

Día Mundial de la Salud Mental 2015
“Ponte en mi lugar. Conecta conmigo”
MANIFIESTO*

¿Cuánto mide la línea imaginaria que une las estrellas las unas con las otras? ¿Cuán pequeño puede ser un punto en el espacio? ¿Puede una vela alumbrar el infinito? Forma parte de la naturaleza humana indagar en lo desconocido.

Hay una certeza: la enfermedad mental aparece y todo tu universo se conmociona. La mente, a la par de la luz, viaja tras una respuesta que no llega, quizá porque la sociedad, en su aparente cordura, no reconoce a sus propios hijos.

Cambia la mirada porque me necesitas. Me necesitas como la montaña necesita quien la encime, como la hoja amarillenta necesita las gotas de rocío, como el anciano en su vejez necesita la sonrisa del niño.

Me miras, te miro, me ves, te veo. Estamos en el mismo lugar, cosas del destino. Nos hemos encontrado, por algo será. Viajamos incansablemente por lejanos parajes buscando nuevas experiencias, y es posible que no sepas que cerca de ti hay personas que pueden aportarte mucho más de lo que imaginas. Búscanos, contacta con nosotros y encontrarás respuesta en lo desconocido, en lo olvidado; verás lo valioso de la vida.

Cuando te levantas por las mañanas y te miras al espejo allí estás tú, pero no te das cuenta que una de esas mañanas puedo estar yo también reflejado en ti.

Hay quien dice que la esencia para descubrir nuevos mundos es empezar. Caminemos hacia una nueva conciencia compartida sobre la enfermedad mental; conectemos, conecta. Atrévete a abrirte a la información, a la ciencia, a tender puentes conmigo. Soy un mundo por descubrir.

Ya no hablaremos de limitaciones, ni de sufrimiento: comencemos a hablar de espíritu de superación. Ya no hablaremos de soledad: atrevámonos a tender puentes de amistad. No volveremos nunca más a ser castigados a la travesía del desierto donde perecen las esperanzas.

La vida, la verdadera vida, crece al otro lado de las arenas; no te quedes con las apariencias. Atrévete, explora, contacta conmigo.

Hay algo detrás del oro incrustado en la roca. Hay algo detrás de las piedras talladas por el hombre. Hay algo detrás de las lágrimas diseminadas por el suelo. Hay algo que da coherencia al conjunto, y que hace que la mente sea permeable a la belleza.

Reflexiona. Ponte en mi lugar: conecta conmigo.

**Elaborado por el Comité de Personas con Enfermedad Mental de la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA*