

Caos mental

Autor: JotaRM

Categoría: Varios / otros

Publicado el: 15/08/2016

Mientras estás en la cama, la mente viaja por lugares donde no debería viajar, hasta que al final se topa con una mala parada ¿Pero que esperaba? Moviéndose por aquellos lugares, está claro que al final es eso justo lo que andaba buscando, dolor, frustración, caos.

Comienzan esas vueltas tensas, cada paso del viaje se convierte en un infierno en tu pecho, en tu cabeza, hasta que un recuerdo te hace ver de nuevo lo torpe que has sido, ira, ahora solo puedes golpear el colchón, impotencia, abrazas la almohada.

No puedes seguir allí, la frustración es demasiado grande, así que te calzas tus zapatos, te miras vagamente en el espejo, odias tu reflejo, a penas te empapas la cara y te marchas sin secarla, caminas.

No importa a donde, tu mente sigue eligiendo malos destinos, pero caminas.

Al final la presión es demasiado, aceleras el paso.

Hasta que al final, por fin lo consigues, el peor lugar a donde podían ir tus pensamientos, corres.

No es algo que puedas solucionar, solo puedes ser fuerte y aguantar hasta que pase, en ese momento no ayuda ¿Cuándo pasará? ¿Días, semanas, meses, años? ¿Nunca? Cambiarías tus pensamientos si pudieras, pero no quieres engañarte pensando que eres feliz, sabes que es mentira, no quieres desviar tus pensamientos hacia otro sitio, ni dejar la mente en blanco, eso no servirá de nada, el dolor va a seguir ahí, esperándote y no te va a dejar ser feliz.

¿Cuánto has andado ya? Tu mente comienza a fantasear con como habrían sido las cosas actuando de otra forma, tomando otras decisiones o siendo otra persona, eres feliz en el mundo

de la imaginación, pero solo hasta el instante en el que te vuelves a dar cuenta de que... es mentira, no ha pasado, no está pasando y por supuesto, no pasará por mucho que lo quieras.

Entonces paras, al menos parte de la frustración ha desaparecido, y comprendes que, solo puedes seguir adelante, te calmas, es hora de volver a casa.

Nada ha terminado.

El mejor consejo que se puede dar en estos casos, sería: No te rayes. Lástima que no sea fácil de seguir para todos.

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

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

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

Más relatos de la categoría: [Varios / otros](#)

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