

REGRESO

Ya cuando me levanté estaba rara; sí, hoy tenía un día malo, y eso se nota enseguida porque sin ninguna razón aparente siento que el nivel de ansiedad está más alto de lo normal. Mal comienzo pero no necesariamente mal final. Es bien conocido que las mujeres tenemos días que hormonalmente estamos más alteradas y eso sin duda afecta al estado de ansiedad. Lo único que debes hacer es bajar el listón de exigencia, ser modesto y pensar que lo poquito que consigas vale por dos. Así es que hoy, tercera vez en la capital, todo era diferente: la carretera, la ciudad, las personas... me daba la sensación que era la espectadora de una película, todo me resultaba tan irreal y distante, como si la cosa no fuera conmigo. Cuando llegó la hora de comer fuimos a una pizzería y hasta el local me parecía que cobraba vida propia, como si en cualquier momento me fuera a atacar. Es algo tan difícil de explicar y tan angustioso sentirlo que solo se puede entender cuando por desgracia te ocurre.

Una vez que acabamos de comer, yo evidentemente apenas comí, decidí tomarme medio tranquilizante. Hoy era uno de esos días que se justifica tal acción porque si después de haber intentado relajarte por todos los medios no lo consigues es mejor esta ayuda que no que te desmorones. Esto parece que lo digo así de fácil pero antes de llegar a esta conclusión tuve que tener una charla con el terapeuta, porque siempre he sido muy reticente a recurrir a los fármacos. Me daba la impresión que era una derrota y que lo que consiguieras después ya no tenía el mismo valor. Eso no es así, porque por esta regla de tres cuando nos aflige alguna dolencia tampoco nos deberíamos de medicar aunque nos reventáramos de dolor. Es evidente que volvía a tener un punto de vista desequilibrado debido a mi nivel de exigencia, y necesitaba que alguien me hiciera ver las cosas en su debida óptica. Así pues, después de un rato ya empezaba a sentirme más relajada y no iba a permitir que el día acabara como empezó. Le dije a Iván que quería volver a coger el bus y nos fuimos para la parada. No fue nada fácil, no lo cogí a la primera, creo recordar que recorrimos andando cinco paradas antes de subirme; pero me subí y eso es lo que importa. El cambio que experimentas luego es bestial, una vez superada la prueba después de un día malo, todo parece nuevo; ya no estaba en la misma ciudad, ni con las mismas personas; todo era bonito y resplandecía y lo que hasta el momento parecía ser mi enemigo ¡zas! de repente es mi amigo, hasta el autobús me simpatiza. Parece mentira que debido a un logro, lo que antes era oscuro, tenebroso e irreal...se convierte en luz, confianza y vida.

El último día de vacaciones quisimos que fuera un día tranquilo y descansado. Cerca del lugar había pequeñas rutas a pie señalizadas y fuimos paseando por alguna de ellas mientras el paisaje nos obsequiaba con reliquias de la naturaleza. Pudimos aprovechar y charlar de muchos y variados temas que siempre enriquecen y afianzan una relación. Por la noche después de preparar las maletas dimos la última vuelta por el pueblo y después hice una gran hazaña. Como despedida quise no solo subirme al ascensor sino esta vez voluntariamente bajar un piso. Sí, sí, estaba decidida, lástima que no se lo dije así de claro a Iván. Digo eso porque lo que nos pasó hasta cierto punto es gracioso. Me planto delante del ascensor, entro y rápidamente pulso el botón del piso de abajo. Iván al verlo cree que me he vuelto a equivocar e inmediatamente abre las puertas. Me lo miro, y confundida le pregunto por qué había hecho eso y claro, su respuesta fue obvia. ¿Cómo no se lo dije? ¡Qué fallo! Tenía toda la razón del mundo de molestarse porque por ignorancia había interferido en un objetivo de terapia y eso me había perjudicado.

Realmente creo que no se lo dije porque inconscientemente no tenía tan claro que lo conseguiría y era como guardarme un as en la manga. El caso es que como era culpa mía, el intento me parecía que no valía y que debía volver a probarlo. Y así lo hice, volví a plantarme delante del ascensor, entré, pulsé el botón correspondiente y bajé un piso. ¡Que sensación de logro más indescriptible! ¡Lo había conseguido! ¡Que contentos estábamos los dos! Y qué mejor manera de despedirnos de esas maravillosas y aventureras vacaciones.

El día de regreso el viaje transcurrió con normalidad, agotador por las horas en sí, pero contentos y satisfechos. Hicimos un repaso durante el camino de todas las experiencias que habíamos tenido y mi comportamiento en relación a ellas. También hablamos de cómo me pensaba plantear a partir de entonces el día a día ya que ahora se trataba de seguir adelante. La vida se me presentaba con retos nuevos, con nervios asegurados pero también con alegrías y logros que seguro me darían un sentido y motivo para luchar.