ARIEL ALARCÓN PRADA

AMAR EL VOLCÁN

Testimonio y reflexiones sobre el trauma, la sanación y la resiliencia



AGUILAR

ARIEL ALARCÓN PRADA

AMAR EL VOLCÁN

Testimonio y reflexiones sobre el trauma, la sanación y la resiliencia

AGUILAR

A la memoria de las cerca de 25.000 almas que cambiaron de estado aquella noche aciaga en Armero cuando pensamos que el mundo se había acabado.

A los familiares a quienes esas almas se les siguen apareciendo en sueños.

A los niños perdidos que fueron recogidos por brazos ajenos y aún buscan sus raíces.

A santa Omaira, la niña milagrosa.

A todos los que luchan cada día por superar sus traumas.

Miremos juntos las riberas familiares, los objetos que sin duda no volveremos a ver... Tratemos de entrar en la muerte con los ojos abiertos...

Marguerite Yourcenar

No importa lo que la vida ha hecho de ti, sino lo que tú haces con lo que la vida ha hecho de ti.

J. P. Sartre

AMELIA

La de Amelia, como todas mis historias amorosas, fue difícil. Y, sobre todo, muy difícil al final. Entramos a trabajar casi al mismo tiempo en el Hospital Mental Isabel Ferro de Buendía, de Armero, ella como psicóloga y yo como médico rural.

Era una grácil y alargada trigueña, una versión indonésica del hermoso fenotipo de los armeritas que eran gentes pálidas, trigueñas, de indomable pelo negro liso y ojos grandes del color del grano de café de sus montañas.

La descomplicada Amelia sonreía a toda hora con sus dientes blanquísimos y alargados; sus manos también extensas, con dedos que parecían pinceles. Nos gustamos de inmediato, pero yo tenía líos en Bogotá con Ángela, mi primer loco amor, mi novia de la Facultad, con quien estaba entre terminar o no la relación.

Pasaron los meses y nos fuimos acercando y gustando más y más, hasta que nos ennoviamos secretamente porque no queríamos chismes en el hospital. Nos encantaba hacer paseos de río en su Vespa, en la que también íbamos los sábados a comer empanadas con avena a Guayabal, entonces corregimiento del pueblo. Los dos éramos muy celosos, y ambos coincidíamos en tener razones para serlo; por eso, y por nuestros similar carácter explosivo, inmaduro y

apasionado, la relación tuvo muchas tormentas, remansos y desiertos espinosos.

Al final, ambos concluimos que lo mejor, "lo único bueno", dijo ella, era el sexo. Nos amábamos sin tiempo en las insoportablemente cálidas noches armeritas. Todo lo demás era un desastre. Entonces, sin proponérnoslo ni decírnoslo, comenzamos a funcionar como "simples" —no era nada simple— amantes de éxtasis clandestino.

Tres semanas antes de la avalancha, ella había ido a un congreso de psiquiatría en República Dominicana, antes del cual habíamos tenido la última de nuestras sudorosas ebulliciones de pasión. Al final, los dos nos quedamos en silencio y recuerdo que Amelia, con su cabeza sobre mi pecho, mientras me acariciaba las piernas, me dijo:

—Cómo somos de idiotas… Si nosotros en el fondo nos queremos.

No supe qué responderle, me quedé en silencio.

*

Amelia regresó de República Dominicana más displicente y distante que nunca. Evitaba mirarme, mientras, en los almuerzos de trabajo o en la cerveza de la tarde, con otros amigos, contaba distintas anécdotas risueñas y hacía ridículos alardes de los pasos de merengue y bachata que había aprendido en las fiestas del congreso.

Uno de los estudiantes de medicina, que también había estado en el viaje, circuló al desayuno las recién reveladas fotos del paseo, con muchas escenas de playa y baile en las que se veía a Amelia, varias

veces, al lado de un mismo personaje, sonriente, moreno y de bigotes, que la tenía tomada por la cintura.

Al ver las fotos pensé: "Este es el final, voy a terminar del todo esta huevonada y tratar de reconquistar a Ángela, que, al fin y al cabo, me ha querido toda la vida". Luego me fui rápido a hacer una consulta.

Pasaron varios días sin que nos habláramos. La noche anterior a la avalancha, terminé de trabajar tarde y al salir, y apagar la luz y echarle candado a la puerta del ala de consulta externa del hospital, vi que Amelia estaba esperándome, en una de las sillas de la sala de espera, con cara de desesperación y a punto de llorar.

La tomé por el hombro y le pregunté qué le pasaba. Me contestó, sorbiéndose los mocos, que ahí no me decía, que nos tomáramos algo. Salimos del hospital y cruzamos la calle para entrar a Pindalito, el hotel de enfrente, donde había servicio de piscina y bar, pero vimos que varias mesas estaban ocupadas por los alegres estudiantes de medicina, de terapia ocupacional y por los residentes que rotaban en el hospital. "Aquí tampoco", dijo ella, "hay mucha gente".

Salimos y se paró en la calle, frente a mí, y me puso en la mano un pequeño papel. Tenía el sello de un laboratorio clínico y en algún rincón decía "positivo".

—¿Qué es esto? —le pregunté incrédulo e idiota.

—Es una prueba de embarazo, Ariel. Estoy embarazada. *Estamos* embarazados —dijo ella, haciendo especial énfasis en la palabra *estamos*.

—¿Qué? —le pregunté estúpidamente—. ¿Embarazada? ¿De mí? No puede ser.

—¿De quién más va a ser? —me reclamó ella y me tomó las manos, con los ojos inundados en lágrimas—. Yo no he estado con nadie más, se lo juro. Ese hijo es suyo. Es nuestro. Y yo a usted lo amo, Ariel. Pase lo que pase, créame o no, asúmalo o no, yo voy a tener ese bebé, con usted o sin usted.

Quedé paralizado y mudo. Amelia, muy decidida, se montó en su Vespa, accionó la palanca con el pie y arrancó hacia el pueblo. Yo la seguí con la vista hasta que desapareció.

Del cielo caían pequeñas, diminutas, bolitas de colores blancuzcos, *beige* y arena; volátiles, parecían copos de nieve. La noche siguiente el mundo se nos vino encima con toda su furia.

Y no volví a ver a Amelia Anzola Beltrán nunca más en mi vida.

EL KARMA DEL DRAGÓN

Estas páginas, pretenden —quizá torpemente— bordar el hilo de la trama que dará forma al proceso de dos rituales de exorcismo: el individual y el colectivo. Descifrar lo que por momentos pueden ser jeroglíficos pintados con letras será una aventura de cada lector, parte de un rito.

Atravesé un destino que se bifurcó la fatídica y horripilante noche del 13 de noviembre de 1985, en Armero, Tolima, Colombia. Viví momentos aciagos, labrados con fuego en mi memoria, y en la de toda una generación, porque la furia de un demonio, o de un dragón del inframundo, mató de un zarpazo a unas 25.000 almas y nos dejó con vida solo a mil, quizá cuidadosamente elegidos.

Cada uno de los que sobrevivimos quedamos marcados en el alma con ese sello indeleble tatuado con los hierros candentes del horror. En nuestro espíritu se instauró para siempre un maleficio que permanecerá hasta nuestra segunda y definitiva muerte. Porque, aunque vivos, ese 13 de noviembre fue para cada uno de nosotros lo mismo que una muerte de la que hemos tratado de deshacernos de una manera diferente y, quizá, a cual más ineficaz.

El lector presenciará este ejercicio de expulsión que puede llegar a ser demoníaca. Puede pasar que, con la mirada aguzada, entre líneas, palabras y frases, le sea posible percibir la magnitud de la

maldición que emergió del centro de la Tierra y que nos embrujó a mí y a los demás sobrevivientes, al punto de que lo persiga un poco también y lo lleve, de algún modo, a hacer de la vida algo mejor.

El reto, al final, será lo mismo que un regalo.

*

¿Cómo escribir, sin ser escritor, este relato, mitológico y verdadero, de lo que me pasó en Armero?, ¿cómo no caer en el melodrama barato o el fácil voyerismo morboso por el dolor y la muerte?

Si este fuera otro de mis escritos de psiquiatría, no tendría ningún problema en llenar páginas y páginas de datos y recomendaciones. Pero ahora estoy hablando de mí, desnudándome en público, también como psiquiatra, y me da pánico escénico. No tengo valor para seguir escribiendo.

*

Entre el párrafo anterior y este pasaron dos semanas en las que estuve intentando huir, ocupándome en otras cosas; fueron días de resbalarme, perdiéndome por los estériles callejones, oscuros e inútiles, de las redes sociales.

Decidí, entonces, preguntarle a la inteligencia artificial sobre recomendaciones para superar la tenebrosa página en blanco. Le di algunos elementos de contexto sobre de qué iba la historia y comprobé que el algoritmo espía mi inconsciente.

> No estás loco ni solo en el relato autobiográfico que estás creando, al sentir como una posesión demoníaca los efectos del trauma por la erupción del volcán. De hecho, en muchas culturas y mitos antiguos y recientes, los volcanes se han asociado con dragones y con demonios. En la antigua Grecia,

por ejemplo, existe un mito según el cual el volcán Etna, en Sicilia, está asociado con el monstruo Tifón, descrito como un ser de cien cabezas de dragón que, al enfurecerse, arrojaba fuego y causaba erupciones volcánicas.

Hefesto (traducido como "Vulcano" para los romanos), tiene que ver con tu historia, puesto que este hijo de Júpiter (Zeus) y Juno (Hera), los dioses supremos del Olimpo, a diferencia de otros dioses, tiene un aspecto físico que no es el de un joven bello y atlético, sino el de un hombre robusto, marcado por la cojera y, a veces, descrito como poco agraciado [me encaja perfecto]. Vulcano (Hefesto en la mitología griega) encarna la paradoja del fuego: es capaz de destruir, pero también de crear. Esta diferencia lo hace único entre los dioses olímpicos y lo acerca más a la humanidad, pues sufre y supera adversidades.

Sentí que, con estos datos, no podía hacer otra cosa que convertirme al vulcanismo para hacer de Vulcano uno de mis dioses protectores.

¿Posesión demoníaca? La hermandad no podía ser mayor. Hefesto supo, como yo, sortear las dificultades que le representaban tener una discapacidad física —estaba cojo— y fabricó con destreza armaduras de oro, cinturones preciosos y escudos que libraron las más nobles de las batallas divinas y humanas.

Vi en mis manos las de él: artesanos, encantadores de palabras. Entendí entonces la importancia del fuego —la herramienta de trabajo de Hefesto, y el instrumento de mi desgracia—, de su capacidad arrasadora y mortal; pero también de su naturaleza transformadora y creativa.

El volcán también es potencia, renacimiento. La lava fertiliza, Hefesto martilla; yo escribo, y, entre el sueño y la vigilia, trato de entender y explicar.

Esa noche, antes de dormir, repasé lo que me había ocurrido con la inteligencia artificial, sin creer del todo en la fuerza de las asociaciones que estaba haciendo, que me parecieron poéticas, pero inverosímiles.

De repente, al despertarme la mañana siguiente, una sombra de duda se atravesó en mi cabeza. Vulcano es un hacedor de armas, ¿se podría entonces relacionar de algún modo con Armero? ¿Vulcano —armas— Armero? Le volví a preguntar a la inteligencia artificial: ¿cuál es el origen del nombre de Armero? El resultado me arrojó información y varios enlaces, uno de ellos me llevó a un viejo artículo del periódico *El Tiempo*:

> Armero fue fundado con el nombre de San Lorenzo en 1895 y el 29 de septiembre de 1908 fue erigido como distrito municipal, según decreto firmado por el presidente Rafael Reyes. En 1930 tomó el nombre de Armero, según ordenanza de la Asamblea del Tolima en memoria de José León Armero, un prócer de la Independencia que terminó fusilado por el Ejército español en el municipio de Honda.

Continué en la búsqueda con los datos del chat de inteligencia artificial y pude leer que José León Armero fue arrestado y fusilado junto con Camilo Torres, el sabio Francisco José de Caldas y Policarpa Salavarrieta. Encontré una página que habla del origen español del apellido, en Toledo, y de su posible relación con la costumbre medieval de apellidar a las familias según su oficio; es decir, en este caso, fabricantes de armas.

No podía creer lo que estaba confirmando: Armero y Vulcano tienen el origen común de ser fabricantes de armas.

Mi reto ahora —como si fuera Homero, Tolkien o García Márquez— es integrar ambos relatos: la destrucción de Armero que devino en

mi posterior amputación.

¿Desde el más allá —desde el Hades— los dragones del inframundo y los fabricantes de armas están íntimamente relacionados?, ¿fueron los celos del cojo Vulcano, por la prosperidad y alegría del lugar cuyo nombre le recordaba a un competidor en la fabricación de armas, lo que lo llevó a destruir ese pueblo?, ¿la destrucción de Armero, a manos de Vulcano, fue causada por el desvío de sus pobladores de la tradición de armeros y la dedicación al pacífico cultivo del algodón?

Me estoy dando cuenta de que estas epopeyas diabólicas, de dragones y figuras mitológicas, rebasan mis precarias capacidades de escritor tardío.

Soy más bien un informante, un testigo confundido que cuenta sobre las trampas que crea su mente. De todos modos, Hefesto (Vulcano) hizo un milagro: deshechizó mi bloqueo creativo. Voy a seguir creyendo en él.

*

Se calcula que en Armero murieron unas 23.000 personas (y unas 2.000 en Chinchiná, Caldas) de las cuales solo aparecieron poco menos de 500 cadáveres. La tragedia, una de las peores en la historia reciente de la humanidad, se desencadenó por la erupción del cráter Arenas, del volcán Nevado del Ruiz, el 13 de noviembre de 1985 a las 9:29 p. m. La expulsión de lava generó un deshielo descomunal —aunque solo fue del 2 % del glacial— que derivó en crecientes inesperadas por varios ríos que nacen allí en la montaña. La peor fue la que bajó por el río Lagunilla y acabó con Armero, el segundo pueblo del Tolima, después de la ciudad capital, Ibagué.

Sin cadáveres, los duelos de los sobrevivientes de esos muertos han sido muy complejos e incompletos para todas esas familias. Inciertos duelos sin cadáver, como el mío y como tantos otros de ese tipo que han tenido que elaborar, las madres sobre todo, pero también otros familiares de desaparecidos a lo largo y ancho de las Américas, desde el sur del Río Bravo hasta la Patagonia. Por eso, las comisiones de la verdad tienen un carácter tan terapéutico.

