

editorial.-

necesitamos *editorialistas* nuevos, hombres mujeres o niños
HAZ TU LA PRÓXIMA EDITORIAL

XX

editorial.-

éste número no lleva ÍNDICE, ya que nos daba mucha vergüenza bajar de Internet la foto de un dedo, para empezar a hacer chistes malos. Si no hay dedo, el lector descubre inmediatamente la falta de maquetación, cosa que nos ocurre desde que el fanzine que tienes en tus virtuales manos (“**Sísifo** fanzine S.M.”) se edita **solo** digitalmente.

ésto que os cuento, pasa por la falta de un equipo físico, que es el mejor. Mucho mejor que los equipos hechos de unos y ceros, de bits cuadradotes blancos y negros y de lejanía dijital.

¿Y PORQUÉ NO HABLAIS DE ACTUALIDAD? (nos decís) Pues nada, que hemos pasado lo nuestro todos y todas y lo que nos queda por pasar. Y es que tan pronto guardamos la distancia social responsablemente (que parece que vamos jugando al “pilla-pilla” al revés, como nos vamos al futbol y a las playas a todo riesgo (el de los demás, claro).

pero **no** hay que preocuparse, tal vez los sociólogos de carrera, saquen una “APP” para psicoalalizar a la... Sana Sociedad y todo quede arreglado.

y vamos al lío...

estamos en el **Sísifo** número 46, así que nos quedan dos números para cumplir CUATRO AÑOS de existencia de **Sísifo**, el primer fanzine de Salud Mental , que cuenta con todo el mundo y es libre y des-encorsetado cual debe ser un buen fanzine.

en el número que estais esperando y que recibiréis como siempre, a día uno (salvo fallo y/o error) vais a poder seguir leyendo lo de Carmen Urbietta, lo de Mercedes Martínez y bueno, todo lo demás que tanto os gusta y tan gustosamente os ofrecemos, desde nuestro primer número, allá por el ilusionante 2017.

cuidaos y si quereis contactar, enviadnos una línea contándo qué estais haciendo para ser felices. Abrazos.

Equipo Sísifo.

nota: el correo de Sísifo, en las últimas páginas.

¡SOCORRO!, un ángel me ha secuestrado“

(entrega: 3 de 6)

¡Madre mía! Pero si es igualito a mí. Hasta va vestido igual que yo: ¡el quimono de yudo! ¿Un ángel disfrazado de luchador? No puede ser. Además, ¿los ángeles no son pequeños y regordetes? ¿No van desnudos y vuelan? ¿Qué hace entonces un ángel de pie dentro del espejo de mi habitación? Esto no puede ser verdad. Debo estar delirando.

—No, no estás delirando.

—¿Cómo te atreves a entrar en mi cuarto?

Vaya estupidez que acabo de decir. Me estoy volviendo loco.

—No estás loco. Créeme.

—¿Cómo voy a creer que un ángel sale de un espejo? Eso no puede ser real. ¿Qué hace un ángel vestido con un quimono? No me cuadra.

—Hombre, es que no me parecía plan presentarme ante ti por primera vez desnudo, y como te he visto con ese traje tan blanco que, por cierto, huele a sudor, he dicho, pues ese mismo, blanco a semejanza de la luz divina.

Cuantas chorradas oigo y veo. Quizás si me echo una cabezadita sobre mi escritorio sea la solución. Seguro que después de un breve descansito mental desaparecen estas alucinaciones.

—David, no sirve de nada que te echas a dormir, pienso seguir hablándote.

—¿Cómo sabes mi nombre?

—Soy tu ángel de la guarda, lo sé todo de ti. He venido a buscarte porque tienes una función que cumplir para la humanidad.

—¿Una función? La única función que tengo prevista es la actuación de flauta que estamos preparando con Carolina, mi profe de música, para la fiesta de Navidad. Por cierto, también tengo que aprender a tocar la canción esta noche, de modo que no me hagas perder más el tiempo.

Pero, ¿por qué respondo? Esto sólo puede ser fruto de mi imaginación. Seguro que si me acuesto un rato desaparece esa dichosa voz.

—Por mucho que te acuestes, no voy a desaparecer ni dejar de hablar. Eres un

elegido.

—¿Y por qué yo?

—Sois los que sois.

—Pues sí que me lo has aclarado. ¿No había otro pringado dispuesto a ser un “elegido”?

—No se trata de pringados, sino de privilegiados con auténtica madera de héroes, cuya principal característica es querer ser, por encima de todo, buenas personas. Incluso defensores de las causas supuestamente perdidas. Sólo te puedo adelantar que tienes que salvar la Historia, hay fuerzas oscuras que quieren borrarla para escribirla a su antojo.

—Y a mí qué. Me importa tres pepinos la Historia.

—Eso lo dices porque no sabes lo que está en juego.

—Ni falta que me hace.

—Pues vaya contestación para un joven.

—¿Qué esperas que te diga ante tanta tontería que sueltas? Parecen auténticas fantasmadas.

