

Publicerad 2017-10-16 17:44 av Missbruksbarn

Dagbokshallucinationer

Jag har gjort det igen - vaknade upp
invalidiserad - till den grad att det var
ansträngande att vara vaken - hur
hamnar jag alltid här i samma soffa
mentalt avtrubbad - med lutande
talförmåga tack vare alla piller? - det har
varit en storm i mitt undermedvetna så
länge jag kan minnas - det börjar alltid
med en sjunkande känsla i magen på
morgonen när jag vaknar och efter det
så är det ingen idé att kämpa emot - det
känns ibland som att jag inte kan formulera
mina tankar korrekt eftersom att min kropp
inte lyder mig - det känns som att det sitter
någon annan och talar inuti mitt huvud -
är de där tankarna verkligen mina egna? -
ibland så blir jag rädd för hur mycket jag
tänker - det är inte mitt fel att jag inte vill
tänka på meningslösa saker -

- jag vaknade upp och det låg knivar i
mitt badkar - det stod en flaska gin
på handfatskanten och jag låg i dvala i sängen
med blod över mina ben - jag hade gjort
det igen - jag lovade mamma att aldrig göra det
igen men jag kan inte förstå hur jag inte
förtjänar det - för att min själ luktar fränt
av alla tveksamma saker som jag har gjort -
ibland så är jag rädd för att jag skall göra
någonting riktigt allvarligt mot mig själv -
det skulle inte förvåna mig -

- "har du en cigarett över?" okej, jag hittar väl
andra sätt att förstöra mig själv på! - det som
nästan gör mig mest besviken är att jag aldrig
tycks lära mig - jag gör om det om och om och
om igen - jag är inte unik på det sättet -
just nu så känns det bäst att konversera
med rösten som läser upp mina tankar -

men jag vill inte göra den här kontakten
för familjär ifall rösten en dag faller utom
min kontroll -

- det springer ibland strimmor av färg över
väggarna - jag vet att de inte borde vara
där och när jag blinkar så försvinner de igen
- men jag måste blinka fler och fler gånger för
att de skall försvinna - jag svär på att
mina drömmar kan tala med mig för
de säger så mycket som jag inte visste
om - ibland är mina drömmar så
verklighetstroga att jag börjar tveka
på vad som är minne och vad som är
dröm - det är dumt att försöka stilla
dessa tanka med marijuana men samtidigt
så är jag en sådan som aldrig lär mig -

- jag kommer aldrig våga publicera det här
- det är ren mental återhämtning - tänk
om mina föräldrar förstod hur illa därän
har har blivit - ibland så gör det ont att
tänka på vad de skulle säga om de såg
mig just nu.

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren Missbruksbarn med Poeter.se id #87339 innehar upphovsrätten