



Gabriela Komínková

JEMNÉ LADĚNÍ

Všem milovníkům lyrických hrátek se slovy

BYTÍ

Radovat se a tiše si snít.

Svou cestou zvolna si jít.

Vědomě vnímat, jenom tak být.

S chutí si zpívat, pokojně usínat.

Vůbec se nebát

O strom se opřít, v náruč se schoulit.

S lehkostí tancovat, hluboce milovat.

Odvážně riskovat.

Sobě se věnovat.

S nadšením pracovat.

Víru si zachovat.

Svobodně cestovat, pozorně sledovat.

Plně si důvěřovat.

Tady a teď objevovat, své nitro prociťovat.

Lásku a sílu nadechovat.

Bolest a smutek vydechovat.

S vděčností, pokorou existovat.

Ničeho nelitovat.

Co je, to přijímat.

Občas se dojímat.

Více se usmívat.

Neztrácet klid.

Prostě jen **Ž Í T**.

SVĚTOBĚH

Hvězdy na obloze září
jako úsměv ve tvé tváři.

Hudba se z rádia line.

Čas, jak řeky proud plyne.

Světlo tmu střídá.

Pes věrně hlídá.

Příroda zázračně čaruje.

Matka své dítě bezmezně miluje.

Mráz na sklo obrázky maluje.

Žár ohně nenávist spaluje.

Laskavost v srdcích oslavuje.

NOČNÍ UVĚDOMĚNÍ

Uprostřed hluboké noci samotná stojím.

Děsivé temnoty strašně se bojím.

Na své nitro se napojím.

Dýcháním mysl upokojím.

Ledový chlad tělem se šíří.

Víčka se únavou klíží.

S nadějí čekám

tramvaj, co sveze mě někam,

kde to zlé zapomínám,

svá přání a touhy vnímám,

vědomě žít začínám,

s láskou se přijímám.

Myšlenka ouha,

stanice TOUHA,

představa pouhá.

Marné je čekání,

o pomoc volání.

Kruté poznání,

tvrdé na zem přistání.

Kdo mě zachrání?

Zářivé světlo vesmírné krásy,

znamení andělské spásy.

ROZJÍMÁNÍ

Širý oceán vše kolem mne obklopuje.

Vlna za vlnou střídavě vystupuje.

Vodní hladina zvolna se pohupuje,

mou mysl pomalu uklidňuje.

Rytmus vln s tepem srdce rezonuje.

Šum oceánu strachy a obavy utiňuje.

S láskou a jemností se u něj medituje.

Radost a pohoda se tělem rozšiřuje.

Vděčnost a pokora k tomu, co je,

celé, jak skládanku puzzlů doplňuje.

ZASTAVENÍ

Únavou zmožená,
bolestmi sražená,
nikam neběžím,
v posteli ležím.

Slabost už neskrývám.

Svěžest nepředstírám.

Pouze odpočívám.

Ticho, klid nasávám.

O pomoc požádám.

Pozornost přijímám.

S láskou se objímám.

Jen se sebou rozjímám.

Čas neúprosně pádí,

Odnesl bezstarostné mládí.

Koloběh života –

neměnná jistota.

Z lásky se narodíme.

Kouzlo světa objevíme.

Splynutí těl a duší okusíme.

Zázraky života porodíme.

S posledním výdechem své tělo opustíme.

Vzpomínky hlavou, jak hejna stěhovavých ptáků letí,

s vděčností za vteřiny protkané úsměvy dětí.

Mávnutí křídel pouhé....

To oka – mžení dlouhé....

O nekonečné touze....

SPOČINUTÍ

Tělem se únava šíří,
současně i bdělost mizí.
Zloba a nenávist – emoce cizí.
V srdci hoří jen láska ryzí.
Ospalost hlavou se plíží.
Zlehounka oči se klíží.
Sladký spánek krokem se blíží.
Jemňounce víčka se zavřela.
Temná noc vše vůkol zakryla.
Hluboké uvolnění nastává,
zklidněné dýchání zůstává.
Pohádkový sen pomalu přichází.
Veškeré trápení daleko odchází.
Ze spánku rozvláčně procitá,
veškeré obavy jsou ty tam.
Mysl se zklidnila,
své vnitřní síle uvěřila,
duši radostí naplnila,
s matkou Zemí se propojila.

OZDRAVNÁ

Bloudivá ledvina
na své místo se neupíná.

Kam chce, tam dopluje.

Volně si cestuje,

Bolest způsobuje.

Žití omezuje.

Bloudivá ledvina,

přítelkyně jediná,

zdánlivě nevinná,

Klidná vodní hladina,

abnormální krajina.

Neškodná trhlina

strhla se lavina.

Pohroma začíná.

Semkne se rodina?

Životadárná tekutina,

transformace polovina,

varovně připomíná,

potlačené emoce

přinášejí nemoce.

Ledviny zahřívej, strachem je netýrej.

Lásku všem vysílej, na svět se usmívej.

Své blízké objímej, sám sebe přijímej.

Srdce své otvírej, problémy neskrývej.

Stresu se vyhýbej. Bytí si užívej.

PROCITNUTÍ

Čtu sloky básně,
má duše žasne.

Překvapeně sedím,
do dále hledím.

