

FRANCISCO JAVIER SAAVEDRA MACÍAS, SAMUEL ARIAS-SÁNCHEZ,
ROCÍO GARRIDO MUÑOZ DE ARENILLA, JAVIER LÓPEZ CEPERO,
MATILDE TAÑO PÉREZ Y M.^a ÁNGELES CEDILLO MEDINA
(coords.)

RELATOS Y POEMAS PARA TIEMPOS INCIERTOS

“II Concurso narrativa y psicología” y
“I Concurso de poesía psyche en versos”

Editorial Universidad de Sevilla





RELATOS Y POEMAS PARA TIEMPOS INCIERTOS





FRANCISCO JAVIER SAAVEDRA MACÍAS, SAMUEL ARIAS-SÁNCHEZ,
ROCÍO GARRIDO MUÑOZ DE ARENILLA, JAVIER LÓPEZ CEPERO,
MATILDE TAÑO PÉREZ Y M.^a ÁNGELES CEDILLO MEDINA
(coords.)

RELATOS Y POEMAS PARA TIEMPOS INCIERTOS

“II Concurso narrativa y psicología” y
“I Concurso de poesía psyche en versos”



Sevilla 2021

Colección Cultura Viva

Núm.: 37

COMITÉ EDITORIAL:

Araceli López Serena

(Directora de la Editorial Universidad de Sevilla)

Elena Leal Abad

(Subdirectora)

Concepción Barrero Rodríguez

Rafael Fernández Chacón

María Gracia García Martín

Ana Ilundáin Larrañeta

María del Pópulo Pablo-Romero Gil-Delgado

Manuel Padilla Cruz

Marta Palenque Sánchez

María Eugenia Petit-Breuilh Sepúlveda

José-Leonardo Ruiz Sánchez

Antonio Tejedor Cabrera

Reservados todos los derechos. Ni la totalidad ni parte de este libro puede reproducirse o transmitirse por ningún procedimiento electrónico o mecánico, incluyendo fotocopia, grabación magnética o cualquier almacenamiento de información y sistema de recuperación, sin permiso escrito de la Editorial Universidad de Sevilla.

Esta edición ha sido posible gracias a la financiación de los presupuestos participativos de la Facultad de Psicología de la Universidad de Sevilla.

Jurado del concurso de narrativa: Virginia Burgos Moreno, Carmen Sancha y Matilde Taño Pérez.

Jurado del concurso de poesía: Estela Rengel, Víctor Luis Briones Antón y Eugenia Puertas.

Diseño de cubierta: Iván Sánchez Salado

Edición digital de la primera edición impresa de 2021

© Editorial Universidad de Sevilla 2021

C/ Porvenir, 27 - 41013 Sevilla.

Tlfs.: 954 487 447; 954 487 451; Fax: 954 487 443

Correo electrónico: eus4@us.es

Web: <<https://editorial.us.es>>

© Francisco Javier Saavedra Macías, Samuel Arias-Sánchez, Rocío Garrido Muñoz de Arenilla, Javier López Cepero, Matilde Taño Pérez y M.^a Ángeles Cedillo Medina (coords.) 2021

© De los textos, sus autores 2021

© De las imágenes, sus autores 2021

Coordinador de las ilustraciones, José Luis Molina González

ISBN-e: 978-84-472-2281-0

DOI: <http://dx.doi.org/10.12795/978-8447222810>

Maquetación y PDF multimedia: Dosgraphic s.l. (dosgraphic@dosgraphic.es)



CONTENIDO

Prólogo	11
FRANCISCO JAVIER SAAVEDRA MACÍAS Y SAMUEL ARIAS-SÁNCHEZ	

POEMAS

Primer premio: <i>Invocación de la Casa-Bala</i>	20
MORELA FERNANDA CAÑAS BOSCAN	
Segundo premio: <i>Autodidacta</i>	24
PAULA NATALIA PÉREZ LÓPEZ DE SILVA	
Tercer premio: <i>Salinidad</i>	28
CLARA DANUBIO	
Mención especial: <i>Cuchillos en flor</i>	32
ANTONIO JESÚS CALZADO LLAMAS	
Mención especial: <i>Estado de ánimo recursivo</i>	36
BLANCA BOHÓRQUEZ CAPILLA	
Mención especial: <i>Covidemia</i>	40
MARÍA FERNANDA TRUJILLO LEÓN	
Mención especial: <i>Yo me sucedo a mí misma</i>	44
ADELA TRINIDAD JURADO ESCUDERO	
Mención especial: <i>Toda tristeza es olvido de nuestra fuerza</i>	48
CARMEN ROCÍO RODRÍGUEZ CARRASCO	
Mención especial: <i>El momento más oscuro en la cima</i>	52
EMILIO MOLINA SÁNCHEZ	
Mención especial: <i>Mar rojo</i>	56
BLANCA GARCÍA MARÍAS	



RELATOS

Primer premio: <i>Historia con fin y aliento</i>	62
ALMUDENA CANO CRESPO	
Segundo premio: <i>Cuando me devuelvan la vida</i>	70
ANDREA ROMERO SALAZAR	
Tercer premio: <i>Imagina</i>	76
ANA SÁNCHEZ GARRIDO	
Mención Especial: <i>El crecimiento del manzano</i>	82
SARA VERGARA ORTEGA	
Mención Especial: <i>Todo oscuro</i>	91
NORBERTO JOSÉ ARAGÓN MARCHENA	
Mención Especial: <i>Fruto de la ira</i>	98
PABLO GÓNGORA ROBLES	
Mención Especial: <i>Boca de Pez</i>	106
MORELA FERNANDA CAÑAS BOSCAN	
Mención Especial: <i>Caronte</i>	112
PABLO CABELLO MACÍAS	
Mención Especial: <i>La Bombilla</i>	121
MANUEL PABLO VERDUGO MANZANARES	
Mención Especial: <i>El amor no se mendiga</i>	128
ARMANDO REINOSO REINOSO	



ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1: <i>El adiós de la inocencia</i>	18
FRANCISCO JOSÉ ROMERO RIVAS	
Ilustración 2: <i>Enfrentamiento reflejado</i>	22
MARÍA GARCÍA MONTES	
Ilustración 3: <i>Noches de Verano</i>	26
SARA GÓMEZ GARCÍA	
Ilustración 4: <i>Sin título</i>	30
ROCÍO REVILLA DE LA FERIA	
Ilustración 5: <i>Cuando me devuelvan la vida</i>	34
PAULA DOÑA MENACHO	
Ilustración 6: <i>Te escucho venir</i>	38
ISADORA CASSIANO	
Ilustración 7: <i>El espacio y lo demás</i>	42
MARÍA YANES	
Ilustración 8: <i>Construir ficciones</i>	46
ÁFRICA GÓMEZ BORRERO	
Ilustración 9: <i>Cortezas y entrañas</i>	50
MARÍA YANES	
Ilustración 10: <i>El torrente cálido</i>	54
ÁNGELA TORRIJOS ESPADA	
Ilustración 11: <i>Invisible</i>	60
SARA GÓMEZ GARCÍA	
Ilustración 12: <i>Ese instante conmigo</i>	68
ÁNGELA ÁLVAREZ MARÍN	



Ilustración 13: <i>Temor</i>	74
M.ª ÁNGELES REINA DURÁN	
Ilustración 14: <i>Noche 28</i>	80
MARÍA YANES	
Ilustración 15: <i>Sin título</i>	88
GERMÁN MORENO RINCÓN	
Ilustración 16: <i>Psycho</i>	96
PAULA CABALLERO FERNÁNDEZ	
Ilustración 17: <i>Escisiones</i>	104
MARÍA YANES	
Ilustración 18: <i>Refugio</i>	110
MARÍA YANES	
Ilustración 19: <i>La bombilla</i>	118
SARA DÍAZ LÓPEZ	
Ilustración 20: <i>El amor no se mendiga</i>	126
ISABEL HERRERA	



PRÓLOGO

FRANCISCO JAVIER SAAVEDRA MACÍAS Y SAMUEL ARIAS-SÁNCHEZ
Universidad de Sevilla

¿Por qué emplear tiempo y esfuerzo en convocar un concurso de relatos y poesía en un contexto tan competitivo como el universitario? Además, por segunda vez. ¿Cuáles son los refuerzos, hablando en términos conductuales, que nos impulsan a ello? Estas preguntas nos las han planteado algunos compañeros y compañeras y, no nos engañemos, nos las realizamos también nosotros mismos cuando nos acucian otras tareas pendientes, aparentemente, más urgentes. Desde luego, podemos responder que las motivaciones no son ni curriculares ni financieras. Probablemente, nos preocupe el des-encarnamiento de la mayoría de las actividades que planteamos a nuestros alumnos/as, la cisura que se abre entre las disciplinas científicas, las artes y las humanidades, o la despersonalización de las ciencias de la salud en pos de la búsqueda de una objetividad, en muchas ocasiones, mal entendida.

Como psicólogos, nos interesan las experiencias subjetivas de los seres humanos, las construcciones de los yoos que nos acompañan durante el transcurso de nuestras vidas y nos hacen visibles, el fenómeno de la consciencia. Sin embargo, en las últimas décadas las descripciones de la conciencia como un conjunto coordinado de conexiones neuronales mediadas por impulsos eléctricos y reacciones bioquímicas están ganando cada vez más prestigio. Siendo esto cierto, quedarse en esa descripción es tan absurdo como describir las Meninas de Velázquez como una amalgama de colorantes dispuestos ordenadamente en un plano aprovechando las leyes de la visión. Esto puede ser correcto, pero no considerar las dimensiones psicológicas, sociales, históricas e, incluso, políticas de esta obra cumbre de la pintura es absurdo. Y, sobre todo, es absurdo no tener en cuenta, los *qualia*, la experiencia fenomenológica de nuestras sensaciones,



irreducibles a la realidad material, al contemplar esa o cualquier otra obra de arte.

Por si esto no fuera suficientemente grave, las categorías diagnósticas simplifican las experiencias de las personas. Además, estas etiquetas en ocasiones son tan negativas como las patologías que pretenden designar. La literatura puede ser la vacuna para protegernos de este reduccionismo y del materialismo que acechan a la ciencia y a todos y a todas los que nos dedicamos a ella. Paradójicamente, como dijimos en la primera edición de nuestro concurso de relato corto, las artes y las humanidades pueden salvar a la ciencia de convertirse en pseudociencia (Saavedra, Arias-Sánchez, Galván-Vega y Márquez-Núñez, 2018).

Hustvedt (2020: 178) en su obra *La mujer temblorosa* afirma que “el cometido de un diagnóstico es abstraer la dolencia de la persona”. Al contrario, nosotros añadimos: el papel de la literatura es reintegrar la dolencia en la historia de cada una de las personas. La literatura se ocupa de las experiencias subjetivas de los seres humanos y de los significados que estos construyen para dar sentido a dichas experiencias. Es decir, se ocupa de nuestras conciencias. Para Lodge (2020: 20) la literatura es un registro de la conciencia humana; de hecho, el más rico y exhaustivo que existe. La ciencia trata de encontrar leyes universales que lo expliquen todo, que sean de aplicación universal. Al contrario, la literatura “describe bajo el disfraz de la ficción, la densa especificidad de la experiencia personal que siempre es única, porque cada uno de nosotros posee una historia personal ligera o marcadamente distinta, que modifica todas las nuevas experiencias que tengamos”. Además, la obra artística sirve, como afirma Bruner (2008) de las historias, para otorgar significados, ordenar nuestras experiencias y comprender lo que se aleja de lo esperado: por ejemplo, una pandemia que ha cambiado nuestras vidas.

El reconocimiento de las funciones de las narraciones en los procesos psicológicos tiene una larga historia. Freud (1981 [1924]) en los *Escritos sobre la histeria* afirmó que le resultaba “curioso” que los casos clínicos que describía pudieran entenderse como relatos y que, aunque carecieran del rigor científico deseable, debía aceptar que era algo propio del método de análisis que utilizaba. Como afirma Hustvedt (2020), Freud se encontraba algo incómodo, como fisiólogo que era, ante la posibilidad de que su trabajo se pareciera más al



de novelista que al de un científico de una disciplina natural. Como hoy sabemos, Freud nunca consiguió integrar sus teorías en una explicación biológica empíricamente fundamentada. Lodge (2020: 22) cita al neurocientífico Edelman para remarcar que las leyes científicas ni agotan ni pueden abarcar la experiencia, “ni tampoco sustituir la historia, ni los acontecimientos que se suceden en el transcurso de la vida de los individuos. Los acontecimientos son más densos que cualquier posible descripción científica”.

La capacidad de narrar y con ella, evidentemente, el desarrollo de las habilidades lingüísticas está intrínsecamente unido con el desarrollo de un sentido del yo, de nuestra identidad. Numerosas investigaciones demuestran que las interacciones sociales y las conversaciones más tempranas en las que comenzamos a narrar las primeras experiencias modelan nuestra memoria autobiográfica. Desde una perspectiva neurológica, también se ha señalado la propensión del sistema nervioso por contar historias y se ha relacionado la construcción de la consciencia con el lenguaje y la capacidad narrativa (Damasio, 2001). Dennet (1995: 418), aunque derive en un monismo materialista que pensamos profundamente erróneo, comenta muy lúcidamente:

Nuestra táctica fundamental de autoprotección, autocontrol y autodefinición no consiste en tejer telas de araña o en construir presas, sino en contar cuentos, muy en especial el cuento que relata quiénes somos.

Y es que cualquier intento de huida de nuestra subjetividad nos lleva de nuevo al punto de partida, a las historias que contamos sobre nosotros mismos. Por todo ello, la literatura es el mayor recurso de conocimiento sobre la conciencia y la subjetividad y, por eso mismo, no podemos sino promover la literatura entre nuestros estudiantes no solo como recurso de crecimiento personal, sino también como recurso de adquisición de competencias profesionales. Esto es especialmente acuciante para todos los estudiantes de las ciencias de la salud. Son ellos y ellas los que en el futuro deberán hacer más humanos nuestros sistemas sanitario y social. Son ellos y ellas los que tendrán que alumbrar un sistema alternativo al, todavía dominante, sistema biomédico (Saavedra, Arias-Sánchez, Bascón y Cubero, en prensa).



La celebración de estos dos concursos se ha desarrollado en medio de una gran narración. Una narración que podría compararse con una de las grandes ficciones distópicas de las cuales podemos disfrutar en la literatura: una pandemia que ha transformado nuestras vidas. Y creemos que esta es otra de las fortalezas del arte y de las obras que contienen este volumen en particular: la capacidad de reflejar el mundo, un mundo cambiante y diferente, un mundo visto desde múltiples miradas extrañadas. De hecho, creemos que todos hemos padecido una sensación de extrañeza. Como si estuviéramos en medio de una película u obra de teatro y fuéramos actores o actrices, una sensación que al mismo tiempo nos aterraba, dejándonos incapaces de tomar decisiones, y nos admiraba. Nos han cambiado nuestro mundo. A estas experiencias los psicólogos y psicólogas las denominamos con una palabra técnica: desrealización. Muy probablemente parte de los poemas y los relatos que se publican en este volumen se han creado en medio del confinamiento provocado por la pandemia. De hecho, la realidad de la pandemia se puede observar explícitamente en algunas obras. Sin lugar a duda, la creación de estos relatos y poemas también ha tenido su efecto sanador en los autores y las autoras. Está sobradamente demostrado que la expresión emocional por escrito presenta propiedades muy positivas para nuestra salud mental (Pennebaker, 2017).

Quisiéramos aprovechar esta introducción para dar las gracias a todos y a todas las participantes en los concursos celebrados. Todos ellos y ellas se han atrevido a compartir sus experiencias y sus emociones, aquello que los hace más humanos y humanas, sus historias; además, en un momento de especial vulnerabilidad, no solo individualmente sino socialmente. Arriesgándose a compartir sus vidas también nos están cuidando. Desde pequeños sabemos que la actividad de contar una historia también es cuidar.

Estamos agradecidos a José Luis Molina González, profesor del máster oficial en Arte: Idea y Producción de la Facultad de Bellas Artes, por invitar a su alumnado a ilustrar la portada y algunas de las obras de este volumen. Gracias a todos y todas por su trabajo. Esta iniciativa ha hecho esta obra si quiera más transversal e interdisciplinar. Alumnos y alumnas de Derecho, Física, Psicología, Empresariales, Bellas Artes o Comunicación, entre otras facultades, han participado en ella.



Debemos citar a los componentes de los jurados que, de forma totalmente altruista, han ofrecido su tiempo y su trabajo. Por una parte, los componentes del jurado del concurso de narrativa fueron Virginia Burgos Moreno, Carmen Sancha y Matilde Taño Pérez; por otra, el jurado del concurso de poesía estuvo compuesto por Estela Rengel, Víctor Luis Briones Antón y Eugenia Puertas. Muchas gracias a todos y todas.

Es difícil imaginar la dificultad de ponderar la calidad y la compatibilidad de las aportaciones de los participantes con las bases de la convocatoria. En nuestra opinión, es una tarea muy dolorosa, puesto que es imposible hacerlo de forma completamente objetiva, y muy compleja, por la gran cantidad de propuestas recibidas, todas de un altísimo nivel. Queremos reseñar el valor de las obras que han participado en los concursos de poesía y relato corto, a cuyos autores y autoras animamos a seguir escribiendo y haciéndonos disfrutar de sus creaciones muchos años.

No nos podemos olvidar de la comisión organizadora del concurso, además de los autores de este prólogo: Rocío Garrido Muñoz de Arenilla, Javier López Cepero, Matilde Taño Pérez y M.^a Ángeles Cedillo Medina, a quienes queremos también agradecer su desinteresada colaboración y apoyo a este proyecto, que no podría haberse realizado sin ellos.

Gracias también al área de Promoción de la Salud del Vicerrectorado de Servicios Sociales, Campus Saludable, Igualdad y Cooperación de la Universidad de Sevilla, por acompañarnos en esta aventura y a la Editorial Universidad de Sevilla por su apuesta por esta humilde obra. Que la promoción de la literatura se entienda como un asunto de salud es una señal de que vamos en el buen camino. Por último, gracias a la Facultad de Psicología de la Universidad de Sevilla por apoyar este proyecto y a su biblioteca por su colaboración.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bruner, Jerome (2008): "Culture and mind: Their fruitful incommensurability", *Ethos*, 36 (1), 29-45.

Damasio, Antonio (2001): *La sensación de lo que ocurre: cuerpo y emoción en la construcción de la conciencia*. Barcelona: Debate.



- Dennet, Daniel (1995): *La conciencia explicada*. Barcelona: Paidós.
- Freud, Sigmund (1981 [1924]): *Escritos sobre la histeria*. Madrid: Alianza Editorial.
- Hustvedt, Siri (2020): *La mujer temblorosa*. Barcelona: Seix Barral.
- Lodge, David (2020): *La conciencia y la novela*. Barcelona: Ediciones Península.
- Pennebaker, James W. (2017): "Expressive Writing in Psychological Science", *Perspectives on Psychological Science*, 13 (2), 226-229.
- Saavedra, Javier; Arias-Sánchez, Samuel; Bascón, Miguel y Cubero, Rosario (en prensa): "Recuperación, identidad y narrativas: una aproximación alternativa a la salud", en Samuel Arias (coord.), *Identidad y cultura: Una perspectiva narrativa*. Sevilla: Universidad de Sevilla.
- Saavedra, Javier; Arias-Sánchez, Samuel; Galván-Vega, Blanca y Márquez-Núñez, Eyllin (2018): *Recorriendo los Caminos de la Mente: Narrativa y Psicología*. Sevilla: Universidad de Sevilla.



