

4. Ræk ud og lev

Ræk ud og lev
som blad mod sol.
Ræk ud som rødderne mod væden.
Som fugl mod frø,
som frost mod tøj.
Ræk ud mod livet, glæden!

I tider lange
var vi angst og bange.
Bange for at gi',
bange for at ta'.
Kom lad os fejre,
ja, vi skal fejre
livets mange glæder nu i dag!
Åh - lige fra vi bli'r født til det sidste åndedrag.

Ræk ud og lev
som blad mod sol.
Ræk ud som rødderne mod væden.
Som fugl mod frø,
som frost mod tøj.
Ræk ud mod livet, glæden!

Tekst: Marshall Rosenberg
Dansk gendigtning og ny musik: Anders Roland 2018.