



Un par de verdades

April 11, 2008 By [Juan Carlos](#)

“No tengas miedo a la verdad: puede doler mucho, pero es un dolor sano”. Alejandro Casona

“Quienes buscan la verdad merecen el castigo de encontrarla” Santiago Rusiñol

“El único que cambia de verdad la faz del planeta es el que ara modestamente el terruño”. Ramón Gómez de la Serna

Bueno ya casi se acaba esta segunda semana de trabajo. Disculpen a todos los que dije que escribiría y no he podido escribir (en especial a Romina) pero la verdad he estado a full... no es que no tenga acceso al internet... si tengo, y es muy veloz en la oficina pero trato de no hacer nada personal allá... como estoy de espaldas tengo a veces la impresión de que de lejos me miran lo que hago. Además estoy tan presionado por avanzar con las cosas que tengo que hacer que trato de concentrarme... pero no he logrado ser muy efectivo... luego les cuento por qué.

Antes de eso... asumo que todos deben querer saber cuál es mi CD4 y si me atendieron en el Seguro Social.... pues lastimosamente no les tengo respuesta. Hoy era la cita y por alguna razón no le quisieron dar ticket a mi mamá para hacerme atender... parece que ella llegó tarde a recogerlo. Yo no podía ir porque tenía que ir a trabajar y trabajo al otro lado de la ciudad. Le pedí a ella que pidiera los resultados de mis exámenes al doctor (ahora me va a atender el ayudante de mi Dra. porque a ella la pusieron de jefe de área) y él le dijo que "no tenían sistema" así que como dirían los enanitos de Blanca Nieves "churinchurinfunflais". Ya saben... por esa antigua pero muy recordada canción que dice:

"Hay una palabra clave
que significa ¡Quién sabe! ...
ChurinChurinFunflais, ChurinChurinFunflais

Por eso como respuesta
la gran solución es esta

siempre responde ChurinChurinFunflais!!!

Yo te lo aseguro nunca fallará...
cuando tu respondas churinchurinfunflais!!!"

Y no me digan que no se acuerdan porque de lo que yo sé esa canción fue un HIT repetido generación tras generación de todos los que alguna vez han visto "El Chavo del 8" o "El Chapulin colorado" - Lease cualquier niño normal que ha vivido en América Latina - es más... se podría casi decir que si no sabes quien es "Chespirito" no eres Latino de corazón. Pero en fin... volviendo al tema (Claudia mi psicóloga siempre me dice que salto de un tema a otro) el asunto es que no me dieron nada y me dieron cita para el próximo jueves. No le dijeron nada a mi mamá en contra de que me fuesen a atender... así que asumo que aún no notan que no estoy afiliado. Pero... si al momento de procesar mis exámenes vieron su sistema... de ley se dieron cuenta y ahora tengo algo de temor de que en realidad NO hayan hecho mis exámenes... ya saben... para ellos mi sangre no significa nada... solo para mi es importante. Ellos solo cogerían el tubito de ensayo lo vacean en el lavabo y ya está.... ahí se fue mi vida y toda mi esperanza de saber como estoy... como no son ellos, que les va a importar. Por cierto, YA TENGO MÁS DE UN AÑO VIVIENDO CON HIV EN ESTE PAÍS Y AÚN NO TENGO LA MÁS PUTA IDEA DE SI TENGO HEPATITIS C O NO.. NI TENGO LA MÁS MALDITA IDEA DE CUAL ES MI CARGA VIRAL. Autoridades de Salud de Ecuador... ¡¡¡ME TIENEN PODRIDO DEL CORAJE, LA INCERTIDUMBRE Y LA FRUSTRACIÓN... NO SIRVEN PARA NADA!!!. Ufff... hasta que me desahugué. Maldita negligencia... donde tenga Hepatitis C y me muera de imprevisto... juro que mi última voluntad será pedir una demanda contra el Ministerio de "Salud" (identifíquese las " " como sarcasmo) de este país y que esta llegue hasta las últimas consecuencias. Lo juro.

Ah por cierto, les tengo buenas noticias, perdón... son "buenas" noticias (ya saben que significan las " "). Un amigo que no sabe lo mío se quiso afiliar al Seguro Social de manera voluntaria... y le dijeron que como había dejado de aportar (el mismo caso mío) tenía que hacerse un examen completo de salud en sus dispensarios y probar que no tenía ninguna enfermedad para que lo afilien.... caso contrario no le daban toda la atención médica de un afiliado normal (en caso de que le detectaran algo). Y adivinen qué me va a pasar a mi si me hago un examen completo... lo resumiré en una sola palabra... el doctor dirá "¡¡Bingo!!". De alguna forma tengo que conseguir los 40usd que cuesta la bendita afiliación (no me pidan que haga números de mis sueldo vs mis deudas porque esos números los que han leído el blog desde hace fuuuuu... saben que es casi imposible para mi pagar eso....). De hecho estoy viviendo casi de milagro.... a veces me sorprendo de tener dinero para los pasajes.... ya no estoy almorzando... donde trabajo la comida es el doble de cara que donde antes trabajaba... así que no almuerzo. Sí me da hambre... ¡¡pero me la aguanto como los machos!! Me siguen llamando los acreedores para cobrarme... es más... digamoslo de esta forma... me han llamado para pedirme que pague 100 usd de mi computadora (la que estoy usando ahorita mismo...) + 170 usd de la última cuota de una de mis tarjetas de crédito que refinancié y que estoy casi 2 o 3 meses sin pagar + 35 usd de un telefono celular que está a nombre de mi hermana y ella me quiere colgar por la deuda + 20 usd de mi telefono celular normal + 10usd de la planilla de teléfono convencional + 40usd de la cuota atrasada de mi tarjeta de crédito que

estoy tratando salvar. No es necesario que sumen... me van a pagar únicamente 125 usd es más que obvio que no me va a alcanzar para pagar eso ... ah y peor pensar en pasajes, comida, ropa, un vaso de coca cola... nada de nada. Y no... no soy un despilfarrador. Talvez antes cuando tenía los medios... gastaba y de hecho gasté. Pero ahora ya no.

