

La chica del corazón de agua

*La chica del
corazón de agua*

SONIA LERONES LOSILLA

Primera edición.

La chica del corazón de agua.

© 2019, Sonia Leronos Losilla.

© Onyx Editorial.

www.onyxeditorial.com

© Ilustración y diseño de portada: Cristina Vázquez.

© Fotografía autora: Helena Huerta.

Instagram (@elenisyoung).

© Maquetación: Munyx Design.

© Corrección: María Baz.

ISBN:978-84-120160-3-1

Depósito Legal: DL T 544-2019

Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser reproducida, ni en todo ni en parte, ni registrada en o transmitida por, un sistema de recuperación de información, en ninguna forma ni por ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia, o cualquier otro, sin el permiso previo por escrito del autor.

A mi madre, por su valentía.

my heart woke me crying last night
how can i help i begged
my heart said
*write the book*¹
—rupi kaur, *milk and honey*—.

¹ mi corazón me despertó llorando la otra noche
qué puedo hacer pregunté
mi corazón dijo
escribe el libro.

Primera ola

OSCURIDAD



De alguna manera sabía que el agua me salvaría. Que no era posible que ella dejara que me rindiera. No, al menos, de esta forma.

Porque de todos los elementos es el único suave al tacto y que, aun así, opone resistencia. Supongo que como la vida misma.

Le debo la mía al agua. Y ahora entenderéis por qué.

Me llamo Petra Prisloo y desde hace unos meses me diagnosticaron depresión. Sí, es una enfermedad. Y puede llegar a ser muy grave. Es la primera enfermedad incapacitante a nivel mundial y la segunda en España. No es como un resfriado, que con reposo se pasa. En los casos menores con terapia se puede curar, pero en los moderados y graves es necesaria medicación y ayuda profesional. En el peor de los casos, y quiero subrayar muy bien que es solo en el peor de los casos, puede llevar al suicidio.

No es un comienzo de historia halagüeño, lo sé, pero debéis saber que, si estoy escribiendo estas palabras, es porque acabó bien.

Así que, fruto del desconocimiento de lo que era la depresión², dado su uso extendido para referirse a algo más banal y, por el imaginario colectivo en el que se nos presenta a un enfermo mental como alguien con unas características específicas, nadie comprendió que me ocurriera a mí.

²Según la OMS (la Organización Mundial de la Salud), la depresión es un trastorno mental frecuente, resultado de interacciones complejas entre factores sociales, psicológicos y biológicos. Tiene diferentes síntomas, entre los que se encuentran: pérdida de la vitalidad habitual, ansiedad, ausencia de respuestas emocionales, alteración del sueño, cambio del humor, lentitud en funciones motoras, pérdida de interés en actividades que antes eran placenteras, disminución del apetito y de la concentración, pérdida de autoestima, auto-reproches constantes, culpa, pérdida de libido, pensamientos negativos...

Al contar a mi entorno cercano mi diagnóstico me empezaron a preguntar que qué me había pasado, si era muy joven para tener preocupaciones. Que por qué a mí, si yo tenía todo lo necesario para ser feliz. Que no me faltaba nada. Que no estuviera triste, que ya se me pasaría.

Incluso hubo voces que soltaron que si lo hacía para llamar la atención. Que era un mero cuento. Como si lo hubiese decidido yo. Lanzarme a las llamas de un incendio solo para decir «mira estas quemaduras, estoy mal, hazme caso».

Aquello me hacía sentir muy culpable porque no era cierto.

Pero si ni yo misma entendía por qué me pasaba lo que me pasaba, lo de intentar explicarlo, no funcionaba.

Que si era una mala racha. Que intentara estar bien. Que fuera más positiva. Que saliera más...

Que por qué estaba enferma, me preguntaban.

Eso mismo me preguntaba yo.

Tenía unos padres que me querían, una familia con el suficiente valor adquisitivo como para no tener que trabajar para pagarme la universidad o pagarme mis caprichos, estaba estudiando la carrera que quería... Sin embargo, las preguntas que me lanzaban no eran las adecuadas. Yo no sabía explicarles que, simplemente, con el paso de las semanas, había ido desapareciendo.

Porque no era tristeza, como se piensa en un primer momento. Creían que algo gordo me había pasado o que las hormonas adolescentes no me habían abandonado. Creían que lloraba de forma desconsolada día tras día.

Pero no es así. Ni por asomo.

La depresión es algo mucho más profundo. Y, en mi caso, las emociones se habían esfumado. De pronto, un día me di cuenta de que no era capaz de sentir. Que me faltaban las fuerzas para hacer cualquier cosa. Que me costaba seguir. Que me encontraba en un atasco donde los coches no se molestaban en pitar. Solo esperaban, como ausentes. Y ni siquiera sabían a qué. No les importaba su destino.

