

MI VIAJE POR LA VIDA ACTUAL

En relación a mi nueva singladura por la vida actual se podría decir que hay un antes inmediato y un después, el ahora, delimitados ambos momentos por un reencuentro tan inopinado como complaciente.

Durante los últimos años he tratado de encarrilar mi vida con mucho esmero e ilusión. Había estado de viaje durante demasiado tiempo, y ya era momento de retomar la rutina. Pero la rutina había cambiado por completo, no había rutina a la que agarrarme, debía comenzar desde cero y en otro puerto así que debía trabajar duro para adaptarme al nuevo entorno.

En el proceso de reconstrucción de una nueva vida, iniciar un nuevo viaje, la labor más dura y retadora que tenía por delante, la maniobra más compleja para salir de puerto, ha sido la de encajar todas las piezas del puzle. Nada volvería a ser igual, mi corazón estaba demasiado dañado, mi alma muy desplumada, con demasiadas huellas en el camino.

Esto, ante todo y por encima de todo, debía asumirlo lo antes posible para evitar frustraciones innecesarias, nuevos naufragios indeseados. Pero recientemente he sabido que con sólo aceptar no basta, no es suficiente. Se trata de abrazar, de tener una mirada crítica y positiva hacia el dolor, hacia el daño, ante los destrozos ocasionados. Sólo así es posible poder emprender el nuevo viaje, salir a flote.

Con el deseo de que, en condiciones normales, aún me pueda quedar mucho viaje por delante, sobrevivir o navegar “a secas” no es suficiente, sino que hay que hacerlo escogiendo las rutas más adecuadas y los rumbos más bellos. Claro que en toda singladura hay tormentas, pero hay que saber resistir a ellas e incluso buscar la hermosura que entre las nubes y la tempestad se encuentra. Porque no se trata sólo de reconducir, sino de hacerlo con ánimo y con la esperanza de que las cosas afortunadamente ya no volverán a ser como antes. Pueden, con un gran esfuerzo, llegar a ser incluso mejores si cabe.

Mi vida antes, durante y después de la anorexia nerviosa (AN) estuvo repleta de situaciones traumáticas, muchas de las cuáles pensé que no superaría jamás y que me marcarían para siempre. “Señor, cómo voy a salir de esta...”, me he dicho infinidad de veces al creer, convencida, que tras la tormenta no hay más que eso, tormenta, que es infinita, que nunca acaba; que no existe la calma. Creí que el irresistible sonido del silencio que me había acaparado durante prácticamente toda la vida no saldría jamás de mi interior. Pero finalmente sí. Hoy puedo decir que ha sido posible salir de ésta, de

aquella y de la otra; se puede salir de todas. Se pueden, y se deben acallar todos los silencios, de lo contrario jamás se puede hablar de completa curación.

Algunos -lo más técnicos y además escépticos en otras áreas- le llaman resiliencia o algo parecido; otros le llaman magia, muchos casualidad; los menos, fuerza de voluntad... Quizá haya un poco de todo esto en la superación de situaciones traumáticas y amenazantes para la integridad de cualquiera o todas las áreas biológica, psicológica y/o social. Cada cual puede denominarlo como quiera, pero para mí la palabra clave, el secreto del éxito, está en la fe. Sin ella no habría podido seguir adelante y no me refiero a sobrevivir, sino a vivir, sin traumas y con total plenitud. Caminar, que no deambular, sin ser un alma atormentada.

Esto es válido para todo tipo de traumas y muy concretamente en lo que respecta a la AN. El paso por la enfermedad en sí es una experiencia sumamente traumática y pese a que se llegue a superar con éxito -me refiero a salir de la situación de peligro-, mientras no se gestionen adecuadamente los traumas residuales, las consecuencias que siempre se generan, no se puede hablar de plenitud, de “reinserción”.

Hay quienes hablan de cronicidad; yo prefiero llamarlo inherencia. Y es que el viaje por la AN lleva a una tendencia, casi inexorablemente, a la permanencia. Pese a que puedan haberse superado los miedos a la comida, los temores a las reuniones sociales, los reflejos traicioneros del espejo, retomado una carrera o profesión, aceptado el amor como una forma de vida en común, etc., siempre quedan unos recuerdos, unos “souvenirs” de ese viaje a la AN con los cuales se pueden convivir. Con todos a excepción de uno: el sonido del silencio.

