

Kom, livspust

Ingrid B. Melve (2024)

Torbjørn Dyrud (2024)

1. Mot mi - ne hvi - te tan - kers mur, og fryk - tens tran - ge rib - beins - bur: Kom livs - pust i kal - de rom så sor - gen ba - re du vet du kan bli til gråt, til stil - le vår, til spi - rer hver grøft, hvert skår.

2. Kom Du som storm og tordenvær
flør kledning av, blås gjennom klær
til alt jeg har i kobbermynt,
min siste, gjemte håp, så tynt
at lyset ditt kan slippe inn.
Kom Du, som fred og stille vind.

3. Kom meg i blant som ørnen kan
og hvalen i det dype vann
få hvile i en varm, varm strøm
og i en mye større drøm
enn det jeg ser og det jeg vet
enn tyngde og nødvendighet.

4. Kom Hellig Ånd, du varme vind
og la meg puste dypt, dypt inn
som etter regn og etter gråt
når asfalten er ennå våt
og duggen bærer lys og spor
av en ny himmel, en ny jord.

Takkeviser

Ingrid B Melve (2024)

Torbjørn Dyrud (2024)

1. Jeg tak - ker deg Gud, for snub - le - stein og krat som lå i
vei - en, spen - te bein på drøm - mer jeg har hatt. For gjør - mer flek - ker
på mitt tøy og blå for - glem - meg - ei som venter her ved grøf - ta, kun for
den som bøyer seg og ser med like øyne dine små og skjø - re
tegn: En li - ten flek - ket på - dyr - kalv i skjul i kratt og eng.

2. Så på hellige sekund
at tiden ikke har et tak og nåden ingen bunn
selv kjeller og glemte kasser, fylt av bilder, sorg og skitt
og gamle negative, kalles fram i lyset ditt.
Nå glitrer støvet og hvert fnugg lar du meg se
tusen år som før igjen, og faller stille ned.

3. Jeg takker deg og for dem som har satt spor
i døpet av min grunne sjel, for andres kloke ord.
For små tilfeldigheter, folk som plutselig var der
første meg en annen vei, og dem som kom helt nær
og fylte meg med varme farger i mitt ansikts bleke hud.
Men aller mest for vennene som trofast holder ut.

4. Jeg takker deg, Gud for det jeg ser først nå
for myke tegn, for flekkene av lys i alt det grå.
Nå ber jeg deg for dagene som jeg skal ta imot
mal mykt i alt det harde, over alt mitt kjeller-rot
og støv og gamle flekker, så jeg og en gang iblant
kan være en tilfeldighet ved andres grøftekant.

Nå ber vi stilt

Ingrid B. Melve (2024)

Torbjørn Dyrud (2024)

F#m/A Hm F#m/A G6 Dsus4 D



1. Nå ber vi stilt, når di - ne øy - ne luk - ke Gud da
(2.) du de tryg - ge, ster - ke hen - der som rapp deg,
5. Så ber vi Gud å luk - ke si - ne hen nå rundt ditt
(6.) alt ved rom - mets åp - ne vi - du og ser på

Em/H Em7 A Dsus2 D A/C Hm F#m/A



åp - ne dem for dy - pe min - ner: De ly - set, var - me, mil - de
da du tok det førs - te ta - ket den som - men du var syv og so - la
hjer - te, slik du og var hen - der som tok en an - nens hånd, langt ut - på
oss som stry - ker deg på kin - net. Men - ske er det vi som kun er

G6 Em D/A Dsus4 1. Dsus4 D F#m/A



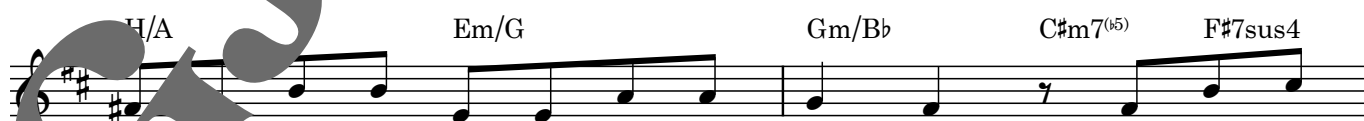
stem - mer. Mens hjer - te - slår om - mer og for - svin - ner. 2. Og kjen - ner
var - met den sto - re pe - sjø - ens o - ver -
dy - pet. Den var - me strø - men kom - mer, snur og ven - der. 6. Og står du
skyg - ger. Du ser oss som et varmt og gam - melt