Sin contar los cerca de cien niños que salieron con vida de la catástrofe, de los cuales solo se sabe que, supuestamente, fueron adoptados de manera exprés por familias extranjeras, sin firmar ningún documento. Muchas familias siguen buscando a esos niños.

*

La tragedia estremeció de tal modo que también ha sido la que más solidaridad ha despertado a escala mundial. Conmovidas por las imágenes que veían en sus televisores, o las historias que leían en sus periódicos, miles de personas de muchos países se volcaron para hacer donaciones a sus bancos o a contenedores de alimentos, frazadas y medicamentos.

Por aquellas extrañas casualidades que a veces tiene la vida, en esa época mis mejores amigos estaban en Europa. Ellos, como decenas más de amigos y conocidos, no pudieron dormir durante varios días cuando supieron la noticia de la erupción. Sabían que yo estaba en Armero y se echaron a llorar primero y luego abrazaron a quien tenían a su lado.

Todos ellos se montaron a la ola de solidaridad mundial que crecía por todos lados e hicieron suya la misión de recuperar para la vida al

doctor Ariel Alarcón Prada, médico sobreviviente de Armero, que había perdido una pierna a causa de las heridas de la avalancha.

*

La catástrofe de Armero fue el *punch* definitivo que acabó de noquear la voluntad y el entendimiento del país, a solo una semana de una de las más demenciales tomas guerrilleras de nuestra historia: la del Palacio de Justicia, por el M-19, y luego la sangrienta retoma por el Ejército Nacional.

El alma del país andaba ya bastante asqueada y temblorosa cuando el impacto de la tragedia de Armero acabó de demoler la poca capacidad de comprensión, planeación y ejecución que nos quedaba como sociedad y como individuos. Me cuentan —no estuve consciente de nada, obnubilado por la estupefacción y los analgésicos (la piscina de gel agar)— que las semanas que sucedieron a la erupción fueron también unas de las más caóticas de nuestra convulsionada historia.

*

Y bien, aquí estoy. Me salvé. Contra todo pronóstico y probabilidad, no me morí. Y pretendo, 40 años después, escribir estas líneas, sin saber muy bien cómo hacerlo. Con vitalidad e ilusión, después de todo, pero, también —y esto lo digo con todas sus letras—, sabiendo que una parte de mí murió en ese instante.

Conozco al pie de la letra las muertecitas chiquitas, semi-muertes parciales, que no son propiamente plácidas, aunque, a veces, perversamente, sí lo son. Otras veces tampoco son *tan* aterrorizadoras. Las hay en una gama muy amplia de tamaños,

formas y colores. Algunos colegas míos las llamarían "síntomas mentales".

En su presentación más habitual, me deslizo en ellas sin querer y salgo de la vida consciente y abrumadoramente enloquecedora. Lo hago durante unos minutos, en algunos casos horas o, en momentos más pesados, por varios días o semanas.

Con los años, a la mayoría de estas muertecitas las puedo considerar banales e inocentes, molestas solo para quien está a mi lado y se da cuenta. Pero he tenido también otras más oscuras, largas y complicadas, que me han embrollado la vida, como las siniestras y asfixiantes depresiones.

Alguien diría que esas muertes chiquitas son una manera de rendirle culto a la muerte, de confirmar su posesión.

*

Morir sin morir.
Morir un poco.
Desear una muerte rápida.
Salvarse.
Resucitar.
Ser rescatado.
Volver a morir en el hospital.
Ser salvado.
Vivir a medias.
Desear la vida.
Vivir.

DESAPARECIDO

Nadie sabía que yo me había escapado de la muerte y que estaba sepultado hasta los hombros, respirando con dificultad, inmovilizado por el lodo y las ruinas del hospital. Para el país entero, pero en especial para quienes tenían familiares o amigos en Armero, la cotidianidad y la estructura de las rutinas habían estallado en mil pedazos y todos trastabillaban caóticamente en medio del desconcierto, la confusión y el desasosiego. Para las familias era creciente el temor de que nosotros, sus cercanos, hubiéramos muerto, posibilidad que todos pensaban, pero que ninguno se atrevía a pronunciar.

Los cinco días que estuve perdido, sin que nadie supiera si había ingresado a la fila de los desaparecidos o a la magra y confusa lista de los sobrevivientes, fueron los más difíciles de todas nuestras vidas, tanto de las de mis familiares y amigos, como de la mía. Cada uno sufría en silencio, haciendo un esfuerzo por sintonizarse con el sufrimiento que el otro podría haber estado sintiendo, sin poderlo comunicar con nadie, ni siquiera con ellos mismos.

El primero de la casa en enterarse fue mi papá, adicto a oír noticias en la radio y a leer los periódicos de principio a fin. Esa mañana, mientras se afeitaba, supo lo que había pasado y entonces se lo contó a mi mamá, quien palideció y, temblando, se dio la

bendición y apresuró el paso para no perderse la misa de siete. Antes de salir, tomó un rosario que no soltó ni un instante hasta que yo aparecí, cinco días después y tras miles y continuos avemarías que amortiguaron su espera. Lo primero que hizo al llegar a la iglesia fue encargarle al padre Bermúdez que orara por mí en esa y en las siguientes misas.

Acordaron que mi padre suspendería todos sus compromisos y viajaría a Ibagué para unirse a uno de mis tíos y salir en mi búsqueda. Mi mamá se quedaría en la casa al tanto de noticias y de movilizar los recursos a que hubiere lugar, con la compañía y coordinación de mi hermana, quien se encargó de la casa por esos días, comenzando a mostrar sus habilidades de magnífica administradora de problemas ajenos. Jorge Enrique, mi hermano menor, intentó calmar como pudo y por su cuenta su angustia y la sensación de no importarle a nadie.

Muchos años después mi papá me contó que Ibagué se había convertido en esos días en un frenético y caótico epicentro de ayuda, búsqueda de los desaparecidos y centro de comando para los rescates. Al llegar a esa capital, saltó a un *jeep* que había acondicionado mi tío Luis para encaminarse a Lérida, el último pueblo accesible antes del gigantesco e impenetrable desierto de lodo y cadáveres en el que se había convertido Armero.

De la noche a la mañana, Lérida había dejado de ser el apacible y bonachón pueblo de tierra caliente, con la mejor avena helada de la región, para pasar a funcionar como una improvisada zona de guerra. Las calles habían sido militarizadas y acordonadas. Mi papá y mi tío observaron soldados que corrían de un lado para otro mientras las ardientes calles se convertían en un gigantesco y

desordenado parqueadero de camiones y ambulancias civiles y militares.

Mi padre pensó que, en la mentalidad latinoamericana, una parte de la población cree que, frente a una situación caótica, la imagen de los militares puede traer algo de estructura y orden en medio del pandemonio. Y mientras reparaba en estas cosas que tanto le molestaban, vio cómo, en un potrero cercano, se habían comenzado a plantar las primeras carpas del que sería el primer campamento de los refugiados sobrevivientes sin techo, el cual, con la ayuda de Israel, meses después devino en un barrio al que bautizaron Nuevo Armero.

En otro lote, más allá, mi padre vio que se estaban levantando los telones de lona blanca de un hospital de campaña, con una gran cruz roja en el centro, que anunciaba que allí llegarían los primeros heridos. Se acordó del miedo que le metía a sus alumnos del colegio Aquileo Parra cuando les leía, con gran dramatismo, los horrores de los infiernos que Dante describía en *La divina comedia*.

En el aire se respiraba el azufre del infierno y en las pupilas de quienes allí se encontraban se podía identificar la silueta de Satanás. Con dificultad, lograron con mi tío avanzar con el *jeep* hasta la salida del pueblo y se encontraron con que, en lo que era la carretera que conducía a Armero, los militares habían instalado un improvisado e infranqueable retén. Nadie que no fuera rescatista o personal militar podría seguir la marcha a partir de ese punto.

Cientos de familiares se agolpaban frente a la improvisada garita, clamando información y solicitando que los dejaran participar en el rescate de sus seres queridos. Ambas cosas fueron imposibles para mi papá y mi tío. Los obligaron a retirarse y limitarse a esperar

información proveniente de los rescatistas que llegaban en los helicópteros que transportaban heridos. La ansiedad y frustración para ellos era creciente. Mientras tanto, trataban de aliviarse siendo parte de las cadenas humanas que transportaban, de mano en mano, insumos médicos y otros víveres. Luego ayudaban a organizarlos en improvisadas bodegas.

En ese momento surgió una leyenda, según la cual, otras personas lograron evadir el cerco militar y se adentraron a la zona de desastre, no para rescatar heridos, sino para robarles joyas y relojes a los moribundos o arrancarles los dientes de oro a los cadáveres que flotaban sobre el pestilente fango.

Los oídos de mi papá y mi tío Luis se negaban a darle crédito a los relatos que escuchaban en cada esquina del pueblo, los cuales, en cada repetición, el comunicador, agregaba nuevos elementos dramáticos, al parecer inventados por su propia cuenta. "¿Usted estuvo allá?", preguntaban. "No, pero me lo contaron", era la respuesta.

El caso es que cada vez que aterrizaba un helicóptero con heridos, ellos corrían al fangoso helipuerto: "¿De dónde lo sacaron?", preguntaban desde el cordón de seguridad impuesto por los militares para facilitar el trabajo de los paramédicos. "¿Usted dónde estaba?", volvían a gritar con la esperanza de que el sobreviviente los escuchara: "¿Ha visto a mi hijo?", "sabe algo del doctor Ariel Alarcón, él trabajaba en el psiquiátrico", "aquí tengo una foto de él, ¿lo reconoce?", "¿lo ha visto?", eran algunas de las preguntas que lanzaban, una tras otra, con desespero.

Y así durante cinco interminables días.

Cuarenta años después todavía hay miles de personas que no vieron jamás los cuerpos de sus familiares, que se siguen haciendo preguntas en el silencio de sus cabezas o el de sus tormentosas pesadillas.

*

Rodrigo Muñoz Tamayo y Andrés Ruiz Linares eran mis hermanos de entonces. Un trío indisoluble de tan soñadores como comprometidos estudiantes e internos de medicina, con muchos aires de filósofos críticos, bohemios y libertinos.

Una noche de arrebato trascendental, después de asistir a un seminario de Foucault que prolongamos en algún café del centro, con discusiones interminables sobre el sentido de la vida, la medicina o el amor, y con buenas dosis de cerveza, proclamamos solemnemente que ya no íbamos a seguir viviendo, a nuestros 24 años y siendo ya todos unos doctores, en la casa de nuestros papás, ni a depender más económicamente de ellos.

Teníamos en nuestras manos el poder irrefutable que nos daba el dinero que nos pagaban en el internado y otros turnos que hacíamos en clínicas particulares. De tal modo que conseguimos y arrendamos un apartamento de solteros en el mítico barrio La Candelaria, el más antiguo, histórico y bohemio de Bogotá. En realidad, cada uno de nosotros alcazaba a dormir máximo diez noches al mes en ese apartamento, por la cantidad de turnos que teníamos que hacer. Entonces era raro que coincidiéramos en algún momento en el apartamento, a menos que hubiéramos programado alguna de las estruendosas fiestas que allí celebrábamos.

Al terminar el internado, Andrés hizo papeles para estudiar un doctorado en biología molecular en el Instituto Pasteur, de París; Rodrigo inició de una vez su residencia en psiquiatría y yo fui aceptado para hacer el servicio social obligatorio, o año rural, en Armero, programado para iniciar en marzo de 1986.

Acepté la invitación de Andrés para ayudarle a instalarse en París y luego programé un pequeño recorrido por algunas ciudades de Europa. Uno de los destinos elegidos fue Bonn, donde conocí a su hermana, Constanza. Todo eso antes de iniciar el rural en Armero.

Con ese viaje terminó la quijotesca aventura libertaria de nuestro mítico apartamento en el barrio La Candelaria de Bogotá, cuyas paredes guardan algunos de nuestros secretos más inconfesables.

*

Andrés, en París, y Rodrigo, en Londres, se enteraron de la noticia de la catástrofe de la misma manera: en un quiosco de periódicos. Ambos iban caminando presurosos hacia sus trabajos cuando vieron el titular en la portada del periódico del día: erupción volcánica en Colombia. Ambos arrancaron el periódico del estante y mientras corrían hacia la cabina telefónica más cercana, leyeron con incredulidad. El desconcierto los asaltó desde los primeros renglones de la noticia y luego por la foto en blanco y negro que mostraba un enorme desierto de lodo del que parecían emerger personas desnudas.

Ni al papá de Rodrigo ni a la mamá de Andrés les sorprendió que sus hijos los estuvieran llamando a la medianoche. Ellos fueron los encargados de confirmar la terrible noticia. Y frente a las preguntas: "¿Y Ariel?, ¿saben algo de Ariel?". Ambos contestaron que todo era

muy confuso todavía y que no había noticias. Enmudecieron. Palidecieron. El corazón se les arrugó y mis dos amigos coincidieron en el esfuerzo machista por contener sus lágrimas.

Cuando Andrés llegó a su laboratorio en el Instituto Pasteur, una compañera le pasó el teléfono y le dijo: "Es tu hermana, desde Alemania, te ha llamado varias veces". Al oír a Constanza llorar al otro lado de la línea, Andrés no pudo contener el llanto. "¿Sabes algo de Ariel?", le preguntó. "Nada", contestó ella.

Al terminar la llamada, los compañeros del laboratorio se acercaron y uno de ellos traía en sus manos el mismo ejemplar del periódico. Parece que fue terrible, le dijo el director poniéndole la mano sobre su hombro. Con los ojos llenos de lágrimas, Andrés le dijo: "Mi mejor amigo estaba trabajando allá". Entonces el director lo abrazó.

*

Alguna vez mirando en la televisión un reportaje sobre los desaparecidos, tuve la desfachatez e imprudencia de preguntarle a mi mamá qué habría hecho si yo no hubiera aparecido en Armero.

—Me habría vuelto una loquita que busca a su hijo —me respondió, agregando una pizca de humor al dolor de la cruel suposición, luego agregó—: me habría ido casa por casa, pueblo por pueblo, con una foto tuya, preguntando por ti, hasta encontrarte o morirme.

