

Carta a la Anorexia

ANDREA SALUEÑA

Iba a empezar esta carta con un “querida amiga” pero ya no eres querida y nunca fuiste mi amiga, aunque yo creía que sí.

Te he escrito muchas veces, pero esta es la primera vez que te escribo desde fuera con la tranquilidad de saber que te has marchado muy lejos.

El otro día leí que dejarte entrar es firmar un contrato contigo sin leer antes la letra pequeña. Y estoy totalmente de acuerdo: firmé sin pensar, sin escuchar las voces que me advertían de que no eras la libertad, sino la dictadura sobre mi cuerpo.

Cada pensamiento, cada parte de mi vida, pasó a ser tuya, vivía por y para ti, para conseguir unas metas totalmente inalcanzables, una perfección inexistente. Creía estar ganando, pero lo perdí todo, me perdí a mí misma y caí tan profundo que dejó de importarme incluso respirar.

Dejé de vivir y me limité a sobrevivir, ignorando esa parte de mí que me gritaba que me estabas matando, tenía terror a soltarte de la mano.

Todavía me pregunto cómo pude dejar que entraras en mi vida y que poco a poco me fueras agarrando, cada vez más fuerte, hasta que pensé que jamás podría escapar. Pero lo hice.

O eso creía.

Porque volviste, cuando todo parecía ir bien volví a escuchar tu voz diciéndome que nada iría nunca bien, que no lo merecía, que era una estúpida por pensar que me había librado de ti, que todo se resolvería si adelgazaba y que tú me ibas a ayudar a conseguirlo. Y entonces me creí derrotada y me rendí a ti, me dejé llevar de nuevo a la oscuridad pensando que no había servido de nada todo el esfuerzo, que habías ganado.

Pero no. Unas manos me sostuvieron, me ayudaron y me abrazaron cada vez que sentía que no podía más, cada vez que quería morir, porque me hiciste desear desaparecer para siempre. Y me levanté de nuevo. Y volví a caer más veces. Hasta que me hice más fuerte que tú y comprendí que lo que me pasaba iba más allá de adelgazar, que no eras el centro de todo, simplemente eras un parche que evitaba que me enfrentase a lo que había debajo y que haciendo eso creías protegerme, pero la herida eras tú, me estabas destruyendo. Me estaba destruyendo a mí misma.

Hoy sé que tenías un propósito, pero ya lo cumpliste, hoy sé que fuiste la forma que tuve de afrontar algunas cosas, pero ya he aprendido a hacerlo de otra forma más sana, todavía sigo aprendiendo.

Y es por eso por lo que hoy, por fin, me despido de ti. Me has acompañado muchos años, pero hace algún tiempo que tu voz enmudeció. Hace tiempo que me veo al mirarme al espejo, todavía a veces no me gusta lo que veo, pero lo acepto, acepto cada cicatriz, cada estría, cada imperfección que me hace ser yo. Me acepto y pido perdón a mi cuerpo por maltratarlo durante años. Me pido perdón a mí misma y a la niña que fui, por dejarla sola en tus manos y no haberla abrazado cuando lo necesitaba, y me prometo seguir aprendiendo a quererme todos los días.



Hoy te digo adiós, aunque sé que hace días que te fuiste, pero tenía miedo de no ser nada sin ti, de no saber estar bien y que de repente volviesses. Ya no lo tengo. Y por eso te digo adiós y te cierro la puerta, no intentes volver, ya no te necesito, ya no tienes cabida en mi vida.

Ya no.

Ahora voy a seguir luchando contra ti pero de otra manera distinta, voy a atacarte de frente, es más, te declaro la guerra abiertamente, porque pienso ayudar a todas esas personas que aún siguen sometidas por ti.

Ahora comienzo esta nueva lucha y no pienso rendirme, te conocí en profundidad cuando casi me hundes por completo, pero también te he conocido desde el otro lado, desde el profesional, y ahora sé que no eres invencible.

Y por eso hoy te digo adiós para siempre, aunque voy a estar cerca de ti, ayudando a que otras personas te digan también adiós, pero ya no vas a hacerme daño.

Nunca más.

Hasta siempre.