

Mina egna ord

Min vän

Jag ber dig om hjälp
om jag har några frågor

Jag söker din klokhet
när jag behöver ett svar

Jag hör vad du säger
och jag tar det till mig

Jag vet du är ärlig
du är den bästa jag har

End of day

It's near the end of the day
Dagen lider mot sitt slut
and I am fallin into to peaces
och jag faller isär i bitar
why do I feel this way
hur ska jag hålla ut
what happened to my life
vad hände med mitt liv

I feel a lot of anger
Jag känner väldigt ilska
I feel a lot of pain
och ont uti min själ
but mostly in my hart
därtill uti mitt hjärta
I give you all the blaim
du var den som gjorde fel

You used me like a towel
Behandlad som en trasa
and throw me then away
och använd, kastad bort
whatever you will say now

vad du nu än säger till mig
I tell you I will never stay
det kan inte bli ogjort
I feel a lot of anger
Jag känner väldigt ilska
I feel a lot of pain
och ont uti min själ
but mostly in my hart
därtill uti mitt hjärta
I give you all the blaim
du var den som gjorde fel

Japachínko och Kutekeíno

"Ett minne från tidig barndom när jag
gick i skogen med mormor"

När jag var liten och med mormor gick
i skogen då såg jag framför min blick
små stentroll som viskade tyst i mitt öra
kom närmare oss så ska du få höra

Jag såg på min mormor om hon något sett
hon gick bara vidare rätt och slätt
då frågade jag henne, kan du dom se
hon svarade mig med att bara le

Sen sa hon till mig lite tyst i mitt öra
du vet väl att skogen
allt med dig kan göra
den får dig att höra och se vad den vill
kom ge mig nu handen och stå inte still

Ví vandrade vidare hand i hand
ut ifrån skogen, in i solens land
fantasi, gammal, ung det blev vad ví tog
det blev Japachínko och Kutekeíno skog

Mina egna ord

Vill du

Vill du komma med mig
när jag går förbi dig
Vill du ta min hand
när jag lägger den i din

Vill du dela med dig
utav allt du har, säg
möts vi halva vägen
eller vill du gå förbi

Vill du byta tankar
med någon som förstår
som kommer när du bankar
så fort som hon förmår

Ditt namn

Saknar dig, -värker i kroppen
själen den ropar ditt namn
vet inte hur jag ska klara mig
utan din varma famn

Jag lider så svårt uti natten
jag ropar tyst ut ditt namn
jag känner mig som på djupt vatten
och ber, - kan du dra mig in

Så olika, ändå så lika
vi kompletterade ju varandra
är så svårt - jag vill bara skrika
vill tillbaka till den lycka som vi fann

Jag lider så svårt uti natten
jag ropar tyst ut ditt namn
jag känner mig som på djupt vatten
och ber, - kan du dra mig in

Sum sum

Jag vill höja rösten
och låta dig få höra
toner som kan ljuda
musik för varje öra

Sum sum sumarum
sången är till dig
sum sum sumarum
kom och dela den med mig

Toner sköna uti dur
och moll på samma gång
tillsammans harmonier
och så bildas det en sång

Sum sum sumarum
sången är till dig
sum sum sumarum
kom och dela den med mig

Lämna dig

Jag vill inte lämna dig
jag känner dig inom mig
du håller mitt hjärta
så hårt i ditt band
Jag fryser

Då känner jag din värme
pulserande som blodet
så viktig just för livet
så viktig just för mig

Jag ryser av välbehag
Jag lever av din värme

Mina egna ord

Tanken

Sitter och funderar
på allt och ingenting
njuter utan stunden
och allt som är omkring
tanken flyter i mitt huvud
som en fågel på en glasblank sjö

Tanken fastnar för en liten stund
jag känner smaken som är rund
slickar sakta på min glass
och njuter helt i fulla lass

Så lyfter jag blicken upp mot skyn
där ser jag en underbart vacker syn
jag bara njuter och låter mig föras
långt bort till sköna tankars land

