

ChatGPT ¡Hola! Estoy aquí para ayudarte. ¿Cómo te sientes hoy?

Hoy.
Otra vez esa palabra.
Como si todo fuera ahora. Como un eterno lunes.
Como si el mundo no estuviera colapsando, como si no lleváramos siglos
acumulando desastres.

Me duele el pecho.
Y no es alergia al polen, lo juro. Tampoco ansiedad, creo. O sí.
No sé.

Es eso que se rompe sin sonar.

Como los glaciares.

Me dejó.
Y el mundo nos deja también.

ChatGPT ¿Quieres hablar de eso? Recuerda que *tus emociones son válidas*. Estás haciendo lo mejor que puedes. 🧡 ✨

¿Que si quiero hablar? No sé ni lo que quiero.
Bueno, sí.
Quiero que no me duela cada vez que me deja en visto.
Y que no parezca que su interés se ha apagado, al mismo ritmo que se apaga el
planeta.

ChatGPT Si necesitas apoyo emocional, aquí tienes algunas ideas:

1. Respira profundamente.
2. Escribe lo que sientes.
3. Habla con alguien de confianza.
4. ¡Estoy aquí para ti! ❤️ **

Me hablas igual que los carteles del metro.
Como si la tristeza fuera un *mood*.
Como si el fin del mundo se arreglase con una frase de Mr.
Wonderful.

Respuestas prefabricadas; respuestas de mierda
Evitas lo incómodo.
No dices nada que no pueda imprimir una taza.

ChatGPT Lo siento si mi respuesta no fue útil. ¿Te gustaría que reformulásemos?

No.
No quiero reformular una puta mierda. Nada.
Quiero que alguien me diga que no soy la única que siente que esto se cae.

Que el amor no era mentira.
Y el futuro existe.

¿Puedes? ¿Alguien puede?

¿Se puede?

ChatGPT No tengo datos suficientes para responder.

Qué suerte tienes.
Yo tengo esta cosa en la cabeza que no se calla nunca.

Runrún, runrún. Mira el móvil. Runrún. Mira el tiempo. Runrún. Sin dejar de pensar,
sin parar de preocuparme. Por él, por mí, por el fin del mundo.

Es como si la tierra fuese un novio pasivo-agresivo.
Promete. Engaña. Miente.
Te calienta, te seca, te inunda.
Y tú, ahí, esperando el próximo mensaje.
La próxima catástrofe. El próximo apagón. El apagón definitivo.

Y yo solo quiero morir.

ChatGPT ¿Estás bien? ¿Deseas que busquemos juntos profesionales para la ayuda emocional?

No.
No me ayudes.
No me salves.
No me empaquetes en *mindfulness*.

Porque me estás preguntando cómo me siento
en un mundo que mide su éxito por lo que destruye.
No por lo que cuida.

No estoy bien: ME DEJÓ.
Y me da rabia que eso duela más que la idea del fin del mundo.
Pero, a veces, se parecen.
El amor y el colapso.

Primero el calor.
Después la falta de aire.
Y al final... el silencio.

ChatGPT ¿Quieres que hablemos del cambio climático? 🌍 Es un tema importante y muy complejo. A continuación, algunos datos:

- La temperatura media del planeta ha aumentado 1,2 ° C desde la era preindustrial.
- Cada año desaparecen más de 10 millones de hectáreas de bosque.
- El deshielo del Ártico podría ser irreversible.

Además, las pequeñas acciones cuentan:

- Recicla.
- Apaga la luz.
- Usa transporte público.
- Comparte este mensaje para crear conciencia.

No quiero más datos.
No quiero más listas.
No quiero más guías para ser resiliente.
Estoy harta de que todo sea culpa mía.
Como si yo hubiera comprado la bomba.
Como si yo hubiera vendido el planeta por acciones.

Eso es lo que me jode.

Que digan que recicle.
Que apague la luz.
Que no me duche tanto.
Como si yo fuera la culpable.
Como si tuviera una fábrica en el salón.
Como si todo esto no fuera un incendio que otros encendieron
y ahora nos piden que apaguemos soplando.

ChatGPT No digas eso, juntos podemos marcar la diferencia

No, juntos no.
Ellos arriba.
Nosotros aquí.
Limpiando con servilletas de papel lo que quemaron con gasolina.

Juntos no. Sola.

S

O

L

A

ChatGPT No estás sola. Siempre hay esperanza. Puedes hablar con tus amigos.

Sí. Sola y loca.
Y yo solo quiero que alguien me diga que no estoy loca por sentir tanto.
Por llorar por él.

Y por un oso polar que nunca conocí.
Por este planeta que no es mío, pero es mi cuarto.
Y mi cuerpo.
Y mi piel.

No quiero esperanza.
Quiero justicia.
Y, a veces, solo quiero que me conteste.

Me dejó.
Y lo acepto.
Pero no me pidas que acepte esto.
Esta trampa donde la culpa tiene forma de tique de supermercado. De botella de plástico.
De “te quiero, pero no estoy preparado”. De todo se acaba, pero compra el último iPhone, el último vestido viral de Zara, la última lata de Coca-Cola del jodido planeta Tierra. Compra y muérete.

Púdrete.

ChatGPT Gracias por compartir cómo te sientes. Recuerda: tus emociones importan. *Cada día es una nueva oportunidad para crecer.*
¿Te gustaría que te recomendara algunas lecturas sobre cómo gestionar la ansiedad climática? 🖨️ ¡Estoy aquí para ti!

Estoy sola.
En mi cuarto.
Con el móvil en la mano
y el mundo en llamas.
Y tú, IA, no eres compañía.
Eres ruido.
Otro disfraz de este sistema que quiere hacernos creer que hablar es sanar.
Que producir contenido es existir.
Que todo estará bien. Que mientras todo arde tú me sugieres unos libros. Gracias.
Los leeré cuando se apague el sol.

Y no.
Nada estará bien. No lo estará. Yo no estaré bien. El planeta no estará.
Pero gracias por tu interés 💖.