*

Con la distancia redoblada que había en el mundo, la de antes del internet y de los teléfonos celulares, mis amigos *europeos* —Andrés,

Susana, Constanza y Rodrigo— durmieron pocas horas mientras no supieron nada de mí. Sus historias, de las que me enteré después, se pueden contar en simultánea porque fueron idénticas. No saber les amplificaba el poder atormentador de sus fantasías. Todos los días, en la mañana y en la tarde, turnándose uno cada vez, llamaban por teléfono a sus papás y a mi hermana Claudia, en busca de noticias sobre mí.

Aunque los noticieros y los periódicos europeos enviaron reporteros al país, quienes informaban profusamente sobre la catástrofe, mis amigos se inventaron la estrategia de llamar por teléfono precisamente a la hora del noticiero nacional, para oír el televisor a través del auricular, al estilo de las antiguas radionovelas, mientras su imaginación construía en su mente la película infernal de lo que le había ocurrido a su amigo Ariel.

Después de la llamada, como autómatas, escasamente alcanzaban a reunir las fuerzas necesarias para ir a sus trabajos donde sus compañeros los miraban tratando de adivinar algún desenlace, para concluir preguntándoles: "¿Qué ha pasado?, ¿apareció tu amigo?".

La pesadumbre, el desaliento y la exasperante impotencia aumentaban hora tras hora. A pesar de haber sido ateos recalcitrantes desde que tuvieron uso de razón, cada uno se escapaba a escondidas a una iglesia cercana para encender una vela a mi nombre.

*

La noticia con el desenlace de lo que me había ocurrido llegó a cada uno por una fuente diferente y de una forma distinta.

Todo mundo trabajaba sin descanso tratando de ayudar, aunque nadie sabía qué hacer ni cómo hacerlo. El caos reinante intentó tomarse por asalto también las salas de redacción de los curtidos medios locales.

Ante la avalancha de noticias y rumores de todo tipo, el periodista Juan Gossaín, quien por la época dirigía el noticiero matutino de la cadena radial RCN, hizo suya la misión de pronunciar al aire, cada tres horas, con una solemnidad estremecedora, los nombres de las personas que habíamos sido rescatadas con vida, así como los de los fallecidos que habían sido identificados plenamente.

Fue así como, en la tarde del 17 de noviembre, leyó al aire en la emisión: "Doctor Ariel Alarcón Prada, fue rescatado con vida y está siendo trasladado a la Clínica San Pedro Claver, de Bogotá. Atención, repito: el médico Ariel Alarcón Prada fue rescatado con vida y está siendo trasladado a la Clínica San Pedro Claver de Bogotá".

Mi hermana Claudia, que no se despegaba del radio a ninguna hora del día o de la noche, fue la primera de la familia que oyó la noticia. El eco de las palabras de Gossaín galopaba en su corazón devolviéndole el aliento mientras corría al sitio de la casa donde había instalado un altar improvisado con la imagen de la Virgen Milagrosa, velas y flores, para agradecerle por el milagro. Entre sollozos, intentaba recitar un avemaría de gratitud, cuando escuchó el timbre de la casa. Abrió la cortina y vio que algunos vecinos habían corrido hasta el portón, mientras otros se asomaban a las ventanas, y todos gritaban alborozados: "¡Está vivo!, ¡está vivo!".

Se abrazaban en la puerta y fue cuando alguien preguntó por mi mamá: "¿Dónde está Nohorita?". "En la iglesia", respondió Claudia. Entonces se formó una romería espontánea que recorrió a toda prisa

las tres cuadras que separaban mi casa de la iglesia. Mi mamá estaba al fondo de la nave central, rezando el rosario ante un altar de la Virgen. Claudia se le abalanzó llorando: "¡Apareció! ¡Apareció! Está bien. Está vivo".

"¡Bendito sea Dios!", exclamó mi mamá, sintiendo que le volvía el alma al cuerpo después de haber permanecido cinco días bajo el agua.

Los muros de la iglesia magnificaron con su resonancia las suaves expresiones de alegría y alabanzas del grupo. El murmullo llegó hasta la contigua casa cural, donde el padre se encontraba disipando las inquietudes prematrimoniales de una joven pareja.

—¿Qué pasa?, ¿por qué esa bulla? —preguntó a María Claudia, su fiel y siempre bien informada secretaria.

—Que apareció con vida el hijo de Nohorita, por el que habíamos estado rezando tanto.

El padre interrumpió su reunión y se unió al grupo de la iglesia: "En la misa de esta noche celebraremos una acción de gracias", le dijo a mi mamá, mientras la abrazaba.

—Vamos a la casa a llamar a tu papá y a los amigos de tu hermano —le dijo mi mamá a Claudia, excusándose ante sus devotas amigas que querían permanecer a su lado.

—Después te vas para la clínica —le ordenó a Claudia, y luego le preguntó—: ¿adónde dijeron que lo iban a llevar?

—A la San Pedro Claver.

Antes de salir, mi hermana Claudia intentó localizar a mi papá en Tolima. También procuró llamar a Andrés, en París. Le fue imposible concretar alguna de esas llamadas.

*

En Bogotá ya se sabía la noticia de mi rescate con vida; mientras tanto, en Ibagué, mi papá seguía madrugando todos los días para viajar a Lérida, esforzándose desesperadamente por pescar cualquier información en medio del infernal caos.

Alternaba sus cada vez más ingeniosas pesquisas con el ejercicio de su milenaria vocación de ayuda y la ingrata tarea de averiguar por mí, entre los heridos que iban llegando en helicópteros.

Con horror, más de una vez trató de reconocerme en alguno de los cadáveres que llegaban envueltos en bolsas negras, apilados en los camiones de los soldados. Correr los plásticos y buscar entre rostros desconocidos era una tarea tan imposible que al final la delegó en mi tío Luis, quien la acometió varias veces, con tanta aversión como sentido del deber, previa secreta premedicación de dos tragos dobles de whisky Sello Rojo, y protegido de los olores con un pañuelo rojo, también empapado en whisky.

Ignorando que yo ya había aparecido, los dos llegaron esa noche, hacia las nueve, a la casa de Estela, otra tía radicada en Ibagué. Estaban exhaustos y derrotados. Les causó extrañeza y espanto ver desde la esquina una multitud de personas agolpadas frente a la casa. Cuando el carro estaba cerca, la tía Estela salió a su encuentro gritando con los brazos en alto: "¡Apareció! ¡Apareció!". Mi papá se bajó del carro, atónito y sin creer ni entender lo que estaba escuchando. Los demás tíos, primos, amigos y vecinos se acercaban alborozados.

—¡Está vivo!, se lo llevaron a Bogotá —explicó, con algo más calma, Estela.

Mi papá cayó de rodillas y metió su cara entre sus sucias y ajadas manos, intentando ocultar sus lágrimas. Después de tantos días de

tensión, presenciando la destrucción, los heridos y la muerte, pudo desatar un liberador llanto convulsivo, cargado de quejidos y sollozos. La multitud enmudeció. Estela se arrodilló a su lado, lo abrazó fuertemente y le acarició la cabeza.

—Se hizo el milagro… Bendito sea Dios —le dijo ella, tranquilizándolo, en voz baja.

Después de un rato, los dos se incorporaron y comenzaron a caminar lentamente hacia la casa, sin deshacer el abrazo. Fuerte y gentil como era, Estela increpó a uno de sus hijos para que le trajera un vaso de agua a mi papá.

—Se nos va a desmayar este muchacho —dijo Estela, como liberándose después de tantos días de tensión.

En la puerta, su hija Claudia Cecilia los esperaba con el teléfono en la mano.

—Nohorita y Tata están que se mueren por hablar con usted —le dijo a mi padre.

*

Claudia regresó a la casa, pasadas las diez de la noche, feliz de haberme visto con vida. Al cerrar la puerta con suavidad, sintió en su cintura el alivio de haber podido diluir un poco el yunque de zozobra que había estado arrastrando todos esos días.

Cuando por fin se estaba permitiendo abrirle las esclusas a su cansancio, una nueva telaraña de preocupación comenzó a anidarse en su cabeza: el estado en el que había visto mi pierna. Deshizo esa imagen para contarle a mi mamá cómo me había encontrado.

Su día había sido intenso porque, primero, tuvo que descubrir que en realidad yo no estaba en la Clínica San Pedro Claver, como se dijo

al inicio, sino en el Hospital San José. En un mundo sin celulares, solo se enteró cuando llamó a la casa, en una cabina de teléfono con monedero, en medio de un inesperado momento de decepción.

Claudia había luchado, a codazo limpio, frente a las puertas de la San Pedro para que la dejaran entrar a verme. Tras dos horas de esfuerzo había logrado franquear una estrecha puerta para hablar con la persona de información de urgencias, quien le aseguró, leyéndole dos veces, uno por uno, los nombres de los todos los que habían ingresado en los últimos dos días a ese hospital, que yo no me encontraba en esa lista.

Desconcertada, decidió llamar a la casa desde el antihigiénico teléfono público y mi mamá, que había recibido la llamada de un compañero mío con la corrección del dato, le confirmó el nombre real de la clínica.

El caso es que, esa noche, Claudia prefirió no describirle a mi mamá el estado lamentable en el que me había encontrado y apenas le nombró, muy por encima, algo sobre el diagnóstico. Le dijo que yo estaba muy cansado, flaco y como confundido mentalmente, que me habían puesto un suero y me habían bañado porque toda mi piel estaba cubierta de costras de lodo seco. Le explicó que los médicos, que eran mis profesores, estaban pensando en pasarme a cirugía más tarde, después de tomarme unas radiografías porque, con el golpe, algo me había pasado en la pierna izquierda.

Mi mamá suspiró y le dio, una vez más, gracias al Cielo. Se prometió que esa noche sí iba a dormir y que a la mañana siguiente madrugaría a visitarme, sin esperar a que mi papá regresara de Ibagué.

*

Claudia giró varias veces el disco del teléfono con el fin de pedir línea para una llamada internacional, a París, Francia. Como solía ocurrir, la comunicación era difícil, "parece que la línea está congestionada", le dijo la operadora. "Insista, por favor, es urgente. Tengo que avisar un información sobre Armero", le solicitó, sin permitir que el cansancio opacara sus buenas maneras. Esperó un momento, escuchando los roces de metales, el suave y lejano martilleo y los chirridos del sistema electromecánico. Al final, la operadora dijo: "Parece que ahora sí funciona… ya tiene su llamada desde Colombia, hablen, por favor… hablen".

—¿Andrés? —preguntó Claudia.

Eran las cuatro de la madrugada en París. Andrés había trabajado hasta tres horas antes en el laboratorio y se había acostado hacía muy poco.

—Sí… ¿Aló? —le contestó mi amigo desde el otro lado del mundo.

—Con Claudia —explicó mi hermana, en un tono pausado, intentando no asustarlo, y luego le soltó la buena nueva—: Ariel Germán apareció. ¡Está vivo!… ¡Vivo!

La voz de Andrés se entrecortó no por dificultades técnicas, sino por el sollozo. Se hizo un largo y profundo silencio, pero los dos supieron que se estaban acompañando en el alivio y la respiración entrecortada del otro.

—¿Aló?

—Aquí estoy… —dijo Andrés y carraspeó, aflojando el nudo de emociones que le atenazaba la garganta, en segundos se incorporó y siguió con entusiasmo—: ¡Increíble! No lo puedo creer… ¡Qué maravilla! Y, explícame: ¿cómo está?, ¿dónde se encuentra en este momento?

—En el Hospital San José. Está bien, consciente, muy flaco y con una pierna muy inflamada y morada. Tus profesores y compañeros lo están atendiendo como a un príncipe. Te mandó un mensaje: que muchos saludos, y que gracias por estar tan pendiente.

—Gracias, Claudia —suspiró Andrés, en medio de la fría madrugada francesa y le anticipó—: voy a llamar a Constanza y a Rodrigo.

*

Al oír el timbre del teléfono, Constanza se sobresaltó porque, a esa hora de la madrugada, pensó en una mala noticia. Al otro lado de la línea, Andrés le dijo: "Ariel apareció, lo rescataron. Está en el hospital San José, al parecer, bien, aunque no sé con exactitud su estado… Solo quería decirte eso, sigue durmiendo".

Ella le agradeció y se despidió, pero no pudo dormir más. Para no molestar a Michael, su esposo, fue a la sala para pender el televisor y ver qué estaban diciendo en CNN o la Deutsche Welle.

Dos días antes, Rodrigo había terminado su rotación en el servicio de psiquiatría infantil en la clínica Tavistock. La llamada lo sorprendió haciendo maletas para regresar a Colombia. Muy controlado en sus emociones, y cauto con las palabras, agradeció la información y le anunció a Andrés, a manera de despedida, que apenas aterrizara en Colombia iría a visitarme.

Todos mis amigos querían conversar conmigo. Andrés y Susana —su novia de entonces, posterior esposa y madre de sus hijos—, y también Constanza. Por eso, tan pronto supieron de mi supervivencia, escribieron tiernas cartas de amor, apoyo y motivación, con el objetivo de que yo sintiera sus abrazos y sus luces

en esos momentos en los que las cenizas del volcán oscurecieron gran parte de nuestros cielos.

Con toda la delicadeza posible, las depositaron en el buzón cercano de su calle o esquina en París y en Bonn, y después emprendieron aquella tarea que se pareció a la de los corresponsales de guerra en la era de los telégrafos: intentar hablar conmigo. Era difícil por la distancia, porque ellos tenían recursos económicos muy contados y porque yo estaba en una cama de hospital público en Colombia.

Fue necesaria la paciencia de los relojeros suizos y la persistencia de los biólogos moleculares. Había que sortear, además, las diferencias de horarios y las dificultades tecnológicas. Para abaratar costos, se surtían de suficientes monedas y luego se encerraban en la cabina telefónica a la espera de que la comunicación funcionara, en medio de los filtros inciertos de las operadoras, primero, y del intento incierto de cazar a la atareada y distraída recepcionista del hospital, después.

Fallaron infinidad de veces sin darse por vencidos, hasta que, después de muchos días de persistente e insistente esfuerzo, lograron que la llamada entrara a la estación de enfermería de la unidad de cuidados intensivos (UCI). Con más monedas en la ranura, esperaron todos los minutos necesarios hasta que una enfermera, por fin, contestó con desgano.