Ögon

När jag ser i dina ögon
ser jag allting som det är
jag ser ömma varma känslor
du vill ännu ha mig här

Tills dina ögon ser förbi mig
tror jag känslorna finns kvar
för de är ju själens spegel
och de är ju allt jag har

Livets väg

Det finns en väg som vi vandrar
som man kallar för livets väg
för några är vägen krokig
medan andra tar stora steg

Hur ska man veta när man ska svänga
när säger livet att nu går du rätt
ibland är det lätt att ta allt för givet
vi ser alla saker på olika sätt

Vem som lyckas och vem som går bet
är livets stora tysta hemlighet
man kan endast göra det bästa man kan
och hoppas det räcker ända fram

Låt oss tala

Känner trötthet inom mig
hjärtat ropar efter dig
varför kan du inte lyssna
varför hör du inte säg

varför ska det vara så svårt
att varandra kunna nå
vi ser förbi varandra bara
varför - kan någon det förklara

Låt oss tala med varandra
öppna tungans hårda band
rensa luften, dra ner garden
mötas på en jämlik mark

Mina egna ord

Andas ut

Behöver inte veta vad du heter
inte heller var du kommer från
jag behöver bara andas ut
och känna att jag finns till

Kom ge mig bara handen
så ska vi gå tillsammans
jag ger dig av mitt hjärta
du ger mig av det du kan

Få veta att jag lever
att känslorna finns kvar
få glömma vardagstragglet
och gömma mig i det vi har

Kom ge mig bara handen
så ska vi gå tillsammans
jag ger dig av mitt hjärta
du ger mig av det du kan

Dimman

Dimman sig sakta sänker
när vinden spelar sin melodiden
lägger sig som en bomullsmatta
på stranden just som jag går förbi

Det är så skönt att få bara vara
en del av allt som är runt omkring
få öppna sinnet och bara njuta
omslutas av allt och ingenting

När dimman lättar då ser jag nära
hur månen formar i vattnet mönster
vad som där visas är helt otroligt
en vacker tavla i naturens fönster

Ord

vad svårt det är att säga
så alla kan förstå
att forma själva orden
så att de kan er nå

Djupt inne vet jag säkert
så klart just vad jag menar
men orden kan vara dubbla
och text vill gärna skena

Därför så blir det inget skrivet
förrän orden fått sin färg
och kan ge er samma känsla
som jag känner i min märmg

ABC

Fågeln flyger
fort förbi främlingen
när solen sakta stiger
svävande upp
mot mjuka
mulliga moln.

Träden trycker tryggt tillsammans
i lundens levande lummiga land
och därför dröjer du där
dolt drömmande

Mina egna ord

Hemlighet

Jag önskar du visste vad nu jag vet
att ingen kan hålla en hemlighet
den ligger och pyser och vill få ett slut
den kränger och vrider och vill bara ut

Den söker de vägar som ingen förstår
och lämnar ifrån sig mer än ett sår man
trycker tillbaka men kraften är stark
den bråkar och bankar, vill bara ta mark

Så släpp bara taget och låt den fly
du orkar inte gömma den mer
den tär dig från insidan låt någon ny
få bära den, - du sätter den ner

Påsen

Tänk om man hade en egen påse
fylld utav det som man mest ville ha
att få öppna den närhelst man kände
knyta upp knuten när man något ville ta

En skopa med sorg
en skopa med glädje
en skopa med kärlek
ger mest får jag medge
ett kryddmått med nyfiken
blandat med envís
i påsen finns nog det mesta
av det jag vill ha

För ibland känns det bra,
sen känns det sämre
då passar ju påsen rätt bra att ha
och en noga vägd mixning
är nog att föredra
så klarar man säkert att ta nya tag

Baksida

Jag känner mig mör såsom smör
har målat och visat humör
kritik är så svårt att ta till sig
man vet ju bäst själv vad man gör

Benen är tjocka och stumma
knäna känns inte så unga
håret är fläckigt av färg
och jag har ont uti min märg

Resultatet blev bra tycker jag
även om det var en hård dag
lägger penseln åt sidan och ler
vita väggar jag framför mig ser
Hårt men lönsamt!

