

Maskros

Som en maskrosstjälk genom asfalten
kommer jag med kraft mot solen
Som en maskrosstjälk genom asfalten
kommer jag med kraft mot solen
Och jag längtar efter ljus.
Jag vill va i detta ljus
Och jag suger åt mig ljus i min tomma stjälk

Som en maskrosstjälk både stark och tom
kommer jag med kraft till solen
Som en maskrosstjälk både stark och tom
kommer jag med kraft till solen
Och jag längtar efter ljus.
Jag vill va i detta ljus
Och jag klär mig så att jag ser ut som solen

Som en maskrosblomma i asfalten
strålar jag i färg som solen
Som en maskrosblomma i asfalten
strålar jag i färg som solen
Och jag längtar efter ljus.
Jag vill va i detta ljus
Jag vill vara som en sol på jorden

Som en maskrosstjälk genom asfalten
både stark och tom och solig
Som en maskrosstjälk genom asfalten
både stark och tom och solig
Jag har längtat efter ljus
Och nu lever jag i ljus
Jag är fylld av solens ljus
Och jag sprider solens ljus
Ja jag är solens ljus

Nu

Jag har provat att stanna
Jag har provat att vara helt stilla i mig själv
Det har hänt att jag lyckats
Och den korta sekunden ser jag livet som det är
Då lägger sig allt bruset
Och tystnaden blir djup
Då känns det som att allting
Är helt rätt som det är

Nu är den stunden jag verkligen har
Det är det enda jag vet
Det som jag upplever just här och nu
Är allt i världen som finns

Ganska ofta så glömmer jag
Och jag börjar att göra massa saker överallt
Plötsligt tror jag att görandet
Är så viktigt att stunden kan få glömmas och dö bort
Men då tappar jag kontakten
Med det levande i mig
En meningslöshet växer
Tills jag fattar igen

Nu är den stunden jag verkligen har
Det är det enda jag vet
Det som jag upplever just här och nu
Är allt i världen som finns

Existera utan att prestera

“Göra något” säger han och hon och du och alla att man ska
“Göra något” säger han och hon och du och alla, ska just jag?
Jag undrar varför kan det inte räcka som det är?
Att bara finnas till nu och här
Jag vill känna att jag får existera
Utan att prestera
Det är mitt liv

“Skynda på nu” säger han och hon och du och alla, att man ska
“Skynda på nu” säger han och hon och du och alla, ska just jag?
Jag undrar varför kan det inte räcka som det är?
Att bara finnas till nu och här
Jag vill känna att jag får existera
Utan att prestera
Det är mitt liv

Vi hör ihop

Vi hör ihop
Vi är tillsammans
Vi lever på samma jord
Vi går bredvid varandra
Vi går framför varandra
Vi trampar på varandra
Vi glömmer sanningen

Vi hör ihop
Vi är tillsammans
Vi lever på samma jord
Vi retar gärna upp oss
Vi blir riktigt arga
Vi får lust att hämnas
Vi glömmer sanningen
Vi hör ihop
Vi är tillsammans

Vi lever på samma jord

Du är bra

Du är bra
Du är tillräckligt bra idag
Du älskar dig själv
Du älskar ditt liv
Du älskar dig själv som du är idag
Och du förtjänar allt det bästa
Som livet har att ge
Och du litar tryggt på livsprocessen nu

Jag är bra
Jag är tillräckligt bra idag
Jag älskar mig själv
Jag älskar mitt liv
Jag älskar mig själv som Jag är idag
Och jag förtjänar allt det bästa
Som livet har att ge
Och jag litar tryggt på livsprocessen nu

Vi är bra
Vi är tillräckligt bra idag
Vi älskar varann
Vi älskar vårt liv
Vi älskar varann som vi är idag
Och vi förtjänar allt det bästa
Som livet har att ge
Och vi litar tryggt på livsprocessen nu
Vi är bra