DE LO MÁS ALTO A LO MÁS BAJO

28 de junio de 2022. 13.30h. Estoy viendo las vías del metro en frente de mí. Algo mí dice: «Quédate». Aparto mi vista que se encuentra ahora en un niño de cinco años, corre, ríe haciéndole burlas a su padre para que lo atrape. Su risa inunda mis oídos y la nostalgia aprieta mis costillas. Intento recordar la última vez que reí de esa forma, tan real y sincera. Sé que mi boca recuerda la sensación de esa sonrisa que quería comerse el mundo, que fue reemplazada por una mueca forzada. Veo el tren aproximarse, ahora es el corazón quién me suplica «Quédate».

15 de Marzo del 2000. 17:00h. Miro a todas partes, todo está borroso y no entiendo nada. Sin embargo, no tengo miedo, me siento querida, tranquila, acogida… en casa. «Enhorabuena, aquí tienen a su hija», dijo la voz de la ginecóloga.

Me dejaron en los brazos de quien inmediatamente reconocí, me dejaron en los brazos de mi madre, de esa persona que, durante nueve meses, me había estado dando todo lo que yo necesitaba mientras me formaba y crecía en su interior. Su olor, su voz, los latidos de su corazón… sí, era ella sin duda, ese amor desinteresado e inmenso que desprendía no podía ser de otra persona y, además, todo ese amor era para mí.

8 de Junio del 2004 18.00h Una brisa fresca acaricia mis mejillas. «Ahora María, tíralo». Suelto el panecillo que tenía en mi mano y un montón de animales enormes se acercan a mí, no sé qué van a hacer. ¿Vienen a por mí?, ¿por qué se acercan?, quiero irme de aquí, me miran fijamente mientras se acercan con el pico abierto y haciendo ruidos muy raros. Noto una mano que me coge del hombro, levanto la mirada y veo unos ojos verdes cálidos y una gran sonrisa que hace que sepa que todo va a ir bien. Me tranquilizo, si ella sonríe y está conmigo, los patos no me harán nada. Vuelvo la cabeza y veo como esas feroces bestias se habían convertido en patitos pequeños que me

miraban alegres mientras se comían las migajas de pan. Abrazo a mi madre, ya no hay peligro.

10 de Febrero de 2010. 11.30h Me tiemblan las manos, muevo la pierna constantemente mientras me fijo en la línea blanca delimitada por arena naranja. “Pum, pum, pum”, mi corazón quiere salir huyendo, correr y encerrarse en un sitio donde no lo encuentren nunca. Parece que mis piernas están de acuerdo puesto que cada vez van más rápidas y no las puedo controlar. Levanto la mirada y veo a un señor que, resguardado a la sombra, me mira con una gran sonrisa. La sonrisa desaparece y mueve los labios para decir: «¡Vamos chiquitina!». Esas palabras me reconfortan, mi corazón se enlentece un poco y mis piernas permiten que me levante. Me limpio el sudor de la frente, cojo la raqueta y me dispongo a sacar. 15 minutos más tarde me acerco a la red, le doy la mano a mi contrincante y le digo: «Enhorabuena». Recojo mis raquetas y me salgo de la pista. Mi padre, con la misma sonrisa con la que había empezado a ver el partido me dice: «¡Menudo partidazo!, ¿te lo has pasado bien?». «Muy bien», contesto mientras le abrazo.

28 de junio de 2022. 13.40h Los recuerdos me nublan el juicio, ¿por qué ya no siento ese amor?, ¿por qué no soy capaz de ver ese apoyo?, ¿por qué ni me apetece mirarlos a la cara? ¿Y esas sonrisas? Esas sonrisas son como afilados puñales que se clavan lentamente en mi pecho entrando cada vez más hondo hasta que me dejan sin aire, ¿por qué sonríen, no ven que soy un fracaso?, ¿no lo ven?

7 Junio 2018. Queda una semana para selectividad, las notas de bachillerato han sido extraordinarias, todo matrícula de honor, como se espera de mí. Un 12.99 es la nota en la que se quedó medicina el año pasado, debo llegar a esa nota, tengo que llegar, no puedo fallar. Todo el mundo espera que apruebe, que saque la máxima nota**,** todo lo que

