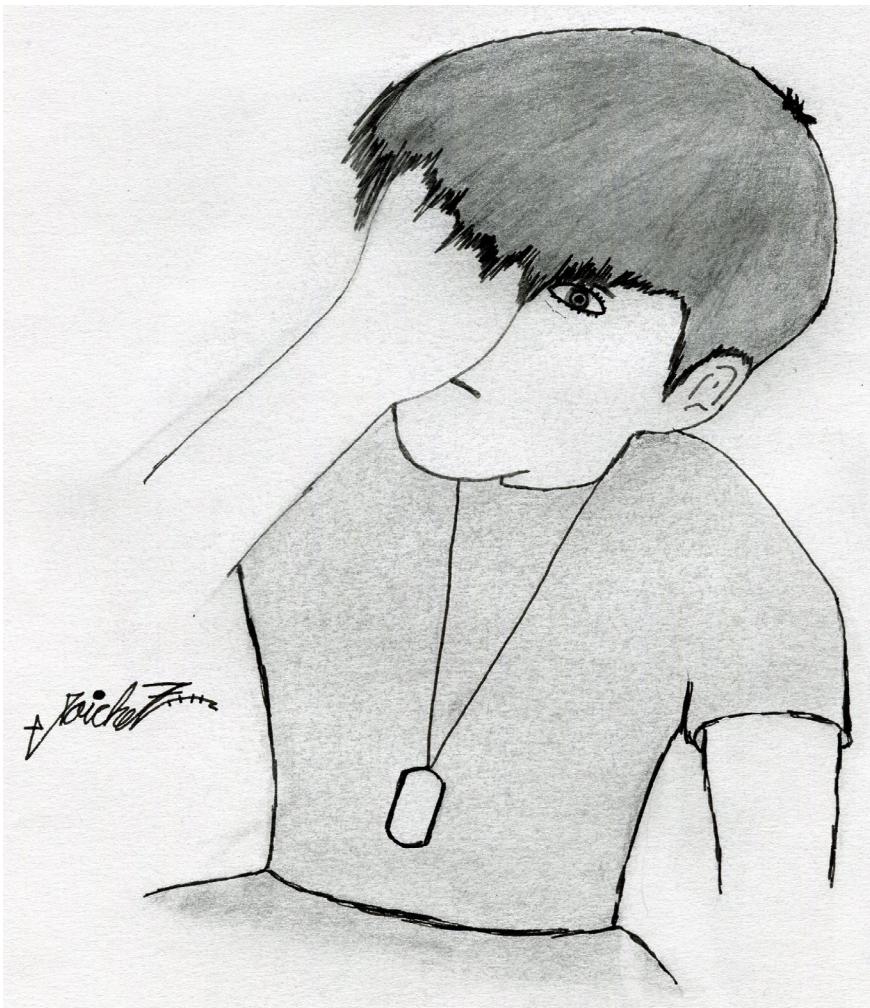


# No Puedo

# I Cannot

by Jacinto Isaac Chel de Paz



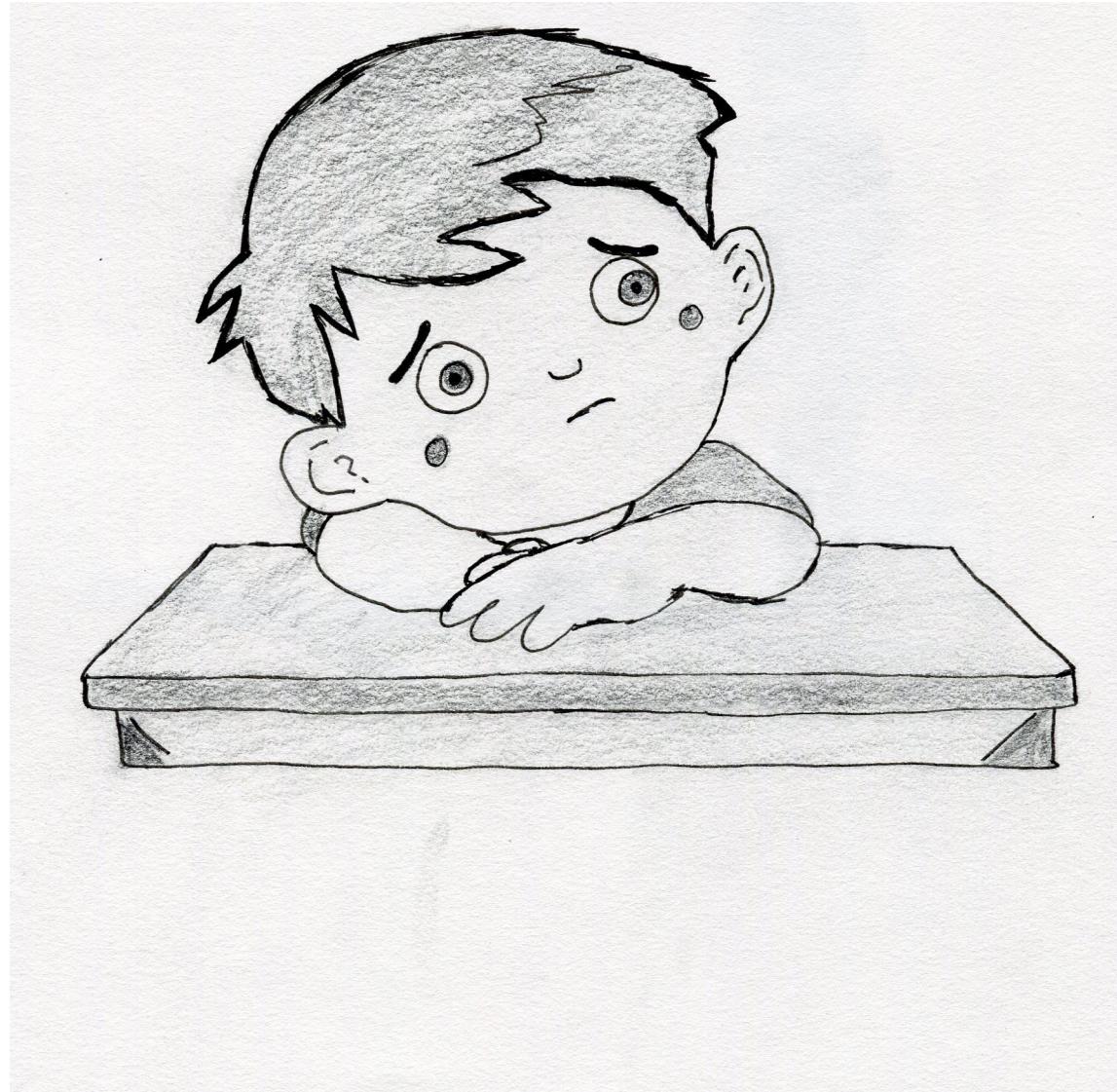
Hola, soy Isaac, empecé a estudiar a los cinco años de edad. Desde pequeño me gustaban los deportes, veía televisión y lo que siempre me gustaba ver son los deportes como el fútbol, juegos olímpicos y otros. Pasaba todo el tiempo con mis hermanos jugando futbol, para mi eran mis mejores amigos, porque desde que entré en la escuela tuve un estado de ánimo depresivo, porque en la escuela no pude tener amigos y eso me causó daños emocionales todos me ignoraban y lo único que necesitaba era hacer amigos, pero al contrario solo sufría de acoso escolar.

Hello, I am Isaac, I started studying at five years old. Ever since I was young, I loved sports, watched television and what I really loved was watching sports like soccer, the Olympics, and others. I spent all of my time playing soccer with my brothers. For me they were my best friends. When I entered school, I was depressed, because I was unable to have and make friends and this caused emotional distress. Everyone ignored me and the only thing I had to do was to make friends, but to the contrary, I only suffered from being bullied.



