

## **Ropa de abrigo**

Ese día como en los treinta anteriores no le quedó más remedio que seguir con el ya conocido ritual a la hora de vestirse. Primero unos calcetines finos, después el pantalón térmico, seguidamente los vaqueros. Ahora era el turno de los calcetines gordos, las botas de nieve y por este orden seguirían: la camiseta de tirantes, camiseta interior, jersey, bufanda, gorro y guantes y por supuesto abrocharse bien la chaqueta antes de salir por la puerta.

Este engorro era compensado con la felicidad infinita que sentía al andar por las calles nevadas de Tallín. Los menos veintidós grados no eran ningún inconveniente para que la libertad de moviendo triunfara en su interior.

Gracias a lo que le ocurrió otros noventa días atrás, allí se encontraba, en ese pequeño país báltico. Exploraría esta parte de Europa tan desconocida y lejana durante al menos un mes. Sin prisas, disfrutaría de los pequeños detalles. Conocería Tallín, Riga y Vilnius. Aprendería sobre la historia reciente de estos lares, sobre las invasiones que habían sufrido durante siglos por gran parte de todos los imperios europeos. Visitaría los interesantes museos de la ocupación, tanto nazi como soviética. Comería pan negro con arenques a la vez que degustaría un delicioso “eesti viin”, un vodka estonio, que nada tenía que envidiar a los de su vecino ruso.

En la ruta de viaje diseñada no podía pasar por alto que Finlandia se encontraba a unas escasas dos horas y media en ferry desde el puerto de Tallín. Por supuesto, se daría un paseito por ese admirado país en cuanto a cultura y educación se refiere. Sin dejar atrás su extraordinaria naturaleza nórdica y sus auroras boreales.

## **El violonchelo**

¿O más bien deberíamos decir que todo comenzó tecleando? Sí, así es, tecleando en su ordenador mientras escuchaba una enérgica pieza de Bach, de las que tanto le gustaban a él.

Como cada mañana, él cogería su amado instrumento, un precioso violonchelo barnizado con un acabado perfecto. Lo afinaría y practicaría sinfonías del compositor germano durante aproximadamente una hora antes de irse a trabajar al conservatorio. Aquella sublime melodía se filtraba por todos los poros de su piel, mientras ella trabajaba con el ordenador. Él hacía que se sintiera enormemente afortunada, ya que no muchas mujeres tenían la suerte de tener a un chelista tocando en el salón de su casa día y noche y poder disfrutar con él y de él de día y de noche.

Eran felices, sí. Compartían aficiones. A los dos le gustaba la montaña, disfrutar de largas caminatas y rutas por la naturaleza, normalmente solos, ya que él no tenía muchos amigos y al parecer los de ella no tenían buena conversación para deleitar tan refinado oído. También les gustaba ir al cine, por supuesto debía ser siempre cine de autor, cine con mayúsculas ¡El séptimo arte, oiga usted! Que para algo estaba con una persona entendida en lo que a las artes se refiere.

Ambos también compartían la pasión por la cocina, eso sí, como es de imaginar a estas alturas, él era el chef y ella la pinche. Había quedado claro tras varias discusiones sobre el orden a la hora de añadir los ingredientes, la elección de la receta que cocinarían, o la decisión sobre la variedad de verduras que utilizarían. Él siempre tenía argumentos con los que poder rebatirlo todo, como si ella fuera su contrincante. Que si el tomate al final porque si no el guiso se estropea, que si ahora no se pone la tapa para obtener un mejor sabor, que si en este caso sí hay que ponerla para conservar las vitaminas, que si yo he leído las propiedades del alimento según tal nutricionista y así hasta el infinito. Las continuas discusiones eran tan agotadoras para ella, que decidió ser pinche en todos los aspectos de la pareja. No le molestó, aparentemente no, ella se sentía feliz y dichosa por las vivencias que este hombre le aportaba en otros ámbitos. Simplemente se sentía enamorada.