Porque con la tristeza, sientes y lloras. En realidad, no es algo malo, aunque se tienda a pensar que llorar es de débiles. La tristeza tiene ese desahogo. Pero yo no era capaz de sentirla ni de expresar ese vacío, esa ausencia de sentimientos, de esperanza, de vitalidad.

¿Qué me ocurría?

Me había apagado de una forma que no podía explicar. Como si toda la energía que tenía hubiese escapado de mí, como si se hubiese consumido mi batería. Como si me hubiesen golpeado una única vez, pero de forma tan lenta que ni siquiera noté que me doblaba y estaba cayendo.

Mis padres se preocuparon mucho, como es normal, así que hicieron lo que solo ellos harían por sus hijos: hacer realidad un sueño, o más bien, un capricho que tenía desde hacía varios años. Pagarme una universidad privada. No me preguntéis que de dónde venía esa inquietud, está claro que una buena educación no se consigue yendo al centro más caro. Pero yo, si quería ir a una, era por el hecho de independizarme. Vivir en un piso sola y comprobar si era capaz de sobrevivir. Sin embargo, cuando llegó la respuesta afirmativa, no me vi preparada. Pero no dije nada, hice las maletas y confié en que el cambio de aires me ayudara.

En esa universidad no estudiaría un año normal, no. No podía. Debía recuperar cuatro asignaturas del año anterior. Nunca había sido mala estudiante, pero... había días en los que hasta levantarme de la cama me resultaba cargante. Falté a muchas clases, me aparté de mis amigos... Y cada día que ponía los pies en el suelo no hacía más que preguntarme: *¿para qué?*

Me mudé a Valencia una semana antes de empezar las clases. Se suponía que venía a compartir piso con mi prima. El nervio de la familia, la sonrisa, la doña planes. Teníamos una relación bastante cercana, aunque era mucho más estrecha cuando éramos pequeñas. No tenía hermanos, así que ella fue para mí el referente, mi modelo a seguir. Hiperactiva, dicharachera, creativa. De cada rasgo suyo, yo tenía la mitad.

No me malinterpretéis. Yo era alguien alegre y no me costaba hacer amigos, aunque mi capacidad de socializar en el último año

había menguado considerablemente. Además, me gustaba dibujar. Aunque no tuviera talento, me entretenía. Y a veces también escribía. Pero no tenía sentido que cogiese un lápiz. Si no dibujaba algo triste, escribía lo frustrada que me sentía. No merecía la pena centrarme una y otra vez en mi situación. Hacía que me desesperara aún más.

Con Sasha me llevaba dos años, por eso ella estaba de viaje de último curso, y yo estaba casi repitiendo primero. Lo del viaje de fin de curso en realidad no era como tal. Ese ya lo hizo en junio. Este nuevo se traducían en «viajar durante meses hasta que me canse y ya volveré cuando me quede sin dinero». No era la primera vez que lo hacía. Y siempre volvía de las maneras más estafalarias posibles. Principalmente se debía a que gastaba siempre más de lo esperado y como la vuelta no estaba cerrada, tenía que tirar de imaginación para regresar.

Casi tres horas me separarían de mi casa. Me mudaba de capital a capital, aunque esta se suponía que sería mucho más tranquila. Estaba a media hora del mar, aunque no creía que me acercara. Tenía que centrarme en aprobar.

El camino en tren se me hizo algo largo. Observaba por la ventana cómo cambiaba el paisaje, de las llanuras extensas a los campos de cultivo, y luego surgían colinas y todo se volvía rocoso. Aparecían pequeños castillos austeros coronando pueblos medio escondidos. Me preguntaba si al llegar y verme sola no me encerraría en aquel piso y me dejaría consumir. Me asustaba ir a un lugar nuevo, quedarme conmigo misma. ¿Iba a ser capaz de cuidar de mí?

Al llegar a la estación, cogí el autobús que llevaba hasta la universidad. Lo bueno del viaje es que vi un poco de la ciudad. Pisos altos de hormigón y de ladrillo que proyectaban largas sombras, gloriets con fuentes en funcionamiento cuyo sonido se mezclaba con el de los coches y su impaciencia por pasar antes que nadie, parques infantiles de arena ennegrecida e instalaciones grafiteadas y desgastadas por la luz del sol, tiendas abarrotadas con carteles superpuestos en los bajos de los edificios... y en general bastante

gente para ser las seis de la tarde. No sé si era una descripción esperanzadora o solo un atisbo más de lo mucho que me costaba fijarme en las cosas bonitas. Seguro que vi muchas, pero no las recuerdo.