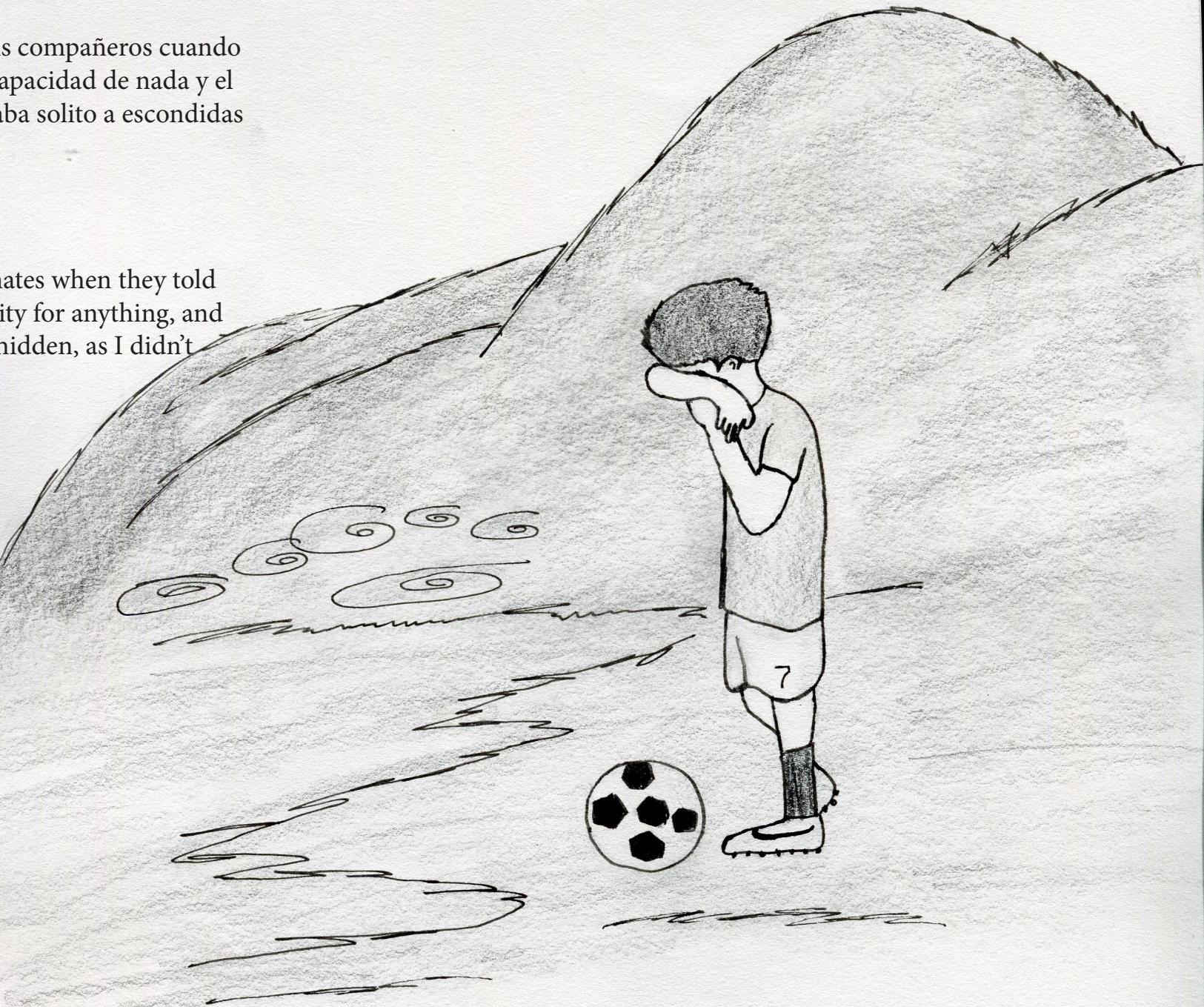
Recuerdo que desde niño me gustaba ir en la escuela no quería faltar ni un día, quería aprender cada día, pero al contrario todo lo que pensaba de mí nunca pude demostrar lo que más anhelaba porque desde pequeño me ignoraban no me dejaban entrar en los juegos escolares o en otras actividades, porque tuve unos compañeros que me intimidaban y es algo que a veces recuerdo de mi porque viví una vida diferente de los demás a veces me dolía ver a mis compañeros compartiendo y yo era el único que andaba solo, desde mi infancia pude experimentar la soledad, la depresión desde ahí me costaba comunicarme con los demás niños porque pensaba que me intimidarían también, sentía que mi familia eran los únicos que me valoraban, pero es diferente a que encontrara amigos en la escuela.