SOUVENIRS DE UN LUGAR LLAMADO ANOREXIA NERVIOSA

El regreso de todo viaje, por maravilloso que haya sido, tiene mucha faena posterior a fin de restablecer la normalidad y volver a la santa rutina. El esfuerzo será mayor en función de cuán sinuoso fuera el trayecto, la presentación inesperada de contratiempos y, en definitiva, lo desplumado que se salga de todo el antes, el durante y el después de la experiencia.

Sobre mi viaje a un lugar llamado AN, si bien gracias a Dios culminó con éxito y me ha recompensado al final con más momentos de alegría que de amargura, mentiría si dijese que a su regreso caminé sobre rosas, que no hubo tormentas durante el trayecto y que no ha tenido repercusiones en mí desde una percepción holística del ser humano, es decir, en los aspectos biológicos, psicológicos y sociales.

Cuando regresé de mi viaje me encontré con un panorama casi tan desolador como el de la enfermedad en sí (sin amigos, sin estudios, con una relación familiar tensa, con muchos tabúes, vergüenzas y sentimiento de culpa, y un corazón descuartizado). Pero el ser humano es capaz de desarrollar mecanismos de adaptación y afrontamiento de manera que el fallo o el déficit en alguna de esas áreas que lo integran puede y debe ser compensado por las otras. Sólo así se restablece el equilibrio del todo y con ello se mantiene la supervivencia.

No puede concebirse que, de un viaje con estancia de cinco, casi seis años en el país de la desnutrición y la autodestrucción (viaje del que algunos desgraciadamente no regresan sanos y salvos), esta despiadada enfermedad no deje algún recuerdo que otro a modo de “souvenir” en alguna o varias de las áreas que nos componen. Se trata de las consecuencias que pueden derivarse de la AN, algunas de forma directa y otras que, indirectamente, inciden en alguna de las áreas y/o que han perpetuado algunas alteraciones que, aún siendo ajenas a la enfermedad, en ausencia de ella posiblemente no se habrían manifestado

Con esto es a lo que me refería anteriormente con la inherencia (o cronicidad). Por desgracia, el paso por la frontera de la AN no se hace de balde, tiene unas tasas que se pagan de por vida, **y cambio se eso, de tener vida**. Esto hace que aún estando enterrada la AN, su presencia, su nombre, esté siempre ahí, en la factura de los pagos. Lo importante es hacer el pago de las tasas con ánimo y alegría, aprender a vivir y convivir con ello. A continuación, expongo algunos “souvenirs” que traje de mi viaje por la AN en cada una de las esferas.

ESFERA BIOLÓGICA

A nivel de la cavidad oral

- Bruxismo: desde hace mucho tiempo requiero de una férula de descarga a fin aliviar presión dental y evitar sus repercusiones, así como la tensión muscular que se concentra en la zona maxilar (y que puede reflejarse a otras áreas) durante el sueño y el mayor tiempo posible de vigilia. Este bruxismo pudo estar desencadenado por estados de ansiedad responsable ésta a su vez de otros trastornos durante el sueño (piernas inquietas y sudoración profusa) ya desaparecidos.
- Posible xerostomía: desde que inicié los tratamientos siempre he tenido mayor sequedad de boca. Aunque ya en menor grado, es algo que aún persiste. Por un momento llegué a pensar que había desarrollado algún grado de potomanía (igual de forma paralela

también, no llegué a descubrirlo). La verdad es que siempre llevo conmigo una botella de agua.

A nivel faríngeo

Después de mi alta por AN, consulté a especialista aquejada de carraspeo y molestias continuas. Fui diagnosticada entonces de faringitis crónica. Este fenómeno puede que guarde relación con la desnutrición y las conductas purgativas.