POEMAS

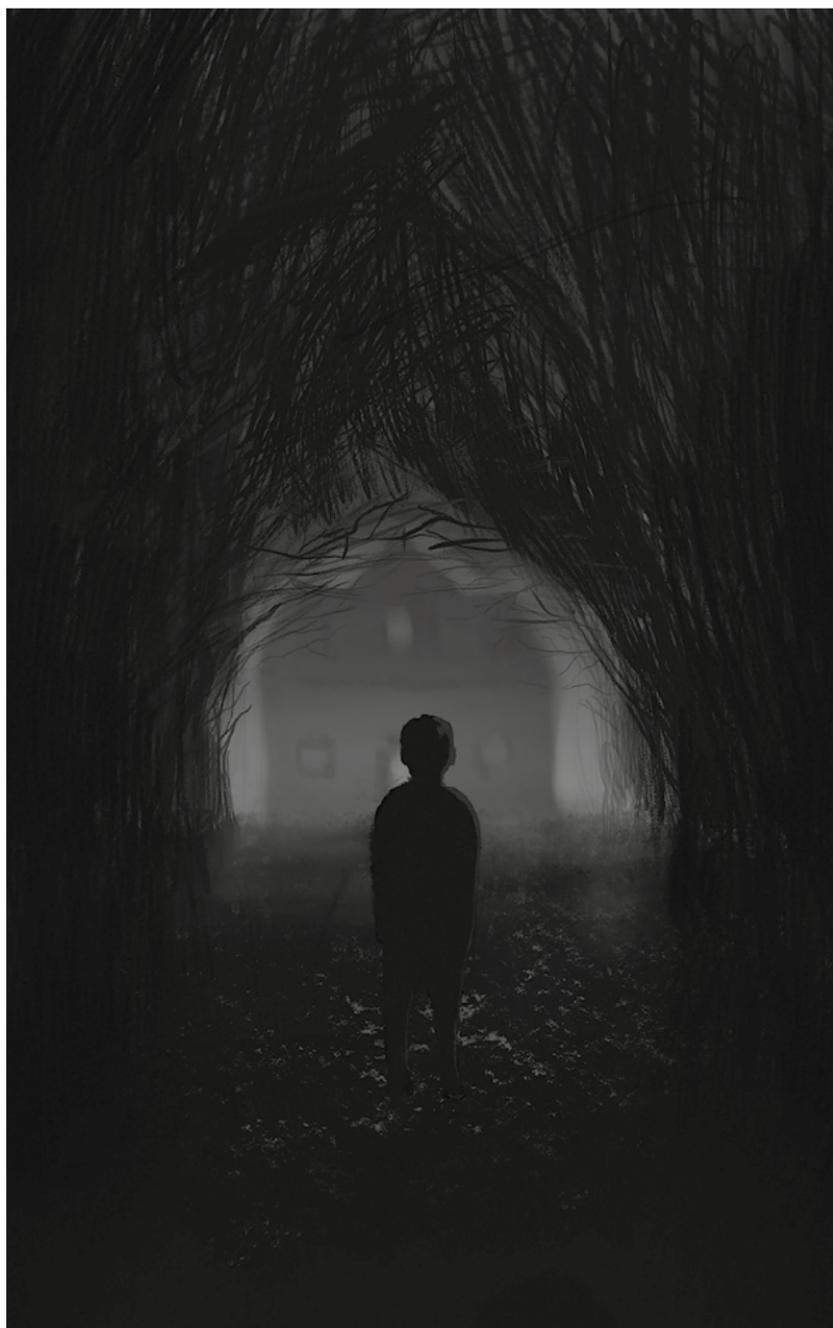


Ilustración I

Francisco José Romero Rivas

El adiós de la inocencia





PRIMER PREMIO

MORELA FERNANDA CAÑAS BOSCAN
Máster en Arte, Idea y Producción

Invocación de la Casa-Bala

Duelen, las comisuras del recuerdo
que se alojan en la sal de mis labios

Una lágrima de mar redondo me besa
Tul azul que viste el tiempo
enfriando las distancias

Rapto de bala perdida entre tibias memorias
Ciudad que fue mía:
Invocación de Caracas
Casa-bala-pesadilla

(Aparece en escena un pasado rapsoda)

BALA

La primera vez que se asomó una bala
el miedo a los fantasmas dejaba de existir
Y yo dejaba en ese miedo
el lastre cariñoso de una infancia azul cielo
que volvía su paleta al gris plomo
rojo plomo
negro plomo
Black out



Sordos colores gritaban sus abismos
del cerúleo al black bone
como una escena de cine mudo
con actores que alaban a Grotowski
Teatro ritual en el que la ceremonia de lo grotesco triunfa
mientras los cuerpos, en el suelo teñido de vino convulso
alzan la voz de la liturgia espectadora

Velos de antigua mudez recorren su parsimonia
y en la faz del cielo unas cuantas grietas blancas
anuncian la marcha fúnebre que sigue

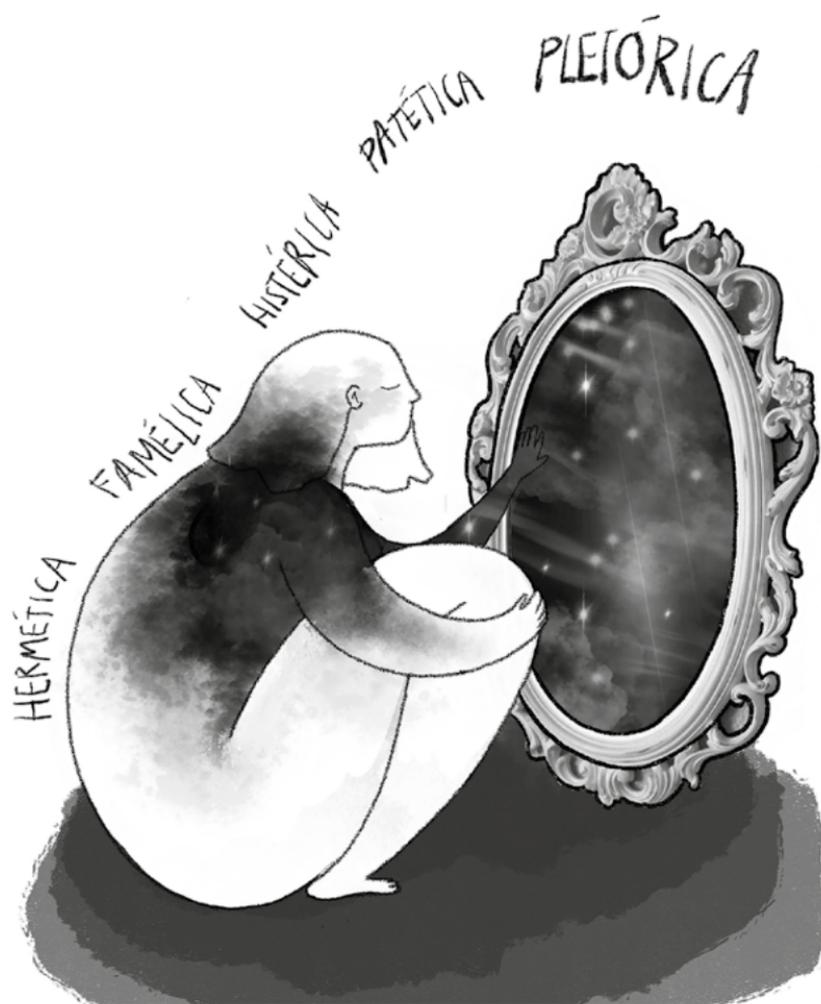
Un grito seco sacude el rumor de los asistentes
La madre de aquel crío-reo
irrumpe en el acto, transfigurada por el horror

A lo lejos, solo sus alaridos perduran
mientras la tarde seca su cuerpo al sol
y se lleva los retazos de mi infancia



Ilustración 2
María García Montes
Enfrentamiento reflejado





SEGUNDO PREMIO

PAULA NATALIA PÉREZ LÓPEZ DE SILVA
Doble Máster en Abogacía y Derecho Público

Autodidacta

Siempre he creído que me falta la paciencia que te sobra.
La misma ficción incompleta.

¿De verdad eres todo el afecto que me das
o solo el amor que no te encuentras?

Creo ser todo el amor que imagino...
sueño despierta
y el afecto que me invento cuando no me entiendo.
No me quiero y
sigo soñando.

Me gustaría saber mentir.

Creo realidades,
simétricas
Creo en realidades; mis posibilidades
idénticas.

Antagonismos indecentes se rinden a analogías improbables.

¿Existen las verdades a medias?
Complejo de corazón, complejo corazón.
Hermética.

Analogías indecentes se rinden a antologías improbables.
Enséñame a mentir, te pido.
Y gritas.



“[Tu] Corazón, que siempre se decanta
por la cara o por la cruz”.

El mío.

Radical, me dices radical

y sigues.

“Corazón victimista que carga con la cruz y se exhibe”.

Famélica.

“Corazón que siempre se decanta,
a veces a golpe de fracaso en el intento de mantenerse de canto
sobre el equilibrio imposible del que ya no se sabe la letra”.

Yo quiero cantar.

Pero tú no quieres.

Patética.

Y cae sobre la cruz, siendo la otra cara también cruz.

La paciencia que te falta.

Histérica.

La ironía cruel del que queriendo no sabe y del que, sin querer, tampoco
puede.

Quisiera saber mentir.

Así es como me enseñas.

Se mantiene la moneda en su canto
imposible,
echa a rodar y corre
tarareando aquellas letras que alguna vez, nunca, siempre,
también quiso olvidar.

La paciencia que me sobra.

Y canto,

PLETÓRICA.



Ilustración 3

Sara Gómez García
Noches de Verano





TERCER PREMIO

CLARA DANUBIO
Máster en Traducción e Interculturalidad

Salinidad

Los poemas se escriben con los ojos cerrados,
con los puños llenos de migas de tiempo
sobras de días desconchados, como paredes blancas
sondeadas por su pupila omnisciente.

En el borde de abismos me inundan, como la mar
aquellas ganas de ser, salinidad
sobre tus húmedos labios de sol que ahora braman
resurrección de veranos, fénix de la ceniza.

Los poemas se escriben gritando en voz baja
ruegos que colman un corazón rebosante
mientras que ulula la noche, vibran calles
deslizándose, fantasmas bajo una luna pastel.

Contemplamos horizontes, interrogamos a mudas estrellas,
el viento sopla a través de los párpados de la persiana,
en deseos que apagamos a duras penas
filtra algún eco de historias pasadas.

Plazas de cobalto respiran, por fin
y el mundo resuena como de una concha
se escucha el ritmo primordial, la vida que palpita
sangre y latidos en un reloj sin piedad.



Construimos palacios de cristal que se quiebran
pequeños gestos cotidianos en espera
riqueza hecha a polvo, sustancia en devenir
agua vertida en heridas rancias.

Nos convertimos a nueva fe,
consagramos la vida a la belleza
encerrados dentro de muros blancos y un patio vacío
buscamos faroles en la oscuridad.

Perseguimos a nosotros mismos
corriendo descalzos, cogiendo sueños de la mano
–rayos sobre escollos, rayados–
rebotan para que los cojamos al vuelo.

Y yo quiero volver salinidad sobre tus labios,
tus ojos, llenos de una luz inestimable
me (ll)aman solo a mí. Me besas:
los poemas se escriben con los ojos cerrados.

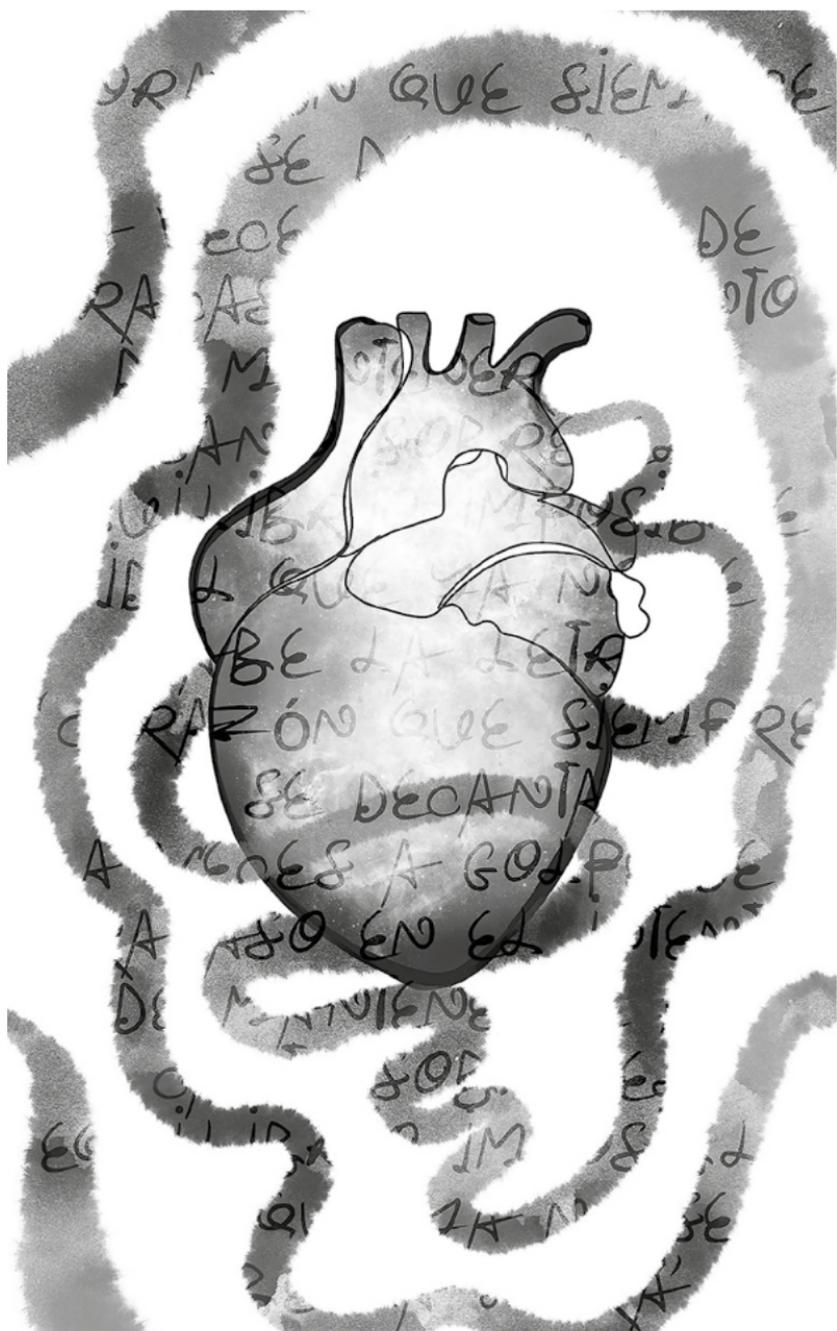


Ilustración 4

Rocío Revilla de la Feria

Sin título





MENCIÓN ESPECIAL

ANTONIO JESÚS CALZADO LLAMAS

Doble Máster en Abogacía y Relaciones Jurídico-Privadas

Cuchillos en flor

Aun después de aplacar todas las guerras
fraguadas al fondo de tus pupilas,
observas, confidente y contendiente,
el presente con ojos de favila.

El cuchillo ha sojuzgado a la flor
sobre la piel sedienta. En la negrura,
cada abrazo soterró una estocada
en el firmamento de tus suturas.

La esperanza es la oscuridad peor:
toda traición nace como promesa.
La embestida de la fiera, a la sazón
también para el temor del corazón
era caricia de un alma gemela.

No hay relojes que marquen las deshoras
en que habité tu ausentada presencia
sanando, con praxis de doble filo,
entre delirios, nuestras decadencias.

Pero los sueños nos hieren de abismo,
todo encanto halla su espanto simbiote.
Quien mira de frente a los espejismos
acaba dando la espalda al horizonte.



Cuando abres las alas de tu voz,
el invierno vuelve a encontrar su idioma,
reconcilias a tu alma con su grito
de libertad, y la libertad se emploma,

como la simiente de la metralla.
Ya no hay lágrimas en tus comisuras.
Tu corazón es carne de obsidiana:
se afila más con cada quebradura.

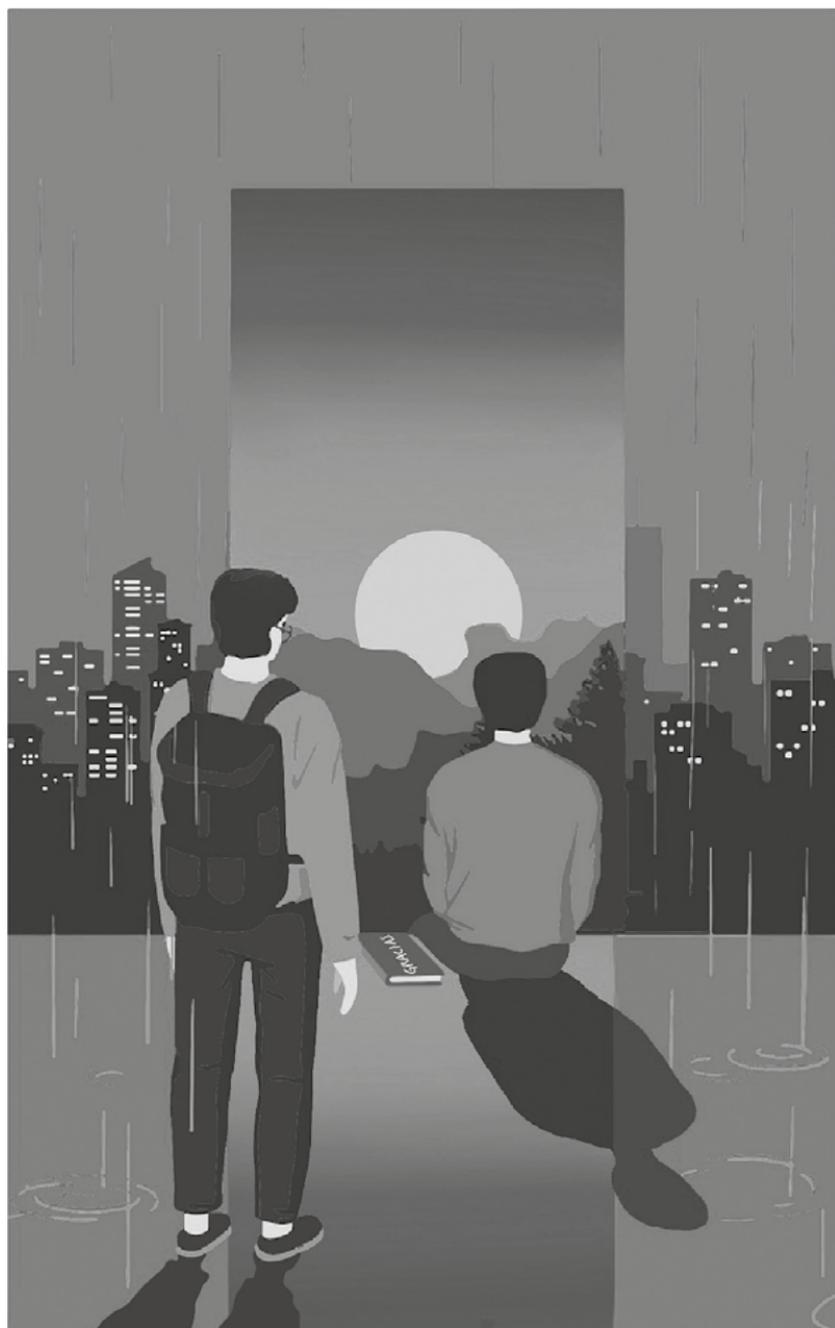


Ilustración 5

Paula Doña Menacho

Cuando me devuelvan la vida





MENCIÓN ESPECIAL

BLANCA BOHÓRQUEZ CAPILLA
Máster en Psicología en la Intervención Social y Comunitaria

Estado de ánimo recursivo

Dibujo líneas conexas articuladas
en palabras para resucitar los recuerdos
que mi juicio soporta en sigilo
y oculta a la mirada.

En este bucle de estériles cavilaciones
quiero avivar con la tinta
un fuego que, lejos de dejar cenizas,
solo dé una efímera mecha.

Ígneos inicios siempre taciturnos
se tornan diferentes.
Es, la volatilidad del presente
enmascarando el sentir.

Todas las leyes quieren ser derogadas,
la única que fragua es la del constante movimiento
y así, sin gozo ni lamento,
digna hija de Éfeso me he proclamado.

Del deambular soy vástago,
Elegido... mas no controlado
de mí se ha apoderado,
Convirtiéndome en los restos, en sus estragos.



Deslizo las horas sobre el papel
en dar lumbre al elenco
de estos inconclusos pero honestos
raciocinios desorientados.

Claridad no encuentro
porque nunca estuve entre tinieblas,
fue un sesgo en la mirada
que se aprovechó de mis flaquezas.

Perdí mi credo, mi fehaciente legado
aun así escribo con la ingenua certeza
de que no hay ni habrá paso errado
pues de fuego todos son mecha.



Ilustración 6

Isadora Cassiano

Te escucho venir



MENCIÓN ESPECIAL

MARÍA FERNANDA TRUJILLO LEÓN
Aula de la Experiencia

Covidemia

Las paredes saben
de las cicatrices del miedo,
del dolor que penetra el inframundo,
volcán de magma incandescente
que todo lo invade ahora sin remedio.
Las paredes saben
que el mensajero de la noche
viene a cobijarse en abrazos furtivos,
preludio de un alba que delira sinfonías.
Las paredes saben
que hoy la zarza ardiente del deseo
se queja en la distancia y el recuerdo.
Las paredes,
mordaza de nácar, prisión sublime,
lo saben todo en estos días
desde la extraña frontera de los sueños.
Las paredes saben,
sin embargo, por experiencia,
que nada será eterno
salvo la risa inocente de un niño
que imagina feliz el porvenir
sobre las nubes-cometa desde la ventana.