En fin... solo trato de no dejar que todo caiga sobre mí otra vez. Aunque a veces no es fácil. Esta semana ... tuve miedo otra vez. No fue solo temor... fue pánico. Hace un par de semanas a mi amigo Nicolás (Uruguay) le entró la idea de que tenía "esclerosis" (notese que Nicolás tiene solo 17/18 años y ni siquiera se acaba de graduar del colegio), también me escribió un paisano Ecuatoriano que vive en USA y que juraba que tenía Hiv. Durante varios días les dije que no era factible... Nicolás solo tenía temor... y yo le decía solo debes confiar en que todo estará bien... ya olvidalo... supéralo... pensaba dentro de mí... "vamos chico... es fácil". Al Ecuatoriano le decía lo mismo... con la diferencia de que hasta incluso le dije "si me vas a llamar para hablar otra vez del hiv cuando ya tienes un examen negativo después de tu 3er mes de riesgo... mejor no me llames, porque de eso ya no voy a hablar contigo. Punto". Por si acaso... hay un insulto que yo como Hiv no tolero (a lo mejor por mi temperamento... mas no por ser Hiv) y es que una persona que tiene un examen HIV - después de su tercer mes de supuesto riesgo venga y me pregunte y me pregunte mil veces si su examen es confiable o no. Ese tipo de preguntas las respondo una sola vez y no más. Creo que es falta de consideración y respeto hacia mí... es como si yo tuviera cancer y viene uno de uds y me dice... "oye mi examen dice que yo no tengo cancer... ¿tú crees que sea real?" Espero entiendan a lo que me refiero. En fin... había olvidado lo que es sentir pánico... lo que es un ataque de miedo.

Miedo

Miedo. Veronika podía sentir inseguridad, timidez, vergüenza, falta de libertad, pero ¿por qué miedo? Este sentimiento sólo se justifica ante una amenaza concreta -como animales feroces, personas armadas, terremotos- , jamás por un grupo reunido en un refectorio.

«Pero el ser humano es así -se consoló Mari-. Sustituye gran parte de sus emociones por el miedo.»

Y Mari sabía muy bien de lo que estaba hablando,

porque éste había sido el motivo que la llevó a Villete (Manicomio): el síndrome del pánico.

Mari mantenía en su cuarto una verdadera colección de artículos sobre la enfermedad. Hoy ya se hablaba abiertamente del tema, y recientemente había visto un programa de la televisión alemana donde algunas personas relataban sus experiencias. En este mismo programa, una pesquisa revelaba que parte de la población humana sufre el síndrome del pánico, aun cuando todos los afectados procurasen esconder los síntomas por temor a ser considerados locos.

Pero en la época en que Mari había sufrido su primer ataque, nada de eso era conocido. «Fue el infierno. El verdadero infierno», pensó, encendiendo otro cigarrillo.

(Todo sucedió así...)

Mari nunca había pensado en el suicidio. Por el contrario, cinco años atrás, en el mismo cine al que fue

hoy, había contemplado horrorizada una película sobre la miseria en El Salvador que le había hecho considerar lo importante que era su vida. En aquella época, con sus hijos crecidos y ya encaminados en sus respectivas profesiones, estaba decidida a dejar la tediosa e inacabable práctica de la abogacía para dedicar el resto de sus días a una entidad humanitaria.(...)

Estaba harta de trabajar luchando con la burocracia, los procedimientos, incapaz de ayudar a gente que perdía años de su vida intentando solucionar problemas que no habían creado. Trabajar en la Cruz Roja, en cambio, le daría resultados inmediatos.

Decidió que en cuanto salieran del cine le sugeriría ir a un café a discutir la idea.

La pantalla mostraba a un funcionario del gobierno salvadoreño dando una disculpa banal por determinada injusticia y, de repente, Mari sintió que su corazón se aceleraba. Se dijo a sí misma que no era nada. Quizás el

aire enrarecido de la sala la estuviese asfixiando; si el síntoma persistía, saldría al hall de entrada para respirar un poco.

Pero en una sucesión rápida de acontecimientos, el corazón comenzó a latir más y más fuerte y ella sintió un sudor frío.

Se asustó e intentó concentrar su atención en la película, para ver si alejaba de su mente cualquier pensamiento negativo. Sin embargo, advirtió que ya no conseguía seguir lo que estaba sucediendo en la pantalla; las imágenes continuaban desfilando ante sus ojos, los subtítulos eran visibles, pero Mari parecía haber entrado en una realidad completamente diferente, donde todo aquello era extraño, fuera de lugar, propio de un mundo donde jamás había estado antes.

-Me encuentro mal -dijo a su marido.

Había procurado evitar al máximo hacer este comentario porque significaba admitir que algo más profundo la afectaba. Pero era imposible atrasarlo más.

-Vámonos -respondió él.

Cuando tomó la mano de su mujer para ayudarla a levantarse, notó que estaba helada.

-No podré llegar hasta afuera. Por favor, dime qué me está pasando.

El marido se asustó. El rostro de Mari estaba cubierto de sudor y sus ojos tenían un brillo diferente.

-¡Cálmate! Saldré y llamaré a un médico.

Ella se desesperó. Las palabras tenían sentido, pero todo el resto -el cine, la penumbra, las personas sentadas una al lado de la otra y contemplando una pantalla iluminada-, todo aquello parecía amenazador.

Tenía la seguridad de que estaba viva, podía hasta palpar la vida a su alrededor, como si fuese sólida. Y nunca le había pasado esto antes.

-No me dejes aquí sola, de ningún modo. Me levantaré y saldré contigo. Camina despacio.

Los dos pidieron permiso a los espectadores que se encontraban en la misma fila y empezaron a caminar en dirección al fondo de la sala, donde estaba la puerta de salida. El corazón de Mari estaba ahora completamente desbocado y ella tenía la certeza, absoluta certeza, de que nunca conseguiría salir de allí. Todo lo que hacía, cada gesto suyo - colocar un pie delante del otro, pedir permiso, agarrarse al brazo del marido, inspirar y espirar- parecía consciente y pensado, y aquello era aterrador. Nunca había sentido tanto miedo en su vida.

« Me voy a morir dentro de un cine. »

Y le pareció que entendía lo que estaba pasando,

porque una amiga suya había muerto dentro de un cine, muchos años atrás: un aneurisma había estallado en su cerebro. Los aneurismas cerebrales son como bombas de tiempo. En los vasos sanguíneos se forman pequeñas varices -como ampollas o burbujas en neumáticos usados- y pueden quedarse ahí durante toda la existencia de una persona sin que pase nada. Nadie sabe si tiene un aneurisma hasta que es descubierto sin querer -como en el caso de una radiografía de cerebro hecha por otros motivos- o en el momento en que estalla, inundando todo de sangre, llevando inmediatamente a la persona al estado de coma y generalmente provocando su muerte al poco tiempo.

