

Blomma under himmelen



Richard Gavette

Blomma under himmelen

Richard Gavette

Foto, framsida: Richard Gavette
Foto, baksida: Emelie Harming

Blomma under himmelen

Copyright © 2021 Richard Gavette
Ansvarig utgivare: Richard Gavette
Framställd av Vulkan.se, tryckt i Riga

ISBN 978-91-89335-20-2

Ta del av Richards övriga böcker såväl som hans
musik och poesi på:

www.richardgavette.se

För varje tryckt exemplar av den här boken
planteras ett träd genom:

www.weforest.org

*Du är vårt hem.
Vi kallar dig Jorden.
En planet. Så många världar...*

1.

Jag låter dina strålar smeka min hud.

Du kysser ömt min panna.

Du värmer upp vår värld.

Ditt ljus är livets ljus.

Jag skulle inte finnas om det inte vore för dig.

Du säger att du bara är en av många stjärnor.

Det må så vara, men för oss betyder du allt.

Du ger av dig själv utan att förvänta dig något tillbaka.

Du är som ingen annan.

Vi kallar dig Solen.

Vi har dig att tacka för så mycket.

2.

Vitt ljus. Vandrande vålnader.
Svalda lögner. Sprudlande själar.

Svårt att se. Med mänskliga ögon.
Våga leva. Våga älska.

Medveten. Öppet hjärta.
Varje dag. En ny början.

Tänkande hjärnor. Kommer inte att ta oss dit.
Vi springer blinda. Här och nu.

3.

Naturens skönhet är bortom mänskliga ord.
All dess vackra grönska.
Alla dess sprudlande hav.
Alla dess vidunderliga varelser.
Symbiosen mellan allt levande.
Naturen är det största av mirakel.

Naturen är både vår Moder och Fader.
Den har givit oss allt som vi har.
Ändå tar vi människor den väldigt ofta för given.
Faktum är att vi misshandlar den.
Vi förstör den.
Varje dag. Bara genom att leva som vi gör.

Människan rubbar ekosystem som har tagit miljarder år att utveckla.
Vi utrotar andra djur.
Barnet i våra hjärtan vet att vi gör fel.

Naturen förlåter oss. För det är sådan den är.
Den älskar ALLT levande.
Däribland människan.

Må det komma en dag då människan vaknar upp ur sin dvala.
Må det komma en dag då vi bryter oss fria från våra destruktiva vanor och mönster.
Må det komma en dag då människan återigen blir ett med Naturen.

Ännu är det inte för sent.
Ännu finns det hopp.
Ännu finns det liv.

4.

Fjärilarnas dans skingrar dimman.

Fåglarnas sång läker såren.

Blommorna växer som blommorna vill växa.

De är fria.

De är hela i sig själva.

Vi människor har inget att lära blommorna.

Blommorna har allt att lära oss.

5.

Säg mig vad hjärtat ditt viskar.
Det läpparna inte vågar säga.
Våra hjärtan vet mer än vad vi vet.

Se hur stjärnorna tindrar.
Likt barnens ögon lyser de.
Våra hjärtan vet mer än vad vi vet.

Stilla ditt sinne, min vän.
Öppna upp ditt hjärta för Kärleken.
Må du älska fritt i en evighet.
Våra hjärtan vet mer än vad vi vet.

6.

Under Månens ljus.
Lever vi äntligen ut.
Och vi blir de som vi en gång var.

Tiden har sin gång.
Och varje människa har sin sång.
Den viskas i vinden och finns alltid där.

Inre frid.
Trygghet och harmoni.
Finns där i våra hjärtan. Alltid.

Du är född fri.
Att bli den du vill bli.
Hör hur tystnaden nynnar på livets melodi.

Som ett paradiset.
Sprudlande av liv.
Ingen dag på Jorden är den andra lik.

Bortom tid och rum.
Där verklighet är dröm.
Där sjunger tusen änglar i kör - så att vi hör.

Under Månens ljus.
Lever vi äntligen ut.
Och vi blir de som vi en gång var.

7.

Mannen kände sig liten. Han stod framför ett berg. Ett berg som gjorde honom illa till mods. Med sin blick såg han datorer, surfplattor, mobiltelefoner, tv-apparater och annan hemelektronik. Elektroniskt avfall som hade forslats dit från de rika länderna. Själv ägde han varken mobiltelefon, dator eller tv. Sådan lyx var för dem som hade pengar.

Som elektroniska lik låg de där huller om buller, staplade på varandra. Trasiga. Förbrukade. Döda. Stadigt fylldes det på med nya lik. Världens slit och släng verkade vara utan gränser. Det hade sedan länge sparat ur.

Denna konsumtionssamhällets kyrkogård gav honom sannerligen kalla kårar. Men den var hans arbetsplats. Här spenderade han större delen av sin vakna tid. Hans jobb var att obducera liken. Att för hand montera isär de olika delarna och sortera materialen för återvinning. Det var ett mödosamt arbete och han var tvungen att vara väldigt försiktig. Det var lätt hänt att skära sig och då kunde det sluta illa.

Han avskydde sitt jobb, men han var tvungen att göra det. Han hade fru och barn därhemma som förlitade sig på honom. Han älskade dem över allt annat och det var för deras skull som han härdade ut. De gav honom krafter att fortsätta.

Han slöt sina ögon och tog ett djupt andetag. Det var hög tid att börja arbeta. Han hade en lång dag framför sig...

8.

Regndropparna faller som tårar.
Himmelen gråter i dag.
Är det oss människor den sörjer?
Jag vet inte.

Det enda jag vet är människans värld är en trasig värld.
Vi tycks gå vilse i oss själva.
Hjulen snurrar allt snabbare för varje dag, men vi tar oss inte
tid att fråga oss: Varför?

Naturen kommer att överleva oss.
Oavsett vad vi gör mot den.
Den är större än oss och kommer så alltid att vara.

9.

Det sägs att du uppstod av en slump.
Likt ett tillfälligheternas mirakel.
I dag sträcker sig din väv över hela vår jord.
Du skapar liv.
Du upprätthåller.
Du utvecklar.

Du är Naturen.
Du är vår skapare.
Du är vårt hem.

10.

Moder Jord. Fader Sol.

Vi som lever är era barn.

Vi är en brokig skara.

En minst sagt udda familj.

Men vi är en familj.

Det kommer vi alltid att vara.

11.

Han klämde i sig den sista biten pizza.
Han kände sig äckligt mätt och uppsvälld.
Han reste sig upp för att gå och kissa.
Detta var ännu en ensam fredagskväll.

Kissad och klar dröjde han sig kvar vid spegeln.
Där stod han i all sin prakt.
Men han såg genast alla felen.
Hans ögon vittnade om självförakt.

Varje dag.
Samma jävla skit.
Han hatade sitt jag.
Varje liten bit.

Så han hämtade flaskan.
Han tog sig en rejäl sup.
Han var för trött för att resa sig ur askan.
Sorgen var alltför djup.

Tynande ljus.
Hjärta tungt som sten.
Vindens sus.
Längtan dansar med saknaden.

“Nej, kärlek och lycka var tydligen inte för alla.”
Tankarna springer precis vart de vill.
Han tog sig ännu en sup och fortsatte falla.
Tiden rörde sig framåt men för honom stod livet still.

I morgon skulle han fylla 34 år.
Han var fullkomligt vilsen på sin stig.
Blödde gjorde hans blödande sår.
Ändlösa var hans inre krig.

Borta sedan länge var hans så kallade vänner.
Blotta tanken på dem gjorde honom både arg och besviken.
Men minnena av dem dröjde sig kvar och sanningen brände.
Dövande var de tysta inre skriken.

Numera var flaskan hans vän.
Den kunde han lita på.
Ett litet avbrott från saknaden.
En stund av lycka då och då.

Han avskydde sitt liv.
Delar av honom letade vägar ut.
Tänk att återigen få känna sig fri.
Att finna ro till slut.

Slut var även flaskan så han gick och hämtade en ny.
Kvällen började bli sen.
Han hade blivit en mästare på att fly.
Men han kunde inte fly från verkligheten.

Det är svårt att känna harmoni
när sorg och rädsla regerar.
Kanske kunde datorn skänka honom frid.
Han gick dit och satte sig för att onanera.

Under tiden, som av ren vana, youtubade han fram
Beethovens "Für Elise".

Den fick stå på som bakgrundsljud.
Dess tidlösa toner smekte honom likt en musikalisk bris.
De smälte samman med porrens stön och det digitala
skådespelet av naken hud.

Torftigt och oengagerat men till sist var han kommen och
klar.

Då plötsligt började han gråta.
För ett kort ögonblick veknade hans försvar.
Han hörde sin själ viska: "Det är dags för dig att förlåta."

Han visste att den hade rätt,
men han visste inte var han skulle börja.
Det vore allt annat än lätt.
Hans liv var som en enda stor sörja.

Några sekunder senare var murarna tillbaka.
Tankarna och självhatet tog åter över.
Så han lät spriten väl smaka.
Flaskan gav honom allt som han behövde.

Ensamheten och lidandet hade honom tveklöst i sina klor.
Hans hjärta var trasigt och hans sinne var korrupt.
Som kvävt var det inre ljuset och hålet inom honom var
överväldigande stort.
Han hade sedan länge gett upp.

Det är många av oss som lider men få av oss som ber om hjälp.
Människan är nog det enda djur som kan drunkna i sig själv.

12.

Rädslan raserar.
Kärleken skapar.

Rädslan förslavar.
Kärleken frigör.

Rädslan förblindar.
Kärleken lyser upp.

Följ dina tankar och du kommer att gå vilse.
Följ ditt hjärta och du kommer att hitta hem.

13.

Katten ligger i soffan med slutna ögon.

Hon spinner.

Hon mediterar.

Likt Buddha själv utstrålar hon frid och harmoni.

Hon är en mästare på att vara i nuet.

Katten är tillfreds med att vara katt och har inget behov av att vara någonting annat än en katt.

Vi människor har en lång resa att göra med oss själva för att förstå vad den insikten innebär i praktiken.

Av någon anledning väljer många av oss vilsenhetens stigar.

Vi strävar framåt, men det är sällan som vi låter våra hjärtan bestämma vart vi ska.

