

# *Skördetid*

En samling dikter

Helén Thelaus

## Cykla

Cykla  
cykla uppför  
cykla nedför  
cykla hit och cykla dit  
Byt växel  
trampa  
cykla framåt  
cykla bakåt  
släpp aldrig taget

Cykla med släp  
cykla med stödhjul  
cykla enhjuling eller tandem  
cykla längs vattnet eller  
genom skogen  
Cykla med änglar  
cykla med mormor  
cykla genom myggor  
cykla genom tiden  
cykla dit du ska  
cykla

## Islossning

När våren tränger fram  
spricker vi alla upp  
lossar våra fastgjutna  
betongben  
och vandrar lättare  
på våra fötter

Vi kan le  
mot varandra igen  
och säga  
Hej  
visa att vi är människor

## Multi Kultipappa

Multi kultipappa  
kör barnvagn och  
äter korv- och mosbricka  
med ett barn på vardera sida

Han möter andra pappor  
med sina barn  
En mamma anländer också  
men multi kultipappa  
håller ställningarna;  
vaggar vagnen  
serverar barnen  
där de sitter på rad i solen

Ett riktigt kalaslag  
i sitt slag  
Har svårt att tänka mig vad som  
skulle vara bättre  
än en  
söndag  
i marsolen  
i parken  
med tryggaste  
multi kultipappa

## Promenad

En promenad  
gör kroppen glad  
tanken vid  
och själen blid

En promenad  
ger cirkulation i blodet  
och ökar modet  
din andning får frisk fläkt  
och varje runda har sin upptäckt

En promenad  
i skog eller stad  
med någon vän  
eller alldeles allena  
En promenad ger styrka  
åt bena  
törst efter vatten  
och behaglig sömn till natten  
Dina nerver får ro  
och sinnet tillbaka sin tro