

Ana Albiol

V.I.D.A.

de un culo inquieto




ESPASA

Ana Albiol

V.I.D.A.
de un culo inquieto



© Ana Albiol, 2021
© Editorial Planeta, S. A., 2021
Espasa, sello editorial de Editorial Planeta, S. A.
Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona
www.espasa.es
www.planetadelibros.com

Diseño de interior: Chantal Martín Espelt

ISBN: 978-84-670-6263-2
Depósito legal: B. 7.559-2021
Preimpresión: Safekat, S. L.
Impresión: Huertas, S. A.

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con Cedro a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como **papel ecológico** y procede de bosques gestionados de manera **sostenible**.

ÍNDICE

PRÓLOGO, por Laura Albiol	9
LENTEJAS, FUTURO Y CALZONCILLOS	13
¿Qué color de oveja eliges ser?	
¿Afrontar o huir?	
BAMBANDO POR EL MUNDO	26
Sin palabras	
<i>Keep going</i>	
<i>Keep going</i> , ¿hacia dónde?	
LA OVEJA NEGRA SE TIÑE DE BLANCO	39
¿Normal? No, gracias	
Rin, rin. ¿Quién es? Tu cuerpo	
¿VIVIR O SOBREVIVIR?	47
Bienvenida a Nars	
Todo por los aires	
Precinto y luz de luna	
El amor está en la vida	

REINVENTARSE Y VIVIR	61
Pensar en grande es gratis Pasito a pasito. Suave, suavecito Sembrar y recoger Si quieres, ¿puedes? Culo inquieto vuelve al ataque ¿Insistir o soltar? La vuelta a la tortilla	
LONDRES 2.0	81
Hogar, dulce hogar ¿Alguien ahí arriba? <i>Sorry, I don't speak English</i> Otro país, otra piel, otra técnica Mi cura de humildad	
VUELVO A CASA	98
Sentir verdad	
META CUMPLIDA	108
Liderando, que es gerundio ¿De quién era el sueño?	
MAESTROS Y MAGIA	123
Mi amiga Penny Cinco minutos de plenitud Creen en mí Sin paños calientes ¿Pájaro en mano? La vida no es justa Sí, quiero ¡Sorpresa!	

¿BUENO O MALO?	152
Bendita crisis	
Todo al rojo	
MARIPOSA BLANCA	168
Tres chupitos de Terry	
MORIR DE ÉXITO	179
Dame un pinganillo y dime tonta	
¿Cimientos o barrotes?	
Éxito y fracaso	
Arroz espartano	
TODO ¿MAL?	199
Los odiadores van a odiar	
Sin batería	
LOS PUNTOS SE CONECTAN	216
Crisálida	
Suelto, salto y confío	
GRACIAS POR TU PASIÓN	239
POSTDATA	250

LENTEJAS, FUTURO Y CALZONCILLOS

«Tardé en entender que mi entorno solo trataba de protegerme y aconsejarme desde su punto de vista. Tardé en entender que la ignorancia y el miedo eran las manos que tiraban de los hilos».

Volvía del colegio, era hora de comer y en la mesa había lentejas. No son mi plato favorito, pero aquel día todo me valía, estaba emocionada porque había llegado el momento de elegir carrera. ¡Lo tenía clarísimo! Cualquier título que me acercara a mi vocación: la comunicación.

Mi experiencia en este campo se remonta a 1988, cuando sin haber cumplido un año de vida empecé a hablar. Desde entonces, antes me ahogo que me callo. Comunicar es mi gran pasión. Hablo en público desde que tengo uso de razón, y estoy segura de que haber pasado mis primeros años de vida en un horno de venta de pan ayudó considerablemente. Mi madre emprendió haciendo empanadillas y, mientras ella trabajaba sin descanso,

yo me entretenía hablando con las vecinas del banquito de enfrente. Con cuatro años la ayudaba a despachar pan, con doce presentaba actos oficiales de mi falla delante de cientos de personas y con veinte me atreví con un monólogo humorístico. La escritura también estuvo presente desde muy pequeña a través de redacciones y cartas a mí misma; en ellas volcaba mis reflexiones y sentimientos. Hace poco encontré una que decía: «Esta es la carta más importante que he escrito nunca. El papá llega muy cansado de trabajar y está triste. Tienes que esforzarte para hacerlo feliz cuando esté en casa». Diez añitos. Ya apuntaba maneras.

