

## "QUIERETE. DEL DOLOR A LA LUZ, DEL DOLOR A LA VIDA"

*Genoveva Albert Herrero*

Hoy martes, día 13 de marzo, mi despertador como cada día, suena a las siete y, como cada mañana, mi dolor me da los buenos días.

Me levanto, intento desentumecer mi cuerpo, durante unos minutos camino como un robocop, desayuno, me ducho, el agua caliente cae sobre mi cuerpo y alivia un poco mis dolores y pienso *"madre mía, otro día más a trabajar, otro día más de lucha con mi cuerpo y con mi dolor"*.

Salgo hacia el despacho y por el camino le doy voy dando órdenes a mi mente, tienes que seguir. Si, ya sé que es duro. Si, ya sé que duele. Si, ya sé que estás cansada. Si, ya sé que no te salen las palabras y tienes una barriga como si te hubieses desayunado un león. Que te molestan las luces de los semáforos y los ruidos de los coches y que los quince minutos hasta el trabajo no tienen fin, pero tienes que seguir.

Voy conversando con mi mente, e intentando recordar cuando fue mi último día sin dolor y sinceramente, no lo recuerdo. No recuerdo mi vida sin dolor y sin cansancio. Tantos años de lucha, intentado que mis fuerzas no flaqueen. La de médicos que he visitado, medicina natural, ortomolecular, acupuntura, homeopatía. Lo he probado todo. No quiero ni pensar en el dinero que llevo gastado para salir de este dolor, pero ahí está siempre y a veces más.

De repente miro a mi alrededor, y le digo a mi mente, *"mira, ¿te has fijado?, ¿te has fijado?, está amaneciendo. Mira, el sol empieza a brillar y sus rayos, umm, al tocar el cuerpo cómo calientan, qué cosa más bonita. Fíjate, los pajaritos están en los árboles y están floreciendo los naranjos de la ciudad, huele a azahar, que belleza. ¿Te has dado cuenta de esos niños? cómo sonrían al entrar en el colegio, son todo felicidad"*.

Vaya, parece que mi dolor ha dejado de molestar, al distraer mi mente en las cosas que están pasando a mi alrededor y observar su belleza. Y pienso, que suerte tengo, de poder disfrutar de esos momentos, que suerte tengo de vivir. Si lo piensas bien, solo tenemos una vida, solo una y ni siquiera conocemos la duración y la fecha de caducidad, así que mi mente y yo hemos llegado al pacto de que tenemos que vivirla intensamente, disfrutando y viviendo cada

segundo. El dolor no se va a ir, el cansancio no se va a ir, las preocupaciones van a estar ahí. Algún día la investigación encontrará el origen de nuestro dolor y nos ayudarán, pero de momento, no nos queda otra, que vivir la vida, porque si lo piensas bien, la vida está hecha de trocitos de felicidad.

Así que, mañana cuando te levantes, abre los ojos, dale las gracias a la vida, por seguir aquí, levántate, estira tus músculos y empieza a saborear cada segundo. Saborea el café con leche como si fuera el primero que has tomado en tu vida, date una buena ducha, siente el jabón en tu cuerpo, siente el agua, vístete, sal a la calle y sonríele al mundo. Regálate un paseo, regálate un trocito de lo que más te apetezca comer, llena tu vida de trocitos, de sentimientos, porque eso es lo que quedará siempre y, sobre todo, quíérete, siéntete y vive.

El dolor y el cansancio no se ven, pero están, eso sí, de ti depende, de tu actitud, el vivirlos de una manera o de otra. Te invito a que vivas de la mejor forma posible. Te invito, a que tu actitud sea siempre alegre y positiva y enfrentes el dolor y el cansancio, queriéndote, mimándote, cuidándote e ilusionándote, de esa forma el cansancio y dolor estarán, pero no lo sentirás de la misma manera.

Mira a tu alrededor, mira y verás, somos muy afortunadas por estar vivas, por tener nuestra familia, nuestros sueños, nuestros amigos, nuestras ilusiones, y sobre todo nos tenemos a nosotras mismas, ¿porque sabes de quien dependemos?, de nosotras, solo y únicamente de nosotras.

Ya sé que es difícil, ya sé que es duro, ya sé que me dirás que no puedes, pero si puedes, si yo puedo, tú puedes. Tú puedes salir, sonreír, y disfrutar. Sé tu prioridad, pinta tu vida de sueños e ilusiones, porque tu dolor ni se ve, ni se oye, así que déjalo pasar, como pasan las nubes por el cielo y vive. No dejes que el dolor te arrebate la vida.

Y claro que el dolor sigue en mi cuerpo, aunque nadie lo ve y nadie lo nota, porque cada mañana intento salir con la mejor de las sonrisas, con la actitud positiva, y con la ilusión de sentir que estoy viva y que merezco sentir la vida cada segundo. Quiérete.