

CUENTA 10 de José Manuel Núñez Solera

365 días, 12 meses, 24 horas, 1.440 minutos, 86.400 segundos... para respirar, para la vida poder organizar, para el futuro intentar alcanzar, para mis padres ver cantar de felicidad.

Estigma y odio es lo que voy a encontrar, el mundo por mí misma no me deja avanzar. Cuando me veo reflejada en los ojos de mi madre veo un brillo especial, veo una ilusión sin igual, algo que en la calle y en la escuela jamás voy a encontrar.

Mi día a día voy a relatar: Me levanto a las 7 para desayunar y me lavo los dientes como siempre para variar, me visto despacio con ayuda de mi papá que antes de irse a trabajar, me hace reír y me cuenta el proyecto que va a realizar. Consigo respirar, consigo mi cabeza centrar y con mucho apoyo y mucha calma, logro la puerta cruzar.

Frío, soledad, es lo que me otorga esta sociedad. Andar y andar sin parar no tiene sentido si no puedo hablar o tener un amigo. Mi cabeza vuelve a empezar: ¡No lo hagas! Grita sin parar, ¡no sigas! Dice una vez más, ¡déjalo ya, no vales nada! Resuena en un constante eco sin cesar.

Dolor, llanto o ansiedad, al final qué más da si sola todo el día voy a estar y nadie a mi lado se acercará. Perdonad, os cuento mi “enfermedad” porque aunque se deba a una simple depresión o ansiedad, el mundo que transito día a día preparado para esto no está.

Otra vez esa mirada al pasar, comentarios susurran al andar e incluso algunos se ríen sin disimular.

Con aplomo y aguante al colegio consigo llegar, no entiendo como con 10 años y buen comportamiento, nadie en el centro me puede ayudar. Profesores me ignoran, compañeros me rechazan y cuando intento participar, todos me señalan y se burlan una vez más.

Respira me digo, vuelve a contar, 1, 2, 3 y el 4 me hace balbucear.

Respira de nuevo y lo vuelvo a intentar: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8... y vuelvo a errar. Autor: José Manuel Núñez Solera.

La lágrima resbala y los ojos brillan en la soledad, al menos detrás de esta puerta nadie me puede mirar.

Ahora sí, consigo contar, empiezo por uno y el diez logro alcanzar. Con valor y coraje me dirijo a mi clase y aunque lo único que quiera es desaparecer, consigo sentarme y este mundo afrontar sola otra vez.

1, 2, 3 recuérdalo... aunque la toalla quiera tirar no me puedo permitir fallar.

La clase termina y mis compañeros se van. Nadie me mira ni me invita en el patio a almorzar por lo que en una esquina sola sentada me voy a quedar. Los ojos me vuelven a brillar, pero recuerda lo que te dice la gente: "tienes que aguantar y ser fuerte".

Fútbol, baloncesto y al pillapilla juegan sin parar. Es curioso cómo sin participar puedo reír, emocionarme y hasta los triunfos celebrar, pero no te engañes Laura, no es real, en una esquina sola almorzando te encuentras al final y solo te miran para cuchichear.

El patio termina y vuelvo a pensar en cómo nadie con mi situación logra empatizar. 1, 2, 3 recuérdalo, aunque las manillas pasen lentas en el reloj, llegará un momento en el que sean las dos.

"Ring-Ring" por fin termina este sufrimiento, por fin las puertas voy a cruzar, pero algo extraño escucho al caminar... "¡Eh rarita, a donde crees que vas!" me giro al oírlo, no entiendo que puede pasar.

Se dirigen hacia mí y vuelven a gritar: "¡Eh tú! ¡¿Qué a dónde vas?!". El corazón se me acelera a cada paso que dan, ¿ahora vienen hacia mí cuando por fin alcanzaba la libertad?

Lo que pasa a continuación me cuesta relatar, me escupen, me humillan, y me insultan sin más. "¡Loca!", "¡Rara!", "¡No vales na'!" "Das asco y por eso nadie contigo se quiere juntar".

Se van corriendo y consigo vislumbrar dos compañeras que en la acera de enfrente observando están.

¡Ayuda! ¡Ayuda! Les intento gritar... ¡Ayuda! ¡Ayuda! Entre lágrimas consigo esbozar y cuando creo que me van a apoyar... se miran, se ríen, y se marchan sin preguntar.

1, 2, 3... 1, 2, 3... 1, 2, 3... 1, 2, 3...

Consigo levantarme y ponerme en pie, aunque parezca raro al ver los coches pitar, pienso en saltar y terminar con todo ya... pero no puedo hacerlo por mi mamá, no puedo dejar de darle los buenos días y reírme con mi papá, ellos jamás lo entenderán.

Llego a casa y me pongo a estudiar, me voy a mi cuarto e intento no molestar.

Estudio, estudio y no me consigo centrar. Recuérdalo Laura... después del 10 viene la paz.