Pero sin darse cuenta se iba adentrando en un proceso desconcertante de sumisión. Mientras, él con sigilo se encargaba de crear una partitura para aquel dueto, y a medida que avanzaba la obra ella iba siendo relegada a la figura del silencio.

Y así fue como llegó el temido momento, cuando esa mañana casi sin venir a cuento escuchó un violento: “¡Pero si tú no sirves para nada!”. Un escalofrío le hizo paralizarse por un instante, una corriente eléctrica recorrió todo su cuerpo. Fue tan hiriente y humillante que no necesitó escuchar nada más. Cogió su bolso y abrigo con la misma contundencia que esa frase fue pronunciada.

Caminó con la mirada perdida por la ciudad, reconstruyendo en su mente una y otra vez lo vivido hacía escasos minutos. Se sentía tan confundida que tan solo podía andar y respirar aceleradamente.

Esta vez el aturdimiento fue mayor que en otras ocasiones. Multitud de situaciones vividas anteriormente se agolpaban en su cabeza, como si de un puzzle de tratara y ella tuviera que encajar cada pieza desordenada, para poder esclarecer lo que le estaba ocurriendo.

Tras la caminata de varias horas, meditó intensamente lo que haría. Decidió que esa noche no volvería a casa, y así fue como la estancia en casa de su mejor amiga se prolongó casi un mes. Necesitaba distancia y sobre todo pensar. Pensar y pensar en ella misma, un hábito tan ausente últimamente en su vida.

Por las mañanas mientras su amiga iba al trabajo, ella se dedicaba a pasear por la ciudad. A medida que avanzaban los días su paso se sosegaba, aún así seguía absorta en sus pensamientos, miraba sin mirar. Pero aquel papel, con aquella frase de: TALLER DE ESCRITURA TERAPÉUTICA le atrajo con tal fuerza que copió la dirección del lugar sin apenas darse cuenta.

El taller empezaría en una semana y tendría un mes de duración.

## El taller

Puntual, como de costumbre, se encontraba a las cinco de la tarde en la puerta de la asociación cultural donde tendría lugar el taller.

Se presentó uno por uno a sus compañeros, con la sonrisa que la caracterizaba. Ella era así, siempre con buena cara y mucho más ante las nuevas experiencias. Aunque por dentro estuviera llena de dudas, de miedos y de prejuicios, hacía tiempo que le había quedado claro que los demás no tienen por qué pagar las miserias ajenas.

Fueron adentrándose en la estancia donde el curso sería impartido. Las sillas estaban dispuestas en forma de U, así podrían verse unos a otros. Aunque tras varias sesiones comprobaría que el aula se transformaría según las necesidades de las tareas a realizar. Se sentarían en parejas, en grupo y de forma individual.

Tenía dos grandes ventanales que permitían ver la bonita plaza del barrio, con su gente caminando, algunos abuelos conversando de sus cosas, madres y algunos padres paseando a sus bebés y niños y gente jugando con su perro. En fin, era lo que viene siendo una plaza donde poder darse un respiro.

De vuelta al aula, se podría decir que la decoración era algo minimalista, solo había colgado en las paredes un par de pósters en los que se podían leer las siguientes frases:

"Escribir es la manera más profunda de leer la vida." Francisco Umbral y esta otra "El escritor escribe su libro para explicarse a sí mismo lo que no se puede explicar." Gabriel García Márquez.

Estas frases le hicieron recordar porqué se encontraba allí. Justo en ese momento de ensimismamiento entró el profesor en el aula. Tendría unos cuarenta y pocos años, dedicó una sonrisa a todos los asistentes y se presentó.

-“Hola buenas tardes a todos y a todas. Me llamo Álvaro. Soy licenciado en filología hispánica y profesor de Lengua y Literatura en secundaria. Hace unos diez años que descubrí la escritura como terapia. Me gustó tanto que decidí formarme en este ámbito y aquí estoy con ustedes...”