I remember when I was a kid, I liked to go to school and I didn't want to miss a day, I wanted to learn every day. But contrary to everything I thought of myself, I was never able to demonstrate what I aspired most because ever since I was little, they ignored me, they didn't let me participate in any school games or other activities, because I had some peers that intimidated me, and this is something that I sometimes remember of myself because I lived a different life from everyone else. Sometimes it hurt to see my peers sharing, and I was the only one alone. Since my childhood, I experienced loneliness, the depression from there made it difficult for me to communicate with the rest of the kids because I thought that they would also intimidate me. I felt that my family were the only ones that valued me, but it is different to find and make friends at school.



El entrenador de fútbol solo escuchaba a mis compañeros cuando ellos le decían que yo solo soy un niño sin capacidad de nada y el entrenador nunca me dejó entrenar, yo lloraba solito a escondidas no quería que nadie lo supiera.

The soccer coach only listened to my classmates when they told him that I was the only kid without any ability for anything, and the coach never let me train. I cried alone, hidden, as I didn't want anyone to know.



Conforme pasaba el tiempo tuve que sufrir de mucho hostigamiento y de maltrato porque la maestra no me ponía importancia, no me ponía atención y yo pensé que así harían mis padres y yo nunca les pude decir todo lo que me pasaba en la escuela yo trataba de ser fuerte, pero todo eso me llevó a un trauma mental, me convertí en un niño tímido perdí toda mi autoestima y esto me hizo pensar que NO PODÍA hacer nada.

As time went by, I suffered from a lot of harassment and abuse because the teacher didn't place any importance on me, she didn't give me any attention and I thought that my parents would do the same, and I never was able to tell them everything that happened to me at school. I tried to be strong, but all of this led me to have mental trauma. I became a timid kid, lost all of my self-esteem and this made me think that I WAS UNABLE to do anything.