Kávu zvolna upíjím,
o verších rozmýšlím.

Horko mé tělo polívá.

Upřímnost často bolívá.

Chlad hrdlo svírá,
minulost zavírá.

Nevědomost předstírám.

Pravdu popírám.

Pochyby rozebírám.

Realitu otevírám.

Odvahu nabírám.

Lásku mu posílám.

LÁSKA

Láska, ten nejhlubší je cit,
jen s ní chceme všichni žít,
věrně se milovat a jeden druhého ctít.

Kam vábí nás, tam musíme jít.

Láska je mocná čarodějka,
všech zamilovaných dobrodějka.

Láska nás hřeje u srdíčka.

Rozechvěje nám zlehka víčka.,

Nachem nám zbarví líčka.

Jen o ní rozjímá hlavička.

Dárek z lásky něžně svírá v dlani,
nedočkavě se těší na setkání,
toužebně opakuje svoje přání,
ať oba navždy svoji lásku chrání.

Lásku, ten vzácný dar, to požehnání.

MEDUŇKA

Meduňko, moje milá, milovaná,
elixírem života právem jsi zvaná.

Něžná bylinko, jemné krásy,
jsi patronkou lidské spásy.

Odolná trvalko, skromné nároky máš,
pro sebe jen vláhu a slunce žádáš,
všechny své dary nám odevzdáváš.

Tvar tvého lístku srdíčko připomíná.

Tvá svěží vůně, má jediná, vyvolená,
jak magnet mne vábí a přitahuje,

krásně se při ní medituje,

radost a pozitivní náladu podporuje,

nespavost, deprese odstraňuje,

nervy a žaludek uklidňuje.

V koupeli tělo i mysl relaxuje.

Tvá snítka pokrmy, nápoje osvěžuje.

Melisso nejdražší, úzkost a záněty odnášíš.

Svou přítomností celý svět povznášíš.

PES

Pes, odvěký přítel člověka,
ten nikdy na nic nečeká,
radostně s láskou pána přijímá,
toho to často pěkně dojíká.

Pes, náš parťák do nepohody,
ochraňuje nás od nehody.

Veškerou svoji lásku nám dává,
odměnu za to neočekává,
Pes věrný, oddaný pánovi,
na světě není nikdo takový.

Slova dost o něm nepoví,
jaký je to druh opravdový.

DOMOV

To vzácné místo,
kde tě rádi mají,
kde důvěrně tě bližní znají.
Kde s hračkami si děti hrají
a babičky jim o všem vyprávějí.
Kde s láskou se blízcí objímají,
kde se zájmem ti naslouchají.
Kde s ochotou ti pomáhají,
padnout tě nikdy nenechají.
Domov, to nejmilejší místo,
kam se všichni s láskou vracívají,
čas strávený zde si užívají.
Neradi odtud pospíchají.
V mysli naň často vzpomínají,
v srdci ho jako poklad uchovávají.

KDO JSEM

Romantický snílek s láskou veršující,
celý život vášnivě čítající,
tužkou na papír stále něco zapisující,
citáty sbírající.

Samotářka hloubající,
ticho, klid vyhledávající,
milé stromy objímající.

Zákazy, příkazy nesnášející.

Volnost a svobodu vyžadující.

Lásku a úsměv rozdávající.

Laskavé slovo přijímající.

Konfliktům se vyhýbající.

Upřímnost preferující.

Podvody nesnášející.

Pomocnou ruku nabízející.



**Stromy jsou básně,
které země píše do nebe.**

Obsah

Bytí	3
Světoběh	4
Noční uvědomění	5
Rozjímání	6
Zastavení	7
Spočinutí	8
Ozdravná	9
Procitnutí	10
Láska	11
Meduňka	12
Pes	13
Domov	14
Kdo jsem	15

Poděkování

Děkuji mým rodičům, díky nimž tu jsem, za to, že u mě probudili lásku k psanému slovu.

Děkuji mé rodině za trpělivost a pochopení pro mou vášeň.

S láskou a vděčností v srdci děkuji mým patronům za důvěru a podporu. Bez Vás bych nesebrala odvahu splnit si svůj sen a moje básně by nespátřily světlo světa.

Děkuji Vám všem: Vladka Plosová, Martina Heš Hudečková, Iva Šulová, Petra F. Rohovská, Lenka Trübenbachová, Kateřina Šmejkalová, Vladka Vachuška, Hany Kopišťová, Lidka Sobotková

E-sbírku básní připravila a obálku navrhla: Gabriela Komínková

Korektury: Gabriela Komínková

Ilustrace: Gabriela Komínková

Copyright © Gabriela Komínková, 2022

Všechna práva vyhrazena.



O autorce:

Gabriela Komínková

- ❖ v rodné Plzni od dob natočení písničky „Malovaný džbánku“ žijící
- ❖ s vlídností úřednickou práci vykonávající
- ❖ tužkou na papír stále něco zapisující
- ❖ od malička s obrovskou vášní knihy čítající
- ❖ jemná duše o samotě s láskou veršující
- ❖ moudré citáty s oblibou sbírající
- ❖ ticho, klid v přírodě vychutnávající
- ❖ milované stromy s úctou a pokorou obdivující