En el aparato reproductor

- Síndrome de Ovario Poliquístico (SOP). El diagnóstico de esta afectación, si bien no del todo claro, tuvo lugar de forma previa a la enfermedad. Pero el síndrome se ha perpetuado hasta la actualidad, con los consiguientes problemas de fertilidad y lo que ello ha acarreado a la hora de concebir, y el claro potencial de osteoporosis que se relaciona con las alteraciones menstruales (desde siempre, en tratamiento para compensar déficit estrogénico).
- Calcificaciones mamarias, a priori benignas. Este aspecto se encuentra aún bajo seguimiento radiológico y ecográfico.

Alteraciones del aparato locomotor

Molestias o dolor sordo y crónico en brazo izquierdo (el dominante, soy zurda). Convivo con esta molestia desde hace muchos años, con un recorrido completo a veces, otras en zonas puntuales, desde los dedos a la escápula. Puede proceder, en su inicio, de la práctica de deporte (balonmano) y que con la AN se acentuase. El resultado de un EMG realizado durante la enfermedad resultó ser negativo. No se ha vuelto a valorar.

Sistema cardiocirculatorio

Eritema pernio que me ha acompañado desde la enfermedad salvo en las épocas de los embarazos y el último invierno. Para mí ha sido el más molesto, desde el punto de vista de la limitación, de los souvenirs físicos. Es posible que estuviera asociado a Raynaud.

Hipotensión, e hipotensión postural.

Niveles sanguíneos y séricos

Los análisis de sangre siempre dieron hipercolesterolemia, normalmente a expensas del HDL, aunque las últimas determinaciones dieron mejor resultado en este parámetro. Influenciable, posiblemente por factor genético dados los antecedentes familiares. Indicador del virus de la hepatitis B (Ag c), Ac positivo. Lo cual indica contacto con el virus, de causa sin determinar.

ESFERA PSICOLÓGICA

Emociones

Me atrevería a decir que las alteraciones en este aspecto son las que revierten en una mayor dificultad para seguir navegando sin naufragar. Algunas como vergüenza, pudor, dolor psíquico, no me han permitido, hasta ahora, hablar abiertamente de éste y otros acontecimientos cruciales en mi vida. La AN como tema tabú en mi vida ha hecho mella. Tanto es así que quién bien me quiere y permanece a mi lado desde hace 19 años afirma haber visto siempre en mí a una persona perfectamente adaptada y equilibrada, pero con un alma atormentada. Destapar temas tabú me ayuda a restablecer la paz interior. Y aquí hay un después marcado por un reencuentro que me ha brindado la oportunidad de romper con estos silencios y, por tanto, con el alma atormentada. De nuevo mi ángel ha intercedido...

Mi relación con la comida

Desde la recuperación de la AN mi actitud hacia la comida es simplemente cordial. Nunca he sido una apasionada de la comida, eso me ha caracterizado desde temprana edad. Siempre ha sido y será la gasolina que la embarcación necesita para seguir navegando. Mi alimentación es equilibrada y procuro que saludable. No hay restricción de ningún grupo de nutrientes, pero tampoco hay excesos. Siempre estoy alerta ante cambios que se puedan dar en mi entorno más próximo (el papel de la genética y detección precoz en mis hijos), y en guardia ante un posible ataque (por si acaso, que no me coja desprevenida). Me siento comprometida con los hábitos alimentarios saludables.

ESFERA SOCIAL

Habilidades sociales

Pese a que se han restablecido y no tengo problemas para relacionarme (ni siquiera con el sexo opuesto, pese a los daños colaterales que de algunas relaciones se han derivado...), no es prioritario para mí rodearme continuamente de un amplio círculo social. Me siento más cómoda en círculos reducidos y en pequeñas dosis. No me molesta la soledad.

Aceptación social

Desde que la AN llegó a mi vida, llevo una ligera cruz a cuestas: ser objeto de observación y aprobación, particularmente entre los más allegados, quizá por temor, inseguridad y /o desconfianza. A menudo recibo opiniones sobre cómo me ven, y no es raro que de un momento a otro el grado de crítica o aceptación sea contradictorio para distintos observadores. Esto hace que la cronicidad o inherencia se extienda a otras personas pues

para los más allegados mi AN se convirtió en una situación traumática; algunos lo han sabido superar en su totalidad y otros no. La impresión de personas a las que quiero si tiene trascendencia para mí porque sé que es el reflejo de su preocupación, de un trauma generado de por vida. Pero en ocasiones las críticas, las observaciones han podido ampliarse a otros círculos, y no con ánimo de apoyar precisamente. Esto no me ha importado demasiado.

