

El ruiseñor dentro de mí que se obstinaba a llorar

escrito por Penelope Ashe

En la vida aprendemos de diversas formas: a través de experiencias, sucesos inesperados y momentos que nos conmueven y nos llevan a identificar y nombrar nuestras emociones. A lo largo del tiempo, he descubierto una necesidad abrumadora que se ha arraigado en lo más profundo de mi ser. Un fruto que ha crecido sin que me diera cuenta, germinando y reproduciéndose en cada rincón de mi alma.

Identificar el evento, trauma o lección de vida que me ha dejado con el peso inmenso de ser siempre 'la responsable afectiva' ha sido un desafío constante. Esta carga conlleva una gran cantidad de sentimientos encontrados y, lo que es aún más desalentador, el hábito de materializar a las personas para entender y resolver sus necesidades y conflictos antes que las mías.

Esta herramienta, que alguna vez me ayudó a mantener la paz, ha demostrado ser un arma de doble filo. Poco a poco, ha ido silenciosamente carcomiéndome por dentro, pudriendo los frutos que con orgullo había dejado florecer. Frutos que al caer, me han dejado sumida en un abismo de vacío y soledad inimaginables.

Me he acostumbrado a absorber mis propias lágrimas antes de que broten, a dejar de sentir mis propios sentimientos para priorizar la resolución de problemas ajenos. He caminado sobre cáscaras de huevo con tal de no incomodar con mis dolores, hasta el punto en que, incluso en mi intimidad, me resulta casi imposible soltar una lágrima.

He sabido confundir a la perfección la sutil diferencia entre ser una persona feliz y una persona quimérica. Crucé la línea fina entre el hedonismo y la realidad; y apenas ahora estoy entendiendo que, por más feliz que sea, no me roba de mi esencia el hecho de poder sentir dolor, (en cualquiera de sus presentaciones; sea rabia, ofuscación, o incluso celos) y la necesidad adyacente de poder comunicarlo; especialmente en casos donde sea debido a alguien que pudiese transgredir mis límites.

He llegado a defender a aquellos que me han lastimado, a traspasar mis propias barreras sin necesidad. Y cuando intento comprenderme, valorarme y permitirme expresar mis sentimientos adversos, pierdo toda sensibilidad. La tolerancia y empatía que abunda con los demás, no la tengo conmigo misma. He pasado tanto tiempo buscando justificaciones para otros, creyendo que exagero o magnifico todo, que he olvidado que tengo voz y voto. Olvidé que el ruiseñor dentro de mí también puede cantar, aunque sean susurros melancólicos.

Me he obsesionado con mis sentimientos, llegando a hiper-racionalizarlos hasta perder por completo su comprensión. Los he analizado en exceso, olvidando que en algún momento fueron pura emoción, más que una cadena interminable de pensamientos.

Lo curioso es que esto solo me ocurre con el dolor, con mi dolor. Cuando alguien más sufre, se convierte en mi misión de vida reparar el daño de la mejor manera posible. Pero cuando yo me quiebro por dentro, recojo los fragmentos, los amontoño dentro de mí y me mantengo quieta, evitando que cualquier trozo suelto caiga y me esponga por completo; convenciéndome de que todo se simplifica en 'Carpe Diem, Estoicismo, Taoísmo.'

Mis sentimientos, como muñecas rusas, se ocultan cada vez en capas más profundas, buscando el olvido, aunque sé que es una tarea imposible debido a mi naturaleza. Con el tiempo, he aprendido a normalizar esa opresión en mi pecho, a perdonar más de lo debido con mi típico «Todos somos humanos», bien sabiendo que yo, en sus zapatos, jamás actuaría de esa manera.

Pero ya basta. Estoy cansada. Me harté de ser la que llora en silencio, de fingir estar bien en momentos que mi mirada se empaña y mi alma grita auxilio. Me cansé de huir de la posibilidad (o el hecho) de doler.

Quizás también me cansé de ver el mundo con la inocencia de un niño. Porque todos los niños crecen y, tarde o temprano, deben entender que Peter Pan fue el villano de la historia y que la eterna juventud es solo una ilusión. Tengo que abandonar mi maldito país de Nunca Jamás. Tengo que aceptar que, aunque desee fervientemente lo contrario, mi alma

también debe envejecer, debe permitirse aprender de la malicia que hay en el mundo. Las heridas que ha sufrido de nada sirve minimizarlas, y no puedo pretender que mi propia alma no reconozca sus canas y arrugas.

El sol abrasador quema, y darle demasiada agua a una planta, por más buena intención que conlleve, la ahoga.

Quizás mi propio veneno sea la cantidad de amor que derramo en el mundo, creando expectativas inalcanzables sobre el amor que merezco recibir, o al menos, el amor que sueño algún día encontrar.

Hoy, lo único que sé es que no siempre es saludable sonreírle a mis dolores, o permitir que me presionen mis moretones y fingir que no me duele. Estoy harta de poner a todo el mundo por encima de mí. Ya no más.

En este momento, me comprometo a priorizarme, a escuchar mi voz y a no permitir que mis sentimientos sean silenciados por mi propia boca. Es hora de poner fin a la emulación innecesaria y permitir que el ruiseñor dentro de mí cante sus canciones, incluso si a veces solo sepa cantar melodías fúnebres.

Este viaje hacia la autenticidad puede ser desafiante, pero es necesario para mi propio crecimiento. No puedo seguir negando mi propia existencia en aras de complacer a los demás. Es momento de soltar las cargas que no me corresponden y abrazar mi propia valía.

Así que aquí estoy, alzando mi voz y reivindicando mi derecho a ser escuchada, comprendida. A partir de este instante, me comprometo a ser mi propia prioridad, a honrar mis emociones y a construir una vida basada en la autenticidad y la plenitud.

Quizá haya tropiezos en el camino, momentos de duda y dolor, pero también habrá momentos de autodescubrimiento, de alegría y de amor verdadero. Estoy lista para abrazar mi propia grandeza y dejar de lado las expectativas limitantes.

En este nuevo capítulo de mi vida, seré fiel a mí misma, escucharé mi voz interior y permitiré que mi ruiseñor cante, incluso en los momentos

más sombríos. No puedo prometer que todo será perfecto, pero sí puedo prometerme a mí misma que nunca más me abandonaré.

Ya no más silencio. Ha llegado el momento de ser fiel a mí misma. De amarme aún en mis breves oscurantismos. Es hora de honrar la voz de mi ruiseñor.

Otros escritos de esta autora: <https://noapto.co/penelope-ashe/>