

“Suéltalo”

Esa mañana de abril, cuando el sol salió por primera vez después de semanas de lluvia, Aurora lo tenía claro: hoy empezaba un nuevo comienzo para ella.

No habían sido fáciles esos últimos meses. En casa, las cosas estaban tirantes. Siempre lo achacaba al cansancio y al estrés de intentar llevar una vida familiar lo más perfecta posible, como tantas que se exponen en las redes sociales en la actualidad: *«los hijos deben sacar buenas notas, pero por favor déjenles tiempo para disfrutar de su niñez»* o bien *«ayúdenles a desarrollar cualquier posible don en alguna actividad que se les ocurra, pero también pasen tiempo de calidad con ellos, cueste lo que cueste, haciendo malabares entre el trabajo, las tareas del hogar, los deberes, las extraescolares, el libro que va cogiendo polvo en la mesilla del dormitorio y los planes familiares o con amigos»*.

Sumado a eso, en el trabajo llevaba mucho tiempo —demasiado— con la espada de Damocles amenazando con un próximo cambio de turno a la tarde. ¿Qué iba a hacer con su vida familiar ahora que pasaba a la tarde? Ciertamente, tenía la gran ventaja de poder solicitar una reducción de jornada, pero sabía que, de alguna forma, ese cambio iba a influir negativamente en sus niños y ella sería la responsable.

Si pedía mucha reducción para pasar tiempo con ellos, habría que recortar gastos y ocio familiar; pero si elegía mantener un sueldo más alto, no tendría tanto tiempo de calidad para disfrutarlos y acompañarlos a lo largo del año.

Esos cambios en el hospital no solo la implicaban a ella, sino a gran parte del equipo sanitario del Hospital Universitario de Fuenlabrada, quedaban desconocidos lo que pasaría con ellos en un mes, lo que provocaba inconscientemente mucha tensión y malestar en el ambiente.

Es bien sabido que en la salud, para cuidar de los demás, primero uno tiene que estar bien. Ese pensamiento le provocó una media sonrisa al compararlo con las instrucciones que se dieron en el vuelo que había cogido rumbo a Lanzarote en octubre pasado: *«Tire con fuerza de la mascarilla para iniciar el*

flujo de oxígeno. Colóquese primero su propia mascarilla antes de ayudar a niños u otras personas».

Qué bien se lo había pasado esa semana de desconexión en la isla, pero ahora mismo sentía que en el hospital les fallaba esa mascarilla de oxígeno y que, aun así, seguían haciendo todo lo posible por ayudar a los demás.

Pero hoy iba a ser un día diferente. Hoy respiraba con una tranquilidad que hacía mucho que no sentía. Y todo eso gracias a una cadena de acontecimientos encadenados, uno detrás de otro.

Todo empezó tres días antes.

En su planta de interna, muchos timbres estaban fallando. El día ya era especialmente caótico, y se sumó —con razón— el enfado de pacientes y familiares que se sentían desatendidos. Los ataques recaían sobre ella, a pesar de no tener culpa alguna y de intentar hacerlo lo mejor posible.

Sabía que al día siguiente el problema seguiría ahí y que tendría que volver a enfrentarse a esos enfados con los nuevos ingresos. Iba a tener que emplear de nuevo un tiempo del que no iba sobrada para ello.

Y así fue. La mañana siguiente fue tremenda y, además, no tuvo ni un minuto para leer la observación que le habían enviado por la aplicación del colegio. Solo alcanzó a leer el título: *«incidencia deberes»*. Su cabeza empezó a ebullicionar. Sin haber leído más, ya se preguntaba qué habría estado haciendo su hijo la tarde anterior en su habitación, después de volver del entrenamiento de fútbol, mientras ella preparaba la cena. *«Pescado otra vez, no»*, le había recordado su hija, por si acaso se le había olvidado.

