

Még sose írtam komolyan, így nem nagyon tudom, hogy is kell, de megpróbálom minél jobban leírni az én és sok másik fiatal történetét, hogy több megértést és figyelmet kapjunk, amikor igazán szükségünk van rá. Mindenről amiről beszélni fogok nem egyszerű beszélni és összességében megnyílni sem mindig könnyű, és szerintem sokan mások is érznek így, ezért is fontos, hogy azok helyében is szóljak akiknek nincs rá lehetőségük, de ez mégis az én történetem és az én élményeim. Az anonimitás érdekében minden nevet megváltoztattam.

Nem tudom, hogy hogyan is kezdjek neki, ez olyan, mint, amikor megkérnek, hogy mondj magadról pár szót és elgondolkodsz, hogy mi lehet, amit mások mondanának rólad, ha körül kéne írni téged és mi az, amit te osztanál meg magadról. Mondj pár szót magadról, ebből sose lehet igazán megismerni valakit, ezért kezdem a legelején, hogy talán megismerjetelek vagy legalább is azt éreztétek, hogy megismertetek. Egy szerintem teljesen átlagos családba születtem, van egy 3 évvel idősebb nővérem, Szofi, és két szülőm, anya és apa. Az első emlékem, az, amikor a kórházban töltöttem 1 éjszakát, mert tüdőgyulladásom és magas lázam volt és anyáék aggódtak, hogy valami nagyobb bajom lesz, ezért bevitték a sürgősségre, anyáék elmondása szerint az ügyeletes orvos még fiatal volt, így nem mert minden nélkül haza engedni, így bent tartott engem. Egy szobában voltam egy újszülött kisbabával meg egy velem egykorú kislánnyal. Kaptam egy infúziót és anya végig mellettem volt, hozott csokis győri édes kekszet és megkínáltuk a kislányt, a kislány végig ugrált és beszélt, így azt néztük mikor fullad meg vagy hány keksz evés közben és valamiért nagyobbak mármint idősebbnek éreztem magam nála. Mindvégig ameddig bent voltam nem jött látogatóba senki a kisbabához, de velem ott is aludt anya és végig sajnáltam szegény kisbabát, emlékszem a gondolatra, hogy, hogy lehet valaki olyan szülő, hogy nem jön be a beteg kisbabájához a kórházba, persze akkor nem gondoltam, hogy nem biztos, hogy volt lehetőségük rá, ekkor 2-3 éves voltam, de nagyon sok emlékem van arról, ahogy megformálódik egy gondolat a fejemben, ezt nagyon érdekesnek találtam mindig is. Akármikor a gyerekkoromra gondolok mindig szép dolgok jutnak eszembe róla, ahogy az anyai nagypapámmal és a feleségével aki nekem nagymamám volt a kertjükbe jártunk és mindig az odavezető úton megálltunk egy büfénél és vettünk husit meg vittünk kovászos uborkát papának meg csemege uborkát nekünk és később a nap folyamán azt ebédeltük, vagy, hogy az oviban minden fiú belém volt szerelmes és minden lánnyal jóban voltam még az óvodás ballagós kiskönyvembe is azt mondták rólam a többiek, hogy bármi konfliktus volt mindig mentem és segítettem és megoldottam és ezt persze később visszaolvasni mélységes jó érzéssel tölt el és nagyon örülök, hogy, így gondolkodtak rólam. Az oviból ketten ballagtunk el hamarabb, vagyis 6 évesen, de szerintem csak nekem kellett volna, mert a másik lány kicsit még túl izgága volt a sulihoz. Ugye milyen érdekes, hogy azon mérjük, hogy ki iskolába való, hogy kit tud csendben megülni? De én se tudtam csendben megülni, emlékszem, hogy ültünk az oviban a szőnyegen és az óvó néni megkérdezte mindenkitől, hogy mikor van a

