

## SZLACHETNE ZDROWIE

chciałem raz zadbać o własne zdrowie  
pięć dni pościłem z chlebem i wodzie  
a że z dniem każdym apetyt wzrastał  
więc przechodziłem tortury straszne

ciągle chodziły ze mną zapachy  
śniły się smaczne mięsne pojęcia  
a ja uparcie trzy razy w dobie  
jedna kromeczka i szklanka wody

kiedy dzień piąty dobiegał końca  
ujrzałem w oczach krążące słońca  
w brzuchu huczało uszy się trzęsły  
do wielkiej uczytzy zasiadłem pierwszy

bigos golonka pasztet zajęczy  
trzy litry Fanty kilogram bryndzy  
przez nieuważę palnąłem gafę  
bo przez przypadek wlałem na wagę

i do modlitwy złożyłem ręce  
ważyłem na niej pięć kilo więcej

Józef Tomoń

\*\*\*

Kto był moim poetyckim  
nauczycielem?

Miałem ich kilku  
ale najdłużej przetrwała  
poezja księdza Jana,  
z której czerpię miłość,  
wiarę i nadzieję.

Tak jak ksiądz Jan –  
nie przyszedłem nikogo nawracać  
ale jeśli moja poezja to czyni  
wdzięczny jestem Bogu.

I niosę to co najpiękniejsze.

Trudne chwile zdają się być  
już za mną –  
odzyskałem spokój:  
czytam księdza Jana.

Jan Organ

Czym jest ambicja  
Pytam Cię człowieku  
Czy tylko puste słowo  
Odnotowane w słowniku

Wiesz czego pragniesz?  
Ku czemu dążysz?

Czy ścieżka obrana  
ma znaczenie?  
Czy potrzebujesz  
usłyszeć napomnienie?

Czy ideały  
aby Ci nie wyblakły  
a serce rządze skradły?

W postępowaniu widzę  
masz rozbieżność...

Sprawdź archetypy znane  
Sam sobie zadaj pytanie  
Na ile ambicjonalne  
jest Twoje postępowanie...

Agnieszka Mrozek

\*\*\*

inspiracja rysunkiem  
Katarzyny Terchy-Frankiewicz

Wyrastam z góry  
z małego pagórka  
z równiny  
z bagien i mokradeł  
a może z kamieni  
gdzie upadło ziarno słowa

Ciężkie stopy mchem otulone  
W głowie szumi  
górski wiatr  
a trawy sięgają do pasa  
i tulą mnie  
i kołyszą  
i już częścią nich jestem

Ciemno i szaro w moim świecie  
choć kształty tęczą się zdają  
Ręce złożone do modlitwy  
wtapiają się w siebie  
Jestem

Anna Ziemba-Lonc

## KARE KONIE

kiedys odjadę  
ostatnim powozem  
turkot kół zatańczy  
z biciem dzwonów  
czarne tango  
światła dnia przesłoni  
cień zamkniętych powiek  
i na mlecznej drodze  
gwiazdy zgasną

kiedys odjadę  
lecz na razie

karych koni  
do powozu  
niech nikt nie zaprzęga  
przyszła jesień  
złota jesień  
więc ja w sadzie  
każdy dzień jak liście zbieram  
i z radością taki bukiet  
trzymam w rękach  
©Autorka Halina Urban z tomiku  
Ścieżkami Emocji.

*Halina Urban z tomiku Ścieżkami Emocji 2017*

## JESTEM BADACZEM

Jestem badaczem,  
łowcą pustych słów nienawiści.  
Lubię, kiedy jestem obrzucany mięsem.  
Moją zwierzyną są negatywne myśli.  
Pragnę szarpania się ze mną dość twardo.  
Chcę czuć odór gnijących oczu  
na moim odsłoniętym karku.  
Jestem potworny, ugryź, bo warto!  
Potrzebuje walki, obmowy, konfrontacji,  
każdy szydyczy uśmiech,  
jest niczym padlina podczas kolacji.  
Pełen agresji, a jednak wciąż głodny.  
Na jad złych spojrzeń jestem odporny.

