

Publicerad 2020-07-22 09:00 av den nakna poeten

Tankar efter morgonpromenad

Jag sätter mig i soffstolen efter min morgonpromenad,

och jag känner hur jag faller in i ett försvinnande lugn

och harmoni, alla spänningar och stress försvinner,

fysiskt och mentalt, jag somnar nästan.

Lugnet faller på som ett täcke över mina känslor,

tystnaden är här för att stanna en stund, tills jag

är redo att ta tag i min vardag,

den kommer att vara stressig och ta fram min

frustration, från dagens sysslor och minnen

som plågar mig från det förflutna,

dränkt i sorg och smärta.

Men det som gör att man orkar

är glädjen som lyser igenom ibland

den gör att man orkar fortsätta sin kamp,

för livet som jag lever nu när jag ser och

upplever allt, vilket jag inte gjorde förut, då bedövade

jag mig själv, förträngde och flydde verkligheten,

för jag var rädd för den och orkade inte se konsekvenserna.

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren den nakna poeten med Poeter.se id #44999 innehar upphovsrätten