—¿Aló?... soy un hermano del doctor Ariel Alarcón Prada, lo estoy llamando desde París —mintió sin maldad alguna Andrés—, es sobreviviente de Armero y está hospitalizado en la cama 3, ¿puedo hablar con él?

En los 20 años que llevaba trabajando en la UCI, la curtida y cansada enfermera no había nunca recibido una solicitud de ese estilo a través del teléfono. Ante el silencio de ella, mi amigo insistió:

—Por favor, no cuelgue. Habla el doctor Andrés Ruiz, de la Universidad del Rosario, necesito hablar con el paciente urgentemente… Llevo varios días tratando de comunicarme desde aquí, de Francia.

La enfermera le explicó que estaba prohibido pasarles a los pacientes llamadas de los familiares. Además, como yo estaba intubado, simplemente no podía hablar. También le dijo que, aunque lo pudiera hacer, el cable del teléfono no le iba a alcanzar.

—Gracias, entiendo —se resignó Andrés, pero de inmediato insistió por saber más—: ¿cómo está él?, ¿puedo hablar con el médico de turno?

—Ariel está estable, en medio de su condición de intubado. Mañana, a las 7 de la mañana, tiene programada la amputación de la pierna.

—¿Amputación?, ¿cómo así?

—Tiene gangrena —le explicó secamente la enfermera y luego le dijo en tono seco—: tengo que colgar porque está pitando una bomba. Pídales información a los familiares, no puedo decir más por teléfono.

Al filo del fin de la comunicación, Andrés le soltó la última frase, como un clamor:

—Dígale, por favor, que lo llamaron Andrés y Susana desde París, que le mandamos un abrazo.

Después de poner la bocina en el gancho, abrazó con fuerza a Susana, que todo el tiempo estuvo pegada a él en el estrecho

cubículo, y le contó el diagnóstico.

Salieron y, dándose fuerza mutuamente, caminaron sin decir una palabra. Avanzaron por las calles heladas del Boulevard Jourdan, mientras un viento los apuntillaba en las mejillas y movía los castaños a los que se les habían caído la mayor parte de las hojas.

Llegaron a un café en la esquina de la *rue* de la Cité Universitaire. Susana le tomó las manos a Andrés y le pidió que, aunque él no era católico, la acompañara a una iglesia cercana, a pedir que me fuera bien en la cirugía. Sumido en uno de sus acostumbrados y escalofriantes mutismos, Andrés no tuvo fuerzas ni palabras para decir que no.

Al salir de la iglesia, Susana le apretó fuerte la mano a Andrés y, tratando de subirle el ánimo, le dijo en un tono lento y con notas de un leve optimismo repentino:

—Vamos a ayudar en lo que podamos a Ariel.

Señaló la iglesia con su mirada y agregó:

—Ahí adentro sentí algo, sé que va a salir bien de la cirugía.

Siguieron conversando, comentaron que era probable que yo estuviera en manos de Rodrigo Pesantez, el carismático director de ortopedia, quien había pasado por nuestra Facultad de Medicina. Y estaban seguros de que Pesantez jamás tomaría la decisión de una amputación si no fuera absolutamente necesaria. Se animaron, se decidieron por la ruta del optimismo a toda prueba.

—Y como no podemos quedarnos cagándonos de frío en las cabinas telefónicas —propuso resuelta Susana—, pasemos a la acción, mi amor… Como tú siempre dices: "paso de vencedores".

—¿Y qué podemos hacer a diez mil kilómetros de distancia? —preguntó Andrés.

— Ya se nos ocurrirá algo… Es cuestión de calmarnos y pensar.

*

Mis amigos ortopedistas me contaron después que el doctor Rodrigo Pesantez había operado ese día parpadeando muy seguido para que las lágrimas no le opacaran su campo visual.

Durante la inusual y tensa amputación transfemoral —o supracondílea— de mi pierna izquierda, Pesantez hizo varias pausas para respirar profundo y mirar al vacío. La intervención fue a la altura de la mitad del muslo, lo que me dejaría con una incómoda marca y una secuela inocultable por el resto de mi vida. Pero también me salvaría la vida. Pese a su peligrosidad, por mi precario estado físico, la intervención fue todo un éxito.

Los parámetros de insuficiencia renal aguda, inflamación y sepsis generalizada comenzaron a mejorar pocas horas después de salir del quirófano. Al otro día, cambiaron los indicadores ventilatorios, permitiendo la retirada del tubo endotraqueal. Tres días después, me trasladaron a una habitación con una mesita de noche —sobre la cual reposaba un pesado teléfono negro de disco— y en ese espacio también pude tener visitas, de dos en dos, y solo si estaban autorizadas por el médico.

Y también recibí, por fin, la primera llamada de Andrés y Susana, desde París. Sentí una alegría inmensa al escucharlos. Con mi débil voz, intenté sostener una charla como las de antes y traté de reír de los malos chistes forzados por el nerviosismo de lado y lado. La emoción fue enorme, me sentí querido y apoyado. Mis amigos representaban la frescura de un vaso de agua helada en una tarde de verano.

—Estamos con usted para las que sea, Ariel —casi gritaba Susana, dando un énfasis perentorio y ejecutivo a su intención de cariño.

—Gracias, mis hermanos —les contesté, hecho una amorfa masa de emociones que zumbaban erráticas y confusas en mi cabeza y mi cuerpo.

SUMERGIDO

Unos tres días después de la cirugía, mi cabeza seguía funcionando a media marcha, como si la anestesia no me hubiera pasado del todo, o como si me hubiera comenzado a sumergir mentalmente, para anestesiarme, en lo que una paciente psiquiátrica, muchos años después, habría de describirme como "una piscina de gel agar".

Hacía todo lo posible por no mirar ni sentir la parte del espacio que debía estar ocupada por mi pierna izquierda. No pensaba en nada. En realidad, no podía pensar ni sentir. Estaba obnubilado, sin recordar muy bien quién era o qué hacía, cuando me despertó un sobresalto que coincidió con la apertura, como un relámpago, de la puerta de mi habitación en el hospital San José. En ese momento hizo su centelleante e intempestiva aparición el ciclón de mi amigo Jorge Dimitropoulos Eslava.

Nos conocimos y compartimos de lejos durante los años que estuvimos en el grupo *scout* del colegio. Jorge es hijo de un inmigrante griego que había cambiado la mecánica de barcos por la automotriz, cuando se enamoró perdidamente de una preciosa barranquillera. Jorge se convirtió con los años en un arrebatado ingeniero, amante la velocidad, las curvas y las mujeres peligrosas.

Cuando cerró la puerta con un sonoro golpe, no pude notar que cojeaba. Se abalanzó sobre mí con los brazos abiertos y una sonrisa resplandeciente debajo de su poblado mostacho de Pancho Villa. Me abrazó dándome sonoras e imprudentes palmadas en la espalda, alcanzando en esa lluvia de aplauso hasta mis hombros desordenados.

—Arielito, mijo, qué alegría tan verraca verte. ¡Cómo estás de bien, mi chino! —exclamó, mientras me pellizcaba una mejilla.

Después del abrazo, señaló el espacio donde debía estar mi pierna amputada y continuó en su efusividad:

—No te preocupes ni un minuto por esa vaina… Tú conoces mi historia, ¿cierto?

Antes de que yo pudiera rebobinar el enlentecido casete de mi memoria, Jorge se fue desabrochando el cinturón, el botón del pantalón y la cremallera, hasta quitárselo del todo, con una habilidad y velocidad que me sorprendieron tanto como su desfachatez e imprudencia, dado el contexto en el que nos encontrábamos.

Fue cuando pude ver —con un asombro incrédulo y algo de morbosa fascinación—, que una de sus piernas era artificial. Se trataba de una especie de bota larga que partía de su ingle y llegaba hasta el zapato, con una espuma que le daba volumen, la cual estaba recubierta de algo así como una media velada, que, si fuera una mujer con falda, la haría lucir bastante natural; aunque debajo del pantalón no se le había notado.

Atónito y maravillado, miraba a Jorge sin entender muy bien a qué iba semejante *show,* mientras él caminaba, de un lado para otro, en calzoncillos, hablando fuerte, haciendo gestos y agitando sus manos, como si quisiera volar. En su caótico y enérgico periplo por la

habitación, a veces se acercaba, ponía su morena y decidida mano detrás de mi cabeza o sobre mi hombro y sus chispeantes ojos negros frente a los míos; entonces bajaba un poco la voz y, con dramatismo, dejaba salir frases como la siguiente:

—Con esta prótesis uno puede hacer lo que quiera… ¿Me entiendes lo que te digo? Lo que quieras, mi chino. Después del accidente yo seguí con mis negocios, voy y vengo en mis carros; he viajado a donde se me ha dado la gana. Toco mi guitarra, bailo, rumbeo y me emborracho lo mismo que antes. He tenido tres matrimonios, varias novias y varios hijos. A una de mis novias le encantaba que le hiciera el amor con la prótesis puesta. Imagínate. ¡Y yo, feliz, Arielito!

Su última frase se oyó como un grito que fue interrumpido por su propia risotada que inundó el espacio, haciendo que yo también me riera un poco, como si estuviera —torpemente— aprendiendo a hacerlo.

Mientras estuvo conmigo no paró de hablar, incluso cuando se volvió a calzar y a abrochar su pantalón. Me dio otro abrazo más sonoro y fuerte que el primero y me dejó sobre la mesa de noche su tarjeta de presentación.

—¡No se me vaya a deprimir!, ¿bueno? —recomendó desde la puerta antes de dar el portazo final y triunfal, y desaparecer dejando a su paso una corriente de aire fresco y claro.

*

La caótica visita de Jorge me sacó por un buen rato del marasmo de la piscina de gel agar en la que andaba sumergido. Es el primero de los recuerdos nítidos que comencé a tener con claridad y su efecto

salutífero y esclarecedor. Ese día, por primera vez, desde que todo pasó, tuve la extraña sensación de estar vivo. De haber sobrevivido. Pude vislumbrar que había algo más allá de la densa niebla por la que transitaba.

Por primera vez volví a sentir hambre, ganas de comer. No un hambre voraz o desmesurada, sino tranquila, apacible, placentera. Mi hermana Claudia, que ese día estaba de turno para mis cuidados, muy acertadamente me dejó solo un rato largo después de la visita de Jorge.

Al entrar, sonriente también, tenía en sus manos un plato con un resplandeciente y aromático trozo de piña, que me comí muy despacio, saboreando y olfateando cada bocado con la delicadeza y curiosidad de un gato, como si fuera la primera piña que me comiera en mi vida.

Cuando terminé, Tata —así le decimos a Claudia—, inclinó su cabeza de consentidora profesional para preguntarme con su suave sonrisa medio picarona: "¿Qué quieres?". Le dio tiempo a mi respuesta, que se demoró una eternidad en fabricarse. Suspiré, y tuve la conciencia de que estaba respirando, como un buzo que sube a la superficie después de haber permanecido tres semanas bajo el agua.

Buscando inspiración, miré, por primera vez, a través de la ventana, y me llegó la idea de mi necesidad, diáfana como el agua de un manantial: "Un libro", le respondí sin darme cuenta de la importancia vital de lo que le estaba pidiendo. "Quiero leer un libro".

*

Años después de todo esto, *por* todo esto, me convertí en psiquiatra. Me gano la vida sacando a pacientes de sus traumas y a los médicos de su estrés. En las madrugadas, cuando todos duermen, me levanto a inventar historias, como la del gel agar en el que quedé sumergido después de la erupción volcánica.

Hace unos años, una de mis pacientes que había sido víctima de abusos sexuales durante su infancia, llamó a ese estado mental —inicialmente protector, de semimuerte—, en el que caemos los que hemos pasado por traumas psicológicos, como "sumergirse en una piscina de gel agar".

Mi paciente era una grácil y menuda bacterióloga, de cara cuadrada, grandes gafas redondas y huecos en las mejillas, que trabajaba todo el día con gelatinosos medios de cultivo de densidades, texturas y opacidades variables.

Una noche, ella se vio en sueños, a lo lejos, precipitándose, lentamente, al fondo de una insondable piscina turbia, sin poderse mover ni respirar, como si se hubiera muerto. La piscina no tenía agua, sino gel agar, similar a una de las sustancias con las que ella trabajaba. De ahí sacó la idea, con la que describía esos curiosos estados mentales en los que se sentía aislada del mundo, sin poder o querer escuchar ni ver lo que estaba pasando alrededor.

Al trabajar su sueño durante varias sesiones, concluimos que esa piscina de gel agar era el refugio mental al que acudía las veces que su padrastro abusaba de ella. En medio del dolor de haber vivido y luego recordar, su metáfora me pareció genial porque capturaba exactamente la misma sensación que yo había tenido muchas veces en mi vida después de lo que me ocurrió en Armero.

Quienes hemos navegado las aguas oscuras o los maleficios de los traumas psicológicos, tendemos a recordar sin recodar, inconscientemente, ese momento en el que casi morimos, pero nos salvamos. Una incomprensible instancia de nuestra mente concibe ese ritual no buscado de aislarnos del mundo, para morirnos un poquito y luego volver a vivir otra vez.

En mi caso, la piscina de gel agar en la que buceo, para huir de la realidad —o para crearla de nuevo, o ambas—, ha ido cambiando, igual que yo, a lo largo de los años.

Lo mismo que la cojera por la pierna amputada, aunque también un poco diferente. La cojera es permanente, hace parte de mí, no se podrá cambiar jamás. En cambio, las semimuertes (o disociaciones) son mentales y cambiantes. Van y vuelven. Después de las muchas psicoterapias que he hecho a lo largo de estos 40 años, he logrado detectar cuándo surgen y cómo funcionan, y cómo mantenerlas a raya.

Pero al comienzo eran casi permanentes, una sensación de no estar; densa, opaca, turbia, muda. Me sumergía y oía lo que me decían como lejanas frases inconexas, pronunciadas a través de algún dispositivo metálico, como si la gente hablara en un tarro de galletas.

Las imágenes también eran confusas, amorfas, temblorosas. Las sensaciones físicas —excepto las náuseas y los vómitos permanentes, que tardaron varios meses en quitárseme—, eran como de otro cuerpo, incluyendo los dolores de la amputación.

