

TORNAR A SER TU (basat en fets reals) Pseudònim: Tendresa Grup: G1

“Sento que m’estic morint. El meu cor encara batega i ja quasi no el sento. Només hi ha un gran buit al meu pit. No em reconec, no soc jo. Algun moment decidí en la meua vida m’ha portat a aquesta terrible situació, a aquest malson. Un pensament tan fals i tan real alhora m’ha anat destrossant poc o poc. Sense adonar-me’n he perdut la meua essència, la meua personalitat, la meua felicitat.

El meu altre jo s’ha volgut apoderar de mi, m’ha enganyat, m’ha traït.”

És difícil d’entendre. La gent que no ho ha viscut no ho pot assimilar. Ho entenc. És normal, jo tampoc ho feia. I sense adonar-me’n he viscut d’esquena al problema, inconscient que el meu altre jo m’estava atacant dia rere dia subtilment, sense fer soroll. I l’aparent seguretat que mostrava als altres m’impedia veure la realitat que m’assetjava. A mi no em podia passar mai. Era impensable. Era...

- Com ha pogut arribar a aquesta situació tan extrema? Què no ho veu?
Per què segueix? Per què es fa mal? es pregunta la gent quan et mira.

Impotència. Aquesta és la paraula que millor descriu com et sents quan t’ataques a tu mateix. Tot està fet. Jo soc la responsable. Ningú no en té la culpa, és l’altre jo que tens dins del cap que et traeix i t’enganya sense mostrar-se.

És increïble com els simples números d’una balança poden canviar tan dràsticament la vida d’una persona. L’obsessió comença pel menjar, les calories o els greixos...La imatge perfecta és capaç d’ensorrar la teua vida. Pensaments ficticis que envaeixen la ment. Entres en un bucle interminable

que fa que ets tornis addicte a la perfecció. I el procés per aconseguir el pes ideal mai s'acaba, ans al contrari, cada vegada és més rigorós.

Necessites fugir d'aquest bucle que s'està apoderant de tu. Vols tornar a ser la persona senzilla i sense preocupacions, de sempre. Vols gaudir d'una vida que comences plena d'oportunitats que no pots desaprofitar. Fins que tu mateix t'inventes una lluita interior contra tu, contra el teu físic. I tot se'n va a norris.

Al principi estàs realment orgullós de tu. Ho estàs fent bé, estàs aconseguint els teus objectius. El pes ideal. La figura esvelta idònia per agradar. Tot és bonic i ets sents millor. I els objectius es van aprimant cada cop més. Com tu.

Tanmateix, el sentiment d'eufòria desapareix ben ràpid i es torna obsessió. No pots parar. És impossible. En vols més i més. Mai estàs conforme amb el que has aconseguit. Penses que si has arribat fins aquí, també pots seguir i arribar més lluny. Cada dia una mica més, va, que no passa res, ara ja ho saps fer!

L'únic capaç de salvar la teva vida és adonar-te tu mateix del problema. Si no ho fas, estàs perdut. Però, tot i ser conscient del que estàs fent, sortir del bucle no és gens fàcil. Pot semblar-ho, però la ment juga molt males passades. És intel·ligent i manipuladora i ara ja sap com manegar-te.

I aleshores descobreixes que al cap hi tenim dues veus diferents que ens parlen constantment. Una d'elles, la "bona" vol tornar a la normalitat, a la pau de la que gaudies ja fa un temps. L'altre, la "maligna" no et deixa ser lliure, et manté sotmesa a l'infern i t'empeny a fugir de la llum, cap a una foscor incerta.

Hi ha moments que t'adones del que t'està passant i vols fer cas a la veu bona, però quan arriba el moment de fer-ho, no ets capaç. Tens por de l'altra veu. Sents un gran nus a la gola i no ho fas. Realment no saps perquè, però hi ha

quelcom que no et deixa reaccionar i et porta una altra vegada a jutjar-te amb mals ulls.

És cert que sembla un camí sense sortida, i no veus la llum del final. El temps passa molt ràpid, tant que no trobes el moment de canviar i millorar perquè la veu maligna t'ha ben enxampat. I et fa pensar que la setmana vinent ho faràs millor, i l'altra encara més i així consecutivament, sense saber que el final d'aquest camí és el teu propi final. Estàs presonera de tu mateixa, i en el fons estàs sotmesa a la societat que ha creat uns estereotips de màrqueting falsos que fan que perdís la personalitat i esdevinguis una víctima més del sistema.

I no saps per què però només vols que es pari el temps, estar en pau i deixar de respirar per sempre, ja no pots aguantar més aquesta pressió.

És frustrant veure com tothom segueix la seva vida amb normalitat, aliens al teu problema. Mentre tu no vols ni pots llevar-te del llit. El pitjor moment és quan els que t'estimen s'adonen dels teus canvis i pateixen perquè no saben què fer, no s'hi han trobat mai. I planten cara a una malaltia desconeguda que està dins del teu cap. I lluiten amb tu i per tu. Estan al teu costat, potser no t'entenen al principi, però t'escolten. I van descobrint aquell altre jo que et devora poc a poc i que els vol devorar també a ells. Però no, ells no es deixen enganyar, no escolten aquella veu que fa tan mal i no permetran que et torturi més. Poc a poc rebaten els seus arguments fins que el deixen sense força. El meu altre jo està vençut però continua allí, impassible, esperant el moment idoni per tornar a atacar. I jo ho sé i em sento tan vulnerable que tinc por que em torni a fer mal.

Després de viure en una solitud i una foscor que s'apodera de la teva personalitat, veus la llum del final del camí i penses que tornes a ser tu. Ets la mateixa persona i tens l'oportunitat de tornar a començar. Depèn de tu escollir la llum o enfonsar-te més. Jo vaig escollir la llum, ser jo. I ara ja tinc clar que el dolor mai se n'anirà, i que el meu altre jo encara hi és, però ara ja he après a conviure amb ell.