La calle se hizo más amplia y al final asomaron una serie de edificios grises. Una valla cercaba el campus y lo atravesaba una carretera de doble sentido. El *parking* debía de estar en la parte de atrás. Parecía bastante más grande de lo que me había imaginado, y tenía más instalaciones de las que habría encontrado en una universidad pública.

Me bajé en la parada siguiente a la que había justo enfrente del campus. El bloque de pisos de mi prima era bastante pequeño. La fachada estaba pintada de un amarillo apagado y asomaban discretamente dos balcones de dimensiones ridículas. Tenía pinta de que las viviendas serían estrechas. No había ascensor, ya que solo contaba con una planta más, así que subí por las escaleras mientras arrastraba la pesada maleta por cada escalón. Era un poco lúgubre que no hubiese ni una ventana hasta llegar al último piso.

Saqué el llavero de mi bolsillo. Un amasijo de figuras llamativas, que se encendían y repiqueteaban unas contra otras. A Sasha le había faltado tiempo para enviarme una caja con ellas dentro. Se había tomado la molestia de pegar una etiqueta a cada llave explicando para qué era cada una. Busqué la que ponía «puerta casa», que se diferenciaba de la del portal en que esta última era negra y el papel pegado a ella indicaba: «puerta negra».

En la entrada colgaba de lado a lado un cordel con dos zapatillas anudadas. Balanceé la zapatilla rosa más pequeña, que supuse que era la de Sasha, y me asusté al oír el sonido de cascabeles. No recordaba que le gustaban ese tipo de cosas. La casa entera estaba decorada con muchas manualidades hechas por ella misma: marcos de fotos, jarrones, cojines...

Entraba bastante luz, así que era más acogedora que el resto del edificio. Mi prima la había llenado de tantos detalles que parecía estar llena de vida incluso sin inquilinos.

El pasillo desembocaba en un salón-comedor unido a la cocina por un arco sin puerta. Aunque antes de llegar a él, a la izquierda

había tres puertas. La primera era la del baño, sin duda una reliquia que recordaba los años setenta o la época hippy. Azulejos naranjas por las paredes y el suelo, una bañera ovalada con una mampara, varios estantes de colores y un espejo de esquinas redondeadas encima del lavabo. Divisé el secador de pelo a través de un cajón mal cerrado. Las toallas se encontraban apiladas tras la puerta en un cesto de mimbre.

Las otras dos puertas del pasillo daban a las habitaciones. La primera era la mía. Las paredes eran blancas. Había un cuadro de esos baratos con una flor como dibujo y un corcho pequeño clavado en la pared. Frente a la ventana del fondo había un escritorio y una silla de plástico. A su derecha, se alzaban un par de baldas vacías. Comprobé que la luz del cuarto funcionaba y, tras sentarme un momento en la cama y verificar que el colchón era de mi agrado, me levanté y continué con mi visita.

No entré en el dormitorio de Sasha y su novio, pero sí que abrí la puerta para ver cómo era. La habitación era mucho más grande que la mía, ya que tenía una cama de matrimonio, un armario de doble puerta de madera, y una mesa amplia con un ordenador y sus respectivas sillas de ruedines. Colgaban de la pared fotos suyas unidas con un hilo azul. Parecían ser inmensamente felices.

Estuve alrededor de una hora moviéndome lentamente por las habitaciones, mirando sin tocar nada. Era extraño querer asentarse en un lugar en el que no había nada que te perteneciera a excepción del maletón que ibas arrastrando. Su traqueteo era lo único familiar de aquel sitio, así que me negué a abandonarlo en la que sería mi habitación.

Recordé que no había avisado a mi madre de que había llegado a la ciudad, ni siquiera de que me había bajado en la estación correcta. Cogí el móvil y le envié un mensaje:

Ya he llegado, mamá. El piso bien, lo he encontrado rápido.

Espero que tenga la casa recogida.

¿En serio me estás preguntando eso? No he visto nada en mal lugar. Voy a ordenar la maleta.

Limpia todos los días.
Que cuando vuelva tu prima lo vea todo bien.

No pretendía dar una fiesta. Pero sí, todo estará perfecto.

Muy bien, instálate y a la noche te llamo.

Vale. Un beso, mamá.

Otro a ti, hija.

Procuré tomarme las cosas con calma. Volví a la que era mi habitación, abrí la maleta, doblé y colgué la ropa en el armario empotrado y bajé al supermercado más cercano para abastecer la nevera. Más tarde fui andando hasta el campus, a unos minutos del piso. Una ubicación privilegiada y por la que mi prima pagaba una barbaridad cada mes. Fue un alivio saber que no me cobraría el alquiler, ya que ella sabía qué me ocurría y estaba deseando volver para abrazarme y decirme que fuera lo que fuera que me pasara, al final se solucionaría. Siempre tan positiva. Como si fuera un hada que con solo agitar su varita pudiera cumplir cualquier deseo.