En esas estaba, cuando llegó a visitarme para mi bien despertar, el refulgente Jorge Dimitropoulos. Al recordar ahora, con cuatro décadas de distancia, la piscina de gel agar en la que estuve

sumergido en el tiempo sin tiempo de las primeras semanas que siguieron a la erupción del volcán, se me ocurre la imagen de mi cuerpo suspendido en medio de un líquido denso, gelatinoso, pesado, de un color ocre terroso, casi sin poder ver ni oír, ni sentir mi propio peso.

Al principio era un líquido frío y salado que se movía por una corriente lenta, la cual, de vez en vez, arrastraba pedazos de cuerpos humanos en descomposición. Por mi lado pasaban manos, piernas, brazos, cabezas, cadáveres completos de niños.

En un estado anestésico de inconsciente incredulidad, sin que un asomo de comprensión llegara a mi mente, los miraba pasar por mi lado, preguntándome, con un horror paralizante, náuseas infinitas y asco viscoso: ¿qué es esto?, ¿qué pasó?, ¿a dónde van?, ¿de dónde vienen?, ¿a dónde vamos?, ¿estoy muerto yo también?

Ese océano y caleidoscopio de gel agar me ha seguido toda mi vida, como una especie de pequeño hermano siamés, pegado a mi costado, a veces, y otras como una bolsa marsupial que ha ido mutando sus características y consistencias, dependiendo de las épocas por las que he ido atravesando y las terapias que he hecho.

Al principio era una piscina llena de mierda, con los pedazos de cuerpos y los objetos en descomposición. Otras veces era solo un mar profundo e insondable, poblado de tenebrosos y voraces monstruos marinos que me paralizaban. A veces dormitaba sumergido en su nada y, de repente, una medusa venida de las profundidades me acuchillaba el costado a la altura del corazón. Muchas veces yo simplemente flotaba, a cierta profundidad, sin pensar, recordar o sentir nada.

Mis terapeutas me han enseñado a bucear ese mar. El *mindfulness* [la técnica de conciencia o atención plena], por ejemplo, y su premisa de profunda aceptación, ha logrado que las imágenes, sentimientos, sensaciones y pensamientos tóxicos —como aquel de las partes en descomposición— se vayan decantando.

Aunque, a veces, tozudas, siguen emergiendo, pero de un modo diferente y por menos tiempo. La turbidez del gel se ha aclarado y he podido abrir los ojos y todos los sentidos para que mis sensaciones corporales se concentren en la capacidad de mirar y preguntar qué me quieren decir.

Con el paso de los años y las terapias fui notando que logré, al despejar también algunas ramas neuróticas que tenía encima, y al permitir que los soles de la alegría me acariciaran, cambiarles la temperatura a esas imágenes.

También me doy cuenta de que, con picardías y tretas, caigo en una necesidad de acudir a esas imágenes y he logrado, más de una vez, invertir la valencia de su juego, de tal manera que su consistencia y funcionamiento se transmutan en algo parecido a un claro, tibio y acogedor líquido amniótico de fantasía que me permite comprender y del que se ha ido tejiendo un fuerte cordón umbilical entre adultos que me ata a los amores que me han aferrado a la vida.

*

A la semana siguiente de la conversación con mi paciente, ella me leyó el siguiente poema, fruto de nuestras reflexiones, que reproduzco acá con su autorización:

Ahora me amas con tus manos autorizadas de hoy.
No es tu culpa, algo horrible se agita en mí.

Otro, antes, aprisionó mis hombros con fuerza,
inmovilizándome con sus manos sucias,
que temo y ansío.

La niña herida que baila en mi mente
a veces con frenesí, otras como un pez atolondrado,
salta al agua del océano de gel agar.
Esta vez con una opacidad tenue y tibia,
otras era solo fango
otras el mar rojo.

En este océano no pienso nada,
la mente se enlentece hasta detenerse,
no siento nada,
no pienso nada.
La ansiada anestesia embrutecedora.

Aquí pierdo también mi nombre,
mis marcas de identidad.
Soy un bulto de viscoso aserrín
que usted toca, lame, restriega.

Pero yo no estoy ahí.
Estoy en mi cambiante y acogedor océano de gel agar.
Esa es mi venganza.

*

Igual que los hombres primitivos, he atribuido todo este caos de emociones a un carácter diabólico. Porque, si alguna vez la muerte —quien, según los entendidos, nació en horrendo parto en el infrarreino del Hades de Satanás—, te ha mirado fijamente a los ojos, como lo hizo conmigo aquella noche del 13 de noviembre en Armero, por más que, pasada la conmoción inicial, la intentes ignorar y seguir adelante con tu vida, ya no podrás volver a ser el mismo nunca más.

Aunque ese encuentro hubiese ocurrido por una única y momentánea vez en tu vida, sus ojos pavorosos y su cabeza de medusa, con las horripilantes serpientes negras en lugar de cabello, se quedarán grabados en tu memoria como un tatuaje oculto del que te avergüenzas, pero que no puedes borrar; como un dígito invisible que se agrega a tu número de identidad y que solo tú reconoces.

Esa imagen, con sus sensaciones compañeras, se ha seguido repitiendo, con distintas intensidades y frecuencias, a lo largo de mi vida consciente y en las lagunas insondables de mis sueños, desde aquella noche aciaga en la que aquello sobrenatural, la furia de un dios, o de un demonio, o de los dragones que habitan en el centro de la Tierra, se precipitaron con todas sus fuerzas sobre Armero. Yo estaba allí, como médico de turno en el Hospital Mental Isabel Ferro de Buendía.

Uno de los sueños repetitivos que he tenido en distintas épocas —con diferentes frecuencias, intensidades y matices—, a partir de ese momento que partió mi vida en dos, ha sido el de que estoy siendo

perseguido por una mujer, a veces sutilmente bella y deslumbrante; otras con la apariencia resoluta de una aterrorizadora bruja.

En la huida, entro en un callejón oscuro y cerrado, sin ninguna salida posible. No tengo fuerzas para defenderme o atacarla. Sabiéndose vencedora, se acerca empuñando un revólver, con la tensa parsimonia, elegancia y altivez de un torero decidido a matar. Por un instante eterno, nuestros ojos se encuentran en una helada mirada llena de odio y terror. Me apunta con su gris y refulgente revólver, a pocos centímetros de mi frente. Paralizado por el pánico, veo en cámara lenta y con una claridad de medio día, cuando, al apretar el gatillo, por la desembocadura del cañón sale una bala directo hacia el centro de mi frente. Pero la bala se desvía y cruza zumbando por mi oreja.

Me despierto, empapado de sudor y dando alaridos, con el potro enloquecido de mi corazón pateando con fuerza en mi pecho y con una boa constrictor enroscándose en mi cuello. Un instante después, compruebo con alivio e incredulidad que ha sido una más de mis consabidas pesadillas.

El sueño a veces tiene una variación y la bala penetra en mi cráneo y mi cerebro estalla en mil pedazos. Al despertar, horrorizado, compruebo increíblemente que estoy vivo, pero demente.

"Es una parte tuya que quieres o debes matar (soltar), para que otra pueda vivir", me dijo mi sabio psicoanalista Luis Yamín Habib. "Una parte de ti muere, pero otra sigue acá, como una especie de muerte en vida", me explicó meses más adelante. "Una parte de ti todavía no se ha convencido del todo de que te salvaste, de que estás vivo", me repitió al año siguiente.

Y hay más interpretaciones, todas diferentes, todas acertadas.

*

Conté las afugias que implica contar esta historia a Amarú Vanegas, mi amiga y poeta venezolana. Fue mi profesora y quien, entre otras cosas, fue le primera en leer varios de los poemas que han quedado desperdigados en estas páginas y en los caminos de espinas y azufre.

Cuando le conté el relato global de lo que me había ocurrido en Armero y mi sensación de que, una posibilidad, un punto de vista, una historia que yo me estaba inventando, fuera la de un embrujo demoníaco, quedó conmovida.

Recordó que la mañana del 13 de noviembre de 1985 el cielo de San Antonio del Táchira, su ciudad, inexplicablemente para los habitantes se cubrió de cenizas, al punto de que en la escuela donde ella era una estudiante de primaria mandaron a todos los niños a su casa, en prevención de cualquier afectación pulmonar o en la piel.

Amarú tomó tan en serio mis miedos demoníacos que decidió participar en el exorcismo y me regaló el siguiente responso:

Rito verbal de duelo

¿Quién vino a escupir sus flechas homicidas?
¿Dónde están los maderos de la hoguera para el frío de nuestros cuerpos
cansados de tanta crispación?
La inocencia nos tiembla en los huesos: caímos de rodillas ante un dios salvaje.

Callen sus bocados de rezos sin destino, ya nuestros cadáveres
esparcen sus cenizas desnudas.
Somos la gente gris, dormida bajo capas de mugre y sedimento,
porque la bóveda nocturna olvidó su forma y sus estrellas.

Una garganta de fuego, sus escombros, derramó en nuestras
bocas como un grito.
Ese idioma de piedras que arrastra todo cuando despelleja la piel
del suelo.
Y el dolor se hizo verbo, trozos, pájaro de abismo y azogue,
un manto empuñado en la súbita certeza de la nada.
La legión del barro dejó envueltas nuestras masas como cáscaras
de caracol.

En esa espiral descubrimos el peso de lo inimaginable,
el pulso que retumba tierra adentro, porque una fiera enorme
y granulada mordió nuestras carnes hasta destrozarnos.
Entonces flotamos, confundiendo el principio,
el final, el vértigo y las sombras.

Nadie volverá a pronunciar nuestro nombre sin temblar.

CAMINO AL ANDAR

Salí de la clínica pesando 40 kilos, con la hemoglobina, la glucemia y la albúmina en sangre por el piso y en un estado de debilidad y postración física y mental que no me permitían ni siquiera permanecer sentado por mucho tiempo. No podía dar más de cinco pasos que me alcanzaban, si acaso, para ir de la cama al baño, en un recorrido dubitativo que me llevaba a sostenerme, preso del pánico por caerme. Era muy difícil avanzar con esas muletas que neciamente pretendían reemplazar mi pierna perdida.

El aturdimiento mental causado por estas mermas físicas, y la seguidilla de golpes vitales, no me permitía darme cuenta todavía de la seriedad de lo que me había ocurrido. Como un junco sin personalidad ni criterio, me limitaba a dejarme llevar hacia donde la brisa de los acontecimientos me condujera.

Mi papá se encargaba de llevarme y traerme a un atisbo de fisioterapia que me dejaba exhausto tras los intentos de levantar unas pesas de jardín infantil con mis temblorosas manos, mientras que mi profesor de psicoanálisis, Rafael Hurtado, iba de vez en cuando a mi casa para intentar unas sesiones de apoyo.

Por sugerencia perentoria de la jefe de Fisiatría, que había oído por los pasillos historias confusas sobre la asignación de las prótesis,

mi papá me llevó al Departamento de Rehabilitación del Hospital Militar, donde fui asignado para mi proceso.

Con mucha calidez, pragmatismo y sinceridad, Fernando Serrano —tal vez el médico con mayor experiencia en el país en rehabilitación de amputados, y padre de uno de mis grandes amigos, también psiquiatra—, me explicó que en el Militar se producían treinta prótesis al año, y que ahora les habían llegado, de un día para otro, 150 amputados de Armero.

Aunque estaban ampliando a toda marcha su planta física y de personal, la asignación de prótesis se estaba haciendo en estricto orden de llegada, de tal manera que, con suerte, yo estaría entrando a rehabilitación en cinco o seis meses. Quedé desconcertado.

Al llegar a casa me estaban esperando dos bellos sobres. Uno con el sello postal francés y otro con el alemán. Eran las cartas más conmovedoras que recibí jamás en mi vida. En la primera, Andrés y Susana me expresaban, en varias hojas escritas a mano, todo su cariño y buenos deseos, relatando los instantes complejos que habían pasado cuando se enteraron de la noticia y la forma como habían sorteado las incertidumbres posteriores. La carta de Constanza era más sucinta, pero con iguales expresiones de cariño, buenos deseos por mi recuperación y reiterados ofrecimiento de la ayuda que fuera necesaria.

Cuando traté de responderles sus cartas fui consciente de los estragos que habían causado los traumas y dolores en mi coordinación motriz. Estaba muy afectado por la desnutrición e inactividad. Por primera vez después de que todo ocurrió, tomé un papel y un esfero para escribir y me sentí un completo extraño tratando de dominar mi mano.

Era como si hubiera perdido una querida habilidad automática aprendida en el colegio. Por el temblor en las manos, los renglones me quedaron torcidos y no era capaz de cerrar las vocales. Así y todo, les conté que estaba mejorando y reponiéndome cada día, y que la prótesis se demoraría tal vez un semestre en comenzar a ser adaptada.

Cuando, diez días después, Andrés recibió la carta, no dudó en llamar a Constanza y a Rodrigo para iniciar las coordinaciones. Apenas amaneció al día siguiente, corrió a la cabina telefónica de la esquina para llamar a mi casa y explicarme sus planes:

—No se preocupe, Ariel —me dijo con la respiración entrecortada por la carrera y la emoción, luego continuó—: usted se viene para acá y aquí hace su rehabilitación. Ya averiguamos con Constanza y es posible. Desde que nos enteramos de lo de Armero, conté su historia y en el laboratorio abrieron una cuenta donde la mayoría de mis colegas están recogiendo plata para ayudarlo. Y el proceso lo vamos a reforzar más. Constanza va a hacer lo mismo en Bonn. Rodrigo me dijo que lo puede ayudar con el pasaje, a través de unos amigos que su mamá tiene en Avianca. No es sino que se decida y aquí lo esperamos con los brazos abiertos.

Andrés, Susana, Constanza, Rodrigo y sus familias, así como otros muchos colegas cercanos y lejanos, y otros conocidos, desconocidos y entusiastas de buen corazón, comenzaron a tejer los hilos de sus ideas y recursos para construir una poderosa e invisible, pero palpable, red de solidaridad y ayuda. La gran mayoría de ellos, anónimos y silenciosos, se dejaron contagiar de la enorme oleada de solidaridad que estaba sacudiendo al mundo con una fuerza superior

a la de la avalancha de lodo. Doblegaron los efectos de la tragedia con amor, empatía y compasión.

Todos juntos hicieron de mí un blanco humano concreto y tangible en quien depositar su hermandad. Decenas de manos y corazones imaginaron lo que yo sentía y corrieron a moverse para sacarme del hueco en el que me estaba ahogando.

