och friska upp syret i vårt liv i pandemin

vi ska andas en lunga full

djupdyka in i inspiration

vi har förmågan att ge varandra det

1) Andas in djupt

2) Andas ut sakta

3) Andas in lätt

4) Andas ut snabbt

5) Andas in och håll andan

räkna till trettio och pys sakta ut

nu kan du skriva en dikt med sikt på det av vikt

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren Solstrale med Poeter.se id #66056 innehar upphovsrätten