



INSTITUTO CARO Y CUERVO

SEMINARIO ANDRÉS BELLO  
MAESTRÍA EN ESCRITURA CREATIVA

ESCRIBIR 'TOCADO'  
DIEGO VALDIVIESO GALÁN

BOGOTÁ

2022

INSTITUTO CARO Y CUERVO

FACULTAD SEMINARIO  
ANDRÉS BELLO

MAESTRÍA EN ESCRITURA CREATIVA

ESCRIBIR 'TOCADO'

DIEGO VALDIVIESO GALÁN

TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE: MAESTRO EN  
ESCRITURA CREATIVA

DIRECTORA DEL TRABAJO DE GRADO: ANDREA SALGADO

BOGOTÁ

2022

## BIBLIOTECA JOSÉ MANUEL RIVAS SACCONI

### INFORMACION DEL TRABAJO DE GRADO

1. TRABAJO DE GRADO REQUISITO PARA OPTAR AL TÍTULO DE: MAESTRO EN ESCRITURA CREATIVA

2. TÍTULO DEL TRABAJO DE GRADO: ESCRIBIR 'TOCADO'

3. SI AUTORIZO

NO AUTORIZO

A la biblioteca José Manuel Rivas Sacconi del Instituto Caro y Cuervo para que con fines académicos:

- Ponga el contenido de este trabajo a disposición de los usuarios en la biblioteca digital Palabra, así como en redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la Facultad Seminario Andrés Bello y el Instituto Caro y Cuervo.
- Permita la consulta a los usuarios interesados en el contenido de este trabajo, para usos de finalidad académica, ya sea formato impreso, CD-ROM o digital desde Internet.
- Socialice la producción intelectual de los egresados de las Maestrías del Instituto Caro y Cuervo con la comunidad académica en general.
- Todos los usos, que tengan finalidad académica; de manera especial la divulgación a través de redes de información académica.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, "**Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores**", los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. Atendiendo lo anterior, siempre que se consulte la obra, mediante cita bibliográfica se debe dar crédito al trabajo y a su autor.

### IDENTIFICACIÓN DEL AUTOR

Nombre completo: Diego Valdivieso Galán

Documento de Identidad: 1136881874

Firma:

### DESCRIPCIÓN TRABAJO DE GRADO

#### AUTOR

Apellidos	Nombres
Valdivieso Galán	Diego

--	--

**DIRECTOR (ES)**

Apellidos	Nombres
Salgado Cardona	Andrea

TRABAJO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE: Maestro en escritura creativa

TÍTULO DEL TRABAJO DE GRADO: Escribir 'tocado'

NOMBRE DEL PROGRAMA ACADÉMICO: Maestría de escritura creativa

CIUDAD: Bogotá AÑO DE PRESENTACIÓN DEL TRABAJO: 2022

NÚMERO DE PÁGINAS: 46

TIPO DE ILUSTRACIONES: Ilustraciones No Mapas No Retratos No  
Tablas, gráficos y diagramas No Planos No Láminas No  
Fotografías No

MATERIAL ANEXO (Vídeo, audio, multimedia):

Duración del audiovisual: \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Minutos.

Otro. ¿Cuál? Ninguno X

Sistema: Americano NTSC \_\_\_\_\_ Europeo PAL \_\_\_\_\_ SECAM \_\_\_\_\_

Número de archivos dentro del CD, en caso de incluirse un CD-ROM diferente al trabajo de grado: \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

PREMIO O DISTINCIÓN (En caso de ser Laureadas o tener una mención especial):

---

---

DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES: Son los términos que definen los temas que identifican el contenido. *(En caso de duda para designar estos descriptores, se*

recomienda consultar a la dirección de biblioteca en el correo electrónico

[biblioteca@caroycuervo.gov.co](mailto:biblioteca@caroycuervo.gov.co)):

<b>ESPAÑOL</b>	<b>INGLÉS</b>
TOC	OCD
EL OFICIO DE ESCRIBIR	THE TRADE OF WRITING
FRAGMENTOS	FRAGMENTS
POESÍA	POETRY

### RESUMEN DEL CONTENIDO Español

Este trabajo empieza hablando de la escritura y con preguntas que me hago alrededor de ella: cómo escribir, cómo escribir sobre un objeto, sobre la naturaleza, sobre un cuerpo, sobre otra persona, si es mejor no escribir. Después escribo sobre el TOC, lo que me permitió desbloquearme para poder seguir escribiendo. Cuento cómo el TOC ha atravesado mi vida y se ha manifestado en diferentes momentos.

También hay un pequeño diario en el que cuento un periodo difícil por el que estaba pasando este año. Allí hay unos poemas sobre el amor, el dolor, el deseo, y unos fragmentos en los que hablo del yoga y cómo me ayudó para sentirme mejor. Finalmente creo unos personajes cada uno con un rasgo particular. Cada uno de esos personajes describen algo de mí.

### RESUMEN DEL CONTENIDO Inglés

This work begins talking about writing and with questions that I ask myself around it: how to write, how to write about an object, about nature, about a body, about another person, if it is better not to write. Then I write about OCD, which allowed me to release myself so I could continue writing. I describe how OCD has been present throughout my life and has manifested in different moments.

There is also a little diary where I recount a difficult period I was going through this year. There are some poems about love, pain, desire, and some fragments in which I talk about yoga and how it helped me to feel better. Finally, I create some characters each with a particular trait. Each of these characters describe something about me.

## Índice

Siempre la duda: cambio de ruta	3
No	8
Pequeño diario de una lucha contra el miedo	21
Escenas	33
Un dechado de yoes	42
Bibliografía	50

## Siempre la duda: cambio de ruta

Hace varios años pensé: algo me tiene que gustar, tengo que encontrar qué me llame la atención y por lo que esté dispuesto a invertir tiempo y dinero. Escogí la escritura porque pensé que era de las pocas cosas que me interesaban y porque en ella encontré, en los talleres de lectura y escritura, en los libros, en la escritura misma, encontré un refugio.

A pesar de que me interesa la escritura y todo lo que la rodea, siempre he creído que no encuentro la manera de expresar lo que quiero, y que además no tengo nada que merezca ser escrito y leído por otros. Este es el pensamiento más recurrente, que no puedo, que no sé, que no sé hacer nada. Y algo que tiene que ver en esta percepción que tengo de mí es el TOC (trastorno obsesivo compulsivo). El TOC afecta la concentración, la memoria, los procesos de aprendizaje, la creatividad, la autoestima, genera sentimientos de culpa y vergüenza. ¿Sufro de todo esto? No lo sé, no puedo estar seguro, pero sí me desconcentro muy fácil, no recuerdo nada de lo que leo o veo, creo que no soy creativo ni tengo una imaginación rica, tengo la autoestima baja y constantemente siento culpa y vergüenza.

Yo dudo de todo, y durante la maestría aparecieron mis dudas alrededor de la escritura: ¿sirve de algo la escritura? ¿Es inútil escribir? ¿Es mejor no escribir? ¿No sirvo para escribir? Al mismo tiempo fueron apareciendo otro tipo de preguntas: ¿cómo escribir las emociones? ¿Cómo transmitir la vida a través de la escritura? ¿Qué es una escritura honesta? ¿Cuáles son las cosas que no se pueden escribir porque no hay palabras para ello? ¿Cómo escribir la naturaleza, los espacios, la familia, el amor, la vida? Quería intentar responder estas preguntas dialogando con lo que dicen los libros. Empecé a hacerlo pero sentía que escribía cualquier cosa, pensamientos e ideas vagas, y no avanzaba. Creía que era una empresa muy grande lo que trataba de lograr, y aparecía recurrentemente la idea de no poder escribir, no saber cómo.

En esta búsqueda de entender para qué sirve la escritura y de mi desconfianza hacia ella, leí libros como *El libro vacío*, de Josefina Vicens, una novela sobre un hombre que siente que lo que escribe es una basura, pero no puede dejar de hacerlo; la imposibilidad de escribir pero la imposibilidad aun mayor de dejar de hacerlo.

¡Ah, quisiera tener por lo menos una idea, una creencia a la que pudiera recurrir permanentemente! No cuento con un solo pensamiento fijo, endurecido. Todos caen de mí, en este cuaderno sumiso, como un follaje provisional, como pensamientos “de la estación”. ¿De qué van a servir? ¿A quién van a servir? ¿Por qué insisto en escribirlos? (96).

Encontré otras ideas en el cuento *La verdad del hecho, la verdad del sentimiento*, del libro *Exhalación*, de Ted Chiang, en el que se habla del cómo la escritura sirve como herramienta y cómo puede transformar toda una cultura. Olga Tokarczuk en su discurso al recibir el Nobel de Literatura, además de contar cómo la literatura ha ido perdiendo peso por otras formas de narración que requieren menor atención por parte del espectador y de hablar de la importancia de los mitos fundacionales en la sociedad, crítica que hoy se escriba tanto en primera persona, con lo cual me sentí interpelado, pues yo casi siempre he escrito de esa manera y sobre mí, como si no hubiera nada más importante que lo que me pasa. “Creo que la narración en primera persona es muy característica de la óptica contemporánea, en la que el individuo desempeña el papel de centro subjetivo del mundo” (“La Nobel de literatura Olga Tokarczuk reivindica la ternura para mejorar el mundo, la vida”).

