

KRONIKER

Af Jimmy T. Knudsen

Udgivet af **FAKS** 

Pårørende hverdagspoesi

Hverdagen. Den glade. Den fantastiske. Den hårde. Den urimelige. Hverdage er ikke bare dem, der er flest af – de er også kernen i dit liv. Kernen i den, du er.

Et af vores medlemmer har med denne samling af poetiske hverdags-tekster givet os et unikt indblik i en hverdag som pårørende til en kæreste med kroniske smerter.

Vinklen er personlig og kredser om følelser og tanker fra hverdage, der både varmer, glæder og spænder ben. Vi udgiver teksterne for at hylde og anerkende de naturlige og helt legale følelser og tanker. Og, måske vigtigst af alt, så andre pårørende også kan se, at de ikke er alene.



Før du starter...

Inspirationen til denne lille tekstsamling kommer fra min kæreste, som fik til opgave at skrive om hendes dage med kroniske ryg- og lændesmerter, da hun var tilknyttet smerteklinikken i Grindsted. Hun skulle i sine daglige notater beskrive, hvordan hun oplevede smerterne og placere dem på en smerteskala fra 1-10.

Ud fra denne dokumentationsøvelse tænkte jeg at prøve det samme, men fra min vinkel som pårørende til en kroniker. Det er vigtigt for mig at pointere, at jeg på ingen måde prøver at gøre mig selv til offer. Vi har det godt sammen. Vi er begge i starten af 30'erne og har hele livet foran os, men som det er med så mange andre, der lever en hverdag med kroniske smerter, ved man, at der er gode og dårlige dage. Det er dem, jeg prøver at beskrive.

God fornøjelse

Jimmy T. Knudsen

NØGEN

De beder dig om at blotte dig.
Du er ikke stolt af det du kan tilbyde,
så du skammer dig.
De kigger på dig,
vurderer dig,
fortæller dig om hvad de ser.
Du bliver ked af det.
Du snakker med mange.
Alle har en mening.
Du tager tøjet på igen,
og fortsætter i uvished.

DIN VEJ

Alle vælger vi en vej.

Du valgte din.

Nogle følger en vej, stopper op og finder tilbage.

Andre stopper op, kigger tilbage, men fortsætter frem.

Ufrivilligt skiftede din vej spor.

Jeg følger dit spor på en sideløbende bane.

Min vej er flad og nem at gå.

Din vej er humpet med store sten og stigninger.

Vejret er gråt, det har blæst mange dage,
men vi fortsætter i modvinden.

Jeg guider dig, du træder varsomt.

Vi følges side om side.

SMERTENS SPROG

Smerten taler sit eget sprog.
Nogen vil gerne forstå og forsøger at oversætte.
Andre tror de forstår, og lader som om.
Nogen lærer hurtigt sproget.
Andre har sproget som modersmål.

Du lærte hurtigt sprogets tunge.
Nu forstår jeg ikke altid hvad du siger,
så du prøver at oversætte,
og jeg forsøger at forstå.

DE SMÅ TING

På en god dag er der lykke.

Lykke i de små ting.

Kaffe og kage.

En gåtur.

Lykke i håbet.

Krydsede fingre.

Drømme og forventninger.

Som alt sammen vender,

dagen efter.

EN ANDEN

Jeg kendte dig engang,
nu kender jeg en anden.
Vidt forskellige,
men minder om hinanden.
Jeg byttede lyst og hyggelige timer,
med sagsbehandling, hovedpiner.
Du bestemte ikke selv hvordan det sku' gå,
nu leder du efter hylden, hvor du skal stå.
Jeg kender dig stadig, og ved at jeg bliver,
sikker i viljen, som jeg sidder og skriver.

STILLE FORTVIVELSE

Du kører afsted.

Afsted mod ukendt land.

Anne Linnet synger fortrøstningsfuldt for dig, mens du venter
din dom, deres dom.

Stille.

"Hvad tænker de om mig?"

Tankerne larmer i bilen som kører på automatikken.

Hvad vil de sige, og hvad skal der ske?

Håbet holder dig på vejen.

Du kører afsted.

Stille.

ET ANDET STED

Nogle dage er du blot en skygge af dig selv.
Begravet i fortvivelse og melankoli,
Med triste øjne og et stille sind,
Et sted hvor jeg ikke kan trænge ind.

Og selvom jeg leder, og jagter din skygge,
flygter du i drømmen med stille sind,
for der er nemmere at være,
et sted hvor jeg ikke kan trænge ind.

