

*Leva naket och fastnaglat vid livets träd
Så angav Simone Weil en gång vad hon fann vara väsentligt och eftersträvansvärt.
Man kan säga att hon törstade efter verklighet till varje pris
Och att hennes törst var så djup att hon tvangs att slita alla slöjor,
rensa bort allt synförvillande glitter, förkasta alla hemgjorda törst-gudar.
Vad återstod?
Nödvändigheten, sanningen, det hela som måste älskas tvärs igenom lidandet och det
upplevda onda, Gud.*

* Från baksidestexten till Tyngden och Nåden av Margit Abenius .

YOU MUST SIT DOWNE, SAYES LOVE, AND TASTE MY MEAT

Utdrag ur Smärtdagboken

Utdrag från min smärtdagbok som jag skrivit i sedan sommaren 2022, då min huvudvärk varit latent under flera månader. Jag började skriva den för att lära mig skala min smärta från 1-10, och lära mig formulera hur smärtan känns och var, för vårdpersonal, men den råkar innehålla mycket annan information, som ett slags läckage.

Huvudvärk. I sådana stunder: smärtan blir mindre om jag projicerar den ut i universum, men universum blir förändrat. Väl återförd på samma plats blir smärtan häftigare, men någonting inom mig lider inte och förblir i beröring med ett universum som inte är förändrat. På samma sätt bör man handskas med lidelserna. Tvinga ner dem, bringa dem åter till utgångspunkten och inte bry sig om dem vidare. Behandla särskilt alla smärtor så. Hindra dem från att komma tingen nära.

Simone Weil, Tyngden och nåden.

3 April

igår när jag kom hem klockan 20 så hade jag ont, en krampaktig stel smärta, som känns som att något inom mig torkat och när jag rör mig knäcks, det faller blod-flagnar. illamåendet stiger med smärtan som kommer i skov, det går från 4-5 till 8 i grad. Det var den vänstra äggstocken denna gången. Jag var som förlamad, kunde inte resa mig från soffan. Ett som lamslående gift hade spridit sig. I ett sms beskrev jag mig själv som en sovande häst, så tung och främmande var verkligheten kroppen. Bly. Att vrida sig in och ut ur positioner.

Dörren var stängd och lampan släckt, rummet upplyst av två datorskärmar med Windows. Runt om i rummet finns olika inrullade maskiner, ett lågt arkivskåp med kodlås, det ligger sladdar och slangar på ett bord, det finns en diskhon. stolar utställda längs med väggarna och i mitten av rummet ligger jag på en ställbar bår på hjul som gnisslar, klädd i ett material som är lätt att tvätta av. Över dörren sitter klockan med

två visare, minuter och timmar. Varje minut rör sig den långa visaren ett hack och ger ifrån sig ett tickande ljud som jag till en början inte kunde lokalisera, jag blundade oftast.

Tortyrmaskinen

sedan trådarna virade fingrar, vira, vira, sakta, tråden genom strupen skaver, kliar rulla rulla ur dina händer trevar över mina, kalla under bordet. huden är lös över mina fingerben hud över hud över benknotor sammanlänkade smärteförmimmelsen då vi upplever vår kropp istället för världen. slussas tillbaka in i oss själva, i en stegrande eller avtagande smärta.

1 September

Vaknade utan huvudvärk, den kom efter 10 min

Det svider i vänster panna över ögonbrynet

Först gjorde det ont vid tinningarna

Jag har tidigare registrerat att mitt ansikte hänger ner på vänster sida, näsan mungipan och kinden till käken, hänger. När jag möter med en penna vågrätt över näsan och mungiporna är den vänstra näsvingen 3-5 mm under den högra och vänstra mungipan 3-5 mm under den högra. Värken nu 13.30 4-6 med lite yrsel 00:00 svagt brus i vänster öra som vind, andra dova ljud låter konstigt, emellanåt tjuter i örat. Ljudet låter som en vagn med hjul som dras över en ojämn, gropig yta.

Hade ingen känsel i armen, den ramlade ner över min överkropp, helt bortdomnad, det är läskigt när det blir så. Vänsterarm

15 September

vaknade på bra humör

halv nio huvudvärk 2

klockan 11 känsla av mensvärk

13 ännu huvudvärk 3 tog två alvedon

14, nere vid havet, åt ett äpple med skal, känsla av mensvärk, illamående steg, smärtan steg mot magsäcken, illamäendet gjorde mig yr, satt i strupen kräcktes 15, blev något bättre, väldigt smärtsamt att kräkas. sov till 16. finns godis hos min mamma, svårt att motstå

31 September

10.40 ont i magen och ryggslutet
Pulserar och funkar i slutet av ryggen
Känns bortdomnat spänner
Ska söka på hormonnivåerna vid ägglossning
Eftermiddag dåsig trött, yr, hjärndimma
Kan inte koncentrera mig på något
Ligger i ett mörkt rum
Sludrar

3 Oktober

Sov bra, 7 timmar
Inte mycket huvudvärk, ibland 2-3
Men långa stunder utan
Bättre känsla
Men ont i nedre delen av ryggen vänster sida
Svårt att gå, vågar inte träna men promenerade långt
23.30 det blåser högt i örat.
Äter ännu inget socker.

10 November

Smärtan i käkarna, spänd.
Menssmärta 3-4
Många menar att smärta är självförvållad, att vi väljer smärta. Det går att flytta smärtan. Den självvållande smärtan som en flykt, uppskjutna infektioner. Hos Ann pratade om tankarna, hur dessa tankar försätter mig i en slags spiral som jag sjunker ner i,

med mattkniven bit för bit, så som jag skinnar fisk men med huden mot mig. Jag lutade mig koncentrerat över det vänstra låret och skar först en kontur för att sedan skala bort huden genom att föra kniven flat från sida till sida och dra huden som lossnar från köttet uppåt i ett stadigt grepp.

14 Juli

Doktor penicillin
Sår / infektion i näsan
Böld på utsidan, ena näsvingen hård och blek
Den andra mjuk. Doktorn jämförde, kände på båda sidor
Stoppade upp en metallstång i näsan vid undersökningen, minns det inte men såg när han lade tången på det rullande bordet i rostfritt stål, han sa att de glömt lägga fram något att lägga den i, så han fick lägga den där utan att desinfektera. Han var disträ, jag försökte skämta med honom, låtsades att han inte skrämde mig, svävade på moln fyllda av skratt.

15 Juli

Mens typ slut
För hög volym vid inspelning
Tinnitus
Kvällen om barmhjärtigheten, Simones brev, svårigheter och faror. En lite bättre kväll.
Stannar vid tal, ord, smärtan.

16 Juli

Tinnitus
Nerkyld, simmade,
Febersymtom, dissociation, benen en stel död orm, hade förstora skor som stack upp under täcket, förstärkte överkligheten
Feberdröm när blundade glad ner, vilade ner hängandes över en kant
En man somnade i en pöl, ansiktet halvt i pölen, han skulle snart drunkna, påminde om min bror Anton, det var Anton i min kropp, samma kropp som min.

berättar som spökhistorier för mig själv. Vällar mig själv skada med dessa. Tänker sedan att det är möjligt att tänka sig in i tillstånd, föreställa sig och bli ett och direkt kopplad med denna föreställning, Som Marilyn i Blonde när hon börjar känna och vara sina rollkaraktärer, en inlevelseförmåga. Den inlevelseförmågan är också nära men inte samma som empati.

4 December

Mens kom
På natten ont
Naproxen Alvedon ipren

28 December

Mår illa men har några uppehåll, försöker vänja mig vid hur det känns när jag inte äter hela tiden eftersom ätandet verkar ha en negativ effekt på mig. Klockan 15 började jag förlora kontakten med mina rörelser, det kändes som armarna var spattiga och jag hade en mängd ryckningar, så som jag kan få när jag känner obehag. Vid fyra gäspade jag hela tiden, pratade osammanhängande, tog 1000 mg alvedon, det hjälpte mig inte. Gick hem tidigare från jobbet.
Martin ställde sig för nära när jag redan hade försökt att värja mig från Thomas hela dagen. Migrän anfall. äter glass det känns bra. Duschar huvudet i varmt vatten i säkert 40 minuter. Då slutar det göra ont. Tankarna och bilderna på Thomas rör sig i mitt huvud. Samtalet med J gjorde ont, jag grät, dödslängtan.

30 December

mensen kom
har knappt någon mensvärk

9 Januari

Inatt kunde inte somna, det brusade igen vänster öra, även på morgonen.
Jag drömde att jag skalade bort hud från översidan av vänstra låret med den mattkniven så att jag såg senor och muskler under, skärde konturer och skalade sedan bort

Frös mycket, stora skor fyllda med tyg, klabbigt tunt och immigt svett över hela kroppen.

15 Juli

Huvudvärk, dimmig, ont i nacke, sömn i ögonen och hjärnan. Som deg. Vädret klabbigt. Vi åker mot Mora, badkläder i bilen med fuktiga handdukar. Bär pyjamas har borstat håret. Ansiktet fryser, käkarna värker, tänker på behandlingarna i schweiz kurerarna, det har funnits i evigheter. Läser Nietzsches sjukdom. Simones sjukdom. Den enda starka är kanske Porete men hon fick brinna. Vi tar bort allt svagt hos oss, en gemensam exil.