Mientras caminaba por el corredor de la sala oscura, Mari se acordaba de la amiga perdida. Lo más extraño, sin embargo, era cómo la explosión del aneurisma estaba afectando su percepción: parecía haber sido transportada a un planeta diferente, viendo cada cosa familiar como si fuera por primera vez.

Y el miedo aterrador, inexplicable, el pánico de hallarse sola en aquel otro planeta. La muerte. «No puedo pensar. Tengo que fingir que todo está bien y todo acabará bien. » Procuró actuar con naturalidad y durante algunos segundos la sensación de extrañeza se atenuó.

Desde el momento en que sintió el primer síntoma de taquicardia hasta el instante en que alcanzó la puerta, había pasado los dos minutos más aterradores de su vida.

Cuando llegaron a la sala de espera iluminada, no obstante, todo pareció volver, engañosamente, a la normalidad. Los colores eran intensos, el ruido de la calle parecía entrar por doquier y el conjunto era totalmente irreal. Comenzó a reparar en detalles que nunca antes había notado: la nitidez de la visión, por ejemplo, que cubre apenas una pequeña área donde concentramos nuestros ojos, mientras que el resto queda completamente desenfocado.

Fue más lejos aún: sabía que todo lo que veía a su alrededor no pasaba de ser una escena creada por impulsos eléctricos dentro de su cerebro, utilizando impulsos de luz que atravesaban un cuerpo gelatinoso llamado ojo.

No. No podía empezar a pensar en eso. Si seguía por ese camino iba a terminar completamente loca. A estas alturas, el miedo al aneurisma ya había desaparecido. Había salido del cine y continuaba viva, mientras que su amiga no había tenido ni tiempo de moverse de la butaca.

-Llamaré a una ambulancia -dijo su marido al ver el rostro pálido y los labios sin color de su Mujer
-Llama a un taxi -pidió Mari escuchando el sonido que salía de su boca, consciente de la vibración de cada cuerda vocal.

Ir al hospital significaba aceptar que estaba realmente muy mal, y Mari estaba decidida a luchar hasta el último

minuto para que las cosas volviesen a ser lo que eran.

Salieron al exterior y el frío cortante pareció ejercer algún efecto positivo; Mari fue recuperando poco a poco el control de sí misma, aun cuando el pánico, el terror inexplicable, continuase.

Mientras el marido, desesperado, intentaba encontrar un taxi a aquella hora de la noche, ella se sentó en el borde de la acera y procuró no mirar lo que le rodeaba, porque los chicos jugando, los autobuses circulando, la música que venía de un parque de atracciones en las cercanías, todo aquello parecía absolutamente surrealista, intimidante, irreal.

Finalmente apareció un taxi.

-¡Al hospital! -ordenó el marido, ayudando a la mujer a entrar.

-A casa, por el amor de Dios -pidió ella. No quería más lugares extraños, necesitaba desesperadamente cosas familiares, iguales, que la ayudaran a conjurar el pavor

que la embargaba-.

Me siento mejor -le dijo a su marido-. Debe de haber sido algo que comí.

Cuando llegaron a su casa, el mundo volvía a parecer el mismo que conocía desde su infancia. Al ver al marido dirigirse hacia el teléfono, le preguntó qué iba a hacer.

-Llamar a un médico.

-No hace falta. Mírame, verás que estoy bien.

El color había vuelto a su rostro, su corazón latía normalmente y el miedo incontrolable había desaparecido.

Mari durmió pesadamente aquella noche y se despertó con una certeza: alguien debía de haber colocado alguna droga en el café que habían bebido antes de entrar en el cine. Todo no había pasado de ser una broma peligrosa, y ella estaba dispuesta, al atardecer, a llamar a un oficial del juzgado e ir hasta el bar para

intentar descubrir al irresponsable autor de la idea.

Se fue al trabajo, despachó algunos expedientes que estaban pendientes y procuró concentrarse en los más diversos asuntos, pues la experiencia del día anterior la había dejado aún un poco asustada y necesitaba demostrarse a sí misma que aquello no se repetiría nunca más.

Discutió con uno de sus socios el filme sobre El Salvador y mencionó, de paso, que ya estaba cansada de hacer todos los días lo mismo.

-Quizás haya llegado la hora de retirarme.

-Eres una de las mejores profesionales que tenemos -le dijo el socio---. Y el derecho es una de las escasas actividades donde la edad siempre cuenta a favor. ¿Por qué no te tomas unas largas vacaciones? Estoy seguro de que después volverás aquí con entusiasmo.

-Quiero dar un vuelco total a mi vida; vivir una aventura, ayudar a los demás, hacer algo que nunca haya hecho.

La conversación acabó allí. Fue hasta la plaza, almorzó en un restaurante más caro que el que solía frecuentar y volvió más temprano al despacho. A partir de aquel momento estaba empezando su retirada.

El resto de los empleados aún no habían regresado, y Mari aprovechó para examinar el trabajo que aún estaba sobre su mesa. Abrió el cajón para coger una estilográfica que siempre dejaba en el mismo lugar y no consiguió encontrarla. Por una fracción de segundo pensó que quizás estuviera actuando de manera extraña, pues tal vez no había vuelto a poner la pluma donde debía.

Este detalle intrascendente fue suficiente para que su corazón se volviera a disparar y el terror de la noche anterior se reprodujera con toda su fuerza. Mari se quedó paralizada. El sol que entraba por las persianas confería al entorno un color diferente, más vivo, más agresivo, pero ella tenía la sensación de que se iba a morir en el minuto siguiente. Lo que estaba sucediendo era totalmente insólito. ¿Qué estaba haciendo en aquel

despacho?

«Dios mío, yo no creo en Ti, pero ayúdame.»

Volvió otra vez el sudor frío, y vio que no podía controlar su miedo. Si alguien entrase allí en aquel momento, notaría su mirada asustada y ella estaría perdida.

«El frío.»

