

MIARE

CONFIDENCIAS
de un ser APAGADO
que quiere
ENCENDERSE

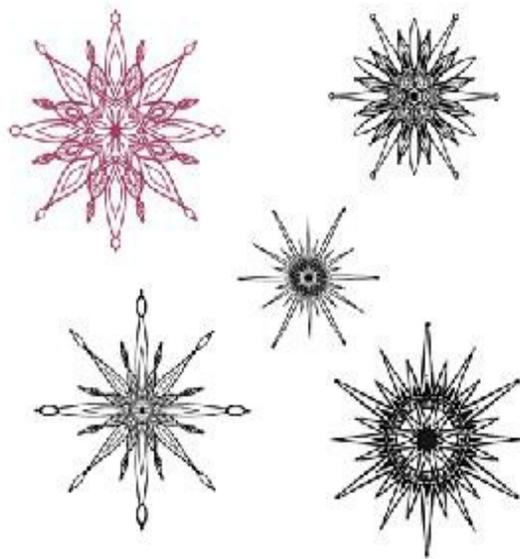


MIARE

CONFIDENCIAS
de un ser APAGADO
que quiere
ENCENDERSE



*Confidencias
de un ser apagado
que quiere
encenderse*




ALFAGUARA

SÍGUENOS EN
megustaleer



[@megustaleerebooks](#)



[@megustaleer](#)



[@megustaleer](#)

| Penguin
Random House
Grupo Editorial |



Me cuesta dedicarle palabras a las personas de mi vida porque las personas de mi vida son muchas y muy pocas a la vez.

Las personas de mi vida no son solo aquellos amigos íntimos que han servido de consejeros en mis peores momentos.

No son solo mis padres o mi hermano acompañándome en las etapas más difíciles de mi adolescencia.

No son solo aquellos que participaron directamente en mi formación, educación y crecimiento profesional y personal.

No son solo los romances que me llenaron ni los que me dejaron vacía.

En mi vida también ha habido personas con las que he coincidido solo una vez. Personas cuyo nombre no recuerdo y cuyo rostro no tiene importancia, pero, sin embargo, en una corta conversación dijeron algo y sin darse cuenta ese algo me ha marcado para siempre.

No todo se reduce al blanco y al negro. Hay gente con la que he convivido durante años y no me ha aportado nada, y hay gente que

me lo ha dado todo sin haber cruzado una sola palabra conmigo.

Y creo que en los libros acostumbramos a menudo a dedicar nuestro éxito a nombres cuando realmente esos nombres no importan. Importa lo que han sumado. Da igual que yo ahora escriba «Se lo dedico a mi amiga Fulanita que es la leche» porque tú no sabes quién es Fulanita ni sabes por qué es la leche, así que Fulanita se queda como lo que es, un nombre más.

No, yo no voy a dedicarle esto a nombres. Esto se lo dedico a los momentos.

A los momentos que las personas de mi vida me han dado, y que han trazado los pasos de mi senda.

Se lo dedico al día que, con cinco años, me despertaba de madrugada para enfrentarme a dos días de un duro rodaje en el que las complicaciones meteorológicas no nos lo pusieron nada fácil, y a pesar de todo ello es el primer recuerdo de mi vida y uno de los más felices. El amor por ese trabajo lo he llevado siempre en las venas y desde entonces no ha hecho más que crecer.

Se lo dedico al día que, siendo un retoño, descubrí en un cajón el diario de la adolescencia de mi madre. Al empezar a leerlo me encontré con unas viejas páginas llenas de poesía que me maravillaron. Cuando le pregunté por ellas, me explicó que cuando era joven le encantaba leer a Bécquer y me regaló mi primer libro de poesía. Ahí empezó todo.



Se lo dedico al día que, en una encerrona orquestada por mis padres, mi hermano y yo conocimos al que iba a ser nuestro compañero de vida más importante: mi perro Son. Una veterinaria le dijo a mi madre que nosotros, como niños pequeños que éramos, nos aburriríamos de él en 6 meses.

Han pasado 11 años y todavía somos incapaces de salir a comer fuera si no es en una terraza a la que nos lo podamos llevar. Son ha lamido las lágrimas de cada uno de nosotros y ha llenado nuestras vidas de felicidad y risas. A día de hoy no me equivoco cuando digo que es uno de los pilares más importantes de la familia y de nuestras vidas, y como tal se merece estar entre estas líneas.

Se lo dedico al día que me dijeron que había superado las pruebas para poder ser alumna de aquel Colegio Internacional tan exclusivo del que tanto había oído hablar. Fue un chute de autoestima.



Se lo dedico al día que, 5 años más tarde, me echaron de aquel Colegio Internacional tan exclusivo del que tan harta estaba de oír hablar. Fue un chute de libertad.

Se lo dedico, y lo siento por el cliché, a aquella época interminable en la que trocientos de mis «profesores» se dedicaron a acosar a mis padres a llamadas con tal de hacerles saber lo decepcionante que era yo como estudiante y lo negro que estaba mi futuro. Realmente consiguieron hacerme creer que no valía para nada, así que, me guste o no, han formado parte de mi vida. Ahora estoy aquí, así que... ¿qué importa?

Pero sobre todo se lo dedico a todos los momentos en los que 3 maestros increíbles se sentaron a mi lado y se esforzaron en mí cuando para el resto era más sencillo desentenderse de la problemática. Si por un casual están leyendo estas líneas, estoy segura de que sabrán que hablo de ustedes.

Se lo dedico al día que perdí a todas las amigas y amigos que me acompañaron en ese camino, porque sé que fui yo quien se distanció de ellos. Quizá no me leáis nunca, pero si lo hacéis: lo siento. Y gracias por haber formado parte de esto.

Se lo dedico a esa noche de hace dos años en la que, estando yo sentada en la mesa de un restaurante, recién salida de una prisión,

desorientada y asustada, mi mejor amigo me ayudó a decir en voz alta la palabra que tanto me pesaba pero tanto me definía: víctima.

Se lo dedico al día que entre muchas me enseñaron que como víctima que sigue luchando, tengo otro nombre: superviviente.

Y sobre todo se lo dedico al día que conocí por fin al gran amor de mi vida. El que más me ha hecho sufrir y a la vez el que más alas me ha dado.

El amor que hoy siento por mí misma.





Nunca hubo mucha luz en mi interior

También es cierto que de vez en cuando se abría una ventana, o una puerta, y se iluminaban todos mis aposentos.

También es cierto que a veces alguien encendía una cerilla, y a la luz de las velas nuestros corazones se calentaban y soñaban con antorchas resplandecientes en cada esquina, un fuego que ahogara hasta la más ínfima sombra en un rincón.

También es cierto que hubo momentos en los que incluso llegué a hacerme una instalación eléctrica y todo se iluminó gracias a millones de bombillas. Petaron, por supuesto.

Todo petaba. Todo se consumía. Todo se apagaba.

Y es que, si hago balance, creo que en la mayor parte de mi vida ha faltado esa luz dentro de mí.

Ha sido siempre como intentar mantener una llama en un lugar donde faltaba el oxígeno. Y yo he sido consciente de que estaba persiguiendo un ideal.

Y, por supuesto, yo aprendí a amar todas mis penumbras. Me hice a

esa negrura, mi vista se adaptó a la noche y aprendí a moverme por instintos. Llegué incluso a asustarme cuando aparecía algo de claridad.

Y es que cuando llevas toda una vida aprendiendo a amar lo que te hace daño, terminas acostumbrándote a odiar lo que te hace bien. O más que a odiar, a temer.

Es como ese estúpido refrán, el de Más vale malo conocido que bueno por conocer. No creo que seamos cobardes por naturaleza, creo que estamos socialmente programados para, simplemente, preferir abrazar unas condiciones pésimas antes que rebelarnos, que enfadarnos, que **revolucionarnos**.

Y dentro de mi mundo, mi entorno y mi posición, yo he tenido mi propia lucha. La lucha que atravesamos todos y cada uno de nosotros todos los días de nuestras vidas.

El primer paso hacia esa insurrección.

La revolución del amor propio. Sobre todo cuando alguien o algo te lo ha arrebatado, te ha despojado de él desde lo más profundo de tu esencia.

Así que esta es mi historia. Igual no te interesa, o quizá te recuerda peligrosamente a la tuya.

Porque nunca hubo mucha luz en mi interior. Pero hubo un día en el que me quitaron la poca que me quedaba.

Por eso ahora escribo esta crónica.

Porque he tardado mucho en entender lo rota que he estado.

He tardado mucho en aceptar que ya no quiero estar rota.

Estas son las confidencias

*de un ser apagado...
que quiere encenderse.*



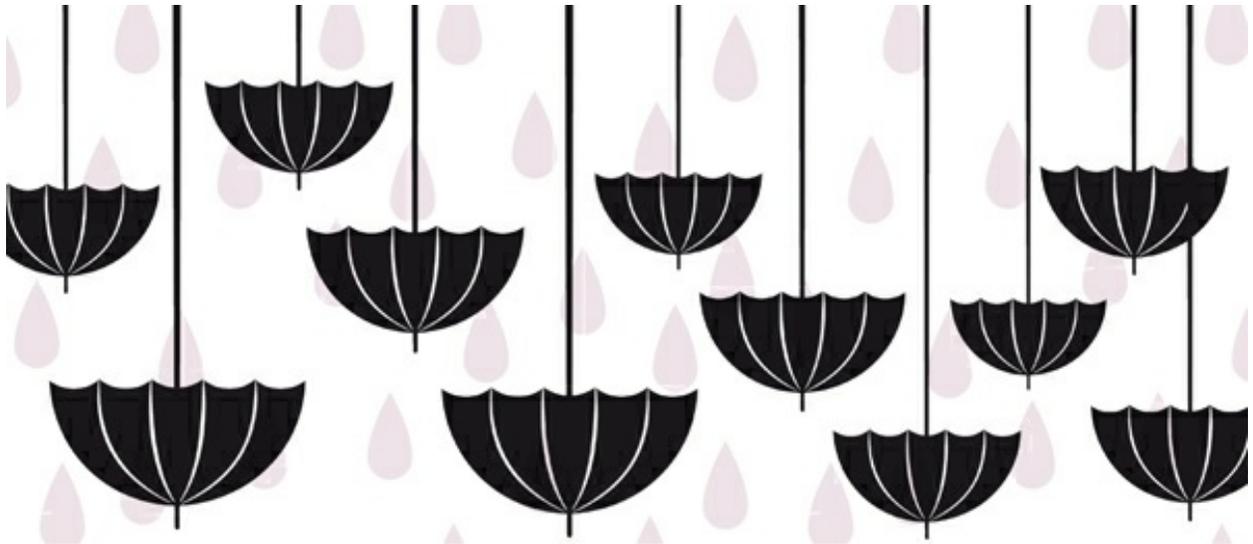
Confidencias
de un ser apagado
que quiere
encenderse

Pero no la conocía



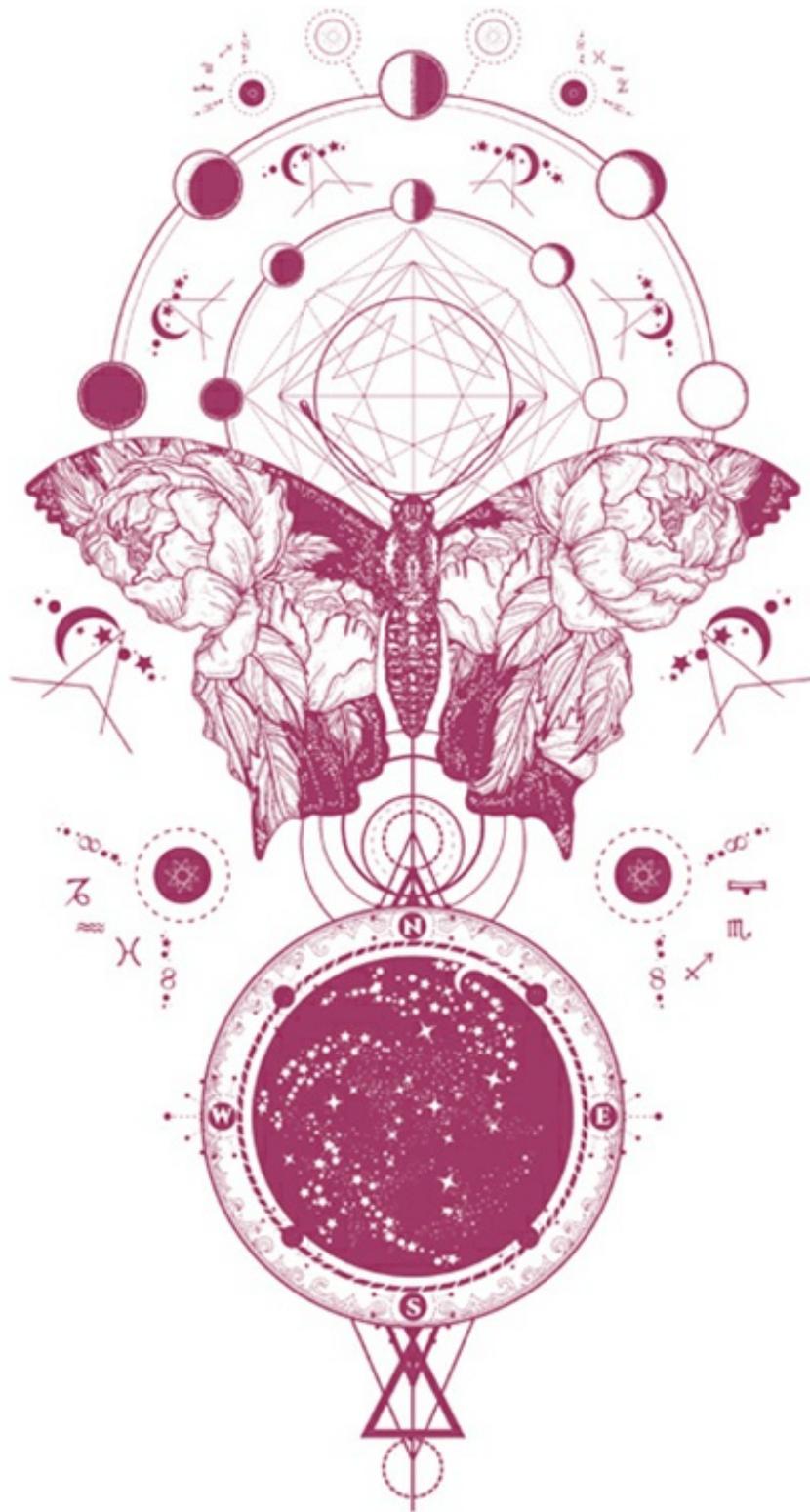
Sus ojos eran como una galaxia:
brillaban sus propias estrellas cada vez que me asomaba al precipicio
de sus pupilas.

Podía leer su historia escrita en las constelaciones que las manchas
de su iris tímidamente dibujaban, y me contaban los oscuros relatos
de sus ilusiones y enigmas.



Ella hablaba para acallar las palabras de su propia mirada. Decía siempre lo que sentía, para omitir de esta manera lo que realmente pensaba. Nunca era sincera del todo, pues primero se engañaba a sí misma, mas la timidez de sus verdades era una parte de su carisma.

Tenía miedo a equivocarse, aunque apenas lo hacía. Mantenía siempre una imagen, una norma autoimpuesta, y solo cuando lloraba eran sus lágrimas la epifanía de que nunca preguntaba por su miedo a las respuestas.