13 Augusti

blod men inte så mycket smärta känns som en lättnad.
mörkröda klumpar och mörkrött blod.
badade i bastun, lyssnade på en meditation men i bröstet fanns en illvilja, svårigheter att föreställa mig goda saker, oro som var i vägen. kände mig stel i käkarna, värmen verkar inte kunna få dem att slappna av.
fylld av droppande svett. Mediterar för vitalitet, att resa mig upp ur, försöka dra upp mig själv. Igår fann jag mig själv liggandes, svårt att få mig att lämna uppgivenheten. Idag när jag mediterade registrerade jag hindret, platsen jag är på. Samtalet med Rafael igår fick mig att förstå att jag saknar kunskap, kunskapshål.
senaste åren har jag vikt mig för smärtan. Det är svårt att tvinga mig själv över gränsen, för att nå en form av ansträngning som överskrider smärtan.

23 Augusti

Arne säger att det är gulkroppshormon som ger kramper. Migrän, feber, illamående. Han säger att det verkar som att jag är känslig mot gulkroppshormon. Han skriver ut kombinerade p-piller till mig. Jag frågar honom om kramperna efter orgasm, han säger att livmodern och äggstockarna är en muskel, att de krampar efteråt och att det kan liksom bli överspänt, som vilken annan muskel som helst när man tränar. Försöker googla om gulkroppshormon kan ge migrän och illamående. Det låter så enkelt, men

progesteronet har dämpat all smärta, och illamåendet Tidigare var det feberliknande och orsakade ett illamående av allt som jag åt. Ägglossningsdagen hade jag illamående feber liknande symtom men inte de övriga dagarna då var det en huggande, krampaktig smärta som spänner i livmoder och äggstockar fram till mens. Jag ska börja ta de kombinerade p-pillerna första dagen av menscykeln.

24 Augusti
huvudvärk, migränkänningar, trötthet, spänningar.

25 Augusti
huvudvärk, migränliknande, stel i nacke och käkar

26 Augusti
ljusröd tunn blödning
Huvudvärk, trötthet, lättirriterad

27 Augusti
ännu blödning mörkröd, tunn men med mörkröda korniga prickar i.
har inte mensvärk, alltså kramp, jag antar att blodet är ägglossning.

28 Augusti
Blöder ännu

31 Augusti
Drack nästan en hel flaska vin själv
Var trött
Illamående, huvudvärk
hela dagen
Mådde illa av kakorna jag åt.
Två stycken mjuka fluffiga kakor
1 September

Blöder rikligt

25 September
Svart blod
Avtagande
Hade jättemycket problem med främlingskänsla i kroppen
Stickande ben och händer

26 September
Vaknar
Stabilare

30 September
Bygger hela förmiddagen
Blöder ännu, mörkbrun tunt blod
Mår ganska bra av att lyfta saker, jobba med kroppen
En sugande smärta i livmodern som sprider sig till benen, strålar

7 Oktober
18.00 Strålar i ländryggen, 3
23.00 När jag ska sova smärtan strålar i livmodern, strålar och suger 4

8 Oktober
11.08 Smärta i ländryggen 5
Strålar fram mot magen livmodern ner i slidan suger och svider 4
11.11 tog Naproxen 500mg eftersom smärtan blivit starkare låst och konstant
18 sugande smärta i livmoder igen, svider. Strålar ut mot ryggen. Tar Naproxen 500 mg

22 Oktober
Har mensvärk
Har blött igenom i 5 dagar

Blöder, det verkade tunnast ut lite igår men har blött mycket, men ganska jämt. Jag vet inte varför, en mellanblödning på 7 dagar.

Det brusar i öronen mycket
Har ont i tinningarna, käkarna

10 September
Kan inte gå ut ur det, det var helt lindat sig omkring mig, jag kan inte se. Smärtan som samtalet borrade sig in i är för stark och djup.
Det är psykologiskt, gammalt, måste bäras, förändras, bäras, öppnas upp, blöda. Min andning blir tung, trög och yrsel stiger mot huvudet och låser sig där som en spänning, en spänning som jag måste uppehålla mig vid. Det är dags att riva upp det, riva bort det, få det att försvinna så att jag kan vara, befinna mig.
Men sorgen väller fram inom mig tårar, ensamhet, isolering, känslan av att bli missförstådd, utnyttjad, män får göra si och så, men inte kvinnor. Som förhåller sig till blod genom den egna kroppen. Försöker finna en expert på kvinnor, som förstår kvinnor smärta, men det är inte han, inte han igår.

13 September
Arne undersökte ring när jag ligger på britsen
En halv brits eftersom benen ska vila i de två skenorna vid sidan om britsen. Undrar om Arne har många patienter.
Sätter mig på sitsen, det gör egentligen ont när han rör med spaken, fingrarna, plastskedar genom slidan och upp mot livmodern och äggledarna. Det kommer en stötvis sugande smärta, pulserande och märklig, det får mig att känna mig som en docka.

23 September
Jag får min mens
Blöder rikligt
Tar första kombinerade p-piller (dag 1)

24 September

Hade mensvärk igår också
Jag har ont och vill inte träffa någon
Ville inte träffa någon igår heller
Känner mig mätt på kontakt.

Hade mens i november
Kanske 8 dagar

Hade mens i december
Kanske 6 dagar

8 januari
Mens börjar

12 januari
Mens slut

12 januari
Har ont, en kramp i ytterdelarna av blygdläpparna, och början av slidan
Testar med att ta av trosorna
Kommer från ingenstans

14 Januari
Mår illa efter jag ätit lunch huel
Mår sedan illa av vätska
Har ännu spänningar i blygdläpparna och främre delen av slidan
Har sentimentala intensiva melankoliska och glädje känslor, som rör sig i mig och gör mig tårögd

15 Januari

Känsel låg. Spändhet hela dagen
Illamående från klockan 16
Klockan 18 blix i synfältet
Klockan 19.20 tog en sumatriptan
Känselbortfall händer och ansikte
Ringde 1177 de tyckte jag skulle åka in,
Höll på att skicka en ambulans
Men tog istället en till sumatriptan
Jag avstyrde det
Ett tag efter kraftig huvudvärk
22.30 kräktes

16 Januari
Började ganska bra men trött men vid 10 kom huvudvärken
Illamående
Stegrar runt 15
Låg i bastun från 13.40 till 14.50
Yr när jag reser mig
Det hjälpte tills det kändes som det blev för mycket
Efter det kom illamåendet bubblar i magen
Tempen var då 36,4 C
Åt en smörgås med avokado, salami, parmesan
Te för att inte vara helt tom
yrsel i kroppen och huvudvärk
I vågor

17 Januari
Trötthet och huvudvärk
Lena klocka 16
Spänt i nacken som hon läser upp
Sätter prickar i öronen

23 Januari
Morgon
Trötthet
Illamående
Blöder ännu
Hjärntrötthet, seg trötthet i kroppen,
Sjukdomskänsla
Smärta käkar, spänd axlar
Trög andning
Stickningar händerna och armarna
Natten till idag rastlösa ben
Träffar läkare 9.15 som skickar mig till akuten
Ljuden skär i mig, måste ha hörselskydd, de jag köper visar sig vara för stora. sitter i väntrummet i flera timmar, tillsist får jag lägga mig på en bår, läkaren kommer efter ytterligare timmar, han ställer några frågor, springer iväg kommer tillbaka efter en lång stund och säger att jag inte kan äta kombinerade p-piller när jag har migrän med aura, det är farligt, kan få propp.

24 Januari
Hos Ann
har svårt att hålla huvudet upprätt.
är trött, saker svajar. flimmer som leder till illamående.
Smärta i övre rygg som spänner från bakhuvudet ner i ryggraden stannar vid skulderbladen.
Under avslappningsövning är jag spänd i hela kroppen förutom höger lillfinger, hela vänster sida är tung och stel, andningen går trögt.
Ansträngande att hålla huvudet rakt och hålla upp huvudet.
illamående som går i vågor sprider sig från magen och uppåt.
Åt Pizza och drack ett glas vin
när jag kom hem drack jag en hel flaska

19 Januari
Huvudvärk, trötthet, illamående

20 Januari
Trötthet, illamående, huvudvärk
Yrsel
Andningssvårigheter
Kramper i bröstkorget
På båda sidor

21 Januari
Mörkröd blödning
Kraftigt illamående som kommer och går
Svårt att göra något
Trögt att andas

22 Januari
Natten till idag vaknade med kraftig mensvärk
När jag vaknade kraftig mörk blödning
Illamående
Mot eftermiddagen svårt illamående,
Lös Mage
Krätkänslor sura uppstötningar (gapar)
piper i luftrör
Måste ligga ner pågå mellan 16 och 22
Ringer 1177
Svårt att andas
Yr och svag när jag går
Feberkänsla, frossa kallsvettas
Kramper i bröstkorget båda sidor

