

# Niebla

---

“Un torrente de oxitocina inundó su cuerpo. Se había preparado para ese momento, pero las circunstancias le habían superado desde hacía unas semanas y su mente se veía envuelta en una niebla triste, gris, espesa...

No dejaba de pensar en lo que estaba por venir y en cómo ella lo afrontaría. ¿Podría con ello también?.

Le encantaba jugar con la ideas, envolver la cotidianeidad de ideas mágicas y al revés, lo místico de cruda realidad. También jugaba con los números. 45 eran los años de su pareja cuando lo dejaron. 45 años habían estado casados sus padres, que ironía ¿verdad? y 45.045 km marcaba el cuenta de su coche cuando llegó al pueblo.

Las veces que conducía sola, buscaba los números curiosos, esperaba con ansia que el marcador le mostrase algo bonito ese día. Y aparecía el número, algunos de mayor importancia que otros, los clasificaba por puntos. Éste era especial. 45.

El pequeño Paulsen nació a los 45 días de *su muerte*.

¡Ya podían reírse de ella cuando explicaba su conexión especial con los números!, estaba segura que había algo cósmico en sus relaciones numéricas con la vida.

## ***¿Nos preparamos para afrontar el final?.***

No ha dejado de pensar en cómo había transcurrido su vida desde que ella murió. Mucho antes tal vez. Y por eso se mudaron al pequeño pueblo. Ella y Louis.

Después vino Paulsen.

Con Louis se sentía bien. Era su bálsamo, su vitamina diaria. Aunque la crudeza de las preguntas del pequeño le devolvían a una realidad que no quería.

- *Mamá, ¿qué le pasa a la abuela?. No sabe quién soy. Sólo se ríe, sin parar y mira a lo lejos.*

- *Su mente se ha ido de viaje a otro lugar y su cuerpo, sin embargo, sigue estando aquí...*

- *Me gustaría que me contase lo de la guerra, como antes. Pero no habla casi.*

- *Cariño mío, no podemos hacer que vuelva atrás en su memoria, cada día será peor y un día se apagará. Tú únicamente debes hacerla reír.*

Se quedó pensativo. Pensó que era una buena forma de estar con ella. Riendo y buscando situaciones en las que hacerlo.

A ella se le revolvía el alma. Ya había vivido eso mismo con su abuela. No podía ser que se repitiese. Y lo que más le preocupaba era, ¿cuánto tiempo tardaría ella en ver los enormes agujeros de gusano en su mente?. Borrón. Ctrl+z. No podía pensar eso.

Se habían instalado en la vieja masía, cerca de la ciudad, pero lo suficientemente lejos para descansar de ella, de su estrés, de la necesidad de conectar con todos, de dar explicaciones y de mostrarse bien. Pensó que ella y Louis estarían bien con sus padres, aunque ya sabía que se tendría que enfrentar a una dura realidad, de la que no podría escapar. Había querido estar con ella los últimos meses de su vida y también del embarazo de Paulsen.

¡Qué paradoja!. Una vida asomando mientras la otra viaja a miles de kilómetros, lejos.

¿Dónde?. No lo sabe.

Era más poético pensar que ella vivía en una nube, que un mundo paralelo existe entre nosotros y hace aflorar otros estados. Es como si habitara un lugar que no existe para los demás.

Se debate entre la ternura de la empatía con ella y la rabia de que el proceso se la coma poco a poco, como un gusano devorando su cerebro, también con reticencia a creer que realmente es así, que nunca le ha pasado nada y sus actos son más premeditados de lo que se piensa.

Quisiera entrar dentro de ese mundo y descubrir su razón de ser, pero sólo logra apartarse, el deterioro es tan grande que duele. No entiende nada. Sólo decepción.

A veces la niebla se instala en su mente también. Y comienza a entrarle el pánico. Tiene la sensación de estar en otra dimensión. Y sentirse parte de esa niebla como la historia que se repite y saber que no puede detenerla.

Piensa de nuevo en ella.