Por la noche me llamó mi madre. La casa a esas horas estaba en completo silencio. No había escuchado ni un ruido por parte de los vecinos —si es que tenía—.

—El campus está al lado. Es muy grande y tiene un campo de fútbol, varias pistas de tenis y una piscina. Pero he visto en un cartel que es solo para los miembros de los clubes. Cuando la he visto me ha apetecido nadar. Hace mucho calor.

—¿Y no has preguntado si tienen bonos o si puedes nadar días sueltos? —preguntó mi madre al otro lado del teléfono—. Aún no han empezado las clases, a lo mejor puedes nadar un rato si les dices que eres alumna de la universidad. Te dieron un carnet. Enséñalo.

—No sé, mamá. Solo era una idea. Ni siquiera me he traído ropa de baño.

—Olga dijo que el deporte era bueno. Y puedes hablar con tu prima y que te deje un bikini suyo. A lo mejor no es tan mala idea. Pregunta.

Olga era mi psicóloga. Tras varios meses yendo a consulta, era casi alguien de la familia. Precisamente ella fue la única que no aprobó la idea de que me marchara de Madrid porque no iba a poder hacerme un seguimiento tan exhaustivo y eso la preocupaba. Sin embargo, acabó cediendo dado que prometí que mantendríamos las consultas a distancia, más continuadas y de forma telemática.

—Bueno, quizá me acerque mañana —accedí con voz cansina.

—Eso está muy bien. ¿Ya has cenado? No te olvides de comer.

—¿Cómo voy a olvidarme de comer?

—No lo sé, hija. Pero come sano, no pidas comida basura. Tienes que cuidarte.

Y, tras otra retahíla de otras cosas que no debía de olvidar como beber mucha agua o respirar, colgamos.

Iba a tener ese tipo de conversaciones casi cada día con ella, y reconocía que me cansaban enormemente. Era consciente de que mis ganas para hacer cualquier cosa eran nulas, pero de ahí a dejar de hacer lo básico para vivir había un trecho.

Al introducirme en la cama me quedé escuchando los ruidos de la casa. El agua bajando por una cañería, el ruido del reloj colgado en el salón, los coches que atravesaban la avenida cercana, el camión de la basura... Nada que no pudiera soportar. Me di la vuelta en la cama y, mirando hacia la pared, cerré los ojos.

II



El suelo estaba frío. No conseguía dar con mis zapatillas, lo que hizo que tuviese que ponerme en pie y encender la luz de la mesilla de noche. Me restregué los cansados ojos, que me había obligado a tener cerrados aun cuando sabía que no iba a conseguir dormir.

Miré la hora. No era tan temprano como otras veces. No estaba mal entonces. Calculaba que habría dormido unas cinco horas.

Uno de mis pies dio con las zapatillas a los dos pasos. Me las puse y salí de la habitación. Me tumbé en el sofá y ahí me quedé hasta que volví a despertarme sobresaltada por el tono de mi móvil.

He visto que te has conectado a las seis y cuarto.
¿Sigues sin poder dormir?

Era mi psicóloga. Como ya no iba a las sesiones dado que me había mudado, su seguimiento iba a ser a través de mensajes, llamadas y videoconferencias para comprobar mi estado. Y no solo a mí. También hablaría con mi madre para contrastar versiones o para saber algo más sobre mi actitud o reacciones en esa nueva etapa.

Me desvelé un rato, pero me volví a dormir.
Nada fuera de lo normal.

No estaba segura de si esos mensajes me intimidaban en cierta manera. No dejaba de pensar que, a pesar de ser bueno que alguien estuviera pendiente de mí, también ejercía cierto tipo de control que con las visitas a consulta no sentía. Pero dejé mis sensaciones correr dado que era tan solo uno de los pocos mensajes que había recibido desde mi llegada. Si veía que era un hábito continuo entonces hablaría con ella.

Olga era una mujer amable. Escuchaba y preguntaba. Apuntaba en su *tablet* y te miraba por encima de sus gafas oscuras. Siempre vestía unas camisas demasiado apretadas en su figura rolliza. Pero había conseguido que en cierto modo llegara a comprender mi estado.