El frío había hecho que se sintiese mejor el día anterior, pero ¿cómo llegar hasta la calle? Otra vez estaba sintiendo cada detalle de lo que le sucedía: el ritmo de la respiración (había momentos en que sentía que si no inspirase y espirase el cuerpo sería incapaz de hacerlo por sí solo), el movimiento de la cabeza (las imágenes cambiaban de lugar como si hubiese una cámara de televisión girando), el corazón latiendo cada vez con mayor agitación, el cuerpo bañado por un sudor helado y denso.

Y el terror. Sin ninguna explicación, se sintió presa de un miedo enorme a hacer cualquier cosa, a dar cualquier paso, a salir de donde estaba sentada.

«Pasará.»

Había pasado el día anterior. Pero ahora estaba en el trabajo: ¿qué debo hacer? Miró el reloj, que le pareció también un mecanismo absurdo, con dos agujas girando en torno al mismo eje, indicando una medida de tiempo que nadie jamás había explicado por qué debía ser doce y no diez, como todas las otras medidas creadas por el hombre.

«No puedo pensar en estas cosas. Me volverán loca. »

Loca. Tal vez fuese la palabra adecuada para lo que le estaba pasando. Reuniendo toda su voluntad, Mari se levantó y se dirigió al lavabo. Felizmente, la oficina continuaba vacía y ella consiguió llegar a donde quería en un minuto que le pareció una eternidad. Se lavó la

cara; la sensación de extrañeza disminuyó, pero el miedo continuaba.

«Pasará -se dijo-. Ayer se pasó.»

Recordaba que el día anterior el extraño episodio había durado aproximadamente unos treinta minutos. Se encerró dentro de uno de los inodoros, se sentó y colocó la cabeza entre las piernas. La posición hizo que el sonido de su corazón se ampliase, y Mari entonces levantó el cuerpo.

«Pasará.»

Se quedó allí, pensando que ya no se conocía más a sí misma, que estaba irremediablemente perdida. Escuchó pasos de gente entrando y saliendo del lavabo, grifos que se abrían y cerraban, conversaciones inútiles sobre temas banales. Más de una vez alguien intentó abrir la puerta del váter donde ella estaba, pero ella emitía un murmullo y nadie insistía. Los ruidos de las descargas

de las cisternas sonaban como algo terrorífico, capaz de derribar el edificio y llevarse a todas las personas al infierno.

Pero, según había previsto, el miedo fue pasando y su corazón volviendo a la normalidad. Por suerte, su secretaria era lo suficientemente incompetente como para ni siquiera notar su falta, o ya toda la oficina habría estado en el lavabo preguntando si se encontraba bien.

Cuando estuvo segura de haber recuperado su autocontrol, Mari abrió la puerta, se lavó la cara durante un buen rato y regresó a su despacho.

-Está usted sin maquillaje -le dijo una becaria-. ¿Quiere que le preste el mío?

Mari no se tomó el trabajo de contestar. Entró en su despacho, cogió su bolso, sus pertenencias, y le informó a su secretaria de que se iba a casa por el resto de la jornada laboral.

-¡Pero tiene muchas entrevistas concertadas! -protestó la secretaria.

-Usted no da órdenes: las recibe. Haga exactamente lo que le mando: anule las citas.

La secretaria acompañó con la mirada a aquella mujer con la que trabajaba desde hacía casi tres años y nunca le había hablado de esa forma. Algo muy serio le debía de estar pasando. Quizás alguien le había dicho que el marido estaba en a casa con una amante y ella quería sorprenderlo en flagrante adulterio.

«Es una abogada competente; sabe cómo actuar», se dijo la chica. Seguramente mañana le pedirá disculpas.

No hubo «mañana». Aquella noche, Mari tuvo una extensa conversación con su marido y le describió todos los síntomas que había sentido. Juntos llegaron a la conclusión de que las palpitaciones en el corazón, el sudor frío, la sensación de extrañeza, impotencia y descontrol, todo

podía ser resumido en una sola palabra: miedo.

Marido y mujer estudiaron juntos lo que estaba pasando. Él pensó en un tumor cerebral, pero no dijo nada. Ella pensó que estaba teniendo premoniciones de algo terrible, y tampoco lo dijo. Buscaron un terreno común para dialogar, con la lógica y la razón de la gente madura.

-Creo que sería conveniente que te hicieses unos exámenes.

Mari aceptó con una condición: nadie, ni siquiera sus hijos, deberían saber nada. Al día siguiente solicitó -y le fue concedida una excedencia de treinta días en el estudio de abogacía.

El marido pensó en llevarla a Austria, donde estaban los grandes especialistas de enfermedades cerebrales, pero ella no quería salir de casa. Los ataques ahora eran más frecuentes y duraban más tiempo.

Con muchas dificultades y después de que Mari

ingiriese unos calmantes, acompañada por su marido se dirigió a un hospital en Ljubljana y se sometió a un exhaustivo chequeo. No se le encontró nada anormal, ni rastros de aneurisma, lo que la tranquilizó definitivamente a este respecto.

Pero los ataques de pánico continuaban. Mientras el marido se ocupaba de las compras y cocinaba, Mari hacía una limpieza diaria y exhaustiva de la casa, para mantener su mente concentrada en otros asuntos. Comenzó a leer todos los libros de psiquiatría que podía encontrar, pero pronto suspendió su lectura porque le daba la impresión de que padecía cada una de las enfermedades descritas en los textos.

Lo más terrible de todo era que, a pesar de que los ataques no eran ya ninguna novedad, ella continuaba sintiendo pavor, extrañeza ante la realidad, incapacidad para controlarse. Además de eso, empezó a culparse por la situación del marido, que estaba obligado a

trabajar el doble al tener que suplir sus tareas de ama de casa, con excepción de la limpieza.

Al ver que los días pasaban y la situación no se resolvía, Mari comenzó a sentir y a exteriorizar una irritación profunda. Todo era motivo para que perdiese la calma y comenzase a gritar, terminando, invariablemente, en un llanto compulsivo.

Pasados treinta días, el socio de Mari en el despacho se presentó en su casa. Él llamaba todos los días, pero ella no atendía el teléfono o indicaba a su marido que dijera que estaba ocupada. Aquella tarde, el socio no dejó de tocar el timbre hasta que le abrieron la puerta.