se espera de mí lo he conseguido a pesar de que ellos nunca me han exigido nada y siempre me decían: «Chiqui, haz lo que puedas y luego deja al destino porque no puedes controlarlo todo». Las frases que llevo oyendo todo segundo de bachillerato, se repiten en mis pensamientos: «Pero no te preocupes, si eres listísima, para ti es pan comido». «Siempre consigues lo que te propones, ya verás cómo esto también». «No estés nerviosa, todo va a salir bien». «¿Nerviosa?, si lo tienes controlado»…¿Y ellos qué saben?, no soy listísima, es más, no soy lista, pero eso ellos no lo saben. Cada vez que salgo de casa me pongo mi máscara, una enorme sonrisa despreocupada que muestra lo sencilla, fácil y cómoda que es mi vida… MENTIRA, todo mentira. Me levanto a las 7:00 de la mañana, sin haber conseguido dormir más de cinco horas. Me tomo un café para aguantar el día y no me levanto de la silla hasta las doce de la noche. Cuando mis amigos salen a tomar un helado o a hacer deporte, yo sigo sentada leyendo apuntes o resúmenes. No saben nada de mi vida, no saben lo que me tengo que esforzar, la tensión, los nervios y el sufrimiento constante que me provoca la posibilidad de decepcionar a los míos si no llego a la nota. Las palabras de mi madre se repiten en mi cabeza constantemente: «Pequeños objetivos, grandes logros, debes hacer lo que puedas y esté en tu mano y el resto ya se verá». Sin embargo, por mucho que las repito no consiguen tranquilizarme, son palabras huecas que no me alivian.

Por fin llegó el día, vuelvo a mirar el móvil por octava vez para comprobar que estoy en la clase correcta. «No estés nerviosa, a ti te va a salir genial como siempre», me dice mi amiga Gloria. Mil contestaciones se agolpan en mi mente. ¿Y tú qué sabes?, ¿sabes cuánto he estudiado?, ¿sabes cuánto tiempo he tenido que emplear para poder preparármelo? Sin embargo, una barrera impide que esos pensamientos lleguen a mi boca porque ninguno es políticamente correcto y, además, no se esperan de mí. Mis labios se mueven sin yo pensarlo articulando un «gracias» acompañado por una sonrisa.

Una hora después entrego el examen y salgo al pasillo, allí veo a mi abuela y a mi madre. Les sonrió, todo ha salido bien. Las lágrimas inundan nuestros ojos y nos fundimos en un enorme abrazo. Una vez más, he conseguido mi propósito. «Cómo me alegro por ti; de nuevo ves el fruto de todo tu esfuerzo recompensado, pero, ten en cuenta que llegará el momento en el que te esfuerces al máximo y no lo consigas, y tienes que pensar que no pasa nada, lo importante es que, por tu parte, hayas hecho todo lo posible» me dice mi madre. Tres días después estaba formalizando mi matricula en la facultad de Medicina.

28 de junio de 2022. 13.50h Siempre he conseguido todo lo que me he propuesto, paso a paso, granito a granito y ayudada por aquellos que me quieren he ido construyendo mi montaña de éxitos. Sin embargo, pequeñas tormentas sin yo darme cuenta, han ido haciendo huecos en mi interior. La montaña se iba debilitando, mientras que, a simple vista, yo seguía como creía que se esperaba de mí: feliz y triunfando con toda normalidad.

Agosto 2018. El verano de selectividad fue uno de los mejores de mi vida: amigos, playa, voleibol, fiesta, familia, pipas, palas, cartas. «Mamá, ¿has visto mi pintalabios?». Entra en el baño y extendiendo la mano lo deja en el lavabo. «¿Te pongo el colorete?» Asiento con la cabeza mientras me pongo el pintalabios. «Vas guapísima, pero créetelo», me dice guardando la brocha. Es increíble cómo sabe lo que pienso con solo mirarme. Me miro al espejo. ¿Me veo guapa? Sí, bueno, normal. Me llega una foto al móvil. «Mira, mamá, cómo van Laura y Marina». «¡Muy guapas!, vais las tres estupendas». Yo no dejo de mirar la foto, un sentimiento de inseguridad me inunda, un sentimiento que conozco muy bien y que me acompaña cada vez que salgo. Decido no mirarme de nuevo al espejo, ¿para qué?, si total, siempre van más monas que yo. Salgo

por la puerta deseando que nadie me mire ni se fije en mí para así evitar que me comparen con las demás.

Al llegar a la fiesta siento una cálida bienvenida. Marina me coge de la mano y me aparta en un rincón. Con mirarla ya se lo que quiere, va a contarme sus problemas con Julián, problemas que escucho atentamente y luego aconsejo. «Gracias, siempre sabes qué decir en todo momento». Respiro profundamente y me digo a mí misma: «Bien María, una vez más has sabido qué decir, seguirán contando contigo». Rápidamente aparto ese pensamiento, me empiezan a sudar las manos y se me hace un nudo en el estómago. ¿Y cuando no sepa qué decir, qué pasará?, ¿dejará de contar conmigo? Siento una opresión en el pecho, la ignoro y me pongo a bailar con los demás. Cuando acaba la noche todos me dan las gracias, fui yo quien los juntó e hizo la reserva en la discoteca.