¡Qué gran decepción cuando comienzas a descubrir las imperfecciones de sus padres!, con las que habían construido su relación con ella y cuando es consciente, se desmorona todo. Prefiere guardarlo en el rincón de los borrones, porque poco después comienza a entender que a todo esa decepción se le suma la enfermedad. Y ya no sabe qué es lo que realmente piensa...

Cuando lo inteligente es callar, cada vez que te sientes mal, los borrones se van acumulando, la memoria ram de lo indeseable se va amontonando y desborda.

Pero sigues mostrándote pasivamente tranquila. Con el cortisol por los aires dentro de ti, pero dominando las emociones en el tú a tú. Nada recomendable, eso seguro.

Y sale de la ciudad a buscar paz, al pueblo a reencontrarse con la parte de su familia que sí cree que fue auténtica y tropieza con el deterioro humano y mental.

Se refugió en su pequeño Louis.

Salían a pasear, le enseñó todo tipo de deportes, también a dibujar y pintar, repasaban las lecciones todos los días y disfrutaban de días que se iban sucediendo, entre lo maravilloso del lugar y lo desvinculado de los personajes.

*- ¡¡¡Hoy nos hemos reído durante 4 minutos seguidos mamá!!!. Lo he conseguido. ¡¡¡Tengo récord!!!!.*

Ella lo miraba con lágrimas en los ojos. Al fondo, la silueta de su padre jugando con su perra, trabajando el campo o buscando mil maneras de entretener su paso del tiempo y disipar su mente.

Cuando llegó lo inevitable, cuando el cuerpo de su madre no respondía ni a los más mínimos estímulos vitales, ella se derrumbó.

¡Qué difícil es despedirse de alguien que no es ese alguien a quien has conocido!, al que no puedes decirle todo lo que la has querido, ni lo que te ha decepcionado, porque no te entiende, no te escucha y no te responde. Quizá sea mejor así.

Se despidieron de una manera muy calmada, se fue con tranquilidad, con la sonrisa en la boca, como si con ella no fuera la vida, ni todo lo que había sufrido.

Sólo encontró una manera de sobreponerse: se aferró a las cosas que sí hizo bien, que fueron muchas y poco a poco emborronar, de nuevo, las que nunca debió vivir.

Los 45 días que transcurrieron desde la muerte de su madre al nacimiento de su hijo Paulsen los recuerda en una nebulosa. ¡Tantas preguntas sin respuesta!

A veces odiaba su comportamiento, le hubiera encantado que las pequeñas cosas no le afectasen de aquella manera. Pero no podía evitarlo. Era como un derrumbe emocional. El cuerpo se le vaciaba y necesitaba un tiempo para recomponerse anímicamente. Mientras pasaba ese tiempo, había aprendido a disimular, de cara a la galería, pero su sistema moría por dentro. Necesitaba capsulitas de buenos momentos. Las buscaba desesperadamente en la lucha por restablecer su orden nervioso. Un abrazo con Louis valía. Una amiga, una pintura, un buen libro. Quedarse sola mucho rato...

Había buscado refugio en la Masía, porque ***necesitaba reconectar con su esencia***. Había muchos momentos en los que rechazaba partes de su vida. A sus amigos de siempre los consideraba en otra dimensión y no conseguía sentirse integrada. Se sentía como fuera de un grupo al que nunca debió pertenecer. Pensaba en sus amigas, que eran más liberales, pero tampoco se sentía parte, quedaban poco y sus vidas habían ido por distintos lugares. Sus vivencias de niña, donde todo fue tan hermético, tan disciplinado, le había servido para llegar donde había llegado, pero no para descubrir otras realidades y quizá le había impedido ser flexible en algunas cuestiones. Había encontrado nuevos grupos de intereses parecidos después de su "divorcio" laboral, que fue un shock en su vida a todos los niveles. Había conseguido re-dirigir su camino, salvar su casa y su familia y en el momento de suave camino, todo se vino abajo de nuevo.

Demasiado cortisol otra vez. "*No pienses más*". Se decía a veces. Buscaba en la pintura momentos de liberación, expandir su mente sin la reflexión consciente. Eso la liberaba, también escribir.