Det är dock inget vi har tid att reflektera över, eftersom vi skyndar genom livet.

Som människa är det lätt att förblindas av allt det mänskliga.

Alla krav. All stress.

Alla våra påhittade måsten.

Vi människor tar oss sällan tid att stanna upp i vardagen.

Att tillåta oss att bara vara.

Att uppleva stunden som är här och nu.

Att känna hur hjärtat slår.

Hur vi liksom pulserar av liv.

De flesta av oss människor flyr från nuet.

Samtidigt drömmer vi om frid och harmoni.

Människan är ett underligt djur.

Sannerligen.

Kattens visdom, frid och harmoni bor även djupt inom alla oss människor.

Det är en fråga om att välja vilka vi egentligen vill vara.

Om vi vill kan vi välja att vara som katten.

Möjligheten finns där för oss. Hela tiden.

Vi är fria att välja.

Alltid fria.

14.

Vem är jag?

Varför är jag?

Vad vill jag skapa med min tid här på Jorden?

Hur vill jag hjälpa?

Hur vill jag njuta?

Frågornas kraft bör ej underskattas.

Likt nycklar låser de upp dörrarna till våra inre rum.

De öppnar upp våra sinnen.

Frågorna hjälper oss att expandera som människor.

Gör det till en vana att ställa frågor till dig själv och du kommer att växa och frodas som en blomma under himmelen.

Tillåt dig att verkligen utforska svaren.

Våga blicka och lyssna inåt.

Agera sedan utåt.

Din värld blir aldrig densamma igen.

15.

Månen är vår vän.

Hans vaggvisor är lika uråldriga som självaste Naturen.

Månen känner sig ensam. Därför sjunger han.

Han sjunger om svaren på alla de frågor som vi människor
flyr från.

Han påminner oss om det som vi innerst inne redan vet.

Månen kommer alltid att vara vår vän.

Hans vaggvisor leder oss hem.

16.

Geparden stod och blickade ut över savannen.

Den var hans hem.

Savannen gav honom allt han behövde.

Geparden var den sista av sitt slag i frihet.

Han var ett av Naturens mästerverk.

Ett par hundra meter bort befann sig en flock antiloper.

Han visste att han var snabbare än dem alla.

Men just nu bara stod han och njöt av stillheten.

Lugnet före jakten.

Solen gassade mot hans päls.

Han började bli hungrig.

Tjuvjägaren hade geparden i kikarsiktet. Han följde varje steg.

Han hade betalat dyra pengar för den här jakten.

Länge hade han väntat på denna stund.

Adrenalinet pumpade genom hans kropp. Det var dags.

Detta skulle bli en trofé likt ingen annan...

17.

Det fanns en tid då människan jagade djur för sin egen överlevnad.

Den tiden är sedan länge förbi.

I dag jagar människor djur som ett nöje.

“Det är ett sätt att komma ut i Naturen.”

Varför finner vi tillfredsställelse i att döda djur som inte utgör ett direkt hot mot våra egna liv?

Det är en fråga som svider.

Även den mest inbitna jägaren flyr från svaret på den frågan.

Det är en fråga som väcker skuld.

Det är en fråga som varje människa gör bäst i att ställa sig själv.

Ur svaret kan vi sedan göra ett aktivt val.

Det är upp till varje människa att avgöra vad som känns rätt eller fel.

Men att döda för nöjes skull är och kommer väl alltid att vara detsamma som att mörda?

Hur vi än rättfärdigar det för oss själva.

Barnet i våra hjärtan vet vad som är rätt.

Vad viskar barnet till dig?

18.

Flickan håller sin far i handen. Hon gråter.

Hon är blott sju år gammal, men hon förstår att hennes älskade far inte har lång tid kvar.

Läkarna säger att det inte finns mer att göra. Det är bara att vänta.

Bomber föll i går igen. Denna gång träffade en av dem deras hus.

Hon hatar kriget!

Hon vill inget hellre än att få sitt liv tillbaka.

Hon vill leka, gå i skolan och träffa vänner.

Hon vill vara ett barn.

Kriget har berövat henne nästan allt.

Snart även hennes far.

Så hon gråter.

Det bor ett helt hav av tårar inom henne.

19.

I krig finns inga vinnare.
Det finns endast förlorare.

Den människa som tar någon annans liv tar i samma stund
även sitt eget liv.
Hjärtat går sönder.
En del av det dör.
Det är en explosion som inte hörs.
Men den känns.

Hjärtat blir aldrig detsamma igen.

20.

Han satt nere vid floden med slutna ögon. Det var här han trivdes som allra bäst. Flodens kraft blandad med dess lugn bringade honom frid. Han tog ett djupt andetag och tillät sig att ta in alla ljud från djungeln som omslöt honom. Hade någon för elva år sedan sagt att han skulle sitta där som skogsmunk i Thailand hade han nog skrattat gott.

Det som hade varit tänkt som ett kort besök i ett buddhistiskt tempel i norra Thailand, i slutet av hans nio månader långa backpack-resa genom världen, hade därefter utvecklats till ett helt nytt liv. I stället för att återvända hem hade han stannat kvar. Det hade skett helt spontant. Ett stort och livsomvälvande beslut som ändå hade känts så enkelt och naturligt.

Han hade alltid varit en sökare och letat efter sin mening, men han hade haft svårt att passa in i världen därhemma. Alla förväntningar på karriär och framgång. Jakten på lycka. Han hade haft svårt att finna ro i sig själv. Han hade varit trött på allt det ytliga i den galna föreställning som kallades den västerländska människans värld. Han hade haft svårt att hitta sitt sammanhang.

Han hade precis blivit färdigutbildad civilekonom när han hade bestämt sig för att avvakta med att söka jobb och i stället resa ut i världen. Han bar på en naiv förhoppning om att kanske finna sig själv och bestämma sig för vad han ville jobba med framöver. Han önskade förstå vad han ville med sitt liv.

Han hade en bit in på resan insett att ekonomi inte var det han ville jobba med. Det hade inte längre känts rätt. Det var inte han. Han visste att han ville "något annat", men han hade då inte riktigt vetat vad. I buddhismen hade han oväntat nog funnit vad han hade sökt efter. Den blev hans sammanhang. Buddhismen gav honom möjlighet att växa och utvecklas som människa - på sätt som han inte ens hade kunnat föreställa sig den dag då han hade bestämt sig för att stanna kvar.

Livet som munk var allt annat än problemfritt. Framför allt hade det första året varit extremt prövande då han hade varit tvungen att vänja sig av med de flesta vanor och mönster som han hade haft i sitt gamla liv. Han mindes så väl hur han till en början hade varit rädd för tystnaden och vad han kunde komma att finna inom sig själv när han nu hade börjat blicka och lyssna inåt. Det hade varit många mentala och emotionella spärrar att ta sig igenom - men han ångrade ingenting. Tvärtom. Numera älskade han enkelheten i sin vardag. Att ha som enda uppgift att vara här och nu. Att ha tid till att känna och kontempera. Att få möjlighet att utforska världen inom sig och därmed också bättre förstå världen utanför. Han kände sig aldrig ensam. Tystnaden hade genom åren blivit en god vän till honom.

Han var strax klar med sitt år som skogsmunk och skulle därefter återvända till buddhisttemplet i Chiang Mai där hans bröder och vänner fanns. Det skulle bli fint att återigen få känna gemenskapen på nära håll. I mer än tio år hade tempelområdet varit hans hem.

Hans dagar i djungeln fick lov att bli lite som de ville bli. Utöver meditationerna hade han få fasta rutiner. Varje morgon vandrade han ner till floden för att ta sig ett svalkande dopp och därefter dröja sig kvar och njuta som han gjorde även denna dag. Att ta in magin på den plats där han befann sig var en ynnest. Djungeln var sannerligen storslagen och levande. Speciellt nattetid pulserade den av liv och ljud. Det hade tagit många veckor innan han hade vant sig vid dess symfoni och han slutligen hade lyckats sova gott i sin lilla hydda.

Varje eftermiddag gick han de ca fem kilometerna ner till byn med sin skål, sked och mugg för att ta emot mat och vatten från de som ville ge. Att vara helt utlämnad till andra människors välvilja hade till en början känts skrämmande. Men människorna i byn var helt fantastiska. De var så kärlekfulla och omtänksamma. Han fick alltid tillräckligt med mat och vatten för att stå sig till nästa dag.

Hur hans liv skulle se ut, eller var han skulle befinna sig om ett år, hade han ingen aning om. Han hade sedan flera år tillbaka släppt taget om tid, mål och planering inför framtiden. Han trivdes som bäst i nuet och då kunde man inte grotta ned sig i tankar om framtiden.

Han uteslöt inte att han en dag skulle återvända till sitt hemland. Om den dagen kom, så kom den. En del av honom drömde om att kunna hjälpa andra utifrån sina upplevelser som munk. Kanske kunde han föra in delar av munkskapets lugn och stillhet i ett samhälle som verkligen behövde det.

Men just nu satt han där vid floden med slutna ögon. Han andades och kände in den stund som var med alla dess dofter, ljud och förnimmelser. De var som tidlösa bubblor på medvetandets vattenyta.

Stunden var precis som den skulle vara. Den var här och nu.

21.

Upp och hoppa! Trött apa.
Dags att leva. Dags att prestera.
Röda ögon. Kaffe.
Soluppgång. Zombie.

Natt och dag. Dansar ännu.
Kroppen vill inte riktigt vakna.
Halsbränna. Torra läppar.
Kollar mobilen. Hjärnan rusar.

Du är sen. Springer till tunnelbanan.
Den leder dig. Bort.
Jobbar hela dagen. Åh, ljuva pengar.
Säljer din tid. Behöver pengarna.

Tillbaka hem. Kraschar i sängen.
Hjärtat bultar. Tankarna snurrar.
Ditt liv är ditt. Att kasta bort.
Slutkörd. Måndag.

22.

Den inre friden. Den yttre freden.
Världen inom dig blir till världen utanför dig.
Allt hänger samman.
I Livets väv är allting ett.

Vi människor har en vana att klamra oss fast vid saker.
Vi kallar det ägande.
Det är en av de största illusionerna som vi har att lära oss att
se igenom.