születésnapja és csak én tudtam megmondani meg amikor volt egy olyan nap, hogy bejöttek a szülők és nagyszülők megnézni minket és matek feladványokat kellett megoldani és megnyerte a csapatom, mert mindegyikre tudtam a választ, ezért is érezhettem magam iskolába valónak. Egy igazán intelligens és eredményekben is kiemelkedő gyerek voltam, de iskolába kerülés után gyorsan elvesztettem a motivációm. Az oviban két fiú volt, akihez közel álltam igazán, de igazából csak egyhez álltam közel, akivel mindig jókat beszélgettünk és mindig társasoztunk és az ő elmondása szerint mindig megvertem, de én csak arra emlékszem, hogy nagyon jól éreztem magam vele. A másik fiú meg érdekes volt, népszerű, egyszer az óvó néni asztala alatt adtam neki egy szájra puszt, visszatekintve minden értelmet nyer, hogy már akkor is ő érdekelt jobban, pedig ott volt egy értelmes, aranyos kisfiú, de akinek szájra puszt adtam, őt mindig is utáltam egy kicsit legbelül, mert mindig menőzött meg rosszkodott, de velem olyan kedves volt, hogy megfogott valamiért, pedig most se vagyok az a majd én meg tudom változtatni lány. A másik nem mindig fontos szerepet játszik a fiatalok életében, az önmegevalálásban, így nekem is fontos szerepet játszik, de ezt magamnak se szeretem bevallani. Általános iskolában volt az osztályunkban egy matek tehetségcsoport és a csoportot tízen kezdtük, 7 fiú, Luca meg egy másik lány és én. Egy idő után Luca és a másik lány is abbahagyta, mert nem ment nekik elég jól. Heti egyszer volt óránk a csoporttal úgy éreztem, hogy minden órán bizonyítanom kell, hogy odatartozok és ugyanolyan értékes része vagyok a csoportnak, mint a többi fiú tagja. Egyszer, amikor matek Bolyai versenyre mentünk, akkor két 4 fős csapatba kellett osztódnunk és senki se akart velem lenni és nem azért, mert nem voltak barátaim, mert tele voltam barátokkal, csak lány voltam. A lányok nem okosak, nem viccesek és hisztisek. Szerintem azóta érzem magam mindig hülyének, ha egy fiúval beszélek és ezért leszek kicsit hülye liba és bármit kérdezne egy fiú és pontosan tudnám a választ, akkor se merném mondani, mert ő az okosabb, mert fiú. Valamiért ez nagyon megmaradt az agyamban, talán ez az első emlékem amikor fiú vagy fiúk véleménye miatt teljesen eltorzult a megítélésem és nem valósághoz hú lett az önképem. A környezetünk teljes mértékben befolyásolja, hogy, hogy látjuk magunkat és az, hogy, hogy látjuk magunkat befolyásolja, hogy, hogy fejlődünk és alakulunk. Ez természetesen nálam is így van, sajnos mai napig nem tudtam leküzdeni a mások véleményén való szorongásomat. Mondhatom, hogy ez a közösségi média hatása, de amikor Tiktokot vagy Instagrammot nézek és látok egy szebb, sikeresebb embert nem érzem miatta kevesebbnek magam. Inkább annak a közösségnek a véleménye foglalkoztat, amiben vagyok és a közösség tagjaihoz hasonlításnak a szükségét érzem. A legtöbb ember ki akar tűnni a tömegből és valamilyen formában meg akarja mutatni, hogy ő mitől jobb. Mindig különlegesnek éreztem magam, bár szerintem a legtöbben ugyanígy vannak vele mivel mindenki a saját sztorijában a főszereplő, de ha belegondolok rájövök, hogy nem vagyok különleges és pont ugyanolyan vagyok, mint mindenki más, de mégse érzem azt, hogy beilleszkedek a nagy tömegbe, de szerencsémre van egy pár ember, akik előtt azt érzem, hogy önmagam tudok lenni és nem ítéleznek és beilleszkedek közéjük, mert őket külön egyénként

látom és mindannyian különlegesek a maguk módján. Egyikük, akivel nemrég kezdtem el újra érezni a közelebbi kapcsolatot az Luca. Lucát 6 éves korom óta ismerem, vagyis amióta egy osztályba kerültünk elsősben. Az első közös emlékün, amikor együtt játszottunk és találtam egy katicát és azt mondtam, hogy a katica fontosabb, mint a barátság, persze én erre nem emlékszem, mert sokat hazudtam kicsiként és sok mindent mondtam daczból, de ez rosszul esett neki, ezért nagyon megmaradt. Általános iskolába 6 évig jártam, mivel hatosztályos képzésbe mentem gimnáziumba. A 6 év alatt sok minden történt, sok barátot szereztem és összességében jó 6 év volt, nem volt jelentős problémám amire vissza tudnék emlékezni. Lucával a 6 év második felében lettem igazán jóban, először kialakult egy négyes kis csoportunk két másik lánnyal. A két másik lány egyikével voltam először nagyon jóban, de Lucával jobban összeillett a személyiségünk, ezért végül mi lettünk közelebbi kapcsolatban. Imádtam a lányokat, ezért nem akartam hatosztályosba menni, de anyáék azt látták a legjobb lehetőségnek és mélyen én is tudtam, hogy jobb lenne, de nem akartam a lányokat elveszíteni, de Luca velem jött hatosztályosba, így mindenki nyert. Hetedik osztály előtti nyarán volt sokféle ismerkedős programunk. Volt egy Messenger csoportunk és abban „beszélgettünk” az új osztálytársakkal, persze csak egy két lány írt és a fiúk meg minden hülyeséget írtak be, de még erre is jó visszagondolni. Volt egy olyan nap, amikor megbeszéltünk egy találkozót a víztoronynál, az elején kínosan éreztem egy kicsit magam, mert mindig kínosan érzem magam új társaságban, mert a fejemben mindenki ítélkezik, ami sajnos általában úgy is van. Nehéz elengednem mások véleményét, még akkor is amikor nem is szeretem őket, valamiért nagyon fontos számomra mások elfogadása és szerintem ezzel egyáltalán nem vagyok egyedül. Ezt a megfelelési kényszert sokszor a szociális médiára fogják, de nekem még nem volt olyan, hogy láttam valakit Tiktokon vagy Instagrammon akit nem ismerek és azt gondoltam, hogy bárcsak úgy néznék ki mint ő, mert tudom, hogy amit mutat magából az nem igazi vagy csak a legjobb oldalát mutatja, inkább a beilleszkedés kényszere nagyobb. A beilleszkedés nagyon fontos, mivel az ember társas lény, együtt mindig könnyebb akármennyire szar is legalább együtt vagytok a szarban. Ezért is fontos, hogy találj valakit aki melletted áll és manapság a beilleszkedés nehéz tud lenni, mert egy első benyomás akár évekre ki tud rekeszteni egy társaságból, majd csak később veszik észre, hogy amúgy tök jófej vagy és sokkal jobban bírnak, mint a társaság többi tagját. Nekem szerencsére sose volt problémám a beilleszkedéssel, elég extrovertált ember vagyok, bár, ahogy egyre jobban nőök egyre több bennem a szorongás, de amikor valaki újjal találkozok, akkor mindig nagyon kedves vagyok, dicsérem a másikat, viccelődök, néha hülyét is csinállok magamból, hogy megtörjem a jeget, de legfőképp felveszem a másik viselkedését, ezért jó első benyomásokat szoktam tenni az embereken. Egyre több új emberrel találkozok és egyre több barátom van, de nagyon ritka, hogy új közeli barátot találjak, akik előtt önmagam tudok lenni. Bár még nem tudom, hogy mit jelent számomra, amikor önmagam vagyok, mert a családom felé is van egy személyiségem, minden barátom felé is kicsit más vagy, mivel hozzájuk igazodok és nem mondanám, hogy megjátszom

magam, hanem más dolgokat tart viccesnek, érdekesnek, ezért más vicceket mondok és más témákat hozok fel, igazán önmagam csak egyedül tudok lenni, de azokkal akikkel legközelebb vagyok megközelítem az igazi önmagam. Lucával nagyon régóta ismerjük egymást, de nem vagyok vele megközelítőleg se teljesen önmagam, vele inkább viccelődök, mint komoly dolgokról beszélek. Ahogy az új suliba kerültünk, az elején jóban voltunk, emlékszem amikor az első nap voltunk a suliban az új osztályommal, amikor csak ismerkedni mentünk be egy délutánra. A székek körben voltak és mi Lucával összeöltöztünk, tisztán emlékszem, az egyik utolsók