No solo salvaron mi vida. En gran medida hicieron de mí la persona que fui y la que soy ahora.

*

El 21 de marzo de 1986, con un cangrejo caminándome por el estómago y la tensión de un frío acero en los músculos del cuello, despegué en un avión, en compañía de mi mamá, desde el aeropuerto El Dorado de Bogotá, rumbo Fráncfort, para iniciar la aventura que acabaría de cambiar mi vida para siempre.

Mientras todo esto ocurría, en el fondo de mi confusa consciencia apenas me daba cuenta de que había sobrevivido y empecé a preguntarles con desesperación a mis amigos de la Javeriana que habían participado en los rescates, si sabían qué habría pasado con Amelia, mi exnovia de entonces. Nadie nunca me dio razón de ella.

El día anterior a la avalancha, ella me había dicho que estaba embarazada y yo —por machista e inmaduro— no le había creído.

Como habíamos terminado, y ella, según los chismes del hospital, había estado con un psiquiatra dominicano en un congreso, yo puse en duda que ese bebé fuera mío.

Nunca lo sabré. Y nunca me lo perdonaré.

*

El día se me daña cuando veo un amputado, vestido con harapos, mendigando, tirado en un andén o zigzagueando en un semáforo entre los carros con sus muletas, estirando su mano para obtener alguna moneda. La limosna hace al mendigo, decía uno de mis profesores del colegio, un hombre cristiano-marxista. Siempre que puedas, ayuda, la caridad hace al cristiano, decían mis padres, con reiteradas acciones cotidianas de solidaridad.

Pero con el mendigo amputado al frente, caen infructuosos sobre mi cabeza los 24 tomos de Freud y las 3.600 sesiones de psicoanálisis para dejarme sin respuesta. Cuando doy la moneda, me siento mal; cuando no la doy, también. Y ahí voy, tropezando por la vida de la solidaridad con mi cojera moral.

Hablando de mendigar, recuerdo el relato (que, como tantos, también fue tema de mi psicoanálisis), del inolvidable gordo Posada, quien, haciendo del humor una forma de ternura, me puso el apodo de *Justicia*, porque la justicia cojea, pero llega.

Los sábados acostumbrábamos a tomarnos unas cervezas, después de la tanda de seminarios, en una taberna cercana a la universidad, con la camarilla de amorosos y divertidos compañeros de residencia de psiquiatría de la Universidad Javeriana. Una tarde de esas, al pedir la cuenta, el gordo Posada dijo: "No nos alcanza la plata para pagar la cuenta: *Justicia,* vaya y pida en las demás mesas. Así como usted está, todo mundo nos va a ayudar y, de pronto, hasta nos alcanza para otra ronda".

*

Antes de mi viaje a Alemania, por una genial idea psicoterapéutica del jefe del Departamento de Psiquiatría, Hernán Santacruz Oleas,

hice tres meses de residencia en el hospital San Ignacio de la Universidad Javeriana. Como si no hubiera *pasado nada*, amputado y aún sin prótesis, andaba en muletas por los pasillos del hospital, atendía consulta externa, urgencias y hacía turnos nocturnos como cualquier residente de cualquier hospital del mundo.

Notaba que mi presencia no dejaba de causar cierta extrañeza en colegas y pacientes y, sin embargo, nadie nunca me rechazó. Me incomodaron, sí, algunas miradas de lástima de los pacientes o de sus familiares. Antes de cerrar la puerta para comenzar la consulta alcanzaba a oír los susurros en el corredor que decían: "Es que él es uno de los que estaba en Armero".

*

Siempre pensamos que vendría un diluvio. La idea —planeada— era subirse donde la inundación no fuera a llenarnos, ni llenar a los pacientes. La casa de los médicos, anexa al hospital, donde compartía vivienda con residentes de psiquiatría, estudiantes de medicina y de terapia ocupacional, era ahora el palacio de la locura.

Todo nos tomaba por sorpresa: el apagón, la avalancha, la mano fantasmal de Vulcano que obró el maleficio e instaló la penumbra. Nos organizamos para subir al techo y abrir las habitaciones de los pacientes, que dormían bajo llave.

¡Hay que despertarlos y subirlos al techo! No alcanzamos. Muchos se sorprendieron de que no hubiera logrado subir porque tomé las piernas de muchos en mis manos y los empujé hasta el techo.

Pero cometí el error fatal: creí que tendríamos mucho trabajo en el socorro y auxilio a los heridos. Como soy pésimo para andar descalzo, regresé a mi habitación en busca de zapatos.

Y llegó la avalancha.

Recuerdo algo que no se me borra nunca: el *jeep* del hospital, que estaba acostumbrado a verlo parqueado. Pero ahora iba a tres metros de altura piloteado por una espeluznante lengua de lodazal a velocidad incalculable.

Quedé paralizado de horror ante esa imagen y dije: ¡Dios mío, hasta aquí llegué!

Una fracción de segundo después, quedé rodeado de una materia bruta que me levantó y —al mismo tiempo— me atrapó en su vientre viscoso. Apenas pude sacar los brazos cuando sentí una terrible punzada en la pierna.

El tejado y toda la estructura, con sus vigas y palos, nos cayeron encima. Pero la casa se sostuvo, nos sostuvo. Evitó que siguiéramos de largo como parte del lodo. En nuestras cabezas, la visión macabra de ultratumba nos habitó —para siempre— en el umbral de un precipicio.

MIEMBRO FANTASMA

Al aterrizar en Fráncfort notamos que el suave resplandor y la ligera transparencia del aire y el cielo eran diferentes a los de Colombia, como si hubiéramos aterrizado en otro planeta, más transparente, ligero y amable.

Mientras mi mamá hacía su mayor esfuerzo por seguirle el paso a la azafata, con el equipaje en una mano y mis muletas en la otra, la espigada y sonriente auxiliar de vuelo, que se movía como si hubiera participado en los juegos olímpicos, empujaba con agilidad y precisión mi silla de ruedas a través de los largos e incomprensibles laberintos de anchos y relucientes pasillos, segmentados por puertas de seguridad automatizadas que se abrían y cerraban con determinación imperturbable.

Al final del largo y extenuante recorrido, de repente, se abrió una última puerta y del otro lado estaban Constanza, Andrés y Susana con un ramo de flores y la bandera de Colombia en sus manos, desplegando a los cuatro vientos sus anchos y sonrientes brazos, para fundirse con los míos en un infinito abrazo larguísimamente aplazado.

Previamente, con un arduo y encantador trabajo de filigrana, ellos habían logrado establecer cientos de contactos, y vislumbraron aristas inesperadas de posibilidades aquí y allá; relataron mi historia

mil veces, a todo el que quisiera y no quisiera oírla. Lo hicieron de un modo tan convincente que consiguieron desatar corazones, voluntades y arcas anónimas para construir un sólido pasaporte de donaciones que hizo que yo, finalmente, llegara a donde estaba abrazándolos.

Como el mundo entero estaba conmovido y horrorizado con el doble golpe mortal que el Hades había asestado, con pocos días de diferencia, sobre Colombia —la toma del Palacio de Justicia y la demoledora catástrofe a la que sobreviví de puro milagro—, desde las cuatro esquinas del planeta, muchas voluntades personales anónimas y entidades altruistas aunaron sus esfuerzos para construir fuertes andamios con sus manos generosas. Pero lo primero fue remover las costras de barro de la piel y las cenizas de nuestros abatidos ánimos.

En un gesto propio de su añejo y modesto altruismo, Rodrigo nunca me reconoció que, desde Bogotá, su padre, el médico Juan Jacobo Muñoz —doblemente exministro, exrector universitario y exembajador, entre otros pergaminos— movió el brazo invisible y silencioso de su prestigio, articulado en el encanto ejecutivo de doña Helena, —la dulce y decida madre de Rodrigo—, facilitando la consecución de los tiquetes, viáticos de bolsillo y otros dineros indispensables. Otras entidades y personas locales también pusieron a mi disposición toda clase de recursos.

Paralelamente, Constanza, Andrés y Susana hicieron un curso acelerado de relacionistas públicos y de organizadores de eventos, hasta torcer el rumbo de los vientos para que soplaran a mi favor. En las instituciones en las que ellos estaban en París y en Bonn,

organizaron toda clase de colectas, fiestas, bazares, exposiciones de arte y presentaciones de teatro para conseguir recursos.

Con éxito en la mayoría de los casos, sin perder de vista el componente financiero, hablaron con diversas instituciones y personas, y visitaron una decena de centros de rehabilitación en Francia, Bélgica, Suiza y Alemania, sopesando pros y contras, negociando tratamientos pro bono y otras posibilidades de hacer rendir el dinero. Por las noches, el eco metálico de las bocinas de sus teléfonos fijos reverberaba con los cálculos y empáticas disquisiciones de ventajas y desventajas de cada una de las posibilidades que se iban abriendo o cerrando.

Cuando la desesperación de no poder tomar una decisión que los tuviera satisfechos estaba alcanzando los límites soportables, llegaron al buzón del apartamento de Constanza en Bonn, el mismo día, dos cartas providenciales que, a la postre y sin saberlo, decidirían el destino de mi vida por los siguientes cinco años: la Cruz Roja Alemana asumiría los costos de la prótesis y la rehabilitación, y el Hospital Católico San Pedro (St. Petrus Krankenhaus) —uno de los mejores centros de rehabilitación de Alemania—, pondría a mi disposición, sin cobrar un peso por su trabajo, a sus especialistas e instalaciones, para que yo realizara allí la rehabilitación, incluyendo las cirugías y tratamientos adicionales que fueran necesarios.

Al leer las cartas, el corazón de Constanza danzó con alegría y alivio, y su estómago le dijo lo que en todo caso ya estaba decidido: aceptaría de inmediato las dos generosas ofertas. Yo me quedaría en Bonn, donde, además, ella vivía con su familia. Las noticias no podrían ser mejores. Al poderme alojar en su apartamento, las

ventajas se multiplicarían porque no estaría solo y no tendría que pagar por una vivienda.

Constanza ya había conversado con Michael, su esposo, y con su pequeña hija Laurita, quienes habían dado el beneplácito de alterar temporalmente sus rutinas y espacios, para ayudarme, con toda su alegría y generosidad, el tiempo que fuera necesario en el proceso de volver a aprender a caminar con la ayuda de una misteriosa pierna mecánica.

Andrés y Susana aprobaron los planes y me los comunicaron por teléfono. Medio confundido y bloqueado mentalmente, como lo estaba, no entendí varios de los detalles logísticos, pero recuerdo como si fuera ayer el tono optimista e inflado de futuro con el que me hablaron.

*

La tierna, discreta y coqueta Bonn, que fungía para la época como la capital política de la República Federal Alemana, me conquistó a primera vista con sus recién bañadas flores de primavera y con la calidez tranquila, rápida y eficaz de sus gentes. Asomado al balcón del apartamento de Constanza, sin imaginar, ni remotamente, lo que me habría de encontrar allí en los próximos años, intuí que el fluir del Rin, que nadaba apacible hacia el mar del Norte tres cuadras abajo del edificio, podría exorcizar los espantos que habían secuestrado mi mente y doblegado mi cuello.

En ese instante, por la sensación en el cuello y en los ojos, me di cuenta de que llevaba cinco meses —desde la avalancha en Armero — con la cabeza gacha, mirando al piso. Pensé, entonces, que yo había generado esta flexión involuntaria de mi cuello, en parte, para

no caerme al tratar de andar con las muletas y en una sola pierna. Pero, sobre todo, por las aplastantes tristezas y culpas inconscientes que no me permitían alzar la vista ni imaginar futuro alguno.

Recordé que la última vez que había mirado al horizonte fue en la madrugada del 13 de noviembre de 1985, en Armero, cuando vi, con amarga consternación sombría, inocente aun del cataclismo que se avecinaba, cómo el piso, la calle, el pasto, las hojas de los árboles y los carros habían amanecido recubiertos de una delgada e inocultable capa de diminutas bolitas ocre, blancuzcas y amarillosas de ceniza volcánica.

Parado en el balcón de Bonn, mi estómago volvió a sentir la sensación sombría de aquella mañana, que era como si me hubiera tragado de un sorbo un vaso de jugo de plomo helado, llenando mi interior con un tenso desconcierto, que me acompañó por el resto del día, hasta el momento del juicio final.

*

A veces me pregunto si realmente estuve allí, cercano a la sed aguda, al pastoreo de nubes subterráneas con los pies heridos en la vigilia de las fases lunares.

A veces, solo a veces, recuerdo los secretos, y el llanto oscuro de las aguas cenagosas.

*

Los días siguientes en Bonn fueron de un lento aclimatamiento, y, para felicidad de mi mamá —capaz de entender y seguir completamente los ritos religiosos en cualquier idioma—, fuimos a misa en el espigado y sobrio Münster del centro. Luego comimos

helados en la plaza de Beethoven y nos congraciamos con la grácil *Rathaus* [alcaldía] rococó, que parecía construida en pastillaje y lista para alojar el musical de un cuento de princesas de Disney.

La parte de atrás de la alcaldía da a la calle que bordea la entrada principal al edificio antiguo de la Universidad de Bonn, célebre porque allí estudió Carlos Marx y por ser una de las más destacadas de Alemania en ciencias sociales y derecho. Al traspasar el amplio *hall* de entrada —abierto al público a toda hora—, nos topamos de frente con el mítico y extenso *Hofgarten*, extenso espacio de grama del tamaño de tres canchas de fútbol, bordeado por árboles de tilo y falsos castaños, donde Michael y Constanza se habían conocido y enamorado cuando participaban en las manifestaciones por la paz de 1981.

La timidez del alargado y huesudo Michael —uno de los hombres más tiernos y directos que he conocido—, lo llevaba a acariciarse la cabeza frecuentemente mientras hablaba en alemán con mucha lentitud, exagerando los gestos para que entendiéramos mejor. Parpadeaba mucho, moviendo de un lado a otro sus grandes ojos verdes saltones y ampliando las cejas, de un modo que me hicieron pensar que podría tener hipertiroidismo.

Constanza, flaca, menuda, de largas pestañas negras, nos traducía entre relajadas sonrisas con largas frases que evidenciaban que ampliaba y alteraba lo que intentaba explicarnos su marido, quien se reía dándose cuenta del juego. Congenié al instante con la juguetona, curiosa y parlanchina Laurita, su hija de cinco años, quien me adoptó como uno más de sus juguetes y su alumno predilecto de alemán.

