

Néha - még ha csak pár percig - azt érzem nem fér belém az a sok érzés, gondolat és egyszerűen csak ki akar szakadni belőlem. Ilyenkor olyan érzés mintha fulladoznék, mintha mindenem szét szeretne robbanni. A testem, az elmém, a lelkem, bár nem tudom ennek van-e egyáltalán értelme. Sok olyan pillanat van amikor legszívesebben szétesnék, azt kívánom, hogy bárcsak darabjaimra hullanék és a szél elvihetné messzire a részeimet. Néha eltűnnék a föld felszínéről. Néha legszívesebben megszűnnék. Bár nem hiszem, hogy ezzel egyedül vagyok így.

Számtalanszor olyan nehéznek tartom megtalálni a helyemet. Már jó pár éve fogalmam sincs hova tartozok. Nem találok a helyemet otthon, nem találok a helyemet az iskolában, nem találok a helyemet edzésen sem. Bárhol vagyok, egy idő után feltör bennem a kívülről való érzés. A "Mit is keresek itt?" gondolat. Hogy nem tartozom ide. De oda sem. Sehova sem. Persze, igyekszem nem gondolni rá és felfogni úgy hogy majd jobb lesz. Később megtalálom a helyem, de ha mások között nem is akkor megteremttem magamnak a helyet. Mert még ha egyedül is vagyok magammal, akkor is megjelenik néha ez az idegen, fura, nem ide tartozó érzés. De ez változni fog. Tudom. Eljutok majd oda, hogy nem lesz szükségem más véleményére, megerősítésére, hogy jól csinálom a dolgom, más jelenlétére, hogy biztonságban érezzem magam. Ezt mind én meg fogom adni saját magamnak. Ezen vagyok most is, egyfolytában, csak hát.. ez nem egy gyors folyamat. Számomra nem.

Időközönként azt kívánom bárcsak lassabban telne az idő, hogy fiatal maradhassak még, mert attól félek, hogy úgy fogok belépni a felnőtt korba, hogy nem éltem ki a fiatalság örömeit. Nem voltam még szerelmes, nem buliztam rosszulélig, még életemben nem is ittam. Sokszor viszont inkább az jár a fejemben, hogy legyek minél hamarabb felnőtt. Hogy bárcsak átugorhatnám ezt a részt, és bárcsak már most lehetnék független a szüleimtől, bárcsak meghozhatnám a saját döntéseimet néha az én életemmel kapcsolatba, bárcsak senki nem szólna bele, hogy mit hogyan csináljak, bárcsak élhetnék már most úgy ahogy akarok. De ezt most még nem tehetem meg, mert jelenleg nem én írom a szabályokat.

Igazából ha röviden jellemezni akarnám a tinédzserkort, ezt a pár évet, azt mondanám bizonytalanság, kettősség. Számtalanszor kapom magam rajta, hogy egyszer ezt gondolom aztán a másik pillanatban meg amazt. Mint említettem még most is próbálom megtalálni a helyem, rájönni ki vagyok én, mit akarok.. De ezzel sok mindenki így van. Nehéznek tartom ezt az időszakot, mert mintha sehova sem illenénk be. A felnőttek közé még nem illünk be, mert ahhoz nem vagyunk elég "érettek", de már gyerekeknek sem számítunk és az, hogy ennyire kettősen állnak hozzánk a felnőttek azt is fárasztónak találom. Rendszerint elvárják tőlünk, hogy éretten, felelősségteljesen viselkedjünk, de igazából gyerekként bánnak velünk.

Most alakul ki a személyiségünk és szerintem borzasztóan meghatároznak az események amik velünk történnek most, persze ez az egész élet során így megy. Szerintem sokan esnek abba a hibába ilyenkor, hogy túlságosan adnak mások véleményére - amit persze nehéz nem tenni - emiatt rossz társaságba keverednek, el kezd mindenki inni, cigizni, szívni merthogy mindenki ezt csinálja. Én mondjuk nem értem mi a menő dolog ebben, de az osztálytársaimnál is azt látom, hogy mikor szóba jön a téma akkor büszkének arra, sokan azzal viccelődnek hogy harminc évesen meghalnak és kész. Néhanapján undorom a mai generációtól, mert igen nem mindenki ugyanolyan és benne lenni, látni, hogy szétesik a világ, a tudat, hogy ezek az emberek kezében van a jövő sokszor rémítő, mert nem érdekli őket a bolygó tisztasága, védelme, szinte semmi

sem magukon kívül. Olykor viszont úgy gondolom mi jóvá tehetnénk az előző generációk hibáit, sokkal nyitottabbak vagyunk. Időnként azt hiszem már nincs remény, nem tudunk javítani a klímaváltozáson, hogy már nem lehet megállítani a lavinát ami el lett indítva, viszont szeretnék hinni benne, hinni, hogy van esély jóvá tenni. Szóval igen. Ilyen dolgok is sokszor járnak a fejemben.