*Dominik Pinda*

## KROŚNIEŃSKA EKSPOZYCJA

marzy o pracy muzealniczej  
zwolni jak ptaka z klatki

otrzymuje  
polecenie powrotu  
opatulone cyfrą dziesięć  
sloganiem  
kończymy współpracę

*Krzysztof Graboń*

## ŻYCIE

Czasami w życiu jest tak,  
że tylko sięść i płakać,  
mimo męskości swojej  
i czułości kobiecej.

Niekiedy tracimy przyjaciół  
nie z naszej winy,  
czasami oni odchodzą  
z własnej dobrej woli.

Niegdyś myślałem, że życie  
moje trochę potrwa;  
teraz rozumiem, że to nieprawda.

Oto jawi mi się czas studiów,  
tamte znajomości  
i miłości pierwsze.

Czuję się wtedy dobrze,  
bez bólu i strachu,  
bez wątpienia w Sąd Ostateczny  
i w Miłosierdzie Boże.

Tylko miłości potrzebuję  
jak jajecznicy na śniadanie.

*Jan Organ*

## ONA I ON

Podniebny puch, świst to już?  
Łagodnie wtulona, jej usta drżą.  
Przyjemność z chytrnością.  
Ukoi twój ból...  
Jesteś gotowy, by zaryzykować?  
W powietrzu gęsty wonny dym!  
Powoli czujecie się coraz pewniej.  
Nienawiść z oddaniem.  
Otworzą Ci drzwi...  
Świat jest bezpruderyjnym miejscem.  
Jaskrawy blask, doskonały jej głos.  
Coraz bardziej do siebie pasujecie.  
Dzikość z ufnością.  
Umiłą Ci noc...  
Gwałtownie łapiesz ją za rękę.  
Cichy poranek, zimny już koc.  
W doskonałym objęciu zasypiasz.  
Wrażliwość z pogardą...  
Nie dadzą Ci nic.  
Powoli się zamykasz.

*Dominik Pinda*

## SŁONECZNE WSCHODY

Szedł lekko ku słońcu  
doznając uciechy  
jak ranna rosa na kończynach  
trawy  
Na której błękit poprzez  
krople świtu  
rozczepiał barwy suszone  
szelestem  
Przystanął w drodze  
gdy spotkał się z echem  
samotny jak brzoza  
lśniąca na rozdrożu  
Błask oczu zachodził  
mgłą w klepsydrze  
złotej  
Szedł cicho ku słońcu  
głębiej niż zniżenie

*Józef Tomoń*

## WŁASNA REFLEKSJA

przy blasku monitora  
literki zlane w płamę  
osadów

schowaj książkę  
do przegródki  
brewiarz cywilizacji

*Krzysztof Graboń*



\*\*\*

Czarodzieju  
z mojego snu

zamień mnie proszę  
w mały płatek śniegu  
bym kołysana  
leciutko i pięknie  
tańczyła z podmuchem wiatru  
dla Ciebie

Bym w kryształą ozdobiona  
przez mróz  
mogła przeglądać się  
w tarczy księżyca  
i aby zazdrościły mi  
inne siostry-płatki

Bym mogła zatrzymać się  
w mroźną noc  
na szybie Twojego okna  
i marzyć  
o bliskości  
której nigdy nie zaznam

Ciepło ludzkiej dłoni  
zabije mnie  
ale to nic  
Kres mojego życia  
i tak nadszedł by wiosną  
razem z pierwszym promieniem  
słońca

wyberam  
śmierć z miłości.

*Anna Ziemba-Lonc*

## ZŁOCISTE LIŚCIE

Dygocące liście  
oderwane od drzew  
gasną za szybą  
o zmierzchu  
w ściszącym stukocie  
pędzącego pociągu

Jakby wieczorny dzwon  
wzywał je do apelu  
żeby móc zliczyć  
każdy szczegół  
na złocistych blaszkach  
pomarszczonych przez  
czas przez bagaże  
podróży

Wiatr przez uchylone okno  
szepcze im jeszcze trochę  
jesieni  
nim natarczywa biel  
pogrzebie ich marzenia  
nie rozwinięte słońcem  
w głębokim ukłonie

*Józef Tomoń*

Masz odwagę by czuć?  
By w myślach snuć?  
Plany pruć?  
Buty wzuć?