Por eso esperan las paredes, pese al miedo,
y aguardan pacientes, en silencio,
la raíz de un cosmos inédito
que anule la mordaza del tiempo congelado
y sea capaz de cerrar las heridas sin dolor
hasta nuevo aviso.



Ilustración 7

María Yanes

El espacio y lo demás





MENCIÓN ESPECIAL

ADELA TRINIDAD JURADO ESCUDERO
Facultad de Psicología

Yo me sucedo a mí misma

Las horas siguen su curso,
el reloj marca los segundos,
repiqueteo que resuena:
tic, tac, tic, tac...

Suspiro que desaparece al instante.
Un día tras otro,
siempre la misma cantinela,
siempre la misma rutina.

El devenir te atrapa,
salir, reto extenuante.
Pues, si te lleva la corriente
¿Para qué resistirse?
¿Para qué navegar contra ella?

Nada más lejos de la realidad,
la trampa es precisamente esta:
preservar energías para luego impactar.
Estás dentro del océano.

¡No flotes, te ahogará!
Ahora tu cuerpo pesa más...
Es momento del cambio.
Nadar y luchar para crecer.

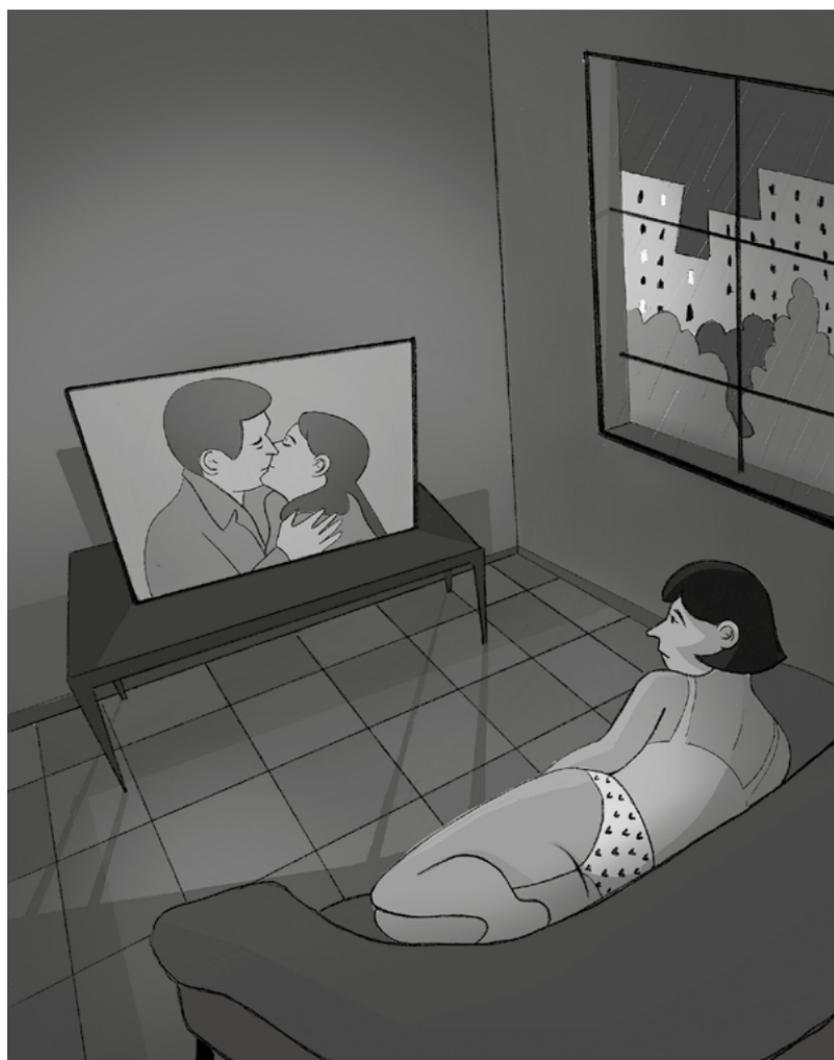


Pues ¿sabes lo bonito del mar?
Hay soledad, anfitrión de la introspección.
Soledad, belleza exaltada.
Soledad en propia compañía.



Ilustración 8
África Gómez Borrero
Construir ficciones





MENCIÓN ESPECIAL

CARMEN ROCÍO RODRÍGUEZ CARRASCO
Doctorado Facultad de Psicología

Toda tristeza es olvido de nuestra fuerza

Lo que cura
es la serenidad tatuada
De escucharse y aquietarse
Entre tanto ajetreo interno.
Sofocas todos tus ruidos
en llantos infinitos y distracciones
que nunca te sacian.
Tus ángeles te calman
desde esta pradera inmensa.
Incluso tus demonios te susurran
para avivar tu luz de rugido feroz
que cruza consciente tus descontentos.
Vienen estos soplidos de muerte
queriendo reducir a ceniza
todos tus tormentos.
Ni siquiera tienen nombre
Solo pululan insatisfechos.
No ven,
quieren ser mirados
todo el tiempo
Te reducen como un dardo
en su punto negro.
Calla, levántate
y danza al son
del viento huracanado
que portas dentro..
¡Cántale una serenata
a todos tus dolores!



¡Bendícelos! e imponles:
¡Que te hagan brotar por dentro!
No es tristeza,
es una herida honda
que va a ensancharte
para que puedas acoger
con más bravura
toda esa felicidad
que portas dentro.



Ilustración 9

María Yanes

Cortezas y entrañas





MENCIÓN ESPECIAL

EMILIO MOLINA SÁNCHEZ
Grado en Psicología

El momento más oscuro en la cima

Estremecimiento eterno cuando cae la noche en la cima de la montaña.
Las rocas que dejaste atrás en la escalada,
Moribundas después de pisadas,
Ocultas, abandonadas como estatuas conmemorativas,
Mas, en su superficie, resuenan como vivas.

Extrañeza de lo que te rodea en la oscuridad de la cima de la montaña.
No es posible llegar sin ofrecer sacrificio;
Tortura imposible si no se aligera el peso,
O dolor agri dulce para el que descansa tras soportar pesada carga,
Merced de este tributo estamos, pero elegimos a qué deidad rendir pleitesía.

Áster alpino, las estrellas a veces se encuentran en el suelo en la cima de la montaña.
Sobrevivir o vivir, la complejidad de las decisiones simples (que no sencillas);
Olvidar el valor de tus pisadas y de tu sombra te convierte en ciego,
Silenciosamente suicidas tus ojos en el suelo,
¡Cuidado con las flores que te impiden ver el firmamento!

Unidos gracias al (y no a pesar del) frío aquellos que habitan la cima de la montaña.
Rodeado de espíritus que también idolatran el riesgo de la escalada,
¿O acaso te has podido creer único amante del sufrimiento?
Esperanza es una mujer que no admite casamiento,
Siempre sus labios recompensan al valiente (y al que no, lo “espera”).

El viento dificulta tu obra, tú que te derribas y construyes en la cima de la montaña.
Los años pasan y tú no dejas de ser nuevo,
Qué curioso el devenir de las cosas,



Ultrajante tu idea de creerte tan ajeno al cambio como la misma montaña,
¡Estúpido! La cima no existe, siempre debes seguir subiendo,
Pues todo se revuelve, reflexiona y resurge, así lo hacéis tú y La Montaña.

Recuerda descansar cuando se desplome la noche en la cima de la montaña.
Es insensato subir cuando no sabes qué roca traicionera puede precipitar tu caída,
Cuidate de la ambición arrolladora que nubla los sentidos,
Estorbará tu subida y te privará del deleite del camino.
Descubre el logro de contemplar (te en) las lágrimas del cielo.

“Et in Arcadia ego”, saborea cada segundo de tu aliento en la cima de la montaña.
Alcanzarás siempre nuevas alturas escalando el titán de roca,
La canción que resuena y te susurra es entonada por la criatura:
“Amarás la subida, la cima y la montaña; porque saboreas El Placer en el primero,
Manejas El Poder en el segundo y descubres El Sentido en el tercero”.

Amanece en el cielo, en el mar, en la tierra y aquí en la cima de la montaña.
Necesitaste de la noche para preparar tus piernas y aclarar el pensamiento,
Eran momentos de solemne oscuridad, mas ahora el fuego se reaviva,
Certeza de que, sin importar el tiempo frotando la hojarasca, la llama sobreviene.
¡El espíritu está elevado y la vista es despejada; no seas de esa clase de hombre que aún
Renacido en las alturas y con la vista elevada solo mira hacia abajo!



Ilustración 10
Ángela Torrijos Espada
El torrente cálido





MENCIÓN ESPECIAL

BLANCA GARCÍA MARÍAS
Grado en Derecho

Mar rojo

El torrente cálido
De la soledad
Arrasó el rincón de mi tormento
Y rompió en mil pedazos
Las ventanas de mi paz
Acantilado
Ráfagas de viento
Un paso nunca tanta relevancia tuvo
Avanzar
Retroceder
Las amargas cascadas nunca pudieron ahogar
El vacío,
Ese agujero,
Tan negro,
Tan oscuro,
Tan profundo,
Que mataba,
Que asesinaba,
Y me dejaba,
Sola mirando a los astros
Para perderme en la infinitud del dolor
Y ahí están,
Mis viejos amigos
Los cristales rotos,
La mirada indiferente
De la Luna,
El gélido aliento



De la noche,
El dolor te embriaga
Escribes con una mano
Porque la otra sangra
Sangras
Y el violín no descansará
Hasta remover tu conciencia
Te persigue
Me persigue
No el violín,
La parca
Dichoso incansable aliento en la nuca
Deja de atormentarme
Piedad,
Mar Rojo,
Piedad



RELATOS

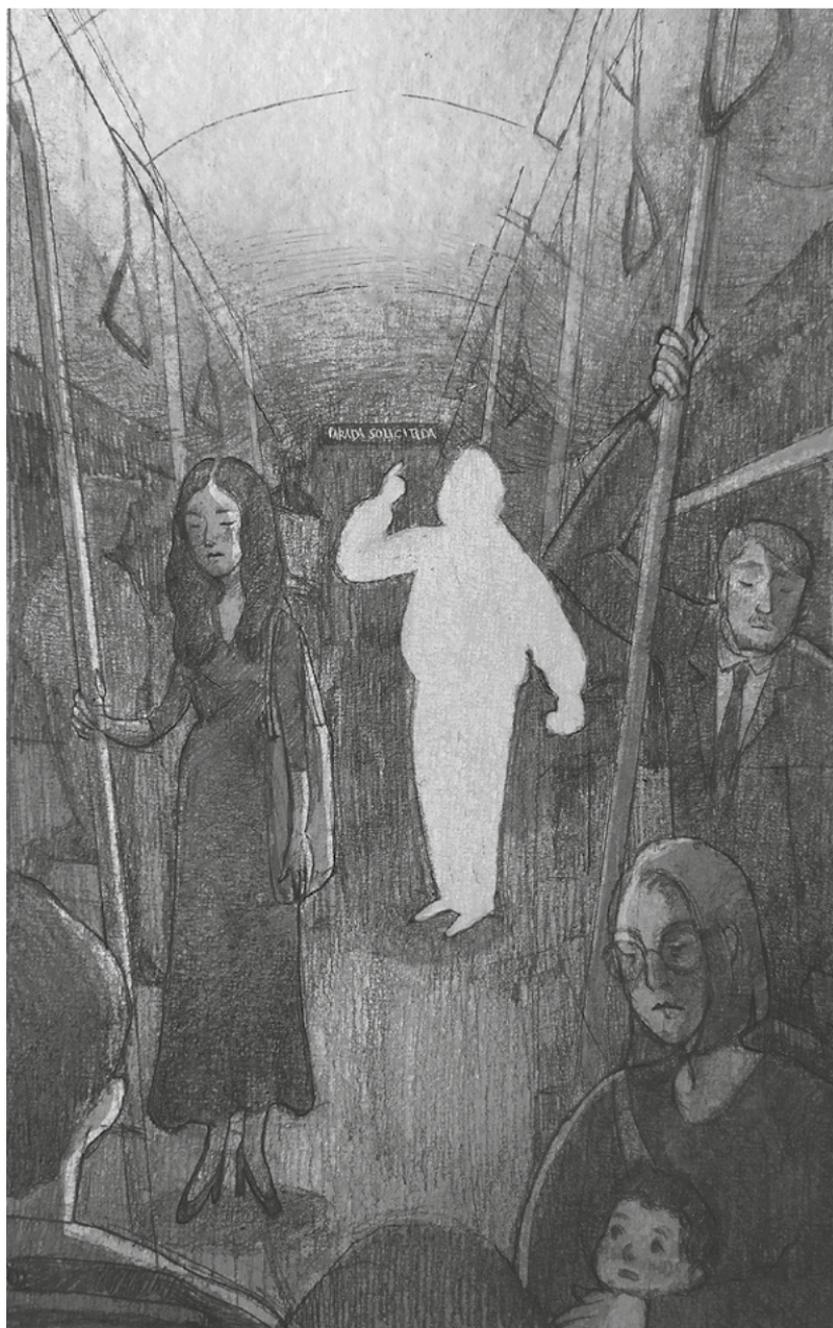


Ilustración 11

Sara Gómez García

Invisible





PRIMER PREMIO

ALMUDENA CANO CRESPO
Doctorado Psicología

Historia con fin y aliento

Paramos. Se escuchó una voz vigorosa desde fuera, al parecer un hombre que estaba aguardando nervioso su turno.

—¿Hola? ¿Emilia? Por dios Emilia, te necesito. Lo estoy notando. Lo siento, lo siento. No he podido evitarlo, puff, me siento raro. Sí, son estas las señales. ¿Qué hago? Ufff...

Tenía el teléfono justo al entrar.

—Hago... Pues no que vi una joyería que se llama así por las redes.

Al pasar la tarjeta por el lector, la mano que sostenía su celular iba decayendo más y más, pero sus palabras fluían igual, el discurso no había hecho más que dispararse...

—Redes, qué programa aquel, ¿verdad? A veces Punset hablaba del amor, amor... Roma también salía en ese canal que lo emitía. Cacharel. ¡Cómo me encantaría ir a Teruel! Pero claro, no hay manejo, por el pendejo ese que está amargándome la vida. Hijo de...

Una madre tapa los oídos a su niño y niega con la cabeza exasperada. Suspira.

—Y todo por ese que está en el poder. Quien llega a la cima, tima al pueblo y encima no se priva del placer. A los demás, a tomar por culo, joder, que nos den. Pero que os den más a vosotros, yo solo quiero estar solo, que me tenéis hasta los cojo...

La madre se va hacia atrás en el autobús. El niño se ríe y le señala. Todos le miran y desvían sus miradas a la vez.

Algo raro sucede. El autobús se descompensa. Todos a un lado y atrás. Él solo.



—¿Solo? Su put...

¿Me ha leído el pensamiento? Espero que no me pase esto a mí. ¿Lo sabría? ¿Me daría cuenta? ¡Qué miedo, madre mía! Pobrecillo...

Aquel muchacho le mira.

—Pues, ¿a qué sí? Si es que más vale pájaro en mano que ciento volando, pero ya los pobres no pueden volar sabe hijo, porque nos tienen enjaulados. Vivimos como borregos, nos cortan las alas y nos lanzan balas. Las guerras, y las jodidas tragaperras, se tragan nuestro dinero y me dejan sin conejo.

El muchacho asiente, se ruboriza, desliza su mirada hacia otro lado.

—Lo importante son las personas... tú y yo...

Señala, pero parece que no es a nadie. Mira al vacío. Se ha perdido, aunque lo que dice suena incoherente, es a veces lo más lúcido que he oído y que muchos ni enuncian.

—Sí, Jaime, nosotros. La humanidad. La están liando. ¿¡Qué más me dará a mí si mi madre es de izquierdas o de derechas?! Tiene todo el derecho a ser igualmente válida para los ojos de quien la mire, pero que ni la toquen esos desalmados. ¡Qué guarros son! Los violadores, a ver que ha dicho que no, ¿por qué la tocaron? Pero bueno, que la justicia se encargue que para algo está. Digo yo... Que a mí no me importaría hacer el ojo por ojo a esos cabrones, pero que digo yo, digo yo eh, que, si todos fuéramos iguales, nadie habría en este mundo. ¡Qué dios nos pille confesados! Todos tuertos, todos tuertos vamos a morir... Pero que yo con un ojo veo bien, si me tengo que acoplar, canto la copla felizmente mientras viva como sea, que la esperanza es lo último que se pierde.

Él sigue. Yo hablo con mi acompañante, debo prestar atención a lo mío también. Ponemos y etiquetamos lo que sucede, pero yo veo algo más que eso... Me fascina esta oportunidad. Me estoy dando cuenta de todo, de lo bueno y malo que he podido comentar y pensar... Y de él, que es tan válido también como cualquiera, pero lo están apartando. Solo hay que verlo. No puedo seguir su discurso, rima con más facilidad que muchos poetas *amateurs* quisieran. Estaría bien recogerlo todo por escrito, pero es imposible... Por él, por mí, por los que van, por...



—¡EEEEYYYY CHÓOOFEEER! Deténgase hombre que esta es mi parada...

—Hay que darle al botón de parada –dice el chófer tranquilo, aunque un poco mosqueado. Parece que no es el primero que lo hace hoy y ya la situación le satura un poco. Está cansado. Son las diez y pico de la noche y habrá sido un día largo.

Creo que es el único que pasa un poco más por alto la circunstancia de ese hombre.

—¡Que se la suda y punto! –Grita un adolescente que se había sentado delante.

¿Cómo es posible que sepa...?

—Sí, a la Marta le da igual. Tenemos que ir a nuestra bola tío, el viernes botellona y lo que viene después, ¿es o no es? –prosigue este adolescente. Estaba claro que estaba en otro mundo, en el suyo.

Pues, al final, no es tan raro ¿no? Cada uno a su mundo, “cada loco a su tema” como se suele decir. Cada uno de los presentes, tenemos una vida y vamos a lo nuestro. De hecho, mis pensamientos también parecen saltar de uno a otro, sin tener sentido, dejándome llevar por los acontecimientos... Tampoco nos diferenciamos mucho de él. Solo que él sufre... y no se ve que nadie le esté ayudando en este preciso momento. De repente, le suena el teléfono, aprieta un botón, le da al altavoz (imagino que no adrede) y se escucha:

—Buenas tardes, soy Emilia, tu psicóloga. He visto una llamada perdida, no has dejado ningún mensaje. ¿Quieres consultarme algo? ¿Va todo bien?

Al parecer, esta era esa Emilia con la que él creía estar hablando de primeras, pero ella nunca llegó a descolgar... Y ahora que ella le llama... él cuelga.

Sus ojos se tornan más sosegados. El hombre parece ahora más centrado, parece estar volviendo... Anda lentamente, como si cada paso, fuera una reconexión con sus pensamientos (como cuando la red falla y aparece el mensaje de “Reconectando...”). Se baja sin estar muy convencido. Desde algo más lejos se oye decir a alguien:

—¡Tomaso! ¡Ya era hora, cómo te demoras! Anda, venga, que la cerveza se calienta y te espera la parienta.



La voz provenía del bar. El hombre tenía un nombre, Tomaso. Ya ha dejado de ser tan extraño todo. El autobús continúa y, de repente, se ve que Tomaso quería volver a cogerlo. ¿Habría recordado que su mujer le esperaba en casa? ¿Se habrá equivocado de parada? ¿O simplemente se ha arrepentido? ¿Sabía lo que hacía? ¿Quería hacer lo que estaba haciendo? ¿Qué será de él en este momento? ¿Y mañana?

Seguimos nuestros caminos. Se respiraba silencio en el transporte. La noche lo cubría todo y mis pensamientos brotaban. Había una persona sentada en ese lugar, Tomaso, pero nadie lo ha visto. Ha sido el centro de todas las atenciones, pero nadie lo ha visto. Ojalá tenga una oportunidad.

En ese momento sentí que esto tenía que reflejarlo, guardarlo de alguna manera, hacer eco. Me marcó mucho lo que vi, lo que sentí, lo que pensé y lo que reflexioné después. ¡Cómo algo tan simple era tan complejo! Podría ser fácil leerlo, pero difícil captarlo. Algo basado en hechos reales, como las películas, pero de verdad. No tenía género, simplemente “psicológico”, “salud mental”, pero sobre todo de “humanidad”. Se podría hacer un relato tan largo como se quisiera, pero el mensaje sería el mismo.

De aquel día me quedé con todo lo que pude. Lo observé. Todo el tiempo que me pudo ser posible y... bajo una mirada discreta, saciando mi curiosidad vocacional, me fascinó oírlo... ¡Qué capacidad de enlazar un discurso, de combinar esas palabras, incluso rimándolas! Por supuesto, rememoré algunos conocimientos de la carrera: ecolalia, resonancias o asociaciones sonoras, descarrilamiento o fuga de ideas, y mucho más.

