

Cuando nací, decían que parecía un osito porque tenía la espalda llena de bello.

En mis primeros días de colegio, me insultaban diciéndome que tenía las manos de estropajo porque dibujaba fatal.

En el instituto, me llamaban payaso porque llevaba los pantalones grandes y las zapatillas desabrochadas.

Cuando tuve edad para ligar, me dijeron tantas veces que NO que empecé a pensar que era gordo y feo (pues, anda, si me viesen ahora...)

Empecé a trabajar y tuve muchos trabajos diferentes. En todos me acabaron echando porque a la empresa ya no le interesaba. Eso me hacía pensar que yo no valía.

De pronto, me desperté sudando una noche, con taquicardia, y hasta llegué a pensar que me estaba muriendo porque en mi cabeza había fuegos artificiales que, como Peta Zetas, explotaban en el cielo con un mensaje. *¡No vales para nada!* Y, dos años después, casi sin ver la luz del Sol, me había convertido en un fantasma que vagaba desde la cama al sofá, y entre el psicólogo y el psiquiatra.

Sin embargo, nada dura eternamente y la vida me presentó a gente maravillosa que trabajaban ayudando a personas que, como yo, se sentían mal.

Hay personas que no con como tú, o tú, o tú, y no por eso son locos, idiotas o perturbados y cualquiera podría tener un problema de salud mental.

La presión nos provoca pensamientos erróneos y, a veces, llegamos al punto

de creer que *no valemos nada*, solo porque no somos como ellos quieren que seamos o porque no llegamos a las metas que nos imponen.

Hoy soy Jesús, o Chuso, como todos me conocen en la calle, y soy una persona fuerte y segura de mí misma, tanto como el mundo me deja ser; y hoy, me pongo yo los adjetivos.

En nombre de mis compañeros del ciclo formativo de Auxiliar de Enfermería del IES Carolina Coronado, doy las gracias a todas las asociaciones y grupos que trabajan con personas que lo necesitan.

Y también doy gracias a la vida, que me ha permitido estar hoy aquí, ayudando como voluntario en el Día Mundial de la Salud Mental.

Muchas gracias.