

SOBRE LA TRISTEZA Y LA SOLEDAD

“Somos soledad(...) y así se modifican todas las distancias y medidas para quien se convierte en solitario. Muchas de estas metamorfosis son súbitas”
Rainer Maria Rilke, *Cartas a un joven poeta*

Hace un par de días, y sin previo aviso, me aconteció la soledad de perder mi mundo. Hacía años, y digo bien, años, que no sentía ese vértigo. He sido experta en soledades. Asumí, desde mis dieciocho lo que el gran Rilke dice en sus cartas: “somos soledad”. Pero hace un par de días experimenté una soledad radical de quien se siente no comprendida y pierde un mundo. De repente, sin previo aviso (detonado por un detalle insignificante), mi mundo desapareció. Y volví a sentirme esa niña de 18 años que en su momento sintió el vértigo de que sus más allegados no podían entenderla y cuyo mundo no era, en absoluto, el mundo en el que había vivido. Como si de golpe me hubiera despertado. Aunque no me gustan todos los que hablan de “estar despiertos” porque lo dicen con una superioridad moral con la que no me siento identificada, y además, me suena a los que “son solidarios” como los buenos ciudadanos “responsables”. Más que despertar siento que me caí de la cama. Golpe, shock...y el mundo se hizo irreal e inhóspito. No por el covid, sino por la nueva “normalidad” que de él está surgiendo

Ya sabemos, que el mundo es injusto, que la masa social, en general, ni piensa más allá de las polaridades ni siente más allá de la mera reacción. Pero una cosa es saberlo, y otra es vivirlo: vivir rodeada de una sociedad donde una se

siente una alienígena, donde sientes que no compartes ni inquietudes ni miedos. Lo que no significa que no tenga miedos, pero mis miedos son otros.

Soledades y no soledad. "Somos soledad", pero vivimos y nos transitan soledades. La que me vino a visitar hace un par de días es de las más duras: la del extranjero, la del que se siente extraño en su casa. La soledad de aquél a quien lo familiar se volvió desconocido. Siento que estoy perdiendo un mundo y que personas allegadas a mi no me entienden. No faltan los consejos bienintencionados, aquellos que hablan de trascender sin darse cuenta de que la trascendencia se transita, es camino que hay que recorrer, es duelo (dolor y conflicto) que hay que vivir. No falta quien minimiza, quien quita importancia sin darse cuenta de que agranda el abismo de soledad e incompreensión. No faltan los racionales sin corazón, que te dan argumentos cuando lo que quieres es un abrazo. Y podría seguir escribiendo...

Pero ya no soy una mujer joven sin recursos sino que a mis cuarenta y cinco aprendí a gestionar un poco mejor mis crisis. Aunque cada crisis siempre es nueva y como cada ola hay que aprender a surfearla. Normalmente, ante soledades y tristezas tengo tres recursos: bichobolear, expresarme a través del arte...o ir a la playa. Cuando me hago bichobola es como volver al útero materno, me envuelvo entre sábanas y no hace falta hacer nada, solo sentir, respirar...ser, en el abandono a una oscuridad agradable y absoluta, regeneradora y caliente. Otras veces me expreso, a través de la escritura (como en estas líneas) o el dibujo, o la danza. Cualquier cosa con tal de sacar, dar forma cual exorcismo a sentires y pensamientos varios. Pero cuando estoy mal de verdad voy a la playa. Necesito viento, mar, cielo, azul, mucho azul, más azul... infinito.

Este fin de semana tuve que ir al mar, con mi hija. Nos fuimos por los caminos rocosos y mediterráneos que resiguen la costa de Vilanova a Sitges. Ahí, en algún lugar, mi hija encontró unas niñas y se puso a jugar (previo consentimiento entre adultos pues, en esta época de seguridades, debes preguntar antes de mezclar lo que llaman "burbujas familiares"). Eso me dió un

margen para apartarme y quedarme un rato sola. Estaba de pie encima de una roca, delante del mar. Hacía viento, pero no sentía frío, El mar estaba removido, como yo. El sol calentaba sin quemar. Y a mi la vida me dolía en las entrañas. El dolor de saberme viva, de sentir. Era una sensación extraña de sentir dolor pero a la vez el placer de la vida envolviéndome y transitándome. Tanta belleza y tanta vida, en contraste con la humanidad gris. Extendí los brazos y sentí el viento que me acariciaba la piel. Cerré los ojos. Simplemente ser, respirar. Con esto bastaba..