No puedo negar que ver en la práctica lo estudiado era, como mínimo, apasionante. Mas, había algo que me impresionó más. Vi a la persona. Aunque todas las miradas me querían indicar de lo contrario, yo no vi a un loco. ¡Por dios, era una persona! Los asientos de ese autobús dejaban a su lado un vacío. Todos le escrutaban enjuiciadores, pero cuando él dirigía la cabeza hacia alguno de ellos, estos desviaban su mirada, temerosos. ¡Le temían a la par que le despreciaban! Sin duda, era el miedo a lo desconocido. Miedo a lo que no somos capaces de comprender o controlar. Miedo a los comportamientos atípicos, a lo que no parezca normal, a las



etiquetas de problema psicológico, a lo que esté relacionado con trastorno mental. Estigma. Estereotipo. Prejuicio. Discriminación. Aislamiento. Incomprensión. Antipatía. A mí no me va a pasar... Pero pasa, igual te está pasando ahora mismo y ni lo sabes, no eres consciente, no es raro, es normal... tan normal como padecer otro tipo de enfermedad.

A colación de esto, ahora en este tiempo, no es extraño escuchar el tema de las alergias. Simplemente estamos acostumbrados a escuchar, al menos alguna vez en el telediario, las precauciones que hay que tomar, los autocuidados, aerosoles, las vacunas... Léí que la incidencia era de un 25% de la población, esto es, 1 de 4 personas padecen algún tipo de alergia. Sí, eso era de esperar, es muy habitual. Pero... igual no te habías parado a comparar... que según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la misma proporción de personas sufre un trastorno mental. Ojalá fuera tan fácil para los problemas mentales. Si fuera tan reconocido como otro tipo de dolencias, quedaría normalizado y se le perdería el miedo. Pero el miedo es el peor enemigo del ser humano, el peor enemigo de la vida.

Esta historia ocurrió días antes del confinamiento. Curiosa la palabra confinamiento, muy empleada estos días. Lo asociamos a estar encerrados y aislados del mundo, como lo están actualmente todos aquellos que sufren de alteraciones psicológicas y no hallan la comprensión de los demás. Si bien, esta palabra, puede poseer otras connotaciones, al igual que los problemas psicológicos.

De este modo, con este relato he querido ofrecer otra perspectiva a todo lo que vivimos, una que está delante de nuestros ojos, pero que, a pesar de todo, no vemos:

Etimológicamente, confinamiento proviene del latín. Presumiblemente, se compone del prefijo *con* (encuentro, compartir) y el sustantivo *finis* (límite, fin). En español, el sustantivo se conoce como confinamiento. La historia que propongo es con fin y aliento, porque todos juntos tenemos una finalidad común, pero, sobre todo, tenemos entusiasmo, ilusión y esperanza (aliento) que nos hace permanecer vivos y desear y construir un futuro mejor. Un futuro en el que nadie, y mucho menos, alguien con alguna alteración psicológica, sea aislado, sino entendido. Donde no se abandone, sino



donde luchemos juntos, comprendiendo que todos vamos a una, ¿si no qué sentido habría tenido todo esto? Se ha comprobado que el cambio se produce cuando todos juntamos nuestro granito de arena y somos solidarios, aunque sea poniéndonos en el lugar del otro, empatizando. Solo así entenderemos, venceremos el miedo y viviremos. Dejar de lado el confinamiento para vivir con fin y aliento.



Ilustración 12

Ángela Álvarez Marín
Ese instante conmigo





SEGUNDO PREMIO

ANDREA ROMERO SALAZAR
Grado en Física

Cuando me devuelvan la vida

Siempre me ha dado la impresión de que el cielo se vuelve más claro cuando llueve. Antes de que las gotas caigan es de un gris oscuro y amenazante, su atmósfera pesada y ominosa, pero cuando por fin empieza a chispear se siente como si el mismo aire respirara de alivio. Hay algo reconfortante en la fina lluvia golpeando los cristales, en los rayos de sol refractándose entre sus gotas; pero la lluvia también es molesta y pegajosa. Inoportuna. Mentiría si dijera que no la odio.

Desde esta mesa veo la lluvia caer a contraluz, y eso significa que debería haber vuelto a casa hace ya tiempo. Un atisbo de culpabilidad me reconcome –tendría que haber previsto todo esto, no sé cómo he podido perder el bus, ¿y por qué no me he traído un paraguas?–, pero me esfuerzo para descartar esos pensamientos. Después de todo sé que solo queda esperar a que pase el mal tiempo. Me convengo de ello, a pesar de ser consciente de que esta débil llovizna no es excusa suficiente para desaparecer toda la tarde.

De todas formas, no me siento con fuerzas para volver a casa, aún no. Hace tan solo una hora que salí de la consulta y me puse a deambular por las calles hasta toparme con esta cafetería, y no sé por qué pensé que un café era lo mejor para calmar los nervios. Supongo que solo quería distraerme, leer un libro al amparo de una bebida caliente, recuperar de alguna forma aquellos días en los que la vida era más sencilla y menos hiriente. Ahora el mundo se asemeja a un sueño, como si todo existiera muy lejos y mis manos no fueran mis manos, como si cada sonido y cada luz se representara en una compleja obra de teatro. ¿Eso soy, tan solo un intérprete? ¿Dónde empieza el escenario y dónde acabo yo?



El café me consuela, pero también me devuelve implacable al presente. Poco a poco retomo el sentido de la realidad y la densa niebla que cubría mis sentidos deja paso a un terror acelerado, a una existencia demasiado nítida. Cierro los ojos y escucho con atención: mi corazón late rápido pero débil, noto presión en el pecho y en la garganta. Una chispa de pánico intenta prender, *¿y si alguien me está mirando? ¿Eso que escucho son murmullos de burla?* La idea me paraliza, pero reprimo las ganas de abrir los ojos y buscar, de salir corriendo y esconderme entre las sombras. *Está bien, puedes hacerlo. Sabes cómo salir de esta.*

Intento respirar hondo, pero algo en mis pulmones que se niega a retener el aire, así que pruebo con otros métodos. Flexiono los dedos y los vuelvo a extender, cierro el puño con fuerza para luego abrirlo lentamente. Intento concentrarme en la sensación que genera cada músculo, en el roce de la piel con la piel. Hago lo mismo con la mandíbula, los párpados, los dedos de los pies. Deslizo las yemas de los dedos sobre la mesa, siguiendo el relieve de la madera, inspiro hondo y me inunda el olor a café frío y galletas secas. Cuando vuelvo a abrir los ojos el mundo sigue en su sitio: la lluvia fina repiqueteando en los cristales, la lenta música de ambiente, una docena de personas que no me prestan atención. Suspiro y apuro lo que queda del café. Todo parece frío de pronto.

Ya que estoy aquí decido guardar el libro y ponerme a escribir. No se me da bien y nunca tuve un especial interés en la literatura, pero siempre he tenido problemas para expresarme y últimamente mis sentimientos se parecían más a una maraña de contradicciones que a propias emociones con nombre. Cuando escribo le doy voz al caos que ocupa mi mente, se desprende poco a poco para dejar pasar la luz. A veces encuentro ira, otras veces derrota, casi siempre un nihilismo que danza entre lo optimista y la más oscura desesperanza. “Cuando el dolor deja de ser algo desconocido dejarás de tenerle miedo”, fueron las palabras que me animaron a hacer esto y también las primeras que brotaron en el papel.

Pero darle forma a lo que siento está siendo más complicado de lo que parece, más turbio y sangriento de lo que esperaba en un principio. Cuando arrastras al monstruo de la caverna y lo expones a la luz a veces parece pequeño y asustado, y solo entonces comprendes que todas las desgracias que te brinda no son más que miedos



infundados; pero otras veces es ver el rostro de la bestia lo que de verdad me hace daño. A menudo siento que al escribir solo consigo que el dolor sea más real, abriendo heridas mal cerradas que por tantos años me esforcé en ignorar. Heridas con las que creía haber aprendido a convivir.

Eso es lo que más me cuesta. Enfrentarme a mis miedos, encarnarme con los monstruos a sabiendas de que voy a salir perdiendo, llorar y sangrar y revivir experiencias que juré olvidar en falso. Nos dicen que sanar es dulce y sencillo, que el amor lo cura todo; nos lo venden con esas libretas alentadoras de color pastel, emoticonos sonrientes y frases empalagosas. *¡Si puedes soñarlo, puedes lograrlo! ¡Sonríe y serás feliz! ¡Solo tienes que pensar en positivo!* Esta filosofía de vida se ha filtrado entre nosotros como oscura maleza, envenenando nuestras motivaciones y silenciando a aquellos que aún luchan por mantener su voz. Te hacen creer que es tu culpa estar enfermo, que no tienes derecho a sufrir, que curarse es tan sencillo como vivir con una actitud positiva y beber té verde por las mañanas.

Pero no es así. Sanar es un proceso lento y doloroso, el antónimo del romanticismo si cabe. Nada se arregla con un día libre y un baño de burbujas, y la soledad no se desvanece con una fiesta y una cama caliente. Sanar a menudo es amargo e indeseable: es forzarse a salir del cuarto y lavarse la cara, preparar verduras, aunque se aborrezcan, tomar el móvil con manos temblorosas y confesar, aunque duela, que necesitas ayuda. Es vergüenza y dolor acuciante, progresos lentos y recaídas, llorar en la consulta de un extraño y buscar respuestas en sus palabras. Escribir y vomitar veneno, enfrentarse a tus defectos y a tus miedos y aceptar que, a veces, las cosas no salen bien.

Yo tan solo quiero ser mejor persona, existir sin condenas, y no dejo de pensar en todas las cosas que haré cuando me devuelvan la vida. Es agotador que tu mente te traicione, que los límites te los imponga un miedo que casi se siente ajeno. *¿Acaso pueden mis heridas expresarse como soledad? ¿Pueden darle nombre al dolor que siento?* Quiero dejar de odiar el universo, de maldecir mi pasado, quiero que la idea de decir adiós deje de saber tan dulce y tan cercana. Volver a los días tranquilos de los que todo el mundo habla, volver a añorar los veranos y a soñar con un mañana que de verdad me merezca.

La realidad es que la vida nos odia. Nos pone piedras en la ruta, nos tienta con errores y pasiones, nos enreda y corta lazos y arrebat



todo aquello que amamos, sin conciencia y sin rencores. La realidad es que nadie quiere estar triste y que todos buscamos esa epifanía que nunca llega, esperamos impacientes a que el momento ideal nos encuentre para entonces, por fin, *ser felices de verdad*. La realidad es que este mundo está marchito y que eso es precisamente lo que lo convierte en algo hermoso.

Al final solo nos queda vivir. Seguir luchando, amar y llorar y perder el tiempo, entregarnos a personas que algún día se irán y comprender que todo avanza, inexorable y benévolo. Existir es un acto de revolución, una guerra que se lucha con y contra el mundo, un acto de desafío ante todo aquello que alguna vez llegó a hacerme daño. Y la única verdad es que sigo aquí. Aunque sufra y aunque duela, aunque lllore por las noches y aunque aún maldiga tu nombre, sigo aquí. Y puedo seguir viviendo.

La esperanza es un concepto abstracto y traicionero, pero es lo que alimenta mi corazón y lo que me consuela cuando el mundo se desmorona a mi alrededor. La veo en los días que salgo a pasear y la luz del sol me deslumbra los ojos, cada vez que me río con un chiste de mal gusto, cada vez que decido quedarme un rato más para escuchar otra vez esa historia que tanto te gusta contar. La siento cada vez que sujetan mi mano y me arrastran por la ciudad, en cada abrazo y cada sonrisa sincera, en el calor de las lágrimas de una despedida que llevaba años queriendo pronunciar. La siento cada vez que salgo de la consulta y me arrastro por las calles, corazón acelerado y una extraña sensación de victoria, saboreando palabras que creí no poder escuchar jamás: “Me alegro de que estés mejor”.

Lo último que escribo en la libreta es un sincero *gracias* que dejo sin destinatario explícito, pero que sin duda sé a quién dirigir. Se lo diré la próxima vez que lo vea, aunque me avergüence y aunque no haga falta, pero creo que se lo debo de todas formas. Además, ¿qué mejor manera hay de demostrar mi progreso? Cierro la libreta y empiezo a recoger a pesar de que sigue lloviendo con fuerza, el cielo claro y las gotas ligeras deslizándose por los cristales, y entonces camino por la calle dejando que la lluvia me empape el cabello y se cale hasta los huesos. Aún pienso que la lluvia es molesta y pegajosa, inconveniente; mentiría si dijera que no la odio.

Pero ahora entiendo que también es inevitable.



Ilustración 13

M.^a Ángeles Reina Durán

Temor





TERCER PREMIO

ANA SÁNCHEZ GARRIDO
Grado en Psicología

Imagina

Tú dices que no lo entiendes, que no tengo motivos para llorar, que todo está bien, que no me falta nada. Me pides que te explique, que te cuente, que te diga... Quieres saber qué es lo que ha pasado para que esa niña de mejillas sonrosada y sonrisa traviesa se haya convertido en este deje de agonía, llanto y dolor. Es difícil de explicar, pero voy a tratar de contarte lo que siento. Para llegar a comprenderlo tú tienes que hacer un esfuerzo por ejercitar tu imaginación, por entrar en las profundidades de mi mente, un lugar donde estoy encerrada con un cruel carcelero que quiere mi destrucción.

Así que cierra los ojos e imagina...

Imagina que tu reloj se vuelve completamente loco, que los minutos transcurren como horas y las horas se reducen a simples segundos. Imagina que estas horas se precipitasen hacia ti a una velocidad de vértigo y de repente el segundero se parase para no volver a avanzar en lo que a ti se te antojan días.

Imagina que tienes una herida lacerante, que sientes abismo e inmensidad en tu ser, que te aqueja un dolor implacable y que todo es miedo y turbación. Frío envolvente, noche, oscuridad, abismo inexpugnable, vacío desolador... Imagina que buscas un apoyo, una mano que te salve y gritas en silencio mientras silencias tus gritos. Imagina que acabas llorando sangre a la vez que sangras lágrimas. Imagina una pena, un sufrimiento, un temor implacable.

Imagina un bosque profundo, oscuro, con múltiples obstáculos y lleno de pájaros. Pájaros que te hablan y critican cada uno de tus pasos. Escuchas también que te llaman desde lejos pero no consigues ver a nadie. Estás sola, perdida y con miedo, mucho miedo.



Te caes, te levantas y te vuelves a caer... y ya no quieres levantarte más.

Imagina que eres una pelota. Vas pasando de persona en persona, unas te dejan suavemente sobre los brazos de otras, otras te lanzan con una patada y otras simplemente se sientan encima de ti y te transmiten todo su peso. Algunas quieren cuidarte, guardarte y que no te pase nada, pero no pueden estar las veinticuatro horas de día asegurándose de que no te dañan, de que no te caes... o simplemente acaban agobiándote por su abrazo protector. Imagina que descubren que eres una pelota que se vacía poco a poco y quieren arreglarte y vuelves a pasar de mano en mano, pero esta vez son manos profesionales. Unas piensan que tienes un pinchazo en un lado, otras que en otro... Imagínate que tardan años en descubrir por dónde se escapa hasta el último hálito de vida de tu interior. Imagina que el mundo da tantas vueltas que acabas magullada de tanto rodar.

Imagina que día a día hay momentos en los que tu vida se convierte en un auténtico infierno. Llamo infierno a cuando tu corazón late muy deprisa, te cuesta respirar, escuchas, pero no oyes, miras, pero no ves y te recorre un sudor frío dentro de una habitación en la que la temperatura quizá sea baja.

Imagina que no puedes explicar cómo te sientes en un determinado momento, imagina que ni siquiera lo sabes. "Me encuentro bien. No, ya no me siento tan bien, me siento regular, ¿por qué esto me parecía divertido hace solo un segundo? Me da igual, nada me importa. Pero duele".

Hay miles de cosas que no sé explicar. Me siento sola, perdida y confusa. Tengo miedo. Me encantaría que vinieses hacia mí, que me abrazases y me dijases que todo va a salir bien. ¿Por qué no vienes? ¿Será porque te acabo de echar de mi lado a empujones? Sí, lo he hecho, pero es que no encontraba otra manera mejor de pedirte que no me dejes. Pero no quiero verte, no quiero ver tu cara de sufrimiento, de dolor y saber que yo lo he dibujado ahí. Date cuenta de que siento que estoy fracasando en el único afán que tengo en la vida y que no es otro que el de hacerte feliz.

Ahora quiero desaparecer, que no me veas, que no me oigas, que no me sientas... o quizá lo que no quiera es verme, ni oírme ni sentirme.



Si pudieras abrazarme desde lejos...

Cuando comienzo a sentirme mal quiero llamarte, pedirte que me cuides, pero a la vez deseo que no me atiendas. Necesito ayuda, pero si me la das pensaré que no la necesitaba, que te estoy manipulando simplemente.

No es que no quiera estar cerca de ti, es que no te quiero cerca de mí, no quiero hacerte daño. No puedo soportar que alguien a quien amo esté tan cerca de un ser tan extremadamente peligroso como en el que yo puedo convertirme.

Entiendo que no lo comprendas. Vivimos en dos mundos separados y a veces me siento sola en el mío porque parece infranqueable y no me suelen visitar a menudo. Si pongo la mano en los límites de mi mundo algunas veces puedo sentir la tuya al otro lado, me transmite calor y confianza, pero ansío poder estrecharla.

A veces pido desconectar mis pensamientos al menos durante unas horas, necesito descansar de mí misma. Es agotador sentir día tras día como te golpean, te insultan, te gritan y te incitan cada vez más a hacia una espiral de autodestrucción que no puedes detener. Y todo desde dentro.

Pero imagina que solo quieres llorar, llegar a casa y refugiarte en los brazos de tu padre, de tu madre, de tu novio, novia, hermano o hermana. Utilizar estos brazos como barrera, que te protejan de este frío y espeluznante escenario, de esta farsa que llaman mundo. Pero imagina que tampoco quieres que te vean, quieres demostrarle que eres una persona independiente, que no los necesitas, que puedes hacerles felices, que eres capaz de vivir... Pero, imagina, ¿qué harías si no es verdad? ¿Qué harías si te duele levantarte cada mañana, saber que todavía queda tanto camino por recorrer, que tienes que continuar y no te quedan fuerzas? ¿Qué haces si la vida te viene demasiado grande, si te sientes como una niña a la deriva, perdida en un mar de emociones que hace que su cuerpo se estremezca ante el menor contacto del exterior? ¿Qué haces si no ves la salida, si la noche permanece en tu corazón y no quiere irse, si la desesperanza ha anidado en lo más profundo de tu ser y se niega a abandonarte?

Pero quizá lo más difícil sea explicar cómo se necesita de un abrazo en las noches vacías y silenciosas, en las que piensas en el día vivido y te deja un sabor agrídulce en la boca mientras te encuentras sin esperanzas en afrontar un mañana incierto que no sabes lo



que te deparará. Imagina esas noches sin sueños en las que acabas soñando despierto, anhelando abrazos y abrazando anhelos. Y parafraseando al poeta te dices a ti misma: “yo sí que puedo escribir los versos más tristes esta noche... para ello solo necesito esa roja tinta que corre a través de mi piel”.

Imagina que, aunque hayas sobrevivido al día, aunque hayas logrado ahuyentar el miedo, a pesar de haber llenado cada segundo de tu jornada de actividad para distraerlo... Cuando llega la noche, te metes en la cama y apagas la luz nada puede evitar que llegue el tan temido mordisco del monstruo acechante ni el frío lacerante que penetra en tus huesos que estallan de dolor. Y tras suplicar clemencia, con hilos de sangre mezclados con lágrimas y sudor, te duermes con la esperanza de que el mañana depare un día mejor... o de no despertar. Y así, día tras día te encuentras esperando un golpe de suerte o quizá a la muerte.

Imagina que no sabes cómo sientes tanto dolor y sin embargo amanece.

Y yo intento imaginar que por un segundo comprendes que el amor que llevo dentro es muy fuerte pero que a veces aflora en forma de odio. Necesito imaginar que sabes que cuando te digo que te no te quiero solo quiero decir que me desprecio por dañarte, que cuando te digo que te vayas lo único que te estoy pidiendo a gritos es que me abrases fuerte y no me sueltes, que cuando te hago responsable de mi dolor tan solo estoy intentando liberarme un poco de la culpa, que me oprime, me aprisiona, envuelve, me come, me escupe y me vuelve a tragar. Esa culpa que al tiempo que me mata me mantiene viva por no querer agrandar tu aflicción. Y sé que te hago daño al decirte que tú me lo haces a mí, que no entiendes como queriéndome tanto e incluso estando dispuesto a dar tu vida por mí yo puedo percibir eso, pero cuando lo hago lo que en realidad necesito es que mágicamente consigas arrancar de lo más profundo de mi ser un trocito de este infierno, de este dolor ¿Y cuándo te digo que quiero morir? No sé, quizá solo esté pidiendo que me ayudes y me enseñes a vivir.

