

## Encontrar iguales es gratificante

Decir &quot;Trastorno Bipolar&quot; es decir &quot;acabo de estigmatizarme&quot;. La gente no entiende, ni tiene porqué entender, de variaciones humorales. Una vez pronunciado el diagnóstico se cierne sobre ti un halo de &quot;lastima&quot; y de &quot;duda&quot;. Ya no eres el mismo para los demás. Has dado paso a tu sentencia: &quot;Estás loco&quot;. Loco, si no de atar, loco de &quot;desconfiar&quot;. Ya nadie te mira como antes. Nadie confía en tus palabras. Nadie te presta atención a los razonamientos. Nadie te cree capaz. Nadie te cree estable, ni eutímico (eso ya es &quot;palabra mayor&quot;). Pasas a ser ciudadano de segunda, si alguna vez lo fuiste de primera.

No ya &quot;nadie&quot;, universalizando, sino &quot;ni alguien&quot;, particularizando, ni el mismo médico que te atiende. Ves en la cara del galeno lástima y desconfianza en un intento administrativo de humano vigilante que no sabe disimular su preciada atención que no por ello debe tener matices desdeñables.

Visto lo cual, empiezas a buscar tus iguales. Aquellos iguales que saben que ese día que te levantas desanimado no necesariamente significa que has cogido la vía de la depresión. Que el desánimo puede deberse a que no tienes amigos comprensivos, que no tienes una &quot;razón de ser&quot; que te sustente el alma. Aquellos iguales que saben que si estas exultante es porque ese día, o algunos otros, has encontrado esas deficiencias, aunque sea de manera efímera. Aquellos iguales que, por experiencia propia, saben que en la gráfica anímica de un bipolar no solo existen ondas o sierras que marcan la depresión o la manía a ambos lados de una línea artificiosa de eutimia, sino que también hay vectores multidireccionales que corresponden no solo a las concentraciones de los neurotransmisores cerebrales sino también a los estados del alma encontrada o descontrada con el éxtasis.

Buscar iguales se convierte en un afán imprescindible del bipolarizado. La soledad obliga a ello. Una falta y a la vez consciencia de identidad le empuja a esa búsqueda. Existen otros. Los encuentra en asociaciones, páginas Webs, en la calle&hellip;El mundo está lleno de ellos. Encontrarlos es un consuelo. Comunicarse con otros del mismo sentir proporciona cierta seguridad. Ellos, los otros, saben como eres. Saben de tus penas y alegrías. Saben que eres &quot;normal&quot; y no un humano etiquetado con un título del DSM. Con ellos te sientes algo a salvo. Esos otros pueden incluso contagiar o despertar tu esencia adormecida por los altibajos emocionales. Encontrar iguales es gratificante.