Pese a que tenía clara mi vocación, sabía que mi elección de carrera se podía ver truncada por las altas notas de corte para entrar en la universidad pública. La privada no era una opción en nuestra economía familiar. Fuera como fuera, llegué ilusionada pensando en mi futuro y con la esperanza de que encontráramos una solución para poder estudiar. Me sorprendió que mi padre estuviera en casa; trabajaba conduciendo un camión y rara vez coincidíamos entre semana. Lo pillé con la cuchara dentro de la boca y en calzoncillos blancos de algodón. Aunque mi memoria es corta y muy selectiva, nunca olvidaré esa imagen.

—¡Papá! Ha llegado el momento, tengo que elegir carrera y ya sé lo que quiero. ¡Comunicación! ¿Qué te gusta más, Periodismo, Audiovisuales o Publicidad? ¡Me apetecen todas!

—¿Carrera? Ana, aquí no estudiamos carreras. Quien quiera ir a la universidad que se busque las habichuelas. —No apartó la cara de las lentejas. Cuánta legumbre.

Lo viví como una traición personal. Tenía talento, ganas de comerme el mundo, era inteligente, despierta, y mis padres no me apoyaron. Me sentí frustrada y limitada; en la pública no había pupitre para mi casi siete mediocre y me veía incapaz de pagar por mí misma una carrera privada. En aquel momento solo pude CULPAR a mis padres. El capitalismo se fue de rositas.

Y aún hay gente que se cree el discurso de que vivimos en un Estado con igualdad de condiciones y oportunidades. Y una mierda. El criterio al decidir si era apta para estudiar lo que me apasiona dependió de dos cifras: la de la cuenta del banco y la de mi nota de corte. El resto no importó. Aspectos como la vocación, el potencial, las ganas de aportar a la sociedad, la inteligencia emocional o la creatividad aún no tienen cabida en nuestro sistema. Y así nos va. Con miles de titulados ejerciendo sin sentir pasión por lo que hacen y miles de apasionados intentando buscarse la vida para poder hacer lo que aman.

Durante los años siguientes mi rabia interna salía a pasear de vez en cuando y arremetía contra mis padres sin motivo aparente; la procesión, con más de quinientos penitentes, tres bandas de música y veintidós pasos, iba por dentro. Los perdoné y me perdoné por ello hace muy poco.

Me matriculé en Empresariales porque tenía «salida». Allí conocí a más gente en mi situación; nos animábamos los unos a los otros pensando en nuestro futuro, lleno de oportunidades y contratos indefinidos. Al mismo tiempo que intentaba estudiar una carrera que no me gustaba, busqué independencia financiera con un trabajo a media jornada en una cadena

de perfumerías. Aquí se dio mi encuentro con el mundo de la cosmética y el maquillaje. Mi interés por las «pinturitas» había sido mínimo hasta el momento: raya de ojos blanca y labial marrón chocolate —mamá, ¿por qué lo permitiste?—, pero el descubrimiento me vino de perlas. Tenía la piel acneica y, comparándome con la evidente belleza de mi hermana, me sentía un patito feo. Ella era la guapa y yo, la lista.

La alta cobertura y los correctores fueron aliados de mi autoestima en mis inicios con las brochas. También descubrí que me gustaba el trato con la clienta, darle un toque de color y ver cómo sonreía al mirarse en el espejo, aunque tenía claro que los horarios comerciales no encajaban con mi plan de vida. Fue en una clase de estadística aplicada cuando me di cuenta de que estaba perdiendo el tiempo. Y dejé la carrera.

