

7- Bona Nit – Els Pets

Vine aquí
sé que estàs cansada, els ulls s'et fan petits,
deixa'm abraçar-te tendrament i calla
que es molt tard i arribat l'hora de dormir.

Posa el cap
a la meva falda i deix la meva mà
espolsar els fantasmes
que t'amoïnen i t'espanten
tanca els ulls que jo et vigilo des d'aquí.

Dorm tranquil·la i diguem bona nit,
deix que et porti en braços fins al llit,
jeu ben a la vora, saps que no estàs sola
mentre et dic a cau d'orella bona nit.

Pel balcó t'esguarda la lluna i sé que et fa un petó,
res no té importància
fins demà a trenc d'alba
quan de sopte t'acaroni la claror.

Dorm tranquil·la i diguem bona nit,
deix que et porti en braços fins al llit,
jeu ben a la vora, saps que no estàs sola
mentre et dic a cau d'orella bona nit.

Quantes vegades ens sentim cansats o tenim un mal dia o fins i tot una mala època; potser estem trists, avorrits, decebuts, pensarosos,... i necessitam parlar, que ens escoltin i,... en definitiva ..., que ens estimin, sentir-nos estimats.

Que n'és de bell saber que hi ha algú que ens dóna calor, que ens protegeix, que ens escolta, a qui importam, que ens té en compte, que ens acaricia, que ens besa, que ens abraça, amb qui ens sentim còmodes del tot, amb qui podem ser nosaltres mateixos, sense haver de fingir el que no som, que ens estima i ens fa sentir estimats...

Per tant, reflexionem primer i sentim els altres per acabar:

Reflexionam

- Et sents estimat/da? Per qui?
- Pensa en una d'aquestes situacions o etapes difícils que has viscut. T'has sentit estimat/da? Tenies clar qui t'escoltaria, entendria, t'allargaria una mà? Hi havia més persones de les que esperaves? N'esperaves alguna que no hi va ser? Com et van fer sentir les dues situacions anteriors?
- Si vols, pots anomenar alguna d'aquestes persones que et fan sentir estimat/da.
- I nosaltres, fem que els que estimam s'hi sentin de veres estimats per nosaltres? Ho podríem fer millor? Com?

Sentim

- Ens aixecam i ens abraçam amb els ulls tancats, però sentint l'altre persona com només amb el contacte ens toca el cor i ens fa sentir protegits i estimats.
- Ara ens asseurem amb les cames obertes un dins l'altre fent un tren i recolçarem el nostre cap damunt el pit de que tenim darrere, tancarem els ulls i sentirem la seva respiració calmada i serena i farem que amb la nostra sigui només una. Com si tots junts fóssim un sol alè i el de darrere fa que tant qui té davant com darrera se senti protegit i estimat.
- Com us heu sentit?