Y así fue como comenzó a explicar al grupo en qué consistía eso de la escritura terapéutica. A medida que hablaba se iba creando un clima muy agradable entre ese grupo recién gestado. Qué duda cabe que el curso no dejaba de ser para muchos de ellos una especie de terapia psicológica, por lo que compartían miradas de complicidad, risas nerviosas y asentimientos con la cabeza. A la par que el profesor hablaba, los gestos de los alumnos dejaban claro que en esas cuatro paredes había mucho que esclarecer para cada uno de ellos.

Ella de nuevo se adentró en sus pensamientos. Estaba haciendo memoria y calculó que no escribía desde que acabó bachillerato, hacía ya unos diecisiete años, pero quería adentrarse en esta aventura, la motivación podía más que la inseguridad.

## El taller

### Fase 1: La hoja en blanco y el crítico literario

El profesor se acercó a ella y a la vez que apoyaba la palma de la mano y la cadera sobre su mesa le preguntó: ¿Qué te sugiere una hoja en blanco? Ella titubeó y dijo: “Ummms ¿Un comienzo?” Alvaro, sorprendido, se alegró de esa respuesta tan optimista, ya que la hoja en blanco era la parte más temida para los escritores, como descubrirían al comenzar el primer ejercicio la mayoría de los alumnos.

Cuando de desenfundar el alma se trata, el miedo a la hoja en blanco te acorrala. Vomitar los sentimientos y emociones no es tarea fácil. Así fue como ella descubrió que aquel miedo a la hoja en blanco le había pillado por sorpresa, cuando tuvo que hacer la actividad llamada “Mi lápida”.

En esta tarea tenían que escribir lo que les gustaría que apareciera en su lápida si murieran, es decir, un epitafio. Debían recordar los hechos más importantes de sus vidas y pedirse cuentas a ellos mismos. Pensar quién les gustaría que estuvieran en su funeral, qué hubieran cambiado en su vida y qué no. Debían olvidarse del crítico que todos llevamos dentro, en este caso el literario. Con esta actividad no se perseguía la perfección, sino la liberación y consideración de uno mismo. No habría lápidas buenas ni malas y tampoco era una competición. Simplemente debían dejarse llevar y redactar su epitafio.

“¡Uf, madre mía, qué grima!” pensó. En ese trozo de papel ante sus ojos primero debería dibujar su propia lápida. Y ahí fue donde comprendió que en ese preciso instante su vida estaba como esa hoja, es decir, en blanco. Sintió ese miedo del que el profesor les habló. Sentía en lo más profundo que su existencia no tenía ningún aliciente, ahora que su proyecto de vida con él se había destruido. ¿Qué sería ahora de ella?, ¿Dónde irían los planes trazados?, ¿Qué pasaría con el piso y con la idea de ser madre?, ¿Cómo podía ella volver a una vida normal si él era su todo?

Se sintió profundamente triste, pero se dijo: “No, no, no. Tengo que centrarme en la actividad, no tengo que analizar mi presente, sino visualizar de manera global mi vida. Vamos a ver, qué tengo yo en esta vida...”

En ese momento aparecieron sus amigos, tan adorables y únicos que gracias a su recuerdo pudo esbozar una sonrisa. Y también su querida familia, sus viajes, que tanto le enriquecen, su carrera profesional como aparejadora, sin poder olvidar el proyecto de voluntariado en Guatemala para la construcción de escuelas que tanto le apasionaba.

En cinco minutos de introspección comprendió que ella tenía muchas vidas paralelas, más allá de él. Descubrió que durante más tiempo del que ella hubiera deseado él se había convertido en su crítico de andar por casa, con sus continuos comentarios soberbios, con su exigencia permanente hacia ella, que le provocaba una duda continua. Recordó que incluso llegó a una fase leve de tartamudeo, se había vuelto patosa y había dejado de expresar su opinión.

Pero afortunadamente, eso ya pasaría a la historia.

## **El taller**

### **Fase 2: disfrutar escribiendo**

Con el transcurrir de las sesiones el grupo cada vez se encontraba más cohesionado. Se respiraba una atmósfera relajada y de confianza entre todos ellos. Álvaro había hecho un buen trabajo. Por supuesto que unos días eran más animados y alegres que otros. Qué duda cabe que las temáticas de redacción elegidas por cada uno de ellos eran diferentes. Pero en general, disfrutaban mucho tanto leyendo sus propios escritos como escuchando los de los compañeros.