Flugan

Tänk att vara en fluga på väggen
att flyga runt och att höra allt
att sitta på blommor och fara i luften
att smaka på allt både sött och salt

Att sitta fast uti håret när vinden tar i
ta sats emot molnen när de drar förbi
tala tätt till ditt öra fast du ingenting hör
känna känsla av frihet, tutut vad ni kör

Att äta smör från en nybredd smörgås
det är så lätt, ingen ser ju på
ta saft ut ur glaset en extra bonus
ni flugor, har det så bra ändå
Surr, surr, surr

Mina egna ord

Varför

Varför måste man alltid prestera

Varför kan man inte bara - vara

Vem har rätt att säga om du duger

Varför måste man alltid svara.

Jag bara undrar?

Höstens vind

Träden sträcker sina grenar
likt armar upp mot skyn
höstens vind den viner, kväder
den rusar runt liksom i dans

ibland den är som polka
ibland den rockar loss
ibland den dansar sakta
ibland dansar den inte alls

Lägg örat intill stammen
så kan du kanske få höra
när trädet spelar för dig
sin unika höst-vind symfoni

Mitt nystan

Jag nystar och jag nystar
men trådarna går tillbaka
jag ville ändra mönstret
men du ville vara kvar

En tråd var fylld av skulder
en annan av begär
en tredje utan måsten
den fjärde har jag här

Den drar jag från din dumhet
och från din envishet
din riktning vill jag ändra
nytt nystan skall det bli

Jag nystar och jag nystar
med tråden som jag tog
nu bildas nya mönster
och äntligen såg jag att du log

Jag och du

Sträcker så ut mina händer
för att fånga din hand uti
minkärlekens låga vi tänder
när vi håller om varandra

Ditt sinne vävs ihop med mitt sinne
en själ som vi delar ibland
jag känner din värme djupt inne
när mitt hjärta sätts i brand

Är så skönt att känna en trygghet
med den som man delar sitt liv
kunna visa sig helt utan blyghet
våga visa sig så intensiv

Mina egna ord

Aldersnoja

Jag känner mig inte gammal
och jag vill inte ge upp

vill inte sätta mig tillrätta
vill inte säga nu är det stopp

vad är det som säger det räcker nu!
vill inte sluta att leva
vill inte koppla ner min kropp

Så länge jag finns till
så länge jag andas

Jag vill bara
leva mitt liv som jag vill
vill bara - finnas till

Saknar

Jag saknar ditt varma leende
och uttrycket i din blick
din sköna mjuka björnkramar
den korta tid vi fick

Du var den som förstod mig bäst

Jag ville ha dig längre
som vän in i mitt liv
du kunde väl ha stannat
fått andra perspektiv

Vi delade lika själar

Jag vet att du var trasig
till både kropp och själ
du våndades och vred dig
Du ville bara vara hel.

Jag ser dig i ljuset

Nu är du i himlen
och helt utan smärta
du finns alltid hos mig
i hjärtat stannar du kvar

Jag glömmer dig aldrig

Färgpalett

Låt mig måla dig en tavla
i alla regnbågens färger
en palett som visar för dig
alla känslor som vi har

Brunt det står för trygghet
Den röda för vår styrka
Grönt det står för känslor
Blått ger oss harmoni

Gult tar bort tunga tankar
och ger oss energi
Rosa läker så vårt hjärta
och Lila lugnar det ner

Vitt det är vår sanning
Svart dess andra del
Grått det är vår visdom
och som gör oss hel

Alla dessa färger
ifrån brunt till grått
finns hos alla människor
men i olika mått

Du bestämmer själv
ju helt vem du vill vara
doppa penseln börja skapa
din egen färgpalett.