25 Januari
9.20 hos gynekolog Anna Marie, Hon lyssnade på mig och hörde allt jag sa
skrev ut lergigan mot illamåendet
på gått humör, har energi, saker känns roliga
tog först en och sedan en till när jag inte märkte av trötthet
25 mg

26 Januari
huvudvärk kom efter lunch vid 12 och lite illamående,
blöder ännu mycket, blandat klarrött blod och ibland små korniga mörka klumpar.
tar 1000 mg alvedon, 500 mg naproxen och 25mg lergigan klockan 13..
trötthet från 15 00
måste åka hem för att vila klockan 18 00
väldigt trött, blir illamående efter måltid,
tar lergigan 25mg, hjälper mit illamåendet men blir trött
bubblar i magen
det går trögt att andas, som att jag är förkyld, pippljud

27 Januari
huvudvärk över båda ögonbrynen
blöder ännu mycket
klarrött blod
det går trögt att andas, som att jag är förkyld, pippljud

28 Januari
Huvudvärk, trötthetskänsla
Klarar inte att stå och gå länge.
Trög andning

29 Januari

Bättre, blödningen har slutat
Känner att jag har lite mer energi
Dricker ett glas rött vin sent på kvällen

30 Januari
Ännu energi, på
Mycket gott humör, jätteglad
Dricker två glas rött vin sent på kvällen

31 Januari
börjar bra
Men klockan 22 när jag kommer till ateljén har jag börjat vid båda tinningarna växelvis
Ont i länkarna,
Känner en trötthet i kroppen, det är svårt att se rakt fram och runt mig, ögonen värker
Trötthet och domnad från benen efter 20 min promenad
Näsan rinner i kylan
Andningen trög
13.00 tar paracetamol 1000 mg
Ska testa att ta det fyra gånger per dag
14.00 ännu spändhet i axlar och ansikte, svårt för ögonen när jag tittar upp, rakt fram
då känner jag mig yr känslor av vågor

2 Februari
Simone Weils födelsedag (f.1909)

3 Februari
vaknade av dröm hyperventilerade
hyperventilerade i drömmen. Det handlade om att ta hand om min psykotiska bror
Mådde ganska bra hela dagen
Sex utan smärta.

Två dagar efter mens
12:00
Illamående
Verk i livmoder
Yrsel, lite ont i övre ryggen
Yrsel

25 Mars
Ont i axlarna och ryggen
När jag var på Yoko Onos utställning hade jag ont i ryggen

28 Mars
Får besked från konstnärsnämnden
Får inga pengar

29 Mars
Eftermiddag kramp i livmodern
Dricker starköl blir bättre en stund

30 Mars
Smärta i livmoder
Känner avsmak inför kontakten med M
Trängd, han skriver till mig via tre olika kanaler
Överallt han kan få kontakt med mig
Översvallande
Känner mig yr
Och syresättningen är dålig
Spänd i hela kroppen
Natten till 30 Mars
Vaknar med panikångest,
Gråter

4 Februari
har burit saker,
känner en seg trötthet, i huvudet och i kroppen. Sömn. Det blir inte bättre efter jag ätit mat.
huvudvärken sitter över ögonbrynen och i ögonen,
jag andas med pippljud.
trötthet som ett gift i hela kroppen.
har druckit kaffe två gånger, hjälper inte.
det svider i ögonen, det är jobbigt och ansträngande att se.

20 Februari
Mens
Inte så ont

4 Mars
Ägglossnings illamående
Naproxen hjälpte 1000 mg

5 Mars
Ägglossningssekret

18 Mars
mens

19 Mars
Kraftig Mensvärk på kvällen
Kunde inte sova
Tog legrigan 25mg
och Naproxen 500mg
24 Mars

Blöder näsblod
Har ont i livmodern

6 April
Illamående morgon

7 April
Smärta livmoder

10 April
Grät
Dissociation

It is despair that triggers chronic illness, a state quite different from depression
Chris Kraus

19 april natt
Svårt att sova, slår runt i sängen, drar hastigt i täcket. Sedan när jag vaknar rullar tankarna runt igen.
Vaknar först innan klockan och tror att jag försövit mig trots att det är mörkt i rummet.
En känsla av obehag, felplacering av min kropp, felplacering av mitt psyke i denna kropp. Sedan tankarna om åren som gått, plågande bilder av tid, som sveper förbi hastigt utan syfte och mening, mest av allt plågande, som en tortyr, jag är fast där mellan, som i ett flytande raster av gummi, som knuffar en tillbaka. Knuffar en tillbaka in.
Inget som jag gör spelar någon roll. Inget jag gör förändrar något. Mina handlingar har ingen som helst verkan.

20 april tunnelbanan
Jag har en 40 centimeter lång och 10 x 5 centimeter bred kartong i en röd plastpåse som vilar mot mina lår. Innehållet (Mirena) i denna kartong ska föras in i min fitta av Anna-Maria, om jag minns hennes namn rätt. Det ska lindra symtomen för endometri-

os. Har tagit två Alvedon, 1000mg.
När jag har den här inne kommer alla förutsättningar för spontan graviditet försvinna. Imorse tänkte jag på alla de jag känner som redan har barn och att om 3 år är jag 37, inte 27. Sliter i mig. Som en sista uppgörelse mot livet. Kan inte bli gravid, kunde det antagligen inte innan ändå.
Den svarta sörjan som rann ur min kropp för ett par dagar sedan är dödens omirakel. Omvänt, ställ mig upp och ner. Tårar rinner spontant, vi passerar rådhuset. Snart framme.

19 april natt
Svårt att sova, slår runt i sängen, drar hastigt i täcket. Sedan när jag vaknar rullar tankarna runt igen.
Vaknar först innan klockan och tror att jag försovit mig trots att det är mörkt i rummet. En känsla av obehag, felplacering av min kropp, felplacering av mitt psyke i denna kropp. Sedan tankarna om åren som gått, plågande bilder av tid, som sveper förbi hastigt utan syfte och mening, mest av allt plågande, som en tortyr, jag är fast där mellan, som i ett flytande raster av gummi, som knuffar en tillbaka. Knuffar en tillbaka in. Inget som jag gör spelar någon roll. Inget jag gör förändrar något. Mina handlingar har ingen som helst verkan.

11 April
Mens
Smärta låg
Prommenerade 6h verkar bra mot smärta
Väldigt ledsen på
Kvällen

12 April
Ledsen
Smärta 2-3 morgon
Lunch och eftermiddag smärta 8 och illamående

23 April
Smärta på natten på morgonen
Huvudvärk, smärta från livmodern ut i ryggen - 3-6
Yrsel lätt illamående som kommer
Desorienterad
Har tagit två Alvedon och en Naproxen
Hjärndimma
Spända axlar

24 April
Vaknade på natten
Somnade mycket senare på soffan
Vaknade hade ont smärtan strålar från livmodern ut i ryggen
Somnade igen klockan 13
klockan 18 gick till en bar, alkoholen hjälper inte mot smärtan denna gång
Strålar ännu i ryggen
Är svag och har svårt att gå upprätt
Går Krum
Huvudvärk 5-7 till och från hela dagen
Hjärndimma
Alvedon Naproxen

25 April
Smärta 3-6 livmoder strålar ut i ryggen
Hjärndimma
Spända axlar
Spasmer i vänster arm, kramp alltså
Kramp i höger sida från livmodern sina strålar upp en bit i mage och rygg
Och ner i låret
26 April

15 April
nästan ingen blödning
Känner mig kissnödig hela tiden

16 April
Mens nästan över
Illamående och värk i magen
Känns som jag ska kräkas, känner mig skakig illamående
Skärande smärta i nederdelen av magen strålar upp i ryggen
Kissnödig hela tiden trots att jag kissat.
Pågick 3 timmar sedan:
Smärtan försvann efter två öl

18 April
Vaknar med huvudvärk, ömma käkar och tänder
Har svårt att komma upp ur sängen
Orolig över stipendierna
Får svindel när jag tänker på vilken skillnad det skulle vara för mig att få det

20 april tunnelbanan
Jag har en 40 centimeter lång och 10 x 5 centimeter bred kartong i en röd plastpåse som vilar mot mina låar. Innehållet (Mirena) i denna kartong ska föras in i min fitta av Anna-Maria, om jag minns hennes namn rätt. Det ska lindra symtomen för endometri- os. Har tagit två Alvedon, 1000mg.
När jag har den här inne kommer alla förutsättningar för spontan graviditet försvinna. Imorse tänkte jag på alla de jag känner som redan har barn och att om 3 år är jag 37, inte 27. Sliter i mig. Som en sista uppgörelse mot livet. Kan inte bli gravid, kunde det antagligen inte innan ändå.
Den svarta sörjan som rann ur min kropp för ett par dagar sedan är dödens omirakel. Omvänt, ställ mig upp och ner. Tårar rinner spontant, vi passerar rådhuset. Snart framme.