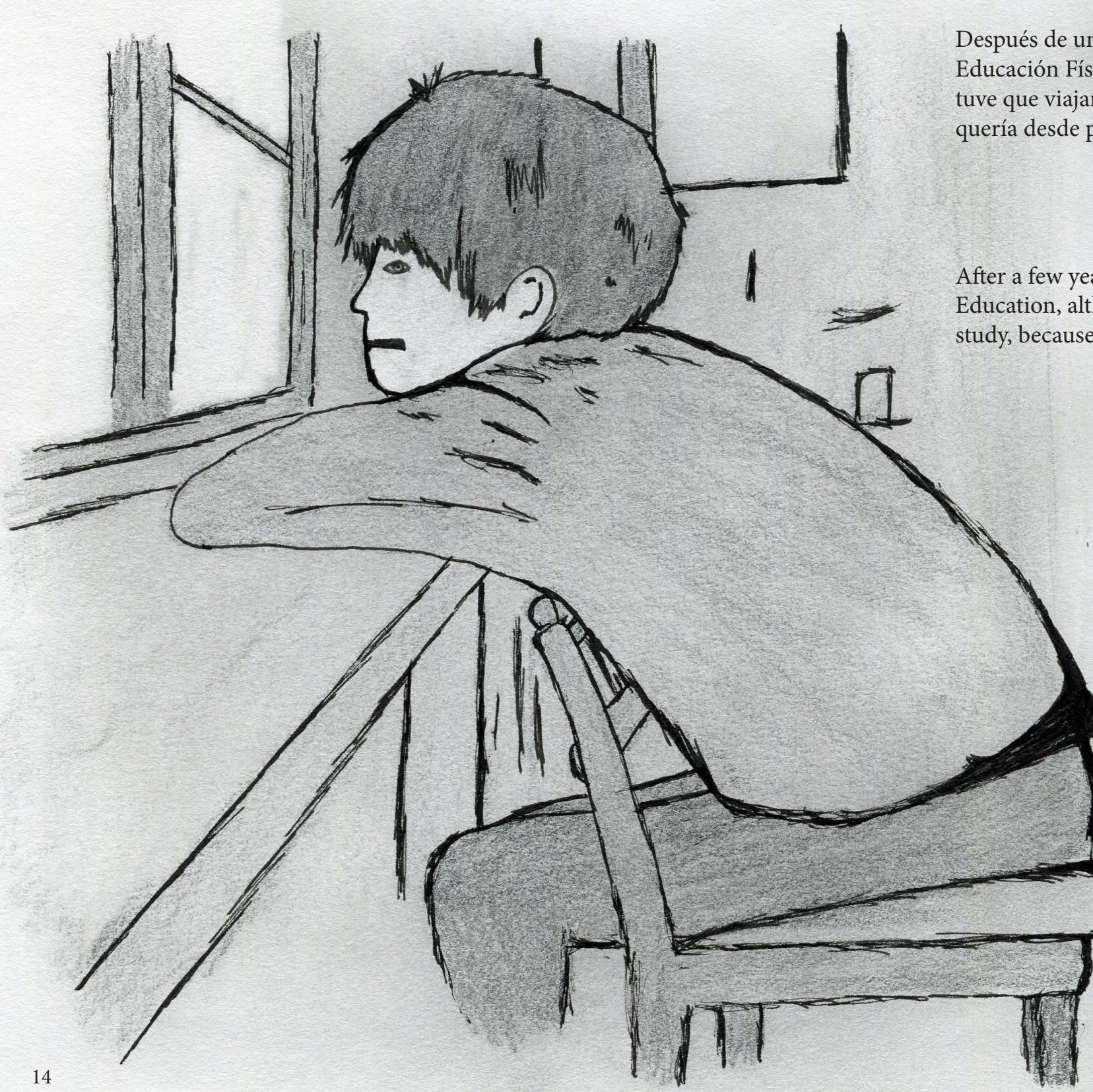
Yo fui un pastor de ovejas cuando era niño, salía a pastorear después de salir de la escuela es algo que me encantaba y mi papá me compró un libro y cada vez cuando salía a pastorear mis ovejas, me ponía a leer y gracias a Dios pude sentirme feliz ya no pasaba mucha depresión me ponía feliz con mis ovejas, practicaba a leer.

I was a shepherd when I was young, I would regularly go to shepherd after school. It is something that I loved and my dad bought me a book and each time I went to shepherd my sheep, I would read and thank God that I was able to feel happy. In this moment a lot of my depression passed, and I was happy with my sheep, practicing reading.

Finalmente pude tener buenos calificaciones y fui uno de los mejores estudiantes en mi salón de clases.

Finally, I was able to get good grades and I was one of the best students in my classroom.





Después de unos años entré en una Escuela de Educación Física, aunque quedaba lejos, pero yo tuve que viajar para ir a estudiar porque eso es lo que quería desde pequeño.

After a few years, I entered into a School for Physical Education, although it was far away, I had to travel to study, because this is what I wanted since I was little.