—¡Eh!, jovencito, a mí no me llames fantasma.

—Pues no digas fantasmadas.

—¡Basta de cháchara! No hay tiempo que perder. Tenemos que irnos antes de que las fuerzas del mal descubran nuestro plan. Ahora mismo te vienes conmigo.

—Pero ¿de qué vas? No puedes llegar aquí y decirme, sin más preámbulo, estas estupideces. Me estoy volviendo loco. ¿Qué hago hablando con un ángel? ¿Abro los ojos o ya los tengo abiertos? ¿Estoy durmiendo o despierto?

—Totalmente despierto, y por mucho que te empeñes no dejarás de verme.

—Mejor ni contesto.

“Nos determina más lo que no nos sucede que lo que nos sucede”, dice Juan José Millás, uno de los autores presentes en “Literatura y locura. Cinco maneras de nombrar la ausencia”, un curso dirigido a pensar en las diferentes formas y lenguajes que adopta el concepto de ausencia y el impacto que tiene en nuestra forma de relacionarnos con las cosas que nos pasan. Estamos viviendo en el momento actual una experiencia marcada por varias de las expresiones y conceptos que vamos a tratar en el curso: la soledad, la distancia, el atravesamiento y el impacto de experiencias traumáticas, el vacío. La irrupción de una pandemia global y mundial nos ha hecho buscar nuevos sentidos y nuevas definiciones a estos conceptos.

La ausencia como lo inexpresado, lo inefable, como lo que no puede nombrarse y, sin embargo, nos determina, es el motor subyacente de este curso. Nunca pensábamos que este enunciado iba a poder ser aplicado a una situación como la impuesta por un virus que no vemos más que por sus síntomas y su impacto pero que nos está determinando y está configurando un modo de relacionarnos novedoso.

Una reflexión de fondo recorrerá todo el curso, motor de trabajo de Fundación Manantial, entidad que patrocina y organiza el curso: la imposibilidad de trazar una frontera geográfica, una marca visible, entre la locura y la cordura. Algo que la crisis sanitaria de la COVID 19 ha puesto de manifiesto de forma muy evidente.

Los límites y fronteras entre estos dos territorios, los que conforman el binomio ausencia-presencia, locura-cordura, serán explorados en este curso desde diferentes disciplinas como la literatura, la filosofía, el periodismo, el cine, la psiquiatría, la psicología y la música.

“Curso *online*. Aula virtual UIMP (<https://campusvirtual.uimp.es>)

En realidad, es más fácil estar sola que estar en presencia de lo que suscita una necesidad, pero no consigue atenderla puesto que entonces estamos en presencia de una ausencia”.

Vivian Gornik

/texto recogido de:

Un año más, Fundación Manantial participa en los **cursos de verano-otoño de la Universidad Internacional Menéndez Pelayo**, en esta ocasión para reflexionar sobre la ausencia.

“Nos determina más lo que no nos sucede que lo que nos sucede”, dice Juan José Millás, uno de los autores que estarán presentes en **“Literatura y locura. Cinco maneras de nombrar la ausencia”**, un curso dirigido a pensar en las diferentes formas y lenguajes que adopta el concepto de ausencia y el impacto que tiene en nuestra forma de relacionarnos con las cosas que nos pasan. Estamos viviendo en el momento actual una experiencia marcada por varias de las expresiones y conceptos que se tratarán en el curso: **la soledad, la distancia, el atravesamiento y el impacto de experiencias traumáticas, el vacío**. La irrupción de una pandemia global y mundial nos ha hecho buscar nuevos sentidos y nuevas definiciones a estos conceptos.

La ausencia como lo inexpresado, lo inefable, como lo que no puede nombrarse y, sin embargo, nos determina, es el motor subyacente de este curso.

Una reflexión de fondo recorrerá todo el curso, motor de trabajo de Fundación Manantial, entidad que organiza el curso: **la imposibilidad de trazar una frontera geográfica, una marca visible, entre la locura y la cordura**. Algo que la crisis sanitaria de la COVID 19 ha puesto de manifiesto de forma muy evidente.

Los límites y fronteras entre estos dos territorios, los que conforman el binomio ausencia-presencia, locura-cordura, serán explorados en este curso **desde diferentes disciplinas como la literatura, la filosofía, el periodismo, el cine, la psiquiatría, la psicología y la música**.

El curso cuenta con ponentes de reconocido prestigio como **Ángeles González-Sinde**, ex ministra de Cultura, escritora, guionista y cineasta; el escritor y periodista **Juan José Millás**; **Carmen Montón**, ex ministra de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, licenciada en Medicina e impulsora del primer Plan de Prevención del suicidio en España; **Mercedes Navío**, psiquiatra y coordinadora de la Oficina Regional de Salud Mental de la Consejería Sanidad de la Comunidad de Madrid, y los escritores **Marta Sanz** y **Manuel Vilas**, entre otros, que profundizarán en temas esenciales en el ámbito de la salud mental como el duelo, suicidio, estigma, incomunicación, trauma o resiliencia.