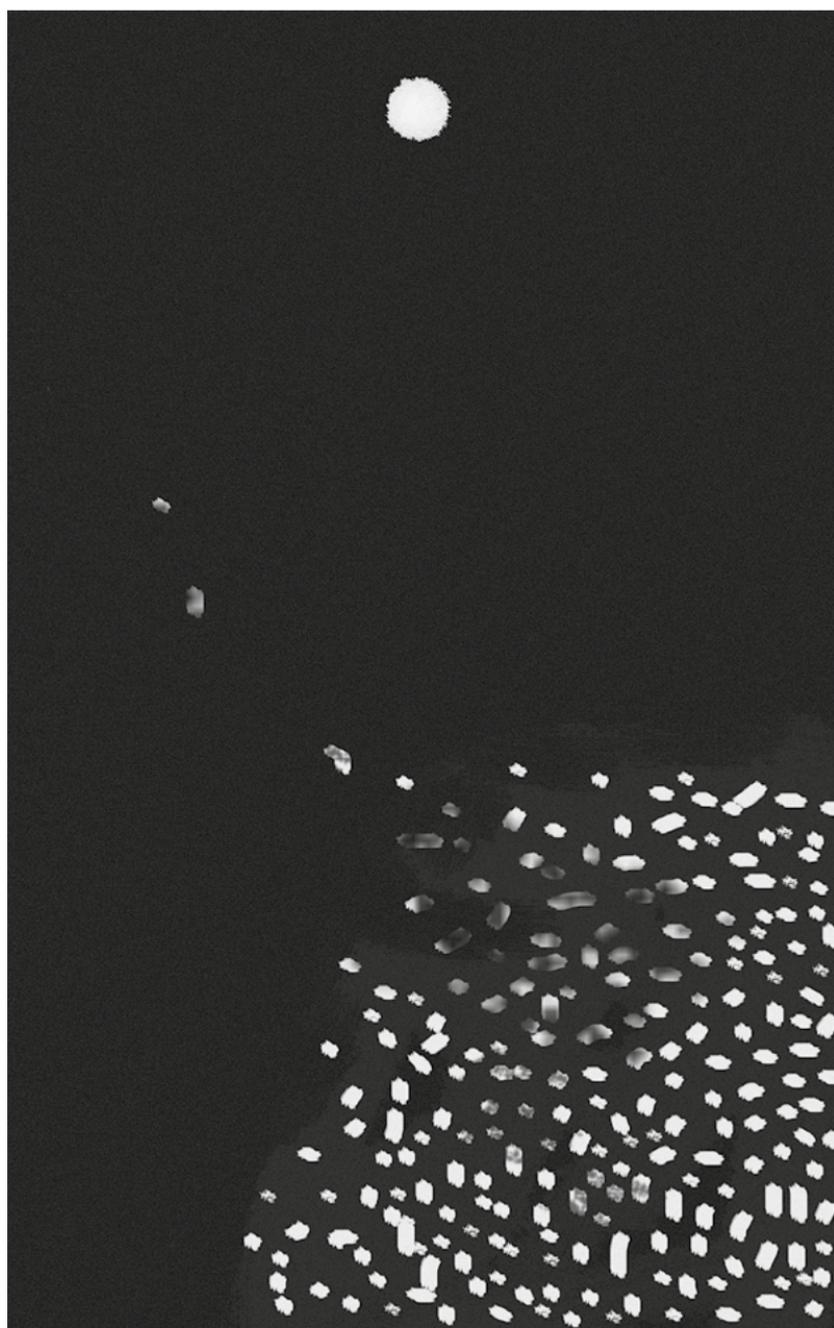


Ilustración 14

María Yanes

Noche 28





MENCIÓN ESPECIAL

SARA VERGARA ORTEGA
Grado en Psicología

El crecimiento del manzano

Son las ocho de la mañana de un frío día de invierno y, como cada mañana, me siento cinco minutos a meditar con un delicioso café que calienta mis manos, a observar a través de mi ventana, el manzano que planté hace tres años. El invierno ha provocado la caída de algunas de sus hojas; sin embargo, su tronco y sus ramas cubiertas de una blanca nieve, se mantienen fuertes, preparados para enfrentarse a los sucesos más difíciles de esta época del año. La historia que os voy a contar sucedió poco antes de que germinasen las primeras raíces. Sorprendentemente, se parece al cuento de *Blancanieves y los siete enanitos*, relato que me leía muchas veces mi madre cuando era pequeña. No obstante, aquí no hay personas perfectas ni salvadoras, ni hadas que solucionen nuestros problemas. Aquí veréis una vida real, observaréis cómo conviven la felicidad y el sufrimiento de la mano, cómo ambos forman parte y dan sentido a la existencia humana. Allá vamos...

Son las 7:00 a.m., hora de levantarse para ir a las clases. Desayuno y me despido de mi madre. Estaba maquillando su rostro con esmero, acto rutinario que hace diariamente frente a su gran espejo. Vivo con ella y con mi padrastro, persona con la que se casó hace dos años. Mis padres se divorciaron cuando tenía siete años. Papá se enamoró de otra mujer y se fueron a vivir a otro país. Desde entonces, sé muy poco sobre él, y él sobre mí. Mamá sufrió mucho; se sumergió en un pozo oscuro teñido de pena, apatía, desesperanza y aislamiento. Esto la alejó de mí, estaba encerrada en su mundo de tristeza. Siendo una niña, ya me sentía sola, abandonada por mis padres. Todo mejoró cuando mamá recobró el ánimo. Pero algo en ella



cambió. Se volvió más perfeccionista, especialmente con su imagen corporal. Cada mañana se maquilla durante horas para tapar lo que ella considera imperfecciones. Además, por algún motivo comenzó a sobreprotegerme, atosigándome en numerosas ocasiones.

Llego al centro en el que estudio la carrera profesional de danza clásica. El ballet siempre ha sido mi pasión desde que tengo cinco años. Este ha sido mi vía de evasión y expresión emocional. Comparto este amor por el baile con mis siete amigos de la infancia. Samu, conocido como “*Sabio*”, es nuestra “*Wikipedia*”, pues es un chico con muchos conocimientos. Sara, cuyo alias es “*Gruñona*”, es una chica que está muy furiosa con los vestigios de la sociedad patriarcal, por ello trabaja constantemente en la lucha feminista. Clara, o “*Tímida*”, se sonroja siempre que situamos la atención sobre ella. Omar, con mote “*Feliz*”, consigue alegrar nuestras mañanas con su sonrisa incluso los días más grises. Alina, llamada también “*Mocosa*”, siempre tiene un pañuelo a mano debido a sus fuertes alergias. Violeta, apodada “*Mudita*”, habla lo mínimo, excusándose en el odio hacia su voz. Finalmente, Leo, nombrado “*Dormilón*”, se siente cansado aun durmiendo durante doce horas seguidas.

Hoy, estamos especialmente eufóricos porque este fin de semana vamos a una casita en el campo, así que vuelvo a mi casa para prepararlo todo. Al terminar, me siento en el sofá y, como cada día, miro el Instagram. Observo cuentas de chicas preciosas, cuyos cuerpos delgados estilizados despiertan numerosos pensamientos en mí. Pienso que me encantaría poseer una figura así, ya que, las personas admiran estos cuerpos. Comienzo a sentir mucho malestar que se manifiesta con una elevada ansiedad. Siento pánico porque pierdo el control. Una fuerza me arrastra hacia la comida y arraso con lo que encuentro. Segundos después, rompo a llorar. Una inmensa frustración se apodera de mí porque esta situación se repite desde hace siete meses. Aspiro a tener un cuerpo más delgado y esta pérdida de control me lo impide. Desesperada, concluyo que no puedo controlar mi pensamiento ni mis emociones, por lo que decido controlar mi cuerpo. Voy al baño y devuelvo al inodoro todo lo ingerido. Me quedo unos minutos flexionada frente a éste, pensando que, al menos, esto me ayuda a gestionar el descontrol. Más tarde, llega mi madre a casa. Me sorprende que me deje ir con mis amigos, ya que no suele permitirme asistir sola a ningún evento especial.



“Feliz” me recoge y vamos a la casita. Esta se encuentra en un lugar de ensueño: hay un bosque, un lago y muchos tipos de aves. Me imagino siendo una de ellas, libre de los cánones de belleza impuestos por la sociedad encargados de presionar a las personas a cumplir con unas normas despreciables. Pasamos una noche muy divertida con música, jugando y bailando. Repentinamente, me estremezco al escuchar algo en la ventana, me acerco y presencio a mi padrastro espíandonos. Probablemente, mi madre le ha encargado controlar lo que estoy haciendo. La angustia recorre todo mi ser. Cuando todos se van a dormir, me quedo despierta, llorando. Estoy harta del control de mi madre, me siento encarcelada, incluso siendo mayor de edad. El estrés que esto me genera consigue que vuelva a perder el control, repitiéndose el episodio de esta tarde. Con una excepción, “Sabio” me ve en el baño introduciendo los dedos en mi garganta y se horroriza. Le suplico atormentada su silencio, pero lo ignora y llama a mi madre, asegurando que es por mi bien. Inmediatamente, me recogen ella y mi padrastro. Con lágrimas en los ojos, insiste en que ha sido una mala madre por dejarme sola con mis amigos, sentenciando que el control sería ahora más rígido. La vigilancia de mi padrastro y sus consecuencias fueron el puñal que atravesó mi alma; ya que, para mí no hay peor condena que la cárcel del control.

Me pasé semanas encerrada en mi casa. Durante este eterno periodo, mi madre controló lo que comía, se quedaba tras la puerta del baño y contaba los minutos que pasaba en él, me llevaba y me recogía de las clases. El único momento en el que estaba sola era por la noche en mi habitación. Desarrollé problemas que no tenía. Dejé de sentir motivación por el baile, me distancié de mis amigos, la ansiedad se adueñaba de mi cuerpo diariamente, el insomnio anticipaba largas noches en vela, la tristeza me empujaba hacia un abismo del que no podía escapar. Descubrí que los ansiolíticos que guardaba mamá en la despensa del cuarto de baño calmaban mi malestar, silenciaban mis pensamientos y emociones. Pero estos tenían un efecto de anestesia emocional pasajero. Pasadas las horas, el dolor se reactivaba ocasionando una pesadumbre cada vez más insufrible. En este tiempo, la insatisfacción por mi cuerpo aumentó hasta el punto de que, un día, me miré en el espejo de mi madre y, preguntándole quién era la chica más delgada, me devolvió una imagen de



mí misma que me destrozó. Repugnante, deforme, fea y gorda fueron algunos de los atributos que avivaron en mi mente al verla. Las curvas se incrementaban en las zonas de mis caderas y mis muslos. Esto me produjo una enorme repulsión hacia mi cuerpo, hacia mí. El sufrimiento fue tan desolador que, me lo imaginé convirtiéndose en una bruja malvada. Esta me ofreció una alternativa rápida para solucionar mis problemas. Como un ánima guiada por la desesperación, por el descontrol, me metí en la ducha, abrí el grifo para que el agua caliente cayera sobre mí y, llorando, me tomé desesperanzada la caja de ansiolíticos. Sin saberlo, mi madre con su excesivo control me ofreció la manzana envenenada que me invitó a adentrarme en un sueño profundo al que ansiaba arribar. De esta manera, el dolor que sentía quedaría enterrado en un ataúd de cristal para siempre.

Al abrir los ojos, observé que me encontraba en una habitación de paredes blancas. Me sentía algo confusa y desorientada cuando vi la figura de una persona sonriente. Por las preguntas que realizó, supe que era la psicóloga del centro.

Durante varios días recibí muchas visitas de ella, de distintos médicos y de mi madre. Un día, vinieron mis siete amigos. Pensé que ojalá pudiera ser alguno de ellos, ya que sus vidas eran perfectas (o eso me imaginaba). Pasó algo maravilloso e inesperado. Por primera vez, nos organizamos en círculo y nos abrimos, expresando nuestras vivencias y los momentos dolorosos que arrastrábamos cada uno. “Feliz” comentó que es inmigrante y que, sufrió mucho hasta llegar a España, lugar en el que fue adoptado por una familia. Desde entonces sonrío, porque la vida le dio una segunda oportunidad. “Gruñona” explicó que su expareja la maltrató y que, por ello, lucha para erradicar este tipo de violencia. “Mudita” expresó que tartamudea, sobre todo en los momentos estresantes. Desde que se quedó repitiendo la misma sílaba durante varios segundos en una exposición oral del instituto, sintió tanta vergüenza que dejó de hablar para evitarla. Por otro lado, “Dormilón” toma una fuerte medicación contra la epilepsia. Esto le provoca una fuerte somnolencia y apatía. Las lágrimas de “Mocosa” en muchas ocasiones, no se deben a su alergia, sino a que sus padres tienen una mala relación de pareja, caracterizada por los reproches, provocándole una alta tensión y malestar. “Tímida” tiene una baja autoestima porque su familia depositó grandes metas y expectativas sobre ella, generándole un



nivel alto de autoexigencia y ansiedad respecto a los estudios. A “Sabio” le diagnosticaron altas capacidades en el colegio. Esto le hizo sentirse diferente a los demás. Muchos niños lo rechazaron por este motivo. Finalmente, yo también conté mi experiencia. Acabamos todos con un abrazo grupal. Comprendí que ningún ser humano tiene una vida idílica. Todos enfrentamos batallas y no estamos solos para superarlas.

Esta es la anécdota que quería dar a conocer, pues supuso un antes y un después en mi vida. Tras ese episodio, con apoyo social y ayuda profesional, comencé mi camino hacia el crecimiento y la aceptación. Comprendí que la vida presenta las dos caras de una moneda. La felicidad y el dolor se intercalan en distintos momentos de la vida y esto nos aporta aprendizaje, resiliencia.

Decidí plantar un árbol. Inicialmente, parecía que no crecía. Estaba tomándose un largo tiempo para nutrir y fortalecer sus raíces. Semanas después, un pequeño tallo vislumbró a través de la tierra. Con el paso de los meses, este tallo se transformó en un tronco cada vez más firme. Unas finas ramas comenzaron a decorar su silueta. Con el tiempo primaveral, surgieron unas bonitas hojas verdes, pero muchas de ellas cayeron durante el otoño y el invierno debido a los fuertes vientos, lluvias y nevadas. Sin embargo, muchas lucharon y resistieron los temporales y otras nuevas volvieron a crecer. Finalmente, los primeros frutos aparecieron, coloreando su copa. Vivas manzanas rojas emergieron representando el final del proceso de crecimiento.

Metafóricamente, este es el camino de las vidas humanas. La calma tras un largo trayecto de amargura no llega a nuestra vida tan rápidamente como un rayo de sol atraviesa la atmósfera terrestre y alcanza nuestra piel. Se necesita una larga y persistente dedicación para hacer crecer nuestras raíces: comprender nuestras emociones, cuestionar nuestros pensamientos, trabajar nuestra autoestima, aceptarnos, querernos. A partir de aquí, el viaje hacia el bienestar se torna más sencillo. Nos fortalecemos. Sin embargo, habrá momentos en los que la oscuridad volverá a llamar a nuestra puerta y nos angustiaremos. Pero no pasa nada, esta vez la invitaremos a pasar, no la rechazaremos porque tendremos las herramientas para gestionarla y combatirla. Una vez comprendido esto, observaremos la vida desde otra perspectiva. Le habremos dado un sentido a nuestra existencia.



El malestar psicológico me sirvió para crecer. ¿Qué habría sido de Blancanieves si la bruja malvada no le hubiera dado la manzana envenenada? ¿Mi manzano sería tan fuerte si no se hubiera enfrentado a las fuertes tempestades? ¿Quién sería yo sin haberme expuesto a esta trayectoria, a esta vida?



Ilustración 15

Germán Moreno Rincón

Sin título





MENCIÓN ESPECIAL

NORBERTO JOSÉ ARAGÓN MARCHENA
Máster en Intervención y Mediación Familiar

Todo oscuro

Todo oscuro. Me intento levantar de la cama, lo hago con dificultad. Con lo a gusto que estoy. Esas sábanas de franela tan suaves me atrapan. Otro día más. ¿No puedo salir o no quiero? ¿Qué me pasa? Noto algo húmedo en mis manos. Es el corpulento Boris. Me consigue levantar del todo porque por su culpa tengo que lavarme las manos. En la oscuridad voy a tientas y consigo hallar el grifo. Mi cabeza mira hacia abajo. Como en una ensoñación momentánea. Poco a poco voy espabilando. Comenzamos un nuevo día.

Boris me lleva hasta la cocina donde le doy de comer. Me han dicho que está demasiado grande. Es solo un eufemismo para decir que está realmente gordo y que deje de darle chucherías. Debería hacer más ejercicio. Entre la pereza que me da y lo mimado que lo tengo, un día reventará. Escucho un ruido y entiendo que George ya se ha levantado.

—Vuelves a levantarte tarde ¿no? —Me espeto nada más llegar.

—Me levanto cuando quiero. Además, ¿tu acabas de llegar y ya empiezas a dar problemas?

—No soy yo el que está en paro. Yo siempre me despierto cuando tú te levantas, porque me acuesto tarde.

—Lo sé...

—Con todo el ruido que provocas, normal que me despiertes. Parece que lo haces a posta. Eres muy torpe.

Me mantuve en silencio porque no quería empezar una pelea. Aunque con George, el dicho de “dos no se pelean si uno no quiere”, no se aplicaba. Seguía machacándome así que intenté desayunar en silencio, ducharme y huir. Siempre con dificultad. ¿Y si George tenía



razón y soy inútil? La verdad es que se me caen muchas veces las cosas y suelo perderlas por casa, aunque intento que esté el piso ordenado. Si no, para mí sería un caos. George no es de mucha ayuda con las tareas domésticas.

—¿Dónde vas? —me sorprendió mi compañero desde lejos cuando ya me iba con Boris de paseo.

—¿Por qué? —respondí de forma seca. Siempre metiéndose en lo que no le importa.

—Para acompañarte, desagradable. —Me contestó con su tono de desprecio.

Partí sin responder. Me tapé los oídos para no escuchar su indignación ante mi acto de rebeldía que sabía que tendría consecuencias. Escuché ruido tras de mí, pero no miré atrás. Me dispuse a salir del portal, pero mi vecina del bajo me sobresaltó:

—¿Necesitas ayuda?

—¡No, estoy bien! —Le grité.

—Madre mía, cómo comenzamos el día. Yo que solo quería ayudar... Qué desagradable. No se os puede ayudar. Ea, abre la puerta y vete. Si es que, una siempre intenta una y otra vez ayudar y tener buena actitud a pesar del rechazo, pues nada no se puede...

No me paro ante las recriminaciones y gritos. Mientras, Boris ladra y me tira de la correa. Me intento tapar de nuevo los oídos y aprieto las manos con fuerza contra mis orejas. No oigo nada más que los movimientos ondulantes de mi cuerpo y mi corazón que parece que se va a desbordar de mi pecho. Intento respirar y no consigo que entre el aire. Recuerdo que debo respirar pausadamente para tranquilizarme, pero no puedo. Me ahogo. Mientras voy dando tumbos. No lo consigo. Y un tirón fuerte de Boris me hace salir definitivamente del bloque y quitarme las manos de las orejas.

—¡Loc...! —Se cierra la puerta tras de mí y no consigo escuchar más, gracias a Dios. Un descanso. Oigo ruido de la ciudad que me distorsiona. Sigo respirando con dificultad.

Cierro los ojos como si eso me calmase y me dejo llevar por Boris. Normal que no quiera salir de la cama. Pero es que yo atraigo eso. Lo leí en una imagen de esas de motivación. Eres lo que atraes. O algo así. No sé qué motivación me provoca saber que yo tengo la culpa de todo lo que me pasa, pero creo que está demostrado científicamente. Por desgracia escucho de nuevo esa voz.



—Venga, no te pongas así. Si es que te levantas siempre de un mal humor... Anda que gritarle a la vecina... ¡Vaya pitote! —grita George mientras se acerca.

—¿No te ha quedado claro que quiero estar en soledad? ¡Déjame! —En cuanto grito todo el mundo me mira. ¿Qué estarán pensando esos ignorantes? No puedo controlarlo.

—No te voy a dejar. Me necesitas. Ya sabes que no puedes ir sin mí. Vamos, te acompaño. ¿A dónde vas?

No contesto. Respiro profundo. ¿Por qué no me entra el aire? Su voz. No soporto esa voz. Sigo adelante con Boris, pero George insiste.

