

Desventures d'una depressiva

Neus Planelles



Capítulo 1

Desperteu-me d'este malson. La meua ànima inicia el plor, el meu cervell es torna boig i s'enterren les bones vibracions. No vull viure més així, no pel mal de cap o mal de pit sinó pels comportaments estranys que m'obliga a fer la meua ment i no sé païr. No puc construir un bon camí mentre el meu estat psicofísic estigue així. Son ferides invisibles que em deterioren diàriament. Només les pastilles em calmen i no completament, els seus efectes secundaris no se'ls endú el vent.

Com m'agrada la depressió, és una fidel companyia, no em deixa sola ni de nit ni de dia, ve en mi incondicionalment encara que li demane que se'n vaja, és com un tall profund d'una afilada navaja, com les urpes afilades d'una salvatge gata.

(continuarà...)

Capítulo 2

(... continuació).

Part 2.

Tinc algunes aspiracions per a viure, però al meu cor li han llevat el somriure. Les il·lusions amainen de potència, i a conseqüència, no es vol però als malpensaments es té tendència. Tinc molts projectes abans de morir i els vull fer realitat però la ment només em deixa sola a la nit, per això no vull despertar, perquè si desperto ella no em deixa de parlar i m'amenaça en que els projectes s'esfumen en una estrella fugaç i que acabe amb el suïcidi al no comptar amb alguna cosa que m'empempte a volar.

(continuarà...)

Capítulo 3

(...continuació)

Lluite una guerra dins el meu cervell. Em pregunte perquè, encara que últimament siguen esporàdics, em toca viure brots psicòtics, visions. Em toca, no hi ha més, no puc fer res per a que desapareguen més ràpid.

Odie profundament no estar bé, no estar equilibrada, perquè això provoca no saber encara quina decisió prendre amb una persona molt propera a mi. Perquè jo l'estimo molt, no puc pensar en cap altra persona, però al mateix temps em dona respecte, no em sento del tot segura al seu costat si no hi ha algú més. I és que no funcione bé la meua ment, i això fa que tingue certs comportaments que, per més que diga a la família que els tracten com normals, no ho acaben d'entendre. Ells volen una sol·lució ja, la persona tant propera a mi vol ja que ho tinga clar amb ell. I la meua ment no ho sap contestar tan ràpid, no puc donar respostes i no m'agrada. Només jo, algú que haurà passat pel mateix i els metges saben que la depressió és més lenta de passar. I em pot arribar a agobiar que el meu entorn em qüestione i jo només saber dir "tracta-ho com una cosa normal, és així i punt". Perquè em coneixen d'abans de tot això i abans no era així.

La meua ment plora sense llàgrimes, els meus llavis se'n van cap a baix mentre el meu cervell intenta cercar una resposta nova sense surtir-se'n. I estic en un bucle o, com diria la meua expsiquiatra, una croqueta.

(continuarà...)

Capítulo 4

Sola.

Tinc a la meua família i amics al meu voltant però estic vivint la enfermetat sola. Perquè ningú s'imagina o entén els efectes cognitius, psicosocials i afectius que estic patint. Per no parlar de la reducció del cervell.

Ningú t'ho explica. Només t'enteres si tens curiositat i googletges un poc per a saber més de tu sobre la depressió: de com pots reaccionar, del que és "normal" amb el teu comportament i el que no, consseqüències, etc.

Per això, per més gent que tinguis al teu voltant, sempre ho vius sol/a.

És trist però és real.

Capítulo 5

Tinc ganes de tornar enrere en el temps,
em conformo als últims nadals,
que tots estàvem la mar de bé,
sense sensacions estranyes que no sapiguera explicar.
Maleïda enfermetat, perquè vas vindre a mi?
Crec que no em meresc, ni de bon grat, estar així.
Perquè Deu va decidir que jo tingués depressió?
Si em volia fer un favor,
preferisc una ràpida mort
que no estar vivint cada dia
esta repugnant agonia,
que diuen que s'acabarà en agost
però de les seqüeles tinc temor.

Capítulo 6

Estic sonada, ja ho tinc assumit,
el meu cervell és bipolar,
hi ha estones que el vol abraçar
i d'altres que s'escaparia fugint.
El meu cervell em vol tornar boja,
li costa prendre decisions importants,
jo intente que no m'afecte ni la sombra,
però realment és un malson del que no sé despertar.

I cada dia es repetix des de fa dos mesos,
semblant un allioli que es lliga lento,
des de fora ningú veu com et destroça interiorment,
cada dia, cada minut, a cada segon, la teua ment.

Capítulo 7

No em veig en forces per aixecar-me
perquè mentre dorm
el meu malestar es silenciosa,
l'única estona que para de torturar-me
el meu cervell, qüestionant-me temors,
posant al límit la meua sapiència.

M'he alçat i m'he dutxat
que tampoc és bó estar-se al llit
perquè, sense voler, més et pots ratllar
i ser una croqueta d'on no pots sortir.

Pensant-ho bé, millor no despertar
per a no espantar a la gent.
Oblidant-me del que acabe d'escoltar,
pegant botets d'alegria sense més
o, quina decisió prendre, costar-me pensar.
Perquè la societat no sap que tens una enfermetat
i et veuen actuar diferent
al que acostuma a ser normal

i et posen l'etiqueta de "retardat"
quan realment desconeixen el patiment
cognitiu, físic, social i moral
que vius, sí o sí, diàriament
sense que tu ho hages triat.

Capítulo 8

Capítulo 9

Després d'un any torne a escriure.

He trobat noves motivacions

que m'han dibuixar un nou somriure

i m'han fet oblidar la depressió.

Me van informar d'un diagnòstic

que va canviar la meua vida.

Respostes a tants interrogatoris

sobre perquè mai m'entenia

al comunicar-me amb la família.

Puc dir que sóc autista

sense ninguna temor.

Hui aprenc seguidament

sobre la meua ment

per dir alguna pista

a qui em vullga ajudar

quan estic en una crisi,

qui m'ajude a brillar

i no m'apagui el ciri.