- *Mamá, ¿Quién será ahora la abuela de Paulsen?*

Dura realidad. Siempre en la boca de quien más quieres.

- *Paulsen ya no tiene abuela materna. Deberás contarle tú, todo aquello que ella te enseñó tantas veces.*

- *Mamá, ¿te pasará lo mismo a tí que a la abuela?*

- *Eso no lo sabemos ahora. Cuidaremos nuestro cuerpo y nuestra mente para que no suceda, pero no podemos saberlo. Seguro que hay buenos médicos que descubren cómo curarlo.*

Con la llegada del pequeño Paulsen todo cambió.

Por un tiempo la niebla se disipó. Llenó de luz todos sus días. Bueno, quizá no tanta luz.

Una luz diferente, es cierto, porque dejó de llorar por ella y empezó a llorar por la falta de sueño, la demanda constante, el esfuerzo que supone criar, trabajar y hacerse cargo de un padre y otro hijo.

Todo era él. Sus bibes, sus ropas, su cuna, su sueño, sus juguetes, masajes, papillas, sus irritaciones, risitas, su primer sonido....

Quizá la niebla fuera ahora de colores y por eso le confundía tanto. Pero seguía ahí, estaba segura.

Inevitable es pensar de nuevo en su madre, en lo difícil que resulta serlo, en lo que debemos "esconder" para que todo parezca mejor, como los cánones mandan, en

la insidiosa tarea del día a día que te consume como persona y como mujer, pero te abre el corazón hasta que te caben tus hijos. Y ya no existe nada más.

Encontrar la manera de ser feliz no es sencillo, aunque encontrarla en el pueblo parecía que sí lo era. Se adaptaron a la nada. Conectaron con el campo y los animales y descubrieron el tiempo.

El pequeño Paulsen seguía llorando cada día, creando situaciones estresantes, pero no existía el concepto tiempo, no había exigencia social, tampoco el reproche y se sobrellevaba relativamente bien.

¿Qué sucede cuando tu motor de luz se va apagando poco a poco?. No era suficiente el sol como generador de vida, tampoco la paz y la calma de los días. La niebla subía desde los pies y llegaba hasta su cerebro. Las risas le resbalaban y no conseguía conectar.

Su mirada se perdía en las pocas conversaciones que tenía. No le interesaba el campo, ni la paz, ni su vida anterior. Había vuelto a un estado inicial del que ya quería escapar. Siempre escapar.

### ***Y comenzó a correr.***

Recuperó sus piernas y retomó el deporte, con la competitividad que siempre le caracterizó. Ganó algunas carreras y siguió entrenando. Cada subida al podio y cada reto conseguido era por ella, su madre, que siempre la imaginaba animándola. ¡Cuánto le hubiera gustado que la animara, como cuando eran niñas!. Cada esfuerzo era por su padre, que le enseñó a darlo todo siempre. Cada paz de después, por sus hijos, merecían verla feliz y reírse con ella.

Consiguió sentirse bien en cuerpo y alma. Consiguió estabilizar sus niveles de cortisol y oxitocina y encontrar una "paz" con lo que tenía. Aunque sabía que una sombra gris y profunda se cernía cerca suya. Lo entendía como un halo, un viejo conocido del que no podía desprenderse, sólo durante períodos cortos.

No sabe cómo hace el resto del mundo para huir de las sombras de su pasado. No encuentra remedios más sanos que el deporte, la lectura y la pintura y una estabilidad emocional basada en no gritos, no escándalos y no exageraciones, ni cotilleos. Pero no es suficiente.

Necesita contarlo. Necesita escribir qué pasó. Quizá justificar un comportamiento, que ella cree fue correcto, pero que no puede explicar y tampoco puede guardar. ***¿Cómo contarlo sin contarlo?***

Con la sinceridad de un niño heriría a mucha gente. Quizá fuera mejor que la niebla siga disipando ciertas vivencias. Había huido de su pasado inmediato y se encontraba con las entrañas de quién era. Sus etapas se iban cerrando, pero el poso seguía quedando.

Mejor no seguir recordando lo que nos dolió.  
¿O mejor enfrentarse?."

Junio 2022