Vaknar med smärta på natten 6-7 i livmodern
Som strålade ut i ryggen. Krampaktig
På morgonen först ganska lugnt sedan smärta igen
Mest vid ryggslutet, konstant mellan 3-5
Känns i bröstet, vid hjärtat
Spänd i axlarna,
Hjärndimma
Alvedon Naproxen

27 April
Smärta
Lägre
Tar nya smärtstillande

28 April
smärta 1-3
Tar nya smärtstillande

29 April
Ont i magen morgon
Spänd i kroppen stressad
Drömde förnedrande dröm

30 April
Kan inte sova alls på natten, sover 1,5 timme,
Ont i halsen

1 Maj
Trött
Lyckas säga till M att jag vill åka hem.
Tar tåget tillbaka, känner mig sjuk

Klarar inte av att jobba på tåget

Är vilsen, kan inte hitta hem, följer en väg mellan husen, eller snarare arkaderna, de har metall höljen i räfflad plåt, målade i en grå plastfärg. när jag går intill fasaden sticker en takkant ut högt där uppe.

Jag vet inte om det är gräs eller asfalt jag går på – det går inte att märka skillnaden. Det är nästan helt tyst. intill mig på andra sidan en stor asfaltsplan, med nötta vita streck som bildar ett ruttmönster. Där står många bilar, men ingen människa syns till i det dunkla halvmörkret. Ljuset kommer från nattens belysning, då ett mörkblått sken tjockt sipprar från kanterna av byggnaderna, blöder från alla konturer. jag är här när jag drömmar, sedan kommer en passage mellan stora vita väggar, som reser sig grundlöst på båda sidor, passagen slutar i två parallella rulltrappor, som jag beträder och glider uppåt. väl uppe fortsätter jag glida fram. Jag behöver inte gå, framför mig är en stor fasad av en byggnad utan fönster, som ser ut som ett varuhus och en gång mellan flera byggnader öppnar upp sig i små trekantiga hörn och skrymslen, som de också är fullt synliga med väggar som reser sig rakt och jämt och rent. Någon här (En grovhuggen man) har sedan länge tittat på mig, och vi(han) har slutit en kontakt som skälver mellan oss, han uppsöker mig ständigt, jag känner mig sammanlänkad som med kedjor och band och måste följa, han rör sig, glimtar mig med sina ögon jag måste stå kvar fastlåst. Mellanrummen och gångarna mellan byggnaderna, som inte har fönster, blir helt vita och upplysta. Köer börjar bildas, människorna rör sig på ett forcerat, angeläget sätt, alla vet precis vilka manövrer som ska göras och dessas förväntade belöning, de har kontanter, jag har biljetter. Så fortsätter det tills jag inser, en tung, ödesmättad känsla, som ger mig lika mycket bojar som handlingskraft, jag har inga pengar kvar och måste sälja sexuella tjänster(mitt kön, min kropp) till män i kön, de rör sig nära mig och vi lägger oss ner på marken, och de andra köandes ben och trampande fötter bildar som stängsel omkring oss. Det är en tung, blöt tunga, en känsla av tvång, men pengarna tvättar bort smutsen från männen – klipper varje ansats till band. Även om underlaget är grusigt och jag ligger ner på rygg, minns jag inte mycket av något förutom att jag svävar upp och rör mig utanför tyngdlagen, hastigt har jag hamnat intill nästa man som andas mot mig och han tar tag i mina

en ny för att slippa känna dess krok, tills dess att all smärta är uppdämd, blandad och mystiskt specifik. Som en vålnad i natten dras jag till din säng och du lägger dig flåsande och över mig, mitt huvud och nacke trycks mot stenväggen bakom. Känslan är som en klingande ton i hjärnan, som är så stark att kroppen känns som ett metallnät med en låg ström som rör sig genom, det finns inga kroppsdelar, bara en klingande ton och ström. Jag känner huvudet störas tungt mot betongen och jag får plötsligt lust att skratta för jag är ganska säker på att kroppen är borta, att de skurit av mitt huvud. Is genom venerna som känselbedövande medel. Den översta smärtan är huvudet som rör sig mot betongen och den tar över känslan av stötarna in i mig, för jag ser hur du rör dig, hur ditt ansikte gungar fram och tillbaka över mitt.

Bor i en kontorsbyggnad i flera år. lysrörsarmaturerna med sina galler och plastskenor hänger från vajrar i taket. Både i rummet som jag lever i, i korridoren som är 100 meter lång och i köket som öppnar upp sig i mitten.

Olika aktiviteter tillskrivs viss mängd plats. Att röra sig rakt framåt. förbi dörrar och vitmålade väggar. Grannarna över mig och på min sida låter mycket nuförtiden, en kvinnorröst som sjunger strofer och tunga fotsteg i golvet.

Flickorna sitter i sina sängar som besatta vagnar de fram och tillbaka och stirrar på sina naglar och händer, i verkligheten där telefonen är. Det finns också pojkar här som gör likadant. Håret, de är alla också nöjda med sina hår. Jag arbetar i ett dunkelt rum och ser inte vad jag gör, eller knappt. Det är otydligt, inte skarpt, skär inte i ögonen. Världen funderar inte så den är inte teoretisk den upptas rent känslomässigt percepti- onellt

populärkulturen innehåller information om vår samtid, vår människosyn, vår hälsa, hur vi ser på hälsa, vad som trendar och varför, del av helheten om vi ser på oss som ett sammanhang, ett holistiskt system, som innehåller flera viktiga fundamentala delar.

2 Maj

En brunsvart blödning

Som liksom stänker ner, tjocka, svarta klumpar

Som piskar

13 Maj

överarmar. Så ligger jag ner och minns inte mycket mer än tyngd, blöthet, kroppen som trycks och gnids mot underlaget. Sedan har jag rest mig och står plötsligt intill den bekanta mannen som fattat tycke för mig och plötsligt är så glad att han kan ha sex med mig, att det genom tjänsten är fritt fram och han tvingar mig att le, tvingar mig att hålla hans hand och jag måste svara med att le, jag måste svara med att hålla hans hand, sedan ler han glatt och skrattande pratar han om hur mycket han tycker om mig och hur bra och smidigt detta är, att vi äntligen kan vara med varandra, jag fylls med kväljningar, ett slags tjockt och trögflytande smuts som osar och rinner ut genom honom in i mig, med mängder av krok, och fästen som lirkar sig fram och jag måste känna hans andetag och hans kropp som trycker sig mot min och jag måste känna för han vill att jag ska se på honom, han vill att jag ska vilja och le. och jag kan omvandla (genom hans händer, mun och påtryckande kropp över mig muteras) mig till en osäker blyg försiktig varelse, som han kommer in i med sina fingrar bänder upp, mina okontrollerade rörelser tolkas som bejakande, som kärlekssvarande. Min brist på kontroll som hängivenhet, mellan mina (ögonlocks tårar) febriga leende läppar. När vi reser oss från marken har jag en tung känsla i magen som pengarna inte kan tvätta bort, sveket är mörkt och kläggigt som den svarta sörjan som rinner från min fitta. Kön är över, som en klocka pulserar människors kroppar i formationer, fram och in och ut och bort. genom en passage mellan två höga vita byggnader med vitmålade veckade plåtfasader. det finns trappsteg där mellanrummet smalnar av till en gång. Medan vi ligger i våningssängar, jag och andra tonåringar, med kläder av funnet material pratar vi (dom) viskande och intensivt, intresset är högt, men orden outgrundliga. De reser sig hastigt och försvinner i mörkret som målsökande pilar med lysande ögon. Deras belöning är säker, ter det sig som, deras platser jämna utmed marken, självsäkerheten gör dem rena och glänsande. Maktlösheten tynger ner mig, jag sitter fast i sängen, krokad, lungorna öppnas inte och blandas med luften, smutsen, banden och krokarna inuti, tränger sig in i min fascia och gör mig stel som en pinne, tung och nära marken valkar jag mig framåt på mage, för att också komma ut i halvdunklet till parkeringsplatsen, restaurangerna, mataffären med kundvagnar planlöst utströdda omkring, kastade i diken. De säger att vi bara känner de tre första lager av smärta, att en smärta kan läggas över en annan smärta, för att bryta den pågående dras jag till

Blöder ännu, svart brun blödning.

Smärta till och från hela dagarna men låg

Tar Alvedon, voltaten och paraflex

Idag köpte jag gurkan, nac, moringa från hälsokosten kostade 900kr

14 Maj

Blöder ännu

Citron, ingefära i ljummet, uppvärmt vatten.

Sedan en tesked moringa, gurkan och nac mot inflammationen

Glömde och hann inte ta Alvedon, eftersom jag bara har brystabletter kvar och blev tvungen att skynda mig mot tunnelbanan så jag skulle kunna komma i tid till gynekologen.

De var två idag, egentligen vet jag inte varför, frågade inte, accepterade, de var kvinnor.

Nu när jag gått därifrån, promenerade från Stadshagen till Fridhemsplan, känner jag mig yrslig, svag. Svettig,

Värken stiger, en fixerad hård spänning strålar från livmodern ut i tryggslutet.

Kroppen klarar inte av hormonerna, inflammationen.

Det är vätska runt livmodern, det skapar inflammation.

Vätska, jag föreställer mig vatten, de har aldrig talat om för mig vad för vätska det är.