Por lo innovador y atrevido que es acudí a *El arte nuevo de hacer libros*, de Ulises Carrión: el autor fue reconocido en las letras a una temprana edad, pero pronto quiso quitarse esa etiqueta y empezó a indagar en otro tipo de artes, sin dejar de escribir pero haciendo mucho más y siendo siempre crítico de la literatura. En el arte nuevo de hacer libros, Carrión dice que los libros son aburridos, pues el escritor solo se preocupa por las letras y no por ocupar de una

manera interesante el espacio (la poesía es la que más se acerca), y por eso aboga por un arte, el libro como un objeto de arte. “Las palabras pueden ser diferentes en cada página; pero cada página, en tanto que tal, es idéntica a las precedentes y a las que siguen” (41).

En *Bartebly y Compañía*, de Enrique Vilas Matas, el protagonista explica por qué muchos escritores dejaron de escribir, pues se dieron cuenta de que era mejor no seguir haciéndolo: con lo que habían escrito había sido suficiente, o simplemente perdieron la inspiración. Se habla de la escritura del No, que es la negación de la misma, allí está la esencia de la escritura y solo así se puede escribir. “Una tendencia en la que se encuentra el único camino que queda abierto a la auténtica creación literaria; una tendencia que se pregunta qué es la escritura y dónde está y que merodea alrededor de la imposibilidad de la misma” (13). También aparece la idea de no hacer ninguna actividad, como dijo Oscar Wilde, citado por el protagonista de *Bartebly y Compañía*, “no hacer absolutamente nada, que es la cosa más difícil del mundo, la más difícil y la más intelectual” (116).

Anne Boyer, en *Manual para destinos defraudados*, amplifica la defensa del No a todas las esferas de la vida: no seguir el orden preestablecido, callar, negarse a hacer cómplice de una barbarie, hacer una pausa, y también encontrar en la escritura misma (a diferencia de la escritura del No), en la poesía, una refutación de lo que sucede afuera: “Su silencio relativo es la forma solapada de cantar que tiene la negación. Sus huidas hacia un amplio interior son a veces, en un mundo de actividad exterior febril, un método de permanecer quieto” (13).

Pero como dije antes, a pesar de que estaba leyendo y escribiendo, me sentía bloqueado, así que decidí cambiar de tema, escribir del TOC, que se ha manifestado en diferentes áreas de mi vida, la ha atravesado y se hace presente todos los días. Nunca había escrito sobre este tema, solo unas pocas líneas, entonces pensé que podía ser un buen momento de hacerlo. Y era una forma de responder ante la impotencia que sentía de no poder escribir o no estar conforme con lo que escribía.

Como estoy cansado de escribir sobre mí, pues casi siempre lo he hecho, quise utilizar la segunda o tercera persona, como una manera de tomar distancia. Para eso leí *Una lírica estadounidense*, de Claudia Rankini, en el que la autora, con sutileza, utiliza la segunda persona y cuenta cómo sufrió el racismo.

En la puerta principal, presionas con firmeza el pequeño botón del timbre. Cuando por fin se abre la puerta, la mujer que tienes delante grita a pleno pulmón: ¡Fuera de mi casa! ¿Qué está usted haciendo en mi jardín?

Es como si un dóberman pinscher o un pastor alemán herido hubiera adquirido la capacidad de hablar. Y aunque retrocedes unos pasos, consigues decirle que tienes una cita. ¿Tiene una cita? Te espeta de vuelta. Luego se detiene. Todo se detiene. Ah, dice ella, y después, ah, sí, es cierto. Lo siento. (28)

Empecé a escribir en segunda y tercera persona sobre el TOC, sobre eventos que había vivido, pero me sentía inútil, se sentía raro hablar de un “él” sabiendo que era yo. Definitivamente no me gustó. Y así no quisiera hacerlo en un principio, empecé a escribir en primera persona y me sentí más cómodo, a partir de ahí fluyó más la escritura. Escribí de diferentes sucesos en mi vida en los que el TOC se ha manifestado (hay veces que uno puede no estar seguro de que sea TOC, pero probablemente la mayoría de los sucesos de los que hablo si están asociados con este trastorno).

También leí y escuché programas sobre TOC, no lo hice propiamente pensando en la tesis, sino para entender (me) cómo me afecta, para sentirme identificado con otros. En un podcast que se llama *OCD stories* invitan terapeutas especialistas en TOC o personas que han visto cómo este trastorno les ha condicionado la vida. Allí he visto cómo a muchas personas con TOC les ha servido la meditación, el mindfulness, por supuesto la terapia y, en varios casos, la medicación. Es esperanzador escuchar a personas que sentían que no podían más y lograron salir adelante, a pesar de que todavía pueden pasar por períodos difíciles. En terapia, y en este podcast y leyendo sobre TOC, he podido aprender cómo en la medida que uno se

expone a sus miedos, en vez de querer evitarlos pues esto solo hace que se incrementen, puede superarlos, esto se conoce como EPR (Exposición y Prevención de Respuesta).

También escribí un pequeño diario en el que contaba una depresión que tuve a principios de este año, por la que tuve que aumentar la dosis del antidepresivo que tomo desde hace cuatro años. En ese pequeño diario hablo de lo que he sentido con el yoga y la meditación, que me han servido para sentirme mejor, y también cuento el miedo y el dolor por los que estaba pasando. Finalmente hice un ejercicio de crear personajes, cada uno de los cuales podrían ser yo. Para crear estos caracteres leí *El Testigo oidor- 50 caracteres*, de Elias Canetti, que a partir de un rasgo de la personalidad de una persona crea un caracter (La Ovillapenas, El Proyectista, El Caldealágrimas, entre otros). Básicamente lo que yo hice fue coger aspectos de mi personalidad, jugué con ellos, algunos los exageré más que otros, y creé personajes que todos sumados me pueden definir, aunque yo soy más que ellos y más que esos rasgos.

Esta tesis empezó como una exploración de mi bloqueo al escribir y como una búsqueda de mi propia escritura —sigo buscándola—. También, como una declaración de desconfianza sobre la escritura —la de otros, la mía—. Y como un intento por responder preguntas sobre el mismo acto de escribir. Pero en un punto no supe cómo seguir respondiendo estas preguntas, me estancué, y por eso decidí tomar otro camino, escribir unas páginas que me permitieran abordar el tema del TOC, que me ha definido, me ha hecho, en buena medida, ser quien soy. Este trastorno para mí ha sido una carga, un lastre, al que quisiera sacarle algún provecho pero no he encontrado la manera. Y sé que me va a acompañar toda la vida, que nunca se irá, lo cual es abrumador de pensar, pero también creo que he sabido lidiar con él mejor que antes, que algo he aprendido, aunque estoy cansado.

**No**

## **Escribir y borrar**

Aquí estoy, una vez más, tratando de escribir algo de calidad. Escribo un texto por milésima vez y, si la tendencia continúa, no voy a tener un buen resultado. Pero también sé que no me debo desesperar, que tengo que ser paciente, que tengo que confiar y no dejarme llevar por el miedo mientras escribo.

Escribo una palabra y la borro. Escribo, escribo y escribo y me da la impresión de que cualquier palabra está mal puesta, mal usada. A veces pienso que soy perfeccionista, pero más bien creo que estoy asustado y necesito cerciorarme de algo muchas veces: que las puertas estén bien cerradas, que la estufa no se haya quedado prendida, que el texto no parezca ridículo, lo leo una y otra vez, le hago varios cambios, y me sigue pareciendo que no sirve.

El TOC afecta mi vida de muchas maneras (creo, pues tampoco puedo estar seguro de que todo es TOC, pero por lo que me han dicho en terapia la mayoría de lo que me pasa tiene que ver con este trastorno); en el trabajo: creer que todo lo que hago está mal hecho, y que otros se dan cuenta; en el estudio: déficit de concentración, mala memoria. Releo párrafos más de una vez por creer que no entendí nada, escribo con desconfianza, desecho la mayoría de lo que escribo, pero lo guardo en algún otro documento por si sirve, aunque nunca vuelvo a utilizar ese material. La escritura refleja las carencias de mi vida, pues no tengo las herramientas para explotar mi creatividad, me bloqueo; en las relaciones personales: desconfío de todo el mundo, me siento juzgado constantemente, salvo por las personas más cercanas; en relaciones amorosas: me obsesiono con alguien y al poco tiempo pierdo el interés, o ella por mí, pero no soy capaz de decirlo, y puedo quedarme mucho tiempo ahí esperando a que la otra persona tome la decisión de terminar; en el sueño: altas dosis de ansiedad que no permiten dormir.

