

Del vespre a l'alba

Avui m'he aixecat amb una sensació estranya, tenia una energia gens habitual en el meu cos.

Sentia com una força que em feia fer les coses de cada dia ràpidament i sense cap esforç.

Ahir vaig anar a una conferència, parlaven sobre els beneficis del ioga al cos i la ment, donant molta energia i vitalitat.

Penso si el meu cos va per lliure i ha decidit que el ioga es la solució. La veritat si és així m'ho rumiaré una mica per trobar alguna hora a la setmana per anar-hi.

En dic Lis i porto com 3 anys més o menys que tot em costa moltíssim, parlar amb altres, socialitzar, fer les coses més senzilles. No sé si tinc cap mena de depressió perquè no he anat a cap especialista, encara, però cada dia em costa un món, res no em commou.

Quan va començar? No ho sé, ni perquè. Ara porto dues setmanes forçant-me per anar a conferències, anar al cinema o al teatre, cafeteries per fer un cafè i parlar amb la gent. Sembla que he donat un pas de gegant.

La meva veïna Lua sempre està massa preocupada per mi, intenta animar-me, em porta compotes de fruita, consumés, gelats...

Fa setze dies que no m'ha dit res, s'ha anat a Murcia per tenir cura de la seva germana Aurora. Ha tingut bessons a més de 2 nenes de 5 i 3 anys.

Lua m'ha deixat a la bústia una carta dient-me: espavila ximple, només hi ha aquesta vida, no tindràs una altra oportunitat.

Estic fent tot el que m'havia dit, sembla que veig una finestreta una miqueta oberta.

M'he trobat a l'Emília, una companya de l'última feina, ja fa cinc anys q no treball. Sortia del cinema de veure el musical "La la Land" i ella també. Vam comentar la pel·lícula i estaven d'acord que tries el que tries sempre deixaràs de banda altres opcions interessants.

Vam quedar per menjar demà dissabte i després anar de compres. Vol que l'ajudi a escollir roba per a un casament d'una cosina seva.

Reia mentre m'ho explicava, es veu que es la quarta vegada. No te fills però els homes són molt més joves que ella, Emília conta unes històries que m'ha fet riure una estona.

Quan arribo a casa estic esgotada, malgrat això, no tinc son, poso la ràdio, sona una música agradable, començo a taral·lejar. Ha estat un dia feliç.

Pot ser que hi hagi superat ja algun graó d'aquesta apatia. Crec que estic pel bon camí, veig una sortida, aniré a poc a poc.

Fa tot just tres dies m'he apuntat a classe de ioga, per fi m'he decidit, aniré dimarts i dijous, m'ha dit la noia que em va donar hora que notaria un canvi en la meva vida positiu. Ja m'ho crec, sorprenentment des de que vaig anar fa dies a la conferència i la carta de la meva veïna han fet que prengui bones decisions.

Ho superaré!!

Tornaré a escriure quan tot això sigui una anècdota

Ocell