Volví a escuchar fados.

“Estranha forma de vida...foi por vontade de Deus, que eu vivo en esta ansiedade” “Canto de cualquier manera y encuentro um sentido”. Volví a bailarlos, de cualquier manera. Y encontré, como dice la canción, un sentido. Cuando la humanidad se te hace extraña, la naturaleza se revela como el hogar definitivo.

(....)

Han pasado un par de semanas desde que escribí estas líneas. Estoy en otro paisaje emocional. Aunque como en cualquier duelo vivo en una montaña rusa. Me doy cuenta también de que existe un abismo entre mi vida personal, donde en general me va mejor que nunca, y mi mundo social, la sociedad que me rodea, de la que me siento desamparada y en proceso de divorcio. Releyendo lo que escribí el otro día me doy cuenta de que al escribirlo fui capaz de definir mi pérdida: la pérdida de un mundo que aunque sabía injusto me dejaba un margen para la seguridad y la libertad. El mundo que hoy me rodea, en su obsesión por la seguridad, en su paranoia colectiva (a la que llama prudencia), en su manipulación social a través del miedo y la culpa, no es un mundo al que quiera pertenecer. Con lo cual tengo un problema, porque pertenezco a él. Esa es mi pérdida.

Todo dolor es solitario, le acontece a una. Luego podrás compartirlo o no. Pero la soledad es intransferible. En esa soledad como espacio interior se da un baile de

distintas emociones, pero sobretodo se alteran la tristeza, la rabia y la perplejidad.

Me entristece vivir rodeada de gente sin rostro.

Me entristece profundamente el trato dado a la infancia, en general, y dentro de las escuelas en concreto. Lo llaman seguridad, pero para mi es maltrato institucional.

Me entristece el silencio de muchos de mis amigos: de los que acatan y de los que no hacen nada.. Les entiendo, pues todos hacemos lo que podemos, pero me entristece. También me siento lejos de los que se refugian en su propia burbuja de felicidad y dan consejos de amor incondicional y buena vibra., porque obvian el proceso de llegar a ella, porque a menudo esa felicidad se me presenta superficial, alejada de la paz profunda..

Me entristece el lenguaje que poco a poco hemos ido asumiendo sin cuestionarlo (nueva normalidad, primera, segunda, tercera, cuarta, quinta...olas de covid, asintomáticos, infectados, negacionistas...).

Me entristecen todos los carteles pagados con mis impuestos que crean una hipnosis colectiva donde se insta constantemente a no tocarnos, no vernos, no respirar, no abrazarnos, no acercarnos a menos de 2m...e incluso en ciertos lugares a no hablarnos.

Me entristece la no transparencia en la toma de decisiones y las incoherencias que rallan lo absurdo de tantas medidas tomadas (las recientes elecciones catalanas son un buen ejemplo de ello).

Me entristece el silencio profundo de la gente.

Me entristece el mundo que les estamos dejando a nuestros hijos.

Y todo esto que me entristece me produce, según el día, rabia, y siempre perplejidad. Lo percibo como rabia cuando siento la realidad alrededor como amenazante, como una normalidad que va cercándonos cada día más con el miedo y la culpa. Cuando de forma muy sutil se normaliza el abuso y la pérdida de libertades.

He perdido una sociedad, la fe en el sistema. Aunque siempre fue muy frágil nunca lo percibí tan amenazante para mi salud y la de mi hija como hoy en día, Está claro que tendremos que construirnos una fe más amplia, más grande, más trascendental y más profunda. Estas cartas son el camino.

Un abrazo, Eva