Mina egna ord

Värma dina händer

Som ett fartyg ut på havet
ser jag dig vid horisonten
stolt och ståtlig styr mot stranden
för att komma till min famn

Vill du värma dina händer
lägga hjärtat i min famn
öppna sinnet som det tänder
känna att du har nått hamn

Många grynnor ska forceras
många hinder på din väg
höga kanter att passera
innan du når fram till mig

Vill du värma dina händer
lägga hjärtat i min famn
öppna sinnet som det tänder
känna att du har nått hamn

Trossen fästes fast vid bryggan
ligger tryggt vid hamnen nu
kan du inte släppa taget
jag tar emot dig det vet du ju

Vill du värma dina händer
lägga hjärtat i min famn
öppna sinnet som det tänder
känna att du har nått hamn

utan hjälp

Jag orkar inte mer
nu har jag tömt min skål
djupt inne i min själ
finns bara stora hål

Jag kämpar och jag sliter
för att få allt ihop
men snubblar rätt i skiten
vill bara komma upp

Varför kan inte jag
få rättsida på mitt liv
kunna känna lite glädje
och få nya perspektiv

Men nya dagar nya kliv
jag biter ihop min käke
jag rätar upp min rygg
går vidare med mitt liv

Mina egna ord

Vi

Jag såg dig tvärs över gatan
med din arm om hennes hals
kände hur mitt hjärta krymte
tills jag blev till inget alls

Det är svårt att släppa taget
det är svårt att låta bli
det är svårt att se tillbaka
ni blir aldrig vi

Hur du log, tog undan luggen
som du brukade med mig
hur du värmdes hennes kinder
när hon vände sig mot dig

Det är svårt att släppa taget
det är svårt att låta bli
det är svårt att se tillbaka
ni blir aldrig vi

Ser konturen av er båda
när ni snabbt går mig förbi
stegen ekar emot gatan
tyst ropande - ni blir inte vi!

Det är svårt att släppa taget
det är svårt att låta bli
det är svårt att se tillbaka
ni blir aldrig vi

Du

Vi möttes under hösten
under bladens vackra sken
den svaga solen lystes
mot våra nakna ben

Du var rätt svår att läsa
jag sökte i din blick
jag sökte under skalet
men ingenting jag fick

Vad finns där bakom masken
vad döljer du för mig
jag bultar och jag bankar
du måste visa dig

Kan ingen ge mig nyckeln
som låter mig gå in
och låsa upp ditt hjärta
och öppna upp din grind.

Jag vet du känner känslor
de kommer fram ibland
du måste släppa taget
och våga gå iland

Vad finns där bakom masken
vad döljer du för mig
jag bultar och jag bankar
du måste visa dig

Mina egna ord

Min själ

Himlen öppnar sina portar
jag öppnar min själ
tömmer allt som tär mitt hjärta
och det som gör att allt blir fel

Rensar alla mina gömslen
så att nytt kan komma in
med tankar utan mörka skuggor
fyller jag nu upp mitt sin

Många gömslen finns hos alla
många gånger i vår arma kropp
om vi tömmer och vi glömmar
får vårt hjärta ändå hopp

Känslor

Viskande smekande toner
ljuder ur trädkronans sal
ger dig en känsla som vaknar
och som du inte har

Blicken den söker mot molnen
ser hur de glider förbi
likt vinkande vajande gubbar
i ett vackert trädkompani

Känslan den fyller ditt sinne
berikar din hela kropp
sprids genom blodfyllda vener
och inger dig åter hopp

Jorden

Vårt underbara väder
Himlen fylls av blixt och dunder
hjärtat bankar i min kropp
vinden väner, jorden kväder
när tror ni att det tar stopp

Vad har hänt med jordens väder
allting känns som upp och ner
folk de svälter och de fryser
överallt är det jag ser

Hur kan vi tillsammans hjälpa
jorden att bli som den var
måste bryta denna trend
annars blir det inget kvar

Sommar

Solens strålar värmer
skickar ut sitt ljus
värmer kalla lemmar
när jag går ur mitt hus

Jag njuter utav värmen
som omsluter min kropp
det är så skönt med sommar
nu tar vi oss ett dopp

Höga skummande vågor
skjöljer genom mitt hår
stänker över mitt huvud
och källar mina tår

