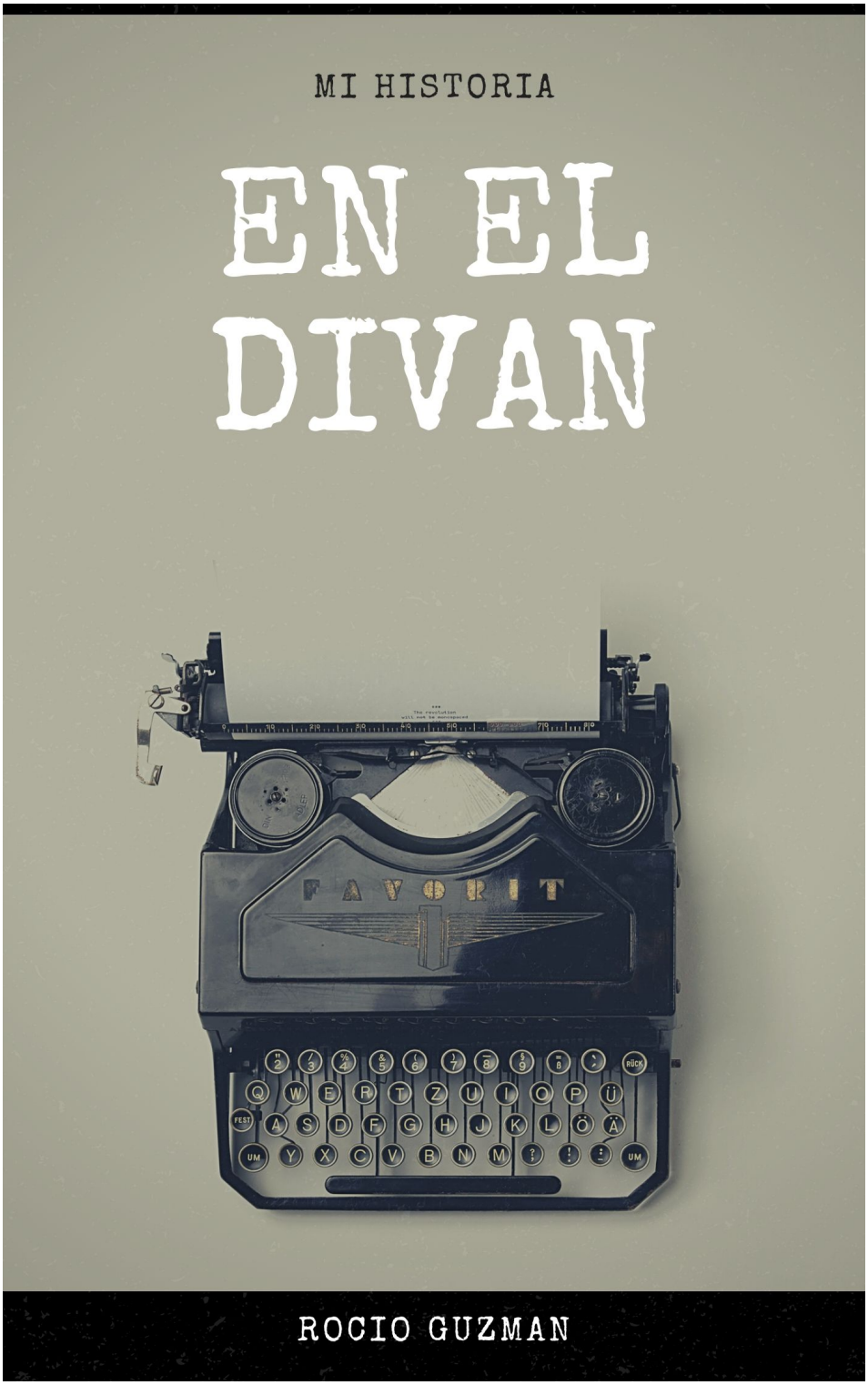
Marcelo, mi psiquiatra

Rocio Guzman



Capítulo 1

El psiquiatra me dice que esta mal aferrarse a una esperanza, pero que pasa cuando es esa misma esperanza la que te mantiene viva.

El dice que si dia a dia vivimos esperanzados al caer la noche nos frustamos porque ese deseo no llego.

