

Hoy fue uno de esos días. Los temidos días.

Creo que ya no recuerdo cómo eran los días normales. Sólo tengo un recuerdo en el que sentía la tranquilidad a través de la respiración, el aire se sentía ... no sé cómo explicarlo. Supongo que porque el sentimiento de bien estar no puede describirse. Al menos no como los malos sentimientos.

No crean que mi vida se basa en el sufrimiento, tampoco es así, simplemente no logro disfrutar al cien por ciento. Siempre hay algo en el fondo, muy en el fondo, que no se siente bien.

Y tampoco se trata de no encontrar la felicidad, porque la encontré desde hace tiempo, puedo decir con certeza que soy feliz y que tengo lo que quiero y necesito. El problema es que en estos temidos días no les encuentro el sentido.

Les voy a contar un poquito cómo es uno de los temidos días, el de hoy por ejemplo:

8:00 am: Despertar, y sentir automáticamente un vacío en el estómago y un nudo en la garganta. Afortunadamente pude comer algo sin problemas, una comida menos.

9:00 am: Me estoy sintiendo rara, solo quiero estar acostada, pero no quiero sentirme miserable. Creo que mejor me voy a poner a limpiar mi habitación, ver todo este desorden me está dando ansiedad.

10:00 am: Okay ya limpié, necesito hacer algo más. No quiero estar viendo televisión, el simple hecho de pensarlo me agobia. Creo que me pondré a dibujar.

11:00 am: Bien, pondré música para acompañar y relajarme un poco.

12:00 am: No me gustó lo que dibujé, cada vez lo hago peor, ¿cómo se supone que sea pintora si ya ni siquiera me gustan mis trazos? ¿y ahora qué voy a hacer? No quiero dibujar de nuevo, me siento cansada y apenas son las 12.

1:00 pm: Le voy a preguntar a mi novia qué hará hoy, quizá me anime si hacemos algo. Y si, tenemos una salida, eso significa que tendré que bañarme y prepararme y con eso me ocuparé un par de horas.

2:00 pm: Siento hambre, eso es bueno, voy a comer y luego me voy a bañar.

3:00 pm: Tengo que hacer tiempo y me siento de mejor humor, voy a ponerme a escribir mientras hago tiempo para ir con mi novia.

4:00 pm: Es hora de irnos y me siento mal, no quiero pararme de la cama. Pero debo hacerlo.

5:00 pm: A mi mamá le dijeron que tiene problemas neuropáticos ¿será eso muy grave? ¿qué tal si le pasa algo? Empiezo a sentir un nudo en el estómago, por favor que no se vaya el apetito, sufro mucho cuando no puedo comer. Ya no debería estar pensando en esto, estoy con mi novia, todo está bien, no pasa nada.

6:00 pm: Casi no hemos hablado, pero está bien, me siento mejor con ella. Pero ¿por qué no hablamos? Bueno la verdad es que ni siquiera me apetece hablar. Pero está mal ¿no? Yo siempre estoy hablando cuando estoy con ella ¿Debería contarle cómo me estoy sintiendo? Mejor no, siento que voy a llorar.

7:00 pm: Ya no aguanto, quiero estar en mi casa, sola, quiero llorar pero no sé por qué voy a llorar. Y si lo hago se va a notar y todos van a preguntar y mi mamá se va a asustar como siempre y yo no sé qué decir porque no tengo nada que decir, porque simplemente me siento mal y no hay razón para eso.

8:00 pm: Al fin estoy en casa, pero ahora ¿qué hago? Si me quedo sentada a esperar la tan anhelada hora de dormir me pondré peor. ¿Juego con mi perra? Está muy feliz de verme, abrazarla me tranquiliza un poco pero ojalá yo pudiera estar igual de contenta que ella.

9:00 pm: Hora de cenar. Pero sigo sintiendo el nudo en el estómago y en la garganta. ¿Y si me da asco y no puedo probar bocado? Se van a alarmar. Al menos haré el intento.

10:00 pm: No pude comer más de dos bocados, al menos mi mamá lo entendió y no está preocupada. Siento que será eterno esperar toda una semana para ir con la psicóloga y volver a buscar opiniones sobre mi problema y el medicamento. Claramente no está funcionando del todo. Por lo menos el día de hoy ya pasó, pero ¿y mañana? ¿y el sábado? ¿Y toda la semana que viene? Empiezo a sentirme agobiada por todos los días que vienen, y solo quiero llorar. ¿Cómo le he hecho antes para sobrellevar todo esto? He pasado por lo mismo miles de veces ¿cómo es que nunca he sabido cómo lo logro? Solo me queda esperar que mañana sea un mejor día.