

MIEDO A PERDER

- Y dime...¿Qué es para ti el miedo?
- ¿Sabes esa sensación de angustia que te corroe cuando sabes que vas a perder algo y no quieres? Pues eso mismo.
- No lo entiendo...
- Ahí está la clave del miedo, no se entiende, simplemente se siente. Resulta complicado pensar en algo que nos produzca miedo, sin embargo, lo sabemos cuando lo sentimos. No se puede explicar, de ahí que resulte tan ambiguo. Él vive dentro de nosotros, pero permanece impasible mientras nada nos altere. Quizás ahí se encuentre el problema, en intentar siempre mantener la calma aun sabiendo que es imposible.
- ¿Alguna vez lo has sentido?
- Por supuesto, más de lo que me gustaría sinceramente. Pero es algo incontrolable, no puedo decidir cuándo tener miedo y cuándo no, simplemente aparece de vez en cuando para recordarnos que sigue ahí, que no se ha ido y que nunca lo hará, y que aunque parezca algo negativo no siempre lo acaba siendo. Es tan perturbador como necesario, aunque hemos de acostumbrarnos a vivir con él. ¿Qué sería de nosotros sin esa emoción que el miedo aporta a la vida? No seríamos nada, simples seres humanos dispuestos a vivir una vida sin nada que nos haga reflexionar.

Y es que el miedo es eso, pasar horas y horas reflexionando sobre aquello que haríamos si él no existiera. Es ese impulso que todos necesitamos para dar el paso, pero que sin él no seríamos capaces de dar, por miedo. Suena absurdo, pero así funciona.

- ¿Y qué puedo hacer para no sentirlo?
- Nada, es inevitable que aparezca de vez en cuando haciendo acto de presencia, para después esfumarse como si nada. ¿Sabes esa sensación que te produce la marcha de un ser querido? Aquel al que quieres con

locura y que por mucho tiempo que pase seguirás queriendo igual o incluso más que el primer día. Eso es el miedo. No querer perderlo, pero saber que algún día ya no estará, y que desgraciadamente es un futuro no muy lejano que no podemos cambiar.

Recuerdo como si fuese ayer una de las veces que más miedo sentí. Fue hace un par de años. Mi primer amor, y probablemente el único amor de mi vida se marchó, sin más. Yo era la persona más feliz del mundo con él a mi lado y realmente creía que él también. No recibí ninguna explicación y entonces ahí entendí todo. No quería saber nada más de mí. Sentí miedo, muchísimo miedo, de saber que jamás podría volver a mirarlo. Pero lo que más me encogió el corazón fue el hecho de imaginar mi vida sin esa persona a la que consideraba mi hogar, mi refugio. Mi mente solo estaba en calma cuando me encontraba junto a él.

- ¿Y qué ocurrió?
- Tuve que desprenderme de ese miedo, del miedo a no tenerlo nunca más en mi vida. Yo podía vivir perfectamente sin él, pero me negaba a hacerlo. Mi mente no concebía el hecho de que una persona se pudiera marchar sin más, como si nada, pero la vida te enseña que sí. Solo el tiempo te da la clave de todo. Pero no hay que tenerle miedo al tiempo. Realmente no hay que tenerle miedo a nada, ni siquiera al miedo.
- El amor y sus cosas, siempre tan destructivo...

- Ahí te equivocas, el amor no destruye, al revés, recompone. Es lo único en el mundo capaz de sanar nuestras heridas y hacernos renacer. A menudo, amor, dolor y miedo suelen ir relacionados. Pero realmente no tienen nada que ver. Si sientes dolor y miedo entonces no es amor. Podrá ser otras muchas cosas, pero amor no. Amor es mirar a alguien y pensar: "Me va a doler tanto cuando se vaya..." Eso fue lo que me ocurrió a mí, y siendo sincera tengo miedo de que me pueda volver a pasar.

- Pero tú antes dijiste que no debíamos tenerle miedo a nada.