Lo explicaba de muchas formas. A veces decía que era como sujetar el universo con las manos mientras lo contemplabas absorto. Ver cómo cambiaba y tú no poder moverte porque lo estabas sosteniendo. Y con el paso del tiempo sentías el cansancio, que todo tu cuerpo se tambaleaba agotado. Sin embargo, seguías ahí. Estático, como si te hubiesen salido raíces en los pies.

Claro que eso era una metáfora. Si me preguntáis qué era lo que sentía yo, sin rodeos, pues os lo podría decir sin más. Nada. Sabía por qué dejé de sentir, mi psicóloga dio pronto con ello. Pero no suele ser cosa de una sola razón. Siempre hay más debajo. Por eso es tan complicado salir de algo así sin ayuda. Principalmente porque, en mi caso, no era capaz de dar sola con la solución, con el por qué. Y aun sabiéndolo, no había nada que pudiera hacer. Mi cuerpo se había quedado paralizado y, como ya he dicho, mis energías se habían consumido.

Pero estos problemas no se solucionan poniéndoles remedio. Porque, para que lo entendáis mejor, cuando un jarrón se rompe, al pegarlo, no vuelve a ser el mismo. Seguirá roto, aunque los pedazos estén juntos.

Hay tantas metáforas que lo intentan explicar... Es como tener unas escaleras enfrente y no tener la fuerza ni las ganas necesarias para subirlas. Aunque en lo alto esté aquello que más deseas, la persona que más quieres, el éxito que anhelas. Es como estar aho-

gándote en una piscina mientras la gente a tu alrededor es capaz de andar, respirar y hacer mil cosas a la vez. Es estar paralizado, como si una de tus pesadillas se hubiese hecho realidad y la tuvieras delante.

Quería dejar claro que no era tristeza. Solo una parte tiene que ver con ello. El resto es desesperanza, vacío, culpa, cansancio, ansiedad, aislamiento...

¿Que cómo alguien puede sentir tanto a la vez? Esa es la razón de lo que yo llamo la desconexión. La inmutabilidad del cuerpo ante cualquier acontecimiento. El colapso de las emociones.

Y así podría seguir, pero esta no es la historia de mis demonios. Es la historia de cómo los superé.

Una melodía me sacó de mis pensamientos. Alguien había comenzado a tocar el piano y las notas se colaban por las paredes del piso. Se escuchaban amortiguadas, pero se diferenciaba claramente la pieza. Busqué dónde se escuchaba mejor y entré en el cuarto de Sasha. Me quedé apoyada en la pared al lado de la puerta y cerré los ojos. Era una melodía muy bonita. No sabía si estaba bien efectuada o si se estaba equivocando, ya que no tenía mucho oído ni experiencia tocando ningún instrumento, pero me reconfortó escucharla. Era alegre, con notas altas y rápidas. Sonreí ante el descubrimiento de un músico cerca. En Madrid no había tenido jamás el privilegio de escuchar a alguien tocar en directo a piano.

Encontré varios productos de limpieza en la cocina y, con la música animada de fondo, le di una vuelta a toda la casa. No sabía cuánto tiempo llevaba mi prima fuera, pero los muebles se mantenían sorprendentemente limpios.

Después me preparé algo sencillo y, a la tarde, me puse a leer. Sasha no tenía ni un solo libro por casa más allá de guías de viajes. Por suerte yo había traído dos. Iba a ser un problema cuando me los acabara. Apunté mentalmente que tenía que encontrar una librería que quedara cerca.

Sabía que tenía que hacer algo con la habitación. Era demasiado triste, y Olga me aconsejaba rodearme de colores, frases positivas

o trozos de canciones bonitas. También valían los posters de grupos que me gustaban. Pero ese día había agotado mis fuerzas en la mañana. Así que el resto del día lo pasé metida en casa.

Sabía que la idea de apuntarme a nadar era buena. Olga siempre me decía que el deporte era lo idóneo, no solo para el cuerpo, sino para la mente. Hace que el organismo se oxigene y disminuye la ansiedad.

Nunca me ha atraído demasiado, pero intenté tomármelo en serio. Y con intentarlo quería decir intentarlo. Porque no aguanté más de una semana haciendo lo mismo.

Probé a salir a correr, me apunté al gimnasio, hice pilates... y me compré una Wii. Al final lo de hacer deporte en casa daba sus frutos porque era mucho más estimulante que centrarme solo en mi respiración o en no caerme. Pero, al igual que me había pasado con los otros, acabé dejándolo. Quizá no era una cosa para mí. Mi cuerpo lo rechazaba irremediabilmente.

A la mañana siguiente, recibí un mensaje de mi prima. No tenía ni idea de dónde estaba, pero parecía animada.

Me dijo que en unas semanas pretendía regresar, que habían encontrado a una pareja amable que les dejaba quedarse unos días con ellos y que no querían perder la oportunidad de conocer más de la cultura del lugar. No retuve el nombre del poblado, pero estaban en la India.

