

Publicerad 2009-02-04 14:52 av Måna N. Berger

Efteråtet, den 4 februari kl. 14:49

Rehabiliteringsplan för vegeaterande pensionärer.

Långsamt, mycket långsamt, söker sig dagarna och nätterna andra tidsfårar att sippra igenom, och tiden rinner, allt snabbare. Ibland stannar jag upp och måste gripa tag i mig själv för att komma ihåg: det är så här nu.

Jag har gjort mitt.

Jag är fri, med rätt att vara det.

Ibland går jag in och jobbar extra, som timanställd. Det är också på ett annat sätt. Vad som förr varit plikt och inrutat schema är nu ett frivilligt extraknäck och en kontakt med den värld som varit min. Jag hade fruktat att det skulle kännas underligt att komma dit och ringa på dörren för att bli insläppt, men det gör det inte. Det är bara en bekräftelse på det nya i min situation.

Fortfarande, efter en månad, har jag svårt att sova på nätterna och ligger gärna kvar i sängen hela förmiddagen. Det måste bli ändring på det, säger jag - eller mitt sociala samvete rättare sagt - och andra. Jag skisserar en rehabiliteringsplan för en avlägsen framtid, osagt om jag någonsin kommer att sätta den i verket, men den ger mig frisedel från samvetet för stunden.

Rehabiliteringsplan (A) för vegeaterande pensionärer:

1. Sätta väckarklockan på ringning senast åtta på morgonen.
2. Borsta tänderna och klä på mig, sedan snabbt ut i skogen på en träningsrunda.
3. Frukost.
4. Begränsa tiden vid datorn (i varje fall slöhängandet där med Tai Pei)
5. Uppsöka gymmet ett par gånger i veckan
6. Ställa mig rätt framför staffliet och måla, minst lika ofta.
7. Gå och lägga mig senast midnatt - och sova!

Plan B:

1. Acceptera att jag är som jag är.
2. Måla på nätterna när jag ändå inte kan sova
3. Låta mig lockas ut i skogen av vårljus och fågelkvitter och ströva i maklig takt på stigarna, njuta!

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren Måna N. Berger med Poeter.se id #7470 innehar upphovsrätten