- Lo sé, pero como bien dije antes, es inevitable. Uno no se acostumbra a que lo abandonen. Hace ya algunos años de lo sucedido y aún no remonto. La verdad es que no creo que pueda volver a remontar. Es una de esas experiencias traumáticas que te cambian la vida. Pero también es cierto que a veces, aferrarse a algo imposible duele más que soltar. Hay que aprender a dejar ir para que puedan venir cosas mejores, cosas que nos merecemos. Yo no quería perderlo por nada del mundo, pero la vida tan injusta como siempre, arrebatándoselo todo a quien menos se lo merece. En fin, ya hemos hablado demasiado de mí, así que te toca. ¿Y tú a qué le tienes miedo?

- A nada.

- ¿Seguro?
- Bueno en realidad sí que hay algo que me preocupa más de lo que debería. No estoy preparada para que la gente a la que quiero se aleje de mí.
- Pero eso es ley de vida realmente. Yo soy de las que piensa que todas las personas tienen una función en la vida de alguien, y que una vez que la cumplen ya están preparadas para marcharse. Eso es así, cada persona te da una lección nueva de la que aprender. Quizás nunca lleguemos a estar del todo acostumbrados al abandono, pero debemos aprender a vivir con él. Cuanto antes aprendamos que las personas son fugaces y pasajeras, mucho mejor. Y dime, ¿sientes miedo por alguna otra cosa?

- Lo que más me preocupa es no cumplir mi objetivo en la vida.

- ¿Y cuál es?
- Ser feliz. No me quiero ni imaginar lo que supondría para mí una vida vacía, carente de experiencias y de felicidad, y sobre todo de lo más importante, alguien con quien compartir todo lo bueno y lo malo que me ocurra. Tengo mucho miedo de no alcanzar nunca esa deseada felicidad, considero que todas las personas nos la merecemos. No hay peor castigo

que desaprovechar y malgastar la única vida que tenemos intentando buscar una felicidad que nunca llegará o que en caso de llegar, será efímera.

- Creo que ese miedo vive dentro de todos nosotros, miedo a no ser suficientes, miedo a equivocarnos y definitivamente, miedo a perder. A perder todo cuanto tenemos, y lo peor de todo, a perder a quien tenemos. No hay peor sensación que sentir cómo se alejan lentamente de ti, cómo todo cambia de un día para otro, cómo darte cuenta de que una vez roto, jamás volverás a ser lo que eras. Pero lo más preocupante es el miedo al futuro. No saber lo que ocurrirá de aquí en adelante es algo que a todos nos mata por dentro. Ojalá pudiéramos parar el tiempo justo cuando quisiéramos, cuando fuésemos felices. Aunque bueno, según se suele decir, uno siempre vuelve a donde fue feliz. A ese primer beso, a ese primer cumpleaños, a ese primer amor que nunca se olvida, y a ese momento en el que lo más doloroso del mundo era el rasguño de tus rodillas después del partidillo de fútbol con tus amigos. Ojalá realmente pudiéramos inmortalizar esos momentos. Los tiempos han cambiado, todos cambiamos a medida que el reloj corre. No nos damos ni cuenta hasta que echamos la vista atrás y vemos por todo lo que hemos pasado hasta llegar hasta aquí.
- ¿Le tienes miedo a algo más?
- A que los tiempos nunca vuelvan a ser lo que eran. Se me eriza la piel solo de pensar que nunca más podré revivir los momentos más felices de mi vida. Solo me consuela saber que perviven en mi memoria. Tengo miedo de perderlos. Realmente tengo miedo a muchas cosas. Pero de eso se trata la vida, de aun teniendo miedo, estar dispuestos a afrontar todo lo que venga. No sé si en un futuro volveré a ser feliz, pero si de algo estoy segura es de que lo pienso disfrutar como si no hubiera un mañana. Nunca sabemos cuándo se puede acabar este juego llamado vida.