Ägandet får oss att vilja kontrollera och styra.
Det gör oss giriga.
Ägandet förslavar oss.
Det separerar oss från varandra.
Det går tvärtemot Naturens yttersta lagar.
För Naturen finns det inget mitt eller ditt.
Allt är sin egen mästare och allting är fritt.
I Naturens ekonomi är alla vinnare.
Alla är rika.
Rika på frihet.
Rika på liv.

23.

Plikttroget står hon på rad och väntar tillsammans med sina vänner.

Hon vet inte om det, men hon väntar på sin död.

Det sista hon kommer att uppleva är en bultpistol mot sin skalle.

Därefter skär de halsen av henne så att avblodning kan ske. "En snabb och smärtfri död", kallas det.

Hon är en levande och kännande varelse.

Hon är en ko.

I dag ska hon dö.

Varför?

Därför att vi människor anser att hennes liv är mindre värt än våra liv.

Hon är ju bara ett djur.

Hon finns till för vår skull.

Hon ska dö för att vi ska kunna äta hennes kropp.

I hela sitt liv har hon blivit utnyttjad av oss.

Hon har konstbefruktats så att hon ska kalva och producera mjölk, endast för att få sina älskade barn tagna ifrån sig direkt vid födseln.

De har en annan funktion att fylla, enligt oss människor.

Varje dag därefter tvångsmjölkas hon av en maskin.

Mjölken är ämnad för hennes barn, men det är människor som kommer att dricka den.

Hon matas med kraftfoder och sällan får hon uppleva Solens strålar mot sin hud.

Hon är fångslad.

Hon är en fånge.

Så lever hon sitt liv ända tills den dag då hon har blivit för gammal för att kalva tillräckligt produktivt.

Då har hon spelat ut sin roll och ska slaktas.

Hon ska dö. För vår skull.

Hon ska bli mat.

Hon skulle kunna ha levt vidare och ha blivit 20-25 år gammal, men hon avrättas när hon endast är 5 år ung.

Hennes kött kommer att smälta i våra svalg.

Djurfabriken vilar aldrig.

Det är många munnar som ska mättas...

24.

I skogen finner de ro. Människodjuren.
Det blir en välbehövlig paus från stadens myller.
Hjulen snurrar. Staden surrar.
Det kan få vem som helst att gå vilse i sig själv.

I skogen står tiden stilla.
Där finns inga deadlines eller måsten.
Löven faller när löven vill falla.
I skogen är allt som det ska vara.
Allt är ett.

25.

Mörker. Underbara mörker.
Doften av jord.
Det känns tryggt.
Det känns hemma.

Han rör sig framåt.
Precis dit han vill.
Mörkret visar honom vägen.

Under våra fötter breder det ut sig:
Mullvadens rike.

26.

“Om du fruktar det du inte vet, kanske du fruktar det du älskar.”

Nyfikenheten inom oss dansar med rädslan för det okända. Nyfikenhet är något vi delar med de flesta kännande varelser. Se bara på delfinen som nyfiket simmar fram till båten. Eller hunden som viftar på svansen och hälsar på varje människa den ser. Nyfikenheten är en av de bästa egenskaperna vi har. Den hjälper oss att växa och utvecklas. Nyfikenheten främjar kärlek och frihet.

Rädslan för det okända är dock väldigt stark i oss människor. Den finns där som en del av vår överlevnadsinstinkt. Det vi inte vet kan vara förenat med fara. Så fungerar det ur ett rent evolutionärt perspektiv. Men för oss människor, med våra tänkande hjärnor, kan det ta sig minst sagt extrema uttryck. Diskriminering, främlingsfientlighet och rasism är alla förlängningar av vår rädsla för det okända. Och det begränsar oss på så många vis. Det gör oss misstänksamma och rädda. Det håller oss tillbaka.

Vi behöver vara medvetna om de drifter vi har för att kunna påverka hur vi styrs av dem.

Med nyfikenheten som guide genom livet odlar vi ett öppet sinne. Ett öppet sinne expanderar och frodas.

Med rädslan för det okända som kompass odlar vi ett stängt sinne. Ett stängt sinne krymper och dör.

Våga välja att vara nyfiken. Det är ett av de viktigaste valen du kan göra i ditt liv.

27.

Vilsen fågel söker efter sitt bo.
Men Rädslan förblindar och håller fågeln i sina klor.
Regnet piskar. Hans inre värme är som försvunnen.
Vinden viskar om det som glömdes från drömmen.
Vilsen fågel flyr.

Arga ögon förbannar vad de ser.
Stängda hjärtan ger läppar som sällan ler.
Han har ett rakat huvud och ett hakkors på sitt bröst.
Han kämpar för kampen. Ett förtvivlat sökande efter inre
tröst.
Vilsen fågel faller.

Vilsen fågel flyger inte mer.
Kampen blev för tung för hans vingar och fågeln störtade ner.
I den djupa avgrund som han med hatets spade har grävt.
Där förblir han liggande, drömmande om drömmarna som
han har kvävt.
Vilsen fågel lider.

28.

Kärleken är luften under våra vingar.

Rädslan är bojorna som fjättrar oss vid marken.

Kärleken är den starkaste kraften. Helt utan att försöka vara det.

Rädslan vet att det är så och det gör honom avundsjuk.

Kärleken vill oss alltid väl och älskar oss oavsett vilka vi är eller vad vi gör. Det ligger i hennes natur.

Rädslan däremot, han tänker bara på sig själv. Det ligger i hans natur.

Kärleken och Rädslan behöver varandra precis som dagen behöver natten.

Vi människor gör bäst i att acceptera dem båda för vad de är.

Först därefter kan vi välja vilken av dem vi vill leva och verka utifrån.

29.

Blå himmel. Inte ett moln så långt ögat kan nå.

Barnen leker som endast barn kan leka.

Blommor i alla regnbågens färger breder ut sig över ängen likt en färgglad filt.

Fåglarna sjunger sina hjärtans melodier och vinden viskar om Naturens hemligheter.

Det är här och nu.

Framtiden är precis så ljus som vi väljer att skapa den.

30.

Krypskytten väntar tålmodigt.
Han väntar på sin fiende.
Han väntar på att få trycka på avtryckaren.
När han gör det släcks ett liv.
Men han ser inte sig själv som en mördare.
Han gör ju bara sitt jobb.
Han intalar sig själv att han krigar för fred.

Hans själ gråter inom honom.
Den skriker.
Den vädjar till honom att sluta.
Men han slutade lyssna på den för länge sen.
Han är avstängd.
Hans hjärta är kallt.
Han är som en vålnad.
Han är en tynande skugga av den människa han en gång var.

Så han väntar på sin fiende.
Tålmodigt.

31.

Mannen stod och blickade ut över fältet. Han upphörde aldrig att förundras över hur vackert det var i gryningsljuset. Han hade en lång dag framför sig. Det var skördetider.

Han lät blicken dröja sig kvar mot horisonten. På samma vis hade hans far, må han vila i frid, stått och drömt sig bort. Likaså hans farfar och hans farfars far.

Dock var han den sista i familjen att göra det. Inget av hans barn var intresserade av att ta över gården. De längtade alla till storstaden så snart de hade gått klart skolan.

Han kunde inte klandra dem. Livet som grönsaksbonde var allt annat än glamoröst. Det var långa dagar med hårt arbete och det gick knappt att överleva på det. Ändå älskade han det. Att få bruka jorden. Samspelet med Naturen. Det gjorde honom hel inombords och han somnade alltid gott efter en lång dag på fältet.

“Naturen den ger, Naturen den tar”, brukade hans far säga. I dag skulle den ge. Det var hög tid att börja skörda.

Det var en fin dag i livet.

32.

Hon gick längst fram i protestledet. I sina händer höll hon ett stort plakat med orden:

“NEJ till diktatur! JA till demokrati!”

Det var nu tusentals människor som hade anslutit sig till protestmarschen. Män och kvinnor i alla åldrar och från alla samhällsklasser. Men de allra flesta av dem var unga studenter såsom hon själv.

Ett par hundra meter framför henne stod poliserna uppradade med sina sköldar och batonger. Redo att användas. Skulle de ingripa eller skulle hon och de andra få lov att passera?

Hon var arg. Framför allt var hon ledsen. I dag var en mörk dag i landets historia. Med rösterna 51 procent mot 49 hade den nya författningen röstats igenom. En författning som gav presidenten radikalt utökad makt. Det var nu lättare för presidenten att utfärda undantagstillstånd i landet, vilket i princip gav honom fria tyglar. Han hade nu även möjlighet att påverka landets domstolar och därmed var mycket av den demokratiska balansen satt ur spel. Dessutom kunde han nu i praktiken sitta kvar som president i obegränsat antal mandatperioder. Listan med förändringar som gav honom mer makt var lång och det var nog få av väljarna som på riktigt var införstådda i alla detaljer. Det var helt enkelt inget man hade tid att sätta sig in i som vanlig invånare.

Presidenten talade om enkla lösningar på komplexa problem och hävdade att han var den ende som kunde leda landet framåt i rätt riktning. Hans retorik var synnerligen populistisk och den verkade gå hem hos folket. Ryktena om korruption och valfusk var vida spridda - och om hon kände presidenten rätt var nog det mesta helt sant. Hennes land var fortfarande en demokrati i teorin, men i praktiken hade den i dag omvandlats till en diktatur. Demokratins svagaste punkt är, och har alltid varit, dess förmåga att kunna avskaffa sig själv. I dag hade det skett.

De som var ute för att protestera och visa sitt missnöje var ungefär lika många som de som var ute och firade. De firande dansade, sjöng och viftade med landets flagga. Hon hade svårt att förstå dem. De liksom firade förlusten av sin egen demokratiska rätt att påverka landet framöver.

Poliserna var nu mindre än hundra meter bort - men hon och de andra fortsatte att vandra. Det fanns bara en väg och det var framåt...

33.

Rymd. Ändlös rymd.

Uppåt. Nedåt.

Framåt. Bakåt.

Åt alla håll rymd.

Det är en plats som aldrig kan beskrivas fullt ut med
mänskliga ord.

Den kan endast upplevas.