1, 2, 3, 4, 5 o 6... Una y otra vez, pero en balde cuento hasta 10.

Termino mis trabajos y me pongo a merendar. Obviamente nadie me llama ni conmigo quieren jugar así que me conecto un rato al móvil y al Instagram. Veo fotos, videos y que curiosidad, que cuando me conecto al móvil mi cabeza logra desconectar.

De repente una notificación veo llegar ¿Os acordáis de las chicas que en la acera de enfrente pensaba que me iban a ayudar? resulta que en video me habían grabado y en todos los sitios lo habían colgado.

“Ridícula”, “la rara”, “¡Por fin le hacéis escarmentar!”... perfiles sin nombre empiezan a publicar.

Lloro de nuevo y vuelvo a contar... estoy tan impactada que creo que el 37 lo he pasado ya.

Sigo sin entender todo lo que ha pasado... Solo por tener depresión porque mi yaya me ha abandonado.

Vergüenza siento y no quiero respirar, pero me ahogo entre mis lágrimas al llorar.

En un momento de desesperación a los 4 vientos me pongo a gritar: ¡YAYA! ¿¡PORQUE ME PASA ESTO ENCIMA QUE NO ESTÁS!?

Lloro y sollozo una vez más, otro ciclo de angustia me invade la paz.

Porque tengo que vivir todo esto sí nada más pienso en disfrutar, pero hay algo en mí muy adentro que no me deja avanzar.

El pulso se acelera y me cuesta respirar, intento no hacer ruido y despertar a mi mamá. No puedo llamar a nadie para conectar, no puedo llamar a una amiga que me pueda desahogar.

1, 2, 3... Creo que lo empiezo a controlar, aunque mañana a toda esta realidad en el cole me voy a tener que enfrentar.

Por fin son las 8 y llega mi papá, viene un poco triste, pero bueno, será algo normal.

Me dice: “Laura, tenemos que hablar”. Mi pulso se acelera como un avión al despegar.

“Cariño, el yayo se ha ido esta tarde y no volverá”.

Se dilatan mis pupilas y esta vez sin ruido y sin respiración mis ojos lloran y brotan lágrimas como un mar que busca su cauce y su conclusión.

Mi papá y mi mamá me abrazan y me llegan a agobiar, no entiendo como después de este año donde mi yaya no está, mi yayo se ha ido y no le he podido acompañar.

1, 2, 3... vuelvo a contar. 1, 2, 3... vuelvo a contar sin avanzar. 1, 2, 3... ya no cuento más.

Corro y me encierro en mi cuarto rompiendo a gritar. Mi mamá golpea la puerta porque me ha visto estallar.

Gritos y gritos es mi realidad. Dolor y sufrimiento me toca transitar.

Nadie me entiende ni me quiere guiar, nadie empatiza ni logra acertar... solo tránsito y me toca tragar.

Yaya, yayo, he dejado de llorar, creo que la solución estoy a punto de alcanzar.

Si el mundo es malo y me quiere golpear entiendo que con vosotros esto no va a pasar.

Mi mamá y papa me echarán de menos, pero estoy segura de que sin recibir insultos poder verlos desde el cielo.

Cojo las tijeras y me paro en seco, miro la ventana y conecto un momento... piensa Laura... tú puedes con todo o eso dicen todo el rato: "eres fuerte y ya pasará", "esto es la vida y no hay más".

La vida... esa es la culpable de que tenga ansiedad, esa es la culpable de que no pueda respirar, ella es la que hace que no me quiera levantar, ella me invita hasta 10 contar y su gente me anima a abandonarla sin cesar.

Lo siento mama, lo siento papa, pero a mis yayos necesito abrazar.

Escucho el último grito de mi mamá: "Laura por favor sal de tu cuarto ya"... lágrimas en sus palabras puedo notar.

Lo siento mama, lo siento papa, pero la vida me duele y una vez me enseñasteis que lo que no te haga avanzar, de raíz lo debes de cortar.

Introduzco el metal en la profundidad de mi ser, y aunque esta frío al principio y llega a escocer, creo que mi meta logro ver... puntos blancos en el horizonte que me dan tranquilidad y que sé que de alguna forma con mis yayos me va a hacer conectar. Lo siento mama, lo siento papa, pero no puedo hasta 10 contar más.

Lo siento mama, lo siento papa, pero desde que me invadió esta depresión, no puedo afrontar la realidad.

Os quiero, os amo y estoy segura de que lo sabéis. Perdonadme por irme corriendo, es un viaje que debo hacer.

Es el viaje que evitara que todos los días vuelva a llorar. 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, y 10. Ahora sí que he sido capaz de contar.

"La autoestima es tan importante para nuestro bienestar como las piernas para una mesa. Es esencial para la salud física y mental, y para la felicidad". – Louise Hart

