

## ***Frente al terror, siempre lo hermoso***

### **Ahora solo debemos escuchar a quien sabe**

El miedo es una sensación poderosa. Es una emoción mental, por lo que la única manera de protegerse contra ella es a través de la razón, aunque eso no siempre funciona. A mí me dan miedo muchas cosas absurdas, pero frente a otras tantas más importantes lo he perdido.

Por ejemplo, siempre temí la muerte. Me da pavor pensar en ella: no en la propia, sino en la de mis queridos. Entonces un día me enfrenté a ella. Le puse un nombre, casi una fecha, un aspecto enfermo y enclaustrado y pasé todas esas fases de las que hablan los expertos. La combatí, la rechacé, la negué y la lloré. Pero terminé asumiéndola, esperándola, aceptándola y agradeciéndola. Porque si algo aprendí de aquello es que a veces la muerte es la única capaz de salvarnos cuando nada más puede. Así es como le perdí el miedo a la muerte: dándole un sentido.

Sin embargo, hay otras cosas que me asustan sobremanera. Una de ellas es la oscuridad o los ruidos cuando estoy sola. Hace unos días, mientras me duchaba, mi perra se puso a ladrar. En mi mente ya se reprodujo mi fin: alguien había entrado en mi casa y estaba a punto de asesinarme. Puede que este thriller mental estuviera relacionado con la novela negra que estoy leyendo, pero el caso es que tuve que salir de la bañera, llena de jabón y con los dientes apretados, a registrar toda la casa para quedarme tranquila. Y no saben qué tensión. Y qué ridícula me sentí después al contarle entre risas, para qué negarlo. El caso es que me cuesta superar ese miedo en particular porque no tiene ningún tipo de lógica: es irracional. Y eso, en mi mente, es un problema.

Madrid está enferma y los que la queremos preocupados. Estamos viviendo una época de miedo porque lo que hay ante nosotros es desconocido. O quizá no tanto. El mundo venía avisando: cambio climático, fuegos incontrolados, inundaciones desoladoras, hábitats destruidos... Y no es hasta ahora que salta de la naturaleza a nuestros cuerpos que nos lo tomamos, quizá, un poco más en serio. Pero no pasa nada. La vida siempre da avisos: a veces más fuertes que otros. Ahora solo debemos escuchar a quien sabe, agradecer a quien puede y hacer caso, como un niño a sus padres. Surgen ahora en la capital iniciativas amables, como las de los estudiantes que se ofrecen a cuidar de niños, parados que visitan a sus vecinos ancianos para llevarles la compra o personas que ofrecen compartir los productos del supermercado para que a nadie le falte nada. Porque frente al terror, siempre lo hermoso. Y saldremos de esta, seguro, más juntos y enamorados del mundo, porque el ser humano, en toda su irracionalidad, irresponsabilidad e inconsciencia, siempre consigue encontrarle un sentido a todo, un motivo y una razón para darle la vuelta a lo más poderoso. Incluso al miedo. Y ahora no será distinto. Madrid, esta vez, no me mata.