Den finns där för oss hela tiden.

Bortom våra tankar och känslor.

Någonstans mellan andetagen.

Här och nu.

Alltid där.

34.

Du föddes ur ingenting - men ändå är du allt.

Tro på mirakel och mirakel kommer att börja ske i ditt liv.

Gör det till en vana att tänka glada tankar och du kommer med tiden att bli lyckligare som människa. Det är oundvikligt.

Du behöver inte låtsas eller kämpa fram något. Bara var det du vill vara tills du är det.

Ge näring åt relationen till dig själv och se dina relationer till andra blomstra.

Välj att hjälpa den här världen på alla sätt du kan. Inte för att du måste, utan för att du kan.

Etablera inre frid och människorna omkring dig kommer att känna sig tryggare.

Se dig själv som en elev till livet och varje dag blir en utmärkt möjlighet att lära och växa. En dag kanske du vaknar upp och inser att du har blivit en mästare på att leva.

Sätt av lite tid åt dig själv varje dag. Tid för att vara du. Slut dina ögon. Andas. Stilla dina sinnen. Känn sedan hur ditt hjärta slår. Du är vid liv. Det innebär att du är fri. Fri att vara precis den du är just nu. I varje ögonblick.

När du har blivit ett med dig själv är du redo att bli ett med allt.

35.

Vad känner jag när jag ser mig själv i spegeln?

Vad finner jag när jag blickar djupt in i mina ögon?

Vem är jag bortom mina tankar och känslor?

Den människa som vågar besvara dessa frågor är en modig människa.

36.

Det bor en trädgård inom oss alla. Om du inte tror mig, bara blunda och blicka inåt. Öppna upp ditt hjärta och sinne och dyk djupt in i dig själv. Det kan kännas ovant till en början. Att utforska sin inre värld. Men den finns där för oss hela tiden. Fortsätt blicka inåt och du kommer tids nog att nå hela vägen in till din inre trädgård.

Hur din inre trädgård ser ut beror helt och hållet på vem du är, samt hur du mår och hur du lever ditt liv.

En människa som är lycklig och i harmoni har en inre trädgård som sprudlar av liv. Blommor. Träd och frukter. Humlor, fjärilar och fåglar som dansar i vinden. Insekter av alla dess slag. Ett ekosystem i ständig utveckling och samverkan. Allt hänger ihop. Allt är ett. Trädgården utstrålar liv och balans.

En människa som är olycklig har även hen en trädgård som speglar hur hen mår. Rädslans ogräs täcker marken och gör det svårt för blommorna att växa och sprida sig. Orns och sorgens bränder har lämnat sina spår och gräset och träden gör sitt bästa för att växa på nytt ur askan. Men det är svårt. Trädgårdens balans är rubbad och man ser knappt till några fåglar eller insekter. Ekosystemet är ur funktion. Trädgården utstrålar död och förfall.

En inre trädgård som är ur balans är svår att återställa och balansera upp igen. Precis som en trädgård i den yttre

världen. Men det går. Det är möjligt. Men det tar tid och kräver dedikation och tålamod. Det är så mycket lättare att upprätthålla och utveckla än att bygga nytt.

Det man får börja med är att plocka ogräsen. Att rena sina sinnen från Rädslan. Det kommer att göra ont och Rädslan kommer att kämpa för sin överlevnad. Rädslan, liksom allt annat, vill upprätthålla sig själv.

När den processen väl är igång är det dags att börja plantera nya frön. Kärlekens frön. Låt ditt hjärta bestämma vad som ska planteras i din inre trädgård. Välj ur medvetenhet. Låt dina tårar vattna fröna utan att dränka dem.

Öppna sedan upp dina sinnen på nytt och bjud in humlorna, fjärilarna och fåglarna. De kommer att komma, men du behöver bjuda in dem till din inre trädgård. Bjud även in insekterna. Öppna upp ditt hjärta för att födas på nytt. Att få en ny chans, i samma kropp. Att bli precis den du vill bli.

Det är till en början ett mödosamt arbete att blåsa liv i sin inre trädgård. Men det är möjligt om man verkligen bestämmer sig och tar sig tiden att skapa ur medvetenhet. När väl ekosystemen är etablerade kommer trädgården med tiden att utveckla och upprätthålla sig själv igen. Den kommer återigen att sprudla av liv. Men det är ett löpande arbete och du behöver plocka Rädslans ogräs kontinuerligt innan de får fäste och sprider sig. De kommer att försöka. Det ligger i deras natur.

Ta dig därför tid, en liten stund varje dag, då du utforskar och formar din inre trädgård. Gör det till en helig stund där du ger dig själv precis vad du behöver i detta nu.

Vi föds alla med en inre trädgård i fullständig balans och harmoni - men livet och våra upplevelser lämnar sina spår i trädgården. De formar våra sinnen, vare sig vi vill det eller ej.

Det är sällan som vi av samhället eller våra föräldrar lär oss hur vi ska ta hand om vår inre trädgård. Det får oftast bli som det blir.

Gör det därför till en hobby att forma din inre värld ur medvetenhet. Väck liv i din inre trädgårdsmästare. Den bor där inom oss alla - och den väntar tålmodigt på att få skapa liv.

Ditt hjärta kommer att vara dig evigt tacksamt.

37.

Trångt.

Kan knappt röra mig.

Panik.

Vill ut. Kan inte.

Instängd.

Svårt att andas.

Vill dö. Kan inte ha det så här.

Vill ut. Kan inte.

Trångt.

Rädd.

Panik.

Det är inte lätt att vara en värphöna i bur...

38.

Snöflingorna faller stadigt från himmelen.

Unika skapelser som tillsammans färgar marken vit.

De faller med en sådan målmedvetenhet - som om de visste
att vintern närmar sig sitt slut.

Det nalkas vår.

Under snötäcket väntar gräset på att få grönska.

Blommorna väntar på att få blomma ut.

Naturen är en mästare på att skapa balans mellan motpoler.

Värme balanseras med kyla.

Liv balanseras med död.

Naturen är både genialisk och magisk.

På så många vis.

Den människa som tillåter sig att se alltsammans kommer att
bli hänförd.

39.

Lyssna till Månen.

Han viskar om dig.

Vi är födda ur stjärnorna, vare sig vi tror på det eller ej.

Tynande minnen.

Någonstans mellan våra liv.

Ett steg i taget. Mot frid och harmoni.

Stilla i båten.

Det vankas oväder.

Stormen är nästan här. Vinden blåser genom våra kläder.

Tynande öden.

Ekon från Evigheten.

Ett steg i taget. Mot fred och ärlighet.

Du andas ännu - så välj att våga ge.

Känn hjärtat hos din fiende.

Kärlek är det enda som kan göra oss hela.

Varje natt faller stjärnor.

Precis som du och jag.

Slut dina ögon och hör hur de kallar dig hem.

Släpp taget om alla försvar.

40.

Kalhygget breder ut sig åt alla håll.

Likt en skogens öken.

Tidigare sprudlade området av liv.

Nu utstrålar det endast död.

Människan vet hur den lämnar spår efter sig.

Naturen förlåter oss, för den är barmhärtig av sin natur.

Den vet att människan kommer att vakna upp tids nog.

Till dess fortsätter vi att gräva vår egen grav...

41.

“Var den vind av förändring som du önskar åt denna värld.”

Det är ord som skänker hopp.

Det finns gott om motiverande ord där ute och vi har inget emot att läsa dem.

Dock är det sällan som vi tar oss tid eller utrymme att reflektera kring vad det innebär för oss och för våra liv. Hur vi kan agera utifrån orden. Hur vi kan låta dem förändra oss på djupet.

Hämta papper och penna och skriv ned ditt ärliga och modiga svar på följande fråga:

Hur kan jag, utifrån mina egenskaper och den jag är i dag, hjälpa den här världen att bli ännu bättre?

När du är klar, ge då dig själv en varm kram. Du har gjort dig själv och den här världen en stor tjänst.

Gör nu dina ord till verklighet.

Agera. I dag. Varje dag.

42.

Humlan flyger från blomma till blomma.

Han är en av Naturens vita riddare.

Bara genom att leva sitt liv hjälper han Naturen att frodas.

Han är en av många pusselbitar i det som är Naturens pussel.

Vi människor kommer aldrig att förstå hela pusslet.

Det är alltför komplext.

Därför är det farligt när vi rubbar och förstör delar av ekosystemen.

Vi kan aldrig med säkerhet veta vad konsekvenserna blir.

Det bästa vi kan göra för Naturen är att låta den vara.

När den sköter sig själv frodas den.

Naturen behöver inte oss människor.

Men vi människor behöver Naturen.

43.

Örnen bredde ut sina vingar och tillät sig att dansa i vinden.

Under henne fanns havet.

Åt alla håll hav.

Hon älskade utsikten.

Hon älskade friheten.

När hon dansade i vinden kände hon sig hel.

44.

Gryningsljuset. Åh, gryningsljuset.
Varje morgon liksom väcker det oss till liv.
En ny dag. En ny början.
Ännu ett oskrivet kapitel i det som är livets berättelse.

Alla är vi författare till vår egen historia.
Oavsett om vi är medvetna om det eller ej.
Vi föds som tomma ark.
Redo att fyllas med upplevelser och minnen.

Vi bestämmer vad vår berättelse handlar om genom de vägar
vi väljer att vandra.
Dock bestämmer vi sällan hur berättelsen slutar.
Eller vad som händer efter dess slut.
Det är och förblir ett mysterium.

Varje dag ovan jord är en bra dag.
Det är något att vara tacksam över.

Så välkomna gryningsljuset, ty det välkomnar dig.

45.

Vinden blåste med full styrka. Överallt sprang människor omkring. Kaoset på oljeplattformen var snudd på totalt.

Själv stod mannen som paralyserad i den isande kylan. Hur kunde det bli så här? Allt hade ju varit planerat in i minsta detalj...

De var ett av de första företagen som hade fått tillåtelse att borra efter olja i Arktis. Presidenten hade slutligen lyckats driva igenom det historiska och omtvistade beslutet. Protesterna hade varit omfattande och fortfarande demonstrerade miljörelsen och visade sitt missnöje. Dessa trädskräpverkade inte förstå att oljan gjorde gott för landet. Den genererade viktiga intäkter och skulle dessutom ge arbete åt många människor i takt med att utvinningen trappades upp. Världens ekonomiska kris växte sig allt större och då behövde man leta efter lösningar.

