

# HARTU ATSEDEN

*Doinua: "Uso zuria"*

1

"Gainean dogu udara",  
ametsetan jartzen gara.  
Ateak itxi eta bagoaz,  
urten nora edo hara;  
baina ez ahaztu zelan bihurtu  
urten genduan bertara.

2

Lehenengo hartu arnasa  
ta jarri norbere kasa.  
Geure neurritz ibil gaitezana,  
Dana ezin jo ta pasa;  
atseden ordeztu, nekea hartu,  
hori bai dala demasa!

3

Jantzi txapela buruan  
eta ibili munduan...  
Bake ta poza bila daiguzan  
lehenen norbere barruan;  
eta ondoren gauzak zuzendu  
geu bizi garan lekuan.

4

Beti hobearen bila,  
nok sosegatu mutila?  
Buruan leku ugari baina  
hutsik bankuko kartila...  
Amamak dino: "On bila-on bila  
azkenerako bonbila".

5

Lagunzahar, han edo hemen  
hartu egizu atsedena.  
Hartuemonak sendotu eta  
barrukoenak ez eten;  
lehenengo lekura bihurtzekotan  
hobe da urrun ez urten.

6

Itzi kezka ta ardura  
joan nahi dozun lekura.  
Itsas, mendi, lur, txori ta lore  
onena ama natura;  
narrua barik, barrua bete  
ta bizi zaitez gustura.

7

Zenbat arreba ta anai  
Natura beterik blai-blai.  
Danak geuretzat eginak dira  
Jaunak emondako dohai;  
Gora Jainkoa! Gora Natura!  
Zuok eta gu ere bai!

8

Udaldian sartu gara  
sartu orduko hegara.  
Bizi gaitezana uda ta negu  
tokatzen jakun erara;  
Jainkoaz eta ama Naturaz  
a zelango betekada!

A-Martzel