



ENTRE TU PIEL
Y MIS GRIETAS

Raquel Villar

ENTRE TU PIEL
Y MIS GRIETAS



Primera edición: marzo de 2020

© Comunicación y publicaciones Caudal, S. L.

© Raquel Villar

© Imagen de portada: Sara Bella & María Relaño

ISBN: 978-84-18250-71-2

ISBN digital: 978-84-18250-72-9

Depósito legal: M-9279-2020

Editorial Adarve

c/ Ros de Olano 5

28002 Madrid

info@editorial-adarve.com

www.editorial-adarve.com

Impreso en España

A Isabel, por darle piel.
A mi padre, por darle grietas.
A Luisfe, por darle alma.

PRÓLOGO

Sevilla, España

Hola, a quien quiera que sea que haya tenido el ánimo y las ganas de leerme. Antes de nada, gracias por dedicar parte de tu tiempo a terminar de curar mis cicatrices. Porque es precisamente lo que es esto: un bálsamo de auto sanación. Mi nombre es Isabel Carmona. Un nombre con fuerza, según el médico que me sujetó entre sus manos por primera vez cuando mi madre dio a luz. En Alemania tienen dos acepciones distintas para distinguir las dos situaciones a las que se enfrenta una persona cuando nosotros hacemos referencia a un suicidio: una es quitarse la vida. La otra es liberarse de ella. Hoy hace un año, tres meses y siete horas, que intenté quitarme la vida. Hoy estoy aquí para ayudar a todos aquellos a los que en algún momento se les ha pasado por la cabeza hacer lo mismo. Para tratar de darles ese aliento de esperanza que les haga dar un paso atrás. Para tratar de convencerles de que nunca, nunca, nunca se cansen de luchar. Y para to-

dos aquellos que les rodean que viven en torno a ese desconocido mundo de sombras sobre el que no entienden absolutamente nada porque son afortunados de no tener que adentrarse en él, paciencia, cariño y tiempo.

Porque se sale.

Porque siempre hay salida.

Siempre.

CAPÍTULO I

Sevilla, España

Era martes, de madrugada. Hacía frío. Mucho, en realidad, fuera de lugar para tratarse de pleno julio en Sevilla. O a lo mejor no lo hacía, y solo yo lo sentía así, en mi cabeza. Esa sí que estaba fuera de lugar. Ese ser desconocido que día a día me atormentaba desde que me despertaba cada mañana, transcurridos los tres maravillosos segundos iniciales.

Uno, dos, y tres.

Tres segundos aderezados por el impulso de la adrenalina y el optimismo.

El momento en el que, al despertar, piensas que todo ha sido solo un mal sueño.

Hacía tiempo que sentía frío siempre. Frío en cualquier lugar, frío en mi cuerpo, frío en mi mente. Frío en mi alma. Y daba igual que tuviera junto a mí a un ejército de seres humanos a los que en ese momento yo sentía entes vacíos emitiendo ruido a mi alrededor; la soledad se

aferraba a mi pecho como si de una inmensa medusa se tratara, absorbiendo cualquier atisbo de lo que fuera que pudiera aliviarme. Y otra vez ese pinchazo en la cabeza. Esa sensación continua de pensamientos acelerados que no conseguía frenar, desordenados y hambrientos de mis miedos, de mi agonía, de mi angustia continua. No parecían saciarse nunca. Siempre estaban ahí, conmigo, haciéndome creer que la gente me observaba con pena, que el mundo entero estaba en mi contra, que nada ni nadie podría ayudarme. Hasta que llegaste tú. Pero hace falta recorrer antes muchas líneas para llegar a ese maravilloso y cálido momento en el que apareciste en mi vida, así que seguiremos con el frío.