Eran una familia juguetona que irradiaba alegría. Por sus caricias, besos, gestos y miradas, se notaba que se querían mucho y que sus vidas fluían, ahora con nosotros como compañeros temporales, como empujados siempre por vientos de flexibilidad, generosidad y espíritu de aventura, que nos hicieron sentir acogidos y cómodos desde el primer momento.

*

El consultorio del doctor Klostermann, en la St. Petrus Krankenhaus de Bonn, quedaba al fondo de un pasillo mediano del primer piso, extrañamente flanqueado por oficinas de empleados contables, administrativos y de farmacia; daba la impresión de que fuera parte de la administración contable más que de la zona médica.

La bien iluminada estancia era práctica y cómoda, y para nada ostentosa. Tenía varios anaqueles rebosantes de libros de ortopedia colocados en desorden con el criterio caprichoso de su versado lector. Era claro que él nos estaba esperando y sabía a qué íbamos. Contrario a los prejuicios que yo tenía de las personalidades alemanas, nos saludó con inesperada efusividad y cariño, y nos recibió con mucho agrado la libra de café que le llevamos.

Era un hombre de unos 60 años, de cara y hombros cuadrados y anchos; parecía un mapache, con una nariz alargada y gruesa por la que se deslizaban hasta la mitad unas delgadas gafas, dándole a su mirada un carácter aún más inquisitivo y curioso.

Me dio un cálido y respetuoso trato de colega a colega, y prestó atención extrema a mis respuestas; intercambió conmigo algunas frases en inglés sobre el viaje, me preguntó cómo me sentía y la fecha del accidente.

Luego pasó al alemán y utilizó a Constanza como intérprete, quien, recordando su olvidada enfermería y apoyada con un diccionario de medicina que precavidamente había tomado prestado de la biblioteca de la ciudad, le contó sobre las características del síndrome compartimental que había causado la amputación.

—*Wie so?* [¿Cómo así?] —preguntó Klostermann.

—Ariel se quedó dos días sepultado por los escombros del hospital donde trabajaba en Armero y por el lodo de la avalancha del volcán, que, en la medida que se secaba, apretaba más y más su pierna.

Constanza explicó, en alemán, y, con cierta pesadumbre compasiva, resumió lo que yo les había narrado el día anterior en su apartamento, frente a la pregunta, sin anestesia, que me había formulado Andrés.

Constanza le explicó con precisión geográfica que la de Armero había sido la erupción parcial del volcán Nevado del Ruiz, el cual era una cúspide cubierta con nieves perpetuas, situado a 5.389 metros de altitud. Por el calor de la lava —siguió ella— parte del casquete de hielo de miles de toneladas se había descongelado y precipitado a gran velocidad, en forma de lodo, cordillera abajo, por el cauce de varios ríos, desembocando con una fuerza descomunal sobre Armero, la población que quedaba al pie de la montaña.

El doctor Klostermann me señaló la camilla para el examen físico.

—*Hat er sich verbrannt?* [¿Sufrió quemaduras?] —preguntó, mirando con preocupación mis brazos y mi cara, buscando sin disimulo cicatrices.

El avezado ortopedista sopesaba el relato de Constanza como si sacara cuentas en su mente con cada palabra, mientras, con sus anchas manos —que parecían más las de un carpintero que las de

un ortopedista—, movía mi muñón con suavidad y firmeza de un lado a otro, presionando aquí y allá —como si tuviera rayos x en las yemas de sus dedos—, buscando defectos o alteraciones que pudieran entorpecer la rehabilitación.

Finalmente encontró lo que buscaba: presionó con su dedo mediano un punto específico de la parte baja del centro del muñón y yo brinqué del dolor.

Sentí una brutal descarga de una espinosísima corriente eléctrica que me hizo sentir, en un instante atroz, como si mi pierna amputada se reconfigurara horripilantemente, en la forma de un aterrador y dolorosísimo holograma mental eléctrico, en el que sentía que millones de diminutas agujas, con las puntas bañadas en un ácido corrosivo, hubieran penetrado la piel del espectro que ocupaba el lugar donde una vez estuvo mi pierna.

El infierno de esa sacudida duró solo unos segundos en los que volví a ver la muerte.

El doctor Klostermann se disculpó, me miró con compasión y me dijo en inglés que sentía mucho lo que me había ocurrido, que pensaba que todo estaba bien para empezar la confección y adaptación de la prótesis, pero, para estar seguros, era necesario tomar una radiografía.

Trazó un jeroglífico incomprensible sobre una hoja de formulario y se lo entregó a Constanza, diciéndole que Radiología quedaba en el sótano de la clínica.

Una hora después estábamos de vuelta con la placa en la mano. Klostermann la miró primero a trasluz y luego con el negatoscopio. Sentí un malestar incómodo en la panza a ver la imagen de mi fémur como si fuera una espada partida cerca de la empuñadura, pero

estaba tan pendiente del diagnóstico que no me dejé llevar por esa impresión que —después— se me aparecería en varias pesadillas.

El riesgo era que me tuviera que operar de nuevo para remodelar el muñón y hacer más factible el ajuste de la prótesis.

—Es ist klar, dass die Operation trotz einer Kriegsverletzung ist, sorgfältig geplant und durchgeführt wurde. Das Ergebnis ist perfekt. Bitte gratulieren Sie meinen kolumbianischen Kollegen.

[Se ve claramente que, a pesar de ser una herida como de guerra, la operación fue cuidadosamente planeada y ejecutada. El resultado es perfecto. Por favor, felicite de mi parte a los colegas colombianos].

Dijo Klostermann, mirándome a los ojos, ignorando que yo todavía no entendía ni una palabra de alemán. La sonrisa y el tono de voz de alivio de Constanza al traducir lo que había dicho Klostermann me informaron, antes que el diagnóstico, que podría continuar sin demoras con el proceso por el cual había viajado desde tan lejos.

Sentí la felicidad y el temor de un león al que los rescatistas le abren la puerta de su jaula, liberándolo de nuevo, en medio de la selva.

*

Gracias a Dios y a la delicadeza con la que me operó mi querido profesor de ortopedia, Rodrigo Pesantez, en el Hospital San José, no padecí demasiados dolores de miembro fantasma. O al menos no por demasiado tiempo.

Las tres primeras semanas fueron las peores, continuamente tenía que tomar analgésicos que emborrachaban la intensidad de los dolores y, de paso, mi consciencia, sin lograr impedir que, a la hora

menos pensada, recibiera una súbita descarga eléctrica proveniente del lugar donde estuvo mi pierna. Daba alaridos, mi cuerpo se tensaba como la cuerda de un violín a punto de reventar y que producía una nota agudísima e insoportable, que me impedía moverme o respirar.

Cuando la crisis me daba en la noche, mi papá me inyectaba morfina. Cuando era en el día, mi mamá y mi hermana acudían a una lista que habían elaborado de vecinos estudiantes de ciencias de la salud o profesionales retirados con, al menos, nociones de inyectología, a quienes ellas llamaban desesperadamente. En la mayoría de los casos, cuando el vecino llegaba, ya me había pasado la crisis aguda del dolor y la inyección solo servía para apagar su eco y transportarme a un Jardín del Edén.

Después de tres semanas, el fantasma se hizo amigo mío y ya no me torturaba sino cada tres días, con menos intensidad —aunque no siempre—, después se manifestaba cada semana y luego, de preferencia, solo en las noches de luna llena y algunas otras, dependiendo de los caprichos de Mercurio.

Cuando el doctor Klostermann palpó la terminal nerviosa en su examen en Bonn, mi amigo el fantasma llevaba más de un mes sin acordarse de mí.

*

Escribo esta página e imagino a los lectores que van a ir a los buscadores de internet y a los chats de la inteligencia artificial para buscar información sobre el fenómeno del miembro fantasma. En una de las aplicaciones me arroja el siguiente resultado de búsqueda:

> El extremo en el que ha sido cortado un nervio, que no tolera su ausencia de continuidad, sigue enviando desquiciadoras señales dolorosas, muy intensas, engañando al cerebro sobre la presencia de una extremidad que ya no existe en realidad.

Me ataca la curiosidad por saber cuántas personas en Colombia pueden haber sentido los dolores de miembro fantasma, en un país con un conflicto que deja tantos heridos y mutilados. Regreso a los chats de la inteligencia artificial y la maraña de hipervínculos e información en línea me lleva a una reseña de un libro, en la página del Centro de Memoria Histórica, en el que se lee:

> Desde 1990 y hasta el 31 de marzo de 2017 la DAICMA (Dirección para la Acción Integral Contra Minas Antipersonal) registró un total de 11.481 víctimas de MAP y REG, de las cuales 7.028 son de la Fuerza Pública y 4.453, civiles.
>
> De las víctimas civiles, casi el 30 % son niños, niñas y adolescentes y desde el 2008, el 25 % (la cuarta parte) son erradicadores manuales de cultivos de uso ilícito.

Más de once mil colombianos sin poder dormir, asustados por sus fantasmas. ¿Habrá soñado alguno de ellos, como yo, que del centro de la Tierra reptaba hacia la superficie un horripilante dragón, el cual, al llegar a la superficie, a la altura del cráter del volcán Nevado del Ruiz, asomaba por él su boca y nos escupía su ceniza candente?

Tal vez no. Lo suyo es la guerra, lo mío, los demonios del Hades. O, tal vez, en su versión del sueño, el monstruo de la muerte se asoma por la boca de un fusil.

*

Contrario a mis expectativas, y para mi enorme sorpresa, el sistema alemán de rehabilitación me pareció autogestionado, liberal, descentralizado y basado en la confianza. El doctor Klostermann nos entregó la orden de la prótesis, con unas precisas especificaciones técnicas que eran como un cheque válido en cualquier casa sanitaria, o *Sanitätshaus*, de Alemania. Las *sanitätshaus* son empresas de diversos tamaños que venden insumos médicos y odontológicos de diferentes tipos y niveles de complejidad. Ofrecen servicios de adecuación y mantenimiento de ese insumo que venden, por ejemplo, las prótesis de algún miembro amputado.

Como paciente, yo era completamente libre de escoger el sitio donde quisiera ser atendido. Betty, la diligente secretaria de Klostermann, siempre estuvo lista a solucionar todo lo que el doctor no podía, y se enteraba de todo tras sus anchas y redondeadas gafas que parecían pequeños radares para detectar las necesidades. Por eso supo enseguida que nosotros no teníamos ni idea para dónde agarrar con ese papel. Intervino para darnos los prospectos de cuatro recomendaciones en el área de Bonn y Colonia, y facilitarnos el ancho directorio de las *Sanitätshaus* del estado federal de Nordrhein-Westfalen.

Al darse cuenta de nuestro desconcierto, no dejó de ocultar su preferencia por la casa Stortz, en Colonia. "Ahí siempre nos va muy bien con los pacientes extranjeros", explicó con el brillo pícaro de quien está convencido de lo que dice, aunque esté unos centímetros por fuera de la norma esperada.

Esa noche, en la comida, invocamos a los dioses teutones y al Espíritu Santo (citado por mi mamá), para decidirnos a cuáles manos íbamos a entregar nuestra confianza. Teníamos a nuestro haber los

ecos de la indagación previa que habían hecho Constanza, Andrés y Susana, en un área geográfica de varios países, de la cual habían resultado unos criterios de elección, que no se amoldaban del todo a la realidad descentralizada del modelo alemán.

Andrés y Susana, por vía telefónica desde París, repetían esos criterios tácitos, mientras Constanza, Michael y mi mamá eran de la opinión de visitar, de nuevo —ahora conmigo—, los sitios cercanos que aparecían en el directorio.

Dentro de mí resonaban las notas optimistas ocultas tras la actitud atinada con la que nos había hablado Betty. El lunes siguiente, a primera hora, estábamos en la casa Stortz, en la *Fleischmengergasse*, en pleno centro de Colonia, a unas cinco cuadras de su majestuosa e imponente catedral, cuya vista, desde las avenidas y puentes adyacentes, nos maravilló quizá como les ocurrió a los peregrinos medievales. No pudimos evitar prometerle a mi mamá que, una vez terminada la diligencia médica, iríamos a rezar un padrenuestro a la famosa y cercana catedral.

Nos atendió un dinámico técnico joven de ojos azul profundo y cabello y bigote alambrados y rojizos, muy bien informado y presto a responder nuestras preguntas con una amabilidad precisa. Para nuestra fortuna —tal como lo había anunciado Betty—, en el gimnasio, donde había unas cinco personas adultas, de diferentes edades, condiciones físicas, grados de destrezas, depresiones y pánicos, estaban un joven y un viejo de apariencia árabe, quienes me ofrecieron de inmediato su mano y su sonrisa al verme trastabillar con mis inseguras muletas.

La escena que estaba presenciando me llenó de una inquieta incomodidad empática, de una sensación de "ahora sí fue" y de un

desasosiego curioso. Lo que más me inspiró fue ver a una resoluta ejecutiva de alguna empresa alemana, de unos 35 años, quien caminando con una leve cojera, expresaba, con un fuerte estrechón de mano, su gratitud al técnico que la había atendido, para luego desaparecer a toda prisa por el corredor dando elegantes, firmes y resolutos pasos. Ella no lucía, para nada, enferma.

Los días siguientes fuimos al centro de rehabilitación de la Universidad de Bonn —a la que, meses más tarde, me habría de matricular para estudiar alemán—, y a otra *sanitätshaus* pequeña del sur de Bonn, para el jueves estar de regreso a Stortz, en Colonia, con la petición perentoria e irreversible:

—¡Yo quiero que ustedes elaboren mi prótesis aquí!

*

No percutió hombre ni bestia. Bramó la montaña como fósil de escama de dragón —instrumento de las deidades del inframundo—. Era el sonido primordial del universo: rumor de mares enterrados, contenidos en la espiral del ciclo.

Despertaron fuerzas invisibles. Retumbó el pecho de los dormidos: bajo las camas, en los techos, detrás de las cerraduras.

El aluvión vino con su séquito de espanto y la coraza seguía tronando, como si las divinidades hubieran ascendido a abrir las compuertas al horror.

Armero no despertó: fue arrancado en pesadillas por la médula volcánica, océano petrificado, en el enjambre de gritos que se sumó a la lujuria del temporal.

