

ANG TINATAGO
KONG
SEKRETO

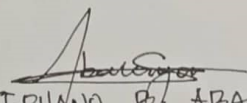
Umpisa ng klase ko nakaraang taon, Hindi ko alintana kaba dahil masaya ang klase. Napapalibutan ako ng matatag at matutulonging classmates. Karamihan sa aming guro ay madaling natutugunan ang aming hinanain. Masaya sa klase maraming natututunan.

Ngunit naging problema ko ay ang aking sarili. Madalas ako nakikipag interact sa mga kaklase ko dahil sa hiya. "Paano hindi sila magresponse sa tanong ko?" Palagi yan ang nasa isip ko dahil sa toto lang, kulang ako sa tiwala sa sarili. Tumag ang klase, may mga part akong nahihirapan. Hindi ko alam manghihingi, ba ako ng tulong. Kahit sa aking mga Guro hindi o makapag tanong dahil nahihiya ako. Hindi nawala sa isip ko mag overthink. Palagi akong may takot na nararamdaman. Hiya ako makapag open up sa pamilya't kaibigan ko.

Dumaan pa ang mga araw. Nadadagdagan ang problema. Nababawasan ang confidence ko. Nawala ang tatay ko, nahihiya sa pag-aaral ang mga kapatid ko. Gusto ko silang tulongan kailangan ko rin. Pingg-isipan kong maubti ito. Kailangan ko rin ihinto ang pangarap ko para sa itakubuti ng mga kapatid

Nag desisyon akong kausapin si Sir Nonie. Doon ko lang nagawang mag open ng problema ko at nagpayakap ako kay Sir habang umiiyak. Gumaan ang patiramclam ko. Masarap sa kaboban na nailalahad mo ang mga tinatago mong problema. Sumunod na araw ay nagsabi ako kay Sir lddo sa problema ko. Natanggap nila ang desisyon kong huminto at labis ang pasasalamat ko.

Sa panahon ngayon, maaaring tumas ang panganib na magkaroon ng depresyon kong nababalisa o nagigipit. Hindi biro ang depresyon na nangyari sa akin. Ngayon mag umpisa ulit akong mag-aral, sisimulan kong pag-aralan ang kakulangan sa sarili ko at iiwasang maglihian ng problema. Maraming salamat sa Tiwala.


STEPHANO R. ABALAYAN