Egy részem imádja a mostani életemet. Egy nagyobb részét legalábbis. Szeretek új dolgokat felfedezni, tanulni. Új dolgokat kipróbálni, csinálni. Olyanokat amiket még nem tettem. És hosszú a lista. Igazából imádom ezt a folyamatot, ahogy fejlődök, kezdem egyre jobban megismerni magam, és folyamatosan tanulok. Amióta kicsit átkapcsoltam fejben azóta sokkal könnyebben, pozitívabban állok a dolgokhoz. Persze így sem találom könnyűnek a reggeli korán kelést, mert hogy iskolába kell mennem, viszont a nap folyamán próbálok nem leragadni a rossz dolgokon, hanem tovább lendülök, mert az amikor történik egy pocsék dolog a nap folyamán és hagyjuk, hogy rányomja a bélyeget az egész napra, és lefekvésig az az egy dolog jár a fejünkbe és teljesen rossz kedvvel fejezzük be napot. Én utálok úgy lefeküdni, hogy bennem van a gondolat, hogy hagytam, hogy egy esemény átvegye a hatást felettem és ennyire irányítson. Emiatt igyekszem minden egyes naphoz kihozni a legtöbbet, ami jelenleg futja tőlem.

Már említettem azt amikor az érzések túltengenek bennem és egyszerűen nem tudok mit kezdeni vele. Ez negatív és pozitív érzésekkel is ugyanúgy megtörténik. De ott a másik véglet, amikor mintha kiüresednék és egyszerűen minden érzés kitörlődne bennem. Mostanában ez nem igen történik meg, szerintem azért, mert nem jutok el erre a csúcspontra amikor a sok negatív érzés bekebelez és emiatt inkább elzárom magam az érzéseimtől, általában valahogy próbálok kiadni a sok feszültséget magamból valamilyen formában, van hogy edzek, mozgok, sokszor a zenehallgatás nyugtat le vagy az olvasás (imádok olvasni) akár az írás. Az olvasás nekem olyan mint a terápia, felveszek egy könyvet és azon nyomban megkönnyebbülök, hogy kicsit kiléphetek a szürke világból és átléphetek valami mesésbe. De közben túl könnyű ott feledkezni a kitalált világok, karakterek között és ilyenkor nem akarok visszatérni a komor valóságba.

Már hetek óta jár a fejemben az iskolaváltás, hogy átmenjek másik iskolába, de valahogy mégsem tudom rávenni magam, hogy meghozzam a döntést, hogy maradok vagy megyek. Igazából ez a második évem a gimiben és hát nem igazán a legegyszerűbb osztállyal áldott meg a sors. Az első évben is feljött a téma, anyáék nagyon mondták, de úgy voltam vele lehet változik a helyzet, de egyre rosszabb lett. Valójában a baj csak az, hogy úgy érzem az osztálytársaim visszahúznak, szinte lehetetlen tanulni, figyelni az órákon mivel az osztálytársaim mindig hangosak vagy balhét csapnak. Több gyerek is mindjárt fegyelmi tárgyaláshoz kerül. És én sem vagyok egy minta diák, kitűnő sem vagyok sajnos, de próbálok kihozni a legjobbat magamból, plusz lehet hogy tovább tanulnék és ahhoz össze kéne hozni valamit. A főbb álmaim közé tartozik, hogy külföldön tanulhassak, de nem tudom vagyok elég jó hozzá. Hogy képes lehetek rá. Szóval igen, mindjárt itt a vége ennek a tanévnek is és én még mindig nem tudtam eldönteni. Meg ha már sulinál tartunk, eléggé küzdök, mivel ahogy említettem nem vagyok egy jó tanuló. Sajnos a reál tantárgyak egyáltalán nem mennek és