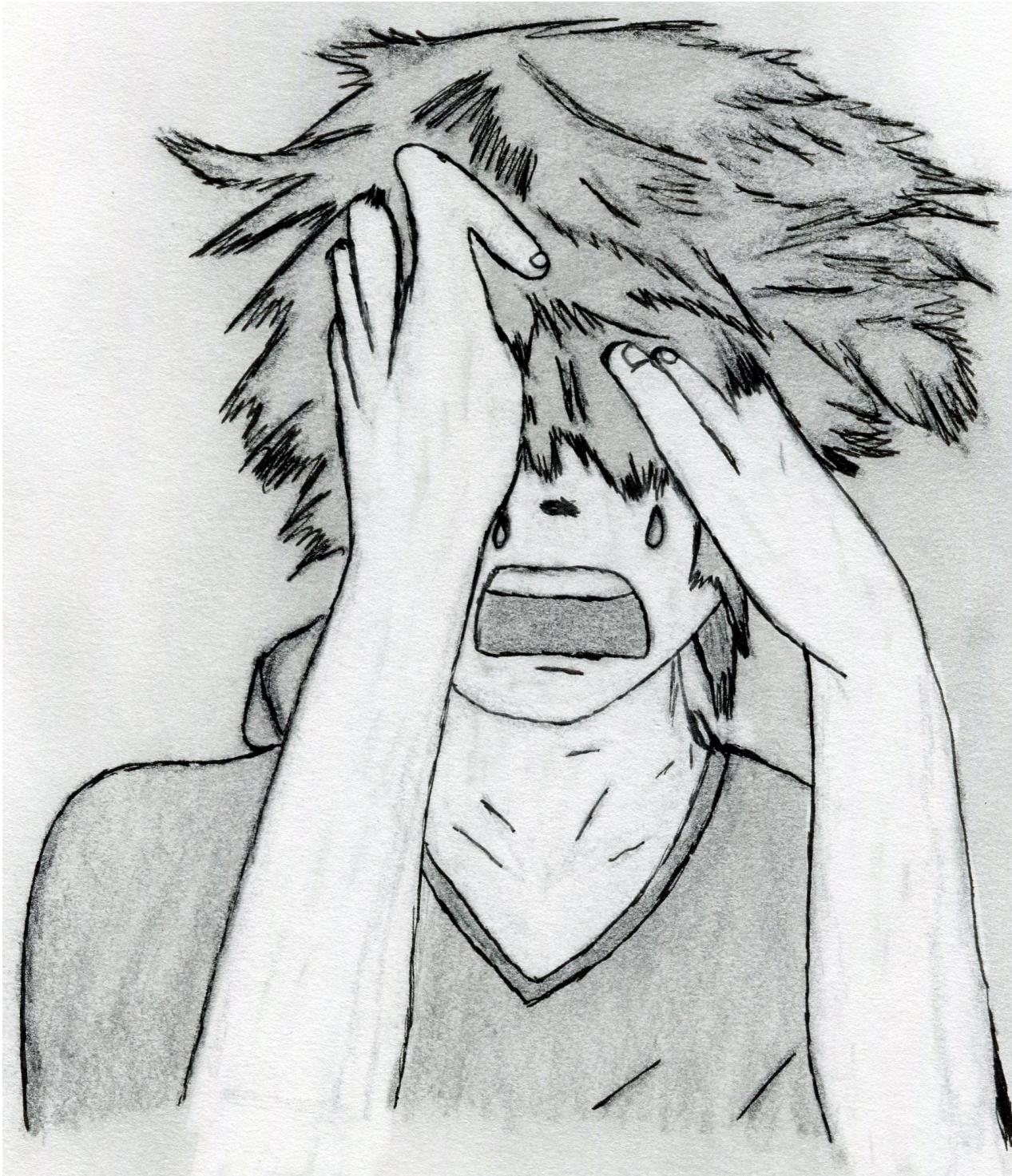
Estaba tan ansioso de empezar a estudiar y conocer nuevos compañeros, pero lo malo es que me volvió a pasar lo mismo como en la escuela, todos me hacían agresión física, agresión verbal, agresión psicológica y era el único que tenía una edad menor que ellos.

I was so nervous to start my studies and meet new classmates, but the bad part is that the same happened again, just like in school, everyone was physically, verbally, and psychologically aggressive towards me, and I was the only one that was younger than everyone else.

En ese momento sentía que mi vida no tenía sentido porque pasaba lo mismo que antes, pasaban los días estuvieron lastimándome con las acciones malas y siempre lloraba todas las noches en mi cuarto de habitación.

In this moment, I felt that my life didn't have any meaning, because the same thing as before was happening. Days passed, they were hurting me with their hurtful actions, and I always cried every night in my bedroom.





Recuerdo que el entrenador me decía que yo no fui hecho para nada y porque era un tímido, me hizo sentir un perdedor nunca me animaron. Se me bajó la autoestima le quería contar a mi papá, pero él siempre se mantenía ocupado y nunca pudo escucharme y no se lo quise contar a mi mamá porque yo no quería que ella se preocupará de mí. Pero al final no pude aguantar toda la depresión, la ansiedad y los malos pensamientos sobre mí.

