

Publicerad 2020-03-24 19:26 av wiria77

denna text blev jag inspirerad att prägna ned efter att min fantastiska poesivän, syster, vän, gudmor till min och min sambos dotter...https://www.poeter.se/Medlem?author_id=66056

goda minnen onda minnen

minnen har vi alla

bär på dem

både goda och tråkiga

de goda tar jag fram när livet tär

när det känns alltför jobbigt

de tråkiga ser jag som lärdom

varje dag försöker jag skapa

goda, fina minnen

nya minnen att plocka fram när jag behöver

jag har under åren som gått lärt något

av de minnen som smärtar

att inte bli rädd för de dåliga, tråkiga minnena

jag kan inte rå på allt som skett

inte heller vad som sker idag

ibland

då kommer de trista minnena fram

krockar med mitt NU

som en klok kvinna och vän sa

"kanske du ska berätta hur du mår"

jo, jag vet innerst inne

det är genom att berätta till de jag litar på

som kan ge omsorg och kärlek

att jag då kan läka som bäst

i dessa tider idag med pandemi

är det extra viktigt att vi är snälla mott oss själva

att vi bryr oss om de runtomkring

ett telefonsamtal, ett skrivet kort, ett vanligt brev

som visar att du verkligen bryr dig om

i dessa tider är det extra viktigt att fundera på

vad som gör dig gott

skapa nya minnen

skapa goda minnen

var god

våga ta emot hjälp

våga ge hjälp

du behöver inte göra mycket

även väldigt lite kan

GÖRA STOR SKILLNAD

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren wiria77 med Poeter.se id #139860 innehar upphovsrätten