**Es incoherente estar rodeada de números
cuando quieres letras.**

El curso siguiente probé Psicología. Me sentía inferior al resto de mis amigas por no tener título universitario y el maquillaje me permitió darme cuenta de que la parte que más disfrutaba de mi trabajo era poder hablar con mi clienta y ayudarla a que se sintiera mejor. La técnica y el producto eran accesorios de la profesión, lo que realmente me llenaba era conectar con la persona que tenía delante. Duré un curso. No era capaz de compaginar el trabajo de lunes a sábado con los estudios, y tampoco me veía ejerciendo como terapeuta. Poco a poco fui perdiendo el rumbo; no tenía ni idea de qué quería hacer con mi vida.

Seguía soñando con la comunicación, pero cada vez lo veía más difícil y más lejos. Me rendí y me dejé arrastrar.

Acabé pidiendo un préstamo personal para hacer un curso de maquillaje y, aunque solo tenía veinte años, me hicieron responsable del área de promociones y eventos de la perfumería. El nuevo puesto consistía en realizar servicios de maquillaje y manicura en los diferentes puntos de venta de la empresa. No soporto el sonido de la lima, por cierto. Aún conservo una clienta de aquella época, mi querida Pilar. También compré una Vespa azul para ganar tiempo; seguía con horario partido, mañana y tarde. ¿Qué mente privilegiada diseña esos horarios del infierno? ¿No veis que atentan contra la calidad de vida y, por tanto, contra la motivación, el rendimiento del personal y el bienestar social?

Para devolver el dinero al banco empecé a trabajar en una pizzería por las noches. El plano laboral se comió mi parte personal y recuerdo morir de envidia cuando mis amigos hacían planes de fin de semana o preparaban su Erasmus. Yo también quería un Erasmus. Siento que me perdí una parte importante de mi juventud y, si me despisto, aún me culpo por ello a veces. Es cierto que me gustaba lo que hacía, que para lo joven que era estaba muy bien valorada en la empresa, pero siempre supe que no era mi sitio. Y los días empezaron a pesar.

¿Qué color de oveja eliges ser?

Pronto noté que algo no iba bien dentro de mí; la queja pasó a ser mi estado habitual y culpaba de mi infelicidad a todo el que se cruzaba por delante. Pese a que siempre estaba acompañada por mi gran grupo de amigos, compañeras de trabajo, familia y novio, mi estado de ánimo oscilaba entre la ira, la tristeza y la apatía. Estaba jodidamente amargada. Intenté por todos los medios que nadie se diera cuenta, me asustaba que mi gente dejara de quererme.

Utilicé mis recursos para la interpretación y me dediqué a fingir que todo estaba bien mientras me rompía por dentro, pero mi cuerpo empezó a somatizar mi conflicto emocional y el estómago se me hizo un nudo marinero.

Para calmar aquella desagradable sensación recurrí a la comida; comía de forma compulsiva hasta que llegaba el dolor de tripa y el remordimiento. Entonces, me encerraba en el baño y me metía los dedos en la garganta hasta que conseguía vomitar. Los ataques de ansiedad eran habituales, hasta el punto de llegar a desmayarme. Por las noches me cubría la cabeza con la almohada para que no me oyeran llorar en casa y los fines de semana intentaba emborracharme y tener el máximo sexo posible para no sentir el vacío ni escuchar las preguntas que se agolpaban dentro de mí. Veinte añitos.

**Primera crisis existencial.
Primera noche oscura del alma.**

¿Quién era?

¿Qué quería hacer con mi tiempo?

¿Para qué había venido a este mundo?

No tardé en hablar con mis padres para pedirles que me llevaran a un psicólogo. No di detalles de la batalla interna que estaba librando, tan solo comenté que no me encontraba bien. «No digas tonterías cariño, que tú no estás loca», me dijeron. La respuesta avivó mi rencor y me separó un poco más de ellos. Pero no eran los únicos que pensaban así.

