

## Sola

Autor: Aleyna

Categoría: Reflexiones

Publicado el: 12/08/2025

---

Lo que me mueve cuando me levanto es el deseo de volver a acostarme a dormir. Me gusta mucho dormir, es como estar muerto sin estarlo, donde el bullicio de mi cabeza se apaga y puedo sentir un poco de paz.

Extraño el sentimiento de sentirme amada y acompañada, aunque solo hubieran sido unos meses fui muy feliz, aun me acuerdo como se sentía; sentirse amado y acompañado se siente calentito, suave, silencioso y correcto, cómo si todo debiera ser así siempre.

Lo extraño a él, su olor, su calor, su risa, las arrugas de sus ojos cuando se reía, las manos y brazos fuertes que me sostenían, las palabras dulces al oído, las promesas... aunque todo fuera mentira.

Extraño verme al espejo y sentirme bonita, poder ver algún destello de belleza, extraño sentirme cómoda en mi propia carne, extraño comer y disfrutar sin remordimientos.

Extraño el silencio interno, la paz.

Extraño poder hablar y sentirme segura de mi inteligencia, de mi sentido del humor, de no tener vergüenza, de no tener miedo, extraño no sentirme diferente.

La tristeza durante el día se siente como nadar contra marea, por más esfuerzo y aletazos y patadas que dé, nunca llego a la orilla, no puedo sentir ese alivio de tocar tierra firme, esa paz y tranquilidad. En un lugar lucho segundo a segundo, frustrada.

Y por la noche se siente como estar entumido de frío o enterrado vivo, un silencio filoso y abrumador, una presión en el pecho incesante.

Quisiera ver a alguien a los ojos y que me diga que todo va a estar bien, que no estoy sola, que tengo valor, que me ama y que le importo.

¿Qué está mal en mí? ¿Quién soy? ¿por qué debería ser amada?

Quiero gritar, llorar y patalear hasta que sienta que me explota la garganta y los ojos, quiero que todo pare.

---

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

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

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

Más relatos de la categoría: [Reflexiones](#)

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