

# Estoy aquí



Xavier Dueñas

### ***Antes de leer***

*Hay palabras que se pronuncian por costumbre, como si al repetirlas lográramos convencer a los demás —y también a nosotros mismos— de que todo está en orden. “Estoy bien” es una de ellas. Pero, a veces, tras esa frase se oculta un mundo que apenas se sostiene con hilos invisibles: el duelo que no se nombra, la culpa que no encuentra consuelo, el amor que nunca supo decirse.*

*Este relato no trata de grandes acontecimientos. Habla, más bien, del gesto callado de acompañar, de la fragilidad compartida entre una madre y su hijo, de la urgencia de reparar los vínculos, aun cuando el tiempo parezca haberse agotado. Es un intento por comprender que el amor, muchas veces, no habita en las palabras, sino en aquello que elegimos sostener cuando todo comienza a desmoronarse.*

*Porque hay momentos en que permanecer cerca, en silencio, es la forma más honda y sincera de pedir perdón.*

## Estoy aquí

Cada mañana, a la misma hora, marco el número de la residencia. Ella tarda unos segundos en responder, los justos para que, cada vez, me atravesara el pensamiento de que tal vez hoy no conteste. Pero al final, su voz aparece: gastada y temblorosa, como si viniera desde muy lejos.

—Hola, mamá, soy yo.

Siempre hay una pausa. La reconozco: es su manera de buscar dentro de sí la fuerza necesaria para mantenerse en pie, aunque solo sea con la voz.

—Hola, hijo. ¿Cómo estás?

—Estoy bien, como siempre.

La mentira se ha vuelto costumbre, una muleta que nos sostiene a los dos. Si yo me mostrara tal como estoy, si le confesara que las noches se me hacen eternas, que a veces despierto con los ojos húmedos y el pecho lleno de vacío, su tristeza crecería como una mancha de aceite. Por eso digo eso: "estoy bien, como siempre". Y hablamos de las flores que cuida en su habitación, de la comida del día, de los paseos breves que da si alguien la ayuda.

La visito cada semana. Son apenas unas horas, pero para ella se han vuelto un ancla. Me espera sentada junto a la ventana, peinada con esmero, como si ese instante le devolviera algo de dignidad. Su cuerpo está más frágil cada vez, pero en los ojos le brilla la firmeza antigua, esa que la acompañó toda la vida, cuando tuvo que cuidar de todos, incluso de aquellos que no querían ser cuidados.

Desde que mi hermana murió, hay algo en su mirada que se ha apagado. La enfermedad se la llevó despacio, como un susurro que se desvanece. Y mi madre, que siempre fue fuerte, se ha quedado detenida en ese silencio. Ya no habla de ella, pero cada vez que me mira, yo sé que está allí, entre nosotros, como un hueco invisible que no sabemos cómo llenar.

Intento ser su consuelo. Me esfuerzo por hablarle con ternura, por hacerla reír, aunque sea un poco. Pero también yo estoy roto. No solo por la pérdida, sino por todo lo que no fue.

Nuestra infancia fue un territorio seco, sin demasiados abrazos. Ella estaba, claro que sí, pero de una forma austera, como si querer demasiado fuera un lujo que no podíamos permitirnos. Nunca la culpé, al menos no de forma consciente. Pero ahora que la veo tan frágil, me doy cuenta de cuánto me faltó decirle, cuánto me faltó recibir.

## Estoy aquí

A veces me sorprendo mirándola como quien busca una puerta abierta. Algo por donde entrar y preguntarle: ¿Sabes que yo te quise, aunque nunca supe cómo decírtelo? Pero no digo nada. Ella está cansada, y yo ya no tengo derecho a pedir explicaciones. Me basta con sentarme a su lado, dejar que el tiempo pase sin hacer ruido.

Una de esas tardes, mientras le ayudaba a abrigarse, sus ojos se encontraron con los míos en el espejo.

—Te pareces mucho a tu hermana —dijo, casi en un susurro.

No supe si era una afirmación o una forma de recordar. Pero asentí. Ella bajó la mirada y apretó mis dedos con los suyos. Fue un gesto leve, pero tuvo el peso de todas las palabras no dichas.

Esa noche, al volver a casa, me senté en la cocina con una taza de chocolate caliente entre las manos. Recordé las charlas con mi hermana, su voz serena, su manera de hacernos reír incluso cuando el dolor la desgastaba por dentro. Era ella quien nos sostenía, como si no fuera la enferma, sino la fortaleza de todos. Entonces pensé en mi madre, sola en su habitación, resistiendo una tristeza que no se nombra.

El dolor, cuando se acumula sin nombre, se convierte en una forma de silencio. Y eso somos ahora: dos personas unidas por un duelo, tratando de sostener al otro sin desmoronarse primero. Me pregunto si, al final, eso es el amor: quedarse, sin hacer ruido, sin promesas grandiosas, solo estando ahí, con la presencia quieta de quien no necesita decir nada para que el otro no se sienta solo.

Al día siguiente, volvió a sonar el teléfono. Otra vez su voz, otra vez la pregunta de siempre.

—¿Cómo estás, hijo?

Esta vez dudé un segundo. Lo suficiente para que mi respiración se quebrara un poco.

—Estoy aquí, mamá. Estoy aquí.

Y, por primera vez, sentí que era verdad.

### **Derechos de autor**

© 2025 Xavier Dueñas

Todos los derechos reservados.

Este texto puede compartirse y circular libremente siempre que se mantenga íntegro, se cite al autor y no se utilice con fines comerciales.

Para usos editoriales, educativos o de adaptación, contactar al autor a través de su página web: <https://xavierduenas.es>