Kylan och den ogästvänliga terrängen ställde nya krav rent tekniskt men säkerheten hade alltjämt bedömts som tillräcklig för att ge dem grönt ljus att påbörja arbetet. Oljan fanns ju där i överflöd. Redo att utvinnas.

Det var många företag som ville åt licenserna att hämta upp det eftertraktade svarta guldet. De övriga inblandade länderna hade ännu inte tagit beslutet att tillåta utvinning på grund av folklig opinion och nationellt politiskt motstånd. Men det var bara en tidsfråga innan fler länder skulle ge sig in

i jakten på Arktis olje- och gasrikedomar, inom gränserna för sina respektive territorier. Som en följd av den globala uppvärmningen hade isen nu smält i stora områden vilket gjorde det lättare att komma åt råvarorna. Det tvistades redan om vilka länder som ägde rätt till vad och hur kakan skulle fördelas. Alla inblandade länder gjorde vad de kunde på politisk väg för att utöka sina delar av det geografiska området. Det skulle nog så småningom bli en kapploppning utan dess like och kanske rent av utlösa konflikter mellan länderna. Läget var redan spänt.

Oljan började ta slut runt om i världen och efterfrågan hade sedan länge passerat utbudet. Bristen på olja orsakade en stadigt växande global kris. Världen hade inte ställt om i tillräcklig utsträckning och den var alltjämt beroende av olja. Detta gjorde att det var mer lönsamt än någonsin tidigare att utvinna och sälja den till marknaden. Priserna slog nya rekord för varje månad.

Vinden blåste till och ryckte tag i mannens kläder. Den liksom fick honom att vakna ur sin tillfälliga dvala. Stormen hade nu pågått i över ett dygn. Han var en av ingenjörerna på oljeplattformen och det var deras ansvar att reda ut situationen om något gick fel. Men trots alla beredningsplaner som hade upprättats inför projektet, visste ingen hur de i praktiken skulle åtgärda vad som hade hänt. Stormen försvårade det hela och de saknade tillräckligt med resurser på plats. Hjälpen från land var på väg, men allt tog längre tid än vad någon hade räknat med.

Oljeläckan från havets botten var enorm och runt om hela oljeplattformen färgades vattnet svart. Det var nu ett hav av olja som sträckte ut sig åt alla håll - och det bara fortsatte flöda. De hade verkligen gjort allt i sin makt för att stoppa läckan, eller i varje fall begränsa dess omfattning, men utan att lyckas. Paniken bland arbetarna växte sig större för varje timme som passerade. Allt som inte fick hända hade hänt.

Vad de exakta konsekvenserna av olyckan skulle bli för miljön var omöjligt att säga, men detta var en katastrof i ordets rätta bemärkelse. Det skulle bli problematiskt och extremt kostsamt att städa upp. Miljöorganisationerna skulle dessutom med all säkerhet använda vad som nu hade skett för att få politikerna att häva beslutet om utvinningen. Något de mycket väl kunde komma att lyckas med.

Regnet piskade mot mannens ansikte. Det var dags för honom att ansluta sig till de andra för att försöka lösa det som inte verkade gå att lösa.

Vinden ven till likt ett Naturens skri. Moder Jord var både ledsen och arg...

46.

Förlåt oss för vad vi har gjort mot dig genom alla år.
Vi river upp djupa sår.
Jag menar det: Förlåt.

Ty vilsna äro vi.
Vi drömmer om inre frid.
Allt vi har är tid.

Och jag har inte några svar. Och inte heller du.
På vad som kommer att hända nu.

Så du smeker ömt min kind.
Det blåser upp en vind.

47.

Bomber faller för ingens skull.

En människa med vapen i sin hand kan aldrig finna frid.

Vi föds inte för att slåss.

Vi föds inte för att döda.

Vi föds för att älska.

Vi föds för att leva.

Hur vet jag att det är så?

Eftersom mitt hjärta säger det.

48.

Att vara utan att försöka vara.

Att göra utan att försöka göra.

Det är svårt för oss människor.

Svaren på våra frågor väntar på oss.

Någonstans i tystnaden mellan orden.

49.

Rädslan manifesterar sig genom våra tankar.
Kärleken däremot, manifesterar sig genom allt.

När vi är rädda, då växer Rädslan.
När vi älskar, då växer Kärleken.

Vi väljer vilken av dem vi ger mest näring.
Det är ett val vi gör antingen medvetet eller omedvetet.
Varje dag.
Varje ögonblick.
Det är upp till varje människa att välja vilken väg som är sin
genom livet.

50.

För att finna oss själva behöver vi först ha tappat bort vilka vi är.

För att uppleva kärlek behöver vi också ha upplevt rädsla.

För att veta vad sann lycka är behöver vi även ha smakat på sorgens salta tårar.

För att verkligen hitta hem behöver vi först ha gått vilse.

Den som endast vill se ena sidan av myntet kommer att missa helheten.

51.

Dina grönskande slätter.

Dina snötäckta vidder.

Dina höga berg.

Dina djupa hav.

Din harmoni.

Ditt kaos.

Din skönhet.

Din kraft.

Din innerlighet.

Din visdom.

Du talar till den som tar sig tid att lyssna.

Du ger till den som vågar ta emot.

Din famn är alltid öppen för den som vill finna frid.

52.

Du håller oss i handen.

Du kommer alltid att finnas där för oss.

Oavsett vad vi gör.

Oavsett vilka vi är.

Du talar endast sanning.

Du leder oss hem när tankarna skenar.

Jo, människans skepp är ett sjunkande skepp.

Varför väljer vi flykten?

Ekon ut i natten.

Mörkret och ljuset inom oss dansar med varandra.

Må vi låta Kärleken segra.

Må vi låta dina sår få läka.

53.

Hon blickade ut genom fönstret. Åt alla håll sträckte den röda öknen ut sig. Iskall. Den var numera hennes hem. Hon kände sig frusen och nedstämd.

Hon mindes euforin när hon hade fått beskedet om att hon skulle få bli en av deltagarna på den andra expeditionen till Mars. Hon skulle därmed vara en de första människorna att kolonisera planeten. Det hade varit flera tusen sökande som alla hade drömt om att få delta. Innan hon hade valts ut hade hon fått genomgå mängder av omfattande tester, intervjuer och undersökningar. Hon hade drömt om detta i hela sitt liv. Att få vara med och skriva ett nytt kapitel i människans historia. Att få vara en del av någonting större än henne själv. Människan skulle nu bli en multiplanetär art.

Resan dit hade tagit ca nio månader och den hade nästan knäckt henne och de andra. Det hade dels varit enormt psykiskt påfrestande att leva så pass lång tid i ett så litet utrymme och det hade uppstått en hel del oväntade konflikter inom gruppen. Men framför allt hade det känts fysiskt. Deras kroppar hade sakta brutits ner under resans gång. Detta trots att de hade tränat och gjort allt i sin makt för att bromsa förfallet. En människas kropp var helt enkelt inte vara gjord för att leva i rymden. Vardagen med tyngdlöshet hade varit en häftig upplevelse till en början, men den hade ett högt pris för kroppen. Den saken kunde hon skriva under på.

Nu var de så på plats och mer än sex månader hade gått sedan de landade. Första veckorna hade de alla varit glada och

exalterade. Det hade varit början på ett äventyr. De hade känt sig som pionjärer. Nyfikna på vad de hade framför sig.

Hon, liksom de andra astronauterna, hade inför resan skrivit under ett avtal som sade att de skulle stanna kvar på Mars tills vidare. Endast svår sjukdom var ett giltigt skäl för att återvända till Jorden.

Hon hade inte tvekat då hon tackade ja till uppdraget, men hon hade heller inte riktigt förstått vad det skulle innebära i praktiken.

Det hade varit hårt jobb att etablera basen, men nu var det mesta i ordning. Deras uppgift var nu att ytterligare utforska och kartlägga Mars geografi samt lägga grund för nästa steg av människans kolonialisering av planeten. Nästa grupp deltagare skulle komma om ca ett år.

Miljarder efter miljarder hade pumpats in i projektet och de kände sig alla hedrade över att få delta. Men de kände samtidigt en enorm press. Ett stort ansvar vilade på deras axlar och om något gick fel fanns det ingen hjälp att få.

Hon och de andra hade efter ett par månader på plats kommit in i en vardag. Euforin hade med tiden lagt sig och de hade alla börjat inse vilken påfrestning det innebar att vara "marsian". De levde i en bunker och att ge sig ut var alltid förenat med stor fara. Den genomsnittliga temperaturen ute var -63°C , men den kunde gå ända ner till -140°C . Bortsett från vid polerna, där istäckena bredde ut sig, var Mars som en enda stor röd öken. Död och livlös.

Hon saknade alltmer livet därhemma. Hon må ha varit utan man och barn men hon saknade sina vänner och sin familj. Hon saknade också vardagen hon hade haft i sitt liv som jordbo. Att kunna ge sig ut på en joggingtur i skogen. Att kunna simma fritt i havet. Att kunna drömma sig bort till fåglarnas sång. Inget av det var möjligt på Mars. Det var en planet utan natur.

Hon, liksom de flesta andra deltagarna på expeditionen, hade med tiden blivit alltmer nedstämd. Lyckan över att vara där hade sakta men säkert omvandlats till ångest och tristess. De hade sina rutiner och arbetsuppgifter, men det var svårt att känna glädje i vardagen. De gjorde vad de kunde för att ha kul ihop på sin lediga tid, men sanningen var den att det var som att leva på en anstalt. De var som fångslade i den bunker som var deras bostad.

De saknade sina gamla liv och de hade med tiden insett att drömmen om Mars var betydligt häftigare än vad Mars var i verkligheten. Människan var inte skapad för att leva här. Inget liv var skapat för att leva här. Sanningen var den att de flesta av dem längtade hem.

Hem till Jorden.

54.

Ett hjärta. En kropp. En själ.
Det är en sann gåva att få vara här.

