



[en jaksa](#)

Oon kirjottanut tänne pari kertaa aikasemminkin, mutta kirjoitanpa vielä kerran, koska kello on miljoona eikä oo ketään kelle itkeä tästä.

Mulla on ollut masennus nyt se päälle parisen vuotta ja tässä vaiheessa mä olen ihan älyttömän väsynyt kaikkeen enkä jaksa enää. Mä koen kunnon surua enää vaan aika harvoin, mut tuntuu että tää suurimman osan ajasta läsnäoleva tyhjyyden tunne on vaan pahempi. Mikään ei tee mua iloseks, saatan nauttia jonkun asian tekemisestä mut ei se tee musta ilosta. En tiä millon viimeks olin tosissaan onnellinen ja tyytyväinen mun elämään. Viiltely jatkuu edelleen enkä tiä miten lopettaa enää ku oon tehny sitä yli kaks vuotta jo.

Mua ahistaa melkeen koko ajan. Se on möykky mun rintakehässä, se ei lähe pois ku se vaan on. Saan ahistuskohtauksia enkä kestä sosiaalisia tilanteita. Mulla on ajanjaksoja, jollon mua ahdistaa syöminen sanoinkuvaamattoman paljon ja laihdutan ainakin sen 3kg, mut lopulta luovutan aina koska en jaksa ja millään ei oikeesti oo mitään merkitystä. Koen että en oo validi koska en saa paniikkikohtauksia, mua ei oo ikinä raiskattu enkä oo sairaalloisen laiha. Koen että mulla ei oo tän takia oikeutta sanoo että elämä on paskaa. Tiiän että tää ei oo totta mut silti.

Saan kyllä apua jo, ei hätää, mut tosin en tiä onko siitä mitää hyötyä. En tiä myöskään et onko täs tekstissä mitää järkeä, kun tosiaan kello on aika paljon eikä mun aivot rekisteröi mitään, mut toivottavasti sai jotain tolkkua. Muistakaa juoda vettä stay safe.