Jag mår bra - det är sommar idag

Mina egna ord

Kylan

Kall som forsens vatten
vandrar du i natten
din tunga fotsteg ekar
mot den hårda vägens sten

Du suckar och du stönar
du fryser och du bönar
kan ingen se igenom
det som ska vara mitt skal

Ljus strålar genom fönstret
du saktar ner ditt steg
din tanke går tillbaka
en gång tillhörde det mig

Du huttrar och du bönar
kom ge mig lite värme
ge mig mitt liv tillbaka
jag behöver bara dig

Tyra (barnbarn)

Bladen bildar en krona
runt ditt skimmrande hår
solens strålar de formar
en ljuspunkt just där du står

Ögonen blåa som vatten
 huden så mjuk och len
 klänning som svävar i vinden
 runt dina bara ben

Du är min finaste blomma
 nu knopp men kommer att bli
 en storslagen kärleksfull kvinna
 mitt barnbarn så underbart fri

Avsked

Känner kylan när han går
Sorgen följer i hans spår
blir han länge borta säg
kommer han tillbaks till mig
när han går sin väg

Undrar vart han styr sin väg
kan jag hindra dina steg
mörkeret ligger över allt
huset känns så tomt och kallt
när han går sin väg

Lögn

Med en säck utav lögner
klev du in i mitt liv
sökte vinna mitt hjärta
men lögnerna sved

Jag försökte att få dig
förstå - inte rätt!
men du lindade in det
med ditt duperande sätt

Hur vår fortsättning går
ja, det vet inte jag
du är falsk och oärlig
och du ger bara sår

Så jag lämnar nog dig
och din påse med lögner
jag vill ha någon annan
som är ämnad för mig

Mina egna ord

Kärleksnätet

Som en spindel väver sitt nät
vill jag väva dig i mitt
spinna trådar av kärlek och smek
få dig känna att allt är ditt

Varje tråd är en del som vi delar
varje tråd gör vi hänger ihop
om den brister vi spinner för livet
så att nätet inte ger upp.

Solen skiner på regnets droppar
gör ett mönster i nätet vi vävt
ser ett hjärta och massor med kyssar
ser en oändlig evighet.

Varje tråd är en del som delar
varje tråd gör vi hänger ihop
om den brister vi spinner för livet
så att nätet inte ger upp

Livet

Klockan slår och dagar går
tiden har sin gång
från att varit ett litet barn
äldre blir år från år

Klockan slår och dagar går
ett ilsket skrik fram till oss när
livet kommer och i dess spår
andra lämnar med en tår

Klockan slår och dagar går
vi på ålderdommen står
vårt liv har varit skönt
minns tillbaka, höst, vinter, vår

Klockan slår och dagar går
en sista suck hörs långt ifrån
men på nytt någon annanstans
börjas livet, som kärleken sår.

Vem är jag

Vem är jag och vem vill jag vara
två frågor med olika svar
Det är ganska svårt att förklara
vem vet vilka vägar de tar

Vi alla ju är ganska lika
och beroende på vad som skett
hur vi styrts genom vägar i livet
hur vi formats, och hur det känts rätt

Då är svaret på frågan rätt enkelt
Jag är båda men i samma kropp
har fått samsats med är och vill vara
har fått lärt mig att att noga se upp

För jag är alltid den jag vill vara
och jag känner en trygghet i mig
delar gärna med mig, hör bara
jag är jag och det säger jag dig

Mina egna ord

Ge av dig själv

Kärleken väcker dig eller gör ont
öppnar dina sinnen
eller gör så det blir tomt
får dig att må bra eller
säga aldrig mer
ett ord med två motsatser
det är vad jag ser

Ge av dig själv så får du tillbaka
ge av din värme så brinner det mer
allt vad du lämnar det kommer tillbaka
allt vad du får - det ska du bejaka

Liksom en blomma är kärleken
knopp, utslagen ibland
vissnar den ner
om du ger den näring
så står den längre
om du ger den värme
så ger den mer