között érkezett egy lány és velem szemben ült le a körben és ránéztem és arra gondoltam, hogy biztos Jázmin a neve, végig néztem rajta, szép volt és szimpatikus, szívesen jóban lennék vele, később jóban is lettem, egyik legközelebbi barátnőm lett. Amint megérkezett mindenki az volt a feladat, hogy névsor szerint sorba álljunk, ezzel az volt a cél, hogy megkérdezzük egymás nevét beszélgessünk egy kicsit, aztán csoportokra osztottak minket és egy csoportba kerültem azzal a lánnyal akit Jázminnak gondoltam, vagyis egy csoportba kerültem Hannával és érdekes a sors, mert egy másik egyik legközelebbi barátnőmmel is egy csoportba kerültem, Rékával. Nem emlékszem már mi volt a feladatunk, de arra emlékszem, hogy azt gondoltam, hogy Rékának tetszik az egyik fiú akivel egy csoportban voltunk, mivel ők már ismerték egymást és sokat nevettek beszéltek, mint később kiderült nem így volt, de amikor azt gondoltam, hogy igen egyből az volt a gondolatom, hogy miért nem én, ami persze teljesen abszurd gondolat. Az új osztályoknak szokott tartani a sulink egy fecske hetet, ami tele van programokkal, így gyorsan összekovácsolja az osztályt. Velünk is ezt történt a fecske hét során, kialakult egy népszerűbb zárt közösség aminek nem voltam része, de, amikor összejöttem az egyik fiúval aki része volt én is bekerültem. Ezzel a fiúval viszonylag jóban voltunk, mivel egy nyelv órára jártunk és a csoport 4 főből áll, belőlem és 3 fiúból, így nem nehéz kitűnnöm a tudásommal, mivel nagyon lusták. A kapcsolatom ezzel a fiúval, Mártonnal, úgy kezdődött, hogy hetedik téli szünetén ráírtam teljesen barátilag, de aznap talán éjfélig folyamatosan beszélgettünk és már lefekvésnél úgy köszönt el, hogy éreztette, hogy többet érez irántam, aztán az szünet végéig minden nap beszélünk egészen hajnali háromig, intelligens volt, tök jókat beszélgettünk, de akkor még nem tudtam elkülöníteni, hogy tetszik nekem vagy tetszik, hogy tetszem neki. Mielőtt még vége lett a szünetnek össze is jöttünk anélkül, hogy egy rendes randira elmentünk volna. Suliban mivel osztálytársak voltunk sokat találkoztunk és előben egy jó ideig elég kínosan viselkedtünk, ezért is nagyon sokáig nem volt meg a közös első csókunk, mert ő nem volt elég bátor, én meg őszintén nem is akartam, mert sose vonzódtam hozzá. De üzenetben elég közel kerültünk, mert úgy könnyebb volt megnyílni. Amint vele összejöttem bekerültem a baráti társaságába, így lettem jóban Hannával és Rékával, de sajnos Lucát kicsit elhanyagoltam, így vele eltávolodtunk. Mivel a barátnője voltam Marcinak, így bármikor egy fiú házibulit tartott a társaságból én is hivatalos voltam, amire eleinte nem engedtek el anyáék, de miután elengedtek egyre jobban jóba lettem a lányokkal és Lillával is aki egy másik lány volt a társaságban. A társaság tipikus olyan társaság volt, hogy egy csomó fiú és egy-két lány akik azért vannak velük jóban,

mert vagy szépek vagy valakinek a barátnőjük a társasából. Sose voltak mélyebb érzelmeim Marci felé, de viszonylag sokáig együtt voltunk. Miután megvolt az első dolgunk elég gyorsan haladtunk, mivel ő hormonokkal teli volt, nekem meg nagyon új volt az egész kapcsolat dolog, ezért végül több, mint egy év elteltével miután összejöttünk lefeküdtünk, amivel nem is lett volna probléma, ha nem lettem volna 13 éves. Minden rendben ment, kedves volt, odafigyelt rám, de persze borzasztó élmény volt. Beszéltünk róla, hogy kinek mondjuk el és én el akartam mondani a lányoknak, mivel elég közeli kapcsolatunk volt addigra, de nem akartam, hogy Marci elmondja a fiúknak, de