

Landet her i hjemligheden

Frank Colding 2024

Enkel becifring

Frank Colding 2024

$\text{♩} = 80$ Rubato

G C G C D G Am D C Am D⁷ G
Lan-det her i hjem-lig-he-den. Blød-gjort er en stram pro-fil. Stu-en ån-der lør-dags-fre-den.

Musical notation for the first system, measures 1-6. Treble and bass clefs, 4/4 time signature, key signature of one sharp (F#).

Bm G D⁷ G G C D G C G D G
7 Hvil-ket dej-ligt mid-dags-hvil Dog, i-føl-ge mit pro-gram skal jeg hen at mo-tio-ne-re.

Musical notation for the second system, measures 7-12. Treble and bass clefs, 4/4 time signature, key signature of one sharp (F#).

Bm Em D G C G D G A D
13 Det må jeg vel ac-cep-te-re, trods den væ-ren, jeg for-nam. Set fra

Musical notation for the third system, measures 13-18. Treble and bass clefs, 4/4 time signature, key signature of one sharp (F#). A key signature change to three sharps (F#, C#, G#) occurs at measure 17.

F#m G Bm Em⁷ A D G F#m
19 mi-ne var-me stu-er, det er kæl-ke bak-ke-tid; må-let for fa-mi-lie-tu-re. Sne-en ly-ser sol-skins

Musical notation for the fourth system, measures 19-25. Treble and bass clefs, 4/4 time signature, key signature of three sharps (F#, C#, G#).

D Bm A G F# B
26 hvid. Og-så jeg bli'r kaldt til dåd. Man må ud før e-ner-gi-en fa-rer

Musical notation for the fifth system, measures 26-30. Treble and bass clefs, 4/4 time signature, key signature of three sharps (F#, C#, G#).

Em D F#m D A D
31 vild i nos-tal-gi-en, ly-dermangt et sund-heds-råd.

Musical notation for the sixth system, measures 31-36. Treble and bass clefs, 4/4 time signature, key signature of three sharps (F#, C#, G#).

Landet her i hjemligheden.
 Blødgjort er en stram profil.
 Stuen ånder lørdagsfreden.
 Hvilket dejligt middagshvil.
 Dog, ifølge mit program
 skal jeg hen at motionere.
 Det må jeg vel acceptere,
 trods den væren, jeg fornam.

Ser fra mine varme stuer,
 det er kælkebakke-tid;
 målet for familieture.
 Sneen lyser solskins-hvid.
 Også jeg bli'r kaldt til dåd.
 Man må ud, før energien
 farer vild i nostalgien,
 lyder mangt et sundhedsråd.

Sidder bare her og stener.
 Fik et dejligt brusebad.
 Overvejer, hvad jeg mener,
 nu hvor jeg er træt og flad:
 Gi'r min fitness-præstation
 sundhedskort med trumf og esser?
 Jeg er sidst i mine tresser,
 hvad er rette ambition?

Stadig vil jeg konkurrere
 med mig selv, min dovne krop.
 Blot at være, rekreere,
 bør til tider høre op.
 Bedst: At komme hjem fra sport,
 stene, dovent agitere,
 mens man glorien polerer,
 fra sin lænestols komfort.

Kreative morgenvinde.
 Hvad blev af min hjerte-ro?
 Tanken synes at forsvinde
 fra den indre gyldne bro.
 Vælger gøremål fra plan.
 Atter lodret og centreret.
 Og en ven bli'r inviteret.
 Vander blomster på altan.

På min søndagstur langs fjorden
 vandrer jeg to gode mil.
 Luftes i den kolde 'Norden',
 snefnug med krystalprofil.
 Her, hvor jeg er nået frem,
 er der noget, jeg skal klare,
 nemlig købe dagligvarer.
 Kommer atter til mit hjem.

Veksler mellem, i min søgen,
 væren og aktivitet.
 Skelne mellem duen/høgen
 hjemme i stabilitet?
 Der er nok at kæmpe med,
 gennemskue skrig fra ravne.
 Lige nu vil hjertet gavne
 med en bølgering af fred.

Sætter kurs mod lænestolen.
 Hviler mig igen i dag.
 Mærker atter hjertesolen,
 skærmer mine stuer af,
 fylder dem med gylden ro.
 Glider ind i hjemligheden,
 ind i mit lokale Eden.
 Skjult i mit private bo.