Mari había pasado una mañana tranquila. Preparó un té, hablaron sobre el despacho y él le preguntó cuándo volvería a trabajar.

-Nunca más.

El socio recordó la conversación que habían sostenido acerca de El Salvador.

-Siempre has dado lo mejor de ti, y tienes derecho a elegir lo que quieras hacer con tu vida -dijo él, sin rencor en la voz-. Pero pienso que el trabajo, en estos casos, es la mejor de las terapias. Viaja, conoce el mundo, sé útil donde creas que te necesitan, pero recuerda que las puertas de nuestro bufete están abiertas esperando tu regreso.

Al oír estas palabras, Mari estalló en sollozos, como acostumbraba a hacer últimamente con mucha facilidad.

El socio esperó hasta que ella se calmó. Como buen abogado, no preguntó nada; sabía que tenía más posibilidades de conseguir una respuesta con su silencio que con una pregunta.

Y así fue. Mari le contó todo, desde lo que le había pasado en el cine hasta sus recientes ataques histéricos

con el marido, que tanto la apoyaba.

-Estoy loca -dijo.

-Es una posibilidad -respondió él, con aire de quien entiende todo, pero con ternura en su voz-. En este caso tienes dos alternativas: tratarte o seguir enferma.

-No hay tratamiento para lo que yo estoy sintiendo. Continúo en pleno dominio de mis facultades mentales y estoy tensa porque esta situación ya se prolonga demasiado tiempo. Pero no tengo los síntomas clásicos de la locura, como ausencia de la realidad, desinterés o agresividad descontrolada.

Sólo miedo.

-Es lo que todos los locos dicen: que son normales.

Los dos rieron, y ella preparó un poco más de té.

Conversaron sobre el tiempo, el éxito de la independencia eslovena, y las tensiones que comenzaban a surgir entre Croacia y Yugoslavia. Mari veía cada día mucha televisión y estaba muy bien informada sobre todos los temas.

Antes de despedirse, el socio retomó el asunto.

-Acaban de abrir un sanatorio en la ciudad -dijo-. Capital extranjero y tratamiento del primer mundo.

-¿Tratamiento de qué?

-Desequilibrios, digamos. Y el miedo exagerado es un desequilibrio.

Mari prometió pensar en el asunto, pero no tomó ninguna decisión en ese sentido. Los ataques de pánico se sucedieron durante otro mes, hasta que comprendió que no solamente su vida personal, sino su matrimonio, se estaban viniendo abajo. Nuevamente pidió algunos calmantes y se atrevió a salir de la casa, por segunda vez en sesenta días.

Tomó un taxi y se dirigió al nuevo sanatorio. En el camino, el chófer le preguntó si iba a visitar a alguien.

-Dicen que es muy confortable, pero también dicen que hay locos furiosos y que los tratamientos incluyen

electroshocks.

-Voy a visitar a alguien -respondió Mari.

Bastó apenas una hora de conversación para que los dos meses de sufrimiento de Mari terminasen.

El director de la institución -un hombre alto, con los cabellos teñidos de negro, que atendía por el nombre de doctor Igor- le explicó que se trataba sólo de un caso de síndrome de pánico, enfermedad recién admitida en los anales de la psiquiatría universal.

-No significa que la enfermedad sea nueva -explicó, cuidando de ser bien comprendido-. Sucede que las personas afectadas acostumbraban a esconderla por miedo a ser confundidas con locos. Se trata tan sólo de un desequilibrio químico del organismo, al igual que la depresión.

El doctor Igor escribió una receta y le pidió que volviese a su casa.

-No quiero volver ahora -respondió Mari-. A pesar de

todo lo que usted me ha explicado, no tengo valor para salir a la calle. Mi matrimonio se ha vuelto un infierno y debo permitir que mi marido se recupere de estos meses que ha pasado cuidando de mí.

Como sucedía siempre en casos como éste -dado que los accionistas querían mantener el hospital funcionando a plena capacidad-, el doctor Igor aceptó el ingreso, aunque dejando bien claro que no era necesario.

Mari recibió la medicación adecuada, tuvo asistencia psicológica y los síntomas fueron disminuyendo hasta desaparecer completamente.

En este intervalo, sin embargo, la noticia del internamiento de Mari corrió por la pequeña ciudad de Ljubljana. Su socio, amigo de muchos años, compañero de no se sabe cuántas horas de alegrías y disgustos, vino a visitarla a Villete. La felicitó por haber tenido el valor de seguir su consejo y haber buscado ayuda, pero

después le informó de la razón de su visita:

-Quizás sea realmente el momento de retirarte.

Mari entendió lo que había detrás de aquellas palabras: nadie iba a querer confiar sus asuntos a una abogada que ya había estado internada en un manicomio.

-Dijiste que el trabajo era la mejor terapia. Tengo que volver, aunque sea por poco tiempo.

Ella aguardó cualquier reacción, pero él no dijo nada.

Mari continuó:

-Tú mismo me sugeriste que me tratase. Cuando yo pensaba en la jubilación, estaba pensando en salir victoriosa, realizada, por mi libre y espontánea voluntad. No quiero dejar mi empleo así, porque fui derrotada. Dame por lo menos una oportunidad de recuperar mi autoestima y entonces pediré la jubilación.

El abogado carraspeo.

-Yo sugerí que te trataras, no que te internaras.

-Pero era una cuestión de supervivencia. Yo simplemente no conseguía salir a la calle, mi matrimonio se estaba acabando.

Mari sabía que estaba desperdiciando sus palabras. Nada de lo que dijese o hiciese conseguiría disuadirlo. Al fin y al cabo, era el prestigio del bufete lo que estaba en juego. Aun así, lo intentó una vez más.

-Yo aquí dentro he convivido con dos tipos de personas: gente que no tiene posibilidad de volver a la sociedad y gente que está absolutamente curada, pero prefiere fingirse loca para no tener que enfrentarse a las responsabilidades de la vida. Yo quiero, necesito, volver a gustarme a mí misma, debo convencerme de que soy capaz de tomar mis propias decisiones. No puedo ser empujada a cosas que no he escogido.

-Podemos cometer muchos errores en nuestras vidas - contestó el abogado-, menos uno: aquel que nos destruye.