Mi carrera profesional

Los acontecimientos y las circunstancias de mi vida, en el momento de elegir, me llevaron a cursar los estudios de DUE, pero ello no formaba parte de “mis planes previos”, aquellos de los que había hablado con mi padre mucho antes de que se marchara. Esto causó si acaso más frustración.

Relaciones amorosas

“Corazón roto” a raíz de una relación de amor que, imposible a priori, sembró esperanza en un momento crucial en el que confluyeron otros factores traumáticos que llevaron inexorablemente al desarrollo de la enfermedad. Durante mucho tiempo hubo dolor causado por el desamor.

Estos pequeños desajustes (algunos quizá no sean consecuencia directa de la enfermedad como ya indicaba al comienzo...) que pueden resultar a priori desequilibrantes, son el recuerdo de la AN, y que aún persistiendo en mayor o menor medida la mayoría, convivo con ellos en pleno estado de adaptación y armonía.

No hay limitación en ninguna de las áreas que me definen como ser humano. En general podría decirse que gozo de un muy buen estado de salud. Recordemos que nuestra existencia y bienestar es el resultado de las interacciones entre los distintos componentes, las tres esferas que nos integran, y que el fallo de alguna de ellas puede ser compensado por las otras mediante unos mecanismos de adaptación y reajuste adecuados.

Lo cierto es que ser humano puede hacer más de lo que imagina si pone el empeño, voluntad, fe y esperanza necesarios para no quedarse atrapado en un viaje que puede no tener regreso. Con esto quiero decir que, pese a los contratiempos, hay vida después de la AN; no sólo vida, sino vida plena y libre de cadenas, de sonidos y tormento.

Algunas consecuencias de la enfermedad pueden ser un handicap para tener el día de mañana una vida larga y de calidad, pero no carente de ilusión y libertad; de eso se trata tras salir de la AN.

Mi esperanza de vida no la puedo ni la deseo predecir. La muerte me ha acariciado en varias ocasiones y he podido escapar de ella, porque aún no debía ser el momento.

Seguramente Dios me quería tener aquí más tiempo para cumplir alguna misión. Y creo que estoy cumpliendo con el cometido. Es mi mayor deseo.

UNA MISIÓN EN LA VIDA

No sólo los ángeles son enviados para cumplir con unos cometidos determinados (benditos ángeles...). Todos de una manera u otra tenemos al final en nuestra vida alguna misión importante que llevar a cabo. El problema es que a menudo vivimos tan ciegos, acomodados en nuestro entorno o con nuestros silenciosos sonidos interiores, que no somos capaces de ver las señales que la vida pone en nuestro camino y que orientan para escoger el correcto. Como luz de faro que dirige el correcto rumbo de las embarcaciones, y que si obviamos podemos desviarnos del camino o incluso llegar a naufragar.

Durante los últimos años he llevado y luchado mucho por llevar, por vivir, una vida encarrilada (familia, amigos, trabajo, estudios y formación continua, dedicación exclusiva al cuidado de mis hijos, llevar una dieta equilibrada, realizar ejercicio físico moderado, quererme, respetarme, aceptarme...). Esto no es poca cosa ni mucho menos después de todas las tormentas y naufragios a los que he sobrevivido. Pero siempre con esa inherencia, con ese grito contenido que me ha tenido secuestrada; viviendo, navegando, caminando, o más bien, deambulando con un alma atormentada.

Un pasado de abusos sexuales imborrable, la pérdida y el miedo a perder seres queridos, las desagradables experiencias vividas en mi viaje por la AN y sus implicaciones habían dejado enormes huellas en el camino. Pero esas huellas no están ahí por casualidad. Estas huellas imborrables se han generado para mí, y que en lugar de recrearme en el dolor causadas por ellas (heridas de guerra...) he preferido aceptarlas, abrazarlas e interpretarlas como señales puestas en mi vida con un fin: ayudar a otras almas atormentadas, esa es mi misión.