Ge av dig själv så får du tillbaka
ge av din värme så brinner det mer
allt vad du lämnar det kommer tillbaka
allt vad du får - det ska du bejaka

Vís utav tanken jag
delar nu med mig
de ord som kan följa dig
vem du än är
vårda din kärlek som
blomman i krukan
så ska du få se att
den ger dig mer

Ge av dig själv så får du tillbaka
ge av din värme så brinner det mer
allt vad du lämnar det kommer tillbaka

allt vad du får - det ska du bejaka

Vänner

Man går genom livet
mot grynnor och skär
om man får några törnen
beror på vart det bär
Alla är vi människor
fast skilda från varandra
En sak vi har gemensamt
vi alla vill och kan

Ger du mig en chans
så ska jag visa tillit
Baktanke förutan
det hjälper mer än stjälp
Ger du mig en chans
så ska jag visa tillit
Vänner är vi alltid
vi finns här för varandra

Om problemen kommer
så prova tänka ljust
Allting går att lösa
vi pratar om det ju!
Stöttar gör vi alltid,
hjälp när vi kan
Tänker, tröstar, pratar
finns där för varandra

Ger du mig en chans
så ska jag visa tillit
Baktanke förutan
det hjälper mer än stjälp
Ger du mig en chans
så ska jag visa tillit
Vänner är vi alltid
vi finns här för varandra

Mina egna ord

Nu igen

Man bombar och skjuter
- vad ska det tjäna till
alla är vi människor
som både kan och vill
stoppa den ilska
som våldet släpper fram
Jag sätter ner min fot nu
- hoppas också att du kan

Jag vill inte mer nu
- nu tar det stopp
någonting händer
inuti min kropp
en känsla av vanmakt
beblandad med oro
det räcker nu, det räcker nu,
det räcker nu

Harmoni är ordet jag söker
- harmoni kan vi hitta till
motsatser kan man ju jämföra
-det går om man bara vill
Vår mun har vi fått för att tala
- så börja tala ut
om vi möts på samma sida
tar våldet äntligen slut

Jag vill inte mer nu
- nu tar det stopp
någonting händer
inuti min kropp
en känsla av vanmakt
beblandad med oro
det räcker nu, det räcker nu,
det räcker nu

Det måste få ett slut nu
- jag vägrar att se på
Jag önskar och jag ber ju
- ni måste gå att nå
jag tänker och jag våndas
och frågan ställer mig
vanmaktig jag mig känner
- kan detta hända säg

Jag vill inte mer nu
- nu tar det stopp
någonting händer
inuti min kropp
en känsla av vanmakt
beblandad med oro
det räcker nu, det räcker nu,
det räcker nu

Mina egna ord

Rätt eller fel

Tänkarna maler när timmarna går
Gör jag nu rätt eller ger jag ett sår?
Hur ska man veta vad framtiden ger
vad som ska hända och vad som sker

Sluta fundera och ge dig i kast
Inget kan mera ligga till last
Låt tiden verka i sina spår
så ingen ånger och ingen tår

Ge upp kontemplera nog löser det sig
lyssna till orden det säger jag dig
Se över krönet så finner du svar
på alla frågor du inom dig har

Sluta fundera och ge dig i kast
Inget kan mera ligga till last
Låt tiden verka i sina spår
så ingen ånger och ingen tår

Beslutet är fattat och hjärnan är tom
Vad som än händer jag vänder inte om
Som människa du måste följa din väg
Ingen kan någonsin styra ditt steg.

Sluta fundera ge dig i kast
Inget kan mera ligga till last
Låt tiden verka i dina spår
så ingen ånger och ingen tår.