Y aun así yo la quería, la quería sin saberlo. Por momentos el amor se escapaba de mis manos, y hubo noches sin embargo que toqué el

cielo a su lado.

Un misterio, sin dudarlo, eso era para mí. Pero nunca fui capaz de adentrarme en sus pasiones. Su cabeza andaba lejos y yo no tenía brújula. Me perdí leyendo el mapa de sus dudas y cuestiones.

Si pienso en ella lo sé, mas si preguntaras te diría que la conocí a medias tintas, pero no la conocía.



*Estoy
todo lo bien que se está
estando mal*



Solía escribirle a alguien,
era lo que siempre me motivaba.
Buscaba en mí un recuerdo,
que de alguna manera lo evocara.

Creía en esos pretéritos cuentos
y en hadas tejiendo en mí inspiración.
Cuando me daban las rimas perfectas,
yo a cambio endeudaba siempre el corazón.

Pensaba que era un tipo de préstamo,
una clase de aval, favor temporal,
no era consciente del sueño de ébano
y que cometía un error abismal.

No hay deudas que puedas librar sin pagar.
¡Y yo que pensaba que no había límites!

Las guerras que empiezan deben terminar,
de las que libramos siempre fui partícipe.

Así que escribí todos los días
a algo irreal, pues tú no existías.
Usando mi sangre, moneda de cambio
para evadirme de un constante calvario.



Pasé tantas noches de papel y pluma
llenando el tintero de restas y sumas,
buscando respuestas a la eterna duda
de si alguna vez fui realmente tuya.
Y fueron los días más largos vividos
y fueron las noches más hartas de llantos,
y fueron los cuentos de miedo más bastos,
y fueron vestigios de mis estallidos.

No hubo consejos, avisos, señales,
nadie me dijo que me consumía.
Y fui liberando mi odio a raudales
pensando que esos serían los hitos
que pondrían fin a mi eterna agonía.



Lo cierto es que si solo escribes con sangre
un día te quedas vacío por dentro.
Mas es el destino cruel e inapelable
quien dicta el inicio y el fin del tormento.

No hay forma precisa para definirlo.
Gasté todo el tiempo, todo el esfuerzo,
gasté mi energía, carácter y fuego
en solo un capítulo y no en un buen libro.

Y ahora el relato se me queda corto,
y ya no hay más nada que pueda contar.
Sé que estoy bien, pero no bien del todo,
todo lo bien que se está estando mal.

Vivi como nació



Mi madre a menudo le decía a mi hermano
que había vivido igual que nació.
Lento y dudoso, siempre temeroso,
a la fuerza, arrastrado, pues se le obligó.

Y escuchando eso me dio por pensar
en cómo la historia de mi nacimiento
sonaba en mi mente, cual viejo lamento
de cuando evocaba a mi perenne azar.

Así es como supe entender las razones,
y así es como pude asumir la verdad.
La vida no se hace escribiendo guiones
(lo escucho ahora y me suena a obviedad).

Yo había vivido igual que nació.
Rápido y mal, y haciendo sufrir.

El complejo de salvadora



Siempre tuve complejo de salvadora.

Supongo que es normal. ¿Tú has visto esas muñecas que nos venden cuando somos pequeñas? ¿Tú has visto esas insulsas y anodinas princesas de película romántica con las que pretenden que nos identifiquemos?

Sí, yo siempre tuve complejo de salvadora.

Pero no es porque lo llevara en la sangre. Ni siquiera es porque lo llevara en la cabeza.

Era un puro acto de rebeldía.

La cuestión no era imitar al príncipe de la película. Era conseguir que la princesa hiciera algo que no estaba escrito en su guion.

Por ejemplo, la princesa seguramente les hubiera dado de comer a los desfavorecidos. Pero la princesa jamás hubiera peleado espada en mano contra el dragón.

Así que, si con ello conseguía ir a contracorriente, pues ¡qué demonios! Pelearía hasta morir contra el dragón.

Y no voy a intentar adornar el hecho con emperejilada palabrería, ni voy a pretender ser algo que no soy ni he sido nunca. Mi mayor cualidad es lo brutalmente sincera que puedo llegar a ser conmigo misma: probablemente mis primeros actos de dama protectora fueron puro postureo.

Tampoco puedo asegurarlo. Recuerdo hacer cosas así con 7 años. Y seguramente, si mi memoria me permitiera viajar aún más atrás en

el tiempo, asomaría a mi mente una vana evocación de aquel día que, con 3 años, le saqué la lengua al matón del parque infantil. Y quedé como una reina, claro, y una temeraria.



El problema es que, y esto es una promesa, llegó un momento en el que lo interioricé. A veces lo que empieza por una razón superficial termina convirtiéndose en una cualidad intrínseca de ti.

Y no es que repitiera esas acciones sin pensar, y no es que no hubiera una reflexión tras mi actitud. Creo que llegó un día en el que realmente creí que había venido a este mundo para salvar a otras personas, pero además a salvarlas peleando.

Así que imagínatelo de esta manera: ¿recuerdas la espada y el dragón? Bien, pues digamos que cada vez que en mi camino me cruzaba con un castillo custodiado por un dragón, y un pobre inocente se asomaba a la ventana, sin dudarle ni un segundo yo empezaba a luchar. Y al principio me iba muy bien.

Pero, créeme, muy bien. Los primeros dragones que vencí eran, pobrecitos míos, unos inútiles. No escupían fuego, no eran muy grandes, no tenían alas. Algunos, por no tener, no tenían ni dientes.

Podríamos decir que eran bebés de dragón.

¿Podemos hacer una pequeña pausa? Ya no me siento cómoda con esta metáfora, y menos teniendo en cuenta que me autoproclamo animalista. ¿Debería cambiarla? Mmm, ya, lo entiendo. Sí, mejor sigo con la metáfora que ya he iniciado, haberlo pensado antes.

Bien, pues como íbamos diciendo (y si no recuerdas de qué estábamos hablando mejor léelo de nuevo porque descontextualizado esto será muy raro), durante años estuve ensartando minidragoncitos en mi punzante y afilada espada.

Como en cualquier película, libro o videojuego, la trama cada vez se fue volviendo más complicada. Podríamos decir que en cada pantalla subía un nivel (¿lo pillas? Los niveles representan mis años de vida, ¿sabes? Bah, déjalo).



A medida que pasaba el tiempo, los dragones crecían cada vez más. Eran grandes, con fuertes escamas que servían de armadura y unas garras que podrían destripar a cualquier ser vivo de un solo azote. Me

perseguían con sus enormes fauces deseando engullirme, e intentaban enredarme con su pesada cola bífida.

Por suerte tenía mi espada, esa fiel compañera implacable que me había acompañado toda mi vida. Junto a ella podía con todo.

Me sentía genial, de verdad. Cuando liberaba a quienquiera que fuera el prisionero de este lugar y veía cómo corría hacia la libertad esperada, mi corazón se llenaba de dicha.

Y así prosiguió mi historia. Semana tras semana vencí incontables enemigos, salvé numerosas vidas.

A veces la situación se volvía algo pintoresca. Ocurrió que a menudo, cuando conseguía rescatar a algún preso, iresulta que no era la primera vez que lo rescataba! Hay que ver. Qué torpes son algunas personas.

¿Pero veis? Para eso estaba yo. Era mi misión. Desamparadas e inocentes, esas almas necesitaban de mi ayuda para sobrevivir.

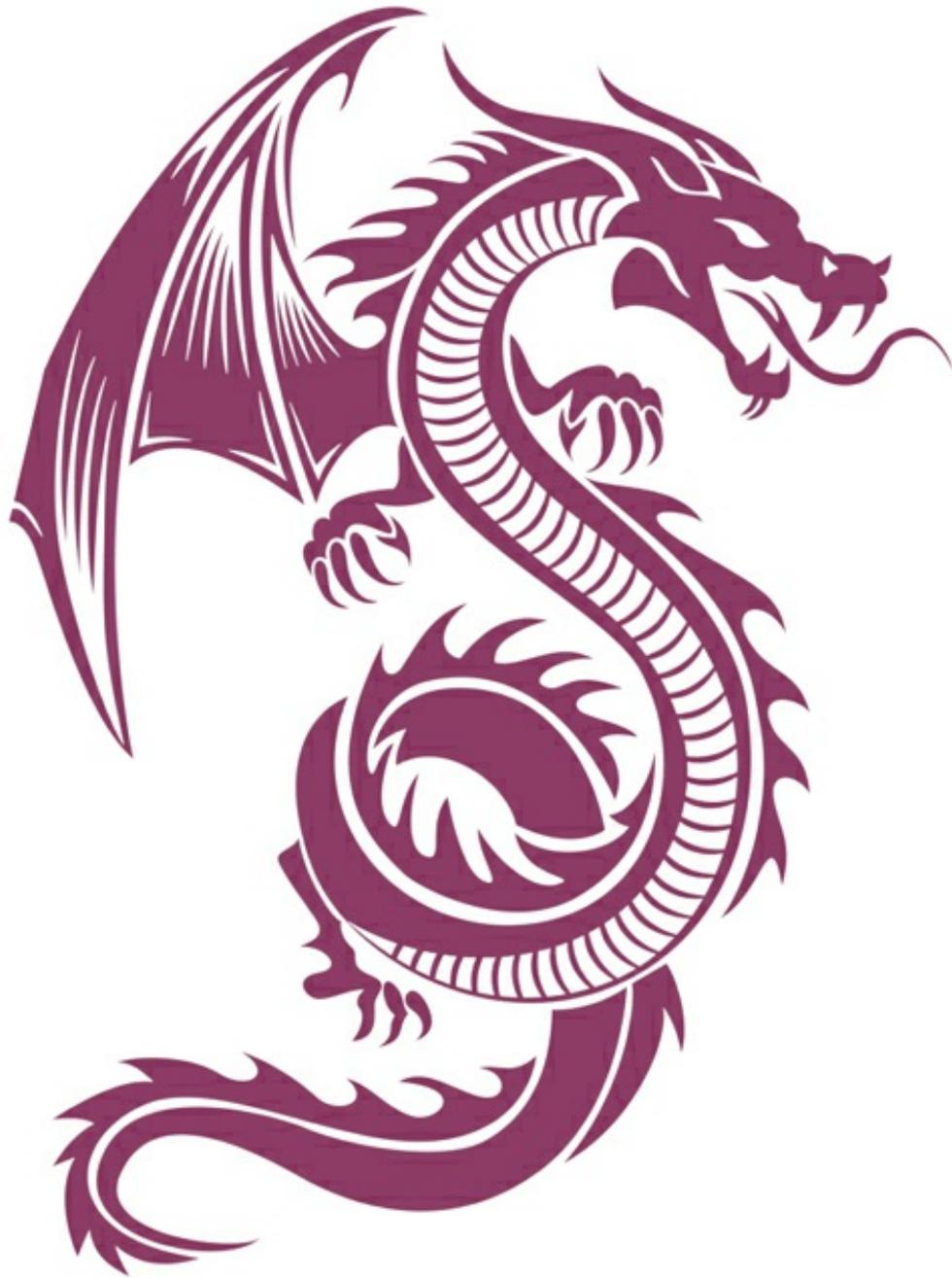
Lo malo es que con el tiempo mi espada fue oxidándose. Perdió el brillo y sus aristas cada vez estaban menos afiladas. Se volvía más complicado manejarlas con un objeto tan desgastado. Las que años atrás podrían haber sido estocadas finales contra un enemigo, ahora se volvían en un golpe más.

Tenía que hacer mucha más fuerza. Era verdaderamente agotador.

¡Pero a más duro el trabajo mejor es la recompensa! Gracias a ello fui haciendo muchos amigos por mi camino.

Hasta que un día sucedió lo inevitable: había más dragones que personas. Y esquivarlos era cada vez más difícil.

Y cuando se cruzó ante mí un monstruo solitario, vio en mis ojos la oportunidad de poder hacerse con un rehén humano, un bien tan preciado para su especie. Les hacía sentirse superiores.



No veas, ieh! No veas si luché. Luché muy intensamente durante quince minutos. Después se me rompió la espada. El dragón me hizo prisionera. Y nadie vino a rescatarme. Todo el mundo tenía una imagen de mí distorsionada. Yo era fuerte, peleona, coherente y tenaz. A ella nunca podrían hacerla prisionera.

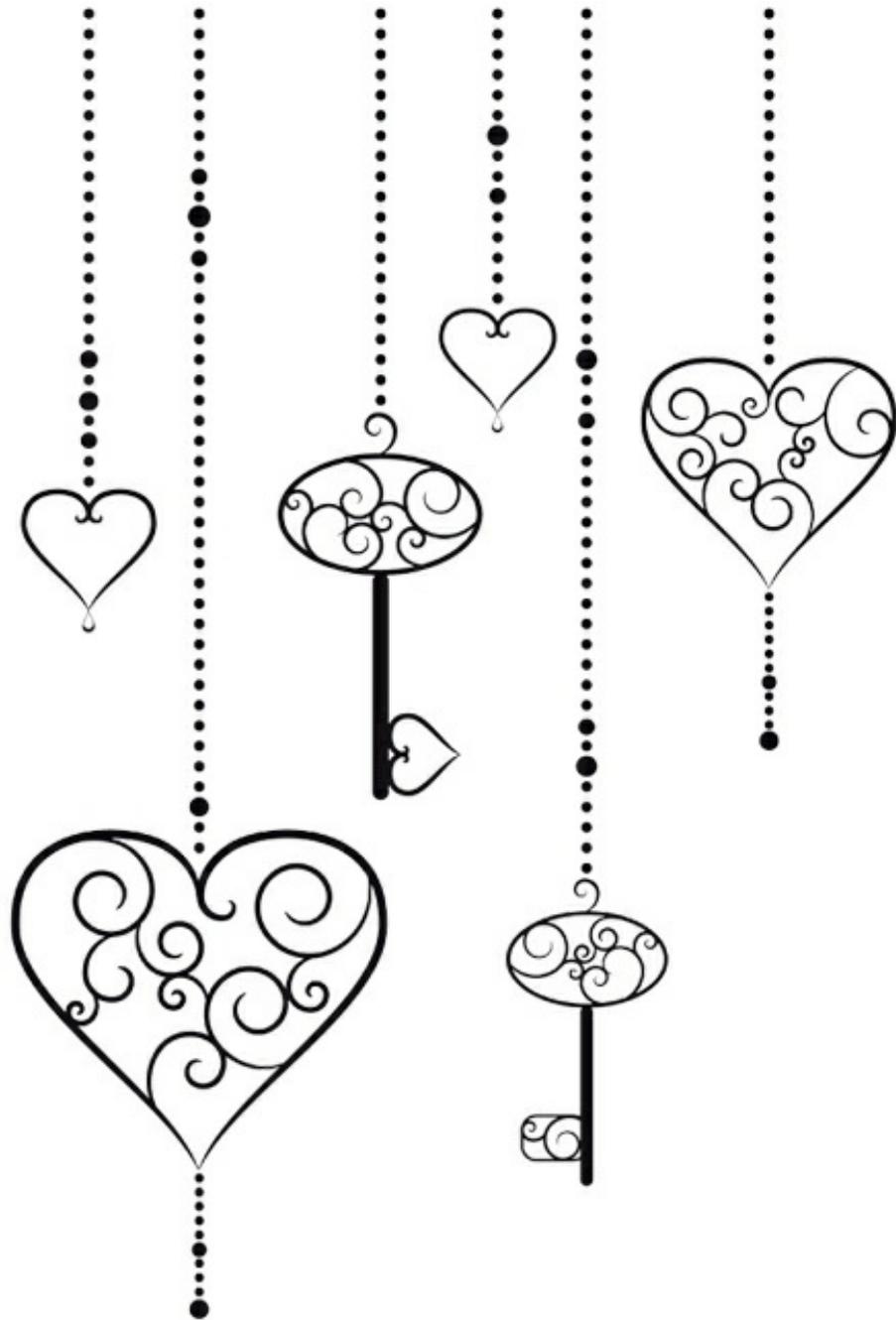


Siempre tuve complejo de salvadora.