Dicen que se le puede sacar el lado bueno al TOC, como obsesionarse con algún proyecto y sacarlo adelante, pero yo no lo he logrado. En cuanto a la escritura, ¿cómo sacarle provecho al TOC? ¿Tal vez dejándose llevar por el mismo trastorno y escribir compulsivamente? ¿Dejando que sea vea el caos interno que produce? ¿Repetir palabras y más palabras? ¿Dejar que salgan a relucir ideas absurdas, ilógicas, que no tienen sentido, pero que me termino creyendo? Tal vez esa sea una manera de no hacerle resistencia, de utilizarlo como un aliado. En vez de luchar contra él, dejarlo que esté, porque entre más uno lo intente evitar más presente va a estar.

Me da la impresión de que no termino de ver la realidad como es, sino difuminada por ideas obsesivas y fantasiosas. La mente no se calla, no descansa, no duerme como debería. ¿Pero y si me vuelvo obsesivo con escribir? Las palabras me bailan y no las puedo atrapar y yo voy detrás intentando que el cuerpo escuche la música. No veo las palabras, se esconden, pero no desisto de alcanzarlas, insisto una y otra vez.

### **No escribir**

Yo no he sentido eso que dicen de que uno no puede vivir sin escribir. ¿No sentirlo está mal? ¿Escribo y escribimos por encontrar algo que hacer, algo en lo que llenar el tiempo y para sentir que algo nos gusta en la vida? ¿Escribimos porque necesitamos que nos escuchen así no tengamos nada para decir, así como hablamos por hablar? ¿Siente uno una pequeña emoción —guau, qué importante— así que hay que escribirla?

Hoy las palabras no me salen, ni escritas ni de la boca. Hay un cortocircuito entre el cerebro y la boca, entre el cerebro y el corazón, entre el cerebro y el papel, entre el cerebro y el exterior, entre los demás y yo. Vivo encerrado en mi cuerpo, le temo a lo que hay afuera y

siempre pongo una barrera con las personas —así no se note— por miedo a que me hagan daño. Soy una fotocopia, una mala impresión de mí, y mis textos son la fotocopia de la fotocopia.

A veces me siento un impostor. Si creo que escribí algo sincero al día siguiente creo que no lo es; sentí tal cosa: no, no la sentí, es solo sensiblería puesta en palabras; expongo un pensamiento: no lo pienso, solo me sonó bien al escribirlo; esta metáfora revela tal imagen: no es así, solo quiero parecer poético. Son palabras sucias. No confío en mí, no confío en mi escritura. A mí no me dieron el don de las palabras. Ni la inteligencia. Me tocó buscar en otro lugar.

Detrás de una capa hay otra capa, y tras esa hay otra: allí se encuentra lo que quiero decir. No lo he encontrado. Con la escritura magnifico, intento engrandecer más de la cuenta cualquier idea, emoción, suceso que viví. ¿Qué le importa al mundo lo que yo tenga por decir? ¿No es mejor agachar la cabeza, solo leer y decir hasta aquí llego con mis intentos de ser escritor? Y si hay tantos libros, ¿para qué más?, ¿para qué “mi librito”? Se sumará a los cientos de miles que se arruman en cajas que nadie destapa, si acaso seres queridos de los autores de los libros. Pero, también, qué importa escribir cualquier cosa. Si es malo, qué importa. Si se hace el ridículo, qué importa. Un texto más, un texto menos, qué importa cuando pasan cosas tan graves alrededor. Que escriban los que no lo saben hacer. O que no escriba nadie. Lo que sea está bien. Además, los mejores libros ya existen, con eso basta.

Yo, que decidí hacer dos maestrías en escritura creativa, me pregunto si me iría mejor en otro oficio, si me equivoqué al tomar este camino —creo que sí—, uno en el que no tuviera que volcar el pensamiento en palabras. Tratando de encontrar algo que me guste en la vida llegué a la escritura. Y aquí estoy sin saber lo que estoy haciendo. Escribo y me doy cuenta de que no se me da bien —por lo menos hasta el momento— y no solo yo lo pienso. ¿No sería

una buena idea salir por la puerta, cerrarla sin hacer mucho ruido, y decir: estuvo bien, lo intenté, pero esto no es para mí.

¿Y uno cómo sabe qué se le da mejor cuando escribe? ¿Uno lo intuye u otros lo leen y se lo dicen? ¿La ficción o la no ficción, los cuentos, las novelas, la poesía? ¿Algo que no pertenezca a ningún género? ¿Algo que exista mejor afuera de un libro? Porque nos enseñan que un género es esto y no lo otro, que un texto tiene que ir dentro de un libro. Escribió Ulises Carrión: “Un libro puede ser el recipiente accidental de un texto cuya estructura es diferente al libro” (38).

Desconfío de las palabras, habladas y escritas, me cuesta creer en la posibilidad de escribir algo que pueda expresar lo que se quiere expresar, como dijo Marcel Duchamp: “Las palabras no tienen absolutamente ninguna posibilidad de expresar nada. En cuanto empezamos a verter nuestros pensamientos en palabras y frases todo se va al garete” (65).

Quisiera creer que lo que he dicho hasta aquí en este texto no es completamente cierto, pues tiendo a reprobarme todo y tampoco quiero eso: ya me valoro más. Ojalá la escritura y yo podamos llegar a entendernos mejor de lo que sospecho.

### **No pensar tanto**

Quiero escribir brochazos, trazos rápidos. Soltarme, dejarme ir. Asomarme al mundo y plasmar lo que veo allí, sin forzarlo, como una planta que crece, naturalmente.

Textos que no teman, que confíen en su propio mundo, como un niño que juega libremente, que imagina que es posible hacer todo lo que imagina.

Intentar escribir como cae la lluvia y como se mueve el viento, suaves y fuertes, como ráfagas, rayos y relámpagos que duran segundos y se van, pero quedan resonando.

Escribir como suena una canción, que las palabras sean como dos cuerpos que están bailando y se olvidan del resto.

Quiero habitar el presente, el presente de estar escribiendo un texto, y olvidar por un momento los dolores, lo preconcebido. Estar solo con la página, dejar salir lo que quiere salir, lo que quiere ser dicho, lo que identifico de la expresión genuina de las cosas.

No quiero perderme en lo opaco que veo al mundo y me veo a mí, donde la bruma no me deja distinguir un paisaje. Quiero, por momentos, olvidarme de mí al escribir para ver otras cosas, muchas más de las que creo que existen cuando estoy embriagado en mis propios temores; otros mundos posibles, más ricos, más vastos.

Sé que es muy difícil lograr todo lo anterior, pero a veces uno intenta hacer hasta lo imposible así sepa que no lo va a conseguir.

### **¿Cómo lo escribo?**

Me pregunto cómo escribir una palabra, dos palabras, tres, una oración, dos oraciones, tres, un párrafo. Luego, de nuevo: una palabra, dos, tres, una oración, dos, tres, segundo párrafo. O escribir algo que no sea un párrafo, pero que sea algo. Se puede darle cierto ritmo al texto, se puede escribir una oración bonita —al menos convencer a algunos cuantos de que lo es—, una detrás de otra, se puede agrandar con las palabras escritas, así como agrandan quienes son elocuentes al hablar, pero ¿cómo hacer algo que verdaderamente valga la pena que los otros lean? Algo que sacuda, que llegue al corazón.

Me pregunto cómo no derramar palabras que solo ensucian el papel. Cómo expresarse al escribir y expresar el mundo, los objetos, la naturaleza, las personas, hasta encontrar agua, tierra, fuego. Cómo escribir sin miedo, poder soltar las manos si uno está tieso, y no dejarse dirigir el pulso.

## ¿Cómo lo escribo otra vez?

Cómo escribir el pasto cuando uno pone su cara sobre él, se siente como pica, y al frente se ve un mundo diminuto de pasto, y luego uno vuelve la cabeza hacia arriba y ve el cielo, que nos cubre y nos mira en silencio. Cómo hablar del cielo, al que siempre quiero mirar, a cualquier hora. Allá arriba sé que hay algo. Todas las noches, todos los días y cuando no es de noche ni de día. Hay algo más allá, en lo profundo de la luz y lo oscuro, tan profundo que no alcanzamos a verlo, detrás de las nubes, del cielo, en un lugar al que no sabemos si tenemos acceso.

Cómo escribir la tarde que emite una atmósfera de melancolía cuando el cielo se está oscureciendo, todavía hay un rastro de luz pero ya se va, irremediamente, y llega la noche, abrigadora de vez en cuando, desamparadora muchas veces. Cómo escuchar —y escribir— a un animal que nos quiere decir algo en un lenguaje que no entendemos, como los pájaros, que cantan sus canciones cuando casi todos duermen en la madrugada, y no sabemos dónde están, pero están ahí, y luego vuelan en el día y se paran en ramas y techos y siguen cantando, pero ya nadie los escucha.