Masz odwagę by śnić  
Byle w ciele nie gnąć?

Masz odwagę pytać  
Choć zębami zgrzytasz?

Masz odwagę kochać  
Ale tak by później nie szlochać?

Wyjdź z ciała ptaka spłoszonego  
Jak dziecka zakłopotanego

Przedstaw argumenty i cele  
Z pewnością znajdziesz  
Ich w sobie wiele

Błędem co skalę swą mają  
Przecież wszyscy je popełniają  
Wskaż kierunek odwrotny  
I adres bezzwrotny

Skrzydła pożycz od ptaka  
By jak anielskimi uniesiony  
Wzbić się w nieprzebyte  
jeszcze strony

By u góry mocniej czuć  
I wewnętrzne odtruć  
I żyć ...!!!!!!  
Świadomiej niż do tej pory

*Agnieszka Mrozek*

\*\*\*

Dzieciaku bezdomny  
który siedzisz we mnie  
odpocznij  
na pudłach  
kartonach  
odpocznij...

Ucisz skomlące marzenia  
dorosłej kobiety  
i ciesz się dzieciaku...

Masz wolne od szkoły  
Masz wolne od pracy  
Masz wolne od kasy

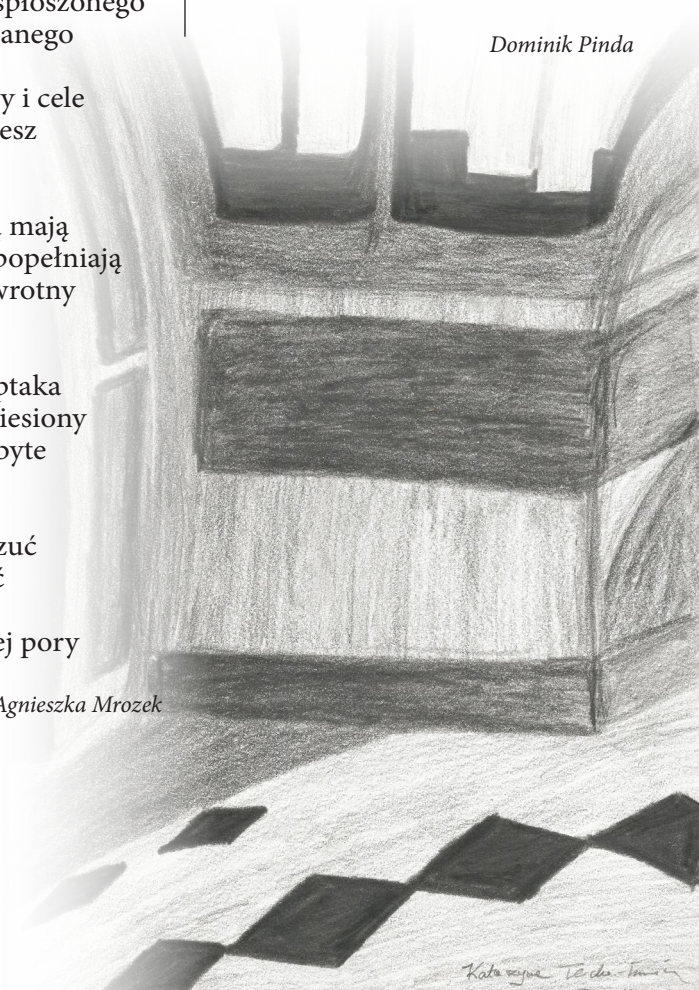
Po prostu ciesz się dzieciaku...