Lys mina steg

Vill inte höra mer,
vet bara vad jag ser
Jag vänder ryggen mot dig
Svårt att få fram min röst, behöver
mycket tröst Se när jag här går min väg

Lys mina steg, led min väg, för mig rätt
Det är svårt att se klart
när allting är i kras
Lys mina steg, led min väg, för mig rätt
Ge mig kraft ta beslut,
- visa vägen ut

Jag går förbi ett hus ,
jag saktar ner mitt steg
Tänkarna far hit och dit
Jag vänder rätt mot fel ,
funderar ju en del
Hur ska jag göra, -för att bli hel

Lys mina steg, led min väg, för mig rätt
Det är svårt att se klart
när allting är i kras
Lys mina steg, led min väg, för mig rätt
Ge mig kraft ta beslut,
- visa vägen ut

Mina egna ord

Monotonin

Klockan ringer - dags att stiga upp
snabbt på med kläderna ut genom dörren
missar bussen, blir sen som vanligt
varje dag är precis likadan
.-fy vad tråkigt allt är

Sitter ner på stolen - sätter på min dator
knattrar som en galning sida upp och ner
tittar så på klockan, tid att gå och äta
sen tillbaks till stolen för att knattra
omigen
.-monotont, monotont

Stämpelklockan tickar - dags att gå hem
fötterna har somnat och huvudet dunkar
som en ångmaskin snubblar genom
dörren, dyker ner i sängen
vaknar nästa morgon för att göra allt igen

Stå emot

Skrevs till en vän som gick bort i ALS.

Säg vad kan jag göra,
för att hjälpa till?
Inte för att störa,
bara finnas till.
Hör ditt rop av smärta,
hur kunde detta ske?
Du ställer massa frågor,
jag har inga,
nej inga, inga svar att ge.

Jag ska lindra din smärta.
Jag ska ge dig mera mod.
Styrka för att klara,
vad som än står dig emot.
Jag ska lindra din smärta.
Jag ska ge dig mera mod.
Du måste stå emot

Säg kan någon förklara,
varför blir det så?
Känner mig så hjälplös
av att titta på.
Kom och låt mig värma
din trasiga själ
Hjälpa dig igenom
och ge dig, ge dig,
ge dig en del.

Jag ska lindra din smärta.
Jag ska ge dig mera mod.
Styrka för att klara,
vad som än står dig emot.
Jag ska lindra din smärta.
Jag ska ge dig mera mod.

Du måste klara det här
Du varför är det så här?
Du måste klara det här! Du måste stå emot

Mina egna ord

Berätta din historia

Steg de hörs i natten i en sovande stad
vaken är endast katten
- inte du eller jag
stegen de tillhör en kille
på väg i ett lagomt rus
han snubblar och sparkar på katten
som jamar till och går in i ett hus

Jag ser en man utan namn
-vem döljer sig där
En främling jag ser
- vad är det du heter
En man utan namn
- nyfiken jag är
kan du berätta din historia

Var är han på väg mitt i natten,
vart styr han sina steg
Hans skugga speglas i fönstret
där han går på denna väg
jag undrar vad är det han tänker,
när han sakta går vägen fram
kanske det är oviktigt
men för mig är han ju intressant

Jag ser en man utan namn
-vem döljer sig där
En främling jag ser
- vad är det du heter
En man utan namn
- nyfiken jag är
kan du berätta din historia

Det ljusnar och snart är han framme
vid målet för sin promenad
öppnar dörren ser skuggan försvinna -
kvar med alla frågor är jag
vem var du nu mitt i natten -
och vilket var ditt namn
svar på frågan det vete katten -
du förblir i mörkeret kvar

Jag ser en man utan namn
-vem döljer sig där
En främling jag ser
- vad är det du heter
En man utan namn
- nyfiken jag är
kan du berätta din historia
kan du berätta din historia

En liten blå fågel

En liten blå fågel sjunger på heden
sjunger en visa om längtan till våren
blommorna knoppas, vind susar stilla
högt lyser månen på heden långt bort

Vår sköna varma kom
ge oss den känsla som vintern tar från oss
låt oss få drömma, låt oss få glömma
låt solen smeka vår törstande själ

Vägen är lång, går och funderar
Känner och lyssnar på världen omkring
det spritter och kvittar och killar i magen
det känns uti kroppen jag vill inte in

Vår sköna varma kom
ge oss den känsla som vintern tar från oss
låt oss få drömma, låt oss få glömma
låt solen smeka vår törstande själ