

תפילה 2: פרידה מ"אני הישנה"

יש בי כמה חלקים

בכל רגע ורגע

יש בי את החלק שנוטה להתמכר
שנוטה לשכוח את הכוחות החיוביים שלי
שמגיב לכאב שלי דרך אכילה מיותרת

יש בי את החלק שנוטה להבריא
שנוטה להיצמד לכוחות המיוחדים שלי
שמתעלה מעבר לכאב ולקושי
ושמתמודד איתם בכלים בוגרים, מתקדמים ואמיצים

"אני הישנה" שבי, זו שנשענת בעיקר על החולשות
זו שלא מוצאת לעצמה פתרונות של סבלנות
זו שמוכרחה למצוא תשובות מהירות
למצבי מצוקה
משקפת את החלק שבי
שברצוני להקטין עד למאד
את שליטתו בי ואת מידת יכולתו להשפיע עליי

"אני הישנה" היא חלק חשוב בתוכי
חלק שיש לי כלפיו חמלה רבה
שיש לי לגביו אחריות מלאה
היא גם חלק שברצוני כעת לקיים לגביו
תהליך פרידה אמיץ ונחוש
תהליך פרידה שיאפשר לי להגיע הביתה
תהליך הפרידה שיאפשר לי לאזן את עצמי באופן הנכון
ולהחליף את הצורך באוכל

בתשוקה מתגברת לשינוי, יצירה ואהבה לעצמי ולכל הסובב אותי