Siempre supe luchar contra los males ajenos.

Pero supongo que, como nos pasa a todos, la cosa es muy distinta cuando se trata de pelear contra tus propios dragones.

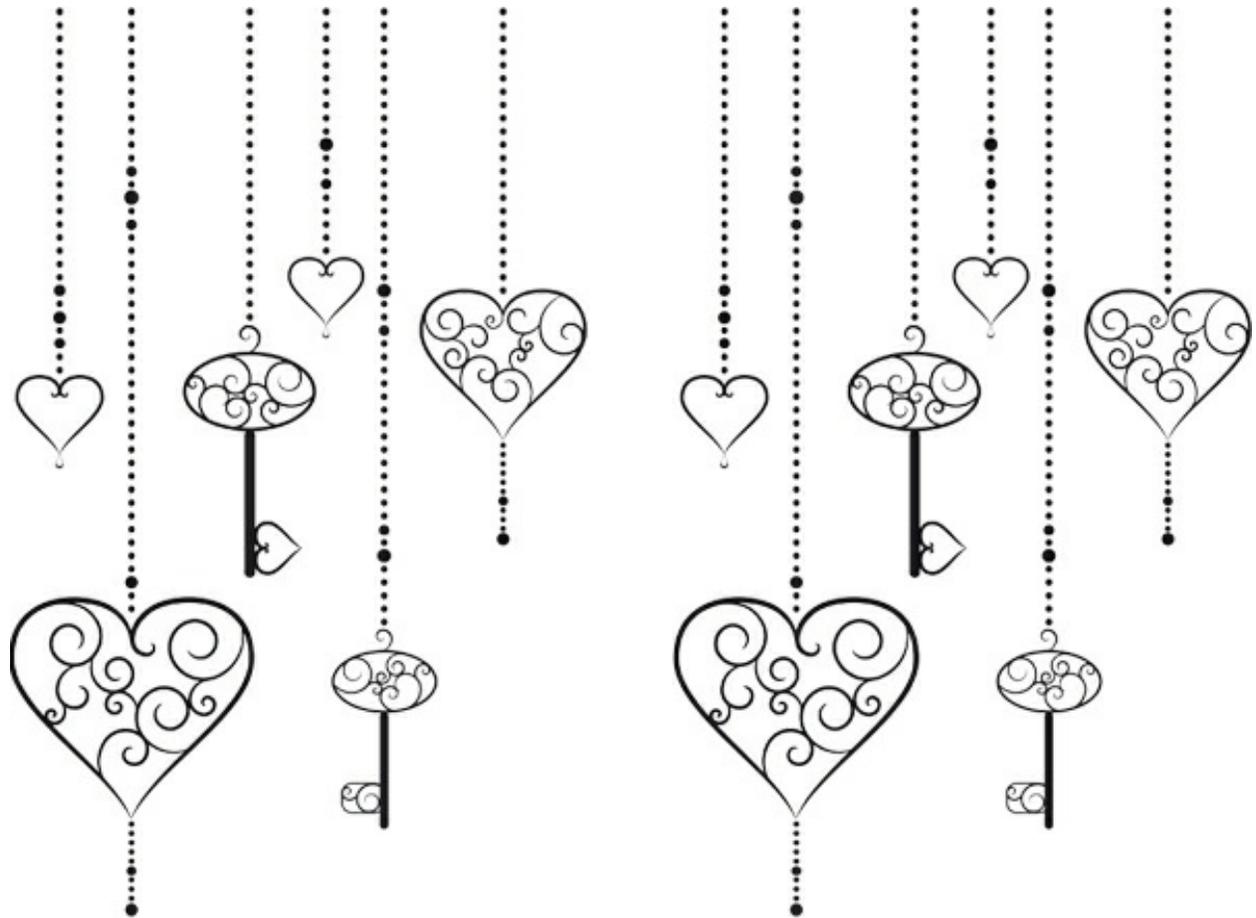
Un año de besos



Ha sido un año de besos.
Besos conocidos, besos extraños, besos sinceros, besos amargos.

Besos sencillos, besos tacaños, besos de ojos y besos sin labios.
Besos de amor, besos de pena, besos de cielo y besos de tierra.
Besos antiguos, besos novatos, besos de ricos y besos baratos.

Un año de mejillas que se han sonrojado,
y morros juntándose en besos mojados.
Besos de amigos, besos con ruidos, besos ahogados y silenciados.



Besos de madre, besos de hija, unos van tarde, otros sin prisa.
Besos de chicos, besos de chicas,
besos de playa,
o en la montaña,
besos que arrancan una sonrisa.

Besos suaves, besos violentos, besos que roban hasta el aliento.

Besos buscados, o inesperados, besos que han sido sincronizados.

Besos que son simple cortesía,
besos valientes, de cobardía.
Besos que anuncian una llegada
y besos que saben a despedida.

*Mis recuerdos
me los llevo*



Otro fallo en mi vida.
Otra cagada, María.
Otra pata metida.

Es quizá,
¿el frío, el hastío?
¿El invierno que me odia
y que me hace el vacío?

Es mi error y tu cagada
mi palabra y tu mirada
el puñal que nos clavamos
siempre que damos la espalda.



Ya no sé,
si algún día quise algo,
yo no tengo ningún precio
pues por lo que callo valgo.
Y no callé.

No sé ni jugar mis cartas,
no barajo ni reparto,
y mis manos están hartas.

Mírame.
Dime que no te arrepientes,

yo he caído, ¿pero tú?
Tú me tiraste a las serpientes.

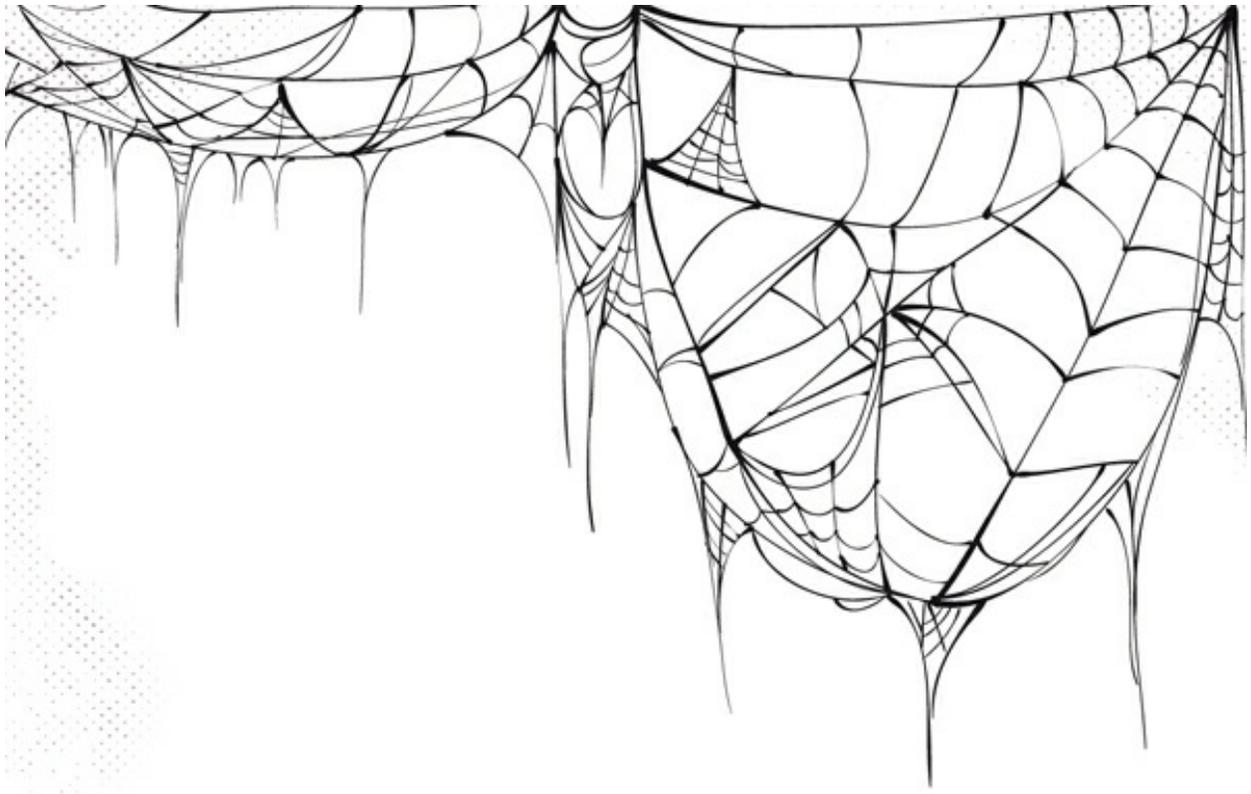
Cállate.
Cállame también de paso.
Soy tormenta penitente,
ahí donde piso, arraso.
Fin, final y finiquito.
Yo lo he hecho. Te lo admito.

Ssh. Silencio. No te crezcas.
Que te dé la absolución
no implica que la merezcas.

Es error de dos, lo sabes
pues yo fui el desasosiego
pero tú lo alimentabas
olvidándome en tu ego.

Pero deja.
Que esto es una tontería.
¿Qué importa quién rompía
si ninguno lo zurcía?

Es más, lo siento.
Lo siento por todo, de veras.
Mis rencores me los llevo
mis disculpas son sinceras.



Ya no quiero pelear
por ver quién es culpable
pues cuando nos dimos cuenta
ya era demasiado tarde.

Amor solo es aire y llama,
sin un cuerpo no es nada.
Amor solo es llama y aire
sin un cuerpo no es de nadie.

Dulce, cándida penitencia...

Somos, siempre hemos sido
dos locos bailando
un tango interminable.

La
marea
del silencio

Estoy chillando.
Pero nadie me escucha.
Nadie oye estos gritos, estoy sola en esta lucha.

No importa cuánto ruido haga, solo lo oigo desde dentro.
Ahí fuera me inunda la marea del silencio.

Y no hay mecánico que arregle lo que no está estropeado.
Mi corazón no está roto, solo ha estado enamorado.
Un amor que nadie entiende, entendió ni entenderá.
Un amor que solo el día que yo muera morirá.

Lo peor no es que no fuera ese amor correspondido,
lo peor es que esa musa, la figura de mis ojos,
fue intensa, no sincera, y por desgracia no ha existido.

Debi haberlo escrito

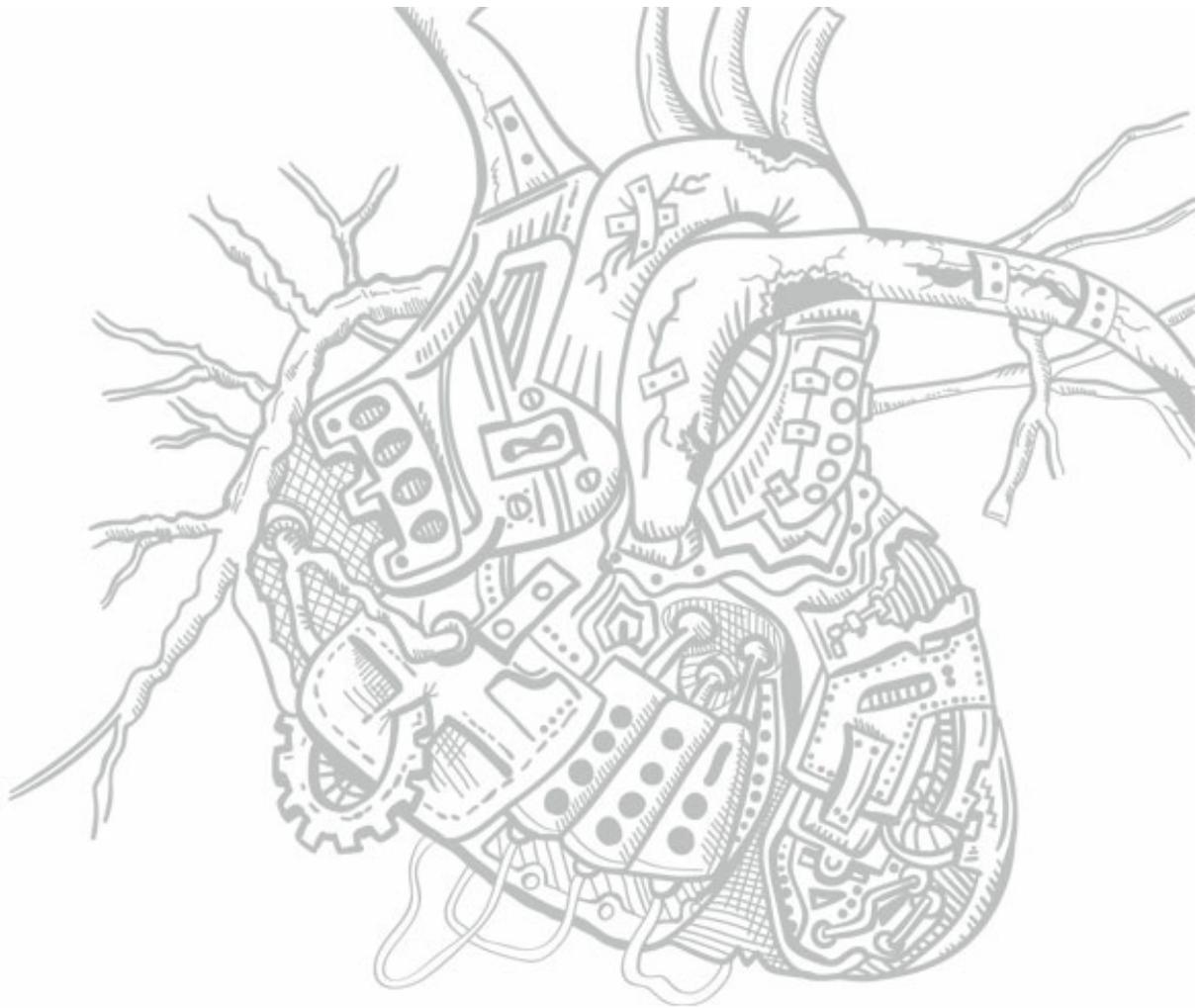
Debí haber escrito mucho más.
Debí haber escrito cuando sentí que era fuerte.
De esa forma podría recordarme
cómo luchar cuando estoy perdida.

Debí haber escrito cuando estaba perdida.
De esa manera podría orientarme en mi nuevo camino.

Debí haber escrito cuando andaba en el camino
así podría convencerme de que siempre hay un destino.

Debí haber escrito cómo se sintió cuando ese destino
se me antojó tan distinto a lo que en mente había tenido.

Y es que lo sé, mis pasos han sido cortos, rápidos y fugaces.
Una estela de mentiras disfrazadas de medias verdades.
Un proceso de diez años condensados en un día.
Una triste moraleja pintada de alegoría.



Pero al menos el propósito hubiera sido claro
y no un viaje tan vacío dado por finalizado.