Det går inte att ta bort vätskan.

Kan dubblera dosen minipiller.

Blev väldigt trött mot eftermiddagen, väldigt trött på kvällen.

15 Maj

Blöder mindre idag

Ringde gyn för att fråga om jag kan dubblera dosen minipiller även om jag har migrän med aura, det går bra. För det är östrogenet som finns i kombinerade piller som gör att det blir riskabelt, blodproppsriskan kommer med det.

Jag har nu dubblat dosen, den högsta tablett tog jag klockan nio den andra klockan halv elva.

Mellanrummet var telefonsamtal till gyn.

Jag har ont i magen sedan jag vaknade. Känner mig tung och trött, spänd i ansiktet 3.

Magen 3

Trötthet 6

16 Maj

Smärta när jag vaknade rygg, mage, väldigt trött

Sov hos Isak

Kraftigare mörk brun/ svart blödning när jag vaknade än senaste dagarna

Detta trots jag tar piller som ska mildra blödningen

Idag har jag tagit tre paraflex

Två omgångar Naproxen 1000mg

Fyra Alvedon 1000mg

Det svider nu på kvällen värker från livmodern bakåt ut i ryggen en strålande smärta

Ann verkade glad idag, det var ett trevligt samtal

Hon pratade om att jag måste säga tydligt nej när

Människor tar i mig, får inte fastna i det där "bättre att låta det pågå"

Smärtan är som ett hjul, leder till illamående mår illa

Smärtan stiger till 7 sugande, skärande spänner ut i ryggen.

17 Maj

När jag vaknade när Isak gick upp hade jag ännu ont, på ett plågsamt sätt som om jag ätit något dåligt, kroppen i uppror. Men sov längre till halv elva. När jag vaknade mådde jag lite bättre

Men känns som det främst gör ont på höger sida idag

Är rädd att det är levern

Och tar en paus från smärtstillande och nu är klockan 16.28

Och jag har inte så ont i livmodern, strålar ut lite i ryggen 1-2 för det mesta, men har inte stigit över 3 idag.

Käkarna är spända och ömma, masserade lite med den rosa stenplattan, men för stressad för att slappna av

Är så nervös för resan

Smärta i livmoder från köbildning 11.30

Gick upp 10 sov 7 timmar

Tog Alvedon, paraflex, Naproxen 12.30

13.28 smärtan är ännu kvar i livmodern, sugande och skärande

Strålar bak i ryggen

Svider och strålar ner i låren smärta 5

När jag åker upp för rulltrappan

Går från tåget till rulltrappan

Kliver ut ur tåget

Passerar människor nära deras kroppar

En pojke med ihopfälld sparkcykel står helt stilla i mitten av dörrarna medan vi passerar honom ut, de andra stiger in

16:00 har druckit 2,5 koppar kaffe idag,

När jag var i katakomberna kände jag inte av smärtan i livmodern

Åt fransk toast på kafé och pommes

Sitter på tunnelbanan och känner av smärtan i livmodern, suger och strålar bak i ryggen.

Käkarna värker 4 och jag känner mig hängig. Lite huvudvärk vid båda tinningar 3

Rastlös på caféet

Väldigt trött runt 16, sov i Js studio, blundade i en 30 min blev bättre av det

Vi gick ut drack 5 öl, svårt att sluta.

23 Maj

Har inte smärtor, men kraftig ångest

Sover 4,5 h går upp 6 för att flyga

fruktansvärda tankar, efter att ha druckit.

Egentligen vill jag inte, klarar inte av att sätta sunda gränser runt mig själv.

TERAPIN: lär dig sätta sunda gränser kring dig själv.

Andras viljor styr mig.

9.25 bakfylla, Spänningar i käkar 4, huvudvärk 3

10.29 på planet, smärta i livmoder 3, tar Alvedon, Naproxen, paraflex

Hämtade ut receptet med minipiller

18 Maj

Nästan ingen smärta,

Trötthet eftermiddag,

Utmattning

Huvudvärk 5 blir bättre efter Alvedon och Naproxen

Trött av att ständigt lyssna på prat, ständigt konversera

Brus i örat innan jag ska sova

19 Maj

Vaknar 7.30

Hål i bröstet, smärta i magen

Brus i örat

20 Maj

Hade inte ont i livmodern

Men mot eftermiddagen 15-16 fick jag spänningar i axlar, käkar, ansikte, kände mig hängig energilös

Sedan huvudvärk på kvällen

Väldigt trött

Tränade armar och rygg runt lunch

Tog Alvedon, Naproxen, paraflex

21 Maj

Mådde dåligt, spänningshuvudvärk och trötthet förmiddag, sedan efter två kaffe mådde bättre

Promenerade 3 h såg Paris ensam, skönt att vara själv

Mådde jättebra hela dagen

22 Maj

Vilade på planet och skrev, blev bättre

Har kommit fram till Kavala 23:00 ligger jag i sängen

Jag började känna av livmodersmärtan för en halvtimme sedan

Den känns stel; gör ont när jag vrider mig i sängen, spänner inuti.

Men är väldigt trött hoppas jag ska kunna sova

Tog två paraflex, en Alvedon, en voltaren, 2 magnesium, c vitamin, zink

Läser om band i allmänhet av Giordano Bruno

Blöder brun svart

24 maj

Sover 10 timmar

Vaknar 10 blöder

Grön brun svart

Tar Alvedon 1000, Naproxen 500

Vitaminer

Dricker citron och moringa

Äter lokalt tillverkad yoghurt till frukost

Och riskex med fetaost

Kan inte sova, klockan är 3.30 har inte sovit alls, la mig i sängen 1.20, har tagit pauser, kissat, tecknat, skrivit, läst.

Klockan 3 kom smärtan tillbaka 3-4. Idag har jag haft en blödning, grå svart brun nästan grön.

Kornig.

Nu mår jag illa också, gör ont i livmodern strålar ut i ryggen och ner i benen 5

Nu kommer illamåendet som stöter sig uppåt genom kroppen och en sugande känsla i magen

Känner mig ledsen, som att ingen bryr sig om mig,

Men känner mig mindre uppgiven sedan jag kom hit

Har ont i huvudet, tinningarna, spända käkar

Smärta på vänster sida över ögonbrynet

Kände även smärta i bakhuvudet strålar bakåt mot skallbenet över nacken

Läser om band i allmänhet, det handlar om att binda. Men känner mig så lätt hotad av andra
Lättare att binda till arbetet, momenten.
Ögonen värker, så jag orkar egentligen inte titta
Så det är skönare att blunda än att göra något. Allt kräver att jag har ögon, det är påtagligt.
Tog två paraflex och en Alvedon vid 3, men smärtan har ändå stigit, vet inte om det är värt att ta något annat. Voltaren verkar först om 1-2 timmar.
Klockan är 4.06 jag mår ännu illa.
Klockan är 4.40 är orolig, ledsen, trött, kan inte sova, har ännu ont. Mår ännu illa. Tar en citodon. Äter med en gång riskex med kidneybönor och fetaost
05.05 tycker att jag börjar känna av citodontabletten
05.15 har ännu en sugande smärta i livmodern, stöter... tar en till om en kvart
Kanske saknar jag enzymet i kroppen som gör att det kan omvandlas
05.40 tar en andra citodon
Försöker somna, lägger mig i baby pose ett par minuter
Somnar inte
06.44 gjorde en till teckning har ännu inte kunnat somna
Har inte längre ont verkar det som, känner inte av citodonet särskilt mycket, känner mig klar och fokuserad
Det är ljus i rummet
Gick ut på altanen, ingen smärta i livmodern
Det knastrar i nacken när jag vrider huvudet, har adligt hört det förut måste vara för att jag har öronproppar i.
Kanske är jag för rädd om mig själv, vilar för mycket, försöker lyssna på smärtan och tröttheten som bedövar, borde kanske vara hårdare mot mig själv med träning.
Klockan är 06.57 hoppas sömnen infinner sig nu, lägger en sja över ögonen, öronproppar i öronen.

25 Maj

När jag vaknar 11.00 har jag i allmänhet ont i magen, känns som en sådan smärta som efter att levt onyttigt. Är förvånansvärt pigg under dagen, tar paraflex och Naproxen

för stark för mig. Kanske borde jag testa att köpa mandelmjolk och se om det blir bättre. Jag planerar att koka risnudlar om en stund, för att få i mig något. Åt risnudlar, parmesan, broccoli, ingefära, kidneybönor.
Smärtan gick ner till 2. När jag ätit klart, Klockan 07.45 stiger smärtan till 6-7 strålar bak i ryggen, blir kallsvettig. Får också huvudvärk 5 som kommer i stötar. Smärtan går upp och ner, är osäker på om jag ska ta Alvedon eller citodon. Är rädd för att smärtan stiger hur som helst och att Alvedon inte kommer att hjälpa med tanke på hur dåligt jag mår inatt. 08.05 smärtan rör sig i vågor upp och ner. Strålar bak i ryggen. Känns som jag måste tömma tarmen, men vet inte om det stämmer, det är så ganska ofta till och från. Känner mig varm, klubbig. Huvudvärk båda tinningarna
Kramperna stiger och sjunker. Testar igen att lägga värmekudden på magen, det blir mer stress i kroppen upplever jag, men låter den ligga kvar en stund. 08.22 tar citodon. Vaknar vid 13 åter huel, och en Alvedon. Måste spara citodon, ligger med böjt ben under mig smärtan är sugande mellan 4-7. Jag somnar och vaknar vid 18 känner mig härjad, sliten, smärta 4
tar Alvedon och Naproxen 1000. Äter mat pratar med Monica orkar egentligen inte. 21 ligger på sängen smärtan är 4-7 smärtan strålar från en krampande punkt i livmodern, genom slidan och ut till de yttre blygdläpparna. Sedan rör sig smärtan i vågor uppåt och strålar ut mot ryggen, smärtan har en kall, svidande känsla. Tar två magnesium och en gurkmejan tablett. Magen känns som ett hål, som att systemet är väldigt trött.