eléggé lehúzzák a jegyeimet persze ehhez társul még az is hogy itthon elvárják tőlem a min. hármast, pl. matekból amiből hiába küzdök, nem úgy néz ki, hogy jobb lesz a helyzet. Mostanában nem alakulnak valami jól a kapcsolataim. Általában könnyen össze ismerkedek emberekkel, de amint valami mélyebbről van szó ott megakadok. Általában a legtöbb embernek nem is hagyom, hogy jobban megismerjen, mert félek a sebezhetőségtől, hogy én jövök ki rosszul a végén. Van egy barátnőm akit kilencedikben ismertem meg. Nagyon jóba lettünk, hasonlítottunk és megegyezik a gondolkodásmódunk is nagyrészt. Nagyon örülök, hogy megismertem, mert gimnazium kezdete után egy-két hónap után az általános iskola legjobb barátnőmmel megszakadt a kapcsolatunk. És kellett egy egészséges barátság már. Plusz nagyon sok mindent tanított, akár akaratlanul is. A volt barátnőmmel olyanok voltunk mint a tűz-víz nem hasonlítottunk, érdeklődési körünk tök más volt, de úgy voltam vele, hogy kiegészítjük egymást, hát nem igazán jött össze. A lánynak komoly mentális betegsége volt és később nem bírtam volna elviselni azt a sok hangulatingadozást, negativitást felőle. Mindenesetre eléggé fájt, írásban beszélünk utoljára, amikor hirtelen benyögte, hogy szerinte be kéne fejezni a barátságot, mert hogy ő egyoldalúnak látja és hogy neki túl sok. Eléggé megviselt akkor, főleg hogy utána egy másik volt osztálytárs barátnőről kiderült, hogy ők ketten még tartják a kapcsolatot és csak én estem ki a baráti körből. Ezután felégettem teljesen a hidat közöttünk és elvágtam a kapcsolatot mindenkivel. Nem bánom, sőt hálás vagyok, hogy ki tudtam szabadulni a mérgező barátságából. Viszont visszatérve, mostanság úgy tűnik eléggé ingatag lábakon áll a barátságunk az osztálytársammal. Egy jó pár hete jelentették be a szülei, hogy válnak és ez eléggé megviselte. Eléggé szét van csúszva mostanában, legtöbbször teljesen rossz kedve van, vagy akár flegma. És az a helyzet, hogy nekem sem csodás minden itthon és igyekszek mindent kézben tartani, pozitívnek maradni stb.. csak kicsit megnehezíti a helyzetet, hogy egyszerűen folyamatos rossz kedve van. És én nem szeretnék ennyire önző lenni, aki csak magára gondol, viszont már azt is kezdem unni, hogy folyamatosan másokat rakok az első helyre. Plusz sokat változott, ami természetes viszont nem vagyok biztos benne, hogy az új énjével barát akarok lenni.

Ebben a momentumban gyűlölöm magam, azért amiért hallogattam, hogy megírjam, befejezzem ezt. És most itt vagyok 23:13-kor és most tartok a felénél. És holnap van a határidő. Hogy miért írom ezt bele? Nem tudom, csak hogy legyen bizonyítéka, hogy megpróbáltam. Mert megpróbálom. Megpróbálom befejezni. Mert ha végül nem jön össze, akkor legalább bennem lesz, hogy igyekeztem még akkor is ha teljesen az én hibám lesz az is, hogy ha nem sikerül mivel, hogy én nem ültem le és írtam tovább.

Ma edzésem volt (tánc) és előtte kicsit összekaptunk az egy edzőtársammal. Nem vagyunk verseny sportolók, de egy hónap múlva fellépésünk lesz, nekem az első mióta táncolok (egy éve) és én igen komolyan veszem. Legtöbb esetben a mindent vagy semmit alapon megyek, de mindenből ki szeretném hozni a maximumot. Ezt lehet, hogy jó páran nem bírják, mindenesetre a táncsal is így vagyok. Minden edzésen ott vagyok kivéve betegség vagy halaszthatatlan dolog esetén, maximumot nyújtom minden edzésen, otthon gyakorlok még pluszba. Viszont nem mindenki ilyen a csapatból. Vannak akik sokszor nem járnak be különböző okokra hivatkozva vagy csupán nem veszik szerintem elég komolyan, emiatt viszont sokszor nem tudunk úgy haladni az anyaggal, mert a fél csapat nem jelent meg. És mint kiderült négy kerekedésünk van a gáláig, ha nem számoljuk bele még a fellépés hetén az utolsó két edzést. Ami valljuk be nem sok, főleg akkor ha nemrég fejeztük be a koreográfiákat. És mikor edzés előtt az egyik lány

