

Publicerad 2013-05-15 23:15 av Peo Sjöstedt

diagnos depression

När man inte är förberedd

Plötsligt det smäll på insidan blev Jag kall, mina tårar börja rinna och jag ville helst av allt försvinna.

Satt på stolen i mitt kontor paralyserad av skräck allt förnuft var väck.

Famlar efter luren för att ringa om hjälp, möter en mekanisk röst som inte kan ge mig tröst.

Sekunder känns som evighetsstunder, var finns min tröst har så förbannat ont i mitt bröst, paniken och dom inre skriken tar över inte vad jag nu behöver.

Jag som är så effektiv och rationell inte ska väl jag åka på en sån här smäll, det händer dom andra som inte verkligheten kan behandla.

Jag hamnade på ett hem för nervsvaga kändes som jag lika gärna kunnat taga mig av daga.

Men efter veckor av kamp mestadels i total kramp såg jag dom andra som också i korridoren vandra.

Möttes av en personal så varm och fin som hjälpte mig ur mina kval, lossade på mitt skal och hittade en liten person som var skral.

Med hjälp av deras förståelse kunde jag släppa min förebråelse leta efter svar och bygga upp det lilla som var kvar.

Varje morgon jag vaknar lätt i sinnet kommer dessa fantastiska människor tillbaka i minnet.

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren Peo Sjöstedt med Poeter.se id #44580 innehar upphovsrätten