

Publicerad 2012-05-18 12:16 av allom

*varför litar du inte på
det i dig som vet
som har klart för sig
hur och varför
något är som det är*

medvetenhet

insikten finns där
igenkännande av signalen
fatta ett beslut
förstå och greppa
verkligheter

du har förmågan
att ta emot
omsätta härbergera
avstå eller avvisa
när du vill
för att du känner för det

du vet hur
du ska vara i ett skeende
hur du ska bli sedd
som någon - bekräftas
som det du tror
om dig själv
som god gör du gott

när du uppfattar
ett skeende som ont
vet du vart den känslan
härstammar ifrån
vart det leder

visa färg
växla fart
ändra form
hantera det
gör något nytt
tänk fritt
byt ut

lägg till något

medvetenhet är något
som du kan tillägna dig
som du kan ta till dig
omskapa dig själv i
som kan bli
din egen valda verklighet

far vilse då och då
sätt dig ned
när du vill springa
spring när du vill sitta
gör tvärt om

iaktta din antirörelse
glöm tanke på att tvinga
skapa ändra förändra
ge upp det som du
vill göra med omedelart resultat

livet tar tid
medvetandandet
visar sig
när du slutar
söka allt för intensivt
när du vilar i aktivitet
när du med lätthet gör
när du slutat grubbla
när du lägger tiden rätt

att grubbla över
vad som ska göras
gör inget gjort
gör det du ska göra
när du kan göra det
resten av tiden
njut av vad du åstadkommit

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren allom med Poeter.se id #41258 innehar upphovsrätten