

# ***“VOLVER A LA VIDA”***



**Gloria Esther Álvarez Pérez**

## ***VOLVER A LA VIDA***

Sin saber bien porqué, una tarde gris sale a mi encuentro, me siento incómoda, confusa. A mi alrededor se respira una atmósfera espesa, densa. Pareciera, como si de pronto el aire se hubiese estancado, emanando vapores de inquietud. Noto como un halo de melancolía, entra por mi garganta reseca y baja hasta mis pulmones, como si quisiese instalarse, aferrarse en mí para siempre.

Es tal mi desconcierto, que miro hacia a un lado, hacia otro, intento buscar respuesta a todo esto que estoy sintiendo. No sé explicarlo, pero algo sucede, es diferente a las anteriores veces. A estas alturas de mi vida, después de pasar tantos y tantos inviernos, presiento que esta vez, el letargo que hay en mi corazón, se presenta más largo e intenso.

En mi mente, revolotean decenas de pensamientos, que por un instante consigo detener, aprovecho este paréntesis para sentarme tras la ventana de mi dormitorio. Hago verdaderos esfuerzos por centrarme, busco algo que llame mi atención, y observo. Observo lo que está afuera, más allá de las cuatro paredes del pequeño piso en el que vivo. Ahí, afuera, está el “mundo”, girando, cambiando.

Me percato como las copas de los árboles, bailan al compás de la suave brisa, que anuncia la caída de la tarde. El bullicio de la gente, los ruidos de los coches se entremezclan con los cantos de los pajarillos. Alzo la vista, un vuelo sincronizado de palomas, bajo un tapiz de colores dibujado en el cielo. Todos y cada uno de los personajes de la película, que se proyecta ante mis ojos,

tienen claro que hacer, hacia donde ir, pero ¿y yo?. Me pregunto ¿y yo?, de repente miro el reloj y exclamo; *-¡no puede ser!, ¿han pasado cuatro horas y yo sigo aquí, tras la ventana?*.

Un crujido en mi interior hace estremecerme, un frío polar me envuelve. En este preciso instante estoy tomando consciencia, que no sólo han pasado cuatro horas tras la ventana. Resulta que, he vivido toda una vida así, tan solo como una mera espectadora, viendo la vida pasar.

De un salto me pongo en pie, aunque tengo las piernas totalmente entumecidas, pero me impulso y llego hasta el armario. Rebusco entre la ropa, y me pongo el abrigo naranja de pana. Improviso una coleta y cojo el bolso que está colgado detrás de la puerta. Bajo a la calle. Voy dando pasos sin saber hacia dónde, todo me parece nuevo. ¿Cómo puedo no reconocer la calle, en la que he vivido los últimos quince años? ¿Cómo es que no reconozco el olor al pan recién hecho? ¿Y la fragancia de la flor de jazmín? ¿Y el aroma del café del bar de la esquina? ¿Cómo puedo no reconocer nada de todo esto? ¿Me estoy volviendo loca? ¿Mi memoria está fallando? ¿Qué me ocurre? Todo esto no parece que sea real, pero lo es, ¡y tanto que lo es!

Sumergida en todos estos pensamientos, recorro la Calle Real que llega hasta el Parque del Sol. Camino por el césped, atravieso el puente de madera, y llego a un lugar que solía ir cuando pequeña. Era un punto de encuentro, donde íbamos los niños al salir de la escuela, en el que compartíamos no solo golosinas, sino también compartíamos sueños. Ahí, en ese maravilloso lugar, sigue presente el majestuoso pino, el mismo en él que nos apoyábamos para

contar hasta cincuenta y escondernos. Me acerco a él y pongo mis manos en su tronco. Su corteza demuestra sin duda, el paso de los años. Miro hacia arriba para poder ver su copa, que apunta al cielo, con un verdor intenso. Casi como en un susurro y con lágrimas en mis ojos, le pregunto: -¿*Querido árbol, tú te has dado cuenta que has vivido?*. De pronto, las ramas se mueven, como queriendo dar la respuesta, que mi alma desesperadamente necesita encontrar.

Me abrazo al pino con todas mis fuerzas, necesito sentir que pertenezco a este mundo, que mis pies se afianzan en el suelo, al igual que lo hacen sus raíces en la madre tierra. Las raíces, no las vemos pero existen, y gracias a que están arraigadas a la tierra, a su firmeza, le permite al resto del árbol, soportar las inclemencias del tiempo. ¿Y nuestros pensamientos?. Tampoco los vemos, pero existen. ¡Es tan sorprendente las similitudes entre los árboles y nosotros!. Vuelvo a mirar su copa, es flexible, para poder sobrellevar los azotes del viento. Si fuese rígida, se rompería. No cabe duda, sabe adaptarse a los cambios que le sobrevienen. Permanezco un rato más abrazada al árbol, mientras me prometo a mí misma, que a partir de hoy, hay un antes y un después en mi vida. Mis piernas serán firmes como las raíces, con confianza y seguridad en cada paso que doy. Elijo tener flexibilidad en mi mente, para sobrellevar las inclemencias de la vida. ¡No quiero romperme!.

