

Mamá, ¡tengo miedo!



Texto: Mireia Vidal

Ilustraciones: Guillem Escriche

Cuando se hacía de noche y Laia recorría el pasillo de casa para entrar en su habitación, siempre sentía lo mismo. Primero una desazón en la barriga le estrujaba las tripas, después un temblor en las piernas le pellizcaba las caderas, más adelante el corazón le empezaba a latir muy fuerte, y cuando sólo le quedaban un par de pasos para llegar, la respiración se le aceleraba y toda ella se quedaba quieta y tiesa de golpe.

—¡Mamá! ¡Tengo miedo! — Gritaba fuerte Laia sin atreverse siquiera a abrir los ojos. Y una vez más, su madre tenía que dejar lo que estaba haciendo para cruzar el pasillo, entrar en la habitación y encender la luz.

—¿Ves qué fácil es acabar con la oscuridad? —Le decía siempre la mujer, cuando Laia ya se atrevía a entrar. Pero, por más que le contaba y insistía en que no había nada que temer, Laia no lo podía evitar. Tenía un miedo terrible a la oscuridad.



La cosa era tan exagerada que en casa hacía tiempo que todo el mundo lo comentaba. "La tendremos que llevar al psicólogo", decía el padre. "No le hagáis caso y obligadla a estar un buen rato a oscuras. Ya veréis como se le pasa", decía la abuela. "Lo que tenéis que hacer es incentivarla. Prometedle que, si lo hace, le regalaréis aquella bicicleta que quiere", decía tía Rosa. "Dejad que duerma con la luz encendida", decía un vecino. "Regaladle una linterna", decía otro. Y así, entre opiniones, criterios y chismes, Laia seguía sin saber qué podía hacer para hacer frente a sus miedos.

—No tienes que hacer nada. —Le dijo un día su hermano mayor.

—¿Ah, no? —preguntó Laia curiosa.

—No. —Insistió su hermano.—Tener miedo no es malo. Forma parte.

—¿Forma parte de qué? —Volvió a preguntar Laia sin entender.

—De crecer.—Soltó el muchacho. Y, dicho esto, volvió a meterse los auriculares en las orejas, dando la conversación por terminada.

Pero a Laia no le parecía que aquella conversación hubiera terminado. Así que, atreviéndose a importunar a su hermano, le empezó a dar unos golpecitos en el hombro para llamar su atención.

—¿Qué quieres? —Dijo el chico un poco molesto.

—¿Saber hasta cuando va a durar?

—¿Hasta cuando durará qué?

—El miedo.—Aclaró Laia—¿Cuándo habré crecido lo suficiente para no tener?

—Cuando tú quieras—Dijo el chico con cierta desgana.

Pero Laia ahora sí que no entendía nada de nada. ¿Cuando yo quiera?, se dijo. Pero si ahora mismo ya quería que el miedo desapareciera y no veía que la cosa le sirviera de nada.

Entonces su hermano, al verla enfurrunyada, decidió aclarar un poco más las cosas. Volvió a quitarse los auriculares de las orejas, dejó de lado ese trabajo tan serio del instituto en el que estaba trabajando y, sentándose a su lado, le dijo:

—¿A ti te parece que yo tengo miedo?

—No.—Dijo Laia que siempre había visto a su hermano alto, fuerte, valiente y capaz de enfrentarse a todo.

—Pues igual que tú, yo también tenía miedo a la oscuridad.

Esta sí que no se la esperaba. De pronto, Laia pensó que quizás le estaba tomando el pelo, pero el chico siguió.

—Cuando era como tú también me asustaba la oscuridad. Era incapaz de entrar en la habitación solo, e incluso dejaba de beber agua a la hora de cenar por no tener pis por las noches y no tenerme que levantar.

"Buena idea", pensó Laia. "Lo intentaré", se dijo. Pero mientras la niña pensaba que quizás también estaría bien dejar de comer sopa, el chico siguió hablando.

—A medida que me hacía mayor, la oscuridad ya no era tan negra. Poco a poco fue de color gris oscuro, luego gris claro y, al final, me parecía de un tono marrón que me recordaba un poco a un cagarrito.

Laia no pudo evitar estallar en risas y el chico vio que iban por buen camino. Entonces siguió:

—Un día que la oscuridad ya era marrón, me atreví a alargar el brazo y a encender la luz yo solo.

Laia abrió los ojos como platos, incapaz de imaginarse sola haciendo aquello.

—Al día siguiente, la oscuridad ya me parecía de color marrón claro y abrir la luz no me costaba tanto. Y, al final no me costaba nada de nada. Entraba, encendía y listos.

Laia estaba alucinada. Nunca imaginó que a su hermano mayor también le hubiera pasado lo mismo que a ella, pero lo que aún no entendía era qué tenía de bueno todo aquello.



—Pues tiene mucho.—Explicó el hermano.—En la vida hay muchos momentos que son oscuros y ahora sé que solo tengo que esperar un poco y dejaré de ver las cosas tan negras. Poco a poco me iré acercando y también sé que solo necesito estirar el brazo para encender la luz. Entonces la oscuridad desaparece. Cuando tengo un problema sé que tengo que darme un poco de tiempo. Estoy seguro de que encontraré una solución, como lo estoy de que dentro de la habitación hay un interruptor. Ese miedo me sirvió para aprender a confiar en que, sea lo que sea lo que me asusta, tarde o temprano lo superaré.

Laia se quedó un rato sin decir nada, intentando digerir lo que acababa de oír. Le hubiera gustado decir algo, pero de repente se echó a correr y se plantó en un extremo del pasillo. Al otro lado veía la puerta de su habitación que estaba bien oscura, y comenzó a caminar hacia ella. Enseguida le vino la desazón en la barriga que le estrujaba las tripas, después el temblor en las piernas como un cosquilleo, más adelante el corazón le empezó a latir muy fuerte, y cuando solo le quedaban un par de pasos para llegar, la respiración se le aceleró y se quedó quieta de golpe. Ante sí estaba la puerta entreabierta de la habitación oscura y escalofriante. Pero, de pronto, sintió algo extraño que la hizo sonreír. Y, gritando bien fuerte para que su hermano la oyera, dijo:

—¡Me parece que la oscuridad de hoy ya empieza a ser un poco marrón!

Fin

FAROS

La guía de la salud y el bienestar para tus hijos



Los cuentos de la abuela es un recopilación de cuentos que el Observatorio de la Infancia y la Adolescencia FAROS pone al alcance a través de su página web (<http://faros.hsjdbcn.org/>) con el objetivo de fomentar la lectura y difundir valores y hábitos saludables en la población infantil.

FAROS es un proyecto impulsado por el Hospital Sant Joan de Déu con el objetivo de promover la salud infantil y difundir conocimiento de calidad y actualidad en este ámbito.



SJD

Sant Joan de Déu
Barcelona · Hospital