Pero y si mañana llegara? y si llega y yo no estaba lista para recibirlo? y si me agarra desprevenida?, ya tengo todo el dialogo planeado para cuando ese dia llegue, solo me faltarian sus respuestas.

Marcelo. mi Psiquiatra dice que eso es lo que esta mal quedarse todos los dias pensando y si es hoy? .

El no entiende que ese regreso es el mas esperado dia a dia, Marcelo no entiende que esa pequeña esperanza es la razon de mi vida, de mi dias.

Marcelo me psicoanaliza, estudia mis gestos, estudia mis palabras para entender mi cabeza, lo que Marcelo no sabe que el problema no esta en la cabeza, esta en mi alma, algo que quizas para el va mas alla de la razon, mas alla de la ciencia y cualquier estudio.

Capítulo 2

La primera vez que me recomendaron ir a un psicologo pense: el psicologos es para locos y yo no estoy loca, o quizas si?

No lo sabia pero bueno tenia que intentar resolver mi problema y un psicologo era mi ultima oportunidad de poner sanar, porque digo ultima oportunidad?, porque he ido a templos umbanda, brujos, videntes, tarotistas y nada pudo ayudarme, acurria a este tipo de ayuda pensando que tenia hecho un trabajo de magia negra y queria que alguien me limpiara, aun no entendia que mi verdadero enemigo era yo mismo.

Tenia tantas ganas de volver a vivir que no me quedo mas que ir a un especialista en salud mental (que horrible suena la palabra salud mental).

Decidida a mejorar tuve mi primer cita con una psicologa, se llamaba Claudia, recuerdo que mi primer experiencia con un profesional no fue nada buena.

Claudia era una mujer delicada, femenina, una mujer de mundo muy interesante, empezamos la sesion, solo habre dicho unas diez palabras cuando me interrumpio y me dijo "tu problema es que buscas la aceptacion de tu mama" .

Terminada la consulta me quede pensando en el diagnostico de la licenciada y pensaba: mi depresion empezo cuando me separe, que culpa tenia mi mama en todo esto?.

Mi cabeza no paraba intentaba asociar mi depresion con mi mama y no le encontraba sentido, asi y todo decidi asistir a la segunda cita.

Esta cita fue distinta me senti yo la psicologa y Claudia la paciente, ella no dejaba de hablar de sus hijos, sus viajes entre otras cosas, una vez mas tenia razon el psicologo te quita dinero, asi que desisti de la ayuda profesional.

Mi situacion cada vez empeoraba, ya no era solo depresion, llanto, angustia, queria sacar ese dolor para afuera, ya dentro mio no entraba mas dolor mas tristeza, empece a cortarme los brazos, las piernas hasta hacerme sangrar.

Sabia que no podia seguir asi, asi que nuevamente puse mi fe en una psicologa, no se porque siempre elegia mujeres, quizas sentia que ellas podian comprendenderme mejor

Capítulo 3

Nunca entendi mucho la psicologia ni mucho menos confiaba en ella, para mi la psicologia era sentarse a parlotear con alguien.

En busca de mi paz interior decidi no hacerle caso a Claudia y no culpar a mi mama por mis malas desiciones, asi que me puse en marcha y busque otro especialista, ya habia pasado por la mala experiencia de buscar personal femenino asi que me decidi a buscar un licenciado.

Es tan dificil hoy en dia conseguir turno para un medico con obra social, al menos con la mia cuesta bastante, llamadas tras llamadas pidiendo por favor un sobreturno, estaba desesperada cada dia me encontraba peor, para todo esto no solo me autoflajelaba sino que habia dejado de comer, estaba pesando 39 kilos con 40 años es una cosa de locos.

Mi peso me tenia mal, el no comer me tenia preocupada pero no me entraba ni un bocado, al quinto dia consecutivo de haber estado sin comer fui hasta la guardia me diagnosticaron anorexia nerviosa, era lo que me faltaba, todo esto es por los nervios esta todo en mi cabeza necesitaba ayuda.

Con la cartilla medica en mano y pidiendole a Dios en mi desesperacion poder encontrar un profesional que me ayude.

Mis plegarias fueron oidas consegui turno esta vez con un licenciado, era un hombre bastante mayor y reconocido, me sentia tan animada, tenia tanta fe en que el podia ayudarme que fui con todas mis energias puestas en el.