Si una gallina pone un huevo, lo tomo, poco a poco le quito la cáscara, llevo al pollo, le abro la piel y veo su corazón latir: a eso quiero llegar en la vida, y así, escribir.

Si imagino el cuerpo de ella, cómo lo escribo si no lo he tocado. Cómo lo muevo, cómo sacudo su pelo y lo recojo. Y cómo escribo ese otro cuerpo que sí toqué si no lo supe contener cuando se hundía, cuando se abría ante mí. Si bebí su sal, pero apenas la retuve en la lengua. Si no supe absorber su aliento. Lo intenté todo, y la amé, pero estaba demasiado concentrado en mí, con la mirada en el suelo, tratando de entender por qué la vida es tan difícil cuando no lo parece —como escribir—. Cómo escribo ese cuerpo que amé, que saboree cada parte, y ya no tengo al lado, pero todavía me excita al recordarlo.

Cómo escribir la cama en la que se imagina un cuerpo al lado, un cuerpo al que se extraña y, en un gesto inútil y triste, se toca esa parte vacía de la cama. La noche cuando no se tiene sueño es una amenaza de varias horas: todo esto falta para llegar al día siguiente, hay que atravesar este obstáculo de tiempo para que amanezca. Y cuando empieza el día siguiente se llega cansado, maltrecho, con frío y de mal genio. En la cama a veces pareciera que a uno nadie lo puede atacar, que se está en un lugar seguro, como si se estuviera en el vientre de la madre, pero en todas partes hay peligro, incluso si se pudiera volver al vientre. Aunque uno se trate de esconder entre sábanas y cubrelechos, aunque se aprieten fuerte las cobijas hacia el cuerpo, entra un viento frío. La noche llega con su oscuridad y aparecen las pesadillas, el insomnio. La cama es descanso y angustia, rezo e infierno.

### **Cuerpo y texto**

Uno está inmerso en el único cuerpo que uno puede estar inmerso, salvo cuando se hace el amor, pero ese otro cuerpo no le pertenece. El cuerpo es la soledad de uno con uno mismo, lo que lo acompaña toda la vida, todos los días. Uno es uno solo con los pensamientos, con las emociones y con el cuerpo, con cada parte que olvidamos tener.

Uno está solo con su cuerpo y solo con el texto, el que escribe o el que lee. No hay nadie que pueda hacer nada por el cuerpo de uno si uno no lo hace, no hay nadie que pueda hacer nada por el texto de uno si uno no lo hace. Uno puede recibir consejos, pero el trabajo esencial es en soledad. Con lo que hay dentro de ese cuerpo se trata de crear un objeto, que es el texto.

Uno trata al cuerpo de determinada manera —o el cuerpo se ve afectado por lo que uno siente— y los resultados saltan a la vista, en las heridas, en la mirada, en la sonrisa, en la forma de hablar. Uno trata al texto de determinada manera y se ve en las palabras, en el ritmo, en la

contención, en el silencio. El texto es un cuerpo que se crea, el que uno puede crear y no el que le tocó.

El cuerpo es un texto que uno va escribiendo, casi sin darse cuenta, con los años. El texto que uno más quiere leer es otro cuerpo desnudo. Un cuerpo desnudo puede ser como una hoja de papel: no tiene florituras, no tiene nada más que el cuerpo, que la hoja en sí que, al mismo tiempo, tiene mucho por ser leído. Uno se entrega a un texto y al otro cuerpo, es la única forma de leer; ya se verá después si satisface o no.

Un cuerpo ajeno se lee como se lee un texto: se aspira a conectar con él, a que nos muestre que hay adentro. El cuerpo de otro es el refugio que se anhela, pero mientras tanto uno se refugia en el propio cuerpo, con la suerte de que la soledad sea bien llevada, o con la mala suerte de que sea abrumadora. Lo que uno quiere es entrar en otro cuerpo y en el texto, ser absorbido por ellos, acogido, olvidarse de uno por un momento, olvidarse del yo.

## **Párrafos**

Pienso en la forma de los párrafos. Cortos y largos. La belleza de la forma, que se da por las palabras que se escojan, por el ritmo. Un párrafo de solo una oración, cuando dice mucho en esa línea, por lo corto y hermoso, es como un poema.

También son bellos los párrafos larguísimos, de páginas enteras. Casi que el autor o la autora nos dice: no voy a dividir este texto en varios párrafos solo para hacer más amable la lectura. Y se echa todo el carretazo en un párrafo que puede ser de más de una página. Cuando la lectura no atrapa, esos párrafos dan temor, pero cuando sí, son como montañas para subir sin esfuerzo, como dejándose arrastrar por una cuerda, que es la prosa de quien escribe.

Los párrafos de una o dos líneas son, en cambio, como una ráfaga de viento, pasan rápidamente, en segundos, y refrescan, alivian. Como este de Ursula Le Guinn, en *Contar es*

*escuchar*: “Estar en sincronía —internamente y con el entorno— simplifica la vida. Perder la sincronía siempre es incómodo o desastroso” (255).

También los párrafos nos pueden limitar, como nos limita la página. ¿Por qué todo lo que uno quiere escribir se reduce a un párrafo, a una página, a unas medidas que tienen las páginas, a escribir en el centro, y no en los márgenes, a escribir oraciones, más oraciones, palabras seguidas las unas de otras? Ulises Carrión, en *El arte nuevo de hacer libros*, dice que los libros son aburridos porque son todos iguales, las páginas son las mismas, solo cambian las letras. Un escritor escribe textos pero no piensa en el resto del libro, no aprovecha el espacio de la página, solo hace uso de ella como siempre le dijeron que se hacía. No hay una preocupación porque cada página sea única, por eso aboga por el arte nuevo de hacer libros: “En el arte nuevo cada página es diferente; cada página es como un elemento individual de una estructura (el libro) que tiene una función particular que cumplir” (41).

Algo distinto se puede hacer y se ha hecho, pero parece como si nos hubieran enseñado que solo hay una forma de escribir, porque el 99.9% de los libros están compuestos de párrafos interconectados los unos con otros, párrafos con sus argumentos, con sus ideas bien desarrolladas.

Yo me siento atrapado en el cuerpo, en la cabeza. Y al escribir, en la forma de la página del computador, en los tipos de fuentes, en la hoja en físico, en los párrafos, en las palabras.

¿Por qué no un párrafo que no sea un párrafo? Un párrafo que quiebre la forma del párrafo, como la poesía, pero en prosa. Está bien un párrafo, pero no todo tiene que serlo. En *El arte nuevo de hacer libros*, Ulises Carrión dice: “En un libro viejo todas las páginas son iguales. El escritor siguió, al escribir su texto, únicamente las secuenciales del lenguaje, que no son las leyes secuenciales del libro” (41). Más adelante dice: “La palabra impresa está presa en la materia del libro” (47).

Estas líneas de Carrión no son párrafos. Son más bien pequeños fragmentos. Son fragmentos separados cada uno por unos símbolos, como si fueran aforismos. Pero tampoco son aforismos. Son como un listado de un manifiesto que hace Carrión para decir qué es *El arte nuevo de hacer libros*. Pero tampoco es un listado. Probablemente a Carrión no le importaría definir lo que fueran estas líneas que escribió.

La palabra párrafo es aburrida. Pero lo es porque nos enseñaron a verla aburrida. El colegio es aburrido. Estudiar es aburrido. Cuando debería ser lo contrario: a uno le deberían enseñar a ver el colegio y estudiar como una oportunidad de aprender cosas magníficas, como un espacio único de diversión; ya después vendrá lo aburrido, el trabajo. Y el trabajo tampoco debería ser aburrido, ni debería existir. Pero ese ya es otro tema.

Un párrafo puede ser atrapante, puede no parecer un párrafo: uno no se debe dar ni cuenta de que pasó de uno a otro, no se debe sentir el cambio. Pero un párrafo también es la estructura rígida que nos enseñaron a construir, a separar unos de otros de manera lógica como si fueran ladrillos que se acumulan en el texto, sin corazón, sin música, sin silencio.

## **Pequeño diario de una lucha contra el miedo**

## Marzo 1

Me di la bendición y me tomé la pastilla con la nueva dosis. Ya no tenía que tomar una pastilla, sino una y media. Apenas me las tomé, los vi llegar: ya estás aquí, miedo; ya estás aquí, ansiedad. No sé cómo estaré mañana ni pasado mañana. Aunque ya viví este miedo la primera vez que tomé la pastilla, hace años. Además, estoy pasando por una etapa de tanto miedo que tal vez no vaya a sentir en los próximos días más del que estoy sintiendo. Conozco muy bien el miedo y la ansiedad. Por ahora me han arrollado y yo no tengo dónde esconderme. Tengo que enfrentarlos porque no me pueden arruinar la vida. Porque soy más fuerte. Quiero entregarme al amor, a la vida, incluso a la rabia. Quiero ver el amor en otros y verlo en mí. Y que otros puedan agarrar mi mano si se van a caer.

