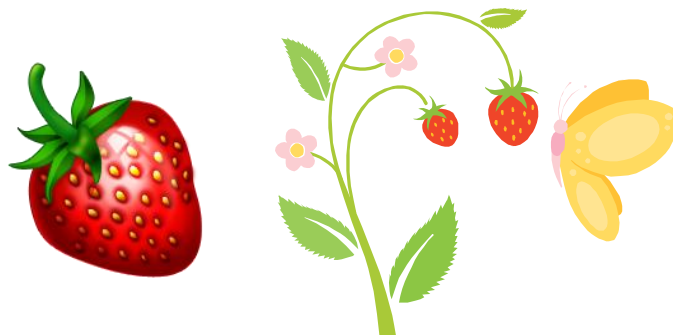


Kesäisiä runoja ja värssyjä

Kaunis usva hiljalleen järvelle katoaa.
Aurinko kultaa koivuhaan ja laine lyö rantaan rauhaisaan.
Käen kukunta jo viimein vaimenee,
Uinuu lapsi tuoksussa ruusujen.
On hetki aikaa olla hiljaa.
Soi tuulessa viesti kesäinen:
Nyt on aika juhannuksen.



Nauti uusia perunoita ja voita
Mansikoita ja makkaroitu.
Tee saunaan tuore vasta,
Varpaat veteen kasta.
Hakkaa liiteriin halkoja,
Oio nurmikolla jalkoja.
Ihastele poutapilviä,
Siristele auringossa silmiä.
Haista kesän tuoksut,
Unohda turhat juoksut.
Muista paljon lekotella,
Laiturilla elämää hekotella.
Mieti kivoja juttuja,
Tapaa ystäviä, tuttuja.
Älä murehdi ötököitä,
Vietä rauhallisia kesäöitä.



Toukokuu toi tullessaan kesän,
Lintu rakensi keväällä pesän.
Kesällä voi mansikoita poimia
Ja syksyä varten kerätä voimia.
Kesällä voi jäätelöä syödä
Ja palloa pesäpallomailalla lyödä.
Kesällä voivat lapset lelulehtiä selata
Ja ulkona ulkopelejä pelata.
Nauttikaa kesästä
Hyttysset ovat tulleet jo pois pesästä!



Elämä voi olla hauskaa!
Aloita jälkiruuasta. Seuraa sydämen iloa!
Ulvo kuulle! Pidä erivärisiä sukkia. Anna
itsellesi lahjoja. Luota elämään. Nautiskele
hitaasti. Yllätä itsesi. Puhu kukille ja odota
vastausta. Etsi hulluutta. Kokeile. Pyydä sitä
mitä haluat. Juhli valon paluuta. Juttele
ventovieraiden kanssa. Anna anteeksi itsellesi ja
muille. Viskaa repusta kivet pois. Juttele itseksesi.
Ota vastaan. Leiki.



Laula mukana, kun kuulet musiikkia. Pidä puseroa
väärinpäin. Älä luovuta, vaan vaadi kaikkea. Silitä
kissaa. Arvosta kehoasi. Juo auringonpaistetta. Uskalla
jotain uutta. Kävele paljain jaloin. Seiso myrskyssä meren
rannalla, vaikka mielikuvituksessasi. Riko rutineja.
Tee jotain, mikä on mahdollista. Tulevaisuudessa on toivoa.

Mukaeltu Brinsberg & Vestlund/Kuuntele itseäsi – vältä uupumus

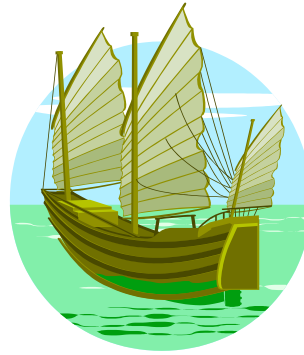
Anna itsellesi aikaa...

Ajatella, sillä ajatus on voiman lähde.
Leikkiä, sillä leikki on ikuisen nuoruuden salaisuus.
Lukea, sillä kirjat ovat viisauden lähde.
Rakastaa, sillä rakkaus on Luojan antama lahja.
Ystäviäsi varten, sillä ystävyys on tie onneen.
Nauraa, sillä nauru on sielun musiikkia.
Auttaa toisia, sillä päivä on liian lyhyt
tuhlattavaksi itsekkyyteen.
Ihmisenä olemiseen, sillä sen takiahan olet täällä.



Positiivarit/Kesäheinä

Yksi laiva lipuu itään ja toinen länteen
Samojen tuulten siivin.
Purjeiden asento, eivät puhurit,
Kertoo meille suunnan.



Ella Wilcox

Joko teemme itsestämme onnettomia tai teemme itsestämme vahvoja.
Kesän pituus säilyy samana.

Positiivarit/Kesäheinä



Kun nyt kerta kaikkiaan on niin onnellisesti, että mikä laulaen tulee, se viheltäen menee, niin miksi emme laula enemmän ja muista viheltää aina välillä?

Mervi Lehto

Hieman enemmän

Välitä enemmän kuin useimmat ajattelevat viisaaksi.