Llevar a cabo esta misión en lo que respecta a la AN, es la única manera de no viajar por la vida como un alma atormentada y maltratada, de no ser una víctima de la AN hasta la eternidad, no lo merece.

Se trata de una misión que algunos podrían llamar “autoayuda” o terapia personal, pero que también puede servir de ayuda, de terapia para los demás. Porque deseo de corazón que mi experiencia ayude a los que no pueden decir que su viaje sea aún maravilloso, a sus familiares y seres allegados.

Recientemente he reflexionado mucho sobre el origen y el sentido de la AN (necesidad de hallar una respuesta, un porqué...). Porque para quienes aún no sepan de

qué va la cosa, la AN es una gravísima enfermedad. Se trata de la primera causa de muerte por afección psiquiátrica entre jóvenes y adolescentes, ya sea por las complicaciones fisiológicas de la desnutrición, la inanición y/o conductas purgativas, como por la consumación del suicidio. Sí, tan cruel, dolorosa e insostenible es, que los pacientes ven en el suicidio el único remedio para dar por finalizado tan descomunal sufrimiento, situándose en la principal causa de muerte entre quienes padecen trastornos de la conducta alimentaria (TCA).

Se trata además de una enfermedad oportunista y despiadada. Conmigo se ensañó, pero a base de bien, pues no le importó que ya hubiera habido demasiado sufrimiento, más bien todo lo contrario; explotó la situación y se aprovechó de mi debilidad, recreándose en el dolor, hasta convertirme en una piltrafa humana.

Si bien es cierto que la humanidad ha evolucionado a pasos agigantados en muchos aspectos, en muchos otros se ha quedado obsoleta. En este sentido me refiero a los estereotipos que la sociedad tiene bien consolidados en relación a la AN. Al nombrarla, la inmensa mayoría de la gente la relaciona con "un capricho de niñas de papá que buscan la felicidad en la delgadez", "una tendencia de modelos de pasarela", "que se la han buscado ellas solitas" y que "con meterle kilos de comida por un tubito se soluciona", entre otras muchas barbaridades que desgraciadamente he oído y leído de muchos que andan sobrados de ignorancia.

Pero nada más lejos de la realidad. Es obvio que la AN, mi AN, no se había originado como resultado del antojo sino de unos condicionantes que están claramente relacionados con la aparición de la enfermedad. Ya entonces, además, de niña de papá nada (ya hubiera querido yo...); de modelos de pasarela menos aún; mi vida se había desarrollado entre canchas y pistas deportivas, nada de vestuarios del mundo de la moda. No es además algo que se busca a propósito (¿quién busca enfermar hasta rozar la muerte?) sino que involuntariamente es desencadenado por unos factores causales y que, si además se solucionase simplemente comiendo, no estaría escribiendo sobre ello en este preciso momento.

La AN tiene además muchas puertas de entrada: "no hay enfermedades sino enfermos" se insistía cuando estudiaba la carrera. Y qué razón más grande hay en ello. Una persona enferma de AN (para los que aún siguen sin enterarse, es una enfermedad, y los enfermos son ante todo personas) puede ser de cualquier sexo, edad, estatus social, profesión, sueños y aspiraciones. Puede ser tu compañera de trabajo, el pediatra de tu hijo, el diácono de tu parroquia, tu propio hijo... Sí, sí, tu hijo también podría serlo. Nadie es

imposible para tan despiadada enfermedad, porque ella, la AN no entiende de todo aquello. Si tienes la desgracia de que se enamore de ti, y tú le correspondes, será un amor tan pasional que puede acabar en un desenlace fatal (juntos hasta la muerte...). Si describo a una chica de diecisiete años de edad, clase media, satisfecha con la vida y con ella misma, aplicada en los estudios, poco "femenina", desinteresada por la moda y modelos, destacada en el deporte, alegre y pizpireta... A priori no reúne los requisitos de una anoréxica, ¿verdad? Pues bien, lo que le ocurrió fue lo mismo que a la compañera, al pediatra, al diácono y quizá al hijo: AN. Diferentes singladuras, un mismo destino final.