Con el paso de los años he comprobado que es una creencia colectiva y muy arraigada en nuestra sociedad. Aún no consigo entender por qué se asocia terapia a «locura», cuando el objetivo de la psicología es estudiar los procesos mentales, las emociones, percepciones y nuestro comportamiento en relación con el entorno que nos rodea. Si tenemos que pasar una vida entera con nosotros mismos, ¡qué menos que entender cómo funcionamos a nivel interno!

Y es que me parece brutal cómo hemos separado cuerpo y alma, dándole máxima importancia al primero, adorándolo incluso, pero ignorando nuestra salud emocional y espiritual. Pasar días comiendo piña y pollo para bajar dos kilos antes de ir a la playa está bien; ir al psicólogo para gestionar emociones es de locos. ¿Soy la única que ve la incoherencia?

La terapia es una de las mejores inversiones de mi vida y, desde entonces, me acompaña en el camino. De hecho, sé que sin ella no estaría escribiendo este libro.

Las primeras sesiones fueron las más duras. Carlos, mi psicólogo, me hacía preguntas que me obligaban a cuestionar hasta el color de mis bragas. Al principio siempre salía mosqueada, no me parecía justo, ¡yo le pagaba! Creía que con él podría quejarme a gusto en su sofá, quería poner de vuelta y media a todos los que me «jodían» la vida, empezando por mis padres. Quería que diera respuesta a mis preguntas y que me señalara el camino que debía tomar. Sin embargo, se empeñó en confrontarme, en hacerme asumir la responsabilidad de mis decisiones y, sobre todo, en que empezara a mirar hacia dentro.

Me resistí cuanto pude.

Pero acabé mirando.

Y allí solo había dolor.

Y vacío.

Aquí empezó mi viaje de autoconocimiento y desarrollo personal. Ese que no acaba nunca. A través de la terapia tomé conciencia de que no podía seguir culpando a los demás de mi infelicidad, asumí la responsabilidad de mi propia vida y empecé a CREER que era posible romper con lo que no quería.

—Mamá, quiero ser libre. Voy a dejar la perfumería.

—Ana, ¿estás segura? La cosa está fatal ahí fuera. —Estábamos en plena crisis de 2008.

—Mamá, mi alma está triste. Siento que he venido a este mundo para hacer algo más y estoy perdiendo el tiempo.

—¡Ay, Ana María! Con lo que vales, podrías llegar a ser encargada de la perfumería.

Si mi mirada hubiera echado fuego, mi madre no tendría cejas. No tenía nada en contra de las encargadas de perfumería, pero sí que lo tuve en contra de mi madre al pronunciar aquellas palabras. Le había explicado cien veces que no quería maquillar, que mi vocación era la comunicación. Me enfurecía que mis padres no vieran el potencial que creía tener. También mi entorno en aquel momento me animaba a que siguiera con mi trabajo porque «se me daba bien» y era lo mejor que podía hacer «tal y como estaban las cosas». Acabé pensando que tenía una tara. ¿Era la oveja negra desagradecida? Todos veían la SUERTE que tenía de tener trabajo. Menos yo. Miré a otro lado y dejé la terapia.

Decidí conformarme.

Y empecé a dudar de mí misma.

Quizá no tenía las capacidades que creía tener, quizá los demás estaban en lo cierto y era Anita la Fantástica, quizá era hora de «bajar a la Tierra». Tardé en entender que mi entorno solo trataba de protegerme y aconsejarme desde su punto de vista.

Y lo hacían lo mejor que sabían. Tardé en entender que la ignorancia y el miedo eran las manos que tiraban de los hilos.