—Bueno, pues te acompaño en silencio. ¿Te parece? —dice George mientras continuamos el paseo—. Se mantuvo en silencio 30 segundos. Lo sé porque lo iba contando en mi cabeza y me interrumpió diciendo: —¿Vas a verla no es cierto?

Mantengo mi pulso en el silencio. Soy una persona a la que le gusta escuchar. Ya sea en conversaciones o a mi alrededor. Es lo que me queda. Siempre me siento mejor conmigo cuando escucho porque siempre que hablo es para estropear la situación. Sí, mejor escuchar. Me cuesta abrirme ya que la gente me trata como a un bicho raro y nunca estoy seguro de sus intenciones. Me cuesta diferenciar cuando una persona va de frente de cuando me quiere engañar y George era un ser extraño. ¿Se interesa por mí o solo me quiere dominar? ¿Se ríe de mí al no verlo? Me trata como inferior. Soy tan capaz o más que él. No le necesito como él me necesita a mí.

—Lo tomaré como un sí. Estás esta mañana insoportable. Ella no te hace ningún bien. Solo quiere separarnos. ¿O acaso no te das cuenta? —sigue provocándome una respuesta. Voy ganando.

—No sé a qué juegas. Siempre que vas, sí, te sientes un poco mejor, pero vuelves a caer y entonces acudes a mí y tengo que sacarte las castañas del fuego. Solo vas a hacerte más daño si sigues así. Antes nos iba mejor.

—No tienes ni idea de lo que es mejor para mí. Contigo todo va a peor y con ella me siento bien.

—Ey, pero si habla y todo. Y en eso te equivocas, lo sé mejor que nadie. Y mucho más que ella.

Mierda, había perdido el pulso del silencio. ¿Por qué me costaba tanto con George? Me pone de los nervios. Necesito que se vaya de



mi vida. Me voy acercando al portal y veo su nombre en la placa de la entrada y era una sensación extraña. Por una parte, preveía que en ese lugar me tendría que desnudar. Quitarme mis corazas y abrirme y eso dolía mucho. Sin embargo, me sentía bien en esa habitación. Ella y yo. Pero George lo iba a estropear. Llamo al telefonillo. Esa voz calmada que me transmite paz. En su puerta, Boris, George y yo.

—¡Hola!, no te esperaba tan pronto —dijo ella.

—No sé qué hacemos aquí —dijo George con burla.

—Ya, pero he tenido que salir antes de casa —digo mientras agacho la cabeza y me tapo los oídos. Sin decir más, parece entenderme. Es todo tan fácil con ella... No me juzga.

—No te preocupes. Entra en la habitación, pero solo podéis entrar Boris y tú, recuerda.

—¿No ves? Solo quiere separarnos. A saber qué hacéis ahí dentro.

—Quédate en la sala de espera y no discutamos más. —¿Por qué tuvo que haber venido? No lo hacía desde la primera vez que vine. Si yo me iba con Boris no me molestaba. ¿Por qué hoy era diferente? No tiene sentido.

Ella cerró la puerta mientras George seguía hablando, pero intentaba no prestarle atención. Por fin llegó el silencio. Nos mantuvimos así unos cuantos minutos. Respiramos profundamente e hicimos los ejercicios que solíamos hacer antes de empezar a hablar.

—George ha venido... —le digo con un tono de tristeza.

—Lo sé. Hacía mucho que no venía. Es curioso, porque lo último de lo que hablamos la otra vez...

—¿A qué te refieres?

—A que te dije que debíamos preparar una despedida para George. —Se mantuvo un silencio que necesitaba para pensar. Parece increíble pero no lo recordaba, pero es como si algo dentro de mí lo supiese. —¿Te tomas la medicación?

—Sí, sí. Aunque me hacen estar adormilado y me levanto tarde, por la noche a veces me acuesto tarde, por su culpa. Me sigue hablando cada vez con más agresividad. Es como si supiese que ya no lo necesito y se aferra más y más...

—Es difícil luchar contra algo que no existe. Bueno, existe en tu mente.

—Sí. Quiero que se vaya.



—Lo sé. Lo conseguiremos. —Ella me calmaba con su comprensión.

—A veces me intenta hacer pensar que me haces daño, pero yo sé que es porque cada vez es más débil. Él empezó amable. Yo lo necesitaba para defenderme. Era tan dependiente. Mi cuerpo, mis capacidades. Me sentía inútil y él era una parte de mí que me hacía estar más seguro. Llegué a hacer cosas de las que no me enorgullezco. Pero ya no. Cada vez tengo más seguridad; quiero eliminarlo de mi vida. Solo me hace estar peor. Y creo que ya no sabe cómo seguir engatusándome.

—¿Qué le dirías para despedirte?

Me quedo pensando. ¿Cómo te despedirías de algo que no existe pero que tu mente ha creado?

Todo sigue oscuro. Es lo que tiene ser ciego, pero al menos tengo la luz de la esperanza.



Ilustración 16
Paula Caballero Fernández
Psycho



Soboto

Se levanto,
armado con su
cimitarra y dispuesto
a rebanarle
el cuello.

Cada estocada
estaba llena de
odio y rencor.

Fruto de la Ira

Solo podía
aferrarse a la
rabia que lo
estaba carcomiendo
por dentro,
cual larvas que
pudren un trozo
de madera.



MENCIÓN ESPECIAL

PABLO GÓNGORA ROBLES
Grado en Comunicación Audiovisual

Fruto de la ira

Pétalos, uno a uno, caían lenta y grácilmente de los cerezos. Movidos tímidamente por la brisa, terminaban aterrizando sobre el suelo empedrado. Y Calev percibía la caída de todos y cada uno de ellos. Le encantaba esa sensación, especialmente, cuando los pétalos rozaban su cara; eran caricias suaves y relajantes, como las de su madre...

Madame Zenda, acompañada de su guacamaya Minerva, se presentó en el Patio de los Cerezos, interrumpiendo su concentración.

—¿Te has enterado, ¿verdad? —le preguntó la sabia anciana, tras golpear sutilmente su cayado contra el suelo de piedras.

—Así es —respondió Calev, manteniendo los ojos cerrados.

—Los rumores corren como la pólvora —comentaba su mentora mientras le daba una pipa a su loro. Ante aquella frase, esperó algún comentario agudo de Calev, pero no sucedió. El chico seguía en silencio, meditando frente al cerezo de mayor tamaño. Zenda se percató de que Calev sujetaba entre sus manos la hoja de su espada: un mandoble de acero encantado.

Minerva rompió aquel extraño e incómodo silencio con un graznido y su dueña retomó la conversación:

—Ya sabes lo que opino. Lo sabes, desde que entraste por la puerta de este santuario...

—No espero que lo entiendas —la interrumpió el muchacho, a la par que se incorporaba y envainaba su arma.

—Claro que lo entiendo, Cal. Todos hemos perdido a alguien —el tono de voz de Zenda pasó de severo a compasivo, por un breve instante. Hasta su aprendiz percibió aquel fugaz momento de



fragilidad. Pero en su mente solo había una cosa, y ni ella ni nadie iba a impedirselo.

El tozudo espadachín se colocó delante de su instructora. Le sacaba una altura considerable; razón de más para inclinarse y hacerle una respetuosa reverencia.

—Gracias por tus enseñanzas, maestra.

Ella no daba crédito a lo que oía, ni tampoco Minerva, a la que se le cayeron varias plumas amarillas y azules de aquella súbita impresión. Cualquiera diría que aquel mozo, fuerte, alto y sereno era el mismo que, diez años atrás, había acudido a su puerta siendo un mocoso impaciente, arrogante y gritón. Aunque conservaba su testarudez intacta; por eso, sabía que no merecía la pena detenerlo. Simplemente, asintió ante aquel gesto de madurez y humildad.

—¿No vas a convertirme en ratón, como aquella vez, cuando tenía doce años? ¿Ni a pegarme con el bastón en la cabeza?

—¿Serviría de algo? ¿Te detuvo eso alguna vez?

—No.

—Pues ahí tienes tu respuesta.

Calev se dirigía a la salida del jardín, hasta que un grito de reclamo por parte Minerva interrumpió sus pasos:

—Cal —volvió a hablarle Madame, quien acariciaba y calmaba a su plumífera amiga.

—¿Sí, maestra?

—Tanto tú como yo sabemos que no te instruí para esto. No es la senda del guerrero.

—Lo sé.

El joven luchador se dio la vuelta. Aquellas dos palabras fueron lo último que oíría Madame Zenda de su pupilo, durante mucho, mucho tiempo. Calev notó que Minerva decía su nombre entre lastimeros graznidos; sabía que el ave hablaba por las dos.

A la salida del dojo le esperaba su fiel montura: Gareth, un ciervo de pelaje blanco y astas tan brillantes como diamantes esculpidos. A lomos del majestuoso venado, Calev recorrió el Bosque Sagrado, Jardín de Plata, las Minas de Jade y Villa Escarcha.

Durante tres días y tres noches, cabalgó incesantemente. Únicamente, paraba por las noches para que Gareth comiera y descansara. Y mientras su leal y fiel mascota dormía a pata suelta, el guerrero no



pegaba ojo. Contemplaba el firmamento, pero ni las celestes maravillas parecían apaciguarlo.

Por su mente no paraban de pasar recuerdos fugaces, como las mismísimas estrellas.

El ruido de la puerta. Su padre abriendo. El sombrero del hombre de gris. Un sonido ensordecedor. Un cuerpo golpeando el suelo. La chaqueta del hombre de gris. Su madre, escondiéndolo en la trampilla. Clang, clang, clang. Las espuelas del hombre de gris. Los gritos. Una especie de cañón portátil. Los guantes negros del hombre de gris. El fuego y la pólvora emergiendo del cañón. Su madre yaciendo muerta. El rostro del hombre de gris. Aquellos ojos rojos.

Todos esos destellos de vida venían y se iban de forma intermitente, aleatoria y desordenada. Eran piezas revueltas de un rompecabezas doloroso. Pero ya no tenía más lágrimas que derramar: las había gastado todas a los diez años. Solo podía aferrarse a la rabia que lo estaba carcomiendo por dentro, cual larvas que pudren un trozo de madera. Su odio era una llama que llevaba encendida desde hacía ya una década; parecía imposible de apagar. Pero Caley creía que, pronto, esa furia recalcitrante desaparecería.

El hombre de gris. No debía olvidar jamás el rostro del hombre de gris.

Finalmente, llegó a Aguas Turbias, un pequeño pueblo pesquero habitado por *kappas* y antropofibios. Tras dos horas de preguntas a los lugareños, por fin, halló respuestas claras. Una mujer rana, acompañada por sus tres renacuajos, le comentó que acababa de ver a un humano de gris y a tres tragos entrar en Pintas y Ancas, el bar del pueblo. Caley se apresuró tan rápido como las agotadas patas de Gareth se lo permitieron. Dejó al ciervo albino descansando, atado a un poste y junto a un cubo de agua. Así, se dispuso a entrar en el antro.

Y allí estaba: el hombre de gris. El tiempo no había pasado para él, ni un solo ápice. Mismos ojos bermellón. Misma sonrisa a medio dibujar en su rostro. Mismo atuendo de color ceniza. A su alrededor, su comparsa: tres tragos. Uno fumaba de una pipa; otro reposaba sus enormes y apestosos pies sobre la mesa. El más robusto trataba de meterle mano a la camarera *kappa*, mientras sus camaradas le reían la gracia.

—¿Quién de este antro es Butch, el Carnicero de Vergel Mayor?! —preguntó el espadachín, a la par que desenvainaba su acero



y mantenía su mirada fijada en el hombre de gris. Los clientes enmudecieron. La música celta que hasta entonces tocaba un reducido grupo de antropofobios cesó. El barman fue preparando el cartel de “Abierto/Cerrado por pelea”. Butch se limitó a reírse con sus esbirros. El trago fuerte dejó de molestar a la camarera y se levantó, armado con su cimitarra y dispuesto a rebanarle el cuello.

—Tienes muchos huevos por presentarte aquí, humano. ¿Crees que nos intimidas con tu espadón? No vales una m... —la amenaza del horrendo y hediondo matón se vio interrumpida por el mandoble mágico. El golpe fue rápido y certero, lo suficiente como para cortarle la cabeza al trago y que esta cayese justo sobre la mesa de Butch y sus compinches.

El pánico se desató: los aldeanos y la banda de música salieron, prácticamente, dando brincos. El *kappa* de la barra los siguió, no sin antes dejar el cartel de “Cerrado” colgando de la puerta. Mientras el hombre de gris contemplaba el rostro sin vida y decapitado de su secuaz, los otros dos tragos trataron de huir entre la muchedumbre.

—¡*Ralentio* tragos! —bramó Caley a pleno pulmón. Su espada se iluminó de un fulgor azul y los dos cobardes quedaron paralizados e iluminados por un halo de ese mismo color.

—¡*Luminio*! —conjuró el chico, al mismo tiempo que su espada desprendía un rayo azul. El destello de energía impactó contra los inmóviles tragos, que salieron volando por una ventana del local.

Cal oyó aplausos. Se giró para ver que aquellas palmadas irónicas procedían del mismísimo Butch, que se había incorporado y lo observaba con una inquietante mueca.

—Bravo, chico, bravo. ¿Cómo has dicho que te llamabas?

—No lo he dicho, escoria. ¿Acaso no me recuerdas?

—Para mí solo eres otra cara más. Otro mocoso cabreado al que le hice una putada. Algún familiar, supongo. Tus padres, seguramente.

—¿¡No recuerdas la masacre de Vergel Mayor!?

—Chico, para mí todos los días son como lo de Vergel Mayor.

La ira de Caley se apoderó de él. No dio ni un segundo de margen a Butch, ni siquiera para defenderse. Cada estocada estaba llena de odio y rencor. Cada grito que salió de sus pulmones lo dejaban, poco a poco, sin aliento. Finalmente, tras todos los golpes que asestó con su mandoble, se apoyó momentáneamente sobre este para recuperar fuerzas.



Ante él, el hombre de gris no expresó signo de dolor alguno. Había encajado el torbellino de espadas con una sorprendente compostura. De sus heridas no emanaba una sangre corriente, sino una especie de líquido negro. Butch sonrió:

—Bien jugado, chico —dijo mientras blandía en su temblorosa mano su cañón portátil. Pero el hombre de gris no apuntó al joven guerrero, sino a otra ventana. Disparó, corrió hacia ella y la atravesó.

Calev siguió el rastro de líquido negro hasta un huerto, a las afueras del Aguas Turbias. Curiosamente, el hombre de gris estaba apoyado en el tronco de un gran cerezo, mientras tapaba parte de sus heridas con una mano. La sangre negra se camuflaba entre sus guantes.

—Si vas a hacerlo, hazlo rápido, chico —mascullaba un moribundo Butch.

Justo cuando se preparaba para dar el golpe de gracia, un graznido familiar llamó la atención de Cal. Minerva se posó en una de las grandes ramas del cerezo y comenzó a decir su nombre. El fiero espadachín cerró los ojos por un instante y tomó aliento. Dejó de escuchar sus alrededores y comenzó a oír el eco de sus pensamientos. Retazos de su pasado volvieron a pasar por su cabeza. Pero esta vez, no eran recuerdos amargos y sórdidos.

Volvió a ver el rostro sonriente de su madre. Volvió a sentir los abrazos de su padre. Volvió a recordar las tardes perdidas frente al cerezo de su casa. Incluso volvió a oír los cánticos de Minerva y las palabras de Madame Zenda: “No es la senda del guerrero”. Por su rostro, pasaron los pétalos de cerezo caídos, acariciando su piel. Por primera vez, desde hacía diez años, Calev había encontrado la paz interior. Y no había sentido nada semejante al golpear el hombre de gris. Durante su confrontación, solo había sentido agotamiento y más furia. Pero aquella sensación serena le hizo apreciar muchas cosas. Un momento hermoso y silencioso se convirtió en, prácticamente, una eternidad.

Abrió los ojos. Vio a Butch, impasible. Aquellos ojos rojos habían visto tanta muerte y destrucción que parecía darle igual si vivía o moría. Comprendió que aquella alma estaba tan torturada como la suya; o incluso más.

La llama de la ira se extinguió, y así, Calev envainó su gran espada. El chico silbó a Minerva y esta se posó sobre su hombro.



Montó una vez más a lomos de Gareth y antes de partir, miró al hombre de gris y le dijo:

—Diez años de mi vida, buscándote. Diez años de entrenamiento. No ha pasado ni una sola noche en la que no pensara cómo iba a matarte. Pero me he dado cuenta de algo...

—¿De qué? —preguntó entre dolorosos suspiros el mercenario.

—Durante esos años, y los que los antecedieron, me han sucedido cosas maravillosas. He conocido a gente increíble. He aprendido mucho sobre mí mismo. Pero la ira nublaba mi mente, no me dejaba ver nada, más allá de ti. La muerte me obsesionaba. Pero eso se acabó. Toca vivir.

Tras su discurso, los gritos del hombre de gris se convirtieron en palabras huecas para él. Oyó “cobarde”, “bastardo”, “termina”. Pero nada de eso pareció alterarlo. Así, tomó las riendas del ciervo blanco y, con Minerva como sus ojos en el cielo, emprendió un largo viaje. Una travesía sin rumbo fijo, pero que le serviría para compensar el tiempo perdido por la venganza. Clev se disponía a recorrer la senda del guerrero.

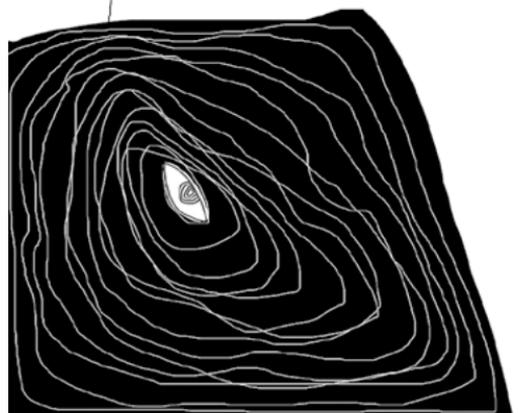
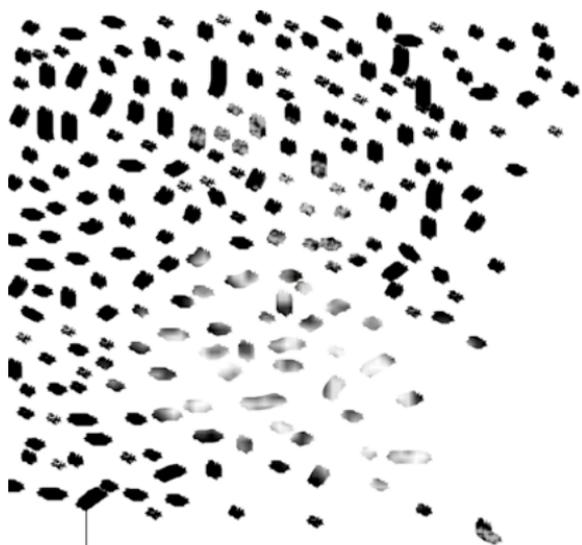


Ilustración 17

María Yanes

Escisiones





MENCIÓN ESPECIAL

MORELA FERNANDA CAÑAS BOSCAN
Máster en Arte, Idea y Producción

Boca de Pez

La primera vez que leí sobre el significado de la palabra 'Nostalgia', comprendí con más amplitud las sutilezas que evoca, desde su origen, la etimología del término. Proveniente del griego *nóstos*, que alude al *regreso*, y de *álgos*, que designa a grandes rasgos la presencia del *dolor*; el vocablo Nostalgia recoge múltiples imágenes en torno a la figura del viajero que regresa a casa, sano y salvo, después de una larga travesía.

En la mayoría de los pasajes antiguos, la nostalgia se asocia también, a ese retorno por mar que los grandes héroes emprenden en busca de la casa. Así lo demuestran Homero, y otros grandes cantores de epopeyas que hoy en día resuenan en los predios de la historia, las letras y la filosofía. ¿O acaso alguien no recuerda el famoso eco occidental de Odiseo luchando por volver a Ítaca, o de Perséfone regresando cada seis meses a la tierra de su madre? Hay en el héroe homérico y en la reina del inframundo, por igual, un profundo sentimiento de nostalgia que crece en paralelo para quienes los aguardan. Así, también para Penélope, esposa de Odiseo, y para la diosa Deméter, madre de Perséfone, la espera del amado es otra manifestación de la nostalgia que se ciñe a la idea del regreso.

En ese sentido, describir cómo ha sido la aventura personal como emigrante, y la manera en la que sigue doliendo la distancia a pesar del tiempo transcurrido, es como evocar la nostalgia de un anuelo que baila encrespado por la ola rota de mis branquias. Para hacer más clara la imagen, procederé a pintarla con palabras.