27 Maj

Vaknade 05.30 ingen smärta
Somnade om
Vaknade klockan 9 utan smärta.
Äter frukost yoghurt med müsli, citronvatten, kaffe efteråt.
Har tagit 1000mg Alvedon och 500 mg Naproxen.
14.30 tar nproxen 500 och Alvedon 1000
Har känningar av smärtan igen.
Är nedkyld av att bada. Det blåser kallt på stranden i Kavala

klocka 12,
Klockan 15.30 får jag en kraftig molande värk i livmoder äggstockar som strålar bakåt
Klocka 16 tar jag först en citodon och efter ca 30 min tar jag en till och två Naproxen 500
Klockan 17.30 har tabletterna inte haft någon effekt på mig, jag har. Jag handlar och känner mig kallsvettig yr, krampen och svidandet 6 fortsätter, illamåendet är statiskt i vågrörelser 5. Gör ännu ont och är ännu illamående. Har inte ätit middag, eller lunch åt istället 50 gram ljus choklad med jordgubbsfyllning, fyra kakor och en mini glass, jag mår inte bättre av det jag mår mer illa och förlorade aptiten att äta mat.Men har ätit Oliver och valnötter. Klockan är halv elva och jag har fyllt fashy med varmt vatten. Det är mycket behagligt att ha den mot nedre delen av magen. Men smärtan strålar ut i ryggen men jag känner hur livmodern, magen och systemet slappnar av.
23.56 isak har försökt natta mig jag flyttade varmvattenkudden uppåt lade den på magsäcken, sedan på matstrupen mellan bröstet och då kändes det som jag skulle kräkas, smärtan intensifieras vid den plats jag lägger kudden på. Kanske är kudden för varm och jag har jag den direkt mot huden. Tog en sådan tablett som ska neutralisera magsyran som Hanna gav mig. Smärtan och illamåendet är på 7 en särande urgröpt smärta. 00.26 mår så dåligt att jag gråter. Äter yoghurt och müsli, hoppas det ska hjälpa. Jag hade ingen aptit idag så har inte ätit vanlig mat, tänker att det kanske är svårt med kroppen att ta så många smärtstillande på tom mage. Tar två citodon 01.00. Efter 30 min - 1 h känner jag av effekten, smärtan sjunker till två. 05.42 har vaknat med kramp i livmodern som er grepp 6-8. Statisk ihållande smärta.

26 Maj

Sedan jag vaknade med en hård fast kramp i livmodern halv sex är klockan nu 06.12, för ca 15 min sedan tog jag två Naproxen. Jag vill testa att inte ta paraflex mer, om det gör kroppen / levern svag. Har ätit paraflex i mer än 4 veckor. Ibland tagit två paraflex. De verkar ändå inte ha särskilt mycket effekt på mig, ska testa utan. Jag har hittat ett sätt att sitta på, framåtlutad över böjt knä med andra benet utstickande utanför sängen, så som en stretchar sätesmuskeln, smärtan går ner till 3-4 i den här positionen, några stunder har jag känt mig nästan helt befriad. Har suttit så i ca 5 min och ska nu precis byta ben igen. Jag tänker också att den yoghurt jag köpt kanske är

Jag beställer en americano med mjölk och en flaska vatten.

Ska komma ihåg att ta med vindjackan nästa gång
Smärta i livmoder, sugande och svidande 3
Åt müsli och proteinberikad mandelmjolk runt 22.30
Känner mig spänd i magen strax innan midnatt 2-4
Har försökt somna men tänker på saker med utställningar och konstjobb som snurrar runt i huvudet.
Måste försöka släppa
Ska göra i ordning värmekudde och sedan göra ett nytt försök att sova.
Värmekudden hjälper mot smärtan. Klockan är 01.18 Isak försökte lägga mig över telefon 00.40 men jag somnade ändå inte.
02.15 läste ut simone w s att slå rot
Nytt sov försök

28 Maj

Vaknar stressad och har ont igen
Tar tre stycken minipiller
Har ont till och från hela dagen tar Alvedon, voltaren. Vitaminer
Klarar inte av att gå till stranden, har för mycket ångest. Orkar inte nära någon i huset. Blir stressad av städarna och de ljud som de gör, det är omöjligt för mig att vara i min egen rutin, jag blir spänd i hela kroppen, sover inte tillräckligt länge. Somnade inte förrän halv tre natten innan, sedan vaknade jag halv sju och sedan klockan 9. Då hade jag ont. Min kropp vill inte återhämta sig under dagen. Verkade som jag mår dåligt av allt som jag åt.
Den nya protein mandelmjölken verkar inte var bara till frukost och kanske är citronvatten för starkt gör min mage, som verkade uppstressad, mer än bara livmoderinflammationen.

29 Maj

11.21 Smärtan kommer, knipande, huggande.

Vaknade klockan 7

Somnade klockan 3 på natten

Jag bestämde mig för att gå upp för att vända på dygnet till samma rytm som städerna. Men jag är rädd att jag är lika pigg, lika orolig och rastlös som tidigare. Hur ska jag göra för att slappna av bland andra? Med andra?

Mår ganska bra hela dagen, blir stressad av andra människor, interagera med dem, har hemlängtan.

30 Maj

lyckades sova en hel natt, men när jag vaknade vid sju var jag väldigt trött och fortsatte ligga ner till åtta. Kunde inte få ner det jag drömt, somnade nästan. Idag har jag nästan ingen smärta, men jag känner hur jag måste manövrera mitt mående med födan.

31 Maj

Vaknade sju, smärtan kom en kort stund senare, 2-3. Jag har ätit alla tabletter, Alvedon, voltaren, tablett för mindre blod, vitaminer, stickigt ingefära vatten med moringa, sedan ätit jordgubbar, persika, tonfisk och parmesan smörgås, matcha-latte på mandelmjök. Jag har en del oro och ångest i kroppen, spända axlar, ytlig andning. Det är nya människor här som rör sig omkring i korridor, toaletten intill mitt rum och stökar runt i köket så det skramlar, det stressar mig.

3 juni

Innan lunch började jag få ont, vid 15 började jag må väldigt illa, mitt i ett samtal med föreståndaren som hade pågått i 1, 5 h. Jag hade redan en värmekudde på magen, eftersom smärtan och känningarna redan var där. Känner mig svag, trött, febrig. ligger ner på sängen, blödnigen har tilltagit något men det är mycket brunsvarta flugliknande klumpar, det ser ut som ihoptorkade bananflugor. Nu är klockan 17.43 och jag har fortfarande lika ont. Stressen i kroppen är hög. Stickningar i högra handen 17.00, intensiv huvudvärk klockan 17.44 pulserar, ökar något och sedan går den ner. Klockan är 19, har ännu feberkänsla, huvudvärk 3, svettas och allmän kroppssmärta, i käkarna,

Vitaminer

Nu väntar jag på flygplatsen

Mognande smärta i livmoder 2

Trött men inte så jobbigt, går väldigt bra här

Mat äter yoghurt till frukost med honung och granola och färskpressad apelsinjuice

Suger lite i livmodern 2

Smärtan steg på planet så jag åt caesarsallad och det blev bättre

13.42 nu mår jag illa igen och har huvudvärk.

6 Juni

Sov med kaka vaknade och kändes bra,

Har sovit hela natten, minns att jag vaknade en gång men somnade om.

Spända tinningar, käkar

Äter nyttigt hela dagen

Tog inte några smärtstillande på hela dagen

Till kvällen innan läggdags tog jag Alvedon, voltaren blodhämmande, för säkerhets skull

7 Juni

Tar Alvedon Naproxen blodhämmande när jag vaknar klockan elva

Somnade klockan ett på natten

Äter fyra stycken praliner på

Vägen hem från affären, för jag är så hungrig och trött

Men har inga känningar i livmodern

8 Juni

Tar samma tabletter som igår på morgonen

Klocka 12.30 när jag kör bil börjar jag må illa, och en sugande smärta 3-5 i livmodern ligger till grund för illamåendet som reser sig.