beírta, hogy családi program miatt nem fog tudni jönni, kicsit bekattantam egy csapattársammal együtt. Végül az a lány megoldotta és bejött edzésre, és megtoltuk eléggé, de hazafelé kicsit büntudatom volt amiatt, ahogy "rá szálltunk". Igyekszem emlékeztetni magam ilyenkor, hogy nekem lehet természetesen jönnie ezek a dolgok például, hogy csapat sportnál nem hátráltatom a többieket, bejárok edzésekre ha van kedvem/ha nincs... De lehet, hogy másnak ez nem jön természetesen. Én több évig szinkronúsztam versenyszerűen és ott is fontos volt a csapatmunka, bizalom stb.. Szerettem nagyon, azért hagytam abba mert az egyik edzőm elköszönt tőlünk és a másik edzővel nem alakultak jól a dolgok és belefáradtam nagyon. Viszont még most is járok néha úszni, mert az érzés, hogy vízben vagyok, hogy milyen könnyű a testem, az hogy eltompulnak a hangok, a víz érintése.. Mindet imádom. Még mindig. Viszont táncolni is szeretek. Sok önbizalmat nyertem vele, sokkal másképp erősíti meg a testem. Lazaságot nyertem vele és nem fizikai értelemben. Gyakran nagyon merev vagyok és a táncsal ezt gyakoroltam, hogy hogy lazítsam el a testem, magamat, mindenemet. Nekem a sport mindig is a részem volt, talán azért is, mert az én családban nincs olyan, hogy valaki nem sportol valamit. Mindenki sport mániákus. A szüleim futnak, akadályfutó versenyeken vesznek részt, mindenhéten futóverseny van, a két bátyám edzőtermes állatok, a húgom pedig verseny sportoló szintén, bár jelenleg ő is abba fogja hagyni. Na vele se könnyű, most 14 éves most fog ballagni és egyszerűen brutál nehéz vele szót érteni, pedig köztünk nincs is akkora korkülönbség, sőt. Nem sok téma van amiről nem szívesen beszélek, de a család téma idetartozik. A felszínig megy, ha csak közönséges dolgokról van szó, de ha mélyebben kéne beszélnem másoknak róla.. Nem. De nem mintha az emberek kérdeznének róla, mostanság sokszor senki nem akar megismerni senkit. És nem is feltételezik, hogy nekem akár probléma van otthon. Emiatt viszont tudom, hogy valakivel már egész mély a kapcsolat, bízom a másokban ha mesélek, hogy milyen igazán otthon a helyzet. Persze, mindig arra gondolok inkább, emlékeztetem magam, hogy nálam százszor rosszabb helyzetekben vannak az emberek és hogy örülnöm kéne hogy csak ennyi megy otthon. Viszont ez nem változtat a tényen, hogy sebek maradni fognak rajtam. Már kifejlesztettem egy jó módszert. Mikor hazajövök, ezek ezután eltűnnek a szobámban csak akkor jövök ki mikor már készülődök vagy ennem kell és aztán megyek. Általában igyekszek minél kevesebb időt tölteni a közös helyiségekben mint például konyha, nappali. Igyekszem csukott fülekkel járkálni és üres fejjel. Így kevésbé hallom az ordibálást.

Nemrég realizáltam, hogy az egyik oka, hogy az ennyi mindennel elfoglalom magam sulin kívül az részben az, hogy kevesebbet legyek otthon. Persze nem csak ez az oka, nyilván, de elég sokat nyom a latban. Szóval ezért is fuvolázok, járok zenekarra és edzek emellett. Sokszor nagyon fáradtnak érzem magam a hét folyamán, mert ezek mellé be kell szorítanom a tanulást, az én időt, a barátaimat és minden mást is. Aki nem játszott hangszeren, főleg fúvóson, az szerintem nem tudja igazán mennyire kifáraszt egy óra játszás. Agyban és testben is. De emiatt sem szeretek panaszkodni mivel, én választottam ezt és amúgy az esetek többségében élvezem és nem én vagyok az egyetlen akinek csomó dolga van. Sőt, biztos vagyok benne, hogy több dolguk is van és jobban is csinálják, mint én.