Y llegó el momento cumbre, en los últimos minutos del turno, cuando ya solo quedaba marcharse y correr al coche. Apareció una persona pidiendo que se le informara sobre la habitación donde se encontraba su familiar. Aurora tuvo que salir de su nebulosa de preocupaciones para explicar, lo más amablemente posible, que por la ley de confidencialidad no podía facilitar esa información. Tenía ese discurso perfectamente aprendido, pero esta vez fue diferente: la

persona se encaró con ella, le faltó al respeto y la insultó. Apenas creía lo que estaba sucediendo y, cuando logró recomponerse, la persona ya se había dado la vuelta y marchaba hacia la salida, dejándole un profundo sentimiento de rabia y frustración por no haber podido defenderse ante aquel energúmeno.

Aquello fue la gota que colmó el vaso, pero no tenía tiempo para recomponerse. Los niños salían del colegio y ya llegaba tarde. Con esos días de lluvia, la circulación era infernal y era imposible aparcar correctamente.

Ya en el coche, su hijo mayor le preguntó:

—Oye, mami, ¿has visto la nota de la profe?

Diantres, se le había olvidado por completo abrir el mensaje, pero antes de que pudiera decir nada, él continuó:

—María Isabel estaba muy orgullosa del proyecto que le he entregado hoy.

La incidencia había resultado ser positiva (¿a qué colegio se le ocurre nombrar los mensajes como *incidencia*?). Aunque tuvo que admitir que una vez más la culpa había sido de sus propios prejuicios.

Los niños siguieron hablando en el coche, pisándose el discurso el uno al otro para ver quien contaba antes sus historietas, inundándola de información que ahora mismo no era capaz de procesar ni integrar. Ya cerrando la puerta de casa, su pequeña, que le contaba que había llorado esa mañana porque su amiga no le había dejado jugar, le preguntó de repente:

—Mami, ¿tú cuándo lloraste por última vez?

Aurora recibió la pregunta como un jarrón de agua fría. ¿Cuándo había llorado por última vez? ¿Cuándo se había dado el capricho de parar y llorar, de soltar todo lo que llevaba dentro a través de esas lágrimas que se deslizan por las mejillas y dejan un sabor salado en la boca? No lo recordaba. Pero, desde luego, hacía demasiado tiempo.

Y fue en el momento de entrar en la ducha, tras ese día tan agotador para ella, bajo el agua caliente de la ducha, cuando por fin lo soltó todo: el estrés, el dolor, la frustración, los miedos. Todo lo que llevaba reteniendo dentro por

tanto tiempo. También pensó en todo lo bueno que le había pasado y que no había sabido valorar. Mientras las lágrimas caían como cataratas del Niágara, el agua las arrastraba hacia el desagüe. Esas lágrimas, cargadas de los males de Aurora, acabarían en las depuradoras de la zona, mientras ella daba a su cuerpo y a su mente una nueva oportunidad para recomponerse y prepararse para los próximos obstáculos que le deparaba la vida.

Porque así es la vida: oportunidades y retos dispersos, no siempre repartidos de forma equitativa. Llorar no era malo; era necesario para empezar de nuevo, para recuperar la sonrisa que tanto la caracterizaba. Quizá eso mismo era lo que necesitaban algunos de los pacientes o familiares con los que había tenido problemas esos días.

Sabía que no siempre había hecho todo lo mejor posible, pero la vida aún le reservaba muchas pruebas y oportunidades para mejorar su gestión de lo inesperado. Y, como fruto de la coincidencia, cuando abrió la ventana del baño, la lluvia había cesado. En algún lugar seguro se estaría disfrutando de un magnífico arcoíris, pero desde su ventana Aurora solo pudo ver el aleteo, a lo lejos, de una gran y preciosa mariposa blanca. Una como la que su abuela usaba para explicar que, después de la lluvia, siempre sale el sol.

Aurora lo sentía: empezaba de nuevo, con emoción y con esperanza hacia el futuro.