

תפילה 12: גמילה כואבת ולבסוף מהנה ומתגמלת

כאב הוא זה שהביא אותי לכאן

כאב הוא זה שמנצח על תזמורת ההתמכרות

כאב הוא זה שמטשטש לי את המיקוד

כאב הוא זה שאחראי על הבלבול

בין רעב אמתי לרעב מזויף

בין הזנה אותנטית לבין הזנה אימפולסיבית שרק מזיקה לי

כאשר אני מתקדמת לעבר גמילה

כאשר אני פוסעת לעבר שינוי

כאשר אני מנסה למצוא את הדרך שלי להבנה

ולתפיסת המקום הנכון שלי

באוכל, אכילה, רעב ושובע

כאשר אני לומדת כיצד להיפרד מההרגלים המזיקים

באים מחדש גם כאבים, כאבי הגמילה

שהם תזכורת לאותם כאבים שמלכתחילה הביאו אותי למקום הזה

אני כאן כדי לחבק את הכאב

אני כאן כדי להקשיב לזעקות הפנימיות

אני כאן כדי לגלות את היופי שמסתתר מעבר למשברים

אני כאן כדי להחלים וכדי למצוא את הדרך שלי

שמתחילה היכן שכואב

אך מוצאת את דרכה, דרך הסדקים במחיצות הישנות

למקום חדש, מהנה, מזין ומעורר יותר

לעולם לא אשכח את הכאב

וכנראה שגם הוא לעולם לא ישכח אותי

אך אני כאן עם כלים להיות אתו ולא לפחד

אני כאן כדי להמשיך הלאה יחד ולמרות הכאב

כי אני יכולה, כי אני רוצה וכי כך הולך להיות.