

Publicerad 2005-12-08 01:22 av San

När aikidoträningens meditation inte klickar med resten av livet.

Övning ger färdighet, eller något åt det hållet

[hitta den lugna platsen
i kroppen]

Var borde den sitta då?

Nära hjärtat, kanske?

Hittar den ju inte,
andas andas

V-a-r är den?!

Amen fan också

[sen drar ni ut den lugna platsen
och fyller hela kroppen med lugn]

Hittar den ju inte!

Var, var, VAR?

Fan, jävlar
jag är ju lugn

Varför hittar jag den inte?

Det är bara jag som inte hittar
alla andra kan

Var lugn nu då,

NU!!

[så andas ni ut
och känner lugnet]

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren San med Poeter.se id #4057 innehar upphovsrätten