2. Dsus4 D F#m7 G Dm Am



(2.) fla - te. 3. Så ber vi Gud å var - samt bæ - re pus - ten nå
(6.) min - ne 7. Og kan - skje ser du nå som gjen - nom tå - rer og

F#m/A Em/G Gm/Bb C#m7(b5) F#7sus4



som en som - mer - fugl med ska - det vin - ge du en gang
som un - der sjø - ens o - ver - fla - te. Svøm vi - de -

Hm F#m/A Em/G Em D/A A9sus4
 bar med som - mer - bru - ne hen - der. Du så den let - te, fly
 - re, og vi - de - re til ly - set og slipp oss nå, slik vi må slip - pe

Dsus4 D F#m/A Hm F#m/A G6 Dsus4 D
 - svin - ne. 4. Og kan - skje hus - ker du den førs - te - ten som knit - ret,
 ta - ket 8. og la vår stil - le bønn få fly, for - svin for nå er

Em/H Em7 A Dsus2 D A/C# Hm F#m/A
 glit - ret un - der vin - ter - sko - a gå - gå inn og kjenn den sam - me
 vå - re ord og hen - der tom - me, men kan - kjen - ner du den lett mot

G6 Em D/A A9sus4 Dsus4 D D.C. 2. Dsus4 D Fine
 var - men som fo - ran pei - sen, i - le stu - a.
 kin - net. Og en - nå hvil - le var - men din i rom - met.

1. Nå ber vi stilt, når dine øyne lukkes,
 må Gud da åpne dem for nye minner:
 Det første lyset, varme, minde stemme
 Mens hjerteslaga kommer og jeg vinner.

2. Og kjenner du de trygge, sterke hender
 som slapp deg, da du tok det første taket
 den sommern du var syv og sola varmet
 den store dype sjøens overflate.

3. Så ber vi Gud å alltid bære pusten
 nå som sommerfugl med skadet vinge
 du en gang ble med sommerbrune hender
 Du så den lette, fly og så forsvinne.

4. Og kanskje husker du den første frosten
 som knitret, glitret under vinterskoa
 da du gikk inn og kjenn den samme varmen
 som foran peisen, i den gamle stua.

5. Så ber vi Gud å lukke sine hender
 nå rundt ditt hjerte, slik du og var hender
 som tok en annens hånd, langt utpå dypet.
 Den varme strømmen kommer, snur og vender.

6. Og står du alt ved rommets åpne vindu
 og ser på oss som stryker deg på kinnet.
 For kanskje er det vi som kun er skygger.
 Du ser oss som et varmt og gammelt minne.

7. Og kanskje ser du nå som gjennom tårer
 og snart som under sjøens overflate.
 Svøm videre, og videre til lyset
 og slipp oss nå, slik vi må slippe taket

8. og la vår stille bønn få fly, forsvinne,
 for nå er våre ord og hender tomme,
 men kanskje kjenner du den lett mot kinnet.
 Og ennå hviler varmen din i rommet.

Til vår bror

Ingrid B. Melve (2024)

Torbjørn Dyrud (2024)

1. Vi ber deg, Her - re Je - sus, for vår kjæ - re, sy - ke bror. Vær nær, vær sterk, vær mer enn tu - sen tyn - ne som ders ord. Skriv deg inn i li - vet vårt med oss som vi kan se. Du som le - get sy - ke, og ig - jen et un - der skje.