ilyet nem csinálhatok, hogy én elmondhatom, de ő nem, szóval elmondta a fiúknak, videó is van róla, hogy, hogy örülnek. Én nem mertem elmondani a lányoknak, mert tudtam, hogy mit mondanának és mit reagálnának és teljesen igazuk lenne, de közben meg egy ilyet azért meg kell osztani egy barátságban, mert a másikon rosszul esik, hogy nem bízol meg benne annyira, hogy egy ilyet elmondj, de akárhogyan próbálkoztam nem tudtam megszólalni. Általában a szüleimmel vagyok így, hogy egyszerűen nem tudok előttük megszólalni, nem is tudom igazán, hogy miért. Amióta gimibe kerültem küzdök a mentális egészségemmel vagyis 12 éves korom óta. Régebben a különböző nehézségeket önbántalmazással küzdöttem le, ami sokat segített akkor akármennyire elbaszott ilyet mondani, mert amikor bántalmaztam magam, akkor addig is a fizikai fájdalomra fókuszáltam és nem a lelkire. Elég gyorsan szokásommá vált a bántalmazás mindaddig amíg egyszer egy hétvégén a Decathlonba menet apa észrevette a karomon a sebeket és megkérdezte, hogy úr isten mi ez. Nem emlékszem mit válaszoltam vagy hogy volt, de a következő pillanatban a konyhában voltam anyáékkal és nagyon mérgesek voltak rám, akkor terjedt el a kék bálna nevezetű játék híre, hogy sok fiatal öngyilkos lett miatta és azt hitték velem valami olyan történhetett vagy valahol láttam és az befolyásolta a viselkedésem, sose gondolták volna, hogy valami tényleges problémám lehetne, mert az számukra azt jelenti, hogy valamit elrontottak. Az volt erre az egészre a megoldásuk, mivel nem tudtam megszólalni a konyhában sem, hogy megbeszéltük, hogy miután visszajöttünk a Decathlonból megbeszéljük a dolgot. A megbeszélés persze anyiból állt, hogy rám erőltették, hogy mondjam el miért csinálom, de nem tudtam megszólalni, ezért azt mondtam, hogy leírom. A nővéremmel egy szobánk volt még akkor, de ő a nappaliban tévét nézett apával. Sokáig gondolkodtam, hogy mit írjak, mert olyat nem írhatok, hogy szenvedek és legszívesebben eltávoznék a Föld felszínéről, de nincs szívem az engem körülvevő emberekkel ezt tenni, végül azt írtam, hogy nem érzem elégnek magam. Bementem anyáék hálósobájába, ahol már anya várt az ágyon ülve, nehezen odaadtam neki a kis papírkát és elolvasta és valami kis sablon szöveget mondott amivel jót akart, de egy ilyen helyzetben nem ez a megoldás és már akkor is tudtam, hogy baj van ezért annyit kinyögtem, hogy szeretnék pszichológushoz menni mire anya egyből azt felelte, hogy meg tudjuk ezt beszélni nincs szükséged rá csak pénzkidobás lenne és mit gondolnának az emberek, amikor ezt meghallottam megállt a szívem, mivel az anyukám a világ legérzelmesebb szerető anyukája, azért is, mert az ő anyukája meghalt amikor 6 éves

volt. Pont ezért ezeket a szavakat a szájából hallani szurreális volt és nagyon fájt, nem is emlékszem mi történt utána, csak arra, hogy utána hetekig minden nap megnézte a karomat, hogy nincsenek-e új sebek mivel megtiltották nekem, hogy még egyszer ilyen csináljak. Gondolom nem meglepő, hogy ez a módszer nem működött. De ez a történet is azt bizonyítja, hogy amikor olyanról van szó meg se tudok szólalni, mint, ahogy a lányoknál, ezért is hamarabb tudta meg Hanna az egyik fiútól, mint ahogy azt elmondtam volna nekik. Hanna ezt egyből megosztotta Lillával és Rékával. Ők hárman voltak először jóban, ezért volt is egy csoportjuk amiben csak hárman voltak. Kicsit kívülálló voltam, mielőtt én odakerültem volna hozzájuk Réka volt a kívülálló, mert Hanna és Lilla legjobb barátnők voltak, ezért mindig is Rékával voltam a legközelebb közülük. Az első emlékem