Dios, ¿puedes escucharme? Te necesito. Necesito tu mano. Estoy herido, lléname de ti. No quiero desaprovechar la vida, tengo mucho miedo de que eso pase. Tengo mucho miedo. Podría repetir esa palabra mil veces: si miro lo que ha sido mi vida y quién soy. Pero yo quiero repetirme otras. ¿A qué me trajiste, Dios? ¿Me estás poniendo a prueba? ¿Tanto sufrir es para encontrarte? ¿Dónde está el amor? ¿Dónde lo encuentro en mí? No desistiré hasta encontrar la luz. Es fácil perderse en el camino, yo tal vez lo estoy. Pero soy consciente de que hay una salida y la busco. Las obsesiones no me dejan pensar con claridad —no encuentro las palabras—, se incrustan en la mente y me hacen creer cosas que no existen y creerme lo que no soy.

Ansío el momento en que logre vencer mis temores y pueda gritar: ¡lo logré! Espero ese día como si fuera el más importante de mi vida. Busco ese día mientras paso noches tan oscuras como el mismo cielo de la noche. Busco ese día en que el sol o la lluvia me peguen en la cara y yo pueda llorar de alegría. Y respirar y respirar y respirar.

## **Marzo 2**

Qué hacer cuándo te dicen que tus pensamientos son solo pensamientos, que son irreales, pero los sientes tan reales que se vuelven tu realidad. Actuar según un escenario catastrófico que se cree va a suceder y nunca sucede. Vivir en una mentira, engañado por la mente.

## **Marzo 3**

Llevo mi energía hacia donde se dirige mi propósito: el amor.

Nada puede distraerme en mi búsqueda. Nada podrá detenerme.

Es más fuerte el amor. Es más fuerte que mis temores, que mis pensamientos.

El amor va a conducir mi vida.

Yo seré amor para mí y para los demás.

El amor será mi brújula. Lo es.

No hay nada más poderoso en mí que el amor.

Tengo al amor en mí, lo sigo buscando, para que nada lo supere. Que el amor sea siempre lo que prevalezca.

Yo soy amor.

## **Marzo 4**

La primera noche que tomé el medicamento con la nueva dosis dormí bien. Los siguientes dos noches dormí pésimo. Espero que sea algo de unas noches. Porque dormir es muy importante para mí. Yo siempre he insistido en que soy otro cuando no duermo bien. Es la peor etapa de

mi vida en cuanto a dormir se refiere. Y sé que no le debo dar importancia al tema, porque entre más se la doy, peor duermo ¡pero a veces es difícil no dársela! Espero que cuando aumente la dosis a 100 mg se reduzca esta ansiedad y pueda dormir bien. Qué duros han sido estos últimos casi dos meses. Qué dolor, qué miedo he sentido. Sé que voy a vencer mis temores. No sé cuando, pero lo haré. Es imposible que el miedo me vaya a superar. Yo tengo que poder, sí, voy a poder. Dios, ayúdame.

Puede que solo vaya a ser una semana difícil con los medicamentos. Como la primera vez que los tomé. Ay, la mente, ¿cuándo será que la podré utilizar a mi favor? ¿Cuándo me dejaré de usar a mí y la usaré yo a ella? ¿Cuándo dejaré de dominarme, de zarandearme, de usarme como a un títere? Tengo mucho miedo, ¡pero el miedo no me puede ganar!

## **Marzo 5**

Mañana voy a ver a E. Mañana la voy a ver. Mañana la voy a ver. Solo le queda un mes acá. Solo un mes. Se va por un tiempo indefinido. Se va. ¿Y si me voy detrás de ella? Tendría que conocerla más, porque no sé si tenga una imagen idealizada de ella, aunque el nivel de idealización puede que se haya reducido. Y si la conozco más, y me enamoro, habría que ver si a ella le gustaría que yo me fuera detrás de ella a Barcelona. Mi forma de amar es extraña, como yo. Ella me dice que me consienta, que me valore. Que vea las cosas buenas en mí. Pero mi mente, pero mi mente

## Marzo 6

No alcohol no café  
cancelar planes hacer yoga  
ir a terapia hacer ejercicio todos los días  
leer libros sobre espiritualidad  
quedarme en la casa de mis papás  
despertarme en mitad de la noche.

Hago un avión de papel  
mientras tu vas conduciendo  
tu vida  
doy un paso  
ya estás muy lejos  
no avanzo  
ya no estás.

Entre la noche y el día  
los pájaros cantan  
nadie habla  
nadie escucha.

Más tarde  
todos hablan  
los pájaros cantan  
y nadie escucha.

En la cama  
duermo  
sueño un cuerpo  
lo deseo.

Me despierto  
lo deseo más.

Vuelve la noche  
sueño otro cuerpo  
el mismo  
otro.

El deseo aumenta  
como el vacío.

### **Marzo 7**

Soy la cuarta parte de lo que te prometí  
soy la mentira que casi todos somos  
soy el estiércol o la marihuana que te fumas  
soy una cicatriz  
soy el sudor y la sangre  
soy la sudadera que nadie se pone  
soy una fórmula matemática que no has descifrado  
soy la hoja que se deshoja por el viento y una palabra  
soy batería al 10%  
soy el día  
lluvioso y oscuro  
claro está  
soy la piraña a la que se comen  
soy tu antítesis

soy una plaza de mercado  
soy un cajón  
soy un borrador.

## **Marzo 8**

### **Yoga-Shavasana**

Me acuesto en el suelo boca arriba y extendiendo los brazos a cada lado. El cuerpo acostado con los brazos extendidos a cada lado es un corazón. Es un círculo. Un triángulo. Una fresa. Es el cuadro *El hombre de Vitruvio*, de Da Vinci. Es el cuerpo como lo tenía Jesús cuando murió en la cruz.

El cuerpo acostado con los brazos extendidos a los lados es un corazón. El cuerpo en posición fetal es un corazón doblado en dos, que se encoge sobre sí mismo. El corazón es pequeño pero también puede ser todo el cuerpo.

Habito el cuerpo que me correspondió. El cuerpo que acaricio cuando observo cada una de sus partes. Los dedos de las manos, las palmas, los dorsos, las muñecas, los brazos, los codos, las axilas, el pecho, el estómago, la cadera, los muslos, las pantorrillas, los tobillos, los talones, los dedos de los pies, el empeine, la cabeza, el entrecejo, los ojos, los párpados, la nariz, la boca, las mejillas, el cuello, la espalda, el culo, los genitales, todo el cuerpo. Un circuito que fluye por dentro y que, a pesar de que lo obstaculizamos, sigue su curso como las corrientes de un río que no se detiene. El cuerpo es agua.

Dios es presencia. Habita en cada rincón de la habitación en la que estoy y en todo lo que está afuera. El mundo está lleno de amor por su presencia y quiere que nosotros seamos amor para los demás.

## **Marzo 9**

Hay una palabra que no dejo de oír, resuena todo el tiempo, es intrusiva. La siento en cada poro, palpita y acelera el corazón, me nubla la vista, los pensamientos, juega conmigo, me bota a la cama, me paraliza. Si tan solo pudiera arrancármela del pecho, al menos que no estuviera, como raíz de árbol, incrustada tan profundamente.

Yo quisiera repetir otra palabra. El amor es como el viento, no se detiene, va tocando todo, así sea en silencio, sacudiéndolo, acariciando cada cosa. Es como el mar, sus aguas no se secan, las olas no dejan de moverse en su vaivén. Es como la luna, el sol, las estrellas, siempre que miremos al cielo allí estarán brillando, suspendidos.

Venir al mundo a amar es la vida expresándose. Es respetar la vida de los animales, de las plantas, de la naturaleza. Es entregarse a los demás, ayudar a quien más lo necesita, intentar alivianar su dolor.

Amor, amor, amor. No me quiero cansar de decirlo para no olvidar que es lo que me debe guiar. Amor, amor, amor.

Amar puede ser doloroso, y quien ama puede ser odiado, porque sobresale el más fuerte, no el que más ama; el más astuto, no el más noble. Pero es mejor amar.

## **Marzo 10**

Sentado, en posición de meditación, el amor cae como agua en el cuerpo. Es un baño de amor, un manantial, unas cataratas. Agua infinita, no cesa, moja las tristezas, los dolores, no los seca, pero los moja.