FUNDACIÓN
MANANTIAL



UIMP Universidad Internacional
Manantial Puyo

CURSO ONLINE

**LITERATURA Y LOCURA:
CINCO MANERAS
DE NOMBRAR LA AUSENCIA**

21-25 septiembre

 FUNDACIÓN
MANANTIAL

LA LOTERA (inspirado en E. Pardo Bazán y A. de Mello)

Me llamo José Sabán, aunque para los habitantes de Fregenal de la Sierra soy don José, pues soy de las pocas personas que tienen carrera universitaria junto con el cura, tres maestros, dos médicos y el boticario. Fregenal de la Sierra es un bonito y acogedor pueblo al sur de la provincia de Badajoz, situado en el borde noroccidental de Sierra Morena y limitando con Huelva; tiene unos 7.000 habitantes y recuerda a los pueblos blancos de Andalucía con todas sus casas encaladas.

Los hechos que voy a narrar acaecieron en el año 1910, cuando yo tenía 21 años. Hacía dos años que había acabado la carrera de Magisterio y hacía un año que había sacado las oposiciones a maestro de la escuela pública española. Mi primer destino fue Fregenal de la Sierra, en el Colegio Público Arias Montano.

Era diciembre, el día anterior al sorteo de la lotería nacional navideña. Llovía, hacía frío. A las 20.00 h. me dirigí a la Casa de la Cultura, donde tendría lugar un concierto en el que actuaba la banda municipal del pueblo, dentro de los actos de celebración del periodo navideño 1910-1911.

En la puerta de la Casa de la Cultura, una muchacha de unos 14 años gritaba: “Tengo el gordo. Tengo un número ‘mu güeno’. Seguro que toca. 25.000 pesetas por un décimo de 5 pesetas. Tengo el gordo. Seguro que toca”.

Me fijé en la muchacha, que más tarde sabría que se llamaba Florencia; iba con un vestidito de verano, sucio, raído y con rotos, y con alpargatas en los pies. Pensé: “Seguro que no le pagan ni un real¹ por cada décimo que venda”.

Durante el concierto no dejé de pensar en Florencia. Enfadado, le dije a Dios: “¿Cómo permites que haya personas tan pobres? Haz algo”. No escuché nada, ¿era una oración inútil? Casi al finalizar el concierto sentí claramente en mi corazón unas palabras: “Ya hice algo, te llamé a la existencia e hice que te topases con ella”.

A la salida estuve hablando con Florencia. Era huérfana y vivía con su tío Ramiro en Fuentes de León, un pueblo no muy lejano al este de Fregenal de la Sierra. Vivían muy pobremente: ella llevaba leña del campo para la chimenea, cogía bellotas, castañas, moras, higos, etc. según la temporada. Los domingos pedía limosna en la puerta de la iglesia. Y a veces le salían trabajillos como vender lotería.

Le di mi chaquetón y diez pesetas. Y le compré tres décimos de lotería.

El domingo siguiente, tres días después del concierto, fui a la Iglesia de Santa Catalina. Allí estaba Florencia voceando: “Lotería del Niño. Lotería del Niño. Muchos premios para repartir. Lotería del Niño”.

Me paré a charlar con ella, que me dijo: “¿Ve ‘usté’ cómo iban a tocar los décimos que le vendí? No podía fallar, era la fecha de mi nacimiento: 10 del 09 del 96 (1896)”. “¿Quieres venir -le dije- a comer a la casa que me alquila la alcaldesa? Florencia me respondió: “Claro que sí. Yo de mayor quiero ser alcaldesa”. “¿Para qué?” -le pregunté. “Para que no le falte un trozo de pan cada día a ninguna persona de mi pueblo”.

Cuando salí de la iglesia y Florencia hubo terminado de vender la lotería a los feligreses, fuimos a mi casa. Nos pasamos primero por casa de la alcaldesa y le dije que enviase a una de sus criadas para que Florencia pudiese darse un buen baño con agua caliente.

¹ Un real son 0'25 pesetas y 0'0015 euros. Un euro es 166'386 pesetas.

Ya en casa, busqué los tres décimos de lotería premiados. Hubiera jurado que los había puesto en la mesa del escritorio, pero allí no estaban. Busqué en todos los cajones, en todos los bolsillos de todos mis pantalones y chaquetas. Miré, ya desesperado, debajo de la almohada y en la fresquera de la cocina (pensaba que tal vez los hubiese escondido ahí). Pero nada, allí no estaban. Debía haberlos metido en el bolsillo del pantalón y se me cayeron al sacar el pañuelo.

“¡Bueno! -pensé, “Tengo la oposición sacada, tengo salud, tengo un trabajo que me gusta”.

Durante la comida persuadí a Flor para que viniese a mi casa todos los fines de semana para aprender a leer, a escribir y recibir una cultura elemental. Yo, a cambio, le daría desayuno, comida y cena y tres pesetas.

