

Publicerad 2022-05-07 23:25 av Sandra Jakobsson

Traumats trygghet

Samma sak

om och om igen

Inget nytt

Bara upprepningar

Tills tristessen

Moler

som en dov värk inuti.

Jag vill ha trygghet

Inga mer ångestfyllda nätter

Ingen mer smärta

Risk

Eller utsatthet

Full kontroll

Hela tiden veta vad som kommer

Att hända.

Repetition

Om och

om och

om igen

Orden jag redan hört

Känslan jag redan känt

Allt jag redan sett

Inget mer

Bara det som är.

Lugn,

Stabilitet och

Vila

Inga lurande faror

Eller hemska överraskningar

Det inrutade vardagslivet

Tick, tack

Tick, tack.

Ändå är det just det

som svälter min själ

som stryper luften till

mina lungor

som sakta drar livet

ur mitt blod.

Ändå är det just det

Som gör att jag blöder

Att blodet stilla rinner

Under hjärtats dörr

Ner längs min rygg

Ner på marken

Till en djup pöl

Ett kletigt mörker

Där livskraften tar kippande andetag

För att strax torka ut.

Ändå är det precis det

Det jag behöver för att överleva

Alla trauman

Som gör

att jag dör.

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren Sandra Jakobsson med Poeter.se id #231248 innehar upphovsrätten