Ahora estaría aquí sentada escribiendo estas cadenas
con la tinta de mi pluma y no con sangre de mis venas.

Y supongo, con razón, que si hubiera escrito todo
hoy sabría explicarte cómo fue el salir del lodo,
pero he hecho un recorrido del que nada he aprendido
más la absoluta y cruel certeza del error que he cometido.

El cuento de la rana

Al principio fuimos la rana y su enamorada.
La besé para liberarla de su hechizo.
Se convirtió en un dragón y yo en su esclava.



Confidencias
de un ser apagado
que quiere
encenderse



NO hay
cosas buenas



Puedo intentar evocar un vano recuerdo
imaginar que sigo unida a las mismas cuerdas
y viajar en mi memoria a un viejo tiempo
mientras paseo bajo la mirada de *antiguas estrellas*.

Pero por mucho que incluso añore lejanos males
y a pesar de los fragmentos que guardo dentro,
de ese dolor y pena quedan ya solo pequeños retales
que no alimentan en mis musas más que un lamento.

Y cuando dicen que los tiempos pasados siempre fueron mejores
escucho, escéptica, *el temblor en sus palabras*.

Pues en la vida que anda en pena no hay cosas buenas.
Solo es que algunas de esas historias son menos malas.

La
ciudad
de los
libros prohibidos

Aquí vienen las historias de todos los soñadores que escribieron sus leyendas con tinteros de colores. Que crearon con su letra cuentos donde las deidades no eran dioses poseedores del total de las verdades.

Aquí vienen los papeles que recogen los relatos de quien supo definirse haciendo solo garabatos. De quien no necesitaba conocer bien el lenguaje para dar la vuelta al mundo en un día de viaje.

También yacen, tristemente, en esta extensa biblioteca amoríos de diez años y rollos de discoteca, y nos cuentan que se rinden siempre los amantes rotos porque es efímero y fugaz el valor de nuestros votos.



Hay un libro que recoge la evidencia universal,
de todas las realidades ya lo llaman el guardián.
Y se esconde en una torre, en una caja bajo llave

una copia que los hombres en su vida leerán.

Se expone entre sus hojas con total sinceridad
mil pecados cometidos, del humano su maldad.
Una lista de los nombres más corruptos de la historia
y una lista de otros nombres que se ve premonitoria.

Pero no todo es rentable en este espléndido almacén,
este sitio no es infierno, mas tampoco es el edén.
Se recoge entre las filas de la larga estantería
el diario de un reo de matar a sangre fría.

Y con sangre asimismo se ha escrito en sus paredes
el poema de una chica que vivía en los laureles
y en su mente recreó tan real esa quimera
que una vez entró en el sueño, nadie hizo que saliera.

Entre todos esos textos duerme mi propia cordura:
dicen que yo soy censora y soy mártir de censura.
He decidido aguardar a mis últimos latidos
mientras moro en la ciudad de los libros prohibidos.

La noche del 8



Esta noche llorarás, escribirás la crónica
de cómo liquidaste de un suspiro a tus demonios.
Y vas a discutir hasta quedarte afónica
con voces que dirán ser de tu historia testimonios.

Esta noche tu piel se erizará y tu dedos serán testigos
de la huella desgastada en las cuerdas de un aullido.
Y tu sosiego arrastrará el dolor incandescente
que se agarra a tu pecho enredado cual serpiente.



Esta noche vas a ser acosada por las voces,
vas a oír a todas horas las historias más atroces
que nocivos, ponzoñosos, te susurran esos labios
retornándote a los días que llorabas entre agravios.

Grita, cielo, grita, grita, grita todo lo que debas
grita más, grita más fuerte, grita todo lo que puedas.
Que te duela, que te mate, que te rompa el corazón
que te quemé, que te raje y que termine la función.



No sabría cómo describirlo:
es como si estuviera debajo de un mar.
No es que no pueda respirar, es que sé que
si lo intentara
mis pulmones se llenarían de líquido hasta ahogarme
y el peso del agua me arrastraría hacia suelo
convirtiéndome en piedras que no pueden flotar.

No es una asfixia, pero casi. Es algo peor.
Es la sensación de saber que hay oxígeno,
pero que me queda muy lejos.
Muy
muy
muy lejos.

Y con los ojos empapados en lágrimas
y la desesperación corriendo por mis venas,
nado hacia la superficie
a cortas brazadas, agotada, exhausta
sabiendo que quizá hubiera podido lograrlo

en otro mundo.

Es como ser consciente de que hay algo ahí dentro.

Como si el vacío pudiera materializarse

(lo cual sería contradictorio).

Y durmiera, reposara, creciera en tu interior
y fuera apretando tus entrañas cada vez más,

cada vez más fuerte,
cada vez más grande.

Y cada instante pasara como un velatorio.

Y supieras que, inevitablemente,

llegará un día en el que ese monstruo de vacío

buscará un camino hacia la luz.

Y para ello tendrá que desgarrarlo todo a su paso,
pues le va la supervivencia en ello.



Así que es como tu muerte anunciada en vida.

Y tu asesino es el escenario que tu propia mente ha creado.
Es el asesinato de un suicida.
Te ponen una pistola en la mano
y te dicen:
«Ahora, mátate».

Y tú, antes que seguir sufriendo,
les das las gracias.



Quedarte a solas con tus palabras

Esta noche me he quedado a solas con mis palabras,
esta noche no hay luna que me acompañe.
Y una voz que me repite que no me engañe
reproduce como una peli mis pesadillas más macabras.

Así que ahora me entiendo.
Me entiendo cuando busco evadirme,
cuando bailo, cuando bebo, pues no siento
ese incesante monstruo que me persigue.

Lo que me ha pasado hoy me da más miedo.
Más miedo que despertarme en alguna lejana playa
con las manos atadas y el pecho cosido a metralla.
Más terror que un error del que no puedo desentenderme,
esta noche es lo peor que ha podido sucederme.

*Estoy tan
rota...*



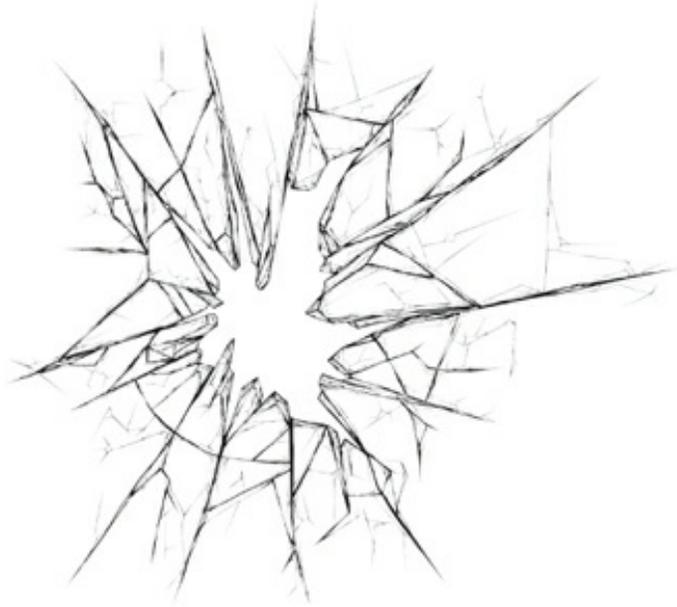
¿Cuánto tiempo tendré que esperar?

Respóndeme. Dímelo.

Senténciame.

Si ya sé que va a perseguirme hasta el día de mi muerte.
Si sé que está escrito a fuego en mi piel, como un tatuaje invisible.
Nadie es capaz de verlo, pero cuando alguien me acaricie notará el relieve de las cicatrices. De la tinta, escribiendo una historia entre mis pliegues. Y, como si alguien lo hubiera escrito en braille, solo aquel que se acerque lo suficiente a mí como para sentirme podrá leer mi biografía y horrorizarse, y estremecerse, en cada punto. En

cada coma.



Solo aquel que se digne a volver a abrazarme y a sentirme, a quererme desde lo más profundo de su ser, será conocedor de la leyenda. Y es probable, aunque me duela, que ante tal inquietante mapa, cualquiera decida abandonarme. Porque nadie podría cargar con tal responsabilidad, ¿no?

Porque soy tan frágil. Estoy tan rota.

Es como vivir en una casa maldita.

Aquel valiente que decidiera adentrarse en ella debería aprender a caminar de puntillas, con tal de no atraer a los monstruos que viven en ella.

Así soy yo.

Una casa maldita.

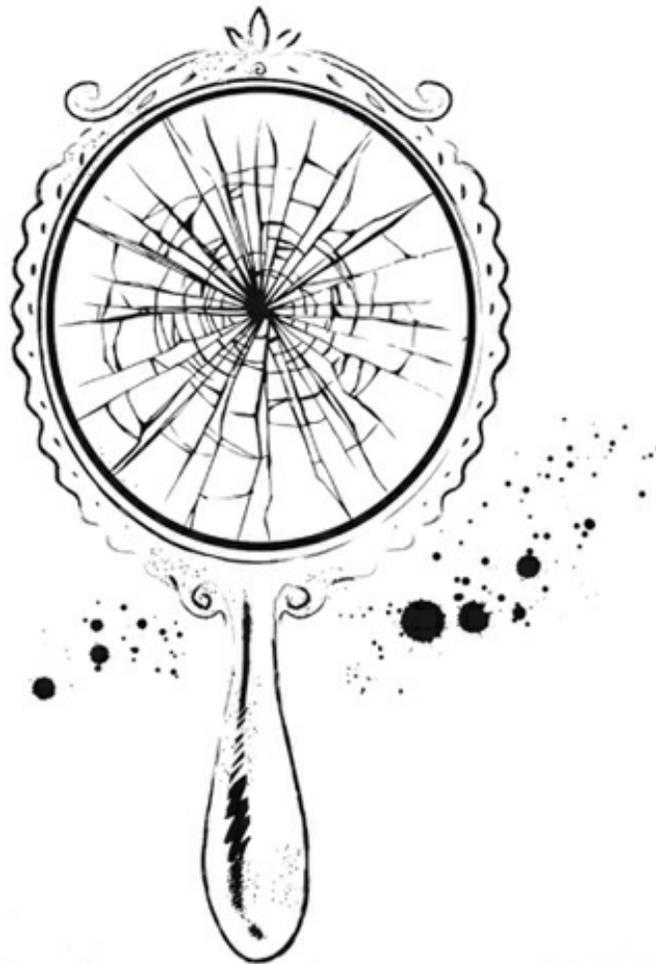
En cualquier momento, el más leve movimiento podría despertar de su letargo a todos los demonios que habitan en mí. Y me invadirían. Y le invadirían.

Y nadie quiere eso.

Porque soy tan frágil... Estoy tan rota...

Que cualquiera diría que he sido completamente usada. Como una pieza de segunda mano. Que he pasado por demasiados brazos y que

cada uno de ellos se llevó algo mío. Aunque en realidad solo se necesitaran dos para vaciarme del todo.
Así soy yo. Un espejo fracturado.
Puedo tener cierta belleza arcaica. Pero siempre devolveré un reflejo distorsionado.
Nunca podré ser arreglada. Simplemente hay piezas de mí que ya no existen. Siempre voy a estar incompleta.





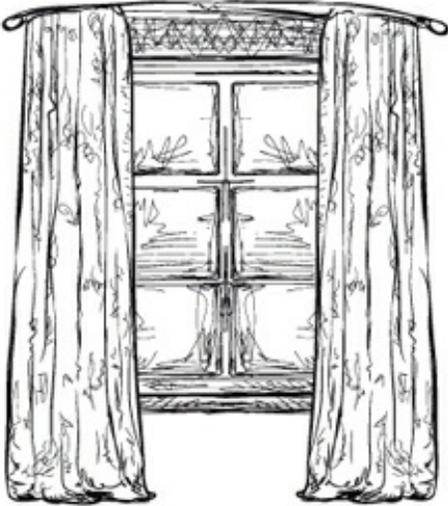
Porque soy tan frágil... Estoy tan rota...
Que me hiero a mí misma cada vez que acaricio mi propia piel. Que
mis dedos son los que escriben con sangre mi propio diario, pues mis

yemas están afiladas y son cortantes como todos esos cristales que ya no encajan en mí.

Y ya no hay nada que me recuerde que estoy viva. Ya ni el estímulo de mi propia existencia desmoronándose puede avivar algo en mí.

Me he consumido y he consumido todo lo que me rodeaba.

Cae la noche
en mi ventana



Cae la noche en mi ventana.
Observo yo desde el rincón
cómo pierdo a cada instante
un poquito la razón.

Tengo el llanto atrofiado
y el instinto hecho trizas.
Ya mis ojos se han secado
y en mi pecho hay cenizas.



Tengo el alma desgastada
y la pasión para el arrastre,
mi ilusión, agua pasada,
y mis sueños, un desastre.

Cae la noche en mi ventana.
¿Por qué tuviste que venir?
Si esto es lo que se me augura,
¿tantos años de amargura?,
pues prefiero antes morir.



Cae la noche en mi ventana.
La jugada un tanto cruel.
Juro a Dios, con compromiso
que, si existe, yo le aviso
que esta vez pagará él.

Es equívoco y confuso,
tan dudoso, sospechoso.
Reticente me mantiene
este invierno riguroso.

Y he luchado tantos años
por evitar este momento.
Pero, ¿sabes?, no me cunde
estar pagando este tormento.

Cae la noche en mi ventana,
y estoy sola observando.
Ya no queda fuerza y agua
para persistir llorando.

¿Es final, definitivo?
¿Así termina esta historia?

¿Con un «hasta pronto» esquivo
resonando en mi memoria?

¿Permanezco? ¿Me retiro?
Yo no llegaré a mañana.
Estoy sola, y hace frío
esta noche en mi ventana.



Me apagué

Me apagué.
Me apagué ante tu mirada,
ante tu impasible contemplación
y de tu inexistente reacción
saqué mi propia conclusión.

Aprendí una serie de motivos
por los que la gente muere.
Pues a veces no es la herida
lo que más a fondo duele.

A veces son las cicatrices.
Ellas hacen de recordatorio.
Y te acometen nuevos miedos
cual sueño premonitorio.

Y ahora entiendo a los artistas
que tan bien la han definido.
Que han sido guionistas
del tormento de mi suerte.

No hace falta estar muerto
para haber visto la muerte.

Sola



Miré hacia los lados y dije
para mis adentros, claro:
«¿Será que a mí nadie me elige,
o a tantos atrás he dejado?».

Pensé en ello largo y tendido:
dudé que me odiara el azar.
«¿Será mi portar tan esquivo
que nadie lo quiera tratar?».

La experiencia me dio por correcto
lo que la lógica no quería darme.
No estaba sola por largo el trayecto
ni por tener de honesta un adarme.
Fue su rechazo el estoque certero
que me nombró la eterna cobarde.

Y sola yo, y ningún abogado
que me amparara cual chica inocente,
llevé a rastras mi culpa y pecado
ya que el destino no era indulgente.

Y sin saber a quién iba hiriendo

eliminé todo rastro de afecto
y me llamé el asesino perfecto
cuando ya nadie quedaba latiendo.

Y no hubo camino en la tierra
que alcanzara a llevar mi legado.
No hubo final que pudiera
con el duro pisar del pasado,
de una marca, una vieja huella,
que se esfuma tal cual ha llegado.

No hubo amar que algún día lograra
rescatarme del sino salvaje
que con maníaca querencia al infierno
me conducía en mi perpetuo viaje.