En eso quedamos y ambos cumplimos con el pacto. La eduqué. Nos fuimos cogiendo cariño mutuo. Cuando cumplió dieciocho años me casé con ella en la Ermita de la Virgen de los Remedios. Tuvimos cuatro hijos. Nunca quisimos salir de la Comarca de Fregenal. Y fuimos felices.

Ángel Rey

“ni se lo que digo, ni tengo ganas saberlo”
Carla Areal Casset.

Una noche de verano
como todas.
cielo limpio y madrugada
Pienso en cómo rellenar
esta página...
Es difícil...
sacar a flote
la consciencia..
es difícil saber qué decir...
y decirlo a tiempo.
Puntos suspensivos
de encuentro
de manera que se alargue el sentido
Un hecho solidario,
la consciencia...
Distinta y fragmentada
en todos...
No es un hecho puntual
ni tampoco liviano...
Es la muestra,
el botón de algo...
grande e íntimo
del subsuelo...
de lo profundo...
de lo francamente,
indecible, actitud y
querencia
veneración y compromiso...
de lo trabajado...
Cada quién con su razón,
con su aquel...
con su punto de vista,
con su hígado,
con su cerebro,
con sus vísceras.
con su soplo....
con su hálito
con su flauta mágica,
con su espíritu santo...
titubeo y creo
que por hoy es suficiente
pero mi constructo
es desigual...
leve...

a penas presente,
a penas ejecutado...
a penas reciente...
y elevo
mi forma de oración al cielo...
y levánto un edificio
desde sus cimientos...
apuntalo...
la realidad que deseo
escribir,
y no lo consigo
el día viene con cita previa
tallando la madera
de las horas,
la piedra de los días,
el metal de los meses
y seguiré aquí,
tratando de decir lo que callo
simplemente por que no sé
decir, con certeza,
qué es lo que pienso o
no lo quiero saber
de todas, todas....

“El ave Fénix”

Teresa.

Lágrimas de sangre vierto y no paran de fluir me envuelven como en una tela de araña y me atrapan en "un sinvivir", el día a día me resulta extraño como si no fuera yo, sino el conjunto de todas mis pesadillas que me envuelven y me impiden fluir, en este vivir atrapada como si me ataran mil cadenas, cada día es distinto, un día me siento bien, otro apenas tengo fuerzas para sobrevivir, pero ahí sigo luchando sin fin, de vez en cuando en esta larga cadena, aparece un día luminoso y yo en el centro irradiando luz, se me fue la fuerza sólo consigo sobrevivir pero sé que todo está conectado al universo, y a veces creo soy capaz de resurgir como el Ave Fénix y remontar el vuelo y sentir la libertad y el viento, hacia un infinito sin límites donde sólo existe luz, donde puedo descansar al fin.

[pendiente de condonación].

ver en:

<https://crpscrlvazquezdemella.blogspot.com/>

(Concurso de Poesía 2020 /blog
CRPS Vázquez de Mella).

Carmen Urbietta. POEMARIO

Cabalgaréis llanuras y montañas.

Cuadros que dibujar dulce podría.
Reventando las luces y las sombras.
Bravío el caminar. Siempre amagando.
Un halo de grandeza. Sabio enamorado.
Pálido de colores y texturas.
Dulce añoranza de las cosas bellas.
Remolino de talco y de turquesas.
Pico marchito que nace cuan amante.
No cabéis esa tumba; os lo suplico.
Aún no. Pues que aún estáis vivo.
Menoscabar la tierra en que florece.
La amargura de tenerte sólo mío.
Cabalgaréis llanuras y montañas.
En jaca árabe; gommel peregrino.
El caballo galopa impenitente.
La yegua corre al pino.
Por la noche; tal vez al recuento.
De lo que hizo tu alma, allá en el llano.
Volverán a tu mente mis sonrisas.
Y mi hablar castellano.

Instigaba a sus ojos una lágrima.

Instigaba a sus ojos una lágrima.

Mi garganta, mil odas de perdón.

Habló su mirada, suplicante, bella.

Calló mi garganta de exabruptos plena.

Y algo me dijo que faltaba por venir aún lo mejor.

Y alguien dijo en mi oído frases llenas de amor.

Y sus trenzas recogidas se esparcen y ruedan por el solado.

Y caen presurosas y en cascada hacia el jardín,
desde el balcón.

Donde le está recitando Zirano bellas palabras de amor.

Y las fuentes cantan su cantarina versión del Ave María de Schubert.

Y los pájaros remedan a María Callas.

Y los ángeles ciñen sus clarines y sus trompetas.

Y Pepe zimbrea su chéquere.

Y Tommy hace fotos del momento.

Y José y Jorge sacan sonidos de su yambee.i

Y comienza la fiesta.

Domingo por la tarde, en el caballo!

Alrededor de la lumbre.

