

# Se det ljusa

När jag ligger vaken för att jag har ont i kroppen, har mycket att tänka på eller helt enkelt för att jag inte somnar – under dom nätterna kan jag verkligen undra om det är nån idé med allt vi gör?

Det är söndag natt och dom flesta räkningar är betalda. Någon efterslänrare som har datum för dragning i mitten av månaden. Jag har aldrig varit förmögen fastän många runtomkring mig trott och pratat om det. Mina föräldrars rikedomar är ju inte mina. Mina föräldrar lever och mår bra.

När jag får sådana mörka tankar som vi alla har någon gång om att – är det värt det? kommer jag jämt till ett likadant svar: *ja det är så värt det!*

Även dom dagar då jag har så ont. Känner mig så maktlös. Känner mig dålig som mamma. Har ångest. Inte vill gå ut. Och min hjärna gör precis allt för att jag ska stanna i denna sinnesstämning på grund av att min beroendesjukdom börjar vakna till. Då är jag själv min värsta fiende. Men jag har alltid rest mig. Sakta ibland, men ljuset har alltid kommit tillbaka i mina ögon.

När det är mörkt gör jag precis allt jag kan för att se det positiva. Och det jag byggt själv faktiskt byggt upp från precis noll, det släpper jag inte bara sådär. Nej det finns inte på kartan.

Mina fina relationer som jag har, till väldigt få kan väl tyckas, men dom är stundtals mina livlinor. Och för det älskar jag och har en enorm respekt för dessa människor.

För livet är inte enkelt. Ingen har sagt att det skulle vara det. Men vi är så bra på att glömma allt det där fina, roliga, skratten, vännerna och våra familjer.

När du vågar släppa taget om att vara rädd för att bli sårad eller lämnad då öppnas en helt annan värld. Och även fastän det ej tar bort det där "mörka" kommer ditt liv att förändras så mycket och ge dig en ny kraft.

Jag vet att det låter som en kliché men stanna upp för f-n ibland och titta på vad du faktiskt har i ditt liv. När du gjort det kommer så mycket att kännas annorlunda.

Vi är alla så värdefulla. Värda det allra bästa! Och hur vi än levt våra liv, finns allt det fina kvar. Det försvinner inte. Lämna aldrig sin plats bredvid mig eller dig.