*Katarzyna Tercha-Frankiewicz*

## BEZCZYNNOŚĆ

Czasami w dni szare, gdy  
wszystko jest przeciwko nam  
zwykłym zjadaczom chleba.  
Dopadają nas złe myśli,  
smutki odczuwane w głębi  
naszej obolałej duszy.  
Nic wtedy nie cieszy nas,  
żadne słowa otuchy  
nawet nam to nie schlebia.  
Pustka rozbija się, płynie.  
W zakątkach zagubienia się kruszy

*Dominik Pinda*



## TO WY - USTA

niewybredne szybkie usta  
nauczcie się stać na straży słów  
jak pasterz strzegący stada  
jak dobry pies strzegący bram domu

usta kipiące niechęcią  
przesiąknięte jadem złości  
zatrzymajcie lawinę  
mrozącą czyjeś serce

to wy – usta wypowiedacie słowo "przepraszam"  
zostawiając słodko – gorzki smak przeszłości  
w ciszy wieczoru spytajcie własnych myśli  
czy chcecie dla siebie takich samych ust

*Halina Urban z tomiku Emocje 2013*

## GOŚCINNIE

Paulina Małajowicz

\*\*\*

Dziecięcy śmiech  
Odległy  
Jak odgłos spadających skał  
Z najwyższego szczytu gór

Kilka łez  
Dla minionych lat  
W niekończącym się albumie  
Wyblakłych zdjęć

Niesiona z wielką dumą  
Garść wspomnień  
W plecaku zwanym  
„Życie”

I wahadło zegara  
Odliczające miarowym rytmem sekundy  
Ku temu co nieznanne

\*\*\*

A kiedy nadejdzie ten czas  
By oczy zmęczone otworzyć  
Szeroko  
Nie zamykaj serca  
Gdy miłość  
Do wrót żelaznych weń puka  
Lecz dłonią drżącą  
Jakby nieśmiało  
Gestem pewnym ją zaprosz  
Do siebie  
Jak druha dawnego  
Co od lat w snach twych  
Wciąż tylko witał

\*\*\*

zapomnij  
o wyznaczonej sile  
widzisz  
jakby coś pękło  
zobacz  
pozbieraj jeśli jest  
podaj numer polisy  
dane adresowe

Krzysztof Graboń

### Wydawca:

Starostwo Powiatowe w Brzozowie  
ul. Armii Krajowej 1, 36-200 Brzozów, tel. 13 43 426 45  
www.powiatbrzozow.pl | starostwo@powiatbrzozow.pl

**Skład i łamanie:** Redakcja Brzozowskiej Gazety Powiatowej

**Druk:** HEDOM w Krośnie

### Prawa autorskie:

Członkowie Ruchu Poetyckiego ZGRZYT  
Grafiki: Katarzyna Tercha-Frankiewicz

### Kontakt:

www.facebook.com/ruchpoetyckizgrzyt  
ruchpoetyckizgrzyt@wp.pl

## WIERSZ OCENZUROWANY

wnerwiony ojciec  
wnerwiona matka  
wnerwione dziecko  
wnerwiony mąż  
wnerwione stadko ...

aż w końcu rośnie  
młody gniewny trzydziestolatek  
czterdziestolatek  
pięćdziesięciolatek

i nie dziwi się  
że Tuwim kazał się całować  
w pewną część ciała

\*\*\*

na brzozowskich ulicach  
odnajduję samo złoto  
tu dwa grosze  
tam pięć

samo złoto wypada  
z poszarpanych portfeli

samo złoto gubią  
młodzi  
emeryci  
dzieci

tylko złoto mamy  
na brzozowskich ulicach...

Katarzyna Tercha-Frankiewicz

Przestaję mówić...  
Słucham  
surrealistycznego majaczenia

Szaro „złota”,  
Ponura zabawa  
w osłupienie wprawia

W infantylności  
pobudza  
do ironicznej wesołości

Wstrząsa też do łez  
Bez szans na prawdę

Strzępy prawdziwości  
Roszypane  
okruchy przyzwoitości

Toczy się walka  
o byt i niebyt

Zaniepokojona tym stanem  
.. odpuszczam..  
Słyszę jak szydzą chwile

Nie ma sensu  
pytać o zdanie  
Gdy zdania nie ma wyrobionego  
Hipnotyzujący stukot blefu

Żalodne...  
Pozostał..  
tylko wystylizowany korpus  
Wyszkolony na geniusza  
kłamstwa i obłudy...

Agnieszka Mrozek