Habían conseguido desbloquear la imaginación y la creatividad. Se divertían y experimentaban con el lenguaje. No importaba que los cuentos escritos fueran irracionales, que tuvieran mil finales diferentes, ahí era donde se encontraba la clave. Ella comprendió que aferrarse al imaginario personal creado para su vida no era sano, que las realidades cambian y que tienen muchas perspectivas, al igual que los personajes creados durante estas semanas. Escuchando los escritos de sus compañeros aprendió a relativizar su propio sufrimiento.

Estaba aprendiendo que la vida se parecía mucho al proceso literario, donde debía revisar los textos escritos al igual que sus vivencias. Tenía que analizarlas con cariño y dedicación, para obtener lo mejor de ellas.

Las actividades eran muy diversas. Unos días escribían un cuento en grupo, otros días inventaban historias a través de dados con imágenes o tenían que escribir una historia al revés, o redactar “el periódico ideal”, en el que solo hubiera noticias positivas que ellos se inventaran. En una clase Álvaro apareció con una bolsa de tela y ellos debían sacar tres papeles, en cada papel había un dibujo y a través de ellos debían escribir un texto en tan solo cinco minutos. Y por supuesto también jugarían.

Algunos días escribían escuchando distintos tipos de música para ayudar a la inspiración, otros casi en penumbra y otras veces el profesor apagaba la luz y encendía velas.

## **El taller**

### **Fase 3: Ejercicio final del curso**

Pero como todo cuento, este curso también tenía un final. El mes había pasado tan rápido que todos se encontraban algo entristecidos. En la penúltima clase, para animar la despedida Álvaro pidió que para la siguiente y última clase cada uno trajera un plato de comida y mandó la tarea para casa. Tendrían que escribir una carta.

Y así fue como pasados dos días, después de despedir a su amiga que se iba a trabajar y de haber hecho una breve compra en la tienda de abajo, se dispuso a hacer su última tarea. Sentía nostalgia, ¡Sentía que quería más deberes! Después de un mes de agradable convivencia con aquellas personas se encontraba tan bien y había aprendido tanto de ella misma y de los demás, se había liberado tanto que le daba pena que el curso tuviera fin.

De nuevo volvió a la realidad, encendió el ordenador y esta vez era ella quien parecía estar tocando un instrumento. En tal caso parecía una pianista. Se encontraba con la espalda erguida y profundamente concentrada. Pulsaba con seguridad cada letra del teclado de su ordenador, con la convicción de que era lo justo, de que tenía derecho de escribir por primera vez esa extraña partitura que durante tanto tiempo le había estado corroyendo las entrañas. Al acabar la carta se dirigió a la cocina y elaboró una riquísima empanada de queso con dátiles y beicon, poniendo los ingredientes en el orden que le apeteció.

Eran las cinco de la tarde. Todos estaban sonrientes, con las manos ocupadas con sus tartas, pasteles, patés y ella con su elaborada empanada. Los fueron colocando en una amplia mesa al lado de los termos de té y café.

Poco a poco iban sentándose y esta vez de manera más relajada que nunca leyeron a todos los presentes sus cartas. Y una vez acabadas las lecturas se dispondrían a degustar los manjares que con tanto cariño habían traído para compartir.

Uno a uno fueron leyéndolas. Pedro leyó la carta que le escribió a su hijo fallecido con tan solo cuatro años, Carlos a su mujer con una grave enfermedad, Miriam se escribió una carta a sí misma,...

Ese día más que ningún otro los sentimientos en el aula estaban a flor de piel, era una clase algo agridulce, pero necesaria.