Era inútil continuar la conversación: en opinión del socio, Mari había cometido un error garrafal. Dos días después le anunciaron la visita de otro abogado, esta vez de un bufete diferente, considerado el mejor rival de sus ahora ex compañeros. Mari se animó: quizás él supiese que ella estaba libre para aceptar un nuevo empleo y allí estaba la oportunidad de recuperar su lugar en el mundo.

El abogado entró en la sala de visitas, se sentó delante de ella, sonrió, le preguntó si ya estaba mejor y sacó varios papeles de su portafolios.

-Estoy aquí en representación de su marido -le informó-.
Esto es una solicitud de divorcio.

Naturalmente, él pagará sus gastos de hospital durante el tiempo que permanezca aquí. Esta vez Mari no reaccionó. Firmó todo, aun sabiendo que, de acuerdo con la justicia que había aprendido, podía prolongar indefinidamente aquella batalla legal. Seguidamente fue

a hablar con el
doctor Igor y le dijo que los síntomas de pánico habían
retornado.

El doctor Igor sabía que ella estaba mintiendo, pero
prolongó el internamiento por tiempo indefinido."

Veronika decide Morir - Paulo Coelho

Perdonen por ponerles un texto tan largo... pero creo que pocas veces he visto el síndrome de pánico tan bien narrado y explicado... y aún proveniente de una historia ficticia la narración es tan real... tan verdadera y fidedigna que solo los que hemos pasado por ello lo sabemos. Lo debe saber Nicolás (aunque juro que no habrá leído este libro a pesar que se lo regalé...) y lo debe de saber Oscar, mi nuevo amigo ecuatoriano. Y lo recordé yo... porque yo también sé muy bien lo que se siente tener deseos de huir, sentir un pánico terrible que no te deja hacer nada.

Esta semana a principios de semana y debido a todos los problemas con la contadora de la empresa... me sentí débil, vulnerable, inseguro... aterrorizado. Comencé mi segunda semana de trabajo luego de haber solucionado mis problemas de referencias laborales (gracias a Dios mis amigos trabajan todos en buenas empresas así que sus referencias fueron de ayuda). La semana comenzó y mi jefe me comenzó a presionar sobre la parte más técnica de mi trabajo... una parte para la cual no solo necesito ingenio y creatividad... sino estudios. Luego de la nada... comencé a sentir temor... miedo... a que me despidieran... a que no pudiera quedarme aquí... esta es una gran oportunidad... es lo que siempre había soñado desde que volví de Moscú hace 5 años... y ahora que la tengo... siento que no estoy preparado... y de hecho no lo estoy. Pusieron al esposo de la contadora a trabajar a mis espaldas... y comencé a notar como él y ella miraban todo lo que yo hacía en mi computadora... y eso me puso nervioso. Afuera mi jefe entrevistaba a una chica... y pensé "me están buscando reemplazo". Y luego comencé a pensar... "no voy a poder... esto no es para mí... no es que no quiera... es que no puedo... es que no sé como hacerlo... va a salir mal. ¿Qué hago aquí?... ¡¡¡me quiero ir!!!" Y sentí una tremenda imperiosa casi incontrolable necesidad de salir de ahí corriendo... de hablar con alguien... de pedir ayuda... ¡¡¡Por favor ...sáquenme de aquí!!!. No me refería a que me sacaran de la oficina... sino que me sacaran del profundo hoyo de temor en el que había caído. Pero no había con quien hablar... nadie me podría entender. Muchos solo dirían "ah... es que no tiene madera... no es bueno".

Lo que la gente no entiende es que a la larga "ser bueno" o no en lo profesional es algo relativo... relativo a los que les interesa... porque en realidad es una PENDEJADA. No vinimos al mundo para aprender a producir... NO. Vinimos para aprender a vivir... y muchos se escudan o nos escudabamos

produciendo... pero cuando intentas vivir... te das cuenta que NO es fácil. Ese día, el día de mi ataque de miedo... esperé un poco... tomé mucha agua... iba al baño a cada rato para encerrarme y orar. Hasta que llegó la hora del lunch y pude salir. Caminé mucho... conversando conmigo mismo... como cualquier loco... pero un loco que no tiene nadie más con quien hablar sobre esto... porque nadie admitiría que esto les está pasando también a ellos. Y decidí que iba a intentar lucharlo... y vencerlo. Recordé dos cosas... Ann, una de las mujeres que tiene Blog en poz dijo una vez "yo veo el miedo y lo siento... pero me enfrento a él.... y mientras más lo enfrento... más se desvanece ante mis ojos" refiriéndose al miedo al estigma. También recordé algo que aprendí de los rusos.... ellos no trabajan de acuerdo a lo que sienten... ellos trabajan de acuerdo al objetivo que quieren lograr... y en eso son muy distintos a los latinos... ellos trabajan y trabajan... si se sienten tristes... trabajan... si lloran... entonces trabajan... si tiene alegría... trabajan... si tienen dolor... trabajan... y si tienen mucho trabajo... trabajan... y trabajan.. y siguen trabajando... sin sentir... hasta que dejan de sentir dolor, pena, alegría, temor... miedo... solo trabajan hasta alcanzar lo que habían deseado. Mi jefa me decía "You have to try and try and if it fails... you have to try again and again until it eventually works out" (Tú tienes que intentar e intentar... y si falla... tienes que intentarlo una y otra vez... hasta que eventualmente funciona).

Eso hice y me funcionó. Terminé ese día...avancé un poco en mi trabajo. Pero el temor era latente... incluso mi jefe lo notó, en una de las reuniones que tuvimos me dijo "debemos ser agresivos. ¡vamos adelante! ¡con fuerza! ¡agresivos, agresivos!". Yo leo entre líneas (puedo ser casi loco pero no soy tonto!). Y mi cara para los que algún día me conozcan... es muy expresiva. El ataque de miedo pasó... pero volvió un par de días después. La única forma en la que lo superé... fue intentando tomar el control... y viendome como otros me veían. De alguna forma el miedo se basa en hacernos ver como no somos... o hacernos ver cosas que no sabemos si están ahí... si te van a votar... o si te vas a enfermar... o que no vas a responder bien a las responsabilidades... todas son solo posibilidades... que muchas veces son inexistentes. Yo lo único que hice fue trabajar y trabajar... escuchar mucho y hablar poco para no perder el control de mis emociones... y no creer que sabía algo... solo hablar de lo que había vivido... no solo como empleado sino como ser humano... y de alguna forma funcionó. Tuve una reunión con una de las empleadas outsourcing de mi jefe (otra doctora) y dos coordinadoras de unos puntos médicos que mi jefe administra (para una gran corporación de servicios de médicos). Él me ha pedido que maneje la verificación de inventarios y reportes de los dos puntos (que es la bola de trabajo) y tuvimos una reunión con las coordinadoras para planificar. Todas doctoras y yo el único NO graduado.... pero ellas no lo saben... de hecho es hasta gracioso que a cada rato me dicen "Economista Juan Carlos... tal cosa" o "¿Ingeniero qué opina de esto de acá?". Yo en el fondo me río pero no les digo ni sí ni no... que ellas crean lo que quieran creer. El asunto fue que en la reunión por alguna razón quedé bien... por alguna razón en medio de lo que les dije y las opiniones que vertimos fue claro que me había ganado su respeto y consideración... y no sé como lo hice.