«Muchas gracias por avisarme, me lo he pasado genial», me dice Lucas. Lucas es un chico nuevo de la playa, hijo de unos amigos de mis padres, que no tenía grupo de verano. Es un chico muy tímido al que le cuesta hacer amigos, tuve que llamarle yo tres o cuatro veces para que se viniera con nosotros. Ahora no para de darme las gracias por esa insistencia y por acogerlo, pues como dice él: «Gracias a ello ha sido el verano de mi vida». Nunca he tenido problemas con las amistades, alguna que otra decepción pero nada fuera de lo normal. Sin embargo, me da mucho miedo quedarme sola, que dejen de contar conmigo o no poder dar la talla como se espera, no ser lo suficientemente divertida, no saber cómo aconsejar, qué decir, qué hacer para seguir contando con su aprobación y siendo imprescindibles para ellos.

13 de febrero 2022. Me levanto y huelo a café. «Buenos días, te he preparado tu café favorito», me dice mi padre. Hago una mueca con los labios que parece una

sonrisa, pero la realidad es que me da igual. Me cambio y me voy a la universidad; las clases me parecen aburridas, nada interesantes. En el almuerzo mis amigos hablan y hablan pero yo solo oigo palabras que me irritan y debo hacer verdaderos esfuerzos por seguir la conversación. Al llegar a casa, mis hermanos y mi madre ya están comiendo, la furia se apodera de mí. ¿Qué hacen comiendo ya, por qué no me esperan? Entro en la cocina sin saludar y me siento. Extrañados me preguntan qué me pasa, pero niego con la cabeza, no he tenido un buen día y no me apetece hablar, aunque no sé por qué. Me acuesto a dormir la siesta; una, dos, tres, cuatro llamadas de mi amiga Belén; quiere saber a qué hora pasará a por mí para ir a entrenar. Sin embargo, me considero incapaz de cogerle el teléfono, no quiero ir. Mañana será otro día, pienso, y decido quedarme viendo una serie hasta que me duermo. Poco a poco voy olvidándome de la satisfacción que me provocaba estar con aquellas personas que me querían, de sus risas, sus conversaciones, sus consejos y preguntas, sus ideas, sus nombres, su amor. En su lugar solo hay sentimientos de pena, impotencia, violencia, angustia, tristeza, agotamiento… Lo peor es que entre tanto sentimiento, se me olvidó cómo vivir feliz convirtiéndome en un ser extraño del que la gente tiene compasión.

15 de marzo 2022. Mi familia y amigos intentaban ayudarme pero sus palabras eran ecos vacíos que retumban en la habitación y de disipaban. Poco a poco me fui consumiendo, entrando en un hoyo cada vez más profundo. Durante todos los años pasados de mi vida, cuando estaba triste veía sus manos, las tocaba y me ayudaban a salir una y otra vez; ahora las veo y no quiero cogerlas, no pueden ayudarme más, no quiero volver a sentir la presión, la autoexigencia, la autodisciplina, las inseguridades, esa necesidad creada única y exclusivamente por mí de ser perfecta, de dar la talla. Ya no alcanzaba las manos, no hacía esfuerzos por tocarlas. Por último dejé de verlas y todo fue oscuridad.

28 de junio 2022. 14.00h. De nuevo soy consciente de que me encuentro en las vías del tren, doy un pasito más, las puntas de mis zapatos tocan la línea amarilla que indica un alto antes de llegar a las vías.

Los recuerdos se agrupan en una parte recóndita de mi corazón, me golpean el pecho intentando salir desesperadamente para explicarme que siempre hay otra opción, otro camino, que no veo las cosas como son, pero no lo consiguen, porque, por mucho que intenten explicarme, esa montaña de éxitos que tanto esfuerzo me había costado levantar se había derrumbado formando una playa por la que todo el mundo pasea, pisoteando alegremente esos éxitos que, en otro momento, formaban unidos la montaña

Miro en mi interior, todo mi ser tiembla. Tiene miedo pero sé que me acompañará en mi decisión, también está cansado de llevar máscara, de complacer a todo el mundo y poner buena cara, pero, sobre todo, está cansado de complacerme a mí, a mi intento de perfección y de excelencia, a necesitar ser imprescindible, a mis exigencias. Veo como las vías del tren tiemblan,, se me forma un nudo en la garganta y no consigo tragar saliva. Un pasito más y la gravedad hará su función. Lo doy y un foco me alumbra intensamente. ¿Pero qué es esto? Noto cómo mis labios se curvan por primera vez en años sin tener que pensarlo, de forma inconsciente. Miro a la vía y ahí están: la perfección, la exigencia y la excelencia, serias y decepcionadas porque saben que no me volverán a ver, las he dejado atrás, me he quitado la careta. Sonrío porque sé que nunca más me aturdirán.

María