2. Vi ber deg, Livets Hode du som vekket Lasarus,
for ennå er det tusenvis som morgenkaffe-krus
som skal drikkes ved et bord, som tusen ganger før.
Du kan stilne natten, så si til mørket: «Hør!

3. Ti still, du storm, og vent en stund, du skal få ditt en dag.»
For ditt hjertet må slå så mange flere slag.
Halveis er historien, det kommer mer musikk,
og lys og nye store øyeblikk.

4. Og det er kanskje barnebarn som ikke har blitt født
og mange som edganger som skal male gull og rødt
inn i et vindu, i et hjem, så mange hverdagstegn.
Du ber om større makt enn vind og sol og regn:

5. Spresprekker i natur, granitt, la kilder velle fram
og komme fritt til Mjøsa selv blir vår Siloa-dam.
Du som mettet tusenvis med overflod av mat
vi ber, Herre Jesus, hjelp vår syke kamerat.

6. Nei, du er ikke den som tar. Men vær en Gud som gir.
Du, penn, som skriver linjer inn i ansiktets papir
skriv til hundre, til vår hud er gammel pergament
skriv en lang historie, og skriv til døden: Vent!

Rafah, mai 2024

Ingrid B. Melve (2024)

Torbjørn Dyrud (2024)

1. Du som bæ - rer tid og rom og ve - ver stjer - ne - felt

mør - kets stoff av dy - pe, dy - pe drøm mer. Vi

ber deg for små øy - ne un - der hvi - te telt, gi

ro i den - ne nat - ta så nå om - mer. La

pus - ten bli så tung og jevn som ba - re den kan bli som

hos en sli - ten fem å - ring når da - gen er for - bi, og

la den om - me dypt, så dypt om sto - re klat - re - trær i

ger man kan le - ke fritt, hvor in - gen fa - rer er.

2. Og for slitne voksne er vel ingen lyd så fin
som pusten til et barn som sover stille.

Svøp mammaer og pappaer så mykt i drømmen
der under dukens tynne, hvite fil.

La pusten bli så jevn og tung som da de selv var små
da trøsten fra en mamma, og et fangeappaklem
fikk sår på knærne til å gro, og vonde knytt
forsvant igjen, og man ble lett og kunne lele fritt.

3. Du som bærer rom og tid har også hatt en sønn
som klatret, lo og leide med venner.

Men det kom og soldat er dit, de bærer ingen bønn,
de tok ham med, så langt de guttens hender.

Og ingen mammas trøst kunne sår til å gro
og ingen sorg i verden var så tung som der de sto:

Et håp i hvite filler med et hull, et ingenting
slik noen kunne legge ned sin stille femåring.

4. Du som bærer tid og rom og vever mørkets filt
har også de sorte hull i håndas flater:

For du er tyngre enn en søttenkilos bylt
na svøpt i hvitt, ved alle drømmers krater.

Gud, la dem lande mykt hos deg, til natta er forbi
og la dem våkne full av liv som bare man kan bli
for man er fem og klatrer høyt i store grønne trær
kaller man, så blåser du på friske barneknær.

Innesko

Ingrid B. Melve (2024)

Torbjørn Dyrud (2024)

A E/G# A E/G# A /C# E/G#

1. Til deg som glem - mer in - ne - sko i gym - men, og
(2.) når de voks - ne ber deg om å si he - le og
(3.) ra - re, som kan hø - re al - le og
5. La deg ik - ke fan - ge. Vi er man - g som
(6.) kre - ver ik - ke at du sel - tør hå - pe der,

3 Hm7 Asus4 A D A/C# D A/C#

rød - mer når du prø - ver å si hei - og da du tur - te
prø - ve mer, er det et dår - lig Gjem deg, hel - ler
lø - pe gjen - nom verd - ner med din sjel vi lo - ver ik - ke
gjem - te oss bak sku - ret slik du gjør og tel - te hjer - tets
in - ne - låst på sko - lens skil - le men kan - skje kan du

