

EL ASCENSOR

Este día no lo olvidaré nunca, después de casi veinte años sin subirme a un ascensor logré entrar en uno; pero dejarme que os lo explique paso a paso tal y como ocurrió. Desde que llegamos al apartamento ya me había fijado en el ascensor, de hecho siempre me fijo en ellos; los miro y los remiro con un sentimiento de respeto y admiración intentando ver algo que me inspire confianza pero siempre despiertan en mí la misma sensación: terror y pánico.

Aquel día fue diferente, al mirarlo ya no lo vi igual, quizás porque el día anterior había hecho frente a un gran reto y me sentía más fuerte, o quizás porque estaba aprendiendo a preparar mi mente ante mis grandes monstruos, o quizás por ambas cosas. La cuestión era que por primera vez desde hacía muchos años apareció una frase en mi subconsciente olvidada de mi consciente: “¿y si lo intento?”. Así que se lo comenté a Iván mientras estábamos paseando por uno de los pueblos costeros y le pareció una estupenda idea. Lo que al principio me parecía un “gran paso”, se fue convirtiendo en un “paso grande”, y a medida que se iba acercando la hora de marcharnos iba cobrando dimensiones descomunales. Entonces se me ocurrió una pequeña salida, por no decir, una pequeña trampa: comprar la llave universal triangular que abre los ascensores. A los agorafóbicos nos aterra no tener el control y necesitamos comodines para paliar la falta de confianza, y en ese momento la llave era uno de ellos.

Así pues, con llave en mano nos fuimos al apartamento y... allí estaba la gran caja hermética de acero gris de cuatro puertas correderas esperándome. Probamos la llave y conseguimos abrir la puerta manualmente. Qué contenta estaba, ¡pero espera! aquí viene el obstáculo: ahora me toca entrar en el ascensor. ¡Qué horror! ¡había llegado la hora! ¡ya no había excusas de llaves ni de nada!. Empiezo a caminar de un lado para otro del pasillo diciéndome: “eres capaz, eres capaz” “si la puerta no se abre, Iván te saca con la llave” “lo has visto con tus propios ojos como la puerta se abre” pero “Dios mío y ¿si no se abre? ¿y si ni con llave me pueden sacar? ¿y si se cae el ascensor? ¿y si se va la luz y me quedo a oscuras? ¿y si me desmayo dentro?”; y volvían esos “y si” interminables que cada vez me estaban poniendo más nerviosa, más ansiosa, sudorosa, taquicárdica y temblorosa, hasta que dije ¡¡basta!!.

Empecé a respirar lentamente, encogí el estómago, apreté con fuerzas la cajita de pastillas tranquilizantes que siempre llevo encima, y me planté delante de la puerta de acero fría y gris. Pulsé el botón, se abrieron las cuatro hojas con un ruido chirriante, cerré los ojos, di un paso adelante, me quedé inmóvil y después de unos segundos interminables la puerta de cuatro hojas se cerró a mis espaldas. Solo podía oír el latido de mi corazón y mi fuerte respiración mientras el sudor me caía por todas partes; pensaba aceleradamente que ya estaba dentro encerrada y que ahora tenía que volver a apretar el botón para que se abrieran las puertas. El dedo me temblaba mientras se acercaba al botón, mi mente iba a cien por hora pensando que si no se abrían las puertas me daría algo, volví a cerrar los ojos y escuché otra vez ese ruido chirriante de las puertas, ¿se estaban abriendo? ¿chirriaban porque se habían quedado atascadas? Imposible de saber con los ojos cerrados, pero cuando noté el aire fresco en la cara, abrí los ojos y allí estaba mi más fiel amigo con una sonrisa y una mirada desbordante. Me abalancé sobre él y lo abracé tan fuerte que creo que lo dejé sin respiración.

Tenía ganas de reír, de llorar, de saltar, de correr, de decirle al mundo entero que acababa de entrar y encerrarme en un ascensor y que todos me aplaudieran. Miré hacia atrás, a mi gran enemigo de acero gris, y temblando todavía como una hoja, le hice un gesto de gratitud por haber abierto sus puertas y le dije: “amigo, hasta la próxima”.

Había logrado lo “in-lograble”, tenía ante mí otra gran victoria y ahora se trataba de conservarla. Lo cierto es que cuando pienso en ese día se me dibuja una gran sonrisa en la cara porque viví muchas emociones. Aprendí que el problema no está en las cosas sino en uno mismo. Sufres por si una puerta no se abre, cuando en realidad lo que te atemoriza no es la puerta, sino tu reacción al pensar que no lo vas a aguantar y te vas a descontrolar.

La experiencia me ha demostrado que ese temor se puede controlar que, cuando estas en el clímax de la ansiedad, no te pasa nada horrible de lo que has imaginado porque todo lo que crees que va a pasar está, precisamente ahí, en tu imaginación.