Después me preguntó cómo estaba. Le dije que bien, y en realidad no era mentira. Su piso era confortable. Estaba cerca de los sitios más concurridos, como supermercados o el centro de salud. Y también había varios bares y cafeterías, pequeños comercios, algún que otro parque... Todo bastante cerca, como para ir andando. Y todas las mañanas, de manera rigurosa —de once a doce exactamente—, mi vecino practicaba con su piano.

Me preguntó por la universidad, que si había empezado ya. Le dije que no, pero sí que había ido a dar una vuelta. Que había visto la piscina, pero que necesitaba apuntarme al club para nadar. Además, tenía el problema de no tener ropa de baño ni los accesorios necesarios.

Creo que tengo dos bañadores en mi armario. En el tercer cajón. Pruébatelos. Seguro que te valen.

Pero tengo que apuntarme al club de natación y pagar una tasa. No estoy muy de acuerdo con eso. Es bastante caro.

Claro, es que el club de natación es muy elitista. Solo se apuntan los que quieren competir. El año pasado quedaron primeros en algunas categorías. Hacen competiciones entre universidades. Suelen ir ojeadores para reclutarlos porque son jóvenes con mucho futuro.

No sé si me va a gustar. No quiero competir.

Prima, mira dónde estoy. ¿Y sabes por qué? Porque yo siempre digo que sí. Es mi lema de vida: si le dices sí a la vida, la vida te responderá con otro sí. Prueba. Siempre puedes desapuntarte si no es lo que esperas. Hazme caso.

Busqué por su armario, tal y como me dijo y, efectivamente, encontré dos bañadores. Uno espantoso, y el otro muy llamativo. También encontré una bolsa de deporte. Había supuesto que era de su pareja. No recordaba cómo se llamaba. Sabía su inicial, ya que la casa estaba decorada con las de los dos. Cosidas en cojines, recorriendo marcos de fotos, colgantes, carpetas... «S Y C». Sasha y... ¿Carlos? ¿Christian? ¿César? Ya se lo preguntaría la próxima vez que hablara con ella.

Me fui a la cama bastante tarde, tras acabarse la tercera película de la cual me enteré de la mitad. El argumento era enrevesado, tanto como para que a esas horas no prestara atención.

Esa noche soñé que me perdía por la ciudad. Una de vidrio, con grandes edificios que iban creciendo más con cada paso e iban ensombreciendo las calles que cruzaba. Parecían querer tapar el

cielo. Las nubes eran tan densas que no se sabía si era de día o de noche, e iban descendiendo conforme avanzaba. Los cristales me devolvían la imagen de alguien perdido, con el rostro desvaído. Si no fuera porque era yo misma la que estaba mirando, habría dicho que podría ser cualquiera.

Anduve sin rumbo, deteniéndome en los reflejos. No había nadie más, parecía una ciudad fantasma. Pronto comenzó a llover. Aquello oscureció más mi visión y aumentó mi ansiedad. Porque a pesar de no sentir que me mojaba, estaba empapada.

Olga me solía explicar qué significaban mis sueños. No solía tener muchos, pero los que sí recordaba venían a mí en blanco y negro. No sabía si era porque no soñaba a color, o porque mi mente había decidido que mi realidad no podía ser de otra forma. Ni siquiera cuando parecía ser un sueño agradable podía recordar un mínimo detalle con color.

Ella decía que lo más relevante de los sueños no eran las imágenes en sí, sino cómo te hacían sentir. Perdida, en este caso. Desubicada. Me imaginaba a mí misma contándoselo a Olga. La veía en su silla acolchada de color azul oscuro, justo al lado del diván en el que yo me tumbaba; con su *tablet* y un lápiz óptico en la mano, apuntando lentamente algo relevante. Se tomaba muy en serio lo de tener una escritura bonita. Veía con claridad la escena en la que le estaría contando el sueño y, al terminar, me giraría y ella me miraría por encima de sus gafas y me diría en un tono cordial:

—Tienes que encontrar tu propia identidad. Sal de casa, haz nuevas amistades, dibuja, cómprate algo bonito y déjalo a la vista en tu habitación. Construye un rincón donde puedas sentirte tú. Al cual volver cuando te vuelvas a sentir así. Tienes que hacer que el piso de tu prima se convierta en tu nuevo hogar.

En una casa extraña era complicado encontrar un hueco donde dejar esa parte que se suponía que necesitaba tener a la vista. No compartía mucho la idea de Olga de que hacer amigos me ayudaría a salir de mi burbuja. Conocer gente nueva me hacía sentir incómoda. Había perdido práctica en las relaciones personales, ya no sabía qué hacer ni qué decir. Cuando estaba con alguien, mi mente

me gritaba que quería alejarse. Volver a casa y estar a solas.