6 D /F# A/C# D D E A/C# F#m

spør - re om å bli lo de av deg, selv - sagt sa de
vern om di - ne drøm - mer la deg ald - ri smit - te av det
al - le ting blir bed - re, prøv å hol - de ut al - li - ke
ha - re - slag i reg - net og tenk - te: Det er bed - re at jeg
hø - re den - ne san - sen når du går hjem med gjør - me - fyl - te

8 1-3. og 5. 4. og 6. D Am Em/G

nei. 2. Og (3.) vel. 4. For den - ne ver - den tren - ger di - ne
grå 5. (6.) sko 7. For den - ne ver - den tren - ger di - ne
de 6. Vi

11 Fmaj7 F6 Am G/H C

drøm - mer. Og en dag skal du si oss hva du ser,
ger, vi tren - ger dem som kom - mer he - le hjem

14 C D G/H Em C Am Fmaj7

du som er på for - navn med ga - lak - ser, du som
 sor - te hull, fra rei - ser gjen - nom verd - ner. Gjem deg nå. Vi

17 G Asus4 1. A D.C. Fine

- dan en blå - hval ler.
 hen - ter deg ig - jen.

1. Til deg som glemmer innesko i skyen,
 og rødmer når du prøver å
 og da du turte spørre om å bli med
 lo de av deg, selvsagt sa de nei

2. Og når de voksne ber deg om å smile
 og prøve mer, er det et dårlig råd.
 Gjem deg, heller, vi har alle drømmer
 la deg aldri smitte av det grå.

3. Du, rare som kan høre alle farger
 og løpe gjennom verden med din sjel
 vi lover ikke alle ting blir bedre,
 nei, det er det, allikevel.

4. For denne verden trenger dine drømmer.
 En dag skal du si oss hva du ser,
 du som er på fornavn med galakser,
 hvordan en blåhval ler

5. La deg ikke fange. Vi er mange
 som glemte oss bak skuret, slik du gjør
 og telte hjertets hareslag i regnet
 og tenkte: Det er bedre at jeg dør.

6. Vi krever ikke at du selv tør håpe
 der, innelåst på skolens skitne do
 men kanskje kan du høre denne sangen
 når du går hjem med gjørmefylte sko.

7. For denne verden trenger dine farger,
 vi trenger dem som kommer hele hjem
 fra sorte hull, fra reiser gjennom verdner
 Gjem deg nå. Vi henter deg igjen.

Tre håndfuller med vann

Ingrid B. Melve (2024)

Torbjørn Dyrud (2024)

G Em/G /F# C/E Am G/F#

1. Tre hånd - ful - ler med vann, en gang, ble tør - ket av min panne. De

Cm Eb/F

ble til damp og sky og regn, og blan - der seg med - net som

Ab/C Fm Eb Bb Ab

skyl - ler o - ver bi - len min en sen - no - nm - er - kveld. Gud,

C/G D/G C/G Am7 Gm/D Gsus4 G

selv i mi - ne tom - me døgn, vær nær al - li - ke - vel.

2. Kom, hellig regnvær over oss, gi småbarn søledammer
vask sminke vekk fra stien, vann tykke eikestammer,
øst vannet over kirk og hus, hver gamle kirkegård
til sørgeblomster, virer på en grav hvor ingen går.

3. Er vekkerklokka altfor skarp, send lette tåkeskyer
som bærer sannheter, og svøper våre byer.
Spinn dis, nastell og englefilm rundt solas strålestikk
så grensa mellom rikene er vekk et øyeblikk.

4. Gatte i Atlanteren, der blandes det med strømmer
som bølger mot vår kyst, et brus av dypets drømmer.
Kom stille, stille dønninger, slip skarpe klipper ned.
I åpne kveldens horisont, og bad vår natt med fred.

5. Og når jeg blir en sliten kropp, du vigsler vaskevannet,
som fukter helsevesnets klut, når så igjen min panne
skal vaskes stilt i lunkent vann, og jeg får rene klær.
Mitt hjerte sovner i din hånd. For alltid var du nær.