I remember that the trainer would tell me that I was not built for anything, he made me feel like a loser and never encouraged me. It lowered my self-esteem and I wanted to tell my father, but he always kept himself busy and was never able to listen to me, and I did not want to tell my mother because I didn't want her to worry about me. But in the end, I was unable to endure all of the depression, the anxiety and bad thoughts I had about myself.

Me rendí por lo que anhelaba tanto lograr, ya no quería luchar más. Pero un día me levanté y retomé el ánimo de seguir luchando para conseguir mi sueño, empecé a ignorar lo que decían de mí y gracias a Dios pude dar lo mejor de mí.

I surrendered for what I had yearend so much to attain, now I did not want to fight anymore. But one day I got up and rekindled my spirit to continue to fight in order to achieve my dream. I started to ignore what they said about me, and thanks to God, I was able to give the best of myself.



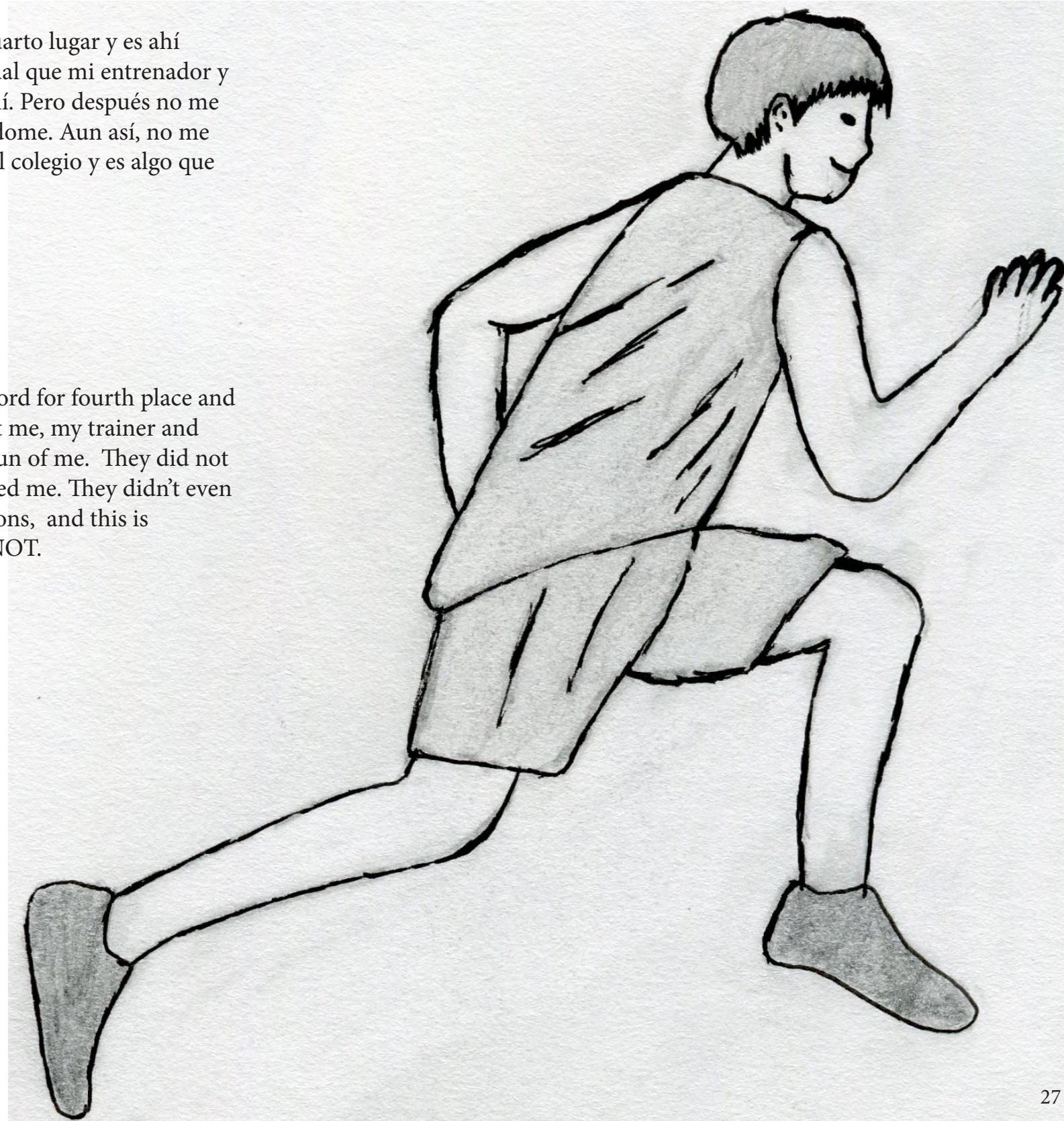


Y en ese tiempo se acercaba una carrera de maratón y yo fui a inscribirme, mis padres no sabían. Estuve dentro de esa carrera de 6 kilómetros, mis compañeros se burlaban de mí, me decían que quedaría de último lugar porque esa carrera solo era para mayores de 18 años, pensaron que no lo consiguiera porque nunca tuve la oportunidad en ninguna competencia durante los años de estudio.

During this time, a marathon was approaching and I went to register by myself, my parents did not know. I was in the 6 kilometer race, my classmates made fun of me, they told me that I would end up in last place because the race was only for adults 18 years old. They thought I would not win because I never had the opportunity to compete in any other competition during my time in school.

Pero al final pude romper un récord de cuarto lugar y es ahí donde todos se quedaron viéndome al igual que mi entrenador y mis compañeros los que se burlaban de mí. Pero después no me molestaron más, pero se quedaron odiándome. Aun así, no me dejaron participar en las competencias del colegio y es algo que me obligó a decir que NO PUEDO.

But in the end, I was able to break the record for fourth place and it is there when all of them were staring at me, my trainer and my classmates alike that would all make fun of me. They did not bother me after the race, but they still hated me. They didn't even let me participate in the school competitions, and this is something that forced me to say, I CAN NOT.