Llego el momento en que me tocaba a mi me levante de la silla en la sala de espera, me acerque temerosa al consultorio, el licenciado Nicolas muy amablemente me saludo y me hizo una seña para que tomara asiento.

Me acomodo, intentaba relajarme pero no podia, no sabia por donde empezar a contar mis problemas, Nicolas me noto nerviosa y solo basto para que me diga "porque estas aca?", rompi en llanto, la garganta era un nudo tan fuerte que no me salia la voz, queria explicarle pero no podia hablar, solo lloraba como que ese llanto estuvo mucho tiempo guardado y necesitaba salir, ese llanto fue el llanto del alma.

Capítulo 4

Nicolas al observar mi angustia solo dejo que me descargara y me ofrecio un pañuelo.

Era imposible hablar las palabras no salian por mi boca y se arrebatan por salir, no podia calmarme, las lagrimas seguian rodando por mis mejillas.

Al cabo de un rato el llanto dismunuyo y Nicolas nuevamente me pregunto porque estas aca?.

Lo mire con los ojos llenos de lagrimas y le respondi, no quiero vivir mas asi.

Mis ganas de vivir eran muchas, mas que nada por mi hijo, no queria que el me viera asi, queria sentirme fuerte y vital para poder ocuparme de el, pero no podia, apenas podia con mi vida.

Me aferre mucho a mi hijo sabia que tenia que sanar y el era mi life motive.

Le conte a Nicolas que motivo de mi tristeza era mi separacion, que sentia que la familia se habia desarmado, sentia que era mi culpa y por eso me castigaba, no podia sacar los pensamientos de culpa, tristeza y desesperacion de mi cabeza, le rogue, le implore que por favor me ayudara, el asento con la cabeza.

Paso lo que tanto me temia, Nicolas me receto cuatro pastillas diarias, siempre fui reacia a la medicacion psiquiatrica, pero tambien era conciente que las necesitaba.

Al dia siguiente empece con la medicacion, me dio tanto sueño que dormi todo el dia, me desperte ya habia anochecido y era horario de la siguiente dosis asi que tome el resto de la medicacion, volvio a darme sueño y me dormi.

Al otro dia amaneci mas cansada que de costumbre y eso que el dia anterior habia dormido todo el dia, llego el horario de la primer dosis de pastillas, ya era el segundo dia, las tome y el sueño abatallante aparecio, era tal el sueño que no tuve mas opcion que dormirme.

Me desperte casi llegando al mediodia, habia descansado bien la noche anterior, al dormir tanto no tome la dosis de la mañana y asi y todo me sentia con un poco mas de energia, asi que pense que a las pastillas habia que darle tiempo para que surja su efecto, me sentia tan esperanzada...

Paso un mes tenia que volver a mi cita con Nicolas para contarle como me habia ido con la medicacion.

El como siempre muy elegante me invito a tomar asiento y me miro como diciendome "te escucho", le empece a contar que ya no lloraba tanto, que la angustia habia disminuido pero que no podia mantenerme despierta que entre dosis y dosis me daba mucho sueño. El me escuhaba atentamente mientras escribia y me miraba.

Siempre quise saber que es lo que escriben los psiquiatras a veces me imagino que demuestran estar interesados cuando en realidad no lo estan y solo dibujan garabatos en sus libretas, ese era mi pensamiento desde siempre sobre ellos, pero esta vez sentia que necesitaba de su ayuda.

Su diagnostico fue depresion severa, trastorno de ansiedad, me enoje, yo sabia que los psiquiatras eran charlatanes, me habia medicado sin tener un diagnostico!, me mantuvo drogada un mes sin saber para que tipo de patologia medicarme.

Me enoje, me fui muy furiosa, en mi interior sabia que eran chantas, gaste mucho dinero entre consultas y medicacion esta muy enbroncada, perdi dopada un mes de mi vida, y claro! como no iba a sentir menos angustia si me dormia, cuando me despertaba ya era momento de otra dosis y asi dia tras dia.

No solo jugo con mis esperanzas, tambien jugo con mi salud, se aprovecho de un titulo que dice que puede sanarme o aliviar mi dolor, y no lo hizo, y ahora? como sigo?