Entender todo esto llevaría a tener una visión más realista de la enfermedad y a eliminar los estereotipos que se tienen sobre la misma, lo cual contribuiría inexorablemente a mejorar el abordaje terapéutico por profesionales, la participación de los propios pacientes y familiares, y finalmente el pronóstico y el éxito del tratamiento. Se evitarían muchas muertes que acontecen injustamente.

Y esta es parte de mi misión: emplear mi experiencia, mi propia voz, hacerme eco de la trascendencia de los TCA y contribuir de algún modo a la lucha contra ellos.

EL REENCUENTRO CON MI ÁNGEL

Mi vida en los últimos años se ha ido desarrollando casi con total plenitud. Y digo casi porque aún, pese a los esfuerzos en muchas ocasiones, en otras muchas movida por la "comodidad" de estar realizando un viaje sin tormentas (pero sí con tormento), no había entendido las señales que Dios había puesto en mi camino.

La fe ha jugado un papel clave en mi vida, pues ella me ha guiado a interpretar esas señales, ese por qué las tormentas ocurren y no puedes hacer nada en muchas ocasiones por evitarlo. Gracias a Dios he podido entender y asumir el por qué a mí, dar respuesta a las preguntas que le habría formulado al sacerdote en el sepelio de mi padre y que me llevaron a querer perder la vida, y casi lo lograron. Esta fe me ha provisto de la energía suficiente, como un soplo de aire fresco, para seguir navegando con equipaje nuevo a bordo conservando el viejo como un tesoro entre el que también se encuentran bonitos y exclusivos hallazgos puestos en el camino para mí y sin el que no habría sido posible ser la persona que hoy realmente soy emprendiendo este bonito viaje. Una persona que ya no vive atormentada sino en un estado absoluto de paz. Y sé que en esta singladura que me queda por delante habrá tormentas que pongan en peligro esta paz en mi interior, pero ya tengo la mejor embarcación para afrontarlas y llegar a zonas soleadas y aguas mansas: la fe.

Quizá motivada en gran medida por la experiencia de ser madre, los instintos de protección, la empatía y el amor incalculable que se han despertado en mí, entre otras muchas emociones, no ha sido hasta muy recientemente cuando he podido llegar a todas las conclusiones a las que anteriormente hacía alusión (unas señales, una misión que cumplir, una injusta visión estereotipada de los TCA...) y que podría asegurar que me ha llevado el trabajo y la perseverante lucha de toda una vida poder deducirlas. Estas deducciones o interpretaciones de los acontecimientos son las que me permiten vivir, que no meramente sobrevivir.

Allá por el mes de mayo pasado, enfrascada estaba yo en mis quehaceres diarios, en la “comodidad” que la rutina nos brinda (los estudios, el cuidado de una familia y de un hogar con todo el ajetreo y la responsabilidad que eso conlleva si se quiere hacer bien y a conciencia, las reuniones sociales...), cuando pensé que podía y debía hacer algo más. Me encontraba muy interesada en crear hábitos saludables, leyendo noticias y reflexionando al respecto, analizando publicaciones, charlas y conferencias de expertos con una mirada crítica al respecto, desarrollando estrategias para poder afrontar esta compleja tarea de educar en hábitos en medio de una sociedad que lleva a una deriva desoladora en este y otros muchos aspectos. Cada vez que leía u oía algo en relación a los TCA, la mayoría de las veces poco o nada esperanzador, se activaba en mí una sensación desgarradora de impotencia que me llevó a pensar que no podía quedarme ahí de espectadora sentada en una cómoda butaca y de brazos cruzados hasta la próxima función. Demasiadas víctimas inocentes de una enfermedad, la peor: la de una sociedad pasiva y estereotipada.