13 Juni

i axlarna, nästan som att huden gör ont. 22.18 försöker få i mig föda, huel, tar en halv portion, svettas, är klubbig och smärtan känns vid nedre delen av högra revbenet. smärtan känns i axlarna, utanför axlarna sprider sig ut i rummet, känns i fingrarna. Tröttheten är stor men inte tillräckligt för att jag ska sova och jag blir rastlös, får ont av att ligga ner. Blir stressad eftersom Göran spelar musik eller lyssnar på radio igen. Jag är rädd att han inte ska stänga av när jag måste sova. Jag måste gå upp väldigt tidigt för att skriva klart.

4 Juni

Klockan är 23:26

Smärtan är på 3, sugande kramp i livmodern

Illamåendet idag, åt lunch försiktigt

Sover vid en stor väg, bilarna dånar utanför, stötvis

Påminner om stan i livmodern som reser och sjunker, river förbi.

Nu låter vattenrören som en blandning mellan grus och kött eller inälvor som slits sönder

Blödnigen har avtagit idag, bara små brunfärgade spår, mer genomskinliga

Men jag tycker det börjat lukta äckligt.

00:32 mansröster som talar som i ekon från alla håll i rummet

Smärtan är på 5-6, en obekvämsmärta

Och illamående

Det spänner i benen.

Gör ont högre upp i magen. Lite över livmodern

Men det känns som livmodern trycker sig uppåt.

02.32 har inte somnat ännu men smärtan försvann när jag tog två paraflex för mer än en halvtimme sedan

Lyssnar på white noise. Det verkar som att kombinationen får min kropp att slappna av

5 Juni

Vaknade av larmet 6:30

Tog Alvedon, voltaren, sån för att ta ner mensen

Två paraflex Alvedon sömn

Smärta livmoder 3

14 Juni

Smärta livmoder till och från under dagen,

Illamående som kommer tätare på kvällen,

Tar två paraflex, en Alvedon, en voltaren

15 Juni

På kvällen, smärta i livmoder 4-6

Pendlade

Tog två paraflex

Mådde bra i övrigt, gott humör

Drack kaffe mellan 11-12

Har inte druckit kaffe sedan 20 maj kanske

19 Juni

Huvudvärk, trött och svårt när jag promenerade, kände mig seg

Nacken värker, strålar ner mot mitten av ryggen och upp i huvudet

Som pulserar vid pannan och bakhuvudet.

Bastade inte idag och jag märker skillnaden, smärtan är svårare, från nacke, ner i ryck till huvudvärken som pulserar och stiger och sjunker i nivå.

24 Juni

Blödnig livmoder

26 Juni

Smärta i livmoder som bränner 4

Spända käkar 4 men inte så mycket huvudvärk idag.

Låg i infrabastun 50 min

Stressad på morgonen för möte jag skulle på.

27 Juni

Torsdag gick tidigare från Ann, jag gäspade hela tiden och var väldigt trött.

28 Juni

Vilade hela dagen hemma, var helt slut. Jag umgicks med människor två dagar i sträck och åkte runt på stan, det verkar ha tagit musten ur mig.

30 juni

Blödning

9 juli

Huvudvärken är som en rinnande sås

11 Juli.

Har ont i huvudet

Igår hade jag migrän.

Orkar inte prata, inte gå

Väntar på att doktorn ska ringa mig angående röntgenbilderna,

det gör mig nervös,

stress känns direkt

genom att

det börjar pirra i händer

och armar.

14 Juli

på natten vaknar jag och har ont i vänster axel, väldigt ont,

sedan i nacken och i höger axel när jag vaknar

Det brusar konstant i vänster öra

huvudvärk över vänster öga, pulserande och molande, som sprider sig bakåt i huvudet

nacken kämpar för att hålla huvudet uppe

Ångrar det

Kollade också på serie sent, somnade halv fyra

Har vibrerande huvudvärk, känner mig yrslig, det gungar

Det blåser och sprakar i vänster öra

Allmän sjukdomskänsla, hjärndimma

Svårighet att koncentrera mig

Försöker hejda en panikångestattack i rummet innan läkaren kommer

En ung man ledde in mig i rummet, svettig, finmig, rödlätt,

Jag får panik för först tror jag att han kanske ska undersöka mig

Han går före mig in i rummet och börjar rulla ut ett skyddspapper över baren på hjul

Han går ut

Jag hör hur de upprepar mitt namn flera gånger i korridoren, som ett skämt

Mansröster, jag blundar och hoppas att det är en kvinna men förstår att sannolikheten

är liten eftersom en ganska grov, grötig mansröst svarade pojken i receptionen

De har tavlor på djur mitt emot mig i kepsar och med glasögon, ett litet pälsdjur har

klippts in på en rosa bakgrund från midjan/ bröstet och upp och håller i en strut med

rosa mjukglass och den är även försedd med gulbågade solglasögon

25 Juli

The sad girl in hyperspace

Ömsa skinn, klä av sig skinnet, byta kropp, muteras

Inte ha inre organ, ha dem i ett skåp utanför kroppen

Försöka hitta och förstå vad det är för fel på min kropp

Doktorn sa att jag var där för att han skulle bedöma om jag behövde opereras

och det behövde jag inte

Buktningen i diskarna mellan nackkotorna är åldersrelaterad, det vore konstigt om jag

inte hade något som inte stämde, det är helt normalt

Han sa också att det berodde på att jag satt för mycket vid datorn, vilket jag inte gör så

mycket

Sedan sa han att magnetröntgen visar väldigt mycket, väldigt många detaljer och att

det går att se nästan för mycket

21 Juli

Tinnitus i vänster öra, även på dagen, sedan en vecka tillbaka

Sprang, dansade

Efteråt huvudvärk, spända käkar

22 Juli

Blir trött medan jag promenerar ångrar att jag gick ut på

Spåret, känner mig trött, som att det gungar, kroppen och huvudet rör sig långsamt

Trampar upp för en backe

Ångrar att jag gick ut

Huvudvärk, trötthetskänsla svider på vänster sida

23 Juli

Cyklar till Farsta för att hämta ut ögondropparna

Jag är öm och har en svidande smärta i nacken ner i ryggen och upp i bakhuvudet

Bröstkorgen känns trång

Svårt att andas

När jag går

Känner jag mig yr, det gungar lite

Det sticker i händerna, de känns slappa

Och inne på stadsmissionen när jag blåddrade bland kläderna krampade det i höger

handled,

Orkeslös och känns som vågor av feber stillsamma men forcerande rullar över mig,

rytmiskt och adderar till yrseln och vågrörelserna

Svettningar drar genom kroppen

24 juli

Vaknar

Klarar inte av att anteckna drömmen

Har huvudvärk - 6

Känner mig bakfull (drack två starköl och två folköl igår kväll med Cornelia)

Jag önskar jag kunde få se bilderna

Blundar ska sova

Tankarna snurrar runt

Tänker på

Blommor

Hör det höga intensiva bruset som tumlar och känns i mitt vänstra öra

Försöker känna mina fötter

Känner dem men inte resten av min kropp

Den är som en lång rörelse

Som ett oändligt rep

Både mikroskopiskt liten

Och oändligt stor

26 Juli

Jag har tinnitus hela dagen och spänningar i nacke och huvudet. När jag kör bil börjar

jag känna mig dåsig, nästan hög runt 15, har inte kontakt med mina känslor men som

ett isande leende i bröstet, sedan den otroliga tröttheten och allt blir mörkt inuti, jag

förebrår mig själv, är ledsen, skäms över det egentligen men känner någonstans ilska,

som är gammal, djup. Känselförlust, stickningar i händer och armar. Sömnig, somnade

på sängen. Kände mig tung som bly, trodde inte jag kunde röra mig, var som häftad

vid madrassen.

27 Juli

vaknade, hann inte anteckna dröm.

det svider i livmodern 3

spända käkar 4

spända axlar 4

huvudvärk vid tinningar och in mot huvudet 4

Andning ytlig

gick en promenad innan kl 10, min fötter kändes som stela klumpar

Kanske sedan jag skulle teckna av dem och såg att de ser ut som stela klumpar

Ska sova nu
Blåser hårt i vänster öra
Tog tre tabletter Saroten
Trots att jag sluddrar när jag pratar,
Nu kommer jag kanske falla djupt ner i helvetet
Högsta dosen

12 augusti
Osteopat
Flödet lite bättre
Hon hittar något på höger sida, fascian vid äggstocken
Är lite snedvriden, hon försöker hjälpa kroppen att justera,
Vätskan runt huvudet trångt, dålig flöde
Hon behandlar mig länge känns det som
Jag berättar att jag ska sluta hos min terapeut och är lite känslomässigt labil.
För jag kommer sakna henne.
När jag går upp mot mosebackes torg från Götgatan
Är min kropp.... Tung, benen tunga som bly, flytande
Jag känner mig som en snigel som hasar sig uppåt.
Gravitationen,
Var tvungen att åka in
Och nu måste jag känna
Hur mycket tyngre gravitationen blir
På de folksorlande gatorna.
Varje människa som passerar
Trycker en våg av känslor mot mig.
När Julie var här igår kände jag hur min kropp härmade hennes kropps rörelser, mitt ansikte hennes mimik
Den här gången tänker jag inte tappa trådarna innan
Den smärtade kroppen är ett fängelse samtidigt som det är väldigt nära saligheten.
Denna erfarenhet har jag alltid haft, sedan världens vibrerande intryck gick rakt in i mig