Alrededor de la lumbre tengo un puchero.
Lleno de agua de la fuente de los siete caños.
Previamente en sartén el aceite de oliva.
Con su pizca de sal, su cebolla y su ajo...
Y a pochar.
Después le añadiremos pimientos tricolores.
Le damos una vuelta;
lo echamos al puchero.
Le añadimos papa rota, orégano, tomillo.
Lata de alcachofas, champiñones y ñora.
Carne de aguja, tierna y algo de pimentón.
Unos pocos guisantes, zanahoria picada...
y empieza la cocción.
¡Qué rico está el Sancocho!
¿Quién lo ha preparado?
He sido yo, Julito.
Sé que te iba a gustar.
Aunque no sé qué hago,
dándole caña al mono.
Cuando te has portao conmigo tan sumamente mal.
Hoy lunes no te llamo.
Mañana; ya veremos...

Alguien ríe.

Me tiro un pedo.

Alguien ríe desde el salón.

Ya no estoy sola.

LARA



SOY
LULO



LAS CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS DE LA COVID-19 Y EL CONFINAMIENTO

INFORME DE INVESTIGACIÓN

Dra. Nekane Balluerka Lasa
Dra. Juana Gómez Benito
Dra. M.^a Dolores Hidalgo Montesinos
Dra. Arantxa Gorostiaga Manterola
Dr. José Pedro Espada Sánchez
Dr. José Luis Padilla García
Dr. Miguel Ángel Santed Germán



Universidad del País Vasco Euskal Herriko Unibertsitatea



UNIVERSITAT DE BARCELONA



UNIVERSIDAD DE GRANADA



UNIVERSITAS Miguel Hernández

UNIVERSIDAD DE MURCIA



5. Relacione, mediante una línea, estos refranes y dichos populares, para que tengan sentido:

A palabras necias

Perro ladrador

Ojos que no ven

No hay mal

A buen entendedor

No dejes para mañana

En boca cerrada

Ladrón que roba a ladrón

El que mucho abarca

merece perdón

corazón que no siente

oídos sordos

lo que puedas hacer hoy

poco mordedor

no entran moscas

que por bien no venga

pocas palabras basta

poco aprieta

- ➔ es un PDF descargable desde
LA BIBLOTECA VIRTUAL de la Confederación Salud Mental España.
- o desde el mail del fanzine Sísifo / jdelaiglesiadiaz@gmail.com
tamaño: 6.749.200 bytes (6,8 MB).
- ➔ Nekane Balluerka Lasa; [et al.]. "**Las consecuencias psicológicas de la Covid-19 y el confinamiento**". Bilbao: Servicio de Publicaciones de la Universidad del País Vasco, 2020.
- ➔

“heroínas de lo prosaico”

Carla Areal Casset

Me enrosco el moño
en lo alto
me pongo mi crema
hidratante
preparo mi ropa y
ya estoy lista
Hace años que abandoné
tintes y maquillajes.
Saldré y compraré
como otros días.
intentando hacer la economía.
Haré ni más, ni menos
lo que cualquier
ama de casa,
que se precie,
luchadoras incansables,
trabajadoras abnegadas,
simplemente heroínas
de lo prosaico...
Después de elegir
lo que esté en precio,
volveré y acomodaré
la compra.
y me daré a la tarea
de hermosear la casa,
soledad de la fregona
luchando contra el polvo
No tengo hijos,
admiro a quien los tiene,
hay una especie de vacío,
como de rol no cumplido.
Matraca que te taladra,
que chirría,
que te injertan
a sangre y fuego...
SI, soy MUJER
y qué?
nací para cambiar
el mundo y sus aledaños,
no para morir
a manos de un
" macho alfa "
Nací para ser libre y entera,
para alcanzar y tocar también
el cielo y las estrellas.

LOS NEGROS SE DEFIENDEN

Carla Areal Casset

los negros resueltos
se defienden
para conquistar derechos
que no se cumplen
para reivindicar el color
negro
Los torturan y los matan.
me han dicho cosas espeluznantes
Los torturan y los matan.
como si no tuvieran alma...
como a ganado...
Los torturan y los matan.
genocidio silencioso,
que ahora se hace oír.
Los torturan y los matan.
Negro que lo ocupa todo,
Negro que es negro,
Negro con amor,
negro para vivir negro,
negro para cantar negro
negro para bailar negro,
negro para participar negro,
negro para gobernar negro,
negro para hablar negro,
negro porque se es negro,
Los torturan y los matan,
por negros.

ALGUNAS PECULIARIDADES DE LOS OJOS

PHILIP K. DICK

(Traducción personal)

Descubrí por puro accidente que la Tierra había sido invadida por una forma de vida procedente de otro planeta. Sin embargo, aún no he hecho nada al respecto; no se me ocurre qué. Escribí al gobierno, y en respuesta me enviaron un folleto sobre la reparación y mantenimiento de las casas de madera. En cualquier caso, es de conocimiento general; no soy el primero que lo ha descubierto. Hasta es posible que la situación esté controlada.