Drømme skal være, og drømme skal til,
Drømme om bedre, hvis livet det vil.
Jeg banker på din dør, til du åbner dit sind.
Indtil da vil jeg vente, til du lukker mig ind.

ROSÉ OG JORDBÆR

Jeg glæder mig til du kommer hjem,
så skal du have en masse kys!
Jeg fortæller dig ofte, at du ikke ved hvor glad jeg er ved dig.
Du siger, at du ikke forstår mig.

Nu kommer du snart hjem,
du må være lige på trapperne.
Nu skal vi hygge os!
Jeg har købt rosé og jordbær.

- "Hej, skat!"
- "Hej, skat. Jeg går op og lægger mig."

DISNEYFILM

Vi ser Disneyfilm.

Det gør dig glad.

Disneyfilm er så lige til og uproblematiske.

Vi ved det ender godt – det er måske derfor vi ser dem.

Skurken bliver sat på plads og smerten forsvinder.

Sådan er det bare ikke her i stuen, for du har stadig dine daglige smerter, men det snakker vi ikke om – lige nu.

Vores liv er ingen Disneyfilm.

Men nu spiller vores film, vi håber det ender godt.

HVEM VI HAVDE VÆRET

Nogle gange tænker jeg på, hvem vi var, uden dine smerter.
Uden så mange bekymringer, fortvivlelse og meningsløshed.
Vi havde kørt derudaf, frie og uden bremse.
Uden at tage hensyn, men bare gøre ét for at opleve noget andet.

... Men sådan er vi ikke...

Nogle gange tænker jeg på, hvem vi var, uden dine smerter.
Måske var vi ikke nær så tætte og afhængige?
Måske havde jeg aldrig kendt den fighter,
du har vist dig at være og som bor i din vilje.
Måske havde du ikke vist mig den skrøbelighed der findes i dig, i
os alle og som har lært mig at glædes ved de små ting i hverdagen.

Måske er det alligevel godt, at vi er blevet dem vi er?

Måske.

SKYGGETYV

Smerten kommer listende som en tyv,
stjæler dit gode humør og efterlader dig grå og trist.
Som en skygge, altid ved din side, som du ikke kan få ram på.
Som lige kommer og markerer, og minder dig om, at du ikke kan
undslippe, som en fange i et fængsel på livstid.
Det er umenneskeligt, men du har accepteret din dom.
Du lever dit liv med et vilkår, der knækker nogen,
men du er ikke nogen.
Du prøver at samle brikkerne,
og finder af og til en mening i det meningsløse.
Den mening udløser en drøm og et håb.
Dem deler vi sammen.

VILDE HESTE

Uanset om du står, sidder eller ligger fortæller smerten,
at vi burde lade være.

Nogle gange ignorerer du den, men kun for en stund.
For så kommer den tilbage, galoperende som 10 vilde heste,
løber dig over, som havde du fortjent det ved din ulydighed.

Herfra stopper vi... Brat.

STORBYFERIE

I London er der mange seværdigheder.

Vi er her, og vi føler os heldige.

Vi er her. Sammen.

Fantastisk.

Regnen kommer og går som det passer den.

Vi adopterer hurtigt byens puls.

Jeg har hørt om London Tower, den vil jeg rigtig gerne opleve.

Du forstår mig godt, så vi drager afsted.

Undergrunden fragter os under de menneskefyldte gader.

Det larmer, men de fleste synes at nyde blot

at kunne sidde for sig selv.

Så mange indtryk.
Så mange forskellige skæbner.
Vi kommer op fra undergrunden.
Vi går et stykke.
Området er fuld af turister med samme formål.

- "SE! Det er lige der skat."
- "Du må gerne gå ind, jeg skal nok vente lige her."

...

Vi tager hjem igen.

NÅR DU SOVER

Du er så sød når du sover.

Du vender dig ofte og kommer med små lyde.

Jeg håber du drømmer noget sødt.

Noget sødt, så du glemmer det du slås med.

Så du er sendt afsted, i en anden tid, i et andet rum,
hvor der ikke er fokus på alt det, du ikke kan.

Jeg håber du drømmer at vi løber en lang tur,
eller går storbygader tynde.

Måske bare noget ganske ubetydeligt.

Jeg håber du sover godt,
ellers er jeg lige her ved din side.

Du er så sød når du sover.

