

Dýrin inni í mér

Ég er með könguló inni í mér.
Hún lætur varir mínar smella.
Ég er með könguló inni í mér
og mér finnst hún gera mig svartan.
Hún heitir Tourette.



Ég er með kengúru inni í mér.
Hún lætur mig hoppa upp og niður.
Ég er með kengúru inni í mér
og mér finnst hún gera mig brúnan.
Hún heitir Tourette.

Ég er með frosk inni í mér.
Hann gerir mig grófan og vondan.
Ég er með frosk inni í mér
og mér finnst hann gera mig grænan.
Hann heitir Tourette.



Ég er með ál inni í mér.
Hann lætur mig hlykkjast um.
Ég er með ál inni í mér
og hann lætur mig skjálfa.
Hann heitir Tourette.

Ég er með villihest inni í mér.
Hann lætur mig þrjóna.
Ég er með villihest inni í mér
og hann valhoppar stöðugt.
Hann heitir Tourette.



Ég er með tígrisdýr inni í mér.
Það lætur mig hvæsa.
Ég er með tígrisdýr inni í mér
og þegar ég ærist, segir það „urrrr“.
Það heitir Tourette.



Ég ætla að skjóta þessi dýr.
Ég ætla að skjóta með banana.
Ég ætla að skjóta þessi dýr.
Ég ætla að vera Tarzan. *

Þá mun hvolpurinn inni í mér
gera mig glaðan og leika sér.
Þá mun hvolpurinn inni í mér
aldrei hlaupa frá mér.
Hann heitir Gústi eins og ég.



© 1991, [Justin Packer-Hopke](#). Öll réttindi áskilin.

Sigrún Gunnarsdóttir þýddi og staðfærði með leyfi höfundar í mars 2001 og breytti þýðingu örlítið 2011.

* Höf. gaf leyfi til að vísa í Tarzan, þar sem íslensk börn þekkjast betur til Tarzans en kúrekamenningar Ameríku.

Ljóðið *Dýrin inni í mér* heitir á frummálinu *The Animals Inside Me*. Höfundur þess, Justin Packer-Hopke, var 9 ára gamall þegar hann samdi það. Þá glímdi hann við einkenni sjúkdómsins Tourette (TS), og auk þess við athyglisbrest með ofvirkni (ADHD), áráttu- og þráhyggjuröskun (OCD) og þunglyndi, og réð ekki lengur við að vera í skóla vegna alls þessa. Í ljóðinu túlkar hann tilfinningar sínar til sjúkdómseinkennanna, vonleysi sitt og reiði en einnig framtíðarvon.

Ljóðið hefur verið notað víða um heim til jafningjafræðslu, til þess að kynna fyrir börnum sjúkdóminn TS+, þ.e. TS og fylgifyska, svo sem ADHD, OCD og þunglyndi, og til að hjálpa kennurum og uppálpendum að skilja hvernig börnum með TS líður stundum. Ljóðið hefur einnig verið notað til kennslu í þjálfunarnámskeiðum fyrir sálfræðinga og við sálfræðimeðferð annarra barna til að hvetja þau til að lýsa reynslu sinni og tilfinningum.