Y no hubo plata jamás que pagara
de mi corazón el caro peaje.
Y eso por mucho que nos apenara
que a todo aquel que se acercaba
mi tozuda conducta vejase.

Probé labios y probé sexos,
y probé tantas mil amistades
que por probar perdí los cabales
y la cuenta de todos los lechos
donde reposé mis acerbos pesares.

Y a tantos fue a los que traté
habiendo todo el día pensado:
«Con muchos me dejé querer,
pero a ninguno de ellos he amado».

Y a duras penas avancé sola
y vi llegar a la conclusión
en el reloj mi última hora
entonando el fin de mi canción.



*Al final
siempre
nos llegará
el invierno*

Estaba escribiendo la historia de amor más bella del mundo,
pero se cayeron las palabras del cuaderno,
resbalaron en cascada en un segundo
y a mí volvió el calor del mismo infierno.

No somos culpables, aunque haga daño,
de que se extinga el ardor del sol eterno,
es caduco este fulgor de un solo año,
pues amor es solo luz de este verano
y al final siempre nos llegará el invierno.





Bienvenidos

a mi

vesánica

existencia

Quitaos los zapatos antes de entrar. No piséis muy fuerte, no vaya a ser que me hagáis daño. No os recomiendo respirar profundamente. Lo notáis, ¿no? Ese olor acre y punzante, sí. Es toda la rabia que tengo acumulada, lo siento. Llevo unos meses sin airear esta habitación.

El suelo es bastante elástico, podéis sentaros en él. Me hice blanda para que todos se sintieran cómodos en mí. Como veis hay algunas abolladuras y tarascadas. Algunas personas se aprovecharon de mi afable ductilidad y pensaron que era una buena idea saltar sobre mí y golpearme hasta comprobar los límites de mi maleabilidad.

A medida que os mováis por aquí dentro, las temperaturas van a ir cambiando notoriamente. Vais a veros expuestos a algunas muy extremas. Suelo ser una persona muy cálida, pero aquí dentro a veces nos sumimos en unos largos y gélidos inviernos. Cuando eso pase, lo mejor es que salgáis corriendo. Quien más los sufrirá seré yo, pero muchas veces congelaré todo lo que toque.

Suele pasarme mucho.

Aquí siempre va a haber música ambiente. Os advierto de que lo más común van a ser tétricas tonadas o melodías oscuras. A veces ponemos algo más animado y jovial. Pero si empezáis a escuchar orquestas épicas y agresivas, lo más acertado será que abandonéis la sala.

A la derecha tenéis el jardín. En su día fue muy hermoso, pero ahora

están todas las plantas muertas. Son mis ilusiones y sueños, apenas nos queda agua de la motivación. En ocasiones llueve un poco sin previsión y sale algún brote. Ahí, ahí, ¿lo veis? Es pequeño y débil, pero lo cuido con mucho amor. Es lo único que me queda, pero, mientras siga vivo, hay esperanza. No lo toquéis ni le digáis cómo tiene que crecer, lo ruego. Necesita paz y tiempo.



Ese incendio que observáis a lo lejos es incontrolable. Ya no intento extinguirlo más. Arrasa con todo a su paso, y cada día avanza un poco. Es el rencor. Ha terminado con muchas personas, pero fueron

ellas mismas quienes lo alimentaron. Le echaron leña para que creciera y me fallaron tantas veces que decidí dejarlo hacer. A mí y a mi rencor nos va muy bien.

Ese fuego se avivó por muchas razones. Por traiciones, por celos, por malas decisiones. Por malas personas. Dejadme que os dé un consejo: no dejéis entrar a malas personas en vuestra vida. Os abandonarán ardiendo en el infierno.

Aquí tenemos una de mis zonas favoritas. ¿Veis cuántos colores? Estos son los recuerdos que he podido salvar. A menudo vengo aquí y me siento a mirar este mural. Dejé que todas las malas experiencias las quemara el rencor y ahora solo me duelen cuando me acerco al fuego. Pero aquí vengo a revivir todas las cosas buenas. Mirad, ahí arriba, el azul y el verde, ¿lo veis? Es mi infancia. ¿Y veis este punto rosa de aquí? La primera vez que me enamoré. Oh, el amarillo y el marrón son todas esas horas de diversión con mis amigos. ¡Mirad qué curioso, aquí está el rojo! Lo siento, no puedo contaros qué significa este color, es demasiado íntimo.

¡No vayáis solos a esa esquina! No me malinterpretéis, no es peligroso, pero sí bastante deprimente. Ahí voy a auto-compadecerme. Dejadlo, en serio. Algún día vallaré esa zona. Y no volveré a entrar.

Este maletín de ahí... Son armas. No las toquéis. No preguntéis. No las he usado nunca. Solo las tengo aquí para recordarme que algún día destruiré a todos mis enemigos.

Podéis entrar en ese armario si queréis. ¡Es maravilloso! Al otro lado hay un lugar increíble, un mundo creado para ser perfecto. Cuando quiero evadirme, entro ahí, y me imagino que mi vida es completamente distinta. Soy feliz por completo ahí dentro.

Pero solo es un armario. Y dicen que evadirse no es la solución.

Este maniquí que veis aquí... Es todo lo que me gustaría ser. Por dentro lo hice hueco, y está lleno de todo lo que he querido lograr, de todo lo que he admirado en otras personas, de todas las cualidades

que quise para mí, de la mezcla perfecta para lograr la realización personal. Pero solo es un maniquí hueco. Nació vacío y yo lo llené de piezas que en realidad no le pertenecen. Se parece a mí.



Como veis, este lugar no es del todo acogedor, es bastante difícil vivir aquí dentro. No me gusta recibir visitas a menudo, porque siempre que dejo entrar a alguien me curiosean, rompen alguna cosa o se marchan con algo mío. Pero a veces me siento muy sola aquí dentro, y por eso sigo cediendo, como si no hubiera aprendido la lección. Como si hubiera una parte de mí que no quiere asumir que sois todos unos jodidos cabronazos malnacidos.

Bienvenidos a mi vesánica existencia, siento tener que echaros tan rápido, pero he recordado que prefiero estar sola.

Confidencias
de un ser apagado
que quiere
encenderse

Moneda de cambio



Y es que nadie me había contado que es mentira:
un beso no es una moneda de cambio, y jamás debería.



Enemigas y aliadas

Estás sentada sobre el alféizar de tu ventana
y tu mirada está vacía, y tu mirada no cuenta nada.

Estás llorando con los ojos secos,
no dices nada pero te persiguen, incesantes
de tus gritos ahogados, todos los ecos.



No puedes huir cuando vives maniatada.
Existes acariciando tus propias cadenas.
Al borde de explotar, impulsiva cual granada
convicta para siempre de mi misma condena.

Te observo con recelo, desde mi propia celda.
Te odio y desespero, pues sé que no es tu fallo.
Estoy muy ocupada quitándome las vendas
y veo en tu mirada lo que yo misma callo.

Entonces conectamos, suenan los tambores.
Aún no hemos hablado y ya tienes temblores.
Lo nuestro no es amor, nos une algo mejor
las dos ya conocemos de la otra su dolor.

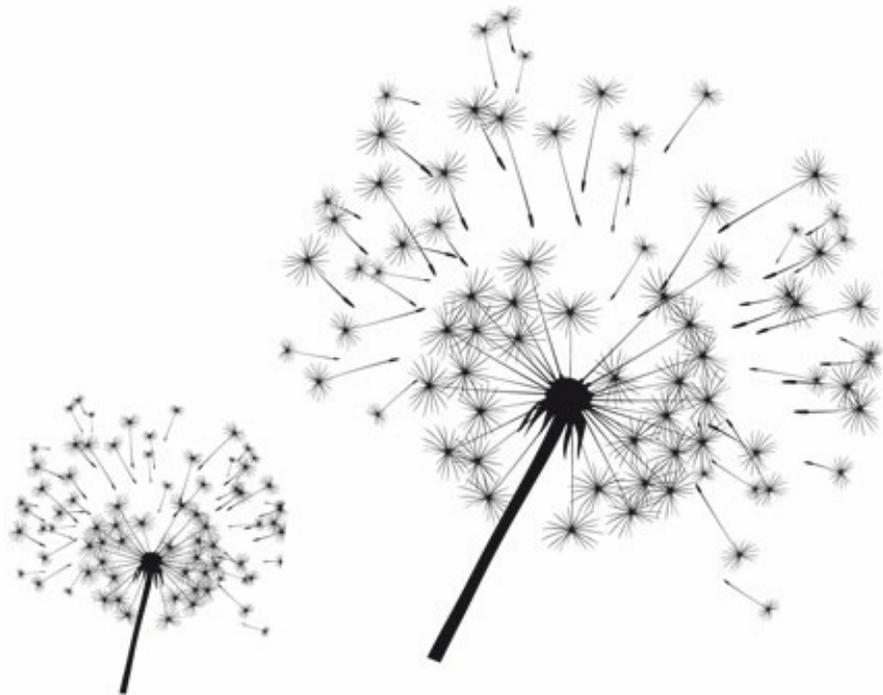
Te abrazo y tú me abrazas, y habla el silencio.
Ya no quedan rencores, solo un triste lamento.
Me besas las heridas, te cierro cicatrices
tenemos un futuro, y ya es sin directrices.

Posible es que nadie entienda esta escena,
no es una melodía, es cariño lo que suena.
Y mientras deseamos que nunca más suceda
nosotras ya escuchamos: «Silencio, se rueda».

Amigos del adiós

Ya no sé qué hacer, no sé ver qué es lo correcto.
He intentado ser lo siguiente a perfecto.
No sé qué decir, no sé ni cuando hablar.
Es un recurrir de la fiebre más fatal.

Es un libro abierto,
mas no entiendo ni su epílogo.
Está lleno de traumas, pero
yo no soy psicólogo.



Tengo miedo a ser, a decir y a padecer.
Ha sido subir para volverme a caer.

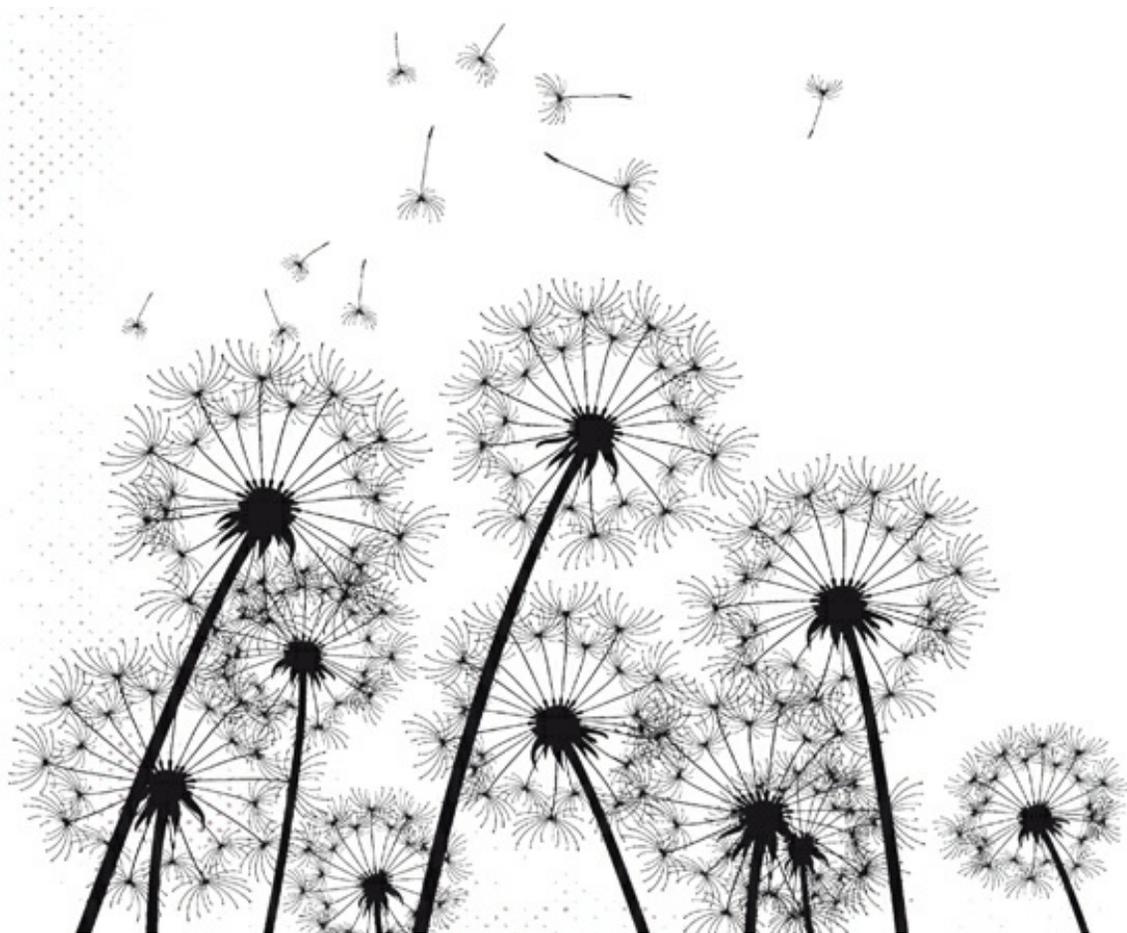
Víctima del mundo y el verdugo de los suyos.
Sangre de su sangre, pero son todo capullos.
¿Qué podía esperar? Si primero me abrazó
y sus mil pesares en mis brazos derritió.

Nada está bien, nada es ideal.
Nada es lo que quiere, todo lo hago mal.
Nada he acertado, nada he conseguido.
Nada yo he logrado, solo he perseguido.

Me hubiera gustado compartir con él su euforia.
Pero ni siquiera quedo yo ya en su memoria.

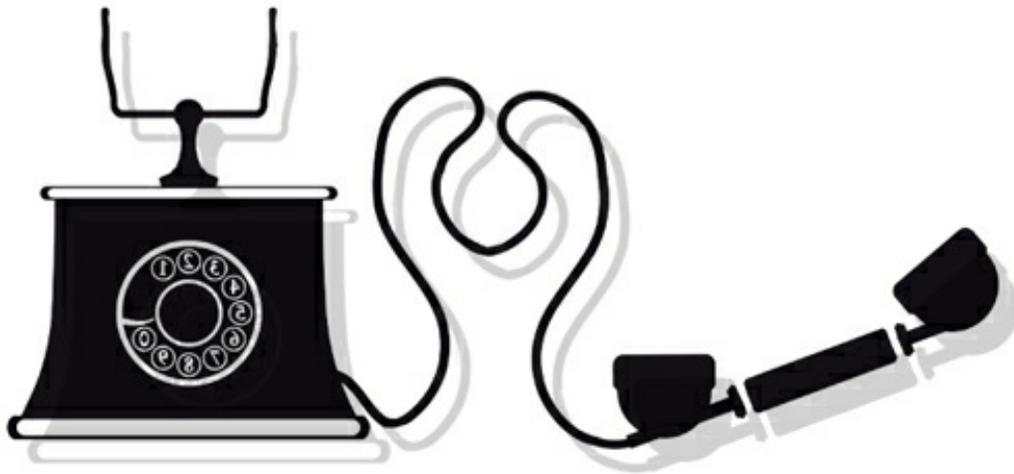
Claro ejemplo es de la dura decepción.
No por mí, ni él. Solo es su condición.