Recordaba aquel breve pero intenso periodo de tiempo que estuve haciendo una sustitución como enfermera en la prisión. Dado mi juventud e inexperiencia en aquel momento, decidieron con mucha lógica y sentido de la humanidad asignarme una labor de menor riesgo -y que normalmente allí se realizaba por rotación- a fin de mantenerme apartada de las complejas tareas que se desarrollaban en la enfermería: preparar, realizar el inventariado, organizar y distribuir, siempre escoltada, metadona entre todos los internos de la prisión que así lo requerían (me llamaban “metawoman”, la persona más “deseada” para, desgraciadamente, una inmensa mayoría...). Lo que pude vivenciar y experimentar, separada siempre del otro lado por unos fríos barrotes, no lo podría describir con palabras. Incluso alguna carta me hicieron llegar de algún alma atormentada tratando de justificarse ante mí, como si en realidad fuera yo quién juzgaba; pero no era mi cometido, nunca lo será.

Pues con los enfermos y familiares de los TCA me empezó a ocurrir algo similar. Me veía separada de ellos por unos fríos barrotes que delimitaban mi estado de comodidad y bienestar de la prisión en la que se convierten cualquiera de estos TCA. La diferencia es que en esta ocasión sí podía y debía hacer algo para de algún modo estar todos en el mismo lado -salvando las diferencias, tenemos mucho en común- pues durante casi toda mi vida estuve cumpliendo penitencia en aquella prisión y sabía lo que era aquel infierno. Mi experiencia quizá podía aportar o significar algo; un tesoro que compartir y que a mí me ayudara al tiempo a romper el sonido de silencio que durante toda mi vida me había atormentado. Pero, ¿cómo?

Desde que comencé a experimentar estas sensaciones supe que algo grande y completamente novedoso, emocionante, iba a ocurrir en mi vida al tiempo que ejercía mis labores de investigación sobre el asunto. Un buen día, aprovechando los buenos y grandes servicios que Internet nos brinda, me topé con él: era mi ángel. En muchas ocasiones antes había “coincidido”, pero como decía anteriormente, con la mirada de espectadora pasiva (era un pasado que debía enterrar...). Pero el darme cuenta de que en lugar de una tumba mi experiencia podía ser un tesoro para todos, para mí inclusive, hizo que mi mirada hacia ese encuentro cambiara y dejara la pasividad de un lado. Decidí, sin dudar, aunque con muchos temores, contactar con él. Las palabras no alcanzan a describir el reencuentro con mi ángel. Parecía no sólo que no hubieran pasado los casi veinte años que de algún modo distaban -aunque siempre estuvo en mi mente y en mi corazón- sino que más bien durante todo este tiempo nunca nos habíamos estado separados, y que incluso nos conocíamos desde siempre en el inicio de nuestras vidas.

Así es como ha comenzado mi vida actual, con un reencuentro que yo intuía que iba a cambiar mi vida, aquella impresión de que algo grande me iba a ocurrir y que además no iba a ser fruto de la casualidad. Es como el mensaje que en una botella se lanza al mar y que mucho después, casi veinte años o más bien mis cuarenta y uno diría, en la orilla se encontraría.

Este reencuentro es el que se ha marcado la diferencia entre el antes inmediato (curada y con vida encarrilada, pero como un alma atormentada) y el después, es decir, el ahora (todo lo anterior, pero sin tormento, por fin en paz...). Y esto se lo debo a mi ángel, a mi doctor, mi redentor una vez más, que me ha brindado la oportunidad de poder hablar, escribir, transmitir mi experiencia; me ha permitido unirme a él, navegar en el mismo barco que un día mucho atrás nos reunió: la lucha contra los TCA. Así con esto puedo romper con el peor aliado de los TCA y todos los traumas que me atormentaban en general

en mi viaje por la vida: los tabúes, el maldito sonido del silencio. Encontrar el sentido a todo lo ocurrido en mi vida ha sido tan complejo como decisivo. Y esta es mi vida actual. Los demás detalles de ella, ya dan igual.

“Porque sólo encontrando el sentido de la vida, habrá lugar para la paz”.

Y una vez más puedo decir con una alegría y una satisfacción que no caben en mí: Gracias Señor. Gracias papá por enviar un ángel. Gracias mi ángel por traerme de vuelta de un viaje que al final acabó siendo maravilloso.