

Lyt til Ro På på DR Lyd

Ro På er en samling podcasts til dig der vil stresses af, sove bedre og klare tankerne. Om du er nysgerrig på meditation, eller foretrækker en sundhedsfaglig tilgang - så får du her en række konkrete værktøjer, og afslappende musik der skaber fred i sindet.



RO
PÅ

RO
PÅ

Find ro i litteraturen

I en hverdag, hvor tempoet ofte er højt og tankerne kan føles overfyldte, kan det være en udfordring at finde ægte ro. Her kan læsning blive et frirum, der styrker det mentale helbred ved at kombinere fordybelse, ro og rytme.



 Bibliotekerne

Sovebogen for voksne

Kathryn Nicolai

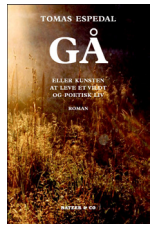
Har du svært ved at sove? Her er et skønlitterært alternativ til at tælle får. Små blide og beroligende historier henlagt til et trygt univers, hvor der ikke sker meget. For søvnudfordrede voksne.



Gå. Eller kunsten at leve et vildt og poetisk liv

Tomas Espedal

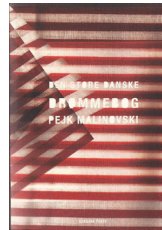
Espedal går rundt i Bergen og begiver sig på en rejse, går ud i verden, søger friheden, krydser broer og grænser, går i Rimbauds spor, går på druk, går i hundene, og på sine gåture fører han samtaler med filosoffer og tænkere.



Den store danske drømmebog

Pejk Malinovski

Digte. Prosalyriske tekster, hvis mangfoldighed af udtryk afspejler danskernes drømme og fantasier som de tager sig ud ved en søgning på internettet.



Den svenske konges hemmelige marmeladeopskrift

Knud Romer

Novellesamling med 16 magiske historier fra ind- og udland med fokus på både det hjemlige og det fremmede, barndommen og alderdommen - og livet derimellem. For voksne læsere af finurlige noveller.



Havelågebogen

Jens Blendstrup og Lars Gundersen

Fotografier af havelåger sat sammen med korte tekster, der fantasierer over, hvem der mon bor inde bag lågerne.



Tag ikke imod en pølse i Moskva

Leif Davidsen

Noveller. Ti historier om en række mennesker rundt om i verden, som befinder sig et afgørende sted i deres liv: en falleret forretningsmand, en forgældet spillefugl, en ufrivillig sexturist, en forblændet elsker, der vil gøre alt for sin nye kærlighed - og en aldrende kunstner, der har mistet sin inspiration.



Om natten

Halfdan Rasmussen

Udvalg af digteren Halfdan Rasmussens (1915-2002) digte om natten - om nattens mysterier, om mareridt og søvnløsheden og de magiske timer før solen står op.



Brænd huset ned, giv træet vand

Hans Peter Madsen

Noveller der, i absurde og underspillede optrin, fremviser vores groteske eksistenser med stor humoristisk sans for livets besynderlige urimeligheder. Til læsere af noveller, der gerne må være en smule ud over det sædvanlige.



Sommerfugledalen: et requiem

Inger Christensen

Digt, som i sonetkransens stramme og krævende form spænder barndommens natur op mod dødens uafvendelighed.



Snydt ud af næsen: noveller

Thomas Korsgaard

Velskrevet novellesamling om livets uretfærdigheder og de små og store begivenheder, der former os som mennesker. Det er korte nedslag i en provinsbys struktur og små fragmenter af livet nedest i samfundets hierarki. For alle, der holder af ny dansk, (social) realistisk litteratur.