## **Marzo 11**

Estoy acostado. Cierro los ojos. Flota la palabra alegría encima de mi cuerpo. Veo varias veces escrito “alegría”, veo sonrisas. Y veo la alegría llena de colores. El rojo y otros colores vivos parecen destacar. Pero aparece también la palabra miedo, atomizada como la alegría. Y entonces hay una lucha entre estas dos. Por cada alegría que aparece hay un miedo. Mis manos están inmóviles y no puedo agarrar la palabra alegría. Mis manos están atadas aunque no lo estén, la fuerza de la gravedad no las deja subir. Todo lo empaña el miedo, aunque la alegría persiste.

## **Marzo 12**

### **Fogata**

El fuego hizo al hombre  
y el fuego lo acaba.  
El amor es fuego  
y el fuego o su falta lo consume.  
El fuego es silencio  
y el amor también.  
El fuego es amor  
y el amor es fuego.

\*

Ardo en fuego  
el cuerpo hierve  
la mente no se detiene  
el amor me tiene así.  
El dolor del amor

la ilusión del amor.

El fuego que se apaga y se prende

\*

¿Puede ser algo más intenso que el fuego?

arrasa con todo

crece en silencio

quema lo que está a su alrededor.

El fuego es el amor.

\*

No logro descifrar el fuego

qué hay detrás de esas llamas

de las brasas incandescentes.

No logro descifrar el amor

y me quemo

ardo

pero también me apago.

\*

Todos en la fogata hablan

menos uno

que mira al fuego

y piensa en el amor.

Todos hablan

pero ninguno ve el amor

solo uno

que mira al fuego

y ve el amor.

\*

El amor es fuego

fuego es el amor

amor-fuego

amorfuego

fuego y amor

amor más fuego

no es algo

el amor es igual al fuego

amor, fuego, amor, fuego

nunca se detiene, eternamente

amor y fuego.

## **Escenas**

## **Desrealización**

Una vez de paseo había una chica que estudiaba literatura. Estábamos en la piscina, yo tenía una botella de tequila de la que bebía directamente. Nos besamos. No recuerdo más. Dijeron que fuimos a un cuarto y que al rato salí y un amigo, Luis, me preguntó qué pasó. Nada, dije. Ella no quería tener sexo porque no teníamos condón. Nunca se me habría pasado por la mente tener sexo sin condón, ero esta vez, por el alcohol, no era consciente de mis actos.

Amanecí tirado en el pasto. Apenas podía abrir los ojos por el sol. Caminé hacia donde estaban todos. Tenía vómito en la camiseta, se rieron al verme. Siguieron bebiendo y comiendo. Pasaron unas horas, eran las dos de la tarde, sentí el pecho pesado y calor en el cuerpo. Sentí que la mente se desconectaba del cuerpo, que perdía el control de mí, de lo que podía pensar y hacer. No podía estar quieto. La vista se me turbó: las cosas que tenía al frente parecían cubiertas por una neblina. Busqué a Luis. Nos sentamos en el pasto, alejados del resto. Le dije: no sé qué me pasa, tengo miedo. Lloré. Luego busqué a otro amigo, Pablo, caminamos. Le conté lo que me estaba pasando. Después de unos minutos la sensación comenzó a irse. Me reí, dichoso de volver a ver las cosas como antes, como las ve todo el mundo.

## Desrealización I

Hacía un mes había probado la marihuana. Disfrutaba fumar de vez en cuando, y pensaba que era una forma de hacerme daño. Llamé a Nicolás, que fumaba a diario, y fuimos a su casa. Nos sentamos, prendimos un porro (era creepy, no la conocía) y cada uno se echó un plon. Se vinieron a la mente dos hermanos que conocía (no sé por qué, ni siquiera eran cercanos a mí) y me fui: no de la casa, me desconecté de la realidad exterior, y entré en pánico. Ya los colores no eran brillante como otras veces que había fumado, veía un mundo amenazante que iba a gran velocidad —todo daba vueltas—, tanto que no había nada quieto. Pensé que me iba a morir. Me recosté en una cama, mi amigo me llevó queso y no pude comérmelo. Tengo que ir al hospital, le dije. No, no es necesario. Si, déjeme allá. No, después me mete en problemas. Yo no digo que estaba en su casa, y llamo a mi mamá desde el hospital. Caminamos y yo seguía pensando que me iba a morir. Llegamos al hospital y mi amigo se fue. Me anuncié en la recepción, dije que había fumado marihuana y que estaba muy mal. Siga a sala de espera, ahorita lo atiende un médico. Caminaba en la sala de espera como un preso, de ida y vuelta, y no podía dejar quietas las manos. No tenía cabeza para fijarme si quienes estaban ahí me miraban. Mi mamá llegó, nos abrazamos, nos sentamos, me recosté en su hombro, me quedé dormido y me desperté a los 15 minutos, feliz porque ya no me sentía mal.

Unas semanas después volví y fumé marihuana, un plon nada más. Apenas una tacada e inmediatamente volvió el pánico de la vez pasada: sentí que no tenía control sobre mi mismo, algo más grande que yo lo tenía. Volví a ver un mundo amenazante que iba a toda velocidad. Me acosté. Estaba en el pasto del Parque Nacional, al lado de la Javeriana, en donde estudiaba, y duré allí una hora hasta que mi papá me recogió. Había llamado a mis papás de nuevo, cuando sabía que no era buena idea hacerlo, pero tenía tanto miedo que no podía evitarlo.

## Volar

El último vuelo había sido con mi novia de ese momento, M, de Medellín a Bogotá. Íbamos en la parte de atrás del avión, lo que hacía que la turbulencia se sintiera más, sin que fuera muy fuerte. A M le daban miedo los aviones, iba muy nerviosa, le apretaba la mano y le decía que no se preocupara. Al principio estaba tranquilo, pero como una esponja absorbí su temor: el avión ya no era un lugar seguro para mí, en cualquier momento se podía caer. Me acaloré, sudé, me paré y fui a hablar con la azafata y le pregunté por las turbulencias que había. Dijo que era normales. Me quedé un rato al lado de la azafata porque me angustiaba más al lado de María y no quería que ella se diera cuenta para no asustarla más. Ese día empezó mi miedo a volar.

Dos años después, tenía un viaje para tomar unas fotos que mi mamá necesitaba para el trabajo. El viaje era a Aruba, isla en la que ella trabajaba. En los días anteriores al viaje no pensé que iba a sentir tanto miedo. Llegamos con mi mamá al aeropuerto, almorcé sin tener mucha hambre. Empecé a sentir el pecho pesado. Hicimos la fila para abordar y, mientras tanto, miraba por la ventana y me asustaba la imagen de un aparato tan pequeño en medio de la inmensidad del cielo. Mostramos nuestros los pasaportes, y en mitad de camino, en el túnel que conduce al avión, nos detuvimos, mientras todos pasaban. Éramos los únicos que faltaban por subirse al avión. Mamá, no puedo subirme. ¿Estás seguro? Afirmé con la cabeza y pedí perdón. Bueno, no te voy a obligar a hacer algo que no quieres, dijo. Una señora de Avianca llegó. Faltan ustedes por abordar. No, él se queda, dijo mi mamá. Ok, déjenme reviso una cosa... Si él se queda, las maletas se tienen que quedar en Colombia porque están a su nombre. Lo siento, hijo, en las maletas está todo mi trabajo, tienes que viajar. Me sentí tranquilo durante el vuelo porque no hubo turbulencia.

## Veneno

Estaba por terminar la clase y sonó la campana, era hora del almuerzo. Mis compañeros se dirigieron hacia el comedor, yo caminé en dirección contraria al resto y un compañero me vio y me preguntó a dónde iba. No tengo hambre, nos vemos ahorita, dije. Mi mejor amigo fue detrás de mí, me alcanzó y me acompañó a la tienda que quedaba en la piscina.

—Si tengo hambre, solo que no quiero comer el almuerzo del colegio.

—¿Por qué? ¿No le gusta?

Me pedí un perro caliente y una coca cola e invité a mi amigo a comer lo mismo.

—No es que no me guste. Me da miedo pensar que un loco entre al colegio y le eche veneno a la comida que sirven en el comedor.

—Jaja, ¿en serio? ¿Y por qué no le da miedo que le echen veneno a la comida que dan en la tienda de la piscina?

—Porque es más fácil echarle veneno a unas ollas gigantes en donde preparan el alimento para todos los estudiantes, profesores y empleados, que echarle veneno, uno por uno, a cada perro caliente. Y un loco preferiría matar a más personas que a unos cuantos.

Mi amigo volvió a reírse.

—Y es muy fácil entrar a este colegio, no hay seguridad. Uno solo necesita decir que va a tal edificio y lo dejan seguir, así que una persona puede aprenderse el nombre de un edificio, decir que va allá a recoger un papel y listo, lo dejan entrar.

—¿Pero quién querría entrar a envenenar la comida de un colegio?

—No lo sé, nunca se sabe. Hay locos por todas partes. Qué tal si justo hoy a un loco le da por meterse y echarle veneno a la comida de la cocina, que es la que sirven en el comedor. Imagínese toda la gente que mataría. ¿Si ha visto que al lado de la cocina queda la entrada de la carrera 11? Si alguien entra por ahí, en menos de un minuto está en la cocina.