Cuando uno está solo, hay poco que pueda dañarle. Pero Olga no pensaba igual. Me diría que la soledad es un puñal que se va clavando en el cuerpo haciendo que se hunda en la amargura. «La melancolía es peligrosa», seguiría, «una sombra silenciosa que va ahogando sin miramientos». De ahí que me dijera que procurara salir, hacer amigos. Pero me costaba tanto el simple hecho de vestirme...

Aun así, le di una oportunidad a esa conversación mental. Me dije que debía hacer algo con mi vida. No me había cambiado de ciudad para quedarme encerrada en el piso de mi prima. Como me había dicho muchas veces, debía comenzar a hacer cosas. Tan solo comenzar. Una vez dado el paso, a lo mejor todo se volvía más sencillo.

No recuerdo ni qué me puse. Cuando me daban arrebatos de una mínima energía, debía aprovecharlos. Así que abandoné el piso y me acerqué a la universidad. Estaba compuesta de varios edificios de no más de tres plantas cada uno. El principal, la rectoría, te daba la bienvenida al cruzar la valla metálica y gruesa que cercaba todo el recinto. A sus lados se disponían cuatro edificios donde se impartían las clases. Y, entre medias, había diferentes explanadas con árboles, bancos y un par de fuentes donde ya había algún alumno. Al atravesar el campus, destacaba por sus dimensiones el campo de fútbol. A su derecha asomaban un par de pistas de tenis y, casi pegada al final de la valla, se encontraba la piscina. Estaba oculta tras unos largos setos, pero se podía entrever el borde y un poco de agua.

Entré en el pequeño edificio donde se encontraban los tornos para pasar a la piscina. Pregunté al hombre que había situado al otro lado de un diminuto mostrador con un cristal qué debía hacer para poder nadar, y tras insistirle en que no quería apuntarme al club, no me dejó más opción que la que leí en el cartel al entrar. Para nadar, era indispensable ser del club de natación de la universidad. Así que, a mi pesar, accedí.

Junto con el carnet provisional, que era una tarjeta blanca —hasta que recibiera en mi domicilio el carnet oficial—, el hombre me entregó un par de posters. Uno era publicidad de la universidad, y el otro tenía una frase motivadora junto con el logo de lo que supuse era del club de natación. También me entregó una carpeta con diferentes tablas de ejercicios, alimentos recomendados, la lista de cosas indispensables que debía llevar... Quiso entregarme una bandera para animar al equipo cuando compitiera, pero le dije que ya tenía suficiente.

Utilicé esos dos posters para darle algo de vida a mi habitación. Los colgué frente al escritorio. Esa misma tarde, me puse el bañador verde brillante de mi prima, que me quedaba algo pequeño, y me acerqué de nuevo.

Tal y como me dijo el hombre de recepción, no encontré a nadie. Aún no habían empezado las clases y, además, la gente no quería pagar por echar un par de brazadas. Era una faena tener que inscribirse en el club para poder nadar. Para eso estaban las piscinas públicas. Y por eso también solo había dos miembros inscritos.

Las instalaciones parecían nuevas y todo estaba muy limpio. Tras pasar los tornos, salías al exterior. Había un pequeño pasillo con unas escaleras enfrente que daban a la piscina y, a la derecha, el pasillo se alargaba y llegabas a los vestuarios. Pensé que serían algo más grandes, pero compensaba la profundidad. Había un par de hileras de taquillas amplias, tres lavabos con secador individual, un espejo que iba de pared a pared, y al fondo, tres duchas con puertas opacas.

Metí el macuto en una de las taquillas y me puse las chanclas. La piscina era más larga de lo que esperaba. Tenía cinco calles y un agua cristalina y tranquila. El fondo era azul y las separaciones seguían una serie de colores que supuse que indicaban los metros recorridos.

Dejé la toalla cerca de la escalerilla, me coloqué las gafas de buceo encima del gorro de goma y abrí una de las duchas cercanas. El agua salió congelada y salté de un lado a otro consiguiendo mojar-me lo menos posible.

No recordaba lo que era sentir la gravilla del borde de la piscina en las plantas. Ni de la sensación tan desagradable de cuando está mojado y frío. Me senté en el borde e introduje los pies despacio. Me apoyé con las manos y me metí entera.