Llegó su turno. Comenzó a leer su carta. Sus compañeros del curso en un primer momento se extrañaron. Era una carta un tanto atípica. No pudieron reprimir las carcajadas en diferentes momentos, afortunadamente el humor nunca la había abandonado, formaba parte de su ser. Esa ironía y esa gracia la caracterizaban desde que era pequeña. A ella le gustaba el teatro, así es que esta vez vocalizaba con gracia y gesticulaba al leer, para dar más énfasis a lo que quería transmitir. ¿Acaso no se encontraba allí para exteriorizar todos sus sentimientos que la abordaban? Pues se desenvolvió en este ejercicio de la mejor manera que supo. Pero, sin embargo, al finalizar, la emoción podía apreciarse en su rostro. Era demasiado intenso todo lo que en tan solo unos minutos volvió a recordar, a poner en orden en su mente, a reflexionar. Se repuso y sonrió al resto al levantar la cara del papel.

Al acabar de leer la carta los compañeros le dieron un fuerte aplauso. Recibió abrazos cálidos, sobre todo de una chica, Julia, con la que tenía una especial afinidad. Le dijeron que había sido muy valiente al atreverse a escribir de forma tan honesta y abierta, y con ese toque algo burlesco.

A las seis y media de la tarde comenzaron a beber, a reírse, a comer y a hablar. Habían surgido amistades muy sinceras en esa clase. Ahora planeaban en quedar algún fin de semana, hacer un día un picnic en el campo y tomar café por las tardes. Era bonito sentir que se tenían los unos a los otros, y que ese lazo de unión iba a ser difícil que se rompiera.

Al regresar a casa, recordó que su amiga tardaría en volver, llegaría sobre medianoche. Así es que después de ese día tan intenso y en soledad, decidió que se merecía un cambio.

El curso había acabado, pero su vida seguía. Estaba algo cansada, pero en esa última clase comprendió que nunca es tarde para coger de nuevo el rumbo de su vida, ya ves, como si eso fuera poco. Encendió una vez más el ordenador, miró la cuenta corriente del banco, en la que tenía dinero suficiente ahorrado, ya que sorprendentemente y sin demora para los tiempos que corrían había cobrado hace unos meses un par de proyectos que le encargaron, y se dispuso a comprar un vuelo, realizaría un viaje que llevaba tiempo queriendo hacer.

Ya tenía su billete de ida a Tallín, rumbo al norte, para descubrirlo en todos los sentidos, no solo físicamente. Se iría en un mes, aún tenía que solventar algunas cuestiones. Quería gestionar el visado para poder visitar San Petersburgo. Necesitaba comprar ropa de abrigo, ya que allí los inviernos eran muy crudos. Quería despedirse de sus amigos como se merecían, disfrutando de una fiesta en la que bailar y hablar de cosas triviales era tan interesante como leer a Dostoievsky. ¡Por algo era su vida y no la de nadie más!

Pero inesperadamente volvió a recordar la tarde tan intensa del curso y sacó de la carpeta aquella carta. La releyó y pensó que como toda obra que se precie debía llegar al público para el que estaba destinada. Abrió su correo electrónico, buscó e hizo una selección entre todos sus contactos, adjuntó el archivo llamado La carta, llevó el cursor hasta el verbo enviar y de forma pausada pero decidida pulsó con su dedo índice. Seguidamente se tocó el pecho con la mano izquierda, para sentir la fuerza de los latidos de su corazón que le hacían sentir valiente y orgullosa de ella misma.

Se tumbó y estiró en el sofá, esbozó una amplia sonrisa, cerró los ojos y se deleitó escuchando, esta vez por medio del reproductor y al máximo volumen que el ordenador permitía, la maravillosa Suite nº1 de su querido Bach. Vibraba el suelo, vibraba el vaso de la mesa, vibraba el altavoz, pero lo que más vibraba de toda el salón era su cuerpo, lleno de alegría, de libertad, de amor incondicional hacia sí misma, hacia la vida y hacia la valentía que había mostrado.

Y a unos dos kilómetros de distancia en la ciudad, casi instantáneamente él leería la siguiente carta.