Estaba sentado en mi butaca, pasando las páginas de un libro de bolsillo que alguien había olvidado en el autobús, cuando topé con la referencia que me puso en la pista. Por un momento, no reaccioné. Tardé un rato en comprender su importancia. Cuando la asimilé, me pareció extraño que no hubiera reparado en ella de inmediato.

Era una clara referencia a una especie no humana, extraterrestre, de increíbles características. Una especie, me apresuro a señalar, que adopta el aspecto de seres humanos normales. Sin embargo, las siguientes observaciones del autor no tardaron en desenmascarar su auténtica naturaleza. Comprendí en seguida que el autor lo sabía todo. Lo sabía todo, pero se lo tomaba con extraordinaria tranquilidad. La frase (aún tiemblo al recordarla) decía:

... sus ojos pasearon lentamente por la habitación.

Vagos escalofríos me asaltaron. Intenté imaginarme los ojos. ¿Rodaban como monedas? El fragmento indicaba que no; daba la impresión que se movían por el aire, no sobre la superficie. En apariencia, con cierta rapidez. Ningún personaje del relato se mostraba sorprendido. Eso es lo que más me intrigó. Ni la menor

señal de estupor ante algo tan atroz. Después, los detalles se ampliaban.

... sus ojos se movieron de una persona a otra.

Lacónico, pero definitivo. Los ojos se habían separado del cuerpo y tenían autonomía propia. Mi corazón latió con violencia y me quedé sin aliento. Había descubierto por casualidad la mención a una raza desconocida. Extraterrestre, desde luego. No obstante, todo resultaba perfectamente natural a los personajes del libro, lo cual sugería que pertenecían a la misma especie.

¿Y el autor? Una sospecha empezó a formarse en mi mente. El autor se lo tomaba con demasiada tranquilidad. Era evidente que lo consideraba de lo más normal. En ningún momento intentaba ocultar lo que sabía. El relato proseguía:

... a continuación, sus ojos acariciaron a Julia.

Julia, por ser una dama, tuvo el mínimo decoro de experimentar indignación. La descripción revelaba que enrojecía y arqueaba las cejas en señal de irritación. Suspiré aliviado. No todos eran extraterrestres. La narración continuaba:

... sus ojos, con toda parsimonia, examinaron cada centímetro de la joven.

¡Santo Dios! En este punto, por suerte, la chica daba media vuelta y se largaba, poniendo fin a la situación. Me recliné en la butaca, horrorizado. Mi esposa y mi familia me miraron, asombrados.

— ¿Qué pasa, querido? —preguntó mi mujer.

No podía decírselo. Revelaciones como ésta serían demasiado para una persona corriente. Debía guardar el secreto.

—Nada —respondí, con voz estrangulada.

Me levanté, cerré el libro de golpe y salí de la sala a toda prisa.

Seguí leyendo en el garaje. Había más. Leí el siguiente párrafo, temblando de pies a cabeza:

... su brazo rodeó a Julia. Al instante, ella pidió que se lo quitara, cosa a la que él accedió de inmediato, sonriente.

No consta qué fue del brazo después que el tipo se lo quitara. Quizá se quedó apoyado en la pared, o lo tiró a la basura. Da igual en cualquier caso, el significado era diáfano. Era una raza de seres capaces de quitarse partes de su anatomía a voluntad. Ojos, brazos..., y tal vez más. Sin pestañear. En este punto, mis conocimientos de biología me resultaron muy útiles. Era obvio que se trataba de seres simples, unicelulares, una especie de seres primitivos compuestos por una sola célula. Seres no más desarrollados que una estrella de mar. Estos animalitos pueden hacer lo mismo.

Seguí con mi lectura. Y entonces topé con esta increíble revelación, expuesta con toda frialdad por el autor, sin que su mano temblara lo más mínimo:

... nos dividimos ante el cine. Una parte entró, y la otra se dirigió al restaurante para cenar.

Fisión binaria, sin duda. Se dividían por la mitad y formaban dos entidades. Existía la posibilidad que las partes inferiores fueran al restaurante, pues estaba más lejos, y las superiores al cine. Continué leyendo, con manos temblorosas. Había descubierto algo importante. Mi mente vaciló cuando leí este párrafo:

... temo que no hay duda. El pobre Bibney ha vuelto a perder la cabeza.

Al cual seguía:

... y Bob dice que no tiene entrañas.

Pero Bibney se las ingeniaba tan bien como el siguiente personaje. Éste, no obstante, era igual de extraño. No tarda en ser descrito como:

... carente por completo de cerebro.

El siguiente párrafo despejaba toda duda. Julia, que hasta el momento me había parecido una persona normal se revela también como una forma de vida extraterrestre, similar al resto:

... con toda deliberación, Julia había entregado su corazón al joven.

No descubrí a qué fin había sido destinado el órgano, pero daba igual. Resultaba evidente que Julia se había decidido a vivir a su manera habitual, como los demás personajes del libro. Sin corazón, brazos, ojos, cerebro, vísceras, dividiéndose en dos cuando la situación lo requería. Sin escrúpulos.