## **Tocar, repetir, escupir**

Tenía doce años. Antes de dormir ponía en la cama todos los objetos que había en mi cuarto: unos cuantos balones de fútbol, un bate, muñecos, tenis, zapatos, libros.

Luego iba a la sala y tocaba con las dos manos todos los souvenir que había. Solían ser iglesias que mis papás traían de cada lugar al que iban. Eran más de treinta. Tenía que tocar cada uno con las dos manos. Hasta finalizar esta tarea no podía dormirme.

En el día saludaba a los hombres tocándoles la mano derecha con mis dos manos. Lo hacía disimuladamente, para que no notaran nada extraño. Y si me descubrían, solo me reía. Si no los saludaba o me despedía de esta forma, sentía que algo malo iba a pasar.

Antes de salir de mi casa siempre me repetía cuatro palabras. Las repetía en mi mente. Sin ellas no podía salir: dios, paz, amor y vida.

A veces pensaba que ciertos alimentos que compraban en el supermercado y que estaban en mi casa alguien, un loco, podía haberles echado veneno. Así que yo podía llegar a escupirlos cuando los estaba comiendo. Y si iba al supermercado, escogía los alimentos que estuvieran detrás en los estantes, no los más visibles que todo el mundo podía tocar, por si a alguien se le ocurría echarles algo.

## Enamorarse

E dijo: Tú tienes algo pendiente con tu ex novia, no la has superado. ¿No será el amor de tu vida? Desde que terminé con M, hace dos años, una relación que duró siete años, nunca había pensado en regresar con ella, menos ahora que estaba enamorado. Pero lo que dijo E me confundió: fue un detonante de algo que explotaría después. Al poco tiempo un día estaba hablando con E en su apartamento, y pensé que no quería estar allí, sino con M. ¿O sea que si era verdad lo que decía E sobre mi ex novia? ¿Por qué se aparecía M de esta manera? ¿Qué era este deseo? ¿O sería M un lugar de refugio solo cuando no me siento bien? Porque cuando estoy triste pienso en ella y a veces la llamo para que me dé ánimo. Pensé en el TOC de amores: un día crees que quieres a una persona y al otro día no, y al otro día sí y al otro día no. En realidad quieres a esa persona, pero aparecen pensamientos intrusivos que te hacen creer lo que no es. Había oído del TOC de amores porque a una amiga un psicólogo le había dicho que lo tenía: a veces dudaba si quería a su esposo, en el fondo sabía que lo amaba, pero hay momentos en que el solo hecho de dudarlo se convertía en un calvario.

A la semana siguiente estaba viendo una película con E: *Mejor Imposible*. En una escena el protagonista (Jack Nicholson) le dice a la protagonista (Helen Hunt): “I’m the only one on the face of the earth who realizes that you’re the greatest woman on earth. I’m the only one who appreciates how amazing you are in every single thing you do (...) in how you say what you mean and how you almost always mean something that’s all about being straight and good”. Recordé a M en ese momento, porque esa película la vimos juntos y yo le había dicho que ese fragmento me hacía pensar en ella. Lloré y de nuevo me preocupé y me pregunté si quería estar con M. Pero sabía que no, al menos no en este momento. Me encanta E, pero me cuesta saber qué quiero en la vida, hasta la más mínima cosa. No es justo. No es justo conmigo, con M, con E. Solo quiero amar como se lo merece la persona a quien amo, como me lo

merezco. Vivo en la mente, no tanto en el corazón, cuando amo y cuando no. Y la mente me dice que tenga cuidado, que algo puede salir mal. Me cuesta entregarme al amor y decidir terminar una relación cuando ya se ha acabado.

## **Elegir**

Una vez estaba entre dos mujeres, las dos me gustaban. Luego de pensarlo mucho, me decidí por una y ella me dijo que no, que era imposible, que era mi prima y yo no le gustaba. Como la otra era la amiga de mi prima, ni le dije que me gustaba.

Otra vez estaba entre otras dos mujeres y no sabía qué hacer. Estaba en una relación con una y ella decidió dejarme. Luego me le declaré a la otra y ella me dijo que yo le gustaba, pero le gustaba más otro hombre.

Otras veces salía con mujeres que no me gustaban casi. Salíamos dos, tres semanas y yo me desaparecía. No era capaz de decir nada. Prefería retirarme poco a poco, sin dejar de hablar, pero cada vez mostrando menos interés, hasta que la otra persona se diera cuenta de que yo ya me había ido por más que siguiéramos hablando.

Ahora me gusta mucho una chica, pero dudo porque esta chica está en otro país y dudo cuando veo a mi exnovia. Esta chica me gusta casi como ninguna me ha gustado. Y a veces temo que me guste mucho, ella me deje y el golpe sea muy duro, o que me deje de gustar muy pronto, como si todo lo que he imaginado no fuera nada, y ella sufra.

## Manicomio

Salí a caminar. Llamé a C, una profesora con quien no hablaba muy seguido, pero la admiraba y pensé que unas palabras suyas en ese momento podían ser valiosas. C iba en un taxi camino al aeropuerto.

—Hola. Puede parecer raro que te llame para pedirte un consejo, pero es que confío en tu criterio. Ya le pregunté a un amigo y me dijo que no hiciera lo que pienso hacer, quería saber tu opinión. Yo te hablé de mi novia, ¿cierto? Bueno, yo la quiero muchísimo, pero ahorita creo que no puedo estar con ella. Y mi mayor temor es hacerla sufrir. Creo que nada me dolería más. Entonces he pensado en diferentes opciones para causarle el menor sufrimiento posible. Es muy descabellada la opción que veo más viable. Hasta me da pena decírtela.

—Tranquilo, cuéntame. No me voy a escandalizar.

—Bueno, está bien. He pensado que en un acto de amor podría decirle a mi novia que tuvieron que llevarme a un manicomio. Lo hago porque así ella no va a pensar que no es que quiera estar con ella, sino que mi salud mental me obliga a estar aislado. Y para que todo parezca creíble, tendré que aislarme de mis amigos. Tendré que encerrarme en mi casa.

—No lo hagas.

—¿No?

—No. Eventualmente ella se va a enterar de la verdad. Y de cualquier manera va a sufrir. Entre más pronto, mejor. Tienes que decirle lo que sientes. Termínale ya. Hoy. Hazlo hoy mismo. Te tengo que dejar porque ya llegué al aeropuerto y me tengo que bajar del taxi.

—Bueno, gracias por tus consejos. Qué pena llamarte para esto.

—No, para nada. Cuando quieras hablar, aquí estoy.

No hice nada de lo que me recomendó.

**Un dechado de yoes**

## **El lagrimoso**

Las pestañas del lagrimoso con los años se alargaron, se volvieron más delgadas y parecieran mojadas siempre, como si se las pintara. De niño y adolescente era fuerte, no lloraba. Ahora llora cada tanto, como las mujeres, porque a los hombres nos enseñaron a no llorar, pero él ya no puede contener el caudal. Deja la mirada en el vacío, en el cielo, buscando el sol, pero el sol le quema los ojos, y entonces se queda mirando la lluvia, porque la lluvia entiende su ánimo.

Con las novias que ha tenido fue el primero en llorar, aproximadamente a las dos semanas de estar saliendo con ellas, como si sostuviera una carga muy pesada que necesitaba soltar. Unas semanas después llegaba la segunda llorada, que era más o menos el tiempo en que lloraba por primera vez su pareja.

El lagrimoso se pregunta qué es ese quejido, ese grito silencioso que se hunde en el mar, sal de mar, ¿dónde desembocan estas aguas que parece que lo mojan todo? ¿Puede ser tan poderosas las aguas dolorosas que limpian y lo dejan a uno como nuevo, para nunca volver a ser el mismo?

## El anticipador

El anticipador, el que siempre termina antes de tiempo, se apresuraba por los nervios de hacer algo que le enseñaron a abordar desde el miedo. El contacto con otra piel. Exponer el cuerpo. Verse sin nada encima. El temor por encima del placer.

En una ocasión fue a la casa de una mujer con la que estaba saliendo, le abrió la puerta y estaba con una camisa que apenas le cubría los calzones. No llevaba nada más encima. Le excitó verla así. Fueron a la cocina, hablaron un rato y se tomaron un vaso de agua. Luego fueron al cuarto, se sentaron en la cama, se miraron tímidamente y empezaron a besarse. Ella se fue desvistiendo, él le cogió las tetas, ella lo empezó a masturbar. Trató de ponerse el condón, pero no pudo, no entraba y, en medio de los movimientos que hacían los dos cuerpos, sin que hubiera penetración, se vino. ¿Eso es todo? dijo ella. ¡Pues qué pena por ser así! dijo él. Ella dijo que no quería ofenderlo, que no tenía por qué sentirse mal. Él siguió peleando, sentía rabia, vergüenza y tristeza. Ambos lloraron. Él caminó por el apartamento y se quedó casi sin aire al hablar, la voz le temblaba.