Decido regresar a casa. Siento que en cada paso que doy, dejo atrás los miedos del pasado, y se abren paso pensamientos nuevos. A partir de hoy, los voy a llamar "*pensamientos amigos*". Sí, "*pensamientos amigos*", porque me van a ayudar a ser, quién de verdad quiero ser, y a estar dónde, siento que

deseo estar. Me detengo junto a la fuente, que está en el Parque del Sol. Necesito respirar este descubrimiento que he hecho para mi vida, tranquilamente tomo aire y suelto todo lo viejo. Vuelvo a tomar aire, y suelto lo viejo. Ya estoy lista para continuar.

Camino serena, segura de mi misma, me dirijo hacia al jardín que está en la plaza mayor, un bello rincón donde están plantados unos frondosos jazmines. Su fragancia se extiende más allá de la plaza. Embriagada por este perfume “natural”, avanzo hasta la panadería, que está situada en la avenida principal, que hace esquina con la Calle Real. Hay multitud de personas esperando, mientras aguardo mi turno, una señora mayor situada delante, se gira hacia mí, y como si me conociese de toda la vida, me dice: *-¡así es la vida hija!, de vez en cuando hay que detenerse un instante, para poder seguir caminando-*. Mientras retumban sus palabras en mi mente, la señora se despide con una tierna sonrisa. La dependienta me hace señas de que es mi turno: *- ¡Hola! ¿Le pongo lo de siempre? Uff, como me resonó -lo de siempre-*, es como si se me hubiera encogido la boca del estómago. Como si quisiera despertar de una pesadilla, parpadeo una y otra vez, me tomo unos instantes para poder contemplar la enorme variedad de panes que hay en las cestas, no doy crédito, balbuceo tímidamente: *-¡Dios mío, cuántas clases de panes diferentes! Me siento aturdida, porque cada día eso ha estado ahí, pero yo no lo he visto.*

Mi vista depara en un pan totalmente cubierto de semillas, creo que hasta puedo sentir como mis ojos chispean, y exclamo: *-¡elijo ese, el de semillas!*, esas palabras resuenan dentro de mí, como si de un milagro se tratase. No cabe duda, es un gran descubrimiento, ¡estoy eligiendo!, y es algo que hasta

este momento, no ha formado parte de mi vida. ¡Qué importante, es poder elegir!. Creo que hasta la dependienta percibe este cambio en mí, no solo era un pan de semillas, es muchísimo más que eso, estoy poniendo mis primeras semillas, en elegir que deseo para mí vida. ¡¡Guauuuuu!!

Salgo con mi barra de pan de semillas, dispuesta a seguir viviendo cada instante. Me siento tan ligera, tan liviana, que hasta me paro para cerciorarme que no me he dejado el bolso en la panadería, es increíble como mi cuerpo puede sentirse así, tan libre.

Atrás se quedan los pensamientos que me atascaban, que me bloqueaban, ahora solo hay espacio para *“los pensamientos amigos”*. Cruzo la calle, y llegó frente al portal de mi edificio. Mientras coloco la llave en la cerradura, respiro de nuevo, siento cosas que nunca antes había sentido. Sin duda, por fin la primavera ha llegado a mi vida.

A la vez que atravieso el umbral de la puerta, siento la necesidad de oír música. Pero hoy, voy a elegir que música quiero escuchar. Ya no me vale solo con oírla, necesito y elijo escuchar,...y ¡bailar!. Siempre me ha encantado y he dejado de hacerlo, ¿por qué?. Da igual los motivos, lo importante es el ahora, este momento, el presente, sí, nada más y nada menos, que el presente.

Estoy radiante, porque estoy escuchando mi canción favorita *“vivir mi vida”* que se mezcla con el burbujeo del café saliendo, que mágico momento estoy viviendo. De repente, me viene otro *“pensamiento amigo”*, la taza de corazones que está sin estrenar. Mientras me acerco a la despensa, retumba en mi mente la voz de mi madre diciéndome: - *¡hija mía!, siempre hay que tener algo nuevo*

*por si se ofrece. Y suelto un par de carcajadas, mientras le contesto al aire: - ¡sí mamá, cuánta razón tienes, hoy es esa ocasión!*

El eco de las carcajadas se mezcla con el aroma del café, acompañado por los saltos de mi perrita Luna. Voy al dormitorio en busca de mi manta preferida. Por supuesto, ayudada por Luna, que con sus dientes arrastra parte de la manta, ella tampoco quiere perderse este momento tan especial. Nos vamos a la terraza, y tras ella acomodarse entre mis pies, sorbo a sorbo me voy tomando el café en la recién estrenada taza, mientras observo la lluvia caer.

Me doy cuenta, como el agua busca su camino, a pesar de los obstáculos, ella continua, no se rinde, está fluyendo, sabe perfectamente hacia donde va. Y tomo consciencia que: *“Todo lo que sucede ahí afuera, sucede dentro de mí”*. Estoy feliz, inmensamente feliz, porque en este preciso instante elijo: *-¡qué nunca más, hayan aguas pantanosas en mi vida, sino mares de ilusión y océanos de sueños que cumplir!*

A partir de hoy: *¡¡ELIJO VIVIR!!*