Rékával, amikor már elég jóban voltunk az az volt, amikor beszélünk arról, hogy imádjuk a Marvel filmeket és a kólás gumicukrot, pedig nagyon sokan utálják és utána nem sokkal átmentem hozzájuk sulis után és Marvel filmeket néztünk és kólás gumicukrot ettünk, ekkor éreztem először az igazán jó kapcsolatot köztünk, mert már előtte is jóban voltunk, de ez az a pillanat amire, ha visszagondolok akkor a szoros barátságunk kezdeteként tekintek rá, talán azért is lettünk ilyen közel, mert kicsit kívülálló volt és miután odakerültem párosan voltunk, így már nem érezte annyira annak magát. Végül úgy beszéltem meg a lányokkal a dolgot, hogy egy ebédszünetben Hanna felhozta, hogy mit hallott és, hogy igaz-e és én bevallottam, hogy igaz és pont úgy reagáltak, mint, ahogy gondoltam, hogy, hogy fognak. Miért csináltam, miért ilyen hamar, hogy történt. Én se tudtam miért csináltam csak később jöttem rá, hogy azért, mert szükségem volt a szeretetre amit Marci adott és úgy éreztem, hogy valamivel meg kell hálálnom és tudtam, hogy ezt szeretné. Sose kellett volna belemennem és ezt bántam meg eddig az életemben a legjobban, de ami megtörtént megtörtént. Telt utána az idő és egyre rosszabb lett a mentális egészségem, egyre jobban üresnek éreztem magam, minél többször lefeküdtünk. Visszatekintve nem volt valami jó kapcsolatunk, de erre is, mint nagyon sok minden másra később jöttem már csak rá, mert akkor még minden nagyon új volt. Azon a nyáron házibulit tartott Marci és régen a bulikban elég sokat ittam, mert, amíg részeg voltam, addig se szorongtam és éreztem magam egyre rosszabbul, de azon a bulin nem kellett volna annyit innom. Az egyik fiú egész este basztatott, lökdösött, de egyre durvábban, sok dologra nem emlékszem, mert elég részeg volt, de arra emlékszem, hogy bemegyek egy mosókonyha szerű szobába, ahol egy flippergépen játszanak a fiú, az a fiú, aki egész este piszkált hátulról átkarol a nyakamnál és a hátam mögött a csuklóimnál fogva hátra fogja a kezem. Ha kínosan érzem magam, akkor nevetek, ekkor is így történt, egyre szorosabban fogott és fojtogatott, eleinte nevettem és kértem, hogy engedjen el, a végén már sírva könyörögtem neki, hogy hagyja abba. A mosókonyha tele volt fiúkkal, de senki se segített, előttem állt Marci, aki elvileg nagyon szeretett, de ő sem segített, későbbi elmondása szerint nem tudta, hogy segítségre van szükségem, ekkor jöttem rá igazán, hogy sose bízhatok meg igazán egy fiúban akármennyire azt mutatja, hogy szeret. Ezután nem emlékszem, hogy mi történt, mivel csak erre a pillanatra józanodtam fel, csak arra

emlékszem, hogy mennyi akartam aludni, de nem tudtam felmenni Marci szobájába, mert annyira részeg voltam, ezért a karjaiban fel vitt és amikor a szobájában vagyunk húzza le a nadrágom, de erre nem emlékeztem, úgy, hogy bármi történt volna. Másnap reggel felkeltem és kimentem a mosdóba és akkor megláttam a véraláfutásokat a nyakamon, lezuhanyoztam, lesminkeltem a foltokat, hogy ne látszódjanak és lementem a többiekhez akik reggeliztek, csak aznap mesélte el Marci, hogy lefeküdtünk éjszaka, amire én egyáltalán nem emlékszem, valamiért mai napig nem tudom erre a szituációra rámondani, hogy megerőszkolt, mert az egy olyan brutális kifejezés. Nem nagyon foglalkoztam vele, a lányoknak se mondtam el csak később, csak azt mondtam el, hogy a másik fiú mit csinált, amire teljesen kiakadtak, hogy, hogy csinálhat ilyet, de nem nagyon lett következménye, mindenki csak elfelejtette. Ezután ugyanúgy zajlott tovább az életem mint előtte. Rájöttem, hogy csak szeretem, hogy