



onneliknaine.ee

Depressioon on keeruline ja isiklik kogemus, mida on üsna raske sõnadesse panna.

Paljud inimesed on jaganud oma mõtteid ja tundeid selle kohta. Toon ära mõned väljaütlemised, milles äratundmist kogesin.

"Ainus asi, mis on depressioonis olemisest kurnavam, on teesklemine, et te seda ei ole." – Tundmatu

"Ma ei ole haige, ma olen katki. Aga see on vist sama asi." - Jenny Lawson

"Nii raske on kirjeldada depressiooni inimesele, kes pole seal kunagi olnud, sest see pole kurbus. Ma tean kurbust. Kurbus on võime nutta ja tunda. Aga see on tunde puudumine" - J.K. Rowling

"Depressiooni vastand pole mitte õnn, vaid elujõud ja just elujõud oli see, mis sel hetkel näis minust eemale imbuvat." - Andrew Solomon

"Pimeduses on nii raske võidelda. Sa ei näe, kes vaenlane on." - Lois Lowry

Iga naine peaks teadma, et tal on jõud muuta oma lugu



onneliknaine.ee

"Kuigi teid ümbritsevad kõik need inimesed, võite tunda üksildasemana kui üksik olles. Võite olla tohutu rahvahulga seas, kuid kui te ei tunne, et saate kedagi usaldada või kellegagi rääkida, ja tunned, et oled päris üksik." - Fiona Apple

**"Valu ei tee verevalumid kehal, vaid südamehaavad ja armid meelel." -
Aisha Mirza**

Iga naine peaks teadma, et tal on jõud muuta oma lugu