

DIKTER FRÅN HJÄRTAT

En lyckad resa

Jag reste till Teneriffa
för att sola och bada
lite miljöombyte
så här år
kan inte skada.

Och ombyte blev det
det kan jag lova
jag kan inte
nog värdesätta
denna gåva.

Det var charader,
tävlingar och spel
som alla kunde testa
det var handikappvänligt
för det mesta.
Men behövde jag hjälp
fanns det alltid
någon till hands
så jag kunde vara med
på alla tävlingar som
fanns.

Att få skratta
så man kiknar
är inget givet motiv
när man lever ett
smärtsamt handikappliv.

Att få vara
en lat egoist
i veckorna två
är något alla sjuka
borde pröva på.

Jag vann diplom,
champagne, T-shirt och
ära
vad mer kan man
av en resa
till Teneriffa begära.

Tack min käre make
för denna present
det är ett minne
jag gärna
vill sätta på pränt.

Anette Forsberg, Vara

Rosåsens fåbodar

- en sommarnatt -

Granskogens svarta siluett
står likt en skyddande famn
runt den lilla stugan...

Fåbodstugans gråa, tjocka
silverglänsande stockar
lyser i den tysta natten...

Dimslöjorna dansar över ängarna
vallens tjocka gräs
glittrar av nattens dagg...

En rödräv glider sakta
fram över gårdet
på sin tysta nattjakt...

Dagen sover i nattens tysta
rogivande famn
blommorna och träden vilar...

Morkullan kommer knirrande
på sin första morgonrunda
flygande fram och åter...

Julinatten är ljus
solen går snart opp
över skogsranden...

Tystnaden är livgivande
för kropp och själ...

Margareta Gerdin

Min ryggsäck

Förr var jag ung, slät i hyn, stark och alert
Nu är jag rynkig som ett begagnat kuvert
Förr gick jag med rak rygg och spänstigt steg
Nu känns varje kliv som ett jobbigt kneg
Tung är ryggsäcken jag har som last
Hur jag än sliter sitter den fast

Efter att kämpat och förlorat kampen
Inser jag att den sitter där till slutampen
Lika bra då att gilla läget som det är

Tänka att det är en kompis jag bär
Om jag ser den som fiende och ovän
Kommer jag alltid att banna och hata den

Att gå omkring och alltid vara ledsen och sur
Gör inte livet lättare, bättre att tänka jag har tur
Som här kan gå omkring på mina ben
Få njuta av naturen och solens sken

Gunnel Tengdelius

Ensamhet

En folksjukdom vi har
Många på den drar
Om du inte vet
Den heter ensamhet

Vad är det för mening att sej isolera
Vi blir inte bättre av det något mera
Nej öppna mun och hjärta
Möjligheten finns du slipper känna smärta

En enad kär
Mycket mer förmår
Ensamhetens värde kväver dej
Likadant det är för mej

När vi människor håller ihop
Går inte allt på tok
L å t inte någon på dej se ner
Han mobbar dej och inget mer

Nej ge ömma ord
Sprid dem på vår jord
När omtanken om din nästa får råda
Tänk hur mycket bättre det är för oss båda

Björn Boström

Inställningen

Tagen på allvar
eller inte?
gör stor skillnad
– och kan bestämma
inställningen –
mot om man sonika
tas för given

människor märker
hur de är tagna
du märker att
inställningen
inte blev som
det borde vara

att tas för given
kan döda glädjen
och motverkar
mot vad man vill
den positiva
inställningen

etablissemangen
som inte lyssnar
är förhållningssätt
som i värsta fall
för ohörsamhet
sinnet bäddar

bli ej förvånad
på motsatt effekt
mot vad förväntas
som ett näsknäpp
om förhållandet
tas för givet
och inbillar dig
de märker inget

acsai

Skymningsdofter...

Sommarkvällens skymningsdofter
kommer svepande
tung och solmättad
genom gräset
över ängarna
genom träden
över sjön...

Jasminblommornas
bedövande smultrondoft
sveper genom trädgården
Minner om barndomsdofterna
då vi barfotabarn
sprang i dikeskanten
och plockade röda smultron
Smultron som vi trädde på grässtrå
hela långa grässtrået
fullt av mogna smultron...

