

Publicerad 2014-03-23 21:31 av fundamenten

Den där känslan, som uppstår varje dag i din taggiga själ.

Livet i handen

Du har en känsla. Den känslan är ångest.

Idag är det jätte vanligt att tonåringar lider av deprission och ångest.

Jag vet hur det känns att inte bli accepterad för den man är.

Man rangordnas efter hur man mår. Vilket är fruktansvärt fel. Man blir kallad för "emo". Enligt personerna som kallar dig för "emo" vill du må dåligt, du vill ha ett självskadebeteende.

Men de har så fel. Fruktansvärt fel.

Emo är en musikstil. Det har ingenting med en persons mående att göra. Absolut ingenting.

De namnstätter ett beteende. Ett beteende som kanske är en persons liv.

De personer som inte namnsätter beteendet försöker oftast trösta dig med att säga snälla saker. Men de snälla sakerna går inte in i ditt huvud. Det är en vägg. En vägg som hindrar orden från att komma in i din mörktänkade hjärna. Du vill inte att de positiva orden ska komma innanför väggen.

I ditt hjärta är det en klump. En klump av taggtråd. Denna klump trasslas upp lite för varje gång du gör ett framsteg. Men framsteg är inget som händer ofta. Snedtramp inträffar.

Du kommer vara rädd för att bli bortglömd. Du kommer känna dig bortglömd. Förvirrad. Som ett höstlöv mitt i sommaren. Precis lika ensam.

Jag har ett beteende. Ett beteende som är en del av mig. Detta beteende gör så att jag inte orkar vara med på idrotten. Det skrämmer mig att bara prata om det.

Ångest är en bitande, gnagande känsla. En kännsla som alltid finns i din själ.

Du är inte van vid att vara en deprimerad, ångestfylld själ. Du är van vid att allting är bra. Nu är det inte längre så. Nu är allting mörkt. Allt glatt är borta.

Man kanske lyckas se glad ut i skolan. Men på insidan är det är taggigt, svart kaos. Det är ett svart, ingrott hål i själen. Hur mycket du än försöker får du inte bort hålet. Hålet skapar en trygghet hos dig.

Det här är ingenting man har valt själv. Det är ingenting man vill. Det blir såhär när kroppen och hjärnan blir full med dåliga tankar. Du blir ett vrak. Ett vrak som aldrig kan lagas.

Det sätter spår i dig. Både på insidan och utsidan.

Man kan inte kontrollera vad man vill. Jag vill må bra men samtidigt inte.

Jag vill lägga ifrån mig det vassa som har skapat blod på min nakna, bleka kropp.

Jag vill det.

De personer som klarar sig ur sitt beteende och mående är fantastiska. Jag ser upp till dem personerna fruktansvärt mycket. Jag vill också kunna vara en av dem.

Dina föräldrar kommer till en början att bli arga på dig. Men det handlar inte om ilska mot dig. Det handlar om att de inte vet hur de ska behandla situationen. Sedan kommer de att börja säga massa tröstande saker. Men det kommer inte hjälpa dig ett skvatt.

Den där taggtrådslumpen i hjärtat kommer bara att växa sig större ju mer komplimanger och bra saker du får höra om dig själv. För du vet att det inte är sant det de säger till dig. De snälla, fina orden kanske hjälper dig för stunden men efter ett tag läggs de bara på lager i ditt taggiga hjärta.

Du kommer inte känna dig accepterad för att du inte mår som de andra i din omgivning. Men du kommer

inte vara själv om att må dåligt. Det finns fler som har ångest. Det finns fler som är deprimerade. Du kommer inte vara ensam. Men du kommer känna dig väldigt ensam. Utestängd från verkligheten. Dina äkta vänner kommer att vara hos dig föralltid.

Men du kommer göra framsteg. För du är stark.

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren fundamenten med Poeter.se id #47277 innehar upphovsrätten