

Publicerad 2016-03-20 10:08 av Eric R Strom

### **Kanalisera Energi, den du behöver**

Andas, det är grunden  
det är nödvändigt  
men andas djupt  
du måste få ner luft i lungorna  
syret i luften ska ut i blodet, ut i kroppen  
Du ska syresättas  
din kropp får energi  
din hjärna som är medveten om din kropp  
även den syresätts, det blir lättare att tänka

Du har en uppgift att utföra  
gör den, lugnt och metodiskt  
du börjar och fortsätter tills du  
gör ett medvetet avslut  
Du blir nöjd med dig själv  
Du har åstadkommit något

Det svåra är att börja, komma igång  
Men du gör det, du kommer igång  
Och när du är igång, då får du kraft  
Energi kanaliseras till det du vill

Lycka till !  
Det blir bra!  
Det blir fantastiskt!  
Du är bäst!

---

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren Eric R Strom med Poeter.se id #64527 innehar upphovsrätten