Sommardofter av gulmåran
som lyser guldgul i skymningen
Blekblå är sommarhimlen
med rökgråa långa slöjmoln
Tornsvalorna flyger högt i skyn
i stora flockar
skriker ut sin sommarglädje
över den varma kvällen...

Margareta Gerdin

Margareta Gerdin

Till min dotter!

På utsidan är det ingen som märker,
hur hela din lilla kropp värker.
Det gör ont i fötter och tår när du går.
Höfterna kan du ibland inte röra,
då måste vi dig i rullstolen köra.
Vet att detta känns väldigt jobbigt för dig,
och det gör även ont i mig...

Fingrarna är svullna och ömma,
trots detta slutar du aldrig drömma
om att sjukdomen ska försvinna,
att man rätt medicin ska finna.
Så du kan spela innebandy som tidigare,
då du var snabbare och smidigare,
Nu får du kämpa dubbelt så hårt.
Du tycker ibland det känns orättvist och svårt.

Många har svårt att förstå,
eftersom det syns inte alltid utanpå,
Efter massor av kortisonsprutor
kan det göra ont en hel vecka,
men du låter inte detta dig knäcka,
utan du kämpar på ändå.
Din envishet rår sjukdomen inte på
Du är en väldigt stark liten tjej
Petronella jag älskar och beundrar verkligen dej.

kramar Mamma

Våraningar

Klockan är snart sju på morgonen, det är minus 2
När jag kommer ut med morgonrocken på
Det är dimmigt och kallt och om benen jag fryser
Men ändå står krokusen där och lyser
Jag möts av den ljuvligaste fågelsång
Staren han sjunger att våren är på gång
Hackspetten han hackar sitt dovaste ljud
Även skatorna bär om våren bud
På trappan jag står frusen men glad
Tänk, snart kommer våren med blommor och blad.

Inger Karlsson

Starliv

Ett starpar har byggt i vår trädgård i vår gamla ek
Sedan ungarna har kläckts är ej livet längre en lek
För ungarna de ska matas helst varenda minut
Och de sticker ut sina näbbar i hålet och piper att maten är slut.
Det är helt otroligt att de jämt så hungriga är,
Men snart så är de flygfärdiga och de egna vingarna bär
Då skatparet blir fria och kan matandet koppla bort
Då kanske de tycker som andra föräldrar
Att små barnstiden försvann allt för fort!

Inger Karlsson

Spindelvävarna...

När morgonen vaknar finns de där
Försilvrade, förtrollande vackra små nät
översållade av daggdroppar
De gnistrar likt diamanter
i det första morgonljuset...

Solen träffar markens böjda grässtrån
där dropparna sakta glider nedför strået...

Morgonen jublar över Undret som sker
när de hundratals spindelnäten möts
av solstrålarna som lyser
upp slutningen ner mot havet...

Fina, tunna nät har spunnits
under nattens tysta timmar
av flitiga små spindlar...

Naturens Sköna Konstverk...

Margareta Gerdin

Mer än man tål

Solkig, bekymmersam och depraverad
dessa påminnelser ständigt
Rädd, skuldfylld och irriterad
aldrig är livet behändigt

Oengagerad men brutalt uppriktig
både mot sig själv och andra
Men liksom de är ju också du viktig
så se till att din hala livsväg sanda

Ser moln på himmelns gråa sky
men det måste ju finnas ett ljus
Du står där helt utan skydd och paraply
och har inget tak på ditt hus

Vägnars riktning synes vara utan mål
tillvaron bara böljar fram
Egentligen har man fått mer än man tål
och tillvaron är ensam

Ulf Olsson

Bunden och fången

Du känner dig bunden och fången
i dina inre föreställningar
Helst skulle du vilja ta avbitartången
och nypa av dina kättingar

Tankarna går i allt trängre rum
och snart har du svårt att andas
Då står där både rädd och stum
och längtar då att efter helt förvandlas

Förvandlas till något rent och klart
utan skuld, rädsla och tvång
Egentligen är ju det hela uppenbart
men ibland känns vägen dit lång

Det kan väl gå an ett tag till
men till slut måste du ta tag i det hela
Du vet ju snart inte alls vad du vill
och det går ju inte att på detta sätt vela

Ulf Olsson