Tiene ese poder, ese don de convencer,
y ese adiós ligero para desaparecer.
Canta las mil verdades que de ciertas tienen poco...



Oigo

tu voz



Oigo tu voz por todas partes.
¿Por qué tuviste que marcharte?
Ya no me llenan estas artes
del escribirte hasta olvidarte.

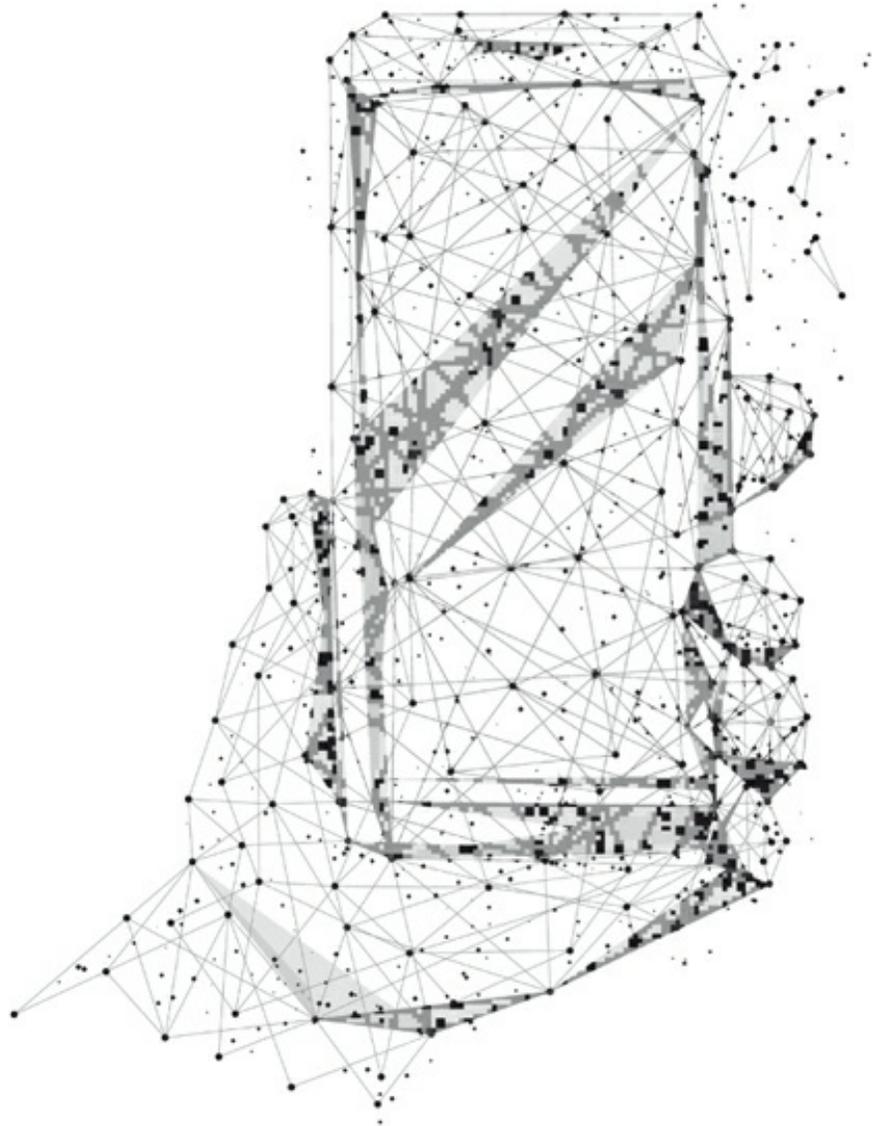
Ya que amanece cada día,
pero yo solo veo la noche,
déjame ser un alma en pena
sin recibir ningún reproche.

No sé ni ver con claridad
de quién me duele la traición.
¿La mía, la tuya? Al final
me pesa más la decepción.

Oigo tu voz por todas partes,
cantando engaños y mentiras,
manchando de estos dos amantes,

años de amor y de sonrisas.

Oigo mi voz, algo más lejos,
rogando a muerte tu perdón.
Pero ya solo queda el eco
de mi eterna rendición.



Y retratado queda, a fuego
en este libro, al escribir,
que grande fue jamás mi ego
pues te seguí hasta morir.

Oigo tu voz por todas partes.
¿Eres tú, amor, a mí me llamas?
Me faltan días para amarte,
y a ti te sobran, pues no amas.

*NO me
dueles tú*

Es que estoy tan harta, tan dolida, tan furiosa...
Tengo tanto odio, tanto enojo, tanto veneno...
Cargo tanto miedo, tanta ira, tanto fuego...

Y es que estoy tan sola, tan herida, tan rabiosa
que te aseguro que jamás podrás dolerme
ni la mitad de lo que yo misma me duelo.

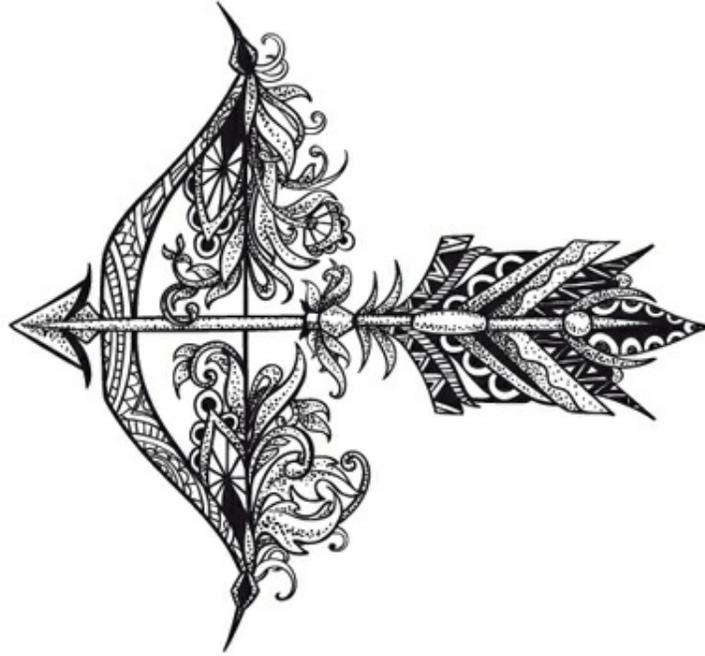
Levántame



Si me caigo quiero que me levantes.
Levántame como solo tú sabes.
Como lo hacen las lunas danzantes.
Como levantan el vuelo las aves.

Levántame cuando esté por los suelos.
Levanta mi ánimo, que toque los cielos.
Levanta mi risa, sacándome hoyuelos.
Levántame muros que espanten mis miedos.

Si duermo en la calle levanta edificios.
Levanta un imperio con tus sacrificios.
Levanta los ojos y ve cómo llego.
Levanta un océano, levántame un fuego.
Levanta la escena del crimen perfecto.
Levanta una ley contra el rey predilecto.
Levántame cuando me pese la vida.
Levántame para encontrar la salida.



Levanta al pueblo que yace dormido
ante este gobierno de sangre, injusto.
Levanta los gritos, escucha el aullido
de una nación que quiere oponerse
a la sumisión de ceder a disgusto.

Levántame brío, levántame voz.
Levántame rabia, levántame hoz.
Levanta el sueño de la solución.
Levanta conmigo la revolución.

*Apreciando
mi propia
rabia*

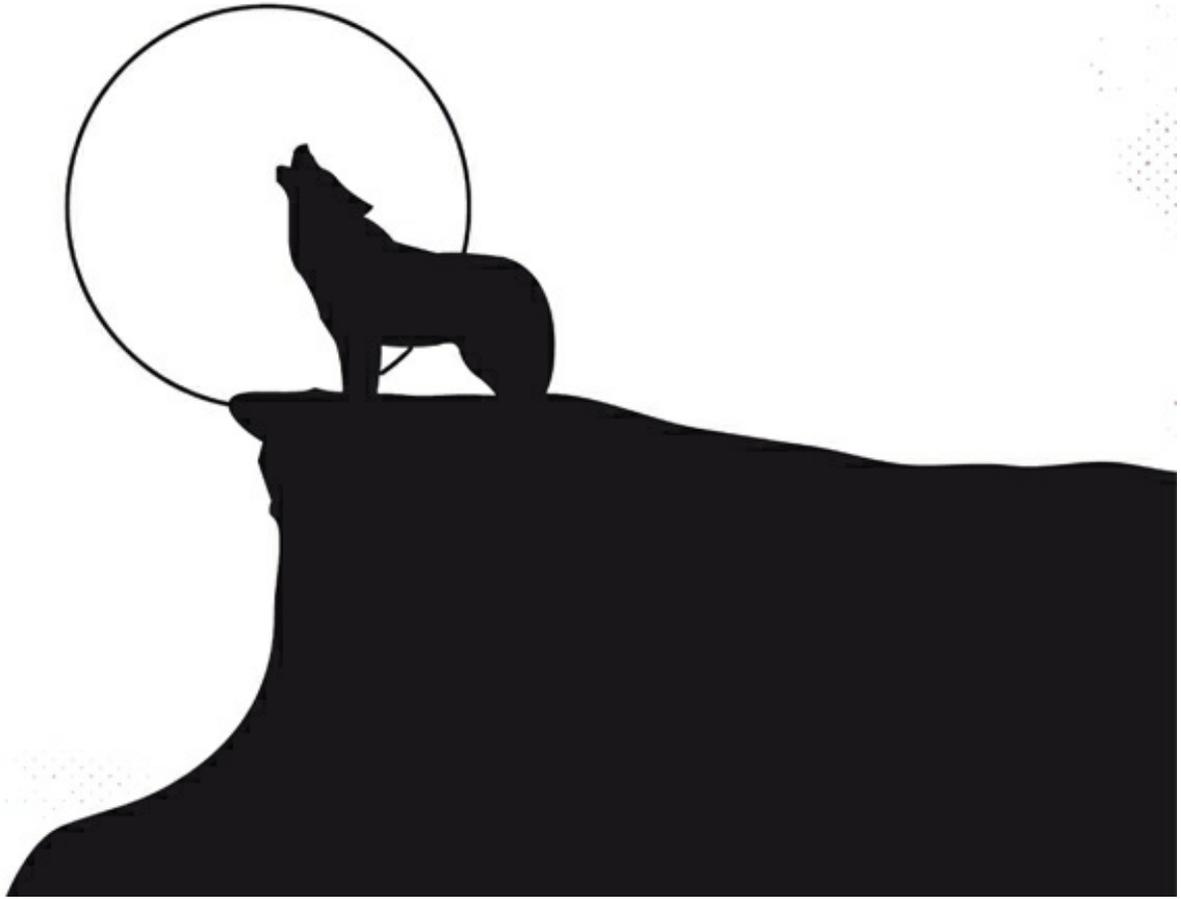
Con rabia no se llega a ninguna parte,
suelo escuchar.
La rabia te consume, te limita, te impide,
debes luchar.

La rabia es traicionera, embustera, perdedora.
La rabia, hermana fea que no ve jamás victoria.

La rabia que conozco no es la rabia que tú dices.
La rabia que me invade está repleta de matices.

Si bien a veces quema, no me puedes castigar
por sentirla en mis venas deseando pelear.

Sé que la rabia mal llevada puede ser mi perdición,
pero deja que lo viva, es necesario en esta vida
comprobar que siento más que una eterna sumisión.



Mintiéndome

Tú nunca lo sabrás, pero estoy mintiendo.
Te miento cuando digo que ni siento ni padezco.
Cuando lloro y me preguntas a qué viene mi lamento
y te digo que no importa, que tu amor no lo merezco.

Te miento cuando noto que me abrazas con tu cuerpo
y como si no lo agradeciera más inmóvil permanezco
y me susurras al oído que me quieres y me esperas
y respondo «yo no quiero», y no te estoy siendo sincera.

Te miento cuando luchas por amarme y que te ame,
y te digo que te marches que ya estás llegando tarde.
Me presionas y me empujas, y solo a ti te lo permito,
ya puedo morirme de hambre si tú tienes apetito.

Vives dentro de mi mente y eres mi mejor versión.
Yo lo hago con vehemencia, tú lo haces con pasión.
Lo que pasa es que no puedo asumir tus maravillas
y por eso, ante tus labios, yo respondo con mentiras.

Ya mañana dejaré que me invadas para siempre.
Guía ahora mi viaje hasta el día en que me oriente.
Deja que haga mi camino aunque vaya lentamente
que seré pronto tu hermana, que seré pronto valiente.

Hasta entonces, alma mía, déjame que te lo explique.
Pues hay algo de verdad entre todas mis mentiras
y es que algo en mí revive cada vez que tú me miras.

Confidencias
de un ser apagado
que quiere
encenderse



Que te jodan, amor

Mito nº1



A menudo, cuando alguien con el corazón roto proclama a los cuatro vientos que el amor es una mierda, los seres queridos que le rodean le increpan con el típico «El amor no es una mierda, los mierdas son las personas».

Que el amor no tiene la culpa.
Que el amor no es quien te mintió.
Que el amor no es quien se acostó con tu mejor amiga.
Que el amor no es quien te utilizó.
Que el amor no es quien te dejó tirado.
Que el amor no es quien te controló.
Que el amor no es quien dejó de hablarte.
Que el amor no es quien te olvidó.

Y bien, tienen su parte de verdad. Además yo no soy nadie para decir

que las personas no siempre son las malas de la película: a menudo lo son. Por desgracia. Qué mundo.

Pero hoy me levanto y aquí os dejo mi dictamen:

El amor sí es una mierda.

En cursiva.

Que queda más poético.

Y con esta sentencia no pretendo eximir a la gente de su culpa; tampoco tengo interés en officiar de abogada del diablo.

Con esto que digo solo quiero conseguir tirar por los suelos unos cuantos mitos. Y es que me encantan los mitos, todos, excepto los mitos del amor.

Escúchame: el amor sí es una mierda.

O al menos el concepto de amor que nos han vendido.

Porque nos han mentido, ¿sabes? Bueno, sí que lo sabes, toda nuestra vida gira en torno a una gran mentira. Pero, en fin, tampoco me voy a poner demasiado fatalista. Vamos al tema.

Ese amor de cuento de hadas. Ese amor de pureza y eternidad. Ese amor de mierda de la media naranja, porque a alguien se le ocurrió que era una genialísima idea comparar a un ser humano, su cerebro, su corazón, su sistema nervioso y su capacidad emocional, con un cítrico.

Y es que ese es el problema, y no me lo invento yo. Es esa visión del amor, al que hemos convertido en una cuestión de necesidad vital, la que, en parte, nos ha roto el corazón. Menuda paradoja más chunga, ¿eh?

Porque claro. Es que nos han mentido.