Att få känna, skratta och gråta.
Att få älska, såras och förlåta.

Det är så lätt att ta alltsammans för givet.
Att blunda för miraklet och att springa genom livet.

Men det spelar ingen roll hur snabbt en springer, ty
verkligheten kommer alltid i kapp en.
Ett liv. En resa. Ett eko ut i natten.

Sommar blir till höst och vinter blir till vår.
Dagar blir till veckor och månader blir till år.

Må du sjunga och dansa din väg till Evigheten.
Njut av din korta stund på den här magiska planeten.

55.

“När du ger ifrån ditt hjärta kommer du alltid att ha mer än vad du behöver.”

Givandets kraft är enorm. Gränslös rent utav. Den skulle kunna revolutionera hela vår värld.

Sanningen är den att merparten av den välgörenhet som i dag bedrivs runt om i världen bygger på givande. Att människor och länder ger av vad de har. Att människor vill hjälpa. Men för de flesta av oss är det endast vid enstaka tillfällen som vi skänker till välgörande ändamål. Vi gör det sällan till en vana. Detta trots att de flesta av oss har råd, eller skulle kunna ta oss råd, att ge av vad vi har.

Svält, fattigdom och många andra orättvisor upprätthålls av de system som vi har skapat och försvarar. Det produceras tillräckligt med mat för att alla människor i världen skulle kunna äta sig mätta. Det finns tillräckligt med pengar i vår värld för att alla människor skulle kunna ha råd med det nödvändiga. Det är hur vi fördelar resurserna, eller snarare hur vi inte fördelar resurserna, som skapar och upprätthåller svält, fattigdom och många andra mänskliga problem. Detsamma gäller för våra utmaningar kopplade till Naturen såsom klimatet, skogsskövling, miljögifter etc.

Tänk om de flesta människor skulle göra det till en vana att ge av vad de har till ett ändamål där det gör stor nytta. Föreställ dig en värld där varje människa som är i

syssetsättning i de utvecklade och rika länderna skänker tio procent av sin inkomst efter skatt till välgörande ändamål. Bara i Sverige fanns det år 2019 ca 5,1 miljoner människor i syssetsättning (källa: SCB). Den svenska genomsnittliga månadslönen efter skatt var år 2019 ca 26 800 kr (källa: SCB), vilket blir 321 600 kr på ett år. Var och en av dessa människor skulle då i genomsnitt skänka 32 160 kr om året till välgörande ändamål. Tjänar du mer än så skänker du som följd ett högre belopp och tjänar du mindre än så skänker du därmed ett lägre belopp. Om varje människa som är i syssetsättning i lilla landet Sverige skulle välja att skänka tio procent av sin årliga inkomst efter skatt, skulle det bli ca 164 miljarder kronor - och det är på bara ett år. Tänk vilken förändring vi skulle kunna skapa med den gåvan. Det blir hisnande 1640 miljarder kronor på ett decennium! Tänk dig då om hela den rika delen av världen skulle göra samma aktiva val. Då skulle de flesta av de problem som vi har skapat i vår värld kunna lösas - och det på relativt kort tid.

Hur gör vi då för att få råd att skänka tio procent av vår disponibla inkomst till välgörande ändamål?

Det är faktiskt enklare än vad många av oss antagligen tror, men det kräver att vi vågar tänka nytt och att vi bryter en del av de vanor och mönster som vi har i våra liv.

Genom att praktisera följande två råd är det fullt möjligt för de flesta av oss:

Minska din konsumtion. När du funderar kring att köpa något, ställ då dig själv följande frågor:

Behöver jag verkligen det som jag avser köpa? Gör det mig lyckligare som människa?

Om ditt svar är nej på någon av dessa frågor, avstå då från köpet och donera i stället hälften av beloppet som du hade tänkt betala. Du sparar därmed pengar åt dig själv och hjälper samtidigt den här världen.

Köp begagnat. Om det är något du verkligen behöver köpa, försök då att köpa det begagnat. Det är fullt möjligt med det allra mesta som vi behöver i vår vardag. Utöver att spara pengar gör du även Naturen en stor tjänst. Pengarna du sparar genom att köpa något begagnat i stället för nytt skänker du till välgörande ändamål.

Det finns många fler sätt än dessa för att spara pengar till att ge och att hjälpa vår värld. Hämta papper och penna. Skriv sedan ned hur du kan förändra ditt liv, dina vanor och mönster för att minska din konsumtion, leva mer miljövänligt och spara pengar åt dig själv samtidigt som du är en del av lösningarna på världens problem.

Om du vill kompensera Moder Jord för de koldioxidutsläpp som du trots allt bidrar till genom att vara en människa, kan du välja att donera till välgörenhetsorganisationer som planterar skog.

Kom ihåg:

Du är aldrig tvungen att ge ifrån ditt hjärta.

Men du är alltid fri att göra det.

56.

Pojken och hunden sprang i kapp över gräsmattan. Hur pojken än försökte låg hunden alltid ett steg före honom. Hunden var hans bästa vän. Han hette Rambo. De gjorde allt tillsammans. Rambo hade varit med honom så länge som han kunde minnas.

Men hans vän började bli gammal och sjuk. Han hade drabbats av starr och skulle så småningom bli fullständigt blind. Pojkens föräldrar hade förberett honom på att de kunde komma att behöva ta Rambo till veterinären för att göra slut på hans lidande när han inte längre kunde se.

Pojken hade börjat gråta och vädjat till sina föräldrar att tänka om. Han hade lovat dem att han skulle ta hand om Rambo och hjälpa honom när han väl hade blivit blind. Till sist hade föräldrarna gått med på pojkens vädjan.

Han skulle finnas där för sin vän. Hela vägen.

Han visste att Rambo skulle ha gjort detsamma för honom.

57.

Det var nere vid korallrevet som hon kände sig som mest hemma. Hon hade alltid trivts bättre under vattenytan än ovan.

Stora barriärrevet sträckte sig över ett gigantiskt område. Hon slutade aldrig att förundras över dess magi. Det riktigt sprudlade av liv. Växter, fiskar och andra varelser i alla möjliga färger och av alla dess slag. Ett unikt samspel mellan så många levande organismer. Revet var som en regnskog för havet. Det var helt avgörande för tusentals arters fortlevnad och utveckling. Stora barriärrevet hade tagit miljontals år för Naturen att utveckla. Men korallerna var i stor fara.

Den globala uppvärmningen hade lett till varmare vattentemperaturer vilket i sin tur orsakade korallblekning och massdöd i stora områden. Vissa områden återhämtade sig - men det tog decennier. Andra områden återhämtade sig inte. Även om turismen var en viktig näring för landet orsakade även den skador på revet i form av utsläpp från båtar. Dessutom plockades en del koraller och såldes som souvenirer. Fiskeindustrin hade genom åren rivit upp djupa sår och människans utsläpp från land orsakade algbloomning, uppbyggnad av gifter och mindre ljusgenomsläpp vilket i sin tur sammantaget ledde till kvävning och död hos korallerna i flera områden.

Hon önskade att de styrande politikerna i landet och i världen på egen hand skulle se vad konsekvenserna blir av hur

människan lever i dag. Hon önskade att de skulle förstå att vi behöver tänka om - på så många vis. Människan tog havet och all dess rikedom för givet. Om korallerna försvann, skulle även tusentals arter försvinna och balansen i haven skulle rubbas. Ingen kunde med säkerhet veta vilka följderna av detta skulle bli.

Mindre än 15 meter bort simmade en stor stingrocka förbi. Hon mindes så väl första gången som hon hade mött en på nära håll. Hjärtat hade nästan stannat. Men numera var hon inte rädd för vad hon mötte under vattenytan. Människorna var onaturliga gäster där på havets djup och de flesta varelser såg därför till att undvika dem så gott de kunde. "Kloka djur", tänkte hon för sig själv och skrattade gott inombords.

58.

Vi har fortfarande framtiden i våra händer.

Men som vi lever i dag upprätthåller vi våra bränder.

Ignorans och rädsla kommer aldrig att leda oss hem.

Så vi springer genom natten, skyndande mot framtiden.

Morgondagens verklighet, den väljer vi i dag.

Må vi välja våra steg ur ärlighet och göra Kärleken till vår lag.

59.

Kvinnan satt på restaurangen och väntade. Hon väntade på sina drömmars man. För det var så hon kände för honom. De hade bara träffats två gånger, men hon hade redan berättat om honom för sina föräldrar. Han kunde vara den som hon hade väntat på. Äntligen hade hon träffat någon som hon kunde se sig ha en livslång kärlek med. Hon var trött på alla mansgrisar och idioter som fanns där ute. Hon hade fått nog av dem genom åren. Många gånger hade hennes hjärta gått i kras. Hon hade nästan gett upp hoppet.

Den här killen var annorlunda. Han var snygg, rolig, intelligent och framför allt var han kärleksfull. Han var ambitiös men inte alltför ambitiös. Han hade redan på deras första dejt gjort klart för henne att han var ute efter en seriös relation. Någon som han kunde dela livet med och utvecklas tillsammans med. Han, liksom hon själv, sökte efter äkta kärlek. En kärlek fri från allt det där ytliga och kortsiktiga som var så vanligt nu för tiden. Han verkade uppriktigt intresserad av henne och han tycktes inte bry sig om att hon var ett par år äldre än honom.

De hade klickat från första minut och de hade pratat i timmar. Det hade känts så enkelt och naturligt. De hade sett varandra djupt i ögonen och hållit händer. Hon hoppades att de kunde ta nästa kliv i kväll. Hon ville bli kysst. Men hon ville låta honom ta steget. Det var säkrast så.

Hon kollade på sin klocka. Varför kom han inte? Han var nu mer än 20 minuter sen. Hon skickade ett sms. Inget svar.

Ytterligare 15 minuter senare testade hon att ringa honom.
Inget svar.

Hon kände en klump i magen och oron väcktes till liv inom henne. Hon lät ytterligare 30 minuter passera innan hon ringde honom på nytt. Inget svar.