Elva

Ingrid Brækken Melve (2024)

Torbjørn Dyrud (2024)

Db Ab/C Bbm Db/Eb Absus4 Ab Eb/Ab A

1. Så stod vi der, ved bred - den, den - ne vå - ren u - ten nå de og

Bbm Ab/C Db /Eb Em6/Ab Fm/Ab

el - va var så brun og sterk, og rev med seg din na - te, først

Bbm Ab/C Db Em6

stil - le - re, så ras - ke - re mot ti - de - le - te foss den

Ab/Eb Db/Eb Bbm Absus4 Fm

hø - rer in - gen bønn, for den er sterkere enn oss.

2. Så ber vi, her ved bredden, her hvor alle tau må ryke:
Må bølger av Guds lys brenne der det siste stryket.
Der står en gjeng på stranda, som sier: «Vær velkommen hit!»
Men her blir vår til juni sol, og alt blir brunt og svidd.

3. Men det er kvevde vin og fest i Herrens grønne hager
hvor gode venner prater skit og ler av gamledager.
Må vi alle du synger sildre ut av paradiset,
og nå oss som et stille regn, en kjølig sommerbris.

4. Og når vår Gud er sann og god, så er den lille trøsten
at her som der i himmelen, så kommer også høsten.
Så vakker gulner bladene på livets lønnetre.
Et i galaksen siver duft av bål og bjørkeved.

5. For du også stjernene, men fra den andre siden,
og kanskje tegnes isroser på speilet, der bak tiden.
Snøen snart skal falle stilt ved bredden hvor vi bor,
og det er det kanskje fler enn oss som lager englespor.

6. Og så skal spora vaskes vekk av smeltevann som renner,
for her er elva sterkere enn tau og venners hender.
Men en gang er det du som står på stranda hos vår Gud
og ønsker oss velkommen, der hvor elva munner ut.

Kveldssalme

Bbm Ebm7 Gb Fm/Ab

1. Bre nat - ten o - ver al - le hjem og vin den din rødt

Bbm Eb7sus2 Eb Fm Eb/F Fm

al - le dem som sov - ner i sin en - som - het al - le hus, hver

Ab Eb Bbm Ab/Bb Bbm Gbsus2 Gb

lei - lig - het hvor drøm - me - r er su - et bort. Kom,

Db/Eb Eb Fm Bbm

nå med nat - ta myk og sort.

2. Vern folk som drikker dagen vekk
hver park, hver park, hver hageflekk
hvor en har begravd en spurv.

Hold dine vinger som en kurv
så det vi mister lander trygt
og over stilt og redemykt.

3. Varm den som lever, redd og kald
i skjøre, tynne, hvite skall.
Vær vingemakt ved stup og bro,
vær viljen, til man selv kan tro
og fly med egne, friske fjær
fra gribbens klør, til livet her.

4. Fly over hus og borettslag
og gi med dine vingeslag
små drømmer bare fugler vet.
Og mens vi sover, stryk din fred
med myke fjær mot våre kinn.
Kom, varm oss under vingen din.

Vi takker deg for tusen, tusen farger

Ingrid B. Melve (2025)

Torbjørn Dyrud (2025)

1. Vi tak - ker deg for tu - sen, tu - sen far - ger som
sprin - ger ut av ly - set med sitt kall. Med
pi - ler, klan - ger mot den fros - ne m - gen og
bu - er o - ver dyp og - te - fall.

2. For ennå finnes fjerner, finnes drømmer
og unge h - p, her og der i himmelblå.
Og øyeblikk hvor engler korsstingssømmer
er vevet i hvert søkk og arr, hvert sår.

3. For senetter, mørkeblå mirakler,
og silkerør hvor lengselen kan bo,
for lys som snur ber natta tre tilbake
og skien bærer oss sitt krus med morgentro:

4. For ennå finnes tusen, tusen under
og store dyp av alt vi ikke vet,
og kærtunger, og snille, gamle hunder.
Og det skal alltid finnes kjærlighet.