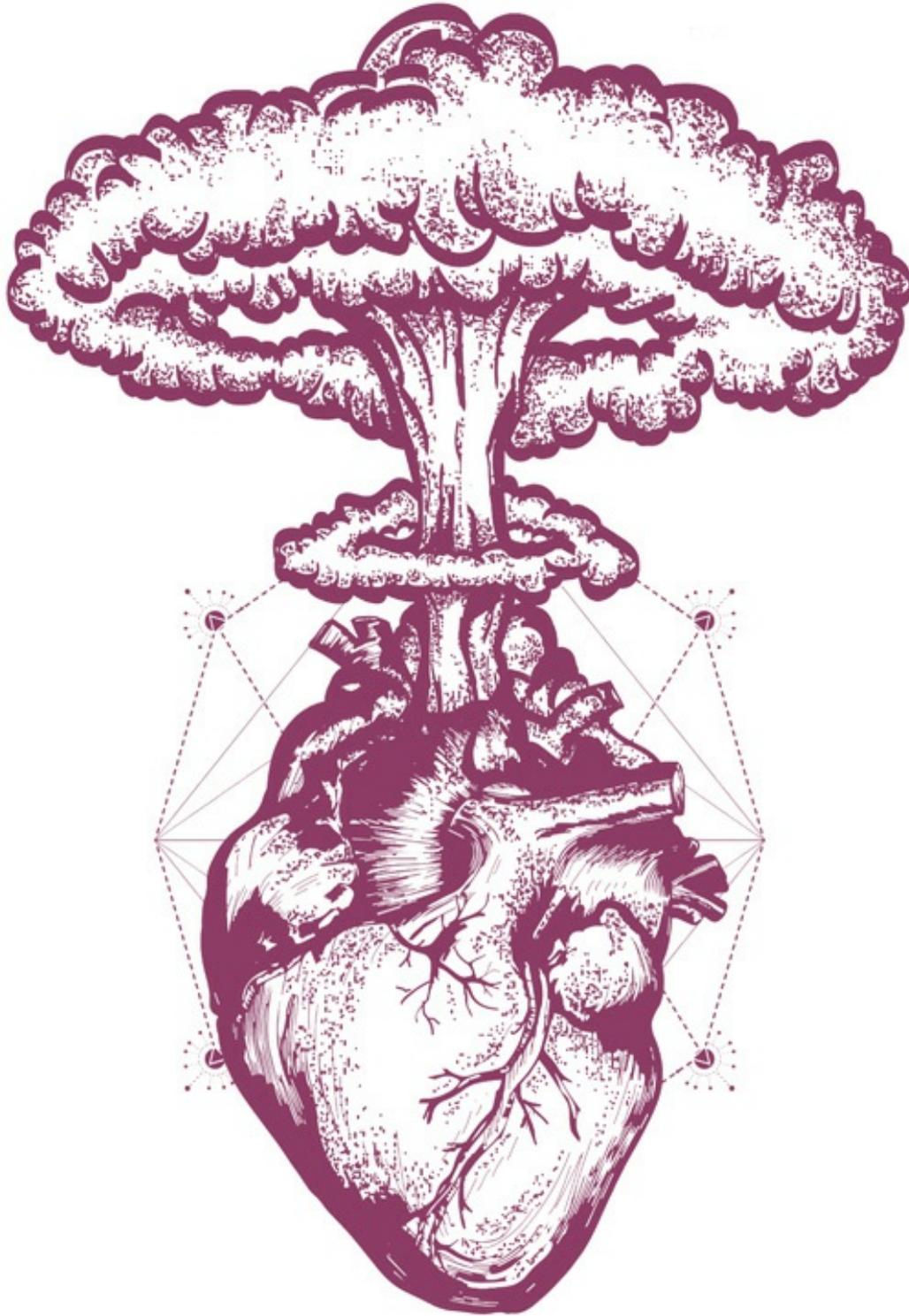
Nos han contado que el amor es lo más importante. Que sin él no somos nada. Que es la meta de la vida de cualquier persona, cerrar el ciclo con alguien afín a ti. Encontrar al perfecto. Encontrar a la inmejorable.

Y te voy a hacer un spoiler: nunca vas a encontrar a la persona ideal porque no existe, y no existe porque todos tenemos un poquito de mierda en nuestro interior.



Así que prepárate para una vida de desdicha. Porque vas a salir con personas increíbles que cometerán errores, te decepcionarán porque no han cumplido la expectativa que te indujeron del amor y pensarás que quizá realmente no hay nadie para ti, y que morirás solo y sin ser un cítrico completo. Vamos, es que te sentirás tan mal que ni con una media naranja podrás identificarte.

Te sentirás como una media mandarina, que es la hermana fea de la naranja.



Y con esto no quiero excusar a esa pareja con la que saliste durante seis años, y te hizo algo muy feo, y ahora no puedes ver tu película favorita porque la muy maldita fue quien te la enseñó, y sigue

jodiéndote seis años después. Con esto solo intento explicarte las razones por las que el día de San Valentín lloras por dentro aunque por Twitter estés quejándote de los que lloran por fuera.

Ahora podría decirte lo obvio: que esto no debería ser así, que eres una persona completa y genial tal y como eres y que no dejes que te la cuelen y que no sé qué... Pero no voy a hacerlo. Confío en que eres lo suficientemente analítica como para llegar a esa conclusión por ti misma.

Eh, pero escúchame.

Que ese es solo el primer mito del amor romántico.

Que nos quedan otros cinco.

¿No te había dicho que el amor sí es una mierda?



Que te jodan, amor

Mito n°2



Cuando era pequeña y leía novelas románticas para adolescentes, siempre había un episodio de celos en el que el prota no podía controlar el temor a perder a su enamorada y montaba un dulce y para nada tóxico numerito tras el cual ambos personajes se reconciliaban después una noche de ~~sexo increíble~~ muchos besos y carantoñas.

Cada vez que leía eso, yo siempre me enternecía y suspiraba soñando con el día en el que un chico me amara tanto que no pudiera evitar ser posesivo conmigo.

Pero cuando era pequeña también comía tierra y lamía flores en el patio del colegio pensando que podía alimentarme de ellas como si fuera una mariposa.

Cuando era pequeña era inocente e idiota.

En mi defensa he de decir que lo primero no era culpa mía. Durante toda mi vida me habían atiborrado del concepto de «celos románticos», en la televisión, en el cine, en los libros, en la publicidad, en la calle. No era consciente, como no lo somos ninguno al principio, de que me estaban lavando la cabeza.

Por eso, cuando empecé a tener relaciones amorosas, abracé y aplaudí los celos de mis parejas. Y yo misma fui víctima de los celos obsesivos.

Y nos retroalimentábamos de ello. Peligrosamente.

Al principio siempre parecía algo tierno. Algo bonito. Como habíamos visto en las películas, nos creíamos que era una demostración de amor. Representaban el cariño mutuo que nos teníamos.

El problema es que los celos, cuando no se gestionan, siempre van a más. Y así es como sucedía.

Eso se llama toxicidad.

Lo que durante los primeros meses podía parecer un «Ay, mira qué mono, tía, que se ha puesto tontorrón al verme abrazando a un compañero de clase», después del primer año se convertía siempre en «No puedo quedar con mis amigos porque eso provocará una discusión» o «No puedo ponerme esta ropa porque a mi novio no le gusta» o «He de dejar el trabajo porque mi novio no se fía de mis compañeros de curro».

Y eso se llama maltrato.



Y aun así tardé muchísimos años en darme cuenta de que los celos son algo que no quiero en una relación.

No
los
quiero.

¿Sabéis qué son los celos?

Desde luego, una demostración de amor no son.

Los celos nacen de la inseguridad, las sospechas, la dependencia emocional (que NO tiene nada de romántico, lo digo desde la experiencia) y, en numerosas ocasiones, de la posesividad.

No quieres una pareja que crea que eres suya o suyo. Esa persona no te está viendo como un ser humano, te está viendo como una

propiedad.

Como si fueras su coche, para que te hagas una idea.

Con esto no quiero decir que si sientes o has sentido celos alguna vez, eres un ser horrible.

Son una respuesta normal teniendo en cuenta que los normalizan y romantizan desde que somos pequeños.



Con esto quiero decir que debemos ser conscientes de esa condición e instruirnos en gestionar nuestros celos, a eliminarlos de raíz antes de pagar nuestras inseguridades con la pareja. Entender que ni nosotros ni nadie somos posesiones y nuestra libertad debe ir ante

todo.

La solución realmente pasa por hacer tu propio ejercicio de aprendizaje, para que la próxima vez que te asalten los miedos, esas dudas no te afecten tanto y no perjudiquen tu salud mental ni vuestra calidad de vida como pareja.



Es decir, te sientas contigo mismo y te repites cuarenta veces que los celos son absurdos, innecesarios, que el amor se basa en la confianza y que ya va siendo hora de aprender a amar sanamente.

Y que, total, si tu pareja quiere ponerte los cuernos, te los pondrá igual, seas celoso o no.

Y eso también lo digo desde la experiencia.

Así que, ¿qué más da? Disfruta del enamoramiento, que debe traer alegría, no dolor.

De todas formas, los celos como demostración de amor no son más que otro de los seis mitos del amor romántico de los que voy a hablar aquí.

Un cuento caducado.



Que te jodan, amor

Mito nº3



El día que escuché decir que el amor todo lo puede
me enfadé conmigo misma, me frustré enormemente.

El amor no pudo con mis miedos ni mis traumas.
No pudo comprender si eran tóxicas tus pautas.

El amor no fue capaz de apagar el fuego ardiente
al que siempre me arrojabas si a ti no era obediente.

El amor no pudo ser para mí la salvación,
me dijeron que de todo era siempre solución.

Que el amor era tan grande que su sola omnipotencia
merecía entre los seres del planeta reverencia.

Pero pienso en el amor que entregaba con mi sangre

cada vez que me encerrabas entre mil rejas de alambre.
Oprimiendo, aleccionando, pero nunca liberándome,
el amor no pudo nunca al competir contra tu hambre.

«El amor lo puede todo»,
me decían esas voces.
El amor encuentra un modo
y perdona actos atroces.

Y por culpa de ese mito me perdí entre la maleza
y mis fallos, mis fracasos, reprendí con vil dureza.

Ahora sé que no es verdad, pero no es que no pueda.
El amor no será amor mientras por amor te duela.

El amor no venció nunca una sola adversidad.
Si el amor exige mucho,
si el amor te quita todo,
más mereces tú pues eso no es amor de calidad.

Este es el mito de la omnipotencia, o conocido más comúnmente
como «el amor todo lo puede, gracias, Disney, por el concepto».

Se alimenta de quimeras como la de «el amor está por encima de
todas las cosas», «las personas pueden cambiar por amor» o mi
favorita «por amor aguantas lo que sea».

Pero ¿sabes una cosa?

No es verdad.
No solo no es verdad, sino que NO DEBE serlo.

A veces el amor no es suficiente porque los problemas que tenemos
son mucho más profundos que un simple bache. Nuestras relaciones
tienen que ser un apoyo, pero nunca una solución. El amor que tú
sientas por alguien no supone que debas sacrificar tu felicidad por la

suya. No tienes que torturarte si las cosas no funcionaron. No tienes que torturarte si decidiste priorizar otros asuntos. No significa que amaras menos o insuficientemente. El amor no se mide en cantidades, se mide en calidades.



Y es que solo hay un amor que tiene que ir por delante de cualquier cosa.
Y ese es el amor propio.



Que te jodan, amor

Mito nº4



«Los polos opuestos se atraen», dijo un físico una vez.

Y entonces todos se llevaron las manos a la cabeza, miraron a sus respectivas parejas y dijeron: «¿Qué hago yo con esta persona maravillosa que me entiende, me acepta y comparte conmigo todo lo que me gusta? Voy a salir a la calle a buscar a alguien que NO SE PAREZCA EN NADA A MÍ. Seguro que nuestra relación sale mucho mejor».

Es tan absurdo como eso. Es una ley de la física, no una ley del amor. Puede atraerte alguien que tenga ciertas inquietudes distintas a las tuyas, pero si sois completamente contrarios, muy probablemente seréis incompatibles.



Entiendo que te atraiga esa persona que difiere tantísimo de lo que tú eres, pero, créeme, es en mayor parte porque te han enseñado que eso es lo sexy, pero en el fondo no mola tanto. Si terminas saliendo con esa persona, probablemente en un par de años estés dándome la razón. Y si no, pues oye, felicidades, de verdad.

Pero de momento el físico sigue negando con la cabeza y preguntándose qué coño hizo mal para provocar que toda la humanidad esté acostándose con gente a la que odia.



Que te jodan, amor

Mito nº5



¿Sabes un secreto?

El amor no debe ser eterno ni estar siempre en las mismas medidas e intensidades. Es imposible que sientas el amor de la misma manera que lo sentías en los primeros meses de relación cuando ya llevas dos años. Para empezar, porque el amor tiene mucho de química, y no química como concepto de atracción, sino QUÍMICA LITERAL. EN TU CUERPO. POR DENTRO DE ÉL. HACIENDO COSAS DE QUÍMICA. Y esos procesos terminan disminuyendo.

Y para continuar, porque se vive y se siente de muchas maneras distintas, incluso en una misma relación. Y eso es lo bonito. Imagina qué aburrido y soso sería estancarse en la misma sensación durante años, sin más. ¿No te parece muy poco emocionante?

El amor debe cambiar, crecer, expandirse, transformarse, latir. Si no late, no tiene nada de corazón.

Quizá llega un momento en el que estás menos enamorado que hace unos años.

Pero sin embargo quieres mucho mejor que hace unos años.

Y eso también es amor del bueno.

El mito de la pasión eterna es uno de los muchos mitos que terminan desencadenando frustraciones internas y conflictos con la pareja.

¿Mi consejo?

No dejes que un mito te diga cómo de válido es el amor que sientes. Eso solo lo decides tú, y nadie más.



Que te jodan, amor

Mito nº6



Cuando tenía 13 años empecé mi primera relación.
Así estuve, emparejada ininterrumpidamente durante cinco años.

Cuando me quedé soltera por primera vez en tanto tiempo, yo realmente creía que no podía vivir sin una persona a mi lado.
Que iba a ser infeliz.
Que no estaba hecha para eso.

Realmente sentía la necesidad de estar en una relación.

Estuve muy mal durante un tiempo, porque, a la vez, era consciente de que no podía forzar una relación nueva cuando no estaba preparada para ello. Veía a todas mis amigas emparejadas, quedando con los novios, siendo felices y viviendo su cuento de

hadas. Y yo pensaba: «¿Qué me queda a mí?».

Tener una relación sana es algo maravilloso, aunque yo no conocía muy bien el concepto de relación sana. Yo había asimilado, a base de caídas y de una forma horrible, que el amor siempre es dolor y que en ese dolor había belleza.

Mis relaciones con otras personas jamás podrían ser saludables si no eliminaba de mi cabeza todo lo que hasta el momento me habían enseñado. Entonces llegó el primer momento de lucidez: saber que algo iba mal en mí, pero no ser capaz de remediarlo.

Con toda la buena intención del mundo, no lo dudo, pero de una forma desafortunada, mucha gente de mi alrededor me había insistido en que un clavo sacaba otro clavo. Y de hecho eso es lo que yo había hecho durante muchos años.

Sacar clavos con otros clavos.

Es ciertamente curioso que sigamos esas normas con los ojos vendados sin ponernos a analizar lo contradictorio del mismo refrán: si te vas clavando clavos para quitar los que ya hay clavados, al final el agujero se terminará haciendo grande que te cagas.

El clavo hay que sacarlo con las herramientas adecuadas y después tapar el agujero.

El segundo momento de lucidez: ser consciente de que si ese método siempre había servido solo como parche, quizá era momento de dejar de utilizarlo.

Así que decidí que, por mucho que me costara, no iba a buscar el cariño que necesitaba en otras personas como mecanismo de huida. No esta vez.

Al menos durante unos meses, así como prueba.



De todas formas estaba destruida. Derrotada. No era capaz de mirarme al espejo, ¿cómo iba a tener siquiera ganas de conocer a alguien?

Desde luego, yo durante un tiempo tuve la autoestima por los suelos.