Y es que el sistema va limitándote sutilmente hasta convertirte en la oveja blanca que necesita que seas. Cuando somos pequeños sabemos lo que nos gusta, lo que nos divierte, nos atrevemos a soñar y a disfrutar de la vida, pero a medida que cumplimos primaveras nos encontramos con normas y barreras que delimitan la zona del rebaño para que todo funcione según lo establecido. Nos hacen dudar de aquello que somos. Nos coartan el talento y nuestra forma única de brillar. Nos quieren iguales, adoctrinados y sujetos. Nos hacen creer que somos afortunados por poder pastar en el trocito de hierba que se nos ha concedido, cuando podríamos hacerlo en el campo entero. Nos dictan cómo debemos pensar, actuar y sentir. Y pobre de la oveja que quiera explorar nuevos horizontes. Pero tiene sentido. Porque ¿qué pasaría con el señor pastor si las ovejas decidieran campar libres y a sus anchas?

El tiempo se convirtió en mi obsesión, cada mañana me levantaba con la sensación de estar perdiéndolo. La vida me dio tregua cuando Bobbi Brown me incorporó a su equipo con un horario intensivo que me dejaba las mañanas o las tardes libres. Aproveché para estudiar el Ciclo Superior de Asesoría de Imagen Personal para poder enmarcar un título. Al terminar lo mandé todo a la mierda. Y hui lo más lejos que me atreví.

¿Afrontar o huir?

Planeé mi abandono del país con sigilo y esmero. Busqué una forma de hacer mi Erasmus particular, aunque no hubo fiesta ni amigos. Sin decírselo a nadie, entré en internet para buscar trabajo de *au pair* en cualquier parte del mundo; vivir con una familia extranjera y cuidar niños era mi única alternativa económica para vivir fuera. Es cierto que no era muy niñera, pero me estaba ahogando, quería ver mundo, separarme del rebaño, aprender otro idioma y descubrir mis propias respuestas. No tardé en encontrar una oferta para vivir con una familia sueca. La madre parecía adorable en los cinco *emails* que nos cruzamos, los niños eran rubios y guapos y la casa daba a un lago de postal con pista de hielo natural. Las fotos quedarían ideales en mi perfil de Facebook. Compré el vuelo a escondidas, dejé el trabajo y di la noticia en casa en plena Navidad, a dos semanas de irme. Todo el barrio escuchó los gritos de mi padre prohibiendo mi aventura. Exploté cuando me dijo que sufría infelicidad crónica y que, por tanto, nunca sería feliz. Volvíamos a estar en la cocina.

—No sé si te importo lo más mínimo, pero en el caso de que así sea tienes que entender que ya no puedo más, que odio mi vida. No sé si es infelicidad crónica o qué coño me pasa, pero quiero descubrirlo por mí misma. Tengo veintitrés años y llevo cinco metida en la jaula del comercio. ¡Que no haya

estudiado no significa que no pueda vivir la vida que quiero! Quiero descubrir, explorar, conocer gente nueva que piense de forma diferente a mí y, sobre todo, a vosotros. Quiero crecer y aprender otro idioma que me abra puertas en países con más oportunidades. ¡Quiero salir de aquí! ¡Me muero! ¡Quiero descubrir para qué valgo y ser libre! Si quieres seguir teniendo hija, acéptame tal y como soy, porque te aseguro que no voy a seguir conformándome.

—De acuerdo. —Le temblaba el bigote y tenía los ojos abiertos de par en par—. Haz lo que quieras, Ana María.

Se levantó y salió de la cocina. Volvía a estar en calzoncillos. Solo pude pensar en dos cosas: ¿por qué en todos los momentos clave iba en gayumbos? ¿Quién había tenido la brillante idea de bautizarme como Ana María?

Toda mi familia me acompañó al aeropuerto y lloró al despedirme mientras cruzaba el control de seguridad con tres maletas rosas de los chinos y lanzaba besos sin disimular mi alegría por dejar mi vida atrás. Cuatro horas de vuelo me separaban de Estocolmo. Allí me esperaba una familia de desconocidos para meterme en su coche y llevarme a mi nueva casa. ¿Nervios? Cero. Aún puedo sentir la sensación de liviandad que me provocó el despegue. Sonreí a mi reflejo en la ventanilla y me sumergí en una siesta a pierna suelta. Estaba a punto de alcanzar mi tan ansiada LIBERTAD.

Primera vez.

Solté, salté y confié.