Pero empecé a pensar que si talvez otras personas me ven un poco más capaz de lo que yo creo... talvez no sea tan malo como yo opino. Talvez soy una oruga que necesita crecer.. estirarse y salir del capullo para aprender a volar y poder desplegar todos su potencial de ingenio y creatividad y razonamiento. Pero para ello necesito confiar en mi. Y enfrentar el miedo. Si hay algo que aprendí esta semana... el miedo es un fiero enemigo... no se va... se esconde... y cuando crees que se ha ido te ataca de imprevisto... es cuando crees que ya no está cuando bajas la guardia y vuelve a atacarte...porque ya no estás precavido. También aprendí que el miedo te ataca cuando tienes algo que esconder... te ataca cuando tu inseguridad tiene una razón real y de peso que no has asumido y asumirlo es algo que debes hacer si deseas salir de ello... así que aquí les va.

No sé nada de Mercadeo. No he estudiado nada de ello.

Este es el punto, en la Universidad en mi carrera debería haber estudiado mercadeo/marketing... pero era en los últimos años... los cuales como uds. ya saben no terminé. A duras penas fui de oyente a un par de clases de Marketing que nos daba un profesor y alguna vez usamos un libro de marketing en la clase de idiomas durante un semestre. Pero ¿haber estudiado marketing como tal? Nunca.

¿Qué se de marketing?. Pues veamos... las pocas clases que fui de oyente (que no fueron más de 3 o 4). El curso de inglés con el libro de marketing para dummies (que era enfocado más en el inglés que en el marketing como tal). Mis experiencias de trabajo en una empresa que hacía merchandising, mi experiencia en ventas (más de 5 años), mi experiencia como ejecutivo de cuentas en una empresa de investigación de mercado (donde aprendí la teoría de la investigación de mercado, algo de la metodología y trabajo de campo ya que supervisé levantamiento de información unas pocas veces), un poco de visión estratégica al trabajar en dos empresas de un mercado muy competitivo en el país (con la suerte de que siempre la gerencia de marketing nos explicaba el porque de cada promoción y a que público iban dirigidas) y lo poco o mucho que puedo haber aprendido en varios años entrevistandome con Gerentes de Marketing de varias empresas por mi trabajo en ventas. Eso es lo único que sé. No sé más. Ah... me falta una cosa... también soy muy bueno para analizar los spots publicitarios y tratar de verlos de ambos lados... el lado del mensaje que quiere dar el productor y el mensaje que tienden a asumir los consumidores. Y eso es todo... no sé más.

En fin... experiencia trabajando en marketing propiamente dicha... no he tenido. Sí he manejado proyectos y he recibido capacitaciones sobre como hacer partners, branding y otras cosas en AIESEC, pero como en Ecuador la organización es tan débil... nunca tuvimos en realidad dinero para hacer una campaña de nada. En Europa mi trabajo fue más enfocado a fundraising (consecución de fondos) y un poco de Relaciones Públicas. Todos los días en el bus leo un poco del libro de marketing para dummies en inglés que teníamos en la Universidad... para intentar prepararme un poco más.

Bueno digamos que sé un poco por aquí y un poco por allá... pero no tengo un conocimiento sólido y real de mercadeo... y no tengo la experiencia profunda de manejar una área así yo solito. Y es ahí donde se basa mi miedo.

Cuando mi jefe vió mi CV, él notó que mi trabajo no había sido enfocado en marketing o mercadeo... de hecho su primera pregunta fue ¿así que ud cree que puede manejarnos el mercadeo a nosotros? y como era algo que yo siempre había querido hacer pero que NUNCA me habían dado la oportunidad le comenté todo lo que les he comentado a uds. Creo que en realidad lo que le interesó fue mi poder de análisis... (hay que reconocerlo... soy bueno para verle el "pero" a las cosas...) y ya.. me ofreció el puesto y me quedé. Pero me siento un poco vacío de conocimiento e inseguro a veces. Y no me serviría de mucho ocultarlo... porque en eso se basa mi miedo... mi temor... mis ataques de pánico. Por eso prefiero ponerlo a la luz y ponerme la camiseta de alguien que alguna vez tuvo o tenía un sueño... un sueño y unas grandes ansias de trabajar en marketing... pero que no está completamente preparado para hacerlo... aún así... después de 5 años de estar dando tumbos por el mundo y tener una infección crónica y potencialmente mortal... y de estar en la banca rota y haberse convertido en un depresivo potencial suicida... y haber incluso casi perdido su fé en Dios y las ganas de vivir.... un buen día... después de hasta haber perdido su empleo, de considerarse casi un cero a la izquierda y de ya no tener ni siquiera seguro social... un buen día... el sueño comenzó a renacer. Y de la nada... un día se hizo realidad y este persona se despertó y una mañana ya era responsable de mercadeo de una empresa medianamente conocida. Y ese soy yo. Esa es mi vida... es mi historia. Por ficticia que parezca (no me acuerdo si es ficticia o es ficticia.. pero uds. comprenden).

