

Da min verden, lige så stille faldt fra hinanden, gled jeg lige så langsomt og ubevist ind i et puslespil, med brikker der ikke passede sammen.

Pludselig fik jeg en levende skygge, som begyndte at tage over.

Det blev starten på nogle svære uger, måneder og endda år.

Jeg var 15år da min mor valgte at blive skilt fra min far.

Min far arbejder som lastbil chauffør, og har aldrig været meget hjemme. Faktisk kun i weekenderne.

Fredag aften kom han hjem, men han kom ikke hjem som "far". Hans øjne var røde, han kunne ikke huske, og havde ingen balance. Far havde drukket igen. Skænderiet var højlydt og man kunne høre afmagten i mors stemme. Mor og far skændtes ofte - Derfor var det ikke rart at være hjemme, men på samme tid var tanken om, ikke at være tæt på dem, modbydelig, for så vidste jeg jo ikke hvad der foregik.

Jeg lukkede døren til mit værelse, og lagde mig under dynen med hænderne for ørene. Men de høje stemmer skar igennem og det gjorde ondt indeni.

Mit værelse lå ved siden af fars værksted. Det var temmelig lydt, så nogle ting, kunne jeg ikke undgå at høre.

For det meste, så jeg frem til at far kom hjem om fredagen, men indeni var jeg også bange.

Klik-lyden af en øl dåse, der blev åbnet, skar mig indeni. Når far ikke så det, tog jeg hans øl, hældte den ud i hækken, og kom vand i. Jeg kunne ikke lide, hvad der skete med ham, når han havde drukket. Jeg vidste, hvordan mor ville reagere, når hun kom hjem, fra arbejde, hver anden lørdag. Derfor forsøgte jeg så godt jeg kunne, at gøre huset fint, så hun troede det var far, der havde gjort rent, så det kunne være hun "glemte" at far - igen – ikke var ædru når hun kom hjem.

Måske tog det også del i at jeg, begyndte at kontrollere mit indtag af mad. Jeg kunne ikke håndtere og kontrollere hvad, der skete for næsen af mig - men jeg kunne kontrollere hvad jeg spiste.

Jeg forsvandt mere og mere ind i mig selv - hvor jeg før var den glade, stille pige, der var pjattet med at fjolle, blev jeg forvandlet til en pige, med gråd i stemmen, og som mest af alt ønskede, at være en fugl, som kunne flyve langt væk fra det hele.

Hurtigt blev jeg muret inde i et spind af tårer, kontrol, frygt og et ønske om ikke længere at leve. Indeni var det et stort rod, og på samme tid fyldt af tomhed. Jeg fik ikke sovet, tankerne kørte rundt, som en ond sang, der var sat på "replay".

Så mens resten af verden sov, lå jeg under dynen med musik i ørene, mens tanker hviskede ondt til mig.

Om aftenen gik jeg grædende rundt i mørket, selvom jeg var mørkerød.

Jeg gik lange ture, løb ture, cyklede til og fra skole, passede mit gymnastik og mine lektier - og gemte mig på mit værelse,

Min trygge base, det eneste sted som ikke forsvandt fra mig.

Efterhånden var jeg flyttet ud af mit liv, og ind i mine egen lille boble. En boble styret af kontrol og depressive tanker.

Folk omkring mig, begyndte at prikke til boblen, de prøvede at stikke hul og nå ind til mig. Men jeg opfattede ingenting. Jeg var langt væk i min egen verden, som jeg efterhånden ikke kunne

overskue at kæmpe mig ud af.

Kort efter sommerferien sendte lægen mig til behandling for anoreksi i Augustenborg. Det blev nogle hårde måneder med indlæggelse, ensrettede samtaler, og mørke tanker. Jeg fik tilknyttet en familiebehandler som jeg skulle have samtaler med. Men ud af mine øjne kom der ikke andet end tårer, og ud af min mund kom der ikke andet end gråd. Jeg kunne ikke åbne op om, hvad der foregik indeni, det gjorde alt for ondt.

På afdelingen jeg var indlagt, blev jeg frarevet alt kontrol. Det var som at komme ind i en helt anden verden, uden at ane hvad der foregik udenfor. Jeg havde svært ved at acceptere at skulle være på afdelingen, at min familie skulle komme og køre igen lidt efter. Jeg havde ingen motivation til, at kæmpe for, at få det bedre - jeg ville bare udskrives for, at komme hjem og fortsætte samme vejbane, jeg efterhånden var vant til, at køre i - jeg kunne ikke se at vejbanen, var en blind vej, og ingen steder førte hen.

Året efter blev jeg igen indlagt. Jeg skulle observeres for, at have en depression oveni spiseforstyrrelsen, men efter én måneds indlæggelse, kom jeg hjem - stadig ligeså langt nede i mørket og uden noget håb.

Pludselig en januar dag, ringede min mors telefon. Efter en del tid, kom hun ned på værelset til mig. Hun gav mig en hjemmeside og fortalte om en behandler, som havde god erfaring indenfor ungdoms psykiatri, og som ville komme hjem til os, i stedet for, at vi skulle komme ud til et venteværelse, ind i et lokale og efter en time, byttes ud med en ny patient.

For at være ærlig, havde jeg svært ved, at forestille mig, hvordan jeg skulle komme videre. Hvilken forskel det ville gøre, at have samtaler herhjemme frem for på sygehuset. Men det viste sig, at blive mit vendepunkt. Ved første samtale, følte jeg mig forstået og accepteret, på en måde jeg ikke havde kendt til før. Jeg skulle ikke skjule, hvordan jeg havde det. Ikke tage den glade maske på. Anne-Marie havde tålmodighed og troede på mig, selvom jeg inderst inde selv var holdt op. Hun gav sig tid til at snakke med mig - og jeg turde åbne op. Det var en helt anderledes måde at modtage terapi på, end jeg havde været vant til. Herhjemme, var jeg i mine trygge omgivelser, og jeg følte mig mere tilpas, end jeg nogensinde havde gjort til samtalerne på sygehuset. Anne-Marie opdagede ting som det offentlige sygehus havde overset eller fejlvurderet. Hun så igennem, min mørke verden, tankernes spil og ville have mig ud af min depressive verden.

Hurtigt kom jeg i medicinsk behandling, og samtalerne med Anne-Marie blev dybere og satte tingene lidt mere i perspektiv. Hun lyttede til de mest underlige ting, der fyldte mit hoved med spekulationer. Hun satte tanker i gang, rykkede et eller andet indeni mig, og åbnede mine øjnene for, hvordan verden også kunne se ud.

"Ting sker, hvis det er meningen, de skal ske" sagde Anne-Marie en dag. Det var en sætning, der satte sig fast, og fik mig til at tænke. Man kan ikke blive rask og få det bedre, fra den ene dag til

den anden. Det tager tid – og måske skal modsætninger sættes op mod hinanden, før man finder ud af hvad der hjælper bedst?

I dag har jeg det godt. I dag tør jeg de fleste dage leve. Jeg er langt væk fra det mørke, der før var hele min verden.

Der er stadig dage, hvor det hele følte dumt. Men de gode dage, vinder, og dét, der fylder får vi snakket om. Det skaber tryghed for mig, at have samtaler i hjemmet. På samme måde, kommer man heller ikke ud til et sted hvor, der kan blive fokuseret meget på sygdommen, og ikke personen.

I dag passer mine puslespils brikker bedre sammen, der er stadig kanter, der skal slibes, og som tager tid, men jeg ved at tingene nok skal ske, når det er meningen de skal ske. Selv det mørkeste sted, findes der lys!