Aquella madrugada me había despertado en el sofá, y me había arrastrado hasta la cama hecha una auténtica jodida mierda. Como casi siempre desde hacía tiempo, en realidad, pero aquel día tenía algo diferente a los demás. Aquel día no podía más, de no poder más de verdad, de no tener fuerzas para nada... más que para una única cosa: dejar de tener fuerzas definitivamente. Aquel día lo sentí así. No sé cómo explicarlo, pero creo que quien lo haya sentido alguna vez sabe exactamente a lo que me refero. No sé si la gente que premedita hacer estas cosas realmente tiene intención de hacerlas, yo os puedo asegurar que no lo pensé antes, ni lo organicé ni nada de eso; no es como preparar una fiesta de cumpleaños...

La idea había rondado por mi cabeza en varias ocasiones, claro que sí, pero como tantas otras, tantos otros pensamientos dentro de aquella batidora a la que era im-

posible desconectar. Y os digo una cosa, ahora que ya estoy cogiendo confianza: creo que todos lo pensamos a lo largo de nuestra vida en alguna ocasión. No a fondo, claro, pero de manera deliberada y casi involuntaria sí. El caso es que algo en mi interior hizo «click» aquella noche. Algo me hizo un «hasta aquí» en la dirección equivocada. Y tenía justo lo que necesitaba al alcance de una mano, la izquierda, además, metidas en un pequeño bote en el cajón de mi mesilla. Fue en ese momento, al abrir aquel cajón, cuando lo vi. Apagado, pero todavía con batería, ese pequeño objeto que tanto me había atormentado en tantas ocasiones yacía ahora en paz, junto a mi almohada. Apreté el botón de encendido, y tras observar cómo se iluminaba la pantalla con la manzanita en el centro y me solicitaba el código PIN, el cual introduje casi sin pensar, accedí a la aplicación de Instagram. Fue la única vez en la que, al pulsar sobre el botón de grabación de las historias, no me detuve a observar mi aspecto, ni me tomé unos segundos para arreglarme, ni hice varias grabaciones falsas hasta conseguir una en la que no me viera demasiado mal. Ni siquiera me importó cuando, al girar la cámara, pude ver mi rostro demacrado, pálido y con los labios azules y secos, y las ojeras maquilladas por las pesadillas que me habían acompañado durante las horas de cama en plena desazón. No me importaba nada ya. Por fin iba a encontrar calma. 7% de batería, suficiente. Para qué más. Me aclaré la voz con un ligero carraspeo y comencé a hablar:

«Buenas noches a todos. Sé que esta no es la habitual carta de despedida, pero forma parte de la evolución de

las nuevas tecnologías, y no tengo fuerzas ni para levantarme a buscar un papel y un bolígrafo. Gracias de corazón a todos los que habéis intentado ayudarme. Y a los que habéis intentado joderme, no os sintáis culpables, no lo sois. Esto es algo entre mi cabeza y yo. Y ya no puedo más. Nos vemos en la próxima, si es que la hay. Esta vida no está hecha para mí».

Los 15 segundos terminaron, y tras pulsar en «publicar» un ligero cosquilleo atravesó mi estómago ascendiendo hasta mi garganta, intentando hacerme reaccionar. Pero solo quedó en eso. En cuanto llegó a mi cabeza, el frío que había en ella lo congeló sin piedad. Cogí el bote de pastillas y, sin agua para ayudar a pasar el mal trago, las introduje una a una por mi boca, hasta que ya no quedaron más. Me arrojé de nuevo con la colcha y cerré los ojos.

Ya solo quedaba esperar.

