

## PER ASPERA AD ASTRA

Izgubljena sem. Le ena izmed mnogih, ki išče smisel v labirintu življenja. Vdihnem. Poskusim zbrati misli, najti pot. Ne uspe mi. Poskusim ponovno, spet neuspešno. Takrat zaprem oči in diham. V tem trenutku samo sem. Jaz, preprosto dekle, ki se skriva za nasmehom in se bori z obsesivno kompulzivno motnjo, z občasnim depresivnim počutjem.

Vse se je začelo v 8. razredu in to s slivami. Da, slivami, ki jih zdaj ne maram več. Zaradi teh sem prvič občutila občutek umazanosti. Preprosta stvar je torej sprožila komplicirane procese, ki jih še sama ne razumem dobro. Predstavljajte si. Sedite za pisalno mizo, se učite, čeprav se ničesar ne naučite. Vseeno vztrajate. Naenkrat se prikrade tiha misel: Umij si roke. Vprašam se, zakaj bi si jih umila. Ne uspem odgovoriti, saj slišim samo še tih glasek, ki govori naj si pohitim umiti roke, saj so umazane, na njih nimam več pravega občutka. Med hojo do kopalnice skrbno pazim, da se ničesar ne dotaknem, niti lastnega telesa. Pri umivalniku se pogledam v ogledalo in si zabičam, da si bom roke umila le dvakrat. Seveda po ustaljenem ritualu brez katerega ne gre. Odprem pipo in nemudoma pričnem šteti. 1, 2, 3, 4. 1, 2, 3, 4. 1, 2, 3, 4. 1, 2, 3, 4. Prvi krog je mimo. Namilim roke, ponovno štejem. 1, 2, 3, 4. 1, 2, 3, 4. 1, 2, 3, 4. 1, 2, 3, 4. Uspelo mi je, samo še par vmesnih krogov in še enkrat namilim, pa bom končala. Seveda spet štejem, a tu se zakomplicira. Po nesreči se dotaknem umivalnika. V trenutku začutim nepopisno napetost, ki z vsako stotinko sekunde narašča. Vem, da moram to zdržati (tako vsaj pravijo na tedenski terapiji). Poskusim, ne zdržim niti pet sekund. Vdam se. Začnem od začetka. Zazdi se mi, da sem se z vodo poškopila po komolcu. To ni mogoče, saj nisem tako škropila. Kaj pa če je vseeno mogoče? Pomislim, v glavi ponovim celoten postopek. Je v resnici mogoče? Ne. Toda, kaj pa če si se vseeno poškopila? Mogoče pa sem se res, zagotovo sem se. In sem spet na začetku. Pri štetju, miljenju, odpiranju pipe, umivanju rok do komolcev za vsak primer. Ne zavedam se kako, a mine več kot 15 minut in jaz sem še vedno na istem mestu. Čutim rahlo bolečino v hrbtu. Ignoriram jo, saj še nisem končala. Nekje vmes sem začutila potrebo, da si umijem še obraz. Postopek se vedno bolj podaljšuje, ni mu videti konca. V meni narašča jeza, strah, panika ... Nemoč. Eden najhujših občutkov. Kot robot ponavljaš stvari, počutiš se neumno, pravzaprav noro. A vztrajaš pri ritualu, saj si nemočen. Misli in bolezen prevladujeta v tvojem telesu. Vedno znova zmagata nad tabo in počasi se identificiraš z boleznijo. Izgubiš se.

Tako sem danes tukaj, kjer sem. Sedim na udobnem kavču v svoji sobi z depresivno glasbo v ozadju, po majhnem prepiru s starši, ki so drugače super. Ne vem, kaj naj sama s seboj. Zabredla sem tako globoko, da ne vidim izhoda. Z boleznijo se borim že šesto leto, čeprav sem si šele pred dvema letoma priznala težavo. Ne bom lagala, težko je. Presneto težko. Zjutraj, ko odprem oči, nikoli ne vem, kakšen dan me čaka. Bo dober? Bo kaj sprožilo neželene občutke? Bom naenkrat postala nedružabna in želela umik? Nikoli ne vem, kaj me čaka. Pa saj nihče izmed nas ne ve. Vendar je to vseeno drugače. Nekoč se mi lahko zgodi, recimo na moj poročni dan, da bom preprosto dobila občutek umazanosti in odpovedala poroko. Vse je mogoče. Nikoli ne vem, kaj bo. Moj vsakdan je napolnjen s številkami, čeprav matematike sploh ne maram. Napolnjen je z nenehno rutino, ne tisto zaželeno, temveč s pretirano. Kljub rutini ni v mojem življenju nobene stabilnosti. Nek trenutek se bom smejala na ves glas, v naslednjem bom že za zaprtimi vrati tlačila vase solze. A to še ni najhuje. Zelo malo ljudi ve za moj skriti svet. Le družina in nekaj najožjih prijateljev. Ravno te osebe so moje največje trpljenje. Pogled na njihovem obrazu, ko mi gre na slabše. Nemoč, ko ne vedo, kako mi pomagati. Obup,

saj tudi sami počasi, a vztrajno, izgublajo upanje ... In težave, skrbi, za katere sem kriva jaz, moje stanje. Konstanten občutek odvečnosti, krivde in bremena. Globoko v sebi se zavedam, da me ti ljudje ne bodo nikoli zapustili ali obupali nad mano. A še vedno se jim težko zaupam ter prosim za pomoč, saj se takoj počutim krivo, da jih preveč obremenjujem. Vse skupaj je zaklet krog z globoko skritim izhodom.

Kljub vsem problemov, občutkom in izgubljenosti pa nekaj vem. Samomor ni nikoli rešitev. Stara sem 18 let in se borim s težko duševno motnjo, ki zame predstavlja vsakodnevno borbo same s seboj. Ni smrtna, čeprav je v skrajnih primerih tudi lahko. Velikokrat imam občutek, da ne zmorem več, duši me, čutim, da me pritiski z vseh strani počasi teptajo. A niti v najtemačnejših trenutkih ne pomislim na samopoškodovanje ali samomor. Raje pomislim na vse lepe trenutke, ki sem jih že doživela, na družino, prijatelje, ljudi, ki me imajo neizmerno radi. Pomislim na vse, kar še želim videti, občutiti, doživeti, na vse, kar me v življenju še čaka ter na vse, kar bi pogrešala iz tega sveta. Spomnim se tudi vseh potovanj na drugi konec sveta in kako na robu živijo nekateri ljudje. Ljudje v Aziji in Afriki. Brez vsega so se še vedno sposobni zjutraj vstati z nasmehom. Zakaj ne bi poskusili tudi mi?

Marsičesa v življenju ali na svetu ne štekam, vem pa to: Težko je. Morda ne vidiš izhoda, a verjemi, da je. Nihče, razen ti, ga ne bo našel. Ta izhod absolutno ni samomor. Prenehaj se smiliti sam sebi, zavihaj rokave in se loti dela na sebi ter poišči svojo srečo. Vedi namreč, da je le ena pot do zvezd. In to ta, skozi trnje.