Capítulo 5

Nuevamente me sentia perdida, ya no sabia a quien recurrir, mi salud cada vez empeoraba, ya pesaba 37 kilos, mi familia estaba muy preocupada querian ayudarme, pero no sabian como, nadie sabia, ni yo sabia.

Dicen que el tiempo lo cura todo, yo pensaba lo mismo pero a la vez es algo inmensurable, es algo que no podemos manejar, no podemos controlar entonces me pregunto cuanto tiempo mas?.

En mi humilde opinion el tiempo no lo cura todo, solamente que aprendemos a vivir con ese dolor, con esa mochila, el tiempo quizas lo hace mas liviano pero no lo cura.

De ser asi creo que tres años de depresion y sufrimiennto son suficientes, pero no, aun no me he acostumbrado a vivir sin ese dolor constante en el pecho, sin ese vacio, es dificil acostumbrarse a algo de lo cual no queremos acostumbrarnos, a veces no tenemos opcion ya que en mi caso no depende solo de mi.

"No depende solo de mi", acaso de quien depende?, eso sera lo quiere decir el psiquiatra cuando me dice que siempre busco culpar a alguien, claro ahora lo estoy entiendo, depende de mi, nadie mas que yo puede sacarme de este pozo.

Aprendere a no aferrarme al pasado quizas el pasado solo me enseño como poder vivir el presente.

Capítulo 6

Hasta ahora nunca hable de mi adiccion a la cocaina, creo que es el momento ya que justamente hoy es un dia especial, hoy cumplo 6 meses limpia de cocaina.

Para los que nunca consumieron no van a entender el significado de 6 meses limpia, no solo meses, la importancia de tener un dia limpia.

Muchas veces me pregunto porque empece a consumir?, obviamente creo que todos empezamos por algo, por necios creo que es la palabra que mas lo define.

Crei que podia manejarlo, me crei superior al resto, creia que podia llevarme el mundo por delante, era yo con mi ego por encima del cielo, y la caida dolio, duele y seguira doliendo.

Cada piensa que tiene un motivo para consumir o una razon, la mia era por ejemplo que las pastillas psiquiatricas me daban mucho sueño, como necesitaba mantenerme despierta para poder ir a trabajar,empece a consumir.

Pero realmente esa era la verdadera razon?, en realidad creo que no existe motivo ni razon para drogarse, son excusas que inventa la mente enferma de un drogadicto para consumir una y otra vez, sin saber cuando ni como terminar.

Recuerdo la primera vez que consumi, sentia el corazon acelerado, me sentia energica, sentia que podia llevarme el mundo por delante, que nadie ni nada iba a poder conmigo, que por fin habia encontrado la solucion para la depresion, me sentia tan bien, hacia tanto tiempo que no me sentia asi, que no queria que la noche acabase, sabia que al salir el sol, mi depresion iba a volver.

Consumia solo los fines de semana, Dios! que bien me hacia sentir, era lo mas parecido a la felicidad que habia sentido en años.

Capítulo 7

Ese sentimiento de euforia queria sentirlo todos los dias, y la unica manera era consumiendo, luego no me alcanzaba con querer sentirme euforica todos los dias, ya queria hacerlo todo el dia.

Todo el dia drogada, tuve la suerte, por llamarlo de alguna manera, que no se me notaba entonces no existia un limite para mi, me drogaba hasta en el trabajo.

Sin darme cuenta paso de ser solo diversion a una necesidad, una necesidad tan fuerte que es insoportable,y como no queria sentirma asi volvia a consumir y asi sucesivamente

Capítulo 8

Nunca pense que a partir de levantar esa primera dosis mi vida cambiaria de tal forma que preferiria morir.

Pasaron seis meses de consumo, ya no comia, pirorizaba el dinero para que me alcanzara para consumir, no podia pensar, ni sentir otra cosa solo queria esa primera dosis del dia que sabia que me llevaria a varias dosis al terminar la noche.

No se cuanto consumia eso no el lo importante, lo importante era que ya no queria mas y mi cuerpo no dejaba de pedirmela. mi mente rondaba todo el dia en querer consumir.

Sabia que era el principio del fin, ya no tenia dinero, ya me habia gastado todos mis ahorros, ya me habia endeudado con el banco.

Nada de eso importaba mientras yo pueda drogarme.