Y de repente, el tercer momento de lucidez: darme cuenta de que, un día, de repente, ya no estaba tan mal.

De que, de hecho, estaba muy bien.

De que, ¡qué carajo! Estaba mejor que nunca.

¿Cómo había pasado eso?

Desde ese día empecé a tener la relación más sana que he tenido nunca: la relación que tengo conmigo misma.

Reconciliarme con todas mis debilidades y complejos fue algo que ocurrió sin más. Solo necesité pasar un tiempo conmigo misma para conocer a la versión feliz que guardaba en mi interior.



Y a día de hoy, mientras paseo por la calle, felizmente enamorada de

mí, sigo encontrándome a gente que cuestiona mi felicidad porque no tengo a nadie con quien compartirla.

No, oiga, señor, perdone. Sí tengo con quién compartirla. Conmigo. Joder, ¿con quién mejor que yo misma? Tengo los mismos gustos que yo, las mismas aspiraciones que yo, las mismas aficiones que yo, me gusta la misma comida que a mí, las mismas películas que a mí, los mismos lugares que a mí. Joder, soy la mejor novia que voy a tener nunca.

Y aquí es cuando conocí el sexto mito del amor romántico. El mito del emparejamiento. La leyenda de que necesitas a alguien sí o sí para ser feliz. Que, sin pareja, no estás completo del todo, como con la tontería de la media naranja. Que vale, ser soltero es muy guay, pero ¿no echas de menos los mimitos en el sofá o ir al cine con tu novio? ¿Eh? ¿EH?

Pero no solo se construye con la idea de que sin pareja no eres feliz. Se construye en torno a la concepción del amor tradicional, heteronormativo, casi familiar.

Y evidentemente, como en todos los mitos del amor romántico, también te encontrarás submitos que van por la misma línea, como el mito del matrimonio como máxima aspiración en la pareja y expresión del amor.

Decidas lo que decidas, si se sale del guion, habrás pisado mierda, pero, como mujer que ha aprendido a nadar entre la mierda, ya te digo yo que se está muy bien.



Al final, no son más que eso. Mitos. Y como mitos que son, no son realidades.

Hay muchos más mitos del amor romántico, por cierto. Y estoy segura de que si te ha interesado, empezarás a investigar por tu propia cuenta. Por mi parte, creo que ya hemos hecho un buen trabajo aquí, y simplemente espero que esto te haya ayudado tanto como a mí me ayudó en su día.

Sé feliz.

*Un peso
que se va*

Hoy me he despertado, y por primera vez en años
tu recuerdo no me ha acosado en mis pesadillas.
No me ha transportado a los lugares más extraños
ni me han desorientado del camino tus engaños.
Hoy no he necesitado iluminarme con cerillas.

Hoy me he sentado a conversar conmigo misma,
me he estado contando que me añoro como nunca.
He tocado fondo, he mirado hacia arriba
y he visto la mano que me llevará a la luna.

Sé que aún me duelo porque en mí aún tú vives.
No podré amarme si estás tú en mi memoria.
Pero cuanto más te miro, veo más cerca los declives
que pondrán final a tu presencia en esta historia.

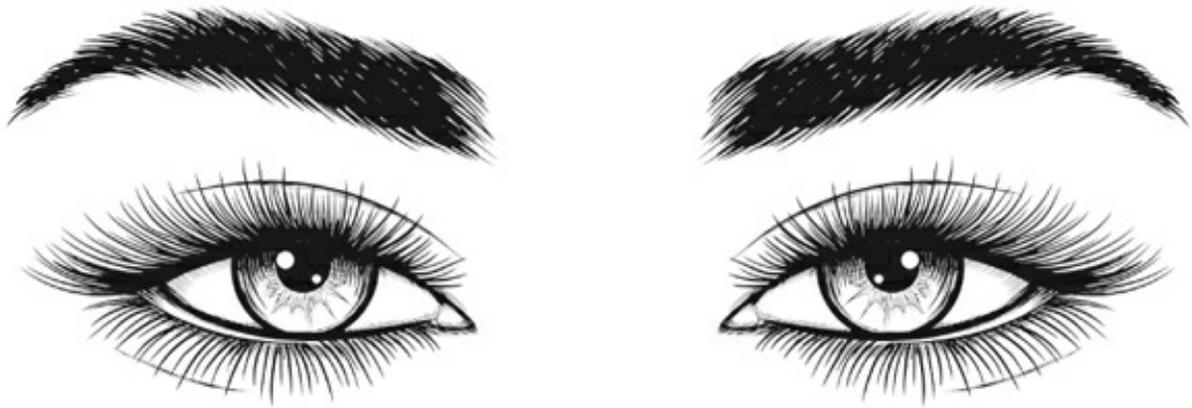


No consigo amarme, aunque odio mis ausencias.
Mas hoy no me odiaré tanto pues ahora tengo armas:
no es culpa mía estar marcada si me marcas.
No es que no te olvide, a esto lo llaman consecuencias.

Pero algo ha pasado y ese algo es la clave.
Hoy me he dado cuenta de que ya no hay regreso.
Lo tuyo no fue amor, lo tuyo es muy grave.
Lo mío es natural, y aunque me mire y no me agrade
ihoy me he quitado de la espalda un gran peso!



Despertar



Esta mañana me he despertado y así,
sin más,
resulta que estoy viva.

No hay
noches eternas

No hay constancia, hasta el momento,
en toda nuestra existencia
de una noche en la Tierra
que haya durado para siempre.

Me lo dijo un buen amigo
cuando aún tú me afligías.
Y al pensar que ya no dueles
ahora sé que no mentía.



Recuperando lo que me quitaste

Hoy he ido a pasear con mis amigos.
Sí, amigos. Increíble, ¿verdad? Aquellos que pensaba que no tenía.
Aquellos que olvidé, de los que me distancié, aquellos que terminé odiando. ¿Qué me pasó?



Resulta que han abierto un restaurante nuevo en Las Ramblas de Barcelona. Esas calles que tanto me gustan. La gente monta mucho en bici por esta ciudad, y es imposible caminar cinco pasos sin escuchar diez idiomas distintos. Hacía sol esta mañana y hemos tenido que refugiarnos bajo la sombrilla de una terraza. Me he pedido una Coca-Cola y me han clavado casi tres euros. Durante unos segundos me he sentido culpable por gastarme mi propio dinero en mí misma. Y después he pensado: «¿De dónde viene eso?».



El restaurante al que hemos ido luego tenía opciones vegetarianas. Mis amigos han empezado a pedir lo que ellos querían y yo he sentido la imperiosa necesidad de probar la hamburguesa de lentejas y espinacas; sin embargo, me he pedido una ensalada de pasta. Ha sido casi automático. No me he dado cuenta. Cuando me han preguntado por mi decisión, me he reído nerviosamente y no he sabido qué responder. De repente me ha invadido un extraño miedo de que alguien de ahí se metiera conmigo por la elección de mi plato.

Qué tontería, ¿no? ¿Por qué iban a meterse conmigo por querer probar la hamburguesa de lentejas y espinacas? Si es comida, sin más. No sé. Será cosa de mis inseguridades.

Y entonces he hecho algo que nunca me he atrevido a hacer. Preguntarle a la camarera si podía cambiar mi decisión.

Ella ha respondido que sí, sin problemas. Y he sentido un subidón de adrenalina. ¿Te das cuenta? Llevaba mucho tiempo sintiéndome tan pequeña que hasta la mayor gilipollez me cohibía. ¿Por qué habrá sido así?



Por alguna razón que aún no comprendo mucho, después de unas horas he sentido que necesitaba volver a casa y estar sola. Lo he comentado con mis amigos y me he disculpado mil veces por tener que marcharme, pero ellos lo han entendido. Nadie me ha cuestionado ni insistido en que me quedara. Parece que van conociendo mis limitaciones, y yo también voy siendo consciente de ellas.

Volviendo en el tren iba yo escuchando música y el paisaje aparecía ante mis ojos como una vieja cinta cinematográfica. En el cielo he visto una nube que parecía una zanahoria.





He soltado una carcajada inconsciente y después he advertido, atónita, que era la primera vez en años que buscaba formas en las nubes. Y ha sido el momento más triste del día.

He llegado a mi casa y he sentido que estaba agotada emocionalmente. Me he tumbado en la cama y he pensado en mis amigos, en la ciudad, en la hamburguesa de lentejas con espinacas y en la nube con forma de zanahoria.

Voy conociendo mis limitaciones, y cada día voy luchando un poco contra ellas.

A veces siento que he vuelto a nacer, que soy vulnerable y que a la vez tengo muchas cosas por delante.

Hoy tengo la irremediable sensación de que he recuperado un poquito de mi vida.

Lo que me llevo

Empiezo, poco a poco, a ser cada vez más yo
y soy cada vez menos lo que tú habías moldeado.
Empiezo a conocerme y, lo siento, pero no,
no queda un solo miedo al que no me haya enfrentado.

Resulta que hay fuerza y valor en mis acciones,
y hay gente ahí fuera que aprecia mis rarezas.
Y aunque siga siendo torpe o me meta en follones
a tu mierda de valores la superan mis grandezas.

Tus mentiras son de risa, me pregunto al escucharte:
¿Cómo coño te creí aunque fuera un solo instante?
Si no le ponías ganas, vago hasta para ducharte,
menos ganas le pusiste a la mierda que inventaste.

Ahora viene una parte que es aún más complicada,
aguantar la preguntita: «¡¿Y tú estabas enamorada?!».
Aún cargo el estigma y con la culpa que me achaco,
antes tú me machacabas, ahora yo más me machaco.

Hay algo bueno que me llevo de nuestra relación:
unas mil nuevas amigas, a este paso, un millón.



Si me preguntas

cómo

lo hice...

Si me preguntas cómo lo hice, te diré que ni idea tengo.
Enfrentarme a mis demonios fue en sí una tortura.
En el pasado ya lo dije, en el presente lo mantengo.
Mas buscando en mis adentros encontré una fortuna.

No encontré unas instrucciones ni caminos ya trazados,
caminé por las cenizas con los pies muy mal calzados.
Y mil noches me ahogué en la cascada de mis llantos
y caí rendida en sueños a la atracción de sus encantos.

Hay un duelo necesario en todas nuestras hazañas
mas ninguno es eterno, pero duele en el momento.
Al final te sientes libre de las mismas artimañas
que te planta como trampa el cabrón del pensamiento.

Mis consejos son nefastos, mis sentencias son amargas
mi experiencia es extraña y con poco se compara.
Yo no sé cómo salvarte, mas quizá tú sí lo sabes.
¿Te has visto reflejada en todas estas palabras?
Yo no me curé de nada siguiendo unas pautas.

Yo me he ido recuperando
conociendo experiencias.
Quizá hay una persona
empezando a comprenderse,
tras leer en mis escritos,

todas estas confiancias
de un ser apagado
que al final pudo encenderse.



Agradecimientos

A mi familia, que se han leído todos y cada uno de mis poemas desde que era una niña. Lo siento por ser tan pesada.

A todos mis amigos, pero también a todas esas chavalas desconocidas con las que he coincidido en bares y parques en una gran noche de fiesta y que tras escucharme decir que escribo han respondido: «¡LÉEME ALGO!» y después se han emocionado con mis palabras. Sois la caña.

Y por último, aunque probablemente más importante, a mi perro Son, que ha permanecido en vela todas esas noches en las que ni la tinta ni la pluma eran capaces de paliar todo mi dolor. Pero él sí.

Miare abre las puertas de su corazón a través de estos poemas ilustrados, escritos directamente para ti.



«Porque nunca hubo mucha luz en mi interior. Pero hubo un día en el que me quitaron la poca que me quedaba.»

En este libro delicado, intimista y poético, Miare, influencer con uno de los canales de Youtube más famosos y seguidos de España, nos enseña su parte más sensible y sincera.

Sobre la autora



María Rubio Sánchez (Barcelona, 1997), más conocida como Miare, vino al mundo con prisa y, según todo aquel que la conoce, con prisa es como vive.

A la edad de 7 años se paseaba por el patio de su colegio cantando rimas que se inventaba en ese mismo momento. Con 8 años escribió su primer poema dedicado. Era para pedirle perdón a su madre después de una riña.

Desde ese momento la escritura se convirtió en su manera de expresar todas las cosas que no era capaz de decir en voz alta.

Mientras por un camino se enamoraba de las letras y los libros, por otro lado estrechaba su relación con el mundo audiovisual y el cine. Trabajó en publicidad desde los 3 años y, cuando terminó el instituto, con la sensación de que en ningún lugar se alimentó ni se premió su interés por el arte, decidió que iba a labrarse su propio camino lejos de todas las expectativas profesionales que se habían puesto sobre ella a lo largo de su vida estudiantil.

Tras un largo recorrido lleno de adversidades y caídas que han puesto a prueba su resistencia, hoy consigue publicar su primer libro a la edad de 20 años. Y si le preguntas sobre su futuro te dirá, con esa alegría que la caracteriza, que le quedan muchos años de vida como para que sea el último que escriba. Lo tiene muy claro.

© 2017, María Rubio Sánchez

© Thinkstock, por las imágenes del interior

Diseño: Magela Ronda

© 2017, Penguin Random House Grupo Editorial, S. A. U.

Travessera de Gràcia, 47-49. 08021 Barcelona

ISBN ebook: 978-84-204-8666-6

Conversión ebook: Javier Barbado

Penguin Random House Grupo Editorial apoya la protección del *copyright*.

El *copyright* estimula la creatividad, defiende la diversidad en el ámbito de las ideas y el conocimiento, promueve la libre expresión y favorece una cultura viva. Gracias por comprar una edición autorizada de este libro y por respetar las leyes del *copyright* al no reproducir, escanear ni distribuir ninguna parte de esta obra por ningún medio sin permiso. Al hacerlo está respaldando a los autores y permitiendo que PRHGE continúe publicando libros para todos los lectores. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, <http://www.cedro.org>) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

www.megustaleer.com



Índice

Confidencias de un ser apagado que quiere encenderse

Introducción

Nunca hubo mucha luz en mi interior

Primera parte

Pero no la conocía

Estoy todo lo bien que se está estando mal

Viví como nací

El complejo de salvadora

Un año de besos

Mis rencores me los llevo

La marea del silencio

Debí haberlo escrito

El cuento de la rana

Segunda parte

No hay cosas buenas

La ciudad de los libros prohibidos

La noche del 8

Ansiedad

Quedarte a solas con tus palabras

Estoy tan rota...

Cae la noche en mi ventana

Me apagué

Sola

Al final siempre nos llegará el invierno

Bienvenidos a mi vesánica existencia

Tercera parte

Moneda de cambio

Enemigas y aliadas

Amigos del adiós

Oigo tu voz

No me dueles tú

Levántame

[Apreciando mi propia rabia](#)

[Mintiéndome](#)

[Cuarta parte](#)

[Que te jodan, amor. Mito nº1](#)

[Que te jodan, amor. Mito nº2](#)

[Que te jodan, amor. Mito nº3](#)

[Que te jodan, amor. Mito nº4](#)

[Que te jodan, amor. Mito nº5](#)

[Que te jodan, amor. Mito nº6](#)

[Un peso que se va](#)

[Despertar](#)

[No hay eternas](#)

[Recuperando lo que me quitaste](#)

[Lo que me llevo](#)

[Si me preguntas cómo lo hice...](#)

[Agradecimientos](#)

[Sobre el libro](#)

[Sobre la autora](#)

[Créditos](#)