Unelmoi enemmän kuin useimmat ajattelevat käytännölliseksi.

Odotu enemmän kuin useimmat ajattelevat mahdolliseksi..

Positiivarit/Kesäheinä

Tuulen suhina
kuin lempeä musiikki
tyynnyttää kiireisen mielen.

Antaudu hiljaisuudelle.
ole myötä kuluvasa
hetkessä

Luonto ympärilläsi
on opettajanasi
rauhaan ja harmoniaan



Puutarha uhkeimmillaan:
hehkuvanpunaiset, kirkaankeltaiset
liljat
hennon vaaleanpunaiset ruusut
jasmiinin huumaaava tuoksu.

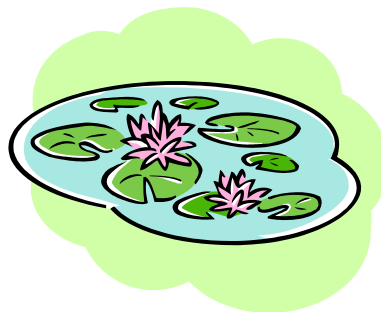


Kukkien yllä
valkeiden perhosten keveä tanssi.

Paratiisi tallettavaksi talveen.

Kesä

Sydän linkoaa
hattaraa taivaalle,
avaa pumppuoven
puutarhan sineen.
Törröttävien yrttien
ympärielle pöriäiset.



Ota hyvä mieli auringosta,
Onnen korsi heinikosta.
Nosta ilonpilke silmäkulmaan,
löytyy ratkaisukin joka pulmaan.



Nocturne

Ruislinnun laulu korvissani
tähtäpäiden päällä täysi kuu;
kesä-yön on onni omanani,
kaskisavuun laaksot verhouu.
En ma iloitse, en sure, huokaa;
mutta metsän tummuus mulle tuokaa,
puunto pilven, johon päivä hukkuu,
siinto vaaran tuulisen, mi nukkuu,
tuoksut vanamon ja varjot veen;
niistä sydämeni laulun teen.



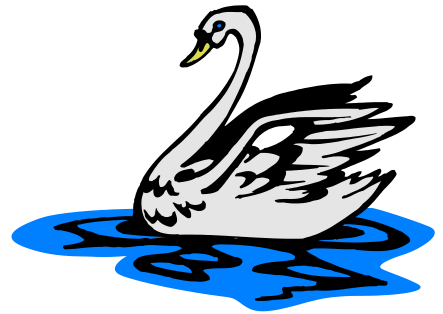
Sulle laulan neiti, kesäheinä,
sydämeni suuri hiljaisuus,
uskontoni, soipa säveleinä,
tammenlehvä-seppel vehryt, uus.
En ma enää aja virvatulta,
onpa kädessäni onnen kulta;
pienentyy mun ympär' elon piiri;
aika seisoo, nukkuu tuuliviiri;
edessäni hämäräinen tie
tuntemattomahan tupaan vie.

Eino Leino



Lapin kesä

Lapissa kaikki kukkii nopeasti,
maa, ruoho, ohra, vaivaiskoivutkin.
Tuot' olen aatellut ma useasti,
kun katson kansan tämän vaiheisiin.



Miks meillä kaikki kaunis tahtoo kuolta
ja suuri surkastua alhaiseen?
Miks meillä on niin monta mielipuolta?
Miks vähän käyttäjä kanteleen?

Miks miestä täällä kaikkialla kaatuu
kuin heinää, - miestä toiveen tosiaan,
miest' aatteen, tunteen miestä kaikki maatuu
tai kesken toimiansa katkeaa

Muualla tulta säihkyy harmaahapset,
vanhoissa hehkuu hengen aurinko.
Meill' ukkoina jo syntyy sylilapset
ja nuori mies on hautaan valmis jo.

Ja minä itse? Miksi näitä mietin?
Se merkki varhaisen on vanhuuden.
Miks seuraa käskyä en veren vietin,
vaan kansain kohtaloita huokailen.

On vastaus vain yksi: Lapin suvi.
Sit' aatellessa mieli aputuu.
On lyhyt Lapin linnunlaulu, huvi
ja kukkain kukoistus ja riemu muu.

Mut pitkä vain on talven valta. Hetken
täällä' aatteet levähtää kuin lennostaan,
kun taas ne alkaa aurinkoisen retken
ja jättävät jo jäisen Lapinmaan.

Oi, valkolinnut, vieraat Lapin kesän,
te suuret aatteet, teitä tervehdän!
Oi, tänne jääkää, tehkää täällä pesä,
jos muutattekin maihin etelän!

Oi, oppi ottakaatte joutsenista!
Ne lähtee syksyin, palaa keväisin.
On meidän rannoillamme rauhallista
ja turvaista on rinne tunturin.

Havisten halki ilman lentäkäätte!
Tekoja luokaa, maita valaiskaa!
Mut talven poistuneen kun täältä näätte,
ma rukoilen, ma pyydän: palatkaa!

Eino Leino