Solía ir a pescar con mi padre cuando era niña. Lo cierto es que dejó de gustarme paulatinamente, el hecho de acompañarle y



ayudarle a recoger la presa. Me inquietaba cada vez más ese movimiento del pez fuera del agua, al mismo tiempo vigoroso y terrible, danzarín y macabro. Me daba mucha tristeza verlo morir en un balde, saltando, asfixiado, abriendo con espasmos las branquias que iban perdiendo su característico color bermellón.

Comenzaba a doler en mí la conciencia de ser culpable. Culpable no de su muerte, sino de su dolor. Culpable por verlo partir con los ojos abiertos, como el axolotl enigmático que relata en su cuento Julio Cortázar. Culpable por dejarle allí entre las rendijas de un peñero, mientras espiraba la sal de sus días. Culpable por quitarle el aire y el océano a un ser que no me había quitado nada. Culpable por no atreverme a cortar su cabeza y acabar así con su agonía. Sin embargo, no me sentía culpable por comerlo, porque entendí desde muy pequeña que mi padre lo hacía por alimento, no por deporte, aunque ciertamente disfrutaba de todo el proceso, como un niño embestido de fiereza que recibe su trofeo después de la contienda.

Creo que mi padre disfruta de la pesca, entre otras cosas, porque siempre ha estado orgulloso de poner el pan en la mesa. Y más aún, le gustaba enseñarnos a pescar, a mí y a mis hermanos, para que aprendiéramos a ver el mar con sus ojos. Ojos de águila-arquitecto, que entiende los flujos y las corrientes, los remolinos, las mareas, y el efecto sorprendente de la lluvia como un plato, cuando cesa su derrame sobre la masa de agua que aguarda su llegada. A mi padre le gustaba, en suma, enseñarnos a ser capaces de conseguir lo “nuestro”, de multiplicar los peces en la mesa, de hacernos partícipes de la “evolución” que subraya nuestra especie.

De él aprendí mucho en esos amaneceres de sol caribeño, que tantas luces les dieron a mis pupilas enamoradas. Pero esos días de pesca me enseñaron también, otra lección importante descendiente de la entrelínea: Soy culpable y no soy culpable. Las dos cosas a la vez. Soy culpable porque pude haberle procurado al pez una muerte más rápida y menos contorsionada. (Cada vez que veía sus branquias palidecer, yo, que era asmática, sentía su dolor y me paralizaba, pero esa parálisis me convierte justamente en culpable.) Mientras que, por otro lado, el pez es pez y yo soy un humano, pero no soy culpable de haber nacido lo que soy.

No soy culpable de mi pulgar oponible, aunque lo use para anudar el señuelo. No soy culpable del telencéfalo desarrollado, aunque



sea mi decisión lanzar la red o echar la caña. No soy culpable de aprender a manipular el paisaje a favor de una especie “más apta”, aunque los grupos de veganos, vegetarianos y activistas digan lo contrario. No soy culpable de la ambición que el progreso ha fecundado en nuestras creencias a partir del siglo XIX, aun cuando todos coexistimos al margen de esa descabellada idea.

Casi de la misma manera en la que voy atando estos cabos, siento que se descifran otros códigos de culpa sobre mi nuca. Pero esta vez la disertación de la culpa no reside en la pesca, el pez o el pescador. No hay mar enfrente, sobre el que vayamos construyendo la dieta de la semana, sino más bien un mar geográfico que se aprecia entre las dorsales submarinas de los mapas. Hay un océano en medio, pero no puedo verlo más que con la imaginación. Hay una culpa que se reparte entre aviones y maletas, suelos diseñados por Carlos Cruz-Diez, y nuevos destinos que nos sitúan en la realidad del exilio y la construcción de espacios para la nostalgia.

La realidad del emigrante es un rompecabezas al que le faltan muchas piezas. Y, ¿qué es un rompecabezas sino el éxito de todas sus partes cuando se juntan? Saber de antemano que nunca más va a estar completa la imagen, y que tendrás que rellenar los vacíos con otras manchas afines, o mejor aún, que tendrás que acostumbrarte a verlo así, medio lleno, medio vacío, es algo, en principio, bastante funesto y desalentador.

Nunca imaginé que iba a sentirme culpable y no culpable también por partir. Ya era suficiente con los espasmos de las catalanas, los peces loro, los pargos, los meros, las barracudas y los tajalíes, brincando inclementes en mi memoria de infancia. A ellos ahora, les sumo también las imágenes de los niños agitando sus branquias en las incubadoras, y los viejos aleteando por sus medicinas, y las madres jadeando por sujetar las manitas flacas de sus crías, y tantos, tantos rostros de gente famélica y derrotada, entre los cuales también yacen sujetos familiares, hermanos, amigos, maestros y desconocidos, a los que cada día envío las mejores energías, sin tener la certeza de una mano amiga que corte sus cabezas, como yo corté la mía al partir.

Mi boca de pez asmático, no puede seguir remando contra la marea de culpas que me asola, por ser y no ser a la vez, participe de una fuga, un abandono del paisaje propio, una partida sin retorno



posible a corto y mediano plazo. Mi boca de pez extinto, no puede dar más de sí mismo, que las pocas miserias que reparte entre las mesas de sus más allegados, con la intención de salvarles al menos, por un día más, del trance asfixiante que viven las criaturas marinas fuera del agua, y otros tantos seres fuera de su hábitat primigenia. Tal como una planta que esparce sus raíces al amarillo fuego del sol, sin macetas que contengan su antiguo porte de vivificante verdor, se alzan pues estas raíces sin promesas de jardín. Y en cualquier césped crepita una posibilidad de anidar, de crecer, de seguir el curso “natural” de las cosas, para transmutar el dolor en futuras recaladas.

Ahora busco mi cabeza para seguir nadando, no sé con cuál rumbo exacto. Busco mis pedúnculos raídos, para atarlos al hilo incierto de la memoria. Busco una nueva boca de pez, más grande, y menos proclive a la tentación de la carnada que ofrecen otros pescadores en el mundo exterior. Y busco también las piezas del rompecabezas, medio lleno, medio vacío, que se disemina sin cesar por todo el globo terráqueo.

Aunque a veces me siento como esos peces asfixiados, a los que no pude ayudar por la parálisis, y otras veces me refugio en la triste remesa que envío a los míos, como el pescador se anima con la presa que aporta a su mesa; puedo reconocer hoy un destello de ese aprendizaje del águila que tuve alguna vez en la mirada, para encontrar un sitio donde reposar en las horas más claras, y también en las más oscuras. Y comprendo que soy solo una más en este enjambre de millones de exiliados que dejaron su tierra por fuerzas mayores. Soy solo una más en este mar de culpas y no-culpas, de memorias y des-memorias, de peces y humanos, y rompecabezas, y metáforas, y textos que son solo producto de la nostalgia.

Nostalgia a todas luces mía, y de aquellos que me aguardan. Nostalgia de los otros seres que me acompañan en el sentimiento. Nostalgia de pez que surca el océano, a expensas de su propia sabiduría y de su suerte. Nostalgia de Odiseo, que iba inventando nuevos rostros para dibujar en la distancia el de su amada Penélope. Nostalgia de Perséfone, en cuyo rapto le fue concedido un mundo de muertos por gobernar... Así pasan los días, y mi boca de pez avanza, a tientas, abriendo y cerrando sus fauces a un mundo que es, ante todo, espacio para la nostalgia.

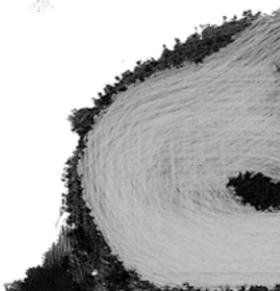
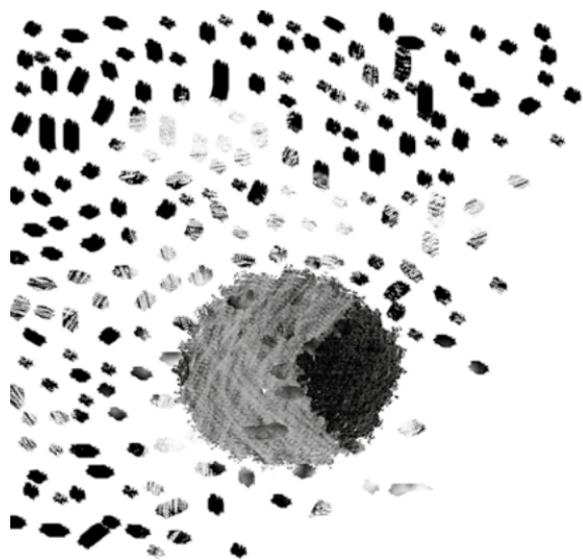


Ilustración 18

María Yanes

Refugio





MENCIÓN ESPECIAL

PABLO CABELLO MACÍAS
Grado en Ciencias Empresariales

Caronte

Hace mucho tiempo, en el espacio profundo, una gigante azul explotó. Miles de millones de años después, de su luz y su polvo, nació en el hospital de Algeciras un niño con los ojos claros y transparentes como el cielo. Esta es la historia de Manuel Lucero Alba, más conocido en el barrio como el Manué.

Siempre fue un niño tranquilo y sin maldad, a pesar de todo sonriente. Su forma de actuar era curiosa, siempre observaba y asimilaba. Rara vez se preguntaba el porqué de las cosas, pensaba que las cosas ocurrían y ya está. ¿Para qué darle más vueltas al asunto? Esta forma de pensar hizo que Manuel superará muy fácilmente situaciones de su vida como el divorcio de sus padres, que le trajese sin cuidado el hecho de que se iba a quedar calvo, o que normalizara las idas y venidas del tráfico de drogas y las repercusiones que este tenía sobre su grupo de amigos.

No era especialmente un estudiante brillante, pero se las arreglaba. De todas formas, los estudios también le traían sin cuidado. Lo que de verdad le apasionaba eran los deportes. Debido a su complejión fuerte tenía facilidad para todos, incluso se defendía en el baloncesto a pesar de medir solo metro setenta y cinco. De ellos, el que le acabó fascinando fue el remo. El hecho de vivir en una localidad costera le permitía ir al club náutico casi todos los días de la semana.

Manuel era bueno remando, muy bueno, a decir verdad. Con el club acabó participando en competiciones reconocidas, incluso llegó a remar con algún atleta olímpico. El mar, las olas y el ritmo



constante de la pala contra el agua le trasmitían paz. Nunca tuvo grandes distracciones. El único amor de su vida fue su perro Cerbero, un cruce entre labrador y pastor alemán, que curiosamente tenía tres mechones blancos muy marcados en el cuello. Todo esto hacía que Manuel fuera un chico feliz, se sentía realizado. Sin embargo, la vida dejó de sonreírle.

Debido a la postura necesaria para remar, no es raro acabar padeciendo una fístula. A sus 18 años, una de estas dejó a Manuel fuera de competición. Por si fuera poco, mientras estaba convaléciente aplicándose las curas, un coche atropelló mortalmente a Cerbero.

Nunca pudo despedirse de él. A Manuel no le quedó otra que asimilarlo, aunque estos últimos acontecimientos le terminaron por provocar un tremendo vacío interior. La fístula le lastró medio curso teniendo que convalidar al año siguiente la otra mitad de segundo de bachillerato. Pero de nuevo, le dio igual.

Al año siguiente se fue de casa para irse a la universidad. Después del remo y el Real Madrid lo que siempre le había gustado más eran los coches, por lo que empezó ingeniería. Fue realista, y conociéndose decidió que para vivir tranquilo el primer año solo se matricularía de siete asignaturas. A pesar de que en Sevilla hubiese otro club náutico, Manuel no fue capaz de retomar el remo. Lo único que conseguía distraerle era un buen motor, mientras más grande mejor. A tal llegó su afición por los coches y la velocidad que, desde su vacío, aunque con una sonrisa, admitía con absoluta tranquilidad.

—Yo sé que no voy a llegar a los 40, me mataré antes en la carretera a 180.

En su último año de carrera, un hecho insólito cambió la vida de Manuel y la de medio mundo. Una pandemia obligó a todo el mundo salvo pequeñas excepciones se recluyera en su casa, a fin de evitar el peor de los males... O posponerlo para que todo el mundo fuera tratado con todos los recursos posibles a fin de evitar un trágico final. Manuel fue uno de los que gritó de alegría por el balcón cuando Moreno Bonilla anunció el paro de las universidades andaluzas a las 20:30 del jueves 12 de marzo. También fue uno de los que decidió quedarse en su piso de estudiante y no bajar a casa. ¿Para qué? Si solo son dos semanas. Por lo tanto, una vez que Pedro



Sánchez decretó el estado de Alarma, Manuel se quedó atrapado en Sevilla.

Manuel pasó su primera semana sin despeinarse demasiado, quemando Netflix. Cuando se hizo oficial que habría una extensión del confinamiento durante otros quince días, y que está prorrogada se podía repetir algo cambió en la mente de Manuel. No podía estar eternamente viendo Netflix, de hecho, se estaba empezando a aburrir; tenía que hacer algo. Entonces fue cuando encendió el ordenador, muy decidido a encontrar una ocupación que le tuviese distraído mientras durara el encierro. Quizás podía buscar un trabajo, así de paso podría salir de casa. Por algún capricho del destino encontró un trabajo.

Una pequeña funeraria, Aqueronte Servicios Funerarios. S.L.U., necesita a alguien para conducir uno de sus dos coches fúnebres. Como sabría Manuel más adelante, el chófer habitual con más 20 años de servicio tenía que retirarse para minimizar riesgos. Se trataba de un señor de 50 años que padecía problemas de asma, y por lo tanto fue considerado como persona de riesgo. Manuel vio el anuncio casi de casualidad, como si estuviera destinado a ello. Pensó –Conducir un Mercedes y por dinero, ¿Qué podría salir mal?– Fue el primero en llamar, y el único. Muy poca gente vio el anuncio y nadie tuvo la misma sangre fría.

Le dieron el trabajo sin pensarlo dos veces. Cinco años de Carné, muy decidido y de acuerdo con que solo fuera algo temporal. No iban a encontrar a nadie mejor. El trabajo era muy tranquilo. Para desgracia de los familiares de los fallecidos, pero para fortuna de Manuel, llevaba siempre los féretros solo. Nunca vio los rostros de los familiares, nunca vio una sola lágrima. Se limitaba a ayudar a cargar grandes cajas de madera en el coche, llevarlas al tanatorio, en el tanatorio ayudar a cargar otro ataúd, llevar este segundo féretro al cementerio y repetir el mismo proceso una y otra vez. Fácil.

Manuel estuvo algo más de un mes llevando ataúdes sin preocuparse siquiera por llevar mascarilla. Total, con 23 años y fuerte como un toro si pillaba el virus se pasaría como mucho un par de días en cama. De aquella treintena larga de días todo transcurrió con normalidad, nada que merezca la pena contar. Sin embargo, el último día, sin él saberlo, Manuel dio con la clave del sentido de la vida



e incluso al final del día recupero la felicidad. Aquella tarde Manuel llevaba un ataúd del tanatorio al cementerio, nada nuevo, cuando escuchó algo en la parte de atrás.

—Por fin, el último viaje.

Manuel calmado, sin quitar los ojos de la carretera ni las manos del volante preguntó —¿Hay alguien más ahí detrás? —Solo obtuvo una respuesta.

—No, chófer. Voy yo solo aquí detrás desde que salimos —respondió el muerto.

—Ah, bueno vale. —replicó Manuel sin darle la más mínima importancia.

—¿No te asusta hablar con un muerto? —preguntó extrañado el propio muerto.

—No, la verdad es que no. Cosas más locas he escuchado fumando porros. Si no me dio miedo una patata que habla no lo va a hacer un fiambre en un ataúd cerrado.

—Aaaaah, los porros. —le continuó la conversación el muerto— En la mili sí que fumábamos porros de verdad y no la mierda que se fumará ahora. En mi cuartelón había uno que tenía una planta en la ventana y cuando el sargento se dio cuenta lo cosió a palos.

Manuel era tranquilo, pero tampoco muy difícil de sacar de quicio. El hecho de pensar que un viejo le iba a empezar a tratar de niño y a contarle batallitas de la mili le empezó a calentar. —Pero bueno, todo eso da igual ya. Por fin voy a poder sentarme junto a nuestro señor Jehová y su hijo Jesucristo. —La sola idea de que le quedaban quince minutos para llegar al tanatorio y que si no decía nada iba a sufrir la turra un difunto testigo de Jehová hasta entonces hizo que finalmente Manuel explotara.

—Vamos a ver, ¿eh-de-qué-dice tú de Dios y de un niño mágico? Te voy a contar la verdad de tó y te vas a callar. La vida viene de que el big bang, el explotijo de una estrella o lo que fuera creó todo esto. Y no vamos a ir al cielo ni a ninguna parte. Nos moriremos, y dentro de millones de años el sol se comerá a la tierra y luego reventará. Y cuando reviente volveremos a ser lo que éramos, un explotijo. Y mientras tanto la vida es un teatro en mitad de la nada que no le importa a nadie. El único sentido que tiene es que lo que pase sea una historia lo suficientemente buena como para recordarla y que merezca la pena, aunque te salga mal y acabe en tragedia, pero que



el intento sea bueno y digno de recuerdo. Ahora cállate o te tiro al río por mi mare aunque me despidan.

Sin importarle mucho, Manuel hizo una interpretación coherente del sentido de la vida. El muerto no volvió a hablar. Según llegaron al cementerio Manuel ayudó al enterrador a bajar el féretro. Se quedó mirando un ciprés que le empezó a fascinar, el cielo azul y los pájaros. Entonces fue cuando el enterrador le habló, aunque Manuel no reaccionó. —Oye tienes mala cara deja que te tome un momento la temperatura. —El enterrador procedió con un termómetro que tenía a mano. —¡Madre mía! Estas ardiendo, debes de tener como 40 de fiebre. No sé ni cómo no estas alucinando.

Sin apartar la vista del ciprés, Manuel se desmayó sin avisar y cayó en redondo. Cuando se despertó lo estaban llevando en una camilla entre cuatro enfermeros que iban forrados con lo que parecían bolsas de basura. Escuchó a uno de ellos gritar —¡Hay que entubarle ya! —Manuel lo asimiló y cerró de nuevo los ojos. Lo había cogido y era tan fuerte que no se había dado ni cuenta. Lo que Manuel no sabía, es que tenía leucemia desde hace algún tiempo. Él también era una persona de riesgo.

Cuando abrió los ojos de nuevo no le quedó otra que asimilarlo todo. Estaba de pie en un sitio extraño que no conocía. Todo estaba oscuro, tan oscuro como el espacio profundo donde nació el milagro de la vida. El cielo estaba oscuro, no había ni una sola estrella. Aun así, podía ver perfectamente por donde andaba. Era un terreno rocoso y plano con algunos hierbajos. Nada proyectaba sombra, era muy raro. Manuel anduvo un poco y reconoció una superficie tan negra como el cielo, pero sobre ella se formaban ondas que brillaban, era agua.

Del horizonte de aquella oscuridad se acercaba algo. Parecía una barca que remolcaba a otra barca, con rumbo justo hacia la situación de Manuel. Finalmente, las barcas llegaron a la orilla, manejadas por un señor mayor encapuchado con un manto igual de negro que su entorno, de tal forma que no se le veía la cara. Aquel señor se dirigió hacia Manuel y le dijo —He visto que se te da bien mi trabajo. Creo que voy a necesitar tu ayuda —Manuel alzó la vista y vio a su lado una fila interminable de personas— si estás dispuesto claro.



Manuel no sabía que decir. Entonces fue cuando escuchó desde la segunda barca el ladrido familiar de un perro. De la barca se asomó Cerbero, moviendo el rabo feliz por ver a su amo de nuevo. —¡Ese es mi niño! —exclamó Manuel al verlo. Y por fin, después de años. Manuel Lucero Alba volvió a remar.



Ilustración 19

Sara Díaz López

La bombilla





MENCIÓN ESPECIAL

MANUEL PABLO VERDUGO MANZANARES

Doble Grado en Derecho y en Administración y Dirección de Empresas

La Bombilla

Ya se han cumplido más de diez años desde que te fuiste, aquel día de los inocentes, y cada vez que paso por el hospital no puedo hacer otra cosa que mirar fijamente a la puerta que comunica con la sala de espera de Urgencias, y recordar lo confuso e inverosímil que resultó todo aquel día. No puedo evitarlo, porque, aunque ello no tuviera ninguna consecuencia, yo siento que ese día te fallé, en el momento que más me necesitabas; aunque fuera un inocente niño que todavía no sabía lo que era ver cómo se apaga la luz de alguien tan fuerte como tú, alguien que, en una casa humilde, hacía que las luces de cada uno iluminaran radiantemente. Pienso que fue solo por ti, por lo que ese día se apagaron, solo esperando al día en que vuelvas a encenderlas otra vez. Eso es lo mejor que sabías hacer. Justo en un día tan lluvioso como aquel, en el que había dicho que no a cualquier plan para dedicar tiempo encerrado en la biblioteca a unos estudios que no me ilusionan, y unos sueños que cada día me parecen más lejanos que cercanos, necesitaba un poco de tu energía. Necesitaba que me prestaras, aunque solo fuera por unos momentos, tu luz. Intento no pensar mucho en dónde estás, o en dónde están los que se fueron antes que tú, porque no sirve de nada, pero no voy a mentir si digo que he sentido cierta pena de no haber encontrado algo que me recuerde a ti, en todo este tiempo, algo que me mande ese mensaje, si es que debe existir, que me diga “Te he perdonado”. Pero prefiero no pensar en eso. Además, todos esos pensamientos colisionaban con el momento de sacar la cartera, para ver si la lluvia no había terminado de estropear del todo el *ticket* de vuelta del tren.