VIRKELIG FANTASI

Vi blev båret af forelskelsens vinger.
Nu er vi landet i den virkelige verden.
Nogle gange virker det som en fantasiverden,
for det er så langt fra, hvad vi havde forestillet os.
Men her er nu meget rart, langt det meste af tiden.
Selvom vi altid har været her, synes alting så nyt.
Vi må bare lære, at der ikke er langt fra fantasi til virkelighed.

HENSYN

Ofte ønsker vi, at smerterne ville gå på flexetid.
Bare så du havde én eller to dage i ugen,
hvor du ikke skulle tage noget hensyn,
eller tænke på, om du nu fik ondt.

Du har taget hensyn til dem, siden jeg lærte dig at kende.
Kunne smerterne ikke tage hensyn,
bare én enkelt dag eller to?
Jeg forstår godt du bliver træt.

... Det gør jeg også...

GODE VENNER

Du har dine gode venner.
De er vigtige.
De siger ikke meget,
men de lytter
til din tale.
Når du har brug for det.
Så ka' du få luft,
de er et frisk pust.
Som en treo i din hovedpine.
De følger med dig,
selvom de ikke helt ved hvordan du føler.
Du har dine gode venner.
De er vigtige.

MUSIKKEN

Jeg tager en svingom med støvsugeren, mens jeg lytter til klagesagen; "Nu-har-du-igen-stillet-gryderne-forkert", fra albummet "Sure Opstød vol. 9."

Det album er ikke lige mig.

Til gengæld så har vi også albummet.

"Søde Melodier"

Det er min yndlingsplade, og jeg ved at det er den du også bedst selv kan lide.

Jeg kan se et mønster.

Albummet med de sure opstød bliver
afspillet på dage hvor du har ekstra ondt.
Så er det svært at lytte til mine søde melodier.
Når stormen har lagt sig, spiller vi en stille sang,
for det tager på kræfterne at have ondt.

Vi har alle musik til forskellige dage,
og det skal vi ikke lave om på.
I hvert fald ikke os.

DINE ØJNE

Når jeg ser dig i øjnene,
ser jeg ind i viljens stædighed,
ind i tusind skuffelsers genoprejsning,
som i en genvunden selvtillid har accepteret,
at alt ikke blev som du ville det.

Den ild så jeg ikke, da jeg lærte dig at kende,
der var noget andet, noget dragende,
men som du stadig har,
når jeg ser dig i øjnene.

ISEN

Du elsker at hoppe rundt på dine knivskarpe klinger.
Fri og ubekymret i øjeblikket,
med andre tanker,
klædt i pailletter,
som en prinsesse på is.
Tiden står stille.
Her er koldt.
Det varme åndedrag forsvinder i kulden.

Du ønsker øjeblikket måtte vare for evigt, lige nu,
men det gør det ikke.
Nu var du ellers lige så glad, så fri.
Intet varer for evigt, siger de,
men de har aldrig haft kroniske smerter.
Her er koldt.
Det varme åndedrag forsvinder i kulden.

FARET VILD

Du har viklet dig ind,
bundet knuder,
faret vild,
fanget i tråde der strammer,
hvor kom du fra?
Du ved ikke hvordan du kommer videre.
Hvad skal alt dette ende med?
Det er sværere end du troede.
Pludselig stopper du op.

- "Jeg hækler videre i morgen."

FANTASTISK

Kroppen er fantastisk.

Den kan hele egne sår.

Skabe nyt liv i en forenet gensammensætning.

Producere hår og negle og bekæmpe infektioner.

Skabe antistoffer, skille sig af med bakterier,

sende signaler i systemer, kroppen rundt.

- "Men hvad med kroniske smerter?"

- "Nej, det må de sgu selv finde ud af!"

Kroppen er fantastisk.

HAVEN

Blomsterne slår rødder.
Springer ud og breder sig.
Gør plads til andre.
Står fast i modvinden.
Bringer slægten videre.
Forfalder stille og dør.
Så nyt liv kan komme til.

Præcis som vi skal.

PLANER

Smerten

dræber humøret.

Humøret der skulle bære dig gennem dagen.

Dagen der skulle have været speciel,
speciel fordi du havde planer.

Planer om at opleve.

Opleve andet end
smerten.

SNAKKE, SNAKKE

Vi gider ikke snakke om smerter,
på job,
til andre,
derhjemme,
hos vennerne,
over maden,
til træneren,
til svigerforældrene,
på spørgeark,
til fremmede.
Vi gider ikke snakke om smerter.