Då slog det henne. Ännu en gång hade hon blivit bränd. Så han var ett svin trots allt! Det borde hon ha räknat ut. De som verkar för bra för att vara sanna brukar vara just det. Hon brast ut i tårar. Hon kände sig fullkomligt bedrövad. Lurad. Hon kände sig värdelös. Hon hatade att bli sårad. Varje gång kändes som första gången. Hon riktigt hörde hur hjärtat hennes gick sönder. Här hade hon klätt upp sig i sin finaste klänning och hoppats på att få kyssa honom. Och så dumpar han henne! Och han hade inte ens mage att svara när hon ringde! Jävla mansgris!

På vägen hem till lägenheten gick hon förbi 7-Eleven och köpte den största Ben & Jerry's hon kunde hitta. I kväll skulle hon tillåta sig att gråta ut. Hon skulle gråta som aldrig förr...

60.

Att släppa taget.
Att ge sig hän.
Att leva, växa och dö.

Det är Naturens högsta önskan för allt liv på denna jord.

När vi flyr från vår innersta natur, så kommer vi med tiden
att bli olyckliga.

Det är oundvikligt.

När vi omfamnar vår innersta natur, så kommer vi med tiden
att bli lyckliga.

Det är oundvikligt.

Naturens väg är den lyckliga vägen.

Vägen är inte alltid rak.

Men den leder oss hem.

61.

Allt är musik.

Tidlösa vibrationer sprungna ur Evighetens källa.

Vem som skapade alltsammans, det vet jag ej.

Det är och kommer alltid att vara ett mysterium.

62.

Lukten av skållad hud fyller hela rummet.
I en järnkrok från taket hänger den.
Livlös. Död.
Redo att styckas.

En gång i tiden var den en levande och kännande varelse.
Det var då det. Nu är dess liv slut.
Den har spelat ut sin roll.
Nu ska den bli fläskfilé, köttfärs och skinka.
Det har varit dess slutdestination ända sedan födseln.

Grisen fick aldrig uppleva frihet.
Den fick aldrig utlopp för flera av sina naturliga drifter.
Grisen föddes som en slav - och som en slav dog den.
Det var inget den valde själv.
Människan valde det åt den.

63.

Solrosen. Naturens kronjuvel.
Det gyllene snittet. Sann ingenjörskonst.
Perfektion.

Solrosen växer och frodas som ingen annan.
Den följer Solens ljus.
Den är som ett med Solen.

Människan har mycket att lära av solrosen.
Den väljer den raka vägen.
Den väljer Ljusets väg.

Tänk om vi människor skulle följa ljuset inom oss själva på
samma sätt.
Solen som bor i våra hjärtan.
Kärleken ljus.

Hur skulle vår värld se ut om varje människa började följa
ljuset inom sig?

Det vore en annorlunda värld.
Mer sprudlande.
Mer långsiktig.
Mer levande.
Det vore en bättre värld.

Låt oss skapa en sådan värld.
Här och nu.
I dag.

64.

Ur högtalarna strömmade tonerna från Beethovens femma.

Mannen satt i sin soffa med sammanbitet ansikte.

Pillerburken i ena handen och spritflaskan i den andra.

Hans tid var kommen.

I natt skulle han somna in.

I natt skulle han dö.

Den här gången skulle han lyckas.

Han avskydde den tragiska människa som han hade tillåtit sig själv att bli.

Men självhatet hade sedan länge normaliserats.

Han kände sig inte deprimerad.

Han kände sig mest trött inombords.

Han hade försökt att vara människa, men han tyckte inte om det längre.

Livet var för mörkt och grymt.

Han var ensam och alkoholiserad.

Det var en väg han hade valt.

Samhället var inte för honom.

Detta trasiga mänskliga skådespel.

Hans drömmar var kvävda och han hörde inte längre hur barnet i hans hjärta viskade till honom. Hur det vädjade till honom att tro på livet.

Att fortsätta försöka.

I sitt bröst kände han en smygande rädsla blandad med fullständig frid.

Han kände sig redo.
Han hade bestämt sig.

Han tömde pillerburken i sin mun och började klunka spriten.
Den brände till i mun och hals, men han fortsatte att dricka till dess att flaskan var helt tom.
Nu fanns det ingen återvändo.
Hjärtat rusade.
Hans kropp sa ifrån som i försvar och det var nätt och jämnt att han lyckades hejda sig från att kräkas.
Han tog ett par djupa andetag och lade sig sedan till rätta på rygg och slöt ögonen.

Han förflyttade sin uppmärksamhet till musiken som riktigt fyllde hela rummet.
Beethoven hade skänkt honom många fina stunder genom åren.
Han upptäckte ständigt nya detaljer i detta mästerverk.
Det var så här han ville ha det.
Detta var ett värdigt slut.

Musiken gjorde honom lugn.
Han kände sig dåsig.
Nu var det bara att vänta.

Farväl livet...

65.

Det nyfödda barnet ser sin mor i ögonen.
Moderns hjärta fullkomligt smälter.
Hon har aldrig tidigare upplevt en sådan stark kärlek.
Så ren. Så överväldigande.
Hon vet att hon kommer att älska och värna om barnet för
resten av sitt liv.
Hon skulle ge sitt eget liv för det.
Hon skulle gå genom eld.

Barnets ögon tindrar som om de vore stjärnor.
Dess ögon viskar henne svaren på livets alla gåtor.
Det nyfödda barnet är ett med det eviga ljuset.
Barnet är Kärleken personifierad.
Barnet är rent liv.
Barnet är ett mirakel.
En gåva till denna värld.

Barnet gör sin mor hel inombords.
Modern ler. Hon gråter. Samtidigt.
Det är Kärlekens tårar.
Hon låter dem flöda fritt.
Hon må vara trött och utmattad, men hela hennes kropp
sjunger av lycka.

Livet börjar nu.

66.

Barnets mage spände sig som en ballong.

Hans ögon var blanka.

Hans kropp var svag.

Hans mamma höll honom stadigt i sin famn.

Hon gick med raska steg på vägen.

Solen stekte mot hennes hud.

Hon var törstig och hon var bortom ord utmattad.

Men hon måste fortsätta.

Hon var på väg till flyktinglägret.

Där fanns det vatten och mat.

Hon hade flera mil kvar att vandra.

Årets torcka hade redan skördat många människoliv.

Hon måste hinna fram i tid.

För sitt barns skull.

Han var hennes allt.

Hon kunde inte tänka sig ett liv utan honom.

Det var hennes kärlek till honom som gav henne kraft att fortsätta vandra.

Hon kände sig yr.

Hon var så törstig.

Må hennes trötta ben bära henne hela vägen fram.

Må hon hinna dit i tid...

67.

Varje natt dör vi. Borta är ditt jag.
Bara för att födas på nytt nästa dag.

Tiden är för evigt fri.
Varje hjärta har sin melodi.

Vi är formbar energi.
Med potential att bli precis vad vi vill bli.

Känn Kärlekens frid, där djupt i ditt bröst.
Lyssna till tystnadens symfoni, ty den giver oss tröst.

68.

Rädslan är rädd.

Kärleken älskar.

Det är precis som det ska vara.

69.

Den gamle mannen höll sin fru i handen. Han satt där vid hennes sida. Hon låg i sin sjukhussäng med slutna ögon. Hon såg så fridfull ut. Hennes andning var svag.

Som han älskade henne. Hon hade givit honom livet. Han hade varit förlorad sedan länge om det inte vore för henne.

Han var flera år yngre än henne, men han önskade ändå att han hade kunnat byta plats med henne. Han önskade att det vore hon som skulle få leva vidare. Men han hade lovat henne att fortsätta leva och njuta av livet. Oavsett vad som måndeste. Det hade varit hennes sista önskan. Det var ett löfte som han ville hedra. Samtidigt kunde han inte tänka sig en tillvaro utan henne.

Han var så innerligt tacksam över att han hade fått dela livet med henne. De hade hunnit uppleva så mycket tillsammans genom åren. De hade rest till alla världens hörn. De hade funnits där för varandra genom livets alla skeenden. De bar så många vackra minnen inom sig.

Deras enda gemensamma sorg var att de aldrig hade lyckats få några barn. De hade verkligen försökt, men det hade aldrig riktigt velat sig. Men de hade haft många katter genom åren och de hade alla varit som barn för dem.

Hon var den finaste människa han någonsin hade mött och det var tack vare henne som han visste vad sann kärlek var. Hon hade alltid haft ett hett temperament, men hon var också fullständigt ärlig och rak. Hon var så varm och äkta.

Hon hade lärt honom vad det innebär att leva från hjärtat.
Hon hade hjälpt honom att våga känna vad han kände.
Hennes leende hade alltid gjort honom glad inombords.
Hennes ögon var den spegel hans själ hade väntat på. Om
den saken var han säker. De var varandras motpoler på många
områden, men ändå var de som ämnade för varandra.

Det hade varit nära att det inte blivit de två. På väg till deras
tredje dejt hade han blivit överfallen, misshandlad och rånad
och han mindes så väl hur han vaknade upp på sjukhuset.
Det gjorde ont i precis hela kroppen. Men det första han
tänkte på var henne. En känsla av skuld sköljde över honom:
han hade aldrig mött upp henne på restaurangen för deras
dejt!

Det första han gjorde när han fick lov att lämna sjukhuset
var att skaffa en ny mobil så att han kunde ringa henne. Han
mindes fortfarande hur arg hon hade varit. Till en början
hade hon skällt ut honom fullständigt, men när han väl hade
fått en chans att berätta vad som hade hänt, hade hon snabbt
mjuknat. Emotionellt hade hon dock fortfarande känt sig
sårad då händelsen hade väckt gamla trauman till liv inom
henne - men tillsammans hade de funnit en väg igenom det.

Han mindes hur hon samma kväll kom över till honom. Hon
lade om hans sår och hennes blotta närvaro fick honom att
glömma bort smärtan från sina skador. De pratade och höll
om varandra ända tills natten blev dag. Han förstod där och
då att hon var den som han ville dela livet med. Den natten
kysste de varandra för första gången. Det var en av de finaste
stunderna i hans liv. Han mindes det som om det var i går.
Det gjorde honom riktigt varm i hjärtat.

Han böjde sig fram och viskade i hennes öra:
"Jag älskar dig. Jag finns här för dig. Alltid."