Mi cabeza se sumergió sintiendo una punzada fría, pero tras unos instantes, me acostumbré a la temperatura. No abrí los ojos. Hacía demasiado tiempo que no me sentía así. Porque, aunque la sensación de que el tiempo se había parado para mí seguía siendo la misma, dentro del agua era como si lo hubiese decidido yo. Como si hubiese saltado de un trampolín al vacío y supiese que me iba a sujetar una red. De alguna forma me sentía protegida.

El dolor estaba en todas partes menos ahí. Sumergida por completo no era capaz de escuchar nada, ni siquiera mis propios pensamientos. Qué paz.

Pero apenas fueron unos segundos. Mi cuerpo me pedía salir, mis pulmones no estaban acostumbrados a que aguantase la respiración ni a la fuerza que ejercía el agua. Saqué la cabeza y cogí una gran bocanada de aire.

Me separé del borde y comencé a cruzar la piscina con ímpetu, con la energía de saber que estaba comenzando algo nuevo y que esta vez iba a salir bien. Pero al llegar al otro lado me detuve. No podía respirar. Hacía años que no nadaba en condiciones y no controlaba la respiración con cada brazada. Además, la distancia de un extremo a otro era desmedida. A medio camino estuve a nada de parar.

Tras un rato de descanso, di media vuelta encarando el siguiente largo. Intenté hacer dos más, pero fui tan lenta y torpe que, a la mitad del último, paré. Me apreté la nariz y me sequé la cara con la toalla. Estaba cansada. Me dolían los brazos y las piernas me temblaban. Me dolía la cabeza, no sabía si de la presión del gorro o del descontrol de mi respiración. Tuve que sentarme un rato en el borde antes de ir al vestuario porque estaba algo mareada. Ya no me parecía tan buena idea lo de nadar.

Negué con la cabeza al comprobar el estado lamentable de mi cuerpo. Llevaba mucho sin hacer ejercicio y sin cuidarme. Comía

cualquier cosa y me sentaba a ver la televisión. Me había convertido en una persona sedentaria sin ninguna clase de motivación.

¿Qué tal el primer día nadando?

Es bastante más agotador de lo que pensaba. Estoy para que me lleven en camilla. Y tu bañador es muy cantoso.

¡Es que me he traído la mayoría! No te imaginas el calor que hace aquí. Me paso el día prácticamente desnuda.

Oye, Sasha, me preguntó ayer mi madre si sabía cuándo volverías. Le dije que probablemente te quedarías aún unos días más, ¿no?

¿Días? Si le dije a tu madre que tenemos reservado el hotel hasta octubre.

Pero ¿no estabais en casa de una pareja?

Eso fue la semana pasada. Nos dijeron que, si queríamos volver en octubre, que haría mejor tiempo para que hiciéramos alguna excursión. Pero no sabemos qué hacer. ¿Tú te apañas bien ahí sola? ¿O necesitas que volvamos ya?

Estoy bien, Sasha. Por mí no te preocupes.

¿Crees que tu madre me matará si te dejo varias semanas más sola? Es que este lugar es increíble. Me quedaría a vivir aquí. ¿Quieres ver fotos?

Claro.

Tenía razón. La India, fuera donde fuera el pueblo en el que estuvieran, era precioso. Esa clase de lugares ejercían un magnetismo en mi prima inherente a ella. Había estudiado turismo, especializándose en el continente asiático e intermediaciones. Por eso ese viaje significaba tanto, era algo más que curiosidad, era pasión. Y por eso los únicos libros que tenía eran precisamente guías de viaje.

Al empezar a ver fotos de ella y de su pareja, me recorrió un sentimiento de soledad extraño. A él no le conocía. Sabía que llevaban bastante juntos, pero no debía de haberme fijado bien en él si alguna vez me había mandado una foto o si había subido a sus redes sociales otra. Pero ahí estaban los dos. Agarrados de la mano, mirándose con una esperanza en los ojos difícil de no captar. Se la veía tan feliz.

Bloquéé el móvil y me dispuse a hacer la cena. Aquel sentimiento fue apoderándose de mí hasta hundirme entre los cojines de colores del sofá. Ni siquiera presté atención al partido que echaban en televisión. No jugaba mi equipo, así que tampoco era tan relevante. Pero no me gustaba sentir que algo tan diminuto como una sonrisa en una foto ajena me produjera ese vacío por dentro. Suficiente vacía me sentía ya como para que se expandiera aquel agujero negro que me consumía.

Un dolor, como si fuera una roca, se instaló en mi estómago y fue incrementándose pesadamente haciendo que se me quitara el apetito. Y de hundirme en el sofá, pasé a hundirme en mí misma. En la oscuridad que no se iba, que tenía adherida como mi propia sombra. Supongo que, al igual que los ojos pueden ajustarse a la oscuridad, el corazón también.