Luego, años después, le gustaba una mujer, se lo confesó, pero ella lo rechazó y se envió con un amigo de él. Sin embargo él y ella nunca dejaron de ser amigos, incluso cuando la relación entre su amigo y ella se terminó. Meses después de que se acabara ese noviazgo, estaba tomando vino con su amiga y ella le coqueteó. La besó y mientras lo hacía pensó en su amigo, sintió culpa, pero no dejó de besarla, y algo más, que no entendía bien qué era, lo hacía sentir angustia. Fueron a la cama, pero no se le paraba. Ella insistía e insistía hasta que se le paró. En el próximo encuentro sexual le pasó lo mismo. Había tenido una época en la que había sido eyaculador precoz y ahora tenía dificultades para tener una erección. Pero a veces, sí, a veces, puede abrazar la desnudez, la suya y la de su pareja.

## **El inzombie**

El inzombie va a su cama. Se cubre con las cobijas y apaga la luz. Boca arriba, boca abajo, de lado, del otro lado, de todas las formas intenta dormir. Allí, en la cama, pareciera que no hay peligro, que es el lugar del descanso, pero en todas partes hay peligro. Aunque trata de esconderse entre sábanas y cubrelechos, entra un viento frío. La noche llega con su oscuridad y aparecen las pesadillas, el insomnio.

Mientras a su lado duerme su pareja, plácidamente y en una postura cómoda, se pregunta: ¿cómo hace? ¿Qué se necesita para dormir ocho horas seguidas? ¿Cómo el cuerpo puede estarse tan tranquilo, seguir derecho, que nada lo perturbe para estarse quieto y poder sumar ocho horas seguidas sin abrir los ojos?

En las noches, mientras los demás duermen, se despierta, prende la luz y ve lo oscuro que está todo. El silencio agobiante. El vacío. Se levanta de la cama a orinar, recorre el espacio que hay en el apartamento, mira su celular, 3:00 a.m.: otra noche más igual, piensa. Solo quisiera poder estar despierto a la hora que todos están despiertos y dormir cuando todos están dormidos. Resignado, y tratando de no luchar contra sus temores para que no se incrementen, intenta no darle importancia a que puede que se levante en mitad de la noche. Pero, por más que se haya reconciliado con la idea de no dormir bien, no es fácil sobrellevar la angustia en medio de la noche, soportar el día que se aproxima sin haber descansado como el cuerpo lo pide

## El dependiente

El dependiente necesita que escojan por él cuando tiene que tomar una decisión porque en los momentos en que hay que tomar una no puede pensar, no sabe qué hacer. Si hay que decidir un plan, hacer un viaje, escoger entre dos cosas, el dependiente necesita que otros actúen por él, para no sentir ningún tipo de responsabilidad, así haya una responsabilidad por dejar que otros elijan. Así le pasó con su última pareja.

Ella dijo: abramos la relación. Él dijo sí, le daba miedo, pero pensaba que era algo que le gustaría probar.

Ella dijo: cerrémosla, veo que no estás tranquilo con este tema. Él dijo: bueno, sí.

Ella dijo de nuevo: abramos la relación, quiero explorar otras cosas, sin dejar de cuidar la relación. Él para ese entonces deseaba proponerlo, pero no se había atrevido a decirlo.

Ella dijo algo está fallando, pero te amo. Él dijo sí, algo está fallando, y también ta amo (no era verdad).

Ella dijo ya no más esta relación. Él no sabía que justamente eso era lo que quería hasta que ella lo dijo.

Ella siempre dijo la primera palabra. El siempre tuvo que esperar a que ella dijera la primera palabra.

Ella siempre supo lo que quería. Él, nunca.

## **El extremista**

El extremista se balancea de un lado a otro. Va de aquí para allá, de allá para acá, saltándose el punto medio, el punto de equilibrio. Ve todo blanco o negro. Su mente, como la de un niño, fantasea. Si le duele algo, tiene que ir al médico. Si algún extraño lo mira, cree que le quiere hacer daño. Si recibe un reconocimiento, cree que no lo merece. Si pierde, no acepta la derrota. Si le dicen que cometió un error, cree que es algo personal.

En sus cálculos mentales, siempre ve a favor suyo un 10% respecto a un 90% de que todo salga mal, pero la evidencia le muestra que sus cálculos suelen ser erráticos. Si le dicen que hay una mínima posibilidad de que ocurra una catástrofe, lo cree, así a su alrededor los demás estén tranquilos. Es iluso e ingenuo porque nunca sucede lo que teme.

Si siente envidia, odio, se considera una mala persona, y no ve que son emociones que cualquiera puede sentir. Se deja llevar por las emociones y los pensamientos negativos, creyendo que lo definen. No es realista, pues todo ocurre en su mente, y en su mente no sucede lo que sucede en la realidad.

Por momentos es optimista, como cuando cree que puede ayudar a otros (si no lo hace siente culpa, actúa muchas veces movido por la culpa), aunque al final su ayuda no sirve. La mayoría de veces es pesimista, porque la mayoría de las cosas que hace le salen mal, y porque no ve que este mundo tenga salvación.

## **El escritor bloqueado**

El escritor bloqueado se ensucia las manos con la tinta del esfero porque no se le ocurre nada para escribir en el papel. La mente divaga y mientras se raya las manos, los brazos, las piernas. Se muerde la camiseta, las uñas, pone música, se tome un café, se despeluca, se consiente la barba, se coge la boca, mira por la ventana, mira la calle y el cielo, se sienta derecho, pone los pies encima de la silla, como recogándose sobre sí mismo, se sienta en el sillón del escritorio, en el sofá, en la cama. Escribe unos renglones, poquitos, y al menos siente que hizo algo. Y es qué, ¿que otra cosa puede hacer? Si ya dijo que le gustaba escribir. Al día siguiente descarta lo que escribió. A veces, pocas veces, al día siguiente le gusta lo que escribió, pero otros lo leen y le hacen ver qué es un texto malo.

Podría dejar la hoja en blanco. Se vería limpia. Sin ornamentos. Sin ruido. Pero, como la mayoría, escribe porque no puede quedarse callado. Necesitamos sentirnos queridos, comprendidos, acompañados. Necesitamos que nos escuchen, así no tengamos nada para decir. Intenta escribir y no puede pero vuelve a intentarlo. Es un analfabeta de las palabras, porque no las conoce, no las encuentra, y constantemente se está preguntando: ¿A qué horas se me ocurrió que yo servía para esto?

## **La esponja**

La esponja recoge todo lo que hay a su alrededor, el mugre, los desechos, los residuos, los sobrantes, y se va desgastando de tanto uso, de tanto restregar. Es especialista en absorber, es su principal función, pero el problema es que no absorbe mucha agua, en cambio, cada vez más, se va ensuciando de todo aquello que no le sirve, como si se fuera a pudrir, pero nunca sucede, porque al parecer es muy resistente. La esponja a veces recoge una semilla, y esta semilla crece y da frutos, tal vez por eso es que nunca se termina por desintegrar.

Qué tal si

desaprovechar la vida

arrepentirse

Qué tal si

perderse

enajenarse

enfermarse

no amar

amar demasiado

hacer daño y que me lo hagan

pienso mucho siento mucho no siento nada no pienso

Qué tal si

arrepentirse de no hacer algo por miedo

enloquecer

perder el control

tomar la decisión incorrecta

accidentarse

no saber cómo ayudar

Qué tal si

morir

decir algo inapropiado

no hacer nada

Qué tal si

## Bibliografía

Boyer, Anne. *Manual para destinos defraudados*. Barcelona: Kriller 71 Edificiones, 2021.

Brooks, James, dir. *Mejor Imposible*. Perf. Jack Nicholson. Tristar Pictures, 1997.

Carrión, Ulises. *El arte nuevo de hacer libros*. México: Tumbonas Ediciones, 2012.

Le Guin, Ursula. *Contar es escuchar. Sobre la escritura, la lectura, la imaginación*. España: Círculo de Tiza, 2018.

Rankini, Claudia. *Una lírica estadounidense*. España: Pepitas, 2014.

Tokarczul, Olga. “La Nobel de literatura Olga Tokarczuk reivindica la ternura para mejorar el mundo, la vida”. En *WMagazin*. 9 de diciembre de 2009, <https://wmagazin.com/relatos/la-nobel-de-literatura-olga-tokarczuk-reivindica-la-ternura-para-mejorar-el-mundo-la-vida/#el-narrador-tierno>. Consultado el 9 de junio de 2022.

Vicens, Josefina *El libro vacío*. México: Editorial Fondo de Cultura Económica, 2006.

Vilas Matas, Enrique. *Bartebly y Compañía*. Barcelona: Anagrama, 2000.