

MI AMIGO EL MIEDO



[Castillo Zavala David Arturo]

AMEXA

dac108846@gmail.com

¿Qué es el miedo? ¿Cuántos años tenía? ¿5? ¿6? ¿Por qué sus caras se vuelven distintas? ¿Por qué la gente llora? ¿Por qué siento que es algo que está mal? El miedo es una de las primeras emociones que experimentas en la infancia, o incluso antes, pero no conoces su nombre, no sabes quién es.

¿Quién me presentó el miedo? ¿Mi madre? ¿Mi maestra de preescolar? Recuerdo haber visto una película donde todos gritaban, ¿por qué gritaban? Conforme crecí me pude dar cuenta lo que era el miedo, mis manos sudaban, lo que tenía dentro de mi estómago se movía y no entendía por qué. Mi cuerpo se quedaba frío, se quedaba sin movimiento, sentía como la respiración se iba y mis ganas de llorar aumentaban.

Me presentaron oficialmente la palabra “miedo”. Lo vi parado al lado de mi cama los viernes por la noche. Era gris, delgado, alto, con brazos largos y ojos huecos de color negro. Crecí y asocié el miedo con varias situaciones que iba pasando. Ya no solo lo veía en las películas o en la oscuridad de mi cuarto, ahora lo veía en una hoja de papel con 10 preguntas por resolver; lo veía en los ojos de mi padre cada que llegaban las facturas que tenía que pagar al final de mes; lo veía y ya no era producto de mi imaginación. Traté de entenderlo. Traté de convivir con él. Pensé: “todos tenemos miedo, ¿verdad?”. Eso me tranquilizaba y me daba una paz temporal.

Una noche de invierno, caminaba por la calle en un barrio oscuro y solo, ¿saben a quién me encontré? Ahí estaba el miedo. Lo vi una vez más, me tomó de la mano, y empezó a caminar conmigo. Ya no era más alto que yo, tal vez era más delgado, pero lo acepté a mi lado. Caminé, caminé, caminé y llegué a mi destino. Me despedí del miedo en la puerta de mi casa, se acercó a mi oreja y susurrando en mi oído escuché las palabras “vuelvo pronto”.

Ahora estudio medicina y sigo viendo al miedo disfrazado. Lo veo continuamente en los ojos, las manos, los pies y las palabras de mis compañeros. Incluyéndome. Mi viejo amigo sabe cómo influenciar en mí. Pensaba era mi amigo, que era amigo de todos, pensé que nos llevábamos bien, pensé que podíamos convivir con él. Hasta que lo ví destruir a María José. La rompió, justo como dejas caer un vaso de vidrio en la cocina de tu casa. Pedazos grandes. Pedazos pequeños. Pedazos minúsculos. ¿Por qué el miedo te rompe?

El miedo tiene amigos íntimos. Los conocí en el internado de manera personal. El más popular de ellos se llama ansiedad. Tiene púas en todo su cuerpo. Es alto, pero más ancho que el miedo. También tiene una amiga muy linda pero engañosa, se llama depresión.

Es resbaladiza con piel grasosa, similar al aceite. Los tres van muy de la mano, pero el miedo influye en ambos.

María José convivió con los tres por mucho tiempo. Los llevaba a su casa. Trabajaba con ellos diariamente. Los abrazaba en ocasiones, pero también discutían. María José buscó ayuda para alejarse de ellos, pero al final siempre volvían. Tocaban en la puerta de su mente y entraban como si estuvieran en su hogar. La vi cambiar. La encontraba entregando solicitudes para laboratorio. Llevaba un moño rosa diariamente. Pasaron los días, los meses y ese moño ya no estaba. La buscaba en el comedor. Nunca comía con nosotros.

¿El miedo no la dejaba comer? Empecé a verla más delgada, así que afirmé que el miedo sí influía en sus comidas. Se veía pálida. Su cabello perdió el brillo. Sus labios se fracturaban más de lo normal y sus ojos se veían vacíos. Una noche de guardia quise saber la historia del miedo, quién era y porque no dejaba a María José. Supe que venía del país amigdalino y que era tan grande porque era muy viejo, tan viejo como la civilización misma. El miedo era real. El miedo era natural. El miedo se podía controlar.

María José no regresó al hospital. La busqué por los pasillos. La busqué en el comedor. La busqué en los quirófanos. María José ya no estaba. El miedo, la ansiedad y la depresión se llevaron a María José.
Negro. Blanco.

"Merecía una vida mejor"

"¿Por qué decidió eso?" Amén.

El miedo se la llevó. Entendí el por qué demasiado tarde. María José tenía miedo. Miedo.

"No haces nada bien"

"Cámbiate de carrera"

"Qué guapa, lástima que estas un poco gorda"

"No tienes tiempo para mí"

"5"

Miedo al futuro. Miedo al fracaso. Miedo al ahora.

El miedo que conocí después de María José no era el mismo que veía en mi cuarto a un lado de mi cama, no era el mismo que agarraba mi mano por las noches de camino a casa. No era el mismo que me acompañaba a la hora de ver una película en el cine.

Este miedo destruye, quebranta y desaparece la salud. Desapareció la salud de María José. Afectó su salud física al no comer y al no dormir. Pero rompió su salud mental junto con ella.

El miedo sigue conmigo. Todos los días lo sigo viendo y creo que nunca dejaré de hacerlo. Me sigue acompañando, pero le pongo un límite. Es natural. Él nunca se va a ir. Supongo que lo seguiré viendo hasta el día de mi muerte.

Sigo en el hospital. María José no. Atiendo pacientes. Ellos lo llevan de la mano. El miedo se posiciona a un lado y sonrío cada que me ve, coqueteándome. Tratando de agarrarme de la mano. No lo hago, pudo haberme dominado en la oscuridad de mi cuarto o enfrente de una hoja de papel. Pero aquí no. Hoy no tengo miedo. Hoy yo me mantengo solo.