CAPÍTULO II

Sevilla, España

O eso quise creer en aquel momento. Pero no fue así. De pronto mi corazón comenzó a palpitar con una fuerza que hacía tiempo no sentía, como si me estuviera pidiendo desde ahí dentro que por favor reculara, que pidiera ayuda, que no quería dejar de latir para siempre. Todos los fantasmas que habitaban en mi cabeza aparecieron en ella de golpe, empujándose los unos con los otros sin una idea clara ni definida. No me dejaban pensar, pero al mismo tiempo tampoco dejar de hacerlo. Un sudor frío se adentró de pronto en mi cuerpo, y las manos comenzaron a temblarme. No podía ser efecto de las pastillas, no había transcurrido apenas tiempo. Abrí de nuevo los ojos, y vi frente a mí las fotografías que adornaban la pared. Aquellas fotos que con tanto cariño colgué cuando me mudé a vivir a aquella casa. Mis amigos, Lucas, mi familia, mi hermano... mis padres. El corazón latió esta vez tan fuerte que casi se me sale del pecho, y por

un instante todos los fantasmas desaparecieron de golpe, dejándome ver con más claridad que nunca aquello que tenía delante y que estaba a punto de dejar escapar: mi vida. ¿O tal vez ya era demasiado tarde?, ¿tal vez ya había perdido la oportunidad de dar marcha atrás? Por Dios bendito, había publicado en Instagram una historia anunciando mi suicidio... Yo, Isabel Carmona, la cantante de Pop nacional que había roto todas las listas de éxitos en el último año...

Los fantasmas regresaron de nuevo a mi cabeza, pero el impulso de aquellas imágenes de la pared reflejadas en mi retina fue lo suficientemente fuerte como para desbloquear el teléfono, y con las pocas fuerzas que me quedaban, busqué en mis contactos a mi hermano. Fue algo instintivo, a día de hoy no sé por qué le busqué a él y no a otra persona, pero a pesar de ser algo más joven que yo, siempre me ha transmitido ese instinto protector que algunas personas desprenden, como si una aureola mágica y luminosa le rodeara siempre, y cuando estás cerca de él nada malo pudiera sucederte. Sonaron siete tonos hasta que el teléfono dejó de dar señal. Mi hermano trabajaba de noche, era una de las pocas personas que podría estar despierta a aquellas horas... Volví a llamar. No sé cuántas veces, hasta que la batería del teléfono se agotó del todo. Fue como si me hubieran desconectado a mí también de algún lugar, como si acabara de perder la única posibilidad de sobrevivir... y yo misma había generado aquella situación.

Una vez más, como siempre.

Siempre cagándola en los momentos más inoportunos. ¿Acaso no me lo merecía? Quizás fuera mi culpa... Sí, definitivamente lo era. Yo me lo había buscado, otra vez. Siempre la misma historia. Quizá sí fuera lo mejor. Y otra vez ese zumbido en la cabeza.

¿Qué te pasa, Isabel? Lo tenías claro desde el primer momento. Lo llevabas pensando mucho, mucho tiempo, y en aquellas circunstancias tan dramáticas y miserables hubiera sido muy difícil hacerte cambiar de opinión. Me fue imposible no echarme a llorar cuando, una vez sola, en medio de aquella habitación desierta de emociones, de color, de vida, me miré al espejo y me hallé frente a mí misma por primera vez.

En contra de lo que la mayoría de la gente piensa, la ingesta excesiva de barbitúricos no provoca convulsiones. Si al individuo no se le ventila a tiempo, entra en un coma profundo y pierde los reflejos de protección de las vías respiratorias. El vómito se acumula en sus pulmones, se ahoga, y muere. La gente no habla nunca de la muerte por miedo. Se escudan en un falso respeto, pero en realidad es miedo lo que sienten. No hay nada malo en temer a la muerte. Precisamente eso es lo sano. Temerla. Temerla lo suficiente como para no querer verla de cerca.

Ojalá la hubiera temido de esa manera. Esta es la historia de alguien que murió y vivió, de la misma manera que antes o después lo haremos todos, tan lícita y respetable como cualquier otra. No sé si lo habréis vivido alguna vez, si alguna vez habréis visto morir a alguien, pero os diré una cosa que leí hace tiempo en alguna parte, para

que os vayáis preparando: los muertos nunca se parecen a los vivos que fueron.

