

### תפילה 3: הגוף רוצה לחזור הביתה

עמוק בפנים גופי יודע את האמת  
עמוק בפנים הגוף שלי זוכר את הדרך  
עמוק בפנים הגוף שלי לא במצוקה  
עמוק בפנים הגוף שלי יכול לעבור שינוי  
עמוק בפנים הגוף שלי מכיל בתוכו חכמה רבה

הגוף שלי רוצה לחזור הביתה  
הוא רוצה לשוב למקום בו הוא לא משועבד להפרעות  
הוא רוצה לחזור הביתה, לאיזון הנכון שלו  
למקום בו עונג לא הופך להתמכרות  
למקום בו עונג מתבסס על תשקוה בריאה  
למקום בו עונג הוא חלק חשוב ובריא  
למקום בו עונג הוא הבסיס לדבר הנכון ולצמיחה הראויה

הגוף שלי יודע את מקומו הנכון  
הגוף שלי לא מוכרח לקבל הזנה עודפת  
הגוף שלי יודע לחגוג גם בזמן רעב  
הגוף שלי לא במצוקה כמו שנדמה לי  
הגוף שלי יכול להוביל אותי בבטחה  
כאשר אאזין לו באומץ, באמונה ובסבלנות

הגוף שלי רוצה לחזור הביתה, אליי  
הגוף שלי רוצה להראות לי את הדרך הנכונה לאיזון המשקל  
הגוף שלי רוצה לחזור ליחסים תקינים אתי  
הגוף שלי רוצה לחזור למקום בו אהבה  
היא גם רגש וגם תנועה  
הגוף שלי רוצה לחזור הביתה  
ולשם בדיוק בכוונתי לנוע מהיום  
יחד עם הגוף הנהדר, אתו באתי לעולם.