Som hjälper till att höja stämningen. Men spänningarna i kroppen rör sig i en cirkel,
Runt ögat, ber till axeln, genom den andra axeln in i huvudet till det högra ögat och tillbaka till det vänstra ögat igen. Intrycken från mängden av människor kommer som gummi. Dämpade och elastiska, med förskjutningar. Kvinnan mitt emot har en stor kroppshydda som gungar med tågets rörelser. Ibland tar smärt-cirkeln vägen genom käkarna och munnen istället för ögonen. Kroppen pulserar. Igår i min infra-bastu kände jag hur min puls slog dubbelt så fort än vanligt och pulserade högljutt i öronen, i magen, i huden som svettades. Jag krälade ur bastun som är som en tub och tröjan och byxorna var fastklibbade vid kroppen. Jag drog av dem och släppte dem i en tung hög mot betonggolvet.
Dörrarna stängs och det skakar i min kropp, sedan tar vagnen fart och glider framåt, skakande, ryckande, med inbromsningar i den höga hastigheten som känns som ett sug i magen och får alla kroppar i vagnen att röra sig.
Min livmoder krampar ännu i en rytm, och ljuden från tunnelbanan låter som en sugande storm, tryck och friktion... Tunneln suger fram tåget och min livmoder suger krampaktigt, det är ligamenten, det är bindväven, det är fascian. Osteopaten sa att ligamenten runt livmodern mellan äggstockarna och tarmarna var tigha och spända.
Endometriosis: Studier visar att sexuella och/eller fysiska respektive psykiska övergrepp är överrepresenterade hos denna grupp av kvinnor. Barntrauman kan göra så att en blir allvarligt sjuk. Ser fram emot en mindre traumatisk barndom i mitt nästa liv. Klockan 14.26. När jag går över torget i Kista kommer jag på att jag glömt att ta mina mini-piller. Smärta i livmoder 5, klockan är 16.08, vi passerar Skanstull. När jag var hos Ann: emdr mot smärtan i livmodern. Kände mig hjälplös, stressad, besvärlig. Jag har haft ont i livmodern hela dagen. Nu har jag tinnitus, känner mig ensam, efter terapin. Hjärtat värker. Det har kommit ett klibbigt sekret från livmodern idag. Jag tog tabletterna vid 17 men det hade redan kommit igång, det är en märklig process, de innehåller gestagen. Doktorn som jag träffade förra veckan sa att de kan ge huvudvärk. Och att det finns vätskor som flödar i kroppen och att östrogen gör att flödet upp till huvudet blir sämre. Sedan att det är klämt och tigt mellan mina nackkotor. Imorgon klockan elva ska jag till gynekologen

Smärtan är allt när jag ligger på en bår med hjul på gyn-kliniken,
De har satt in en spiral och smärtan är som volanger som böljar
Från livmodern, fittans yttre delar, från äggstockarna ner i fötterna, från livmodern ut i ryggen, från äggstockarna ut i armarna och fingrarna domnar bort
Jag ser på fönstret till höger om mig
Och föreställer mig att jag slänger mig ut
Och smärtan går över

13 augusti
När jag kommer in i läkarrum är det inte Peter jag träffar, så jag frågar kvinnan som är tjugis om vart han är och hon svarar semester. Finns inte så mycket hon kan göra för mig tänker jag, men berättar lite, ännu problem, huvudvärk, Saroten har tagit ner smärtan något men gör mig trött, yrslig, sluddrar när jag pratar
Läkaren sa att mini-piller, östrogen gör så att flödet inte går upp i huvudet. De hittade C1 och C2 diskarna, de är och hon visade med båda sina händer, klämde ihop dem till nävar framför sitt ansikte och jag hjälpte henne hitta ordet och sa: Tigha? Ja precis, tigha. Berättade om fallet, hjärnskakningen, hon sa att det kan vara det. Jag försöker lite med neuroborrelis men hon nappar inte så mycket, men tillslut när jag förklarar allt tillsammans och mitt tillstånd idag, säger hon att det kan vara allt sammantaget. Jag berättar att jag inte kan jobba men ska gå en kurs till hösten: ja, det är bra säger hon. Jag frågar om sjukskrivning, hon säger att det är minimum, jag kommer att få minimum och kan inte få CSN under sjukskrivning. Så jag förstår. Har ändå inget jobb. Måste ha jobb till våren.

22 augusti
Jag går ner för trapporna från gröna linjen till den blåa linjen när kramperna från livmodern börjar komma igen. Jag ska ta tåget mot Akalla till terapin. Detta är det 19de och sista halvåret. Vi kommer att påbörja men inte fullfölja ett tionde år. Det är fullt av människor på perrongen. Jag känner mig extatiskt levande. Kanske är det den förebyggande medicinen som jag äter mot migränen och smärtan, som från början är ett antidepressivt preparat

25 augusti
Jag har sovit dåligt
När jag vaknar är jag trött.
Är i Göteborg.
Dricker tre deciliter vatten med Celtic salt
När jag stiger upp
Innan jag ärter chiapuddingen.
Eftermiddag
är mycket trött,
men klarar att bära upp saker för trappan,
flera varv från bilen, det är tungt.
När Tina rörde vid sin mage med flickan i, gjorde jag likadant med mina händer och min mage
I sängen ska sova
Huvudvärk 3 dunkandes i pannan och spänner bak i nacken
Magen låter högt och oroligt
Händerna känns slappa, pirrande och svaga
Jag är glad, ser igenom smärtan
Det med att inte vara bedövad, ett rehab som går ut på att bli av med bedövningen
Simone weil: ”Leva naket och fastnaglat vid livets träd ”
Så angav Simone weil en gång vad hon fann vara väsentligt och eftersträvarsvärt.
Man kan säga att hon törstade efter verklighet till varje pris
Och att hennes törst var så djup att hon tvangs att slita alla slöjor
rensa bort allt synförvillande glitter, förkasta alla hemgjorda törst-gudar. Vad återstod?
nödvändigheten, sanningen, det hela som måste älskas tvärs igenom lidandet och det upplevda onda. Gud / baksidestexten gravity and grace

26 Augusti
Vaknar
Drömmer om högar
Har ont i käkarna, och tänderna, är torr i munnen

Har ont i nacken
Och blir väldigt trött och svettig när jag bygger i hop maskinen
Har huvudvärk 4
Julie är som mitt fönster ut
Andas ytligt, kom ihåg att andas medvetet några minuter
Dricker mycket te klockan är 17.15
Det är metalliska ljud av skrot som lyfts och läggs ner utanför
Blandat med sova och gälla röster.

INTRODUCTION

35

upon her. They met and he introduced her to the metaphysical poets of the seventeenth century, notably to Donne, Crashaw and most importantly to George Herbert's poem 'Love'. This poem was to have great significance in her life since:

I used to think I was merely
reciting it as a beautiful poem,
but without my knowing it the recitation
had the virtue of a prayer. It was during
one of those recitations that, as I told
you, Christ himself came down and took
possession of me. (Weil, 1951b)

The events that had taken place in Portugal, in Assisi and in Solesmes provided her spirit with a new certainty and her private writing with a new language. In her vocabulary was now included the word God. Her public writing at this time reflects secular preoccupations and it was during this period, from 1938 to 1940 that some of her most powerful essays were written, among them 'The Iliad or the Poem of Force', and 'Some Reflections on the Origins of Hitlerism'. They compare the latter totalitarianism with the Roman civilization whose influence she considered to be at the root of many of the ills of modern society. A devoted Hellenist, she attributed much of what was worth preserving in the

death amply show. Withly summing up her refusal of the martyr's crown, Thibon, one of the many whose lives were profoundly and permanently affected by her, writes:

In the great volume of the universe, as she read it, her ego was like a word which she had succeeded, perhaps, in *erasing*, but it was still *underlined*.

LOVE

Love bade me welcome: yet my soul drew back,
Guilty of dust and sinne.
But quick-ey'd Love, observing me grow slack
From my first entrance in,
Drew nearer to me, sweetly questioning
If I lack'd any thing.
A guest, I answer'd, worthy to be here:
Love said, You shall be he.
I the unkinde, ungratefull? Ah my deare,
I cannot look on thee.
Love took my hand, and smiling did reply,
Who made the eyes but I?
Truth Lord, but I have marred them: let my shame
Go where it doth deserve.
And know you not, sayes Love, who bore the blame?
My deare, then I will serve.
You must sit downe, sayes Love, and taste my meat:
So I did sit and eat.

George Herbert

REFERENCES

Cabaud, J. (1964), *Simone Weil: A Fellowship in Love*, Harvill, London;
Channel Press, New York, 1965. Originally published as *L'Expérience*
Vécue de Simone Weil avec de nombreux inédits, Plon, Paris, 1957.
Eliot, T. S. (1952), 'Preface' in Simone Weil, *The Need for Roots: Pre-*
translated by A. F.