Recuerdo mucho aquellos días de mi vida ya que a mí me han humillado me han maltratado y no me han valorado, me lastimaron psicológicamente y no logró superar esos traumas, recordarlo me hacía más pensar en mí que NO PUEDO.

I remember a lot of those days in my life, when they humiliated me, they mistreated me and they did not value me, they hurt me psychologically, and I was unable to overcome these traumas, remembering it made me think about myself and how I CAN NOT.



Pero ahora tengo una vida para seguir adelante y trataré de luchar hasta donde pueda llegar porque yo valgo más y puedo más así logre dar el primer paso de mis sueños cuando logre estar en cuarto lugar en esa carrera.

But now, I have a new life to move forward and I will try to fight as far as I am able to reach because I am worth more, and I am able to do more having accomplished the first step of my dreams when I finished fourth place in that race.



Y lo más importante es estar en el camino correcto, aunque haya dificultades en la vida porque las personas nunca estarán felices si uno quiere hacer lo bueno porque casi la mayoría de las personas quieren que nos vaya mal en la vida pero he aprendido un poco que es mejor seguir adelante, que la vida nos sorprenderá, pero todo se hace con esfuerzo y valentía, es mejor salir a correr sin parar hasta que olvidemos todo lo que nos hace daño, porque lo mejor es cambiar de pensar y hay que buscar la mejor salida y dejar de pensar en el pasado y salir a gritar de felicidad haciendo lo que amamos y que el pasado nos ayude para tener una buena clave para seguir viviendo una buena vida.

And the most important thing is to be on the right path. People will never be happy and life will present new challenges and problems, because if one wants to do well in life, the majority of people want to see you fail. But having learned a little, it is better to move forward so that life surprises us, and that all you do is done with effort and courage. It is better to go out and run without stopping so that we can forget everything that causes us harm, because it is better to change the way you think, and you have to look for the best departure and stop thinking about the past. Run out and rejoice doing what we love to do, and acknowledge that the past provides us with a better plan in order to continue to live a good life in the future.