5. Vi takker deg for vårens små profeter
som taler varmt mot verdens vinterlov,
for lyse, gule tegn for dem som leter
i skyttergraven etter hestehov.

6. Gud, kle oss i det samme, gule håpet
og rust oss med din grønne sommermakt -
og varme, mere varme er vårt våpen
for det skal finnes farger på vår vakt!

Gi meg tyngden til en bjørn i skogen

Ingrid B. Melve (2024)

Torbjørn Dyrud (2014)

Fm Cm/Eb Dbsus2 Db Ab/C

1. Gi meg tyng - den til en bjørn i sko - gen og røt - ter

Bbm7(add4) Ab Gb/Bb Ebm

som et gam - melt tre. Når jeg vil lytte vekst med let - te

Dbmaj7 Cm/Eb Fm Bbm Eb Fsus4 F

vin - der Gud, la meg hel - ler til - le fal - le ned.

2. Gjennom plen, jord og støv og råde
ned, der skulte ned, sopp og spor
gir pust i møtet, tusen nye gåter
og syn, i fjell og jord.

3. Søk du gikk ned, ned fra alle troner
någt fast med jern, for ingen vind
fikk ta meg med til lette skyers rike.
smertet døden selv med varmen din

4. Gjør mitt hjerte varmt som jordas kjerne,
og la varmen stille sive ut
med blodets jern, til mine kalde hender
smelte stein, kan varme andres hud.

Mariavise

Ingrid B. Melve (2025)

Torbjørn Dyrud (2025)

1. Vi tak - ker deg, Ma - ri - a, du som gjør - de folk av Gud. Du
trøs - tet ham om nat - ta, vas - ket Her - rens blei - hud, og
lær - te ham å snak - ke rent, du trøs - tet når han falt ba ham ta ei lu - e på når
det ble alt - for kaldt.

2. Vi maler deg, Maria, i så myke stoff av blått,
men hvem kan vite fargene som sjelen din har fått.
For kanskje prist du din Gud i ville rosers rødt,
med lovsang som et løvebrøl da barnet ditt

3. Vi håper kloke koner kom, og passet barnet ditt
så du fikk gro og sove godt og hvile mot ditt
som en dag bærer sorg så tung, slik sønnenødre gjør
i krigene, ved korsene, der verdens gutter dør

4. Den lille gutten er Guds barn, men han har *deg* til mor
og du var mer enn mat og trøst og beskyttelse, stille jord.
For det var *du* som lærte ham å være snill og god,
du sang for ham om himlene og årkenfolkets tro:

5. Det folk som går i mørket skal få se et lys så klart
at bak hver låst hvert cello skal det bli åpenbart:
Vår Gud er god for alle, og vår Gud er en som ser
hvert knuste hjerte, hvert blåmerke, all uretten som skjer.

6. Vi håper, jo, Maria, at det selv er du som vil
at det å bære unger fram skal ingen tvinges til.
Vi tror at du var mer enn milde smil og trøst og fang.
Vi tror du var en stemme og en vilje og en sang:

7. Gud løfter opp de lave, lar de store vike plass,
og ber oss bygge sykehus i fyrsters golf-palass
hvor alle små skal bæres fram, et stikk og så litt trøst.
En verden hvor de ringeste skal komme aller først.

8. Der alle barn skal vokse opp, få melk og hverdagsbrød
når det er kveldens solnedgang som farger verden rød,
og ikke blod, men villrosen og friske barnekinn.
Vår Gud skal styrte dødens fyrste ned fra tronen sin.

9. Så håper vi, Maria, at du også får litt fred
til lekser, til venninneprat som ingen har no' med,
og tusen åpne øyeblikk hvor du er lett og fri
som alle unge jenter skal. Og hør, nå synger vi:

10. Det folk som går i mørket skal få se en soloppgang
så varm og rød, en helt ny tid i verdens tomme fang.
Fra tornekratt og piggrådkveil skal roser springe ut
og røde friske barnekinn skal prise livets Gud!