

Respirer

*Il suffit parfois juste d'un rappel pour respirer,
pour créer un moment d'immobilité,
et alors, quelque chose en moi s'installe, s'adoucit,
fait de la place pour l'imperfection.*

*La voix sévère du jugement
se transforme en un murmure,
je me souviens alors que la vie
n'est pas une course de relai
et que nous passerons tous
la ligne d'arrivée.*

*Je me souviens que ce pour quoi nous sommes ici,
c'est s'éveiller à la vie.*

*Chaque fois que j'oublie,
et que je m'observe fonçant en avant
sans même savoir vers quoi je cours,
je peux faire le choix
de m'arrêter,
de respirer,
d'être,
et de marcher
tranquillement
vers le mystère.*

Danna Faulds