Számtalanszor jut eszembe, hogy mi van ha elbukok. Hogy mi van, ha az álom életem ami a fejemben van nem fog összejönni? Szinte már mindenkinek körülöttem csalódást okoztam legalább egyszer, de magamnak nem akarok még többször. Ezért is akarom ezt megírni és beküldeni. Mert nem szeretnék több hamis ígéretet tenni önmagamnak. Mert sajnós annyit

tettem, hogy már így is elvesztettem a bizalmat magamban. De nézzük a pozitív oldalát. Ezen még lehet javítani. Ha ezt most letudom akkor a céljaim a hónapra azok lesznek, hogy jól teljesítsek a tánc fellépésen, gyakorlás, gyakorlás egyfolytában, plusz jön az év végi vizsga fuvolából és, hogy az jól sikerüljön, de amiatt nem izgulok most. Akkor ott van még, hogy összeszedjem magam suli terén, jön az év végi hajrá és oda kell tennem magam. Aztán szeretnék felszabadultabb lenni a nyár közeledtével, igent mondani új dolgokra és élvezni a jelen pillanatot, ami igazán nehezen megy nekem és gyakorolnom kell, mivel mindig már a következő lépést tervezem és most is miközben ezt csinálom a fejemben az jár közben, hogy holnap mi mindent kell csinálnom és, hogy fogom összehozni. Öhm, én sem tudom a választ.

Rendszerint amúgy azt érzem, hogy le vagyok maradva bizonyos témákban a többi korombelítől. Mármint, a legtöbb ember már túlesett az első szerelmen, meg hasonlók. Igen nyilván én is mint más 16 éves gondolkozok ezen. Bár sokszor azt gondolom 16 évesen nem is tudunk semmit a szerelemről. Mégis felmerülnek a kérdések, hogy van-e valami baj velem, akkor én éretlennek tűnök meg hasonlók. Bár őszintén én is tudom, hogy ezek hülyeségek és mindennek megvan az ideje, de mi van ha én nem leszek szerelmes? Olyan sok mi van ha kérdés kering a fejemben, de nincs értelme felsorolni őket.

Egyébként én imádok új dolgokat tanulni/megismerni, most nem a matek egyenletekre gondolok vagy valami ilyesmi, hanem akármi más. A művészet minden formáját imádom, legyen az akár versek, festmények, rajzok, zene. Ugyanakkor szeretek új nyelveket tanulni, és tervben van, hogy több nyelven megtanulok, de eddig még nem értem el sokat belőle. A pszichológia, asztrológia is nagyon érdekel. Annyi téma van amiről többet és többet szeretnék tudni, de egyszerűen nincs elég időm mindenre, viszont tényleg ha olyan témáról van szó ami érdekel akkor szívom magamba a tudást és nagyon sokat foglalkozok vele magamtól is, viszont ellenkező esetben ha nem érdekel valami szinte képtelen vagyok rávenni magam, hogy foglalkozzak vele.

Olykor könnyűnek érzem csinálni a napi rutinom, pozitívnak lenni, kedvesnek, odakoncentrálni a suliban majd délután kihozni a legjobbat magamból edzésen. Korán lefeküdni úgy, hogy előtte nem telefonoztam, naplót írtam és boldog gondolatokkal alszom el. Néha egyszerű ezt megcsinálni. Máskor nincs energiám senkihez, és szimplán nincs energiám feltenni az álarcot, hogy mindenoké amikor semmi sem oké igazából. Ilyenkor szét vagyok csúszva, azt érzem semmi sem sikerül, a negatív gondolatok feltámadnak bennem és nem hagynak nyugodni. Ilyenkor nehéz kibírni szó nélkül, mikor hazaérek és már valamibe anya beleköt, vagy mikor épp indulnék és végig kell hallgatnom egy vitát ami még jobban elrontja a kedvem, ilyenkor nehéznek találom fenntartani a vidám, laza lány álarcot ami bár nem olyan sokszor maszk, de mégis. Ilyenkor legszívesebben azt kívánom bárcsak lenne valaki aki megölelne és csak sírhatnék anélkül, hogy elítél. Sokszor félek, hogy nem találok ilyen embert. De végül is azt mondják a fájdalom megerősít. Többnyire egyetértek vele. De tudom, hogy ezek a napok mindig újra és újra megjelennek, és utána meg jobb lesz, könnyedebb. Csak túl kell vészelnem és gyakorolnom, hogy a gonosz gondolatok ne vehessék át az irányítást.