Hola, no me gustaría despedirme sin que me dieras una última oportunidad para decirte todo lo que pienso sobre ti. No creas que lo que pienso se ha gestado en mí de la noche a la mañana, no, nada de eso, sino que con el transcurrir del tiempo y de las vivencias compartidas se ha ido fraguando tu imagen en mí. Y por supuesto la discusión de aquel día corrobora totalmente lo que pienso y siento.

Como según tú mi "conocimiento, razón y entendimiento están a muy bajo nivel", es por ello que he tenido que recurrir al diccionario de la Real Academia Española para ver si así te convences de una vez de cómo es tu persona, porque creo que no concuerda en absoluto lo que exteriorizas con lo que tú piensas que transmites.

Te aconsejo que leas hasta el final, es lo menos que puedes hacer por mí.

- Prepotente:

(Del lat. *praepōtens*, -entis).

2. adj. Que abusa de su poder o hace alarde de él. U. t. c. s.

- Soberbia:

(Del lat. *superbĭa*).

1. f. Altivez y apetito desordenado de ser preferido a otros.
2. f. Satisfacción y envanecimiento por la contemplación de las propias prendas con menosprecio de los demás.
4. f. Cólera e ira expresadas con acciones descompuestas o palabras altivas e injuriosas.

- Irrespetuoso:

1. adj. No respetuoso.

-Respetuoso: (todo lo contrario a ti)

1. adj. Que causa o mueve a veneración y respeto. (Es lo que tantas y tantas veces de forma directa o indirecta te he pedido. Que me trataras como merezco, como una persona, que siente y padece con tus injurias).

- Egocentrismo.

(Del lat. *ego*, *yo*, y *centro*).

1. m. Exagerada exaltación de la propia personalidad, hasta considerarla como centro de la atención y actividad generales.

-Déspota:

(Del it. *despota*).

3. com. Persona que trata con dureza a sus subordinados y abusa de su poder o autoridad. (Tú me infravaloras hasta durmiendo, tonta de mí que te dejé pasar la primera).

-Abusar:

(De *abuso*).

1. intr. Usar mal, excesiva, injusta, impropia o indebidamente de algo o de alguien. (¿Quién te has creído que eres tú para tratarme como tantas veces me has tratado?)

-Amargado.

(Del part. de *amargar*).

1. adj. Dicho de una persona: Que guarda algún resentimiento por frustraciones, disgustos, etc. U. t. c. s. sinónimo: Tu nombre y dos apellidos.  
La vida es lo que es, ya es hora de que aterrices y te valores por lo que eres, y dejes de resignarte por el concertista que nunca llegaste a ser.

Infravalorar:

1. tr. Atribuir a alguien o algo valor inferior al que tiene. (¿Te suena este verbo? A mi mucho).

Y por último y no menos importante este es el vocablo que mejor te define:

Gilipollas: para esta palabra no hacen falta diccionarios ¿Verdad? a buen entendedor con pocas palabras basta, y como yo se que tú eres muy inteligente lo comprenderás sin problema.



Eso sí, antes de acabar y para que no me juzgues de chabacana, maledudada o todos los improprios que se te vengan a la mente te diré, que sí, que te he insultado. Sigue leyendo para entender porqué:

- Insultar:

(Del lat. insultāre, saltar contra, ofender).

1. tr. Ofender a alguien provocándolo e irritándolo con palabras o acciones.

(Has leído bien, insultar es ofender, hecho que tú has estado haciendo conmigo continuamente).

-Ofender:

(Del lat. offendĕre).

1. tr. Humillar o herir el amor propio o la dignidad de alguien, o ponerlo en evidencia con palabras o con hechos.

4. prnl. Sentirse humillado o herido en el amor propio o la dignidad. (Que si me hubiera dejado llevar por todo lo que tú me has dicho durante todo este tiempo estaría sumida en la miseria, mide y cuida tus palabras hacia los demás, que no sabes el daño que puedes llegar a hacer).

¡A la bonito! A vivir la vida y por supuesto no me contestes, que no quiero saber absolutamente nada más de ti.

PD: muchas gracias por hacerme más fácil olvidarte.

FIN DE ESTA HISTORIA