

תפילה 6: למה את כל כך פוחדת ממני ומשתיקה אותי?

יש בתוכי קולות שאיני מסוגלת לשמוע
יש בתוכי אנרגיה שלא מוצאת את מקומה
יש בתוכי כוחות שלא מקבלים ביטוי נכון
יש בתוכי תשוקות שלעתים הולכות לאיבוד
יש בתוכי ריקוד שטרם יצא לדרכו החופשית
יש בתוכי כנפיים שמזמן לא נפרשו במלואן
יש בתוכי אנרגיה שאיני מצליחה לבטא באופן שלם

ככל שאני מתקדמת בנוסחת הרעב היצירתי
ככל שאני לומדת להחליף רעב מציק ברעב מענג
ככל שאני חולפת על פני הרעב הרגשי השלילי
ככל שאני לומדת לנהל את השובע הרגשי שלי
כך מתגלים לי הכוחות השקטים והנחבאים
כוחות הנפש הגועשת והיצירתית שלי
כוחות השינוי והתנועה
אלה שאני מצליחה לדכא
כשאני אוכלת ברגעים שאיני אמורה להכניס דבר לגופי

כשאלמד פחות לפחד ממה שיש בתוכי
כשאלמד להקשיב ביתר שאת לתנועה הייחודית שקיימת בלבי
כשאאמין שיש בתוכי שפע של יצירתיות טבעית
כשלא אחשוש מההפתעות שמגיעות כשאני משתחררת
אוכל אז להרשות לעצמי לאכול קצת פחות
ואת החלל שייוצר בתוכי בזמן הרעב הרגשי הזה
אמלא בהפעלת אחד מכוחות הנפש שלי
אנוע אתו, אשנה אתו, אנקוט ביזמה חדשה
עד שאגלה שלא רק שהרעב שלי נרגע באופן מפתיע
אלא שגם פתחתי בתוכי דלת למרחב גדול של ביטוי
וזה יהיה הריפוי האמיתי שיתחולל כאן, בדרכי החדשה.