

Tengo TDAH, no es caer leonito,
es caer constante que nunca repite.

Es querer hacer algo y no poder empezar,
O hacerlo mil veces... y no poder terminar.

"Es lista, pero vaga", solían decir,
como si mi mente eligiera fallar así.
Pero dentro hay guerras que no se ven,
mil pensamientos corriendo a la vez.

No es distracción, es exceso mental,
todo me llama, nada es central.

Empiezo mil cosas, no acabo ninguna,
y el día se escapa sin dejar fortuna.

Fui la niña "intensa", la que no paraba
la que por moverse ya molestaba.

"Comportate, séntate, deja de hablar",
como si pudiera simplemente pasar.

Y en casa el cansancio, la frustración,
lágrimas que pesan sin explicación.

"No sabemos qué hacer" llegué a escuchar,
y yo sin saberme ni como nombrar.

El diagnóstico llegó cuando ya dolía,
cuando la culpa ya era mía.

"Tienes TDAH", por fin encajó...
pero el daño previo no desapareció.

Y no, no es tendencia ni algo "especial"
no es ser caótica y ya, sin más.

Estoy hasta los ovarios de verla adornada,
cuando a mi me ha dejado todo desordenado.

Es olvidar lo simple, fallar sin querer,
querer rutina... y no sostener.

Es vivir lo básico como un reto diario,
como si lo fácil fuera extraordinario.

El concierto me entra, me pone alerta,
pero el bamlere se apaga, la energía se resta.
Qué tipo de ayuda te hace elegir
entre funcionar... o sentirte vivir.

Así que no, no soy vaga, ni quisiera fallar,
solo tengo un cerebro difícil de habitar.
Y si tanto costó que me pudieran ver,
imagina lo que cuesta aprender a ser.