szeret, nem szeretem igazán és szépen lassan elkezdtem teljes szívemből megutálni, ezért ősz elején szakítottam is vele, de akkor se tudtam megszólalni, ezért írtam neki egy levelet. Amikor a levelet elolvasta sírt és én is, megöleltük egymást, adtam neki egy csókot és hazamentünk. A lányok tudták előre, hogy mit tervezek, ezért átjöttek utána, vagyis csak Hanna meg Réka, Lilla sose szeretett csak tolerálta, hogy ott vagyok, bár azon a nyáron összejött egy fiúval és akkor minden nap beszéltünk, de ő is csak szerette, hogy szeretik, mindegy, hogy ki volt mellette. Aznap este beszélgettünk a lányokkal és azért jöttek át, mert az első szakításom és biztos nagyon magam alatt leszek, de egyszer sem sírtam, pedig megpróbáltam, minden szép emlékünk szürkévé és értéktelenné vált a szememben, mert szürkék is voltak, csak akkor még azt hittem az jó és olyannak kell lennie. A szakítás után telt az idő és egyre elveszettebb voltam, nem tudtam ki vagyok Marci nélkül, mivel több mint másfél évig, pontosabban 10 hónapig együtt voltunk. A lányok idegesítőnek tartottak és igazuk is volt, ezért egyre kevesebbet keresték a társaságomat, de sose mondták meg, hogy, hogy érznek és azóta beszéltünk is erről, hogy normalizálni kéne, hogy ha egyszer jóban voltál valakivel, de más életszakaszba kerülsz és már nem úgy éreztek egymás iránt, mint előtte, akkor meg lehessen nekik mondani az igazságot, ne szépen lassan kelljen elszakadni tőlük. A végére már szinte egyáltalán nem beszéltünk, de nem tudtam, hogy, hogy kezeljem, mivel elvileg jóban voltunk, de ekkor elkezdtem egyre közelebbi kapcsolatot ápolni a legjobb barátnőmmel Eszterrel. Vele az első igazbarátok vagyunk emlékem, amikor ősziszünetben minden nap beszéltünk egészen hajnalokba nyúlóan és mindent kiadtam magamból, ami addig felgyülemlt bennem. Meghallgatott Marciról, én meghallgattam egy volt kapcsolatáról, ő volt az egyetlen aki igazán értette, mert ő is lefeküdt a barátjával túl hamar, mert nyomást helyezett rá a barátja. Mindennél jobban szeretem Esztert, meghallgat bármikor bárhol bármiről, szavak nélkül megért, az egyik legintelligensebb ember akivel valaha találkoztam, az egyik pillanatban a semmin nevetünk a másik pillanatban pedig olyan mély beszélgetéseket folytatunk amilyeneket mások egész életükben soha, mindig meg tud nevetetni és mindig meg tud siratni, vele érzek nem vagyok közönyös, mindent tisztán lát, ezért is teljes mértékben megbízok benne, amikor felé fordulok tanácsért. Az

életemet adnám érte és ezzel egy cseppet sem túlzok. Nagyon sokat segített az évek során, nélküle már nem lennék itt főleg, ha teljesen egyedül lettem volna miután a lányok eltávolodtak tőlem. Amióta vele jóban vagyok azóta sok minden történt. Találkoztam egy fiúval a sulis téli bálján akivel utána elkezdtem beszélni, randiztunk párszor és összejöttem vele. Amikor vele voltam, akkor jöttem rá, hogy mit is jelent igazán, ha jól bánik veled valaki, ezt először akkor éreztem igazán, amikor minden gyógytornámra elkísért és megvárta, pedig csak 10-10 percet tudott velem lenni és 40 percre lakott busszal a belvárostól, egyszer, ahogy gyógytornáról jöttem ki, zuhogó esőben virággal és kajával várt kint rám, elolvadt a szívem, de akárhogyan is próbálkoztam nem tudtam beleszeretni, de megbeszéltük Eszterrel, hogy ezzel semmi probléma, majd beleszeretek valakibe amikor eljön az ideje, addig legyen vele, amíg jól érzem vele magam. Csúnya ilyet mondani, de végére elegendő lett belőle és abból, hogy kapcsolatban vagyok, egyedül akartam lenni, mert sok volt az egész, de amíg együtt voltunk, addig nagyon jól bánt velem és nagyon jól éreztem magam vele élőben, csak amikor üzenetben is beszélünk az már a végére kezdett sok lenni, túl sok energia volt válaszolni neki, de néha a barátaimmal is így vagyok, hogy egyszerűen nincs annyi mentális energiám, hogy válaszoljak nekik, akármennyire szeretem őket. A legszebb emlékem a második barátommal talán az volt amikor egy fesztiválon voltunk vele meg a lányokkal és minden nap kint alapoztunk előtte és nem ittam sokat és jól is bírom a piát, de dohányoutam ivás mellett, így hirtelen rosszul lettem, amikor bementünk, ezért Rékával bementünk a mosdóba és próbáltam hányni, de nem sikerült, mindketten Rékával úgy éreztük, hogy körülbelül egy fél órát voltunk bent, de alig volt 10 perc, végül hánytam és kint várt ránc a barátom. Mivel rosszul voltam leültünk egy padra és lefeküdtem a karjára, nagyjából 3 órát aludtam a karján, de ő meg se mozdult, a telefonját se vette elő csak amikor lefotózott, hogy milyen cukin alszok, pedig volt olyan előadó aki érdekelte volna és miattam nem láthatta őket, de azt mondta, hogy minden perc megérte velem. Tavaly ősszel szakítottunk, amikor már nem bírtam tovább, a legcukibb legszeretőbb barát volt a világon, de azóta megváltozott, félek, hogy tönkretettem. A második szakításom után megint rosszabb lett a mentális egészségem, de nem annyira, mint az előzőnél, akkor az önbántalmazáshoz is visszatértem egy rövid időre. A második szakításnál inkább csak magányos voltam és ostromoztam magam, hogy miért nem tudtam beleszeretni egy olyan fiúba, aki igazán megérdemelte volna. Azóta nem sok minden történt, természetesen újból jóban lettem a lányokkal, Lillát kivéve, mert Hanna és Réka is rájött, hogy milyen is igazán, de ez még a második barátom előtt történt, sokat buliztam és sok új embert ismertem meg, egyre érettebben és bölcsebben kezelek minden helyzetet és már közelebb érzem magam a lelki béke megtalálásához. Persze most is vannak rosszabb napjaim, mostanság újból nem vagyok a legjobban, de van még egy ember az életemben akiért megéri jobban lenni, mert a mentális egészségben az a nehéz, hogy akarj javulni, mert nagyon könnyű belekényelmesedni a depresszióba és a szorongásba. Ezzel az új emberrel nagyon közel szilveszter óta vagyok, amikor kiöntöttem neki a szívemet az egész Marcis dologról és beavattam a

kulisszatitkokba. Márk pont olyan mint Eszter csak Eszterrel ugyanolyanok vagyunk teljesen, Márkkal meg különbözőek mégis ugyanúgy megért, mint Eszter. Nagyon üdítő vele barátkozni, mert kicsit felfoghatatlan számomra, hogy, hogy tud valaki fiú ennyire szeretni csak a személyiségemért és nem akar tőlem többet. Számomra elég fontos a fiúk véleménye akármennyire tagadom is mindenkinek tetszeni akarok, de vele nincs ez így, lehetek gondtalan, bár azért ugyanúgy nagyon sok minden stresszelek, mint például a jövőmön. Bele fogok szeretni valakibe vagy képtelen vagyok rá? Mi lesz a munkám, amivel majd minden nap foglalkoznom kell? Kik fognak körül venni? Nem tudom, hol tudnám elképzelni magam 10 év múlva, ki tudja mi lesz még addig, de azt tudom, hogy valami olyan munkát szeretnék végezni, amivel segítem a világot, edukálom az embereket. Remélhetőleg szerető családom és barátaim lesznek majd akkor is, mint most. Büszke vagyok, amikor arra gondolok, hogy most hol tartok és hova tartozok. Lehet, hogy a legtöbb napomon motiválatlan vagyok, de tudom, hogy képes vagyok nagy dolgokra és jobbnál jobb dolgok várnak a jövőben rám. Napról napra bizakodóbb vagyok a jövőmmel kapcsolatban, tényleg egyre jobb.