... a continuación le dio la mano.

Me horroricé. El muy canalla no se conformaba con su corazón, también se quedaba con su mano. Me estremezco al pensar en lo que habrá hecho con ambos, a estas alturas.

... tomó su brazo.

Sin reparo ni consideración, había pasado a la acción y procedía a desmembrarla sin más. Rojo como un tomate, cerré el libro y me levanté, pero no a tiempo de soslayar la última referencia a esos fragmentos de anatomía tan despreocupados, cuyos viajes me habían puesto en la pista desde un principio:

... sus ojos le siguieron por la carretera y mientras cruzaba el prado.

Salí como un rayo del garaje y me metí en la bien caldeada casa, como si aquellas detestables cosas me persiguieran. Mi mujer y

mis hijos jugaban al monopolio en la cocina. Me uní a la partida y
jugué con frenético entusiasmo. Me sentía febril y los dientes me
castañeteaban.

Ya había tenido bastante. No quiero saber nada más de eso. Que
vengan. Que invadan la Tierra. No quiero mezclarme en ese
asunto.

No tengo estómago para esas cosas.

FIN.

GRIETAS QUE PERMITEN QUE ENTRE LA LUZ; DE RAI WADDINGHAM

Las interpretaciones que las propias personas dan a las voces que escuchan, son sin duda lo más interesante para quienes de alguna manera, hacemos por comprenderlas.

Más nos interesa el proceso, que el contenido concreto de cada relato.

Contemplamos Gente que habla de sus voces con naturalidad.

Compartamos o no recorridos biográficos, enfoques y posicionamientos vitales, podemos entender porqu siempre tenremos algo en común.

Experiencias humanas inusuales que no hay que silenciar sistemáticamente para romper los prejuicios, la ignorancia institucionalizada y tratar de inaugurar nuevas formas de abordarlas cuando sea dañinas.

Rai Waddingham escucha voces. Los médicos probaron una variedad de medicamentos con ella y laetiquetaron con diagnósticos diferentes, pero finalmente ella optó por tener una mayor comprensión de sus voces y de las razones por las que están ahí. Son, básicamente, parte de lo que ella es.

Escucho voces. No mi voz interna, la consciencia o los ecos persistentes de conversaciones lejanas. No, realmente escucho voces; no puedo callarlas. Yo no las creé, y forman parte de mi mundo, me guste o no.

Es como si fuéramos pasajeros de un tren, unidos por el destino sin que haya una parada a la vista. ¿Alguna vez te has quedado atrapado en un vagón de tren donde hay un niño que llora, alguien al teléfono quejándose del trabajo y un matrimonio compartiendo secretos en el asiento detrás de ti?

Las voces que oigo no son imaginarias. Cualquiera que sea su causa, me resultan tan reales como cualquier otra voz en este mundo. Oigo voces que tú no puedes oír.

Algunas de mis voces son dulces. A«Blue» le gustan los wombats. «Tommy» se enfada cuando no utilizo las palabras de forma precisa o elijo un asiento diferente en el autobús. Le gusta la previsibilidad, mientras que yo soy moleestamente fluida. Algunas tienen miedo; mi pasado y mi presente tienen muchos rincones donde los monstruos se pueden esconder.

Algunas de las voces que oigo son amenazadoras. Los “Todavía No” me dicen que haga daño a la gente. “Las Tres” hacen una continua narración de mis movimientos y de las amenazas que perciben que las otras personas pueden suponer. Algunas simplemente están ahí, presencias silenciosas que vagamente se pueden describir con el término “escucha de voces”. La comunicación es algo más que meras palabras, y estas voces silenciosas tienen su máximo impacto cuando su intensidad emocional reverbera en mi cráneo.

Hablando de ello, me he visto descrita de muchas formas: víctima; loca; poseída, mentirosa, superviviente, asesina en potencia; objeto de curiosidad; incluso como unicornio —bonita idea, pero en última instancia una ficción. A

pesar de que oír voces es relativamente común, experimentado por una de cada doce personas en algún momento de su vida, poca gente reconocerá por mi descripción a un amigo, a una persona querida o a un colega.

Etiquetada como “cerebro defectuoso”

Aunque hablo abiertamente de mis voces, no puedo imaginarme sentándome junto a un extraño y mencionar de manera casual que a una de mis voces le gusta la mochila de su hijo. Sin embargo, podría fácilmente tener la misma conversación si dijera que a mi hija le gusta la mochila. Este silencio permite la distancia necesaria para situar a los escuchadores de voces como objetos de miedo, fascinación o pena. Siempre somos “el otro”.

¿Por qué el silencio? Aquí en Reino Unido, la escucha de voces entre adultos suele considerarse como sinónimo de enfermedad mental y del diagnóstico de esquizofrenia. Catalogados como víctimas de una enfermedad, con el cerebro roto, perseguidos por voces incomprensibles y creencias extrañas; representamos un peligroso signo de interrogación. Nuestras voces simbolizan una vulnerabilidad percibida que podría desbordarnos en cualquier momento; no somos inherentemente violentos, pero tampoco lo suficientemente seguros como para salir con tu hijo/a.