Han kysste henne därefter ömt i pannan och sjönk sedan tillbaka ned i stolen. Hans kropp var helt slut. Han hade inte sovit på över två dygn.

Nu låg hon där. På dödens brits. Tumören i hennes hjärna hade sedan en tid vuxit sig så pass stor att hon låg i koma. Hennes värden hade under de senaste dyggen försämrats drastiskt. Läkaren hade för bara en stund sedan varit inne hos dem och ursäktande proklamerat att det inte fanns något mer att göra. Att det troligen endast rörde sig om timmar innan hon skulle somna in helt.

En stund senare började den gamle mannen helt spontant att sjunga på sin frus favoritlåt. Hon hade alltid älskat när han sjöng för henne och uppmuntrat honom till det även fast han själv inte var så förtjust i sin sångröst. Han visste inte om hon kunde höra honom där hon låg, men han sjöng ändå. Han tänkte sjunga hela natten lång. Till hennes sista andetag.

Mindre än två timmar senare slutade hon andas.

Han hade förberett sig mentalt på den här stunden, men den tog honom likväl med emotionell storm. Det kändes så överkligt. Han ville inte acceptera det. Han höll fortfarande hennes hand i sin. Den var fortfarande varm. Men hennes liv var nu slut. Hon var död.

Han började gråta. Hejdlöst.

I natt skulle tårarna få falla precis som de ville. Det var tårar av kärlek...

70.

“Den som skyndar dit den ska kommer inte att komma fram lycklig.”

I Naturen får saker och ting ha sin gång.

Naturen vet att det tar tid att utveckla något som är långsiktigt hållbart.

Människan vet innerst inne att Naturen har rätt.

Om vi skulle utforma vår värld enligt samma principer, skulle vi och Naturen frodas sida vid sida.

I dag har vi människor en annan verklighet.

Men den, liksom det mesta i denna värld, går att forma om.

Människans värld går att förändra.

Det är en fråga om att bestämma sig.

Att välja väg.

Ännu är det inte för sent för människan.

Naturen har alla lösningar som vi behöver.

71.

Varför tar vi oss inte tid att tänka på vad vi gör med vår tid?
När tid är allt vi har.

Frid i hjärtat ger frid i sinnet.
Det vet jag att du vet.

Vad är meningen med vår mening om vi inte väljer vår
mening?
Vad är vitsen med att känna om vi inte känner vad vi känner?

Vi är drömmare fångade i en dröm som inte är en dröm.
Kanske är det dags att vakna upp?

Vi kan inte leva utan Naturen.
Varför dödar vi Naturen?
Vi är födda ur Naturen.
Varför dödar vi Naturen?

Vi är självskapade illusioner.
Vi är vandrande skuggor.
Kanske är det dags att säga: STOPP!

Det finns inget mitt. Det finns inget ditt.
Har aldrig funnits.
Solen skiner. Månen gråter.
De har funnits väldigt länge.

Men vi alla tynar bort. Vi tynar bort. Bort.
Vi alla tynar bort.
Vi tynar bort.
Bort.

72.

Dröm är verklighet.

Verklighet är dröm.

Jag är du.

Du är jag.

Allt är ett.

Ett är allt.

Inget ljus utan mörker.

Inget liv utan död.

Formbar energi.

Ändlös rymd.

Evigt ljus.

Cirkeln är alltid hel.

73.

Jag finner min väg genom mörkret.
För alltid guddad av mitt hjärta.
Tillbaka till en plats där stjärnor föds.
Där vi alla börjar.

Det finns ingen mening med att jaga framtiden.
Allt vi har är här och nu.
Känn marken under dina fötter
och du finner dig själv på något vis.

Låt oss dansa under Månens ljus.
Låt oss yla mot skyn.
Må vi omfamna ljuset inom oss.
Det är ingen fråga om varför.

Kärleken är den sanna skatten.
Det enda som vi egentligen behöver.
Men vi fortsätter att springa efter vårt guld.
Det kommer aldrig att göra oss hela.

Säg mig, vad är meningen med mänskligheten?
Vi tar oss inte tid för inre frid.
Ändå längtar vi efter harmoni.
Vi människor är besynnerliga djur...

Så jag älskar min väg genom mörkret.
För alltid guddad av mitt hjärta.
Tillbaka till en plats där stjärnor föds.
Där vi alla börjar.

74.

Fåglars sång.

I solnedgång.

Naturens egen symfoni.

Otämjd och fri.

Du hjälper mig att släppa taget om allt.

Det jag ger till dig får jag tillbaka tusenfalt.

Du är Naturen.

Av dig är jag buren.

75.

Jag kommer att snubbla och ramla.
Jag kommer att skratta och gråta.
Men tro mig, jag kommer alltid att försöka.
Jag kommer att växa som en blomma under himmelen.
Som en blomma under himmelen.

Jag kommer att leva och dö.
Jag kommer att födas på nytt.
Fri från sorg, fri från skuld.
Som densamme, men inte densamme.
Jag kommer att växa som en blomma under himmelen.
Som en blomma under himmelen.

Farväl Moder.
Farväl Fader.
För evigt i mitt hjärta.

Någonstans i tystnaden.
Någonstans bortom horisonten.
Någonstans bland stjärnorna.

Farväl Moder.
Farväl Fader.
För evigt i mitt hjärta.

76.

Kanske det inte finns någon början.
Kanske det inte finns något slut.
Kanske allt handlar om tiden och energin som vi lånar.
Från ingen. Bara för att bli någon.
Vi lever och vi söker.
Likt fåglar flyger vi.
Ett liv. Ett sista andetag.

Kanske det inte finns någon början.
Kanske det inte finns något slut.
Kanske allt handlar om tiden och energin som vi spenderar.
På någon. Bara för att bli ingen.
Vi lever och vi frodas.
Vi vissnar och vi dör.
Ett liv. Ett sista andetag.
Ut i Evigheten.

77.

Du är liv.

Liv är ett mirakel.

Ett mirakel är utan gränser.

78.

Må vägen du vandrar leda dig dit ditt hjärta vill att du ska gå.
Det är en väg som leder dig hem.

Må vi människor återigen bli ett med Naturen.
Må vi tillåta oss att hänföras av dess skönhet.
Må vi springa barfota över ängarna.
Må vi dansa med vinden.
Må vi drömma oss bort till fåglars sång.
Må vi stanna upp ibland och bara andas.
Må vi ta oss tid att njuta.

Vet om att du är född fri att bli precis den du vill bli.
Det nyfödda barnet bor fortfarande inom dig.
Dess eviga visdom väntar på dig i ditt hjärta.
Alltid där för dig.

Må du som läser dessa ord finna lycka och frid på din resa
genom livet.
Må du göra det till en vana att se igenom dina tankar, ty det
är våra tankar som gör oss blinda.
Låt dem passera likt moln på en himmel.
Vet om att bakom molnen skiner alltid Solen.
Och Solen älskar dig. Villkorslöst.
Låt dess ljus fylla hela ditt väsen.
Känn hur det flödar genom din kropp.
Det pulserar.
Tillåt dig att verkligen bli ett med Solens ljus.
Ljuset är du.

Våga välja att leva och verka utifrån ljuset inom dig.
Vet om att du är buren.
Vet om att du är älskad.

Lev gott och gör gott.
Varje dag.
Vad det innebär för dig vet endast du.

Var den förändring som du önskar åt denna värld.
Vet om att du är fri att välja vilken väg som är din.

Må du vandra i ljus, min vän.
Likt blommor växer vi under himmelen.

Slutord

Jag vill tacka dig för att du har tagit dig tid att läsa denna bok. Det är mig en stor ära att ha fått ta del av din uppmärksamhet.

Känner du, liksom jag, att vi människor kan och borde göra mer för Naturen än vad vi gör i dag? Om ja, känn dig då fri att engagera dig. Var en del av lösningen. För att förändra världen utanför oss behöver vi först förändra oss själva och hur vi lever våra liv. Läs på och hitta dina hjärtefrågor. Våga välja att ge av vad du har. Det finns många fina välgörenhetsorganisationer där ute som gör verklig skillnad för den här planeten. Här nedan finner du två av mina favoriter:

Plantera träd och motverka den globala uppvärmningen via:

www.viskogen.se

Skydda utrotningshotade djur och Naturen som helhet via:

www.wwf.se

Varje gåva, stor som liten, spelar roll. Låt oss lösa de problem som vi människor har skapat. Det är möjligt om vi verkligen bestämmer oss för det. Ett litet steg i taget. Hand i hand. Tillsammans.

Med kärlek,
Richard Gavette

Upptäck mer av Richard Gavette...

Ta del av Richards övriga böcker på:

www.richardgavette.se

För att lyssna på hans musik, sök
efter Richard Gavette på:

www.youtube.com

Utforska hans poesi på:

www.soundcloud.com/richardgavette



Kärleken är Richards andra bok. Den är en ödmjuk hyllning till Kärleken och dess storslagna kraft.

Det spelar ingen roll hur mycket oro, stress och rädsla vi må uppleva med våra mänskliga kroppar. Kärleken finns där för oss hela tiden. Större än allt det andra.

Boken påminner läsaren om det ljus och den värme som bor inom oss alla.



De stora frågornas lilla bok är en annorlunda bok. Som titeln avslöjar består boken av frågor som läsaren ställer till sig själv och därefter besvarar.

Frågornas kraft bör ej underskattas. Likt nycklar låser de upp dörrarna till våra inre rum.

Boken är ett praktiskt verktyg och hjälper läsaren att lära känna sig själv ännu bättre.



Från en svunnen tid är en poetisk berättelse om en fattig bonde som en gång i tiden levde i ett land plågat av krig, svält och orättvisor.

Han var en drömmare.

Han var en sökare.

Han följde sitt hjärta.



Naturen är både vår Moder och Fader.
Den har givit oss allt som vi har.
Ändå tar vi människor den väldigt ofta för given.
Faktum är att vi misshandlar den.
Vi förstör den.
Varje dag. Bara genom att leva som vi gör.

Måste det verkligen vara så?

Den här boken är mitt försök att skildra Naturen,
människan och samspelet dem emellan.

Richard Gavette är entreprenör, låtskrivare och författare.
Han skriver och skapar i samverkan med tystnaden.



9 789189 335202