"GOD" MORGEN

Fuglesang.
Varme dyner.
Aen på ryggen.
Planer for dagen,
Den rette temperatur.
Snakken om en drøm.
Hovedbundsmassage.
Morgenmad på sengen.

Er bare ikke det samme,
når du vågner op og har ondt.

SIGER

Han siger, "har du prøvet, at...?"

Hun siger, "det virkede for mig, at..."

De siger, "man kunne også overveje, at..."

Du siger ikke meget.

Jeg siger gør det, som er bedst for dig.

BAGATELLER

Hverdagsbagateller gemmer de virkelige problemer,
bag reolen,
under gulvtæppet.
Prikker mig blidt på skulderen,
og minder mig om,
hvor godt vi har det.

APPELSIIN!

Du smiler,
fordi du skal,
sammen med familien.
Som et minde,
på fødselsdagen.
Minder er gode at have,
selv med påtagede smil.

LET PÅ TÅ

Du danser gennem stuen, let på tå.
Jeg smiler og observerer.
At du har ondt, kan jeg ik' forstå.
Men jeg kan lide hvad jeg ser.
I dag er en af de dage,
for ikke alle dage gør ondt.
Vi husker, når vi ser tilbage.
Jeg nyder hvert sekund.

SOMMERHUSET

Sommerferie i sommerhuset.

Vi kører rundt, ser en masse,
men hele tiden med foden ved bremsen,
for ligesom med bilen render du også tør for benzin.

Godt vi har mange dage til rådighed, så skal vi nok nå det hele.

Tænk hvis man kunne tanke nye kræfter,
som man fylder benzin på en bil.

I stedet tanker vi kræfter på terrassen,
i solen med et glas mousserende.

TOUR DE FRANCE

Dine dage kan være ren Tour de France – bare uden cykel.

Træt efter en lang dag smider du dig på sofaen.

Nu hviler resten af dagen på mine skuldre.

Klokken er 15.00.

Dagen efter agerer jeg hjælpe-rytter, og får dig i mål.

Andre dage er du flyvende, og jeg kan næsten ikke følge med.

Planer, gøremål og sport – lige indtil du rammer grænsen.

Dagen efter agerer jeg hjælpe-rytter, og får dig frem til mål.

En sprinter er ingenting, uden sin hjælpe-rytter.

SØNDAG

Søndag morgen,

Bauhaus,

Bilka,

Godnat!

NÅR DU FLYVER...

Nogle gange, når du flyver mellem mørke skyer,
bliver du bange for at lande,
for du kan ikke se din landingsbane,
og kender måske ikke stedet du lander.
Ude af kontrol må du lande så godt du kan,
håbe på det bedste,
indtil uvejret har lagt sig.
Så må du starte motoren op igen.
Jeg betragter ofte, når du kommer flyvende,
du er god til at styre.
Selvom det er hårdt.

Vi skal alle lande et sted.
Jeg håber du lander trygt, nemt, et sted du kender.

ALT BLIR' GODT

Du får så mange komplimenter,
ikke alle lukker du ind.
Du snakker om dine fejl og mangler,
mens jeg ær din kind.

Men jeg bliver ved,
for jeg håber og jeg tror,
at det trænger ind et sted,
"Du ser dejlig ud" og andre søde ord.

Jeg skriver mine tanker ned,
og håber på, at alt blir' godt.
Ofte får du den besked,
"Du klarer det hele super flot."

HELT VÆK – LIGE HER

Du sætter du dig ned.
Fokuser, stiller skarpt.
Helt væk – men lige her.

Ikke altid kan du se hvad du skal.
Kan ikke finde sammenhængen.
Lettere frustreret.
Stille.

Men pludseligt er det som om, at tingene giver mening.
Som om, at du kan se det store billede,
lidt efter lidt kan du se helheden.

Stille og roligt falder tingene på plads.
Du er godt tilfreds.
Vi ønsker det samme for livet,
godt du har dine puslespil.

DIGTE

Kroniske smerter er som komplicerede digte.
Nogle er ikke til at forstå og andre kan forstås på flere måder.
Man forstår dem tildeles, men fanger ikke altid meningen.
Det er muligt, at man ikke kan forklare hvordan de blev til.
Vi oplever dem vidt forskelligt.
Andre oplever dem slet ikke.





FAKS 

The logo for FAKS, featuring the word "FAKS" in a bold, sans-serif font. The letter "K" is stylized with a yellow and orange gradient. To the right of the text is a graphic element consisting of a white heart shape with a yellow and orange gradient fill.