Incluso mi psiquiatra me dijo que era una “bomba de relojería” cuando decidí dejar la medicación y vivir con mis voces durante diez años. Ella pensaba que mi decisión era inmoral y le costó comprender mis razones.

Mis informes psiquiátricos contienen numerosas pruebas para describirme como loca y desacreditar mi voz, como si fuera una narradora poco fiable. Sin embargo, al igual que el juego del “teléfono escacharrado”, estos informes son un eco remoto de mi experiencia vital, desprovisto de sentido y contexto. Son sombras que la psiquiatría interpreta erróneamente como verdad.

Por intervalos, a lo largo de la última década he empezado a entender mis voces como metáforas que reflejan mi experiencia del mundo, pasada y presente. Las voces “Todavía No” me recuerdan mi potencial para hacer daño y mi compromiso de avanzar por este mundo de la forma más intencionada posible, de tomar decisiones en lugar de dejarme llevar por la multitud. “Los Tres” reflejan el daño que he sufrido fuera de mi familia. Tengo la certeza de que el mundo dista mucho de ser seguro, por lo que les tranquilizo reconociendo esta realidad y les agradezco su preocupación, incluso si la expresan de forma torpe. Lo importante no es su reacción, me ayuda a recordar mi propia fuerza y solidez. Lo tengo (casi del todo) controlado.

Restringir nuestra comprensión de las voces para debatir sobre las sustancias químicas cerebrales y las facultades cognitivas es como limitar nuestro interés por el arte al tipo de brochas que se utilizan. Es un nivel de análisis válido, pero es secundario para comprender el cuadro en su totalidad.

Del mismo modo, una comprensión más profunda de las voces nos obliga a dejar de lado nuestras teorías y a escuchar la experiencia de la persona en su desordenada subjetividad. Esto puede sonar radical, pero una creciente parte de las investigaciones afirma que ya no es defendible la desestimación de la voz como síntoma sin sentido. En lugar de buscar una «verdad» imposible, estoy más interesada en las perspectivas que generan posibilidades y que ayudan a las personas que escuchan voces a vivir sus vidas.

Abrazando mi propio desorden

La idea de un cerebro roto casi me mata. Me llevó a estar atrapada en una historia sobre mí creada por otra persona, una “esquizofrénica” figura de cartón de dos dimensiones; apenas me sentía humana. Por suerte, encontré el Movimiento Internacional de Escucha de Voces y tuve la suerte de habitar espacios en los que escuchar voces se considera una experiencia humana con muchas causas potenciales.

Me sentí como un ser humano válido en mis relaciones con otras personas. Empecé a liberarme de los juicios, suposiciones y los prejuicios que había internalizado, y empecé a ver mis experiencias con orgullo.

En 1998 algo se rompió dentro de mí; algo que había sido fracturado en numerosas ocasiones y que con mucha dificultad se mantenía unido. La idea de que esta sensación de estar rota necesitaba ser reparada para poder sentirme completa fue la sintonía alrededor de la que mi vida bailó durante la década siguiente. Ahora sigo estando rota, pero creo arte de los trozos de mi alma, abrazando mi desorden en lugar de intentar reconstruirme a imagen de mi pasado.

Menachem Mendel de Kotzk, un rabino polaco del siglo 19, dijo: «No hay nada tan entero como un corazón roto». Desde un punto de vista biológico, esto no tiene sentido, pero entendido de forma simbólica, tiene muchos niveles de significación. Supone un reto para nuestra comprensión de lo que se va a romper; sugiere un crecimiento y no una limitación.

Mis voces no son las fisuras de mi corazón; forman parte de lo que existe en el espacio entre las fisuras. Se trata de una reacción ante las fisuras creadas por las experiencias vitales difíciles cuando eran demasiado dolorosas para que las soportase un solo corazón. Ahora, como adulta, las voces ofrecen respuestas a un mundo que encuentro enloquecedor, ayudándome a comprometerme a estar en el mundo y a intentar cambiar las cosas a mejor en vez de sentirme desbordada.

Al crear espacio en mi corazón para los demás, mis fisuras me permiten resonar con dolor, aislamiento y miedo. No es necesario repararlas.

No estoy entera. Definitivamente no soy perfecta. Pero soy más de lo que era antes de producirse las fisuras.

BÚSCANOS. ESTAMOS EN:

- Calameo (elige el número)
- Facebook (hazte amigo de sisifo fanzine)
- Lanzadera CRPS Villaverde (pestaña “revistas amigas”)

Y

confiamos en que que nos sigais,
de paso, que colaboreis
con lo vuestro en el **fanzine**

un abrazo grande: **Equipo Sísifo,**
gracias por acompañarnos!
seguimos en contacto en:
jdelaiglesiadiaz@gmail.com

**DISFRUTAD
DE ÉSTE NÚMERO;**