Como si alguien me estuviera mirando, resoplé y puse cara de resignación mientras subía las escaleras de la vieja estación de tren, solo para demostrarme a mí mismo lo recurrente que es esta conversación en mi cabeza, y cómo me planto siempre en el mismo punto al final de todo. Con ello, me dirigí directamente a un banco vacío, como si hubiera agotador pasar todo el día sentado mirando un libro en la biblioteca. Frustrado, lo único que me quedaba en ese momento que me levantase el ánimo era liar un cigarrillo lentamente, como a mí me gusta, y mirar a mi alrededor en esa fría y lluviosa noche de sábado en una estación semivacía, pero tranquila. Yo, y tres personas. Eso es todo lo que había en la vieja estación de tren.

Por las estructuras y su antigüedad, era fácil notar que la estación había visto miles de trenes pasar por sus vías, y que su iluminación bien podría no haber sufrido un cambio de bombillas en los últimos ocho, o doce años, pero es precisamente eso lo que la hace particular, y más en un día tan sombrío. Pero bueno, al fin y al cabo, es la misma por la que paso todos los días para ir a la biblioteca, cosa que hago para evitar dar vueltas a la cabeza en casa. Nada debería haber llamado mi atención sobre su imagen llegados a este punto, así que bajé la cabeza, acerqué el cigarrillo al mechero, y lo encendí. Tras un par de caladas, volví a mirar a mi alrededor, evitando prestar atención al teléfono móvil, que lo único que podía contarme entonces era confirmarme lo triste que es estar un sábado a las diez de la noche en una estación, sin nadie a quién le importe ese hecho. Así pues, volteé la cabeza tanto a la izquierda como a la derecha, y llamaron mi atención las tres únicas personas que me acompañaban en esa noche de sábado en el lugar más detestable del mundo para pasar un sábado.

A mi izquierda, veo a una abuela y su nieto; parecían estar pasando un rato agradable, dentro de lo posible, mientras esperaban al tren que les sacase de ese lugar. La bombilla que les daba luz claramente ya no iluminaba como el primer día, pero era cálida, consistente y permitía a la abuela no perder de vista a su nieto, que se encontraba distraído en el andén, jugando con un coche de juguete mientras el antiguo techado de la estación los resguardaba de la lluvia. Ella reflejaba estar visiblemente cansada, pero a la vez feliz, viendo a su nieto entretenerse; no importaba el lugar, el frío o el momento. Estaba cerca de su nieto, y eso es lo que la empuja animicamente, aunque no tenga la misma fuerza que antes.



A mi derecha, veo a un joven escuchando música en unos auriculares con una ropa un poco desgastada, víctima de haber visto decenas de lavados. Enfocado en la música que escuchaba, pero no despegaba la cara del teléfono ni un segundo. Probablemente había quedado con amigos, para desconectar un poco de la semana, y fueran por ahí a tomarse unas cervezas. Su luz, al contrario que la anterior, se caracterizaba por una bombilla que parpadeaba intermitentemente, aunque el joven pareció no reparar lo más mínimo en el detalle; si aportaba luz cuando le hiciera falta, era suficiente.

Una vez acabada la observación antropológica chapucera de sábado por la noche, me vi entre ambos, solo, dando la cuarta o quinta calada a ese cigarro hecho con tabaco de liar del que rasca lo más profundo garganta. Así que me puse a reflexionar sobre el día, las conversaciones que tuve y lo que depararía la próxima semana, cuando de repente vi que mi bombilla había dejado de iluminar. Justo en ese momento, fue cuando me di cuenta de que esas bombillas intentaban contar algo sobre aquellos a los que iluminaban, aunque fuera de la manera más accidental de la historia. Sorprendido por la reflexión, sentí curiosidad, y miré hacia arriba, intentando descubrir cuál es la luz que me ilumina en este momento de mi vida, esperando encontrar una iluminación diferente de la que sabía que tenía en realidad.

En un principio, la bombilla estaba apagada, lo que me generó una gran decepción y frustración, porque, aunque en el fondo tenía ese temor, quería que mi bombilla iluminase más fuerte que ninguna otra en la estación de tren. Miré hacia todas las demás, y todas parecían funcionar como deberían, unas mejor, otras peor, pero todas funcionaban salvo la mía. Maldije mi suerte durante algunos segundos; me enfadó el hecho de que no podía salirme bien ni el hecho de que la bombilla que estaba encima mía se encendiera. Indignado, me puse a mirar fijamente el foco, con la vaga ilusión de que, por arte de magia, volviera a encenderse. Y es entonces, mirando fijamente, cuando aprecié que las resistencias, poquito a poco, se estaban calentando. Lentamente, pero sabía que la bombilla volvería a iluminar como había sido diseñada para hacerlo más pronto que tarde, y recobré la ilusión, la intriga de si iluminaría bien, y la impaciencia de que se volviese a encender lo más rápido posible. Esperé hasta casi desear, creía que no se iba a encender antes de que llegase el tren,



que lo de las resistencias era un autoengaño, así que perdí la ilusión, y dejé de prestar atención a la bombilla, convencido de que no se encendería la luz. Y justo en ese momento, cuando dejé de creer, se iluminó. ¡Me sentí increíblemente contento de ver cómo se encendía de nuevo!

Admiré cómo iluminaba la bombilla, claramente mejor que las demás, puede ser incluso posible que ésta en particular fuera la más nueva de todas las que hay en la estación por la claridad de la luz con la que iluminaba. Con una sonrisa en la boca, vi llegar a la quinta y última persona que subiría a ese andén para subir al tren. Era un hombre de unos treinta años que circulaba en silla de ruedas, debido a que tenía las dos piernas amputadas. Trabajaba en un supermercado cercano, y, como el resto de días, su turno había terminado puntualmente a la misma hora de siempre.

De etnia subsahariana, el hombre era puntual como un reloj a la hora de presentarse en la estación de tren todos los días, y si bien por su descripción puede ser fácil intuir que no ha debido tener muchas facilidades a lo largo de su vida, no era nada extraño verlo con una sonrisa de oreja a oreja, o subiendo la rampa hasta el andén conversando con alguien nuevo prácticamente todos los días. La única ayuda que pedía era un empujoncito para evitar quedarse atrapado entre el hueco del vagón y el andén, cosa que avisaba con un minuto de antelación con toda la amabilidad posible. Sin embargo, aquel día en especial tenía un rostro visiblemente sombrío, algo en su mirada revelaba una enorme tristeza, y no ayudaba el hecho de haberse empapado completamente, pues había recorrido solo el trayecto desde el supermercado hasta la estación. Así que, cuando vi llegar el tren, a pesar de que no lo había pedido, y con una sonrisa, me ofrecí a ayudarlo a subir al vagón. Soltando un escueto gracias y la mejor cara de amabilidad que podía ofrecerme en aquel momento, esperamos charlando un poco la parada del tren. Cuando se detuvo del todo, los cinco de la estación procedimos a montarnos, y justo tras subir al vagón, fue casi un regalo para aquel deprimido día verle la cara iluminada al hombre de la silla de ruedas, tras ver dentro al guardia de seguridad, con el que, tras tanto tiempo compartido en el tren, tenía una gran amistad. Su inicial “¡Paquito, somos los únicos carajotes que trabajan a esta hora los sábados!” abrió la habitual conversación con carcajadas que mantienen. Yo, tras ayudarlo a subir, decidí darles



su espacio y me fui a los asientos ubicados junto a la cabina del maquinista del tren.

Ya por fin acomodado, no pude evitar escuchar de fondo la conversación llena de risas que tenían los dos buenos amigos, pero una melodía procedente de la cabina me resultaba familiar, así que puse el oído, y pude reconocer que el maquinista estaba escuchando en la radio la canción *A mi manera*, del grupo sevillano Siempre Así. Fue en ese justo momento cuando volví a acordarme de ti, de cómo imitabas tan cómicamente ese “Conchita, de mis entrañas” que se escuchaba al principio de la vieja cinta de *cassette* que había en casa de los abuelos, y que cada vez que la escuchábamos en la feria te ponías a hacer todo tipo de florituras flamencas, sin tener ni la más mínima idea de bailar, pero tu arte hacía el resto. Eso eras tú, dar vida e iluminar lo sombrío a tu alrededor, sacar a todas las primas a bailar y a hacer gestos flamencos. Y fue en esa noche de sábado cuando comprendí lo que no había estado entendiendo durante todo este tiempo en el que me había estado culpando por haberte fallado aquel día, cuando me necesitaste cerca; no tenía que esperar a que me dijeras de alguna forma que me habías perdonado por el tiempo malgastado, por lo que no nos unió más, por el orgullo contenido. Tú siempre habías sido luz allá por donde te dejabas ver, y ese vagón en la fría noche de un sábado lluvioso respiraba la inocencia de un niño que se divierte con su juguete, respiraba la alegría de los amigos que se ven en las duras y en las maduras, y respiraba el recuerdo de los años que me subías a tus brazos mientras bailabas aquellas sevillanas. En ese momento supe que te habría entristecido saber lo apagado que dejabas el ambiente al irte, y que yo y todos los que te conocimos debíamos mantener la alegría y las risas que nos contagiaste con tu forma de ser, y de actuar.

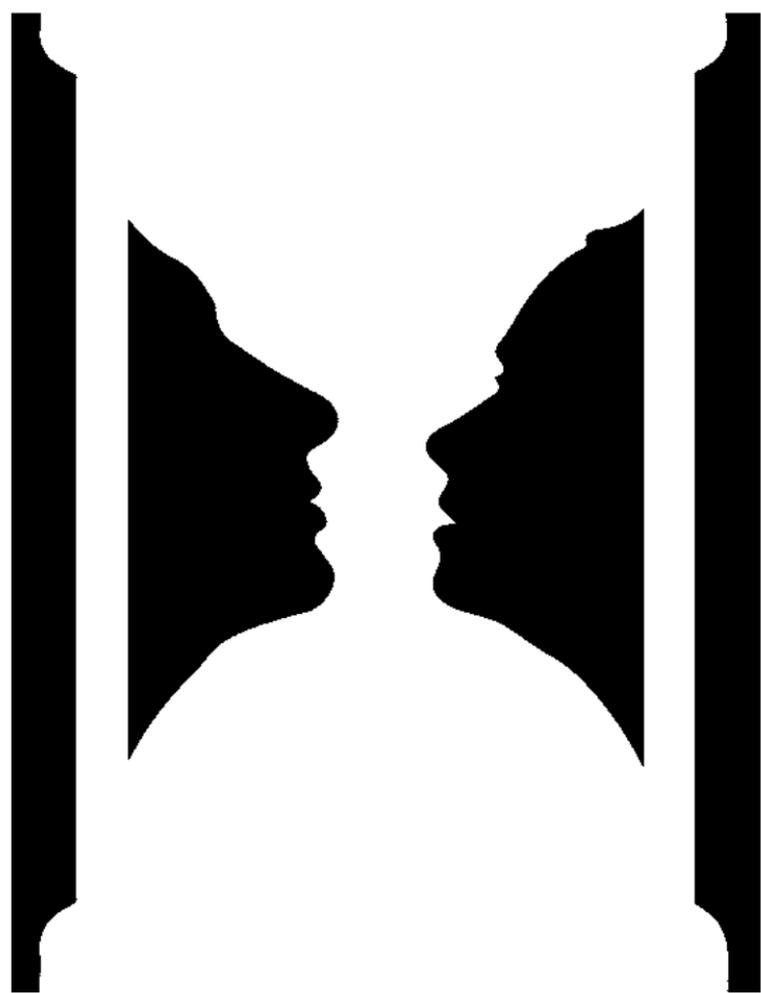


Ilustración 20

Isabel Herrera

El amor no se mendiga





MENCIÓN ESPECIAL

ARMANDO REINOSO REINOSO
Grado en Derecho

El amor no se mendiga

Es una mañana de domingo soleada, es primavera, mi ciudad brilla con una luz propia. Vivo en Sevilla, una ciudad que adoro, pero con 35 años no puedo disfrutar de ella, ni sola, ni en compañía. Me levanto de la cama temprano, estoy completamente desnuda, al mirarme al espejo me observo moratones por distintas partes de mi cuerpo, algunos más antiguos, otros más frescos, éstos últimos aún duelen, pero no recuerdo cuándo se produjeron, tengo el rímel corrido y un corte en el labio. Siento unas terribles arcadas debido a tener el estómago vacío y me da vuelta toda la cabeza, pero ¿qué paso anoche?

Me vuelvo a acostar en la cama para poner orden a mi cabeza y en el silencio de la casa lo recuerdo todo (...) de nuevo Miguel me puso la mano encima, pero ¿qué hice?, no recuerdo haber hecho nada que lo agraviara, que lo perturbara o incomodara, pero si hago memoria, algo tuve que hacer.

Estuvimos de novios siete años y llevamos solo uno de casados. Al principio todo eran halagos, cariño y respeto, pero todo cambió, pero ¿cuándo cambió?, ¿cuándo comenzó nuestro declive?, ¿qué hice o hago mal? Recuerdo una de nuestras primeras discusiones, una de las más fuertes que tuvimos. Llevábamos viviendo juntos dos meses y fue un día que llegué algo más tarde de lo habitual, ya que mi obligación era estar en casa antes de que él llegara. Ese día venía de un almuerzo con mis compañeros de facultad, llegué media hora tarde. Al llegar a casa, antes de entrar, sentía los latidos de mi corazón acelerado, la garganta seca y el mismo hecho de tragar saliva me resultaba difícil. Llegar a casa y no sé qué me puedo encontrar, ¿estará?; y



si lo está ¿cómo se encontrará hoy? Me siento asustada, pero no estoy segura de qué, esto todavía me inquieta más.

Él me estaba esperando, con el móvil en la mano, en la pantalla aparecía una foto de diez exalumnos de la facultad, de ese mismo día, una foto que algunos de mis compañeros compartieron en redes sociales, yo estaba entre medio de dos chicos, Mauro y Alex, ambos me abrazaban, hacía mucho que no coincidía con ellos y si, cometí ese error, esa estupidez de decir que eran amigos míos mucho antes de conocerlo a él. Se enfadó muchísimo, no esperaba la intensidad con la que me miraba, la ira que desprendía y mucho menos como hizo sentirme. Me insultó, me despreció, pero lo peor de todo fue el hecho de alzarme la mano como lo hizo. Ese día fue la primera vez que me pegó. Aunque creo que me lo merecía, él es mi marido, yo su mujer y tiene todo el derecho del mundo sobre mí.

Me he levantado a primera hora de la mañana, con un nudo en el estómago, necesito digerir lo ocurrido anoche, me siento intranquila, no dejo de andar de un lado a otro de la casa, tengo la certeza que fue culpa mía, él me estaba esperando, yo estaba almorzando con unos desconocidos para él, me debo a él, es mi marido. El sentimiento de culpa me invade y no puedo hacer nada para remediarlo, solo puedo complacerlo.

Proviengo de una familia católica y practicante, mi madre siempre me recordaba la misma cita bíblica, siempre decía que cuando me casase tuviera presente el pasaje de Efesios 4:24 “así como la Iglesia se somete a Cristo, también las esposas deben de someterse a sus esposos en todo”. ¿Qué podía hacer?, hasta la misma biblia, aquella en la que mi educación se basaba, me hacía presa de mis propios pensamientos.

Cada noche cuando me meto en la cama, me desnudo y me miro, he adelgazado en los últimos meses, mi rostro y mis ojeras son notables, la ropa cada día me viene grande, ¿el trabajo está causando estragos en mi físico?, no creo que Miguel tenga nada que ver. Cada día que pasa no puedo evitar temblar, pero no siento miedo, es una sensación extraña.

Hace unos días, le dije a Miguel que deseaba quedarme después del trabajo para tomar un café con Julia y otras amigas, al principio aceptó a regañadientes, pero poco después me lo impidió, una vez que estaba vestida y arreglada para ver a mis amigas (...)



¿Con eso vas a ir al centro?, ¡vaya pintas!, pareces una fulana; No tienes ni edad, ni cuerpo para salir así (...)

Yo le repliqué que lo único que quería es verme arreglada, verme guapa, no me arreglaba para nadie, sino para mí (...). Se abalanzó sobre mí, me desgarró la ropa, me quitó el móvil y a continuación me metió a la fuerza en una habitación, me cerró con llave.

Al día siguiente no aguanté más, al principio estás enamorada, piensas que puede cambiar, pierdes toda la confianza en ti misma, tengo 35 años, toda la vida por delante, mi familia no me cree, mis amigas dicen que es un buen hombre, pero no puedo más, ¿dónde voy? (...). Tengo un sentimiento tan fuerte física y moralmente hacia Miguel, un sentimiento que no he experimentado con ninguna otra persona, pero “quien te quiere no te daña”. Por eso, me niego a pensar que Miguel es malo, solo quiere protegerme, solo quiere que sea suya. Cuando le dije que quería marcharme intentó suicidarse, eso sí, no lo hizo, lo que sí hizo fue agredirme de nuevo, esta vez perdí el conocimiento.

En una de las veces que quise denunciarlo y después de una paliza que incluyó varios puntos de sutura en labio y mentón, la psicóloga me dijo que el grado de violencia física o psíquica que los agresores ejercen hacia sus víctimas despliegan en éstas una pasibilidad y defensa que en la mayoría de las situaciones son reacciones instintivas que el cuerpo emite ante una situación peligrosa, lo normalicé y lo asumí como algo cotidiano, como algo común que tenía que ocurrir. Todo eso me pasaba a mí, yo negaba la parte violenta de Miguel. Tanto mis padres o mis amigos justificaban su comportamiento por ese vínculo interpersonal de protección que me otorgaba al ser su mujer.

En la última paliza, lo único que recuerdo es que desperté en el hospital, él no estaba, solo mi madre, ¿qué ha pasado? Mi marido había sido detenido, al parecer los vecinos, hartos de tan danresco espectáculo llamaron a la policía. Fue detenido cuando salía del portal.

La primera noche sin él, he podido dormir más de cinco horas, pensaba que me pasaría toda la noche dando vueltas en la cama, pero al contrario de todo eso, he podido descansar. Mil veces me he dicho a mí misma que esta situación sería la última, las noches llorando, en constante agonía, me prometía a mí misma que jamás me



vería en otra, pero siempre volvía, ¿por qué no podía ser sincera conmigo misma?

A Miguel le encantaba el cine, pero no cualquier tipo de filme, constantemente se identificaba con personajes de películas míticas como “La Fuerza del Cariño” de Jack Nicholson o con Anthony Hopkins en el “Silencio de los Corderos”. ¿Pero por qué esos personajes? Si son personas que no desean amor, comprensión o no sienten el mínimo respeto hacia las personas (...)

Hoy en día, Miguel vive aislado en un Módulo del Centro Penitenciario de Morón, lo condenaron a 5 años. Los demás internos lo describen como manipulador, obsesivo y controlador. Hoy en día, vive preso de sus propios fantasmas, de las convulsiones que le produce el desorden, la falta de control o la simple falta de higiene que se produce en la prisión. En la ley carcelaria, entre los reclusos de un mismo módulo, el infierno se mide en distintas escalas y los maltratadores están en una de estas.

En una carta que recibí hace unos meses, la última, me llegó a ordenar que en caso de sufrir alguna enfermedad terminal que no se le alargue la vida innecesariamente. Hoy en día, aun estando en prisión, continua con su sensibilidad extrema a contratiempos, descontrol y desaires.

Yo después de mi experiencia, aprendí a no someterme a un maltratador, a valerme por mí misma y tener confianza, por eso, después de todo lo ocurrido, sigue habiendo personas que siguen sin haber aprendido una ley única y universal “el amor no se mendiga”.

Por cierto, soy María.



ISBN 978-84-472-2281-0



9 788447 222810



FACULTAD DE PSICOLOGÍA
UNIVERSIDAD DE SEVILLA



Seminario
Arte y
Psicología



Facultad de Psicología