

Publicerad 2023-03-15 21:25 av morningbell

Hjärndött

Höstfärgerna har ersatt allt det gröna. De flesta löven ligger på marken. Och jag letar löv för att inte tänka på det oundvikliga.

Jag ägnar mig åt beteendeaktivering. Beteendeaktivering betyder att du ska göra saker även om du vet att allt är över för din del. Min psykolog drillar mig stenhårt i det här. Självt kallar jag det hjärndött. Göra utan att tänka. Aktiveras.

Det leder till märkliga krockar i mitt inre. Jag tar en kort promenad till affären. Köper ett bröd för jag ska äta mackor till lunch. Går hem från affären med brödet i handen. Och jag vet att livet är slut. Det har inte förändrats. Det finns ingen räddning. Inga möjligheter. Det är fortfarande över för min del. Men jag går med ett bröd i handen. Jag kom ut idag med.

Och nu ska jag äta brödet jag har i handen.

Jag säger hjärndött till min psykolog.

Bokstaverar. H J Ä R N D Ö T T.

Den definitionen verkar han också godta.

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren morningbell med Poeter.se id #232536 innehar upphovsrätten