



## Tiempo de Rehabilitación

(en trescientas palabras, más o menos)

### El mundo y yo, pixelados.

-[Proyecto Redes](#), dígame... ¿Una página web...? Estamos muy liados, quizá a comienzos de año.... Le paso con mi jefe, un momento.



Discúlpeme, cosas de trabajo.

Como preveía, los primeros meses que siguieron a mi ingreso no fueron fáciles. Mi madre se encargaba de que tomara puntualmente la medicación, pero mi percepción sobre mí mismo y sobre el mundo ya no era la misma. Recuerdo, sobre todo, una angustiada sensación de vaciedad; nada parecía concernirme ni importarme demasiado. Mi hermana pequeña, Cristina, trataba de animarme y ayudar en lo que podía, pero yo prefería la soledad de mi habitación o, de vez en cuando, dar

largos paseos nocturnos por la ciudad. Tampoco me gustaba visitar a la psiquiatra y con frecuencia no acudía a sus citas. Aunque sabía que algo extraño me estaba pasando, no era consciente de padecer una enfermedad; en ocasiones, como inmerso en un largo sueño, la realidad se me aparecía en blanco y negro, pixelada.

Mis padres, cada vez más preocupados, consultaron con la psiquiatra. Ella les habló de la palabra “rehabilitación”, que yo asociaba con las enfermedades físicas. Sin mucho ánimo, comencé mi proceso de [rehabilitación psicosocial](#) en uno de los centros de mi ciudad. Con el paso de las semanas, allí fueron enseñándome a comprender lo que me estaba pasando. Conocí a personas de todas las edades que estaban en mi misma situación, y eso me ayudó. Algunos de ellos parecían entumecidos, quizá vencidos; otros, ofrecían el mayor y más imponente espectáculo que yo haya visto: la lucha contra sus dificultades.



BLOG:  
TIEMPO DE REHABILITACIÓN

Sin apenas darme cuenta, las cosas mejoraron: Ya no era el mismo, no lo era, pero volvía a sentir en mis venas el pulso cálido de la vida, a la que regresaba.

Por cierto, sigo sin noticias de Rosa. Vaya.

(Música para escuchar durante la lectura de este post: *Room to move*, John Mayall.

<http://www.youtube.com/watch?v=vRfMmCG0DQc>