Sentí un hormigueo extraño recorriendo mi cuerpo, y el aire no parecía entrar en mí con la misma fuerza que de costumbre. De pronto, el atronador zumbido comenzó a escucharse cada vez más lejano, como si fuese un ruido externo, como si no estuviese ahí, en mi cabeza. Y ya no recuerdo nada más.

CAPÍTULO III

Sevilla, España

En psiquiatría existe un estado de ánimo que se denomina «ilusión del indulto». Se refiere al proceso de consolación que desarrollan los condenados a muerte antes de ser ejecutados, concibiendo la infundada esperanza de que van a ser indultados en el último minuto. Cuando desperté aquella mañana en el hospital me sentí un poco así. Me aferré a una débil esperanza: la de abrir los ojos y que todo hubiera sido un sueño. El amanecer de un nuevo día me hizo sentir como si me encontrara en uno de esos campos de concentración que tantas veces había visto en las películas de nazis con mi abuelo. Me asomé a la ventana de la habitación y mi mente vio por primera vez, a través del enorme y destartalado ventanal de mi inconsciente, el inmenso y desolador campo: aquella larga extensión de alambre de espino, las torretas de vigilancia, los cegadores focos de luz y las interminables filas de despojos humanos que arrastraban los restos de sus

andrajosos cuerpos como *zombies*, sin rumbo, sin aliento. Sin vida. A lo lejos intuía voces ahogadas entre el sonido firme de silbatos de mando. Gritos de desesperación y auxilio, cadalsos con cuerpos colgados de una cuerda, desnudos, pidiendo clemencia a Dios, o a quien quiera que les espere ahí arriba. Me estremecí de horror, sorprendiéndome a mí misma con lágrimas recorriendo mis mejillas como hacía tiempo no recordaba, y una imagen involuntariamente se presentó en mi cabeza: mi madre. La echaba de menos, pero hasta ese preciso instante no me había dado ni cuenta. Entonces lo supe. Supe que aún sentía. La enorme puerta blindada de mi habitación del hospital psiquiátrico emitió un espeluznante chirrido a mis espaldas, provocándome un vuelco al corazón. Había llegado el momento de regresar a mi particular tortura: Día 1, de nuevo en Auschwitz.

—Buenos días, Isabel —dijo la enfermera, acercándose a mi cama con voz delicada—. ¿Cómo te encuentras?

—Cansada —respondí. Por responder algo. Me encontraba echa una auténtica mierda.

—Es normal, la medicación es agotadora.

—¿Cuánto tiempo he dormido?

—Unas horas. Voy a llamar al doctor y a tu padre para avisarles de que has despertado —sonrió, y tras comprobar el gotero que en aquel momento fui consciente de que llevaba puesto, abandonó la habitación.

Ahí fue cuando me rompí del todo. Otra vez. Comencé a llorar desconsoladamente sin ser capaz de controlarlo, y cuanto más intentaba parar, más lloraba, más sentía,

más me dolía el pecho, la cabeza, el alma. Sentía como si tuviera una batidora metida en el cerebro que no sabía parar, y lo único en lo que podía pensar era en eso. Que parara. Mi realidad se distorsionó por completo. Volví a pensar en mi madre, en por qué no estaba allí para protegerme y ayudarme, y por momentos me sentí tremendamente sola en el mundo.

Sola e inútil. No valía para nada.

Sola y abandonada.

Sola y sin ganas de vivir.

Volveré aquí en un rato, o en unas páginas, mejor dicho. Pero no quiero hablar mucho más de aquellos días, porque no me gusta regresar a las sombras más profundas, ni creo que a vosotros os gustase acompañarme a ese lugar. Recuerdo aquellas dos semanas con mucho miedo y respeto, pero desde el momento en el que asumes que existen, y que puedes volverte a ver adentrada en ellas, todo resulta mucho más sencillo, más humano. Resulta mucho más fácil encontrar el camino de regreso a las luces.