

Pensamientos intrusivos

Autor: Nicol

Categoría: Drama

Publicado el: 26/01/2025

Me estoy resistiendo al llanto, porque no quiero admitir que estoy teniendo otra recaída. Realmente esto es difícil para mí, son solos unos días los que paso sin tener malos pensamientos y poder sentirme útil en la vida, disfrutar el día.

La semana pasada recorrí 22 km junto con una amiga, rompimos nuestro récord y me sentí poderosa, porque me demostré que podía superarme. Sin embargo unos días después me volví a sentir miserable.

Salí con un grupo de amigas a un bar muy lindo, llevaba tiempo queriendo salir a divertirme así, pero me sentí mal, minúscula y poco atractiva. Esa noche nos quedamos a dormir en la casa de una del grupo y me volví muy temprano a mi casa, posteriormente cancelé la única clase que tenía que dar y que finalmente había podido programar después de una semana.

Debo un crédito que utilizo cada mes para poder pagar el alquiler del salón de donde enseño, pero nunca llego a pagarlo a tiempo porque uso esa plata para alimentar a mi perra.

Hace cinco años traje a mi vida a Macchiato, había esperado cuatro años hasta tener un trabajo fijo y tener la seguridad de que me podría hacer cargo de mi mascota por completo, pero ahora vivo mis días escondida en las sombras porque me gobierna la vergüenza de no poder pagar el alquiler y comprarle comida de baja calidad a mi perra.

Desde los 15 esquivo la mirada de mis padres y de cualquier adulto porque me siento juzgada, que a sus ojos soy una "nini".

El año pasado intenté entablar una relación con un chico que a pesar de conocer mi pasado oscuro, mis traumas y haberme visto en mis momentos vulnerables, me escondió cosas y me demostró que no tenía responsabilidad afectiva. Intercambiamos fotos y videos +18 porque supuestamente estábamos dejando que todo fluyera y él me veía como a su novia... Una semana después me enteré por un tercero de ciertas cosas.

Mi confianza fue traicionada cuando todavía era muy chiquita, me disfrazaron el abuso como un juego y mi mente simplemente lo borró por años hasta el año pasado, y ahora me despierto con el recuerdo de esos días como si fueran un baldazo de agua fría. Mis allegados me hablan de denunciar y tomar cartas en el asunto, pero yo solo tengo ojos para una vida sencilla, una vida más de alguien más en este mundo. Quiero ser una persona normal, sin problemas de salud mental, sin una infancia arruinada, sin una familia disfuncional, rodeada de personas genuinas y con buenas intenciones, de chicos que realmente se preocupen por mí y estén ahí para mí. Quiero poder pasar una semana entera sin días en los que tenga recaídas, pueda tener mi mente en paz y no recordar lo insuficiente que soy y las cosas por las que pasé. Me encantaría poder hacer que todas las cosas no me importaran y me las tomara a la ligera sin la necesidad de tomármelo todo personal, de aprender a poder estar los fin de semanas sola sin sentirme abandonada.

Quiero empezar y terminar una carrera universitaria, quiero tener un empleo fijo, quiero salir al mundo sin sentirme avergonzada por quién soy.

Hoy es no es una de las noches difíciles, porque recién inicia el día, lo peor vendrá dentro de unas horas cuando caigan las estrellas. Me da miedo tener que pasar estos días sola sin poder expresar con claridad lo mal que paso en las recaídas. Porque no es solo querer quitarme la vida, hacerme daño o sentirme inútil. Va más allá y nadie lo entiende, porque es mi mundo el que se cae a pedazos y si no están ahí no lo pueden ver.

Publicado bajo licencia [Creative Commons BY-NC-ND](#)

Enlace original del relato: [ir al relato](#)

Otros relatos del mismo autor: [Nicol](#)

Más relatos de la categoría: [Drama](#)

Muchos más relatos en: [cortorelatos.com](#)