

SJÄLV – KÄNSLA

Att värna om självkänslan är att vårda platsen där du inte flyr undan
och ser dig själv som ett offer eller ett byte,
men där du står öga mot öga med dig själv och vågar införliva i ditt hjärta vad du ser.
Självkänsla är att ständigt omfatta sitt "inre barn" med ömhet och respekt
och inte låta någon annan människa skada eller kränka
detta barns upplevelse av tillvarons hela kärlek och grymhet.
Självkänsla är att inte ha något behov av att svika,
men att istället i djupet av sin själ uppleva att det finns en gräns
som inte får överskridas, att det finns en helig kontur i tillvaron,
en sorts brevväxling med vårt kosmiska ursprung som ingen har rätt att avbryta,
håna eller förnedra.

Bruno K Öijer

Musik:
Filmmusik till filmen Talk to her
"Tala till henne" spår 2