

Publicerad 2013-01-17 22:22 av Gudinnan

En varm filt.

Jag förstår mer och mer
att nuet tar ingen kraft
det är alla tankar jag tänker
om annat som tar energin
och det är egentligen inte tankarna
utan all oro som jag lägger
däri, i min kropp, i mitt hjärta
det är egentligen inte oron
utan allt jag inte kan förändra som
som tar min kraft
och ju mer jag försöker att
kontrollera detta, desto mer stänger
jag in mig
och desto mer förlorar jag egentligen
kontrollen
för tankarna fortsätter ju
i samma takt som mitt hjärta slår
i oron

jag förstår mer och mer
att nuet handlar om att släppa taget
om allt
ha fullständig tillit
till att allt är som det ska vara
just nu
och att det är mycket lugnare
att tänka på hur jag själv egentligen
vill leva
och att se detta som en
sanning för mig själv
och endast låta dem jag verkligen älskar
få vara med i den drömmen

jag förstår mer och mer
att sanningen är den jag skapar
själv här och nu
sen beror det bara på hur sant
jag tror på den själv
om jag verkligen kan inse att jag

förtjänar det bästa
och att även jag är en värdefull
människa
och även detta är mitt ansvar
att själv ta reda på

vem jag är och vad jag vill

om sanningen ska fram nu
och om jag var tvingad att välja något
på några minuter från mitt hem
så blir det

mitt barn
några av mina böcker
lite leksaker och favoritgosedjuret

och en varm filt

så varför låta oro bo i mitt hjärta
jag har ingen kontroll över något ändå
och behöver inte det heller
kärleken är större, så stor och klok
att jag kommer ändå inte hinna
att uppleva och leva hela den.

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren Gudinnan med Poeter.se id #43259 innehar upphovsrätten