No sé que opinen uds. pero cuando me pasan cosas así (referente a lo del trabajo no a la ortografía) es cuando creo que existe Dios. No había realmente razón para que me den el puesto que he querido todos estos años.... justo en el momento en que peor estoy profesional, anímica, espiritual, financiera y médicamente hablando. Uno pensaría que no es justo... pero talvez sea correcto. Lo justo y lo correcto a veces son dos cosas diferentes. Talvez lo justo hubiera sido para muchos que yo tuviera esta oportunidad cuando mi ánimo era mejor y mi salud y autoestima también. Pero la verdad es que talvez sea ahora el momento en que pueda ser lo suficientemente humilde para aprender y trabajar... y no sentirme un sabelotodo con un super ego que no le deja reconocer que no tiene bases y es algo que debe solucionar. Talvez por eso tenía que tocar fondo para poder tener tierra sobre la cual pisar y poder levantarme. Y eso hago... creanme que lo intento. Así sea enfrentando el miedo.

Esta semana y la anterior he estado haciendo unas cotizaciones para el proyecto, llamando proveedores,... reuniendome con ellos y comencé de cero. Por ejemplo, si pedía... cotizar un afiche:

Yo: Quiero cotizar 50 afiches

Proveedor: ¿Qué medidas?

Yo: mmm... las standard

Proveedor: ¿de xxx por xxx?

Yo: sí, ese mismo.

Proveedor: ¿Y en qué material?

Yo: ¿Qué opciones de material tiene?

Proveedor: Papel couché, tal y tal y tal

Yo: Bueno coticeme el más económico, ¿cómo se llama el material? y traigame una muestra de ese material y los otros

Y cuando llamaba al siguiente proveedor le decía:

“Por favor coticeme 50 afiches de tanto por tanto, en tales colores, con este y este y este material”.

Y obvio el pobre pensaba que yo sabía de qué estaba hablando.

De hecho esta semana me fue a visitar una persona de un canal de televisión para darme los precios de los espacios publicitarios y casi me caigo de espalda cuando vi cuanto costaban... ¡¡¡es carísimo!!!. Fuera de que yo nunca he manejado un presupuesto de más de 20 usd o algo así para gastos en mi empresa (hace 10 años si manejaba presupuestos de 200 usd aprox pero nunca de miles de dólares) nunca estube en una posición directiva. Acá tampoco tengo presupuesto para gastos ... mi jefe no me deja gastar nada de nada.... pero en el futuro lo tendré... pero yo al menos me horroricé con los costos de aparecer en TV. Y con ella pasó lo mismo... primera vez en mi vida que hablaba sobre precios de pautar en tv. Así que escuché y escuché... y traté de comprender y le hice un par de preguntas... y cuando ya no pude más.... le pregunté algo que no entendí (¿quién podría saber que significa un “portacuñas”?). Y luego hice una sola pregunta más “¿Quisiera saber el rating de sus programas?”. Y la chica casi se desmayó... mi miró casi asombrada como diciendo “¡¡uy... este señor sí sabe... es de los duros!!”. Es gracioso... yo no tengo ni idea de como es eso de los puntos de rating... solo sé que se basa en la sintonía de los programas y asumo que si un programa tiene más puntos... entonces lo ven más personas que es en teoría donde a todos les interesa publicitarse. Yo había estado buscando el top ten de radios o los rating de canales de tv en internet y no había encontrado... así que cuando ella llegó.... lo que se me ocurrió fue pedirselos.... ahora que lo pienso... de repente voy a llamar a todos los canales y reunirme con los ejecutivos y pedirles que también me pasen los ratings de sus programas así no tendré

que comprar la información (ya que no tengo presupuesto para ello)... aunque perdería mucho tiempo de reunión en reunión. En fin.

Mi jefe sigue con muchas ideas... yo a raíz de las buenas reuniones que he tenido, me siento un poco más seguro... ayer descubrí una posible oportunidad con la Cámara Americana de Comercio y le comenté a mi jefe y le gustó, hoy hablé con ellos y es posible que podamos concretar algo... y que mi jefe escriba un artículo en una de las revistas de ellos... que era una de las cosas que estábamos buscando para promover nuestra imagen. Una de mis principales falencias en esto de los medios.. es que no conozco a nadie... ni al perro ni al gato. Ya saben, si uno quiere que le hagan un reportaje tiene que ser amigo de alguien.... y eso no lo tengo. Me tocará comenzar a tocar puertas y poner cara de bobito para que me atiendan. Le preguntaré a PGS25 que estudió periodismo y conoce gente, talvez me pueda dar contactos. A veces también me siento un poco avergonzado de la suerte que estoy teniendo... PGS25 por ejemplo... es periodista... es estudiado y fue relacionista público de una organización cultural importante en la ciudad... trabajó en una revista... y ahora trabaja de profesor de escuela y Universidad. Cuando le comenté mi trabajo... sentí un poco de envidia por parte de él... o talvez fue solo idea mía.... pero en el fondo yo pensaba "este trabajo lo harías mejor tú que yo". Y puede ser verdad... y yo no lo niego. Por que si lo negara sería tapar el sol con un dedo. Yo solo digo que este es mi sueño... y es el sueño que vivo solo por la benevolencia de Dios... porque no encuentro otro motivo porque tantas cosas buenas me esten pasando a mi en este preciso instante sin merecerlo. Y para los que no creen en milagros... pues yo creo que sí existen y a veces uno no los puede entender... solo los puede vivir.

Si han leído todo esto... creanme que aprecio mucho su atención... como digo a veces no hay con quien hablar... mejor dicho a veces hay con quien hablar pero NO HAY QUIEN ESCUCHE REALMENTE y a veces hay gente que "oye" pero NO ESTAN ABIERTOS A COMPRENDER Y EMPATIZAR CON UNO... ponerse en nuestros zapatos. Lo cual es lo mismo que no tener nadie con quien hablar y bueno... ya que la hoja de papel (o la pantalla de computadora) aguanta todo lo que uno escriba jejejeje pos ni modo. Broma. Hablando en serio... gracias por darme oídos. No se imaginan (o talvez si se imaginan y lo saben) lo importante que es poder conversar con alguien... y que otros haciendo un gran gran esfuerzo te entiendan o por lo menos lo intenten sin solo juzgarte sino intentando ponerse en tus zapatos... conocer gente así hace tu mundo un poco más feliz.

Ah por cierto, tengo una fiesta de un cuasi matrimonio el domingo con mis amigas, si nos toman fotos se las hago llegar. Ya es la 1.18am. Me tengo que ir a dormir...quiero descansar, mañana debo tener fuerzas para soñar...

"El único que cambia de verdad la faz del planeta es el que ara modestamente el terruño". Ramón Gómez de la Serna