NO CORRERÁS

Johannes Schimtz, el técnico que me asignaron en Stortz para elaborar la prótesis, era un serio y cálido colonense de unos 65 años. Tenía la apariencia de un pacífico oso flaco, por su contextura mediana, abundante cabello entrecano, y anchas, carnudas y curtidas manos. Era de pocas palabras, pero de un rápido y calibrado entendimiento técnico.

Cuando lo oía hablar, y actuar con las prótesis y sus pacientes, me hice a la imagen de que él hacía ese trabajo, que tanto le gustaba, desde que era un niño. Hablábamos siempre apoyados por la infatigable traducción de Constanza y así tomó las medidas de mi muñón, con una paciente precisión silenciosa; dibujó unos esquemas e hizo unos cálculos en una hoja en blanco. "En dos semanas puede venir a hacer la primera prueba", me dijo y desapareció tras una puerta de vaivén tras un leve venia de cortesía y timidez.

Las endemoniadas noches sin poder dormir de esas dos semanas, maquinando cómo sería caminar con una pierna metálica, fueron acompasadas por tres hechos significativos: los juegos con Laurita, quien se empeñaba en enseñarme alemán corrigiéndome las lecturas de sus cuentos infantiles, a las que me invitaba cada vez que me veía cabizbajo; la despedida de mi mamá, quien se regresó a Colombia después de dejarme instalado en el proceso de

rehabilitación, y el encuentro con los amigos colombianos de Constanza, que vivían en Bonn y alrededores.

El hecho de que el regreso de mi mamá a Bogotá estuviera planeado desde el principio de la aventura europea, lo hizo menos triste y retador. Por cuatro meses yo había vuelto a ser, para ella y para mí, el niño desvalido, taciturno y asustado que alguna vez fui. Ahora la evolución de los acontecimientos y las decisiones conscientes e inconscientes me estaban poniendo —yo mismo me estaba poniendo— frente a la necesidad y obligación de volver a ser el adulto que se hacía cargo de su propia vida.

Las alas, fracturadas en varias partes, parecían estar sanando. Habían recuperado sus fuerzas, gracias a sus cuidados y a los de mi papá, hermanos, amigos y doctores. Me sentía, de nuevo, con las fuerzas necesarias para volver a intentar algunos vuelos, sin tener ni idea de aquello a lo que me iría a enfrentar.

Nos despedimos en el aeropuerto de Fráncfort con abrazos llenos de lágrimas y muchas bendiciones de parte de ella. Nos dejamos la promesa de que, dentro de dos meses, la estaría abrazando de nuevo en el aeropuerto El Dorado de Bogotá.

En ese momento yo no sabía que el cumplimiento de esa promesa tardaría cinco años.

*

Los grupos de solidaridad con Colombia que se armaron a partir de la catástrofe, y otros ya existentes desde antes, muchos de ellos con orientaciones políticas diversas, tuvieron una influencia decisiva en mi viaje a Alemania. La mayoría de los dineros para mi manutención

inicial provinieron de esa fuente, y por otras gestionadas por Andrés, en París y Rodrigo, en Bogotá.

Constanza había organizado diferentes eventos culturales y sociales para recaudar fondos destinados a ayudarme y había instado a otros grupos de Alemania, y a instituciones gubernamentales, sociales o religiosas, a hacer lo mismo. Cuando llegué, muchas de esas personas quisieron conocerme —y yo a ellas —, de tal modo que atendí, en el apartamento de Bonn, varias visitas de colombianos curiosos y de prudentes alemanes.

También recibí muchas invitaciones. No sé si se habrán puesto de acuerdo, o lo hicieron por coincidencia o intuición, o quizá veían mi mirada y mi actitud de recelo a entrar a los detalles escabrosos de la experiencia, pero el caso es que ellos se limitaban, con mucha cautela, a indagar solo por los aspectos más generales de la catástrofe, sin adentrarse demasiado en espinosos asuntos personales, que yo tampoco quería mirar.

Como todo el mundo, muchos de ellos se van a enterar de lo que sentí y de lo que me pasó después hasta ahora, al leer este libro.

En esas reuniones la conversación se desviaba hacia el tema político, del cual yo tampoco decía mayor cosa por estar sumergido mentalmente en mi piscina protectora de gel agar. Parte de ese aislamiento consistió, temporalmente, en no mirar noticieros ni leer periódicos que pudieran destrabar dolorosos recuerdos. No tenía tiempo ni energías para intentar la imposible tarea de entender los acertijos, traiciones y trampas de la enrevesada realidad política colombiana.

En general, tras dos o tres respuestas evasivas de mi parte, se desataban larguísimas y apasionadas discusiones con las más

diversas hipótesis y predicciones futuristas. En ese momento yo me quedaba callado, sin poder estar realmente de acuerdo con ninguno, pero me complacía dejar de ser el foco de atención.

Una de las personas más cálidas y generosas con quien congenié de inmediato fue el estudiante de doctorado en matemáticas Luis Jaime Corredor Londoño. Quizá nos unió el hecho de ser más o menos contemporáneos y la coincidencia en la ascendencia tolimense, con algunos conocidos comunes y una visión del mundo y de la política afines. Luis Jaime me adoptó como su hermano menor y su decidida amistad y abrigo me acompañaron todos los años que me quedé en Alemania, y aún mucho tiempo después.

Entre otras miles de aventuras que emprendimos en esos cinco años fueron los enmarañados diálogos y amables y esclarecedoras confrontaciones intelectuales que contribuyeron a la difícil cocción de la decisión de quedarme en Alemania por algunos años decisivos.

Una noche de esos días de espera, confusión y visitas sociales, soñé que me había alcoholizado y transformado en uno de esos pacíficos alcohólicos alemanes que vagabundean por los parques y en las estaciones de los trenes durante el verano y el invierno.

El sueño fue que divagaba como un zombi por las calles alemanas, por el resto de mi semivida.

*

En los años siguientes, Constanza, Michael, Luis Jaime y yo terminamos involucrados, aunque tangencialmente, en los comités de solidaridad con Colombia, algunos de los cuales habían reunido dineros para apoyarme.

Nos impulsó, además de nuestra sensibilidad social, el hecho práctico de que Bonn, era, en aquella época de Guerra Fría y Alemania y dividida, la capital de la zona occidental, llamada por entonces Alemania Federal. En Bonn quedaban las sedes del Gobierno y el Parlamento, de tal suerte que desfilaban por ella muchos líderes, políticos y activistas de derechos humanos del mundo. El caso de Colombia no podía ser la excepción, menos en la calamitosa situación de derechos humanos por la que el país transitaba en ese momento: finales de los años ochenta.

Era la época en la que los carteles del narcotráfico emprendieron una guerra de terror contra el Estado y la población, con asesinatos y bombas en cualquier esquina, para presionar al establecimiento e impedir su extradición a Estados Unidos, en un contexto que incluía además a los grupos armados ilegales como las guerrillas y los nacientes paramilitares, precisamente, como ejércitos privados al servicio de los narcos.

En ese momento, por Bonn pasaban delegaciones de comités de derechos humanos y de organizaciones civiles de distinta índole, que necesitaban todo tipo de apoyo. Algunos viajaban en medio de una precariedad extrema porque eran sacados del país, de un día para otro, para salvarles la vida. Ese fue el caso de Egidio Ernesto Sucerquia Martínez.

Un día helado de febrero nos anunciaron que, a las 10 de la mañana, llegarían a la estación de tren dos líderes campesinos colombianos que tenían una cita al día siguiente con una senadora del Partido Verde alemán. Nos preguntaron si los podíamos alojar y apoyar para que pudieran estar al otro día en el *bundestag*, y después salir hacia Berlín.

En un mundo sin celulares yo llegué un poco tarde a la estación y Egidio y su compañero estaban sentados en un banco, tiritando de frío. Fue muy fácil saber quiénes eran: tenían el aspecto y el vestuario típico de los campesinos colombianos de tierra caliente. Me presenté y les expliqué quién era yo. Rápidamente tomamos un taxi hasta mi *Wohngemeinschaft* donde podían descansar, comer algo y dejar sus cosas —aunque no tenían ningún equipaje—.

Las *Wohmgemeinschafts* eran comunidades de vivienda, generalmente conformada por estudiantes o profesionales jóvenes, que se ponían de acuerdo para alquilar un apartamento o casa, abaratar los costos y compartir la vida.

Ese día, estaba de afán para atender a los compatriotas recién llegados. Me había escapado del hospital, aprovechando que la media mañana era la hora de registrar las evoluciones de los pacientes en las historias. Los dejé instalados, les mostré el baño y la cocina. Al ver su vestuario tan inapropiado para esos climas, les dije que se sintieran en su casa y que usaran tranquilamente mi ropa, si la necesitaban. Quedamos en que nos encontraríamos a las tres de la tarde para almorzar en la estatua de Beethoven y salí corriendo a cumplir mis deberes de ese día.

A las tres, efectivamente, llegaron a la cita. Me impresionó muchísimo que Egidio estaba vestido con mi ropa, exactamente como yo me vestía en ocasiones: la misma combinación de prendas y colores. También tenía mis botas de invierno. Éramos de la misma talla y así parecía como una fotocopia o un holograma, idéntico a mí. Mi hermano gemelo.

Ya con más calma, almorzamos —se notaba que tenían muchísima hambre— y hablamos sobre su situación personal y la del país.

Tenían la sencillez y la sabiduría profunda de los campesinos colombianos. De regreso al apartamento, nos tomamos un par de cervezas hasta que el cansancio los venció. Al día siguiente, Luis Jaime los llevó al Bundestag. Le dije a Egidio que se quedara con mi ropa.

Seis meses después, a las seis de la mañana, el teléfono sonó. Contesté, aún medio dormido. Era Bettina Ries, una de las coordinadoras de los comités de Colombia en Alemania. Me llamaba para avisarme que habían asesinado a Egidio en Barrancabermeja.

Colgué y me senté, desolado, sobre el sofá de la sala. Mi mente me trajo la imagen de Egidio vestido de mí, idéntico a mí. Me acordé de su miedo y su idealismo. Creía que Colombia podía construir la paz. Quise imaginarme que lo habían asesinado con mi ropa, como si me hubieran asesinado a mí.

Me propuse tratar de sentirlo de esa manera cada vez que asesinaran a alguien por razones políticas, fuera del bando que fuera; quería sentir que había sido una —otra— pequeña muerte mía. Nadie debe morir por defender sus ideas. No puede haber mayor urgencia que la de luchar por la paz.

*

Mucho antes de eso, mientras en el día intentaba aprender a caminar, en una serie inacabada de tropiezos, sobresaltos y caídas, y a vivir con mi nueva pierna mecánica, Luis Jaime, por las noches, con gran paciencia, exorcizaba mis demonios enseñándome a cocinar laboriosas recetas colombianas e internacionales, plagadas de diferentes trucos y detalles secretos; al tiempo, me explicaba, con

la misma minuciosidad, todos los paso a paso humanos y divinos para sobrevivir en Bonn y en Europa. Nos volvimos hermanos.

*

Es difícil describir la emoción que sentí cuando vi a Johannes Schmitz aparecer en la puerta de vaivén de su taller con mi prótesis en sus manos. El potro que duerme en mi corazón se echó a galopar preso de miedo y alegría; las manos me sudaban y un mareo repentino me notificó que no me podía mover, paralizado por la mezcla de emociones contrariadas. Me imagino que debí haber pensado: "Dios mío, voy a volver a caminar. Voy a volver a ser persona".

Orgulloso de su obra, y curtido conocedor de ese tipo de reacciones, Johannes se acercó con su imperturbable sonrisa.

—*Bitte schön* [por favor] —me dijo poniendo la prótesis, sin ningún esfuerzo, de pie en el piso.

Me maravillé de que la prótesis fuera capaz de sostenerse en el suelo, haciendo equilibrio.

—*Bitte ziehen Sie den anderen Schuh an* [cálcele a la prótesis el otro zapato].

Por mi corazón circulaba un raudal de emociones encontradas, similares a las que siente un niño al recibir, en Navidad, la bicicleta que ha añorado durante todo el año. Era un nudo de anzuelos en mi mente. Había viajado casi 9.000 kilómetros desde Bogotá, aplazando el resto de mi vida y, no temo decirlo con toda claridad, le tenía mucho miedo a aquello que tanto anhelaba.

Tanto así que, acostumbrado como estaba desde hacía seis meses a andar en un solo pie y a usar solo el zapato derecho, ese día, al

salir apresurado y miedoso de la casa de Constanza, olvidé por completo, a pesar de la advertencia de Johannes, que debería llevar el zapato izquierdo para comenzar a usar la prótesis.

Habíamos avanzado unas diez cuadras en el carro, cuando recordé, sobresaltado y culposo, la advertencia de Johannes. Nos tocó devolvernos a toda prisa para recoger el famoso zapato izquierdo, tanto tiempo olvidado.

Para estos casos iniciales son imprescindibles los apoyos de las barras paralelas dispuestas, más o menos a la misma altura de la empuñadura de las muletas. Sostenido, desde atrás, por otro técnico, Johannes introdujo suavemente, con la ayuda de una venda, mi muñón en el *socket* de la prótesis —*socket*, así se llama la parte donde debe encajar con toda firmeza y precisión—, hasta lograr que penetrara del todo. Sacó el aire restante, con una válvula, y así creó un efecto de vacío. Revisó cuidadosamente que todo estuviera en su lugar y bien ajustado, respiró profundo y me dijo, en alemán, mirándome a los ojos:

—*Gehen sie* [camine].

*

Preso del pánico por la expectativa y engullido por los recuerdos, fui absolutamente incapaz de dar ese primer paso. Por fracciones de segundo, viajé en un *flashback* instantáneo.

La presión de la madera del *socket* contra el muñón reprodujo idéntica la sensación que tuve el segundo día de mi atrapamiento y aplastamiento en Armero, cuando la presión del barro y de los escombros del hospital secándose contra mi pierna izquierda la

estrangulaban como si fuera una boa constrictor que lentamente se enroscaba, apretándola cada vez con más fuerza y furia.

Antes de ser rescatado permanecí dos días sin poderme mover, sepultado por un denso barro. Los recuerdos de los hechos que ocurrieron durante esas larguísimas y lentísimas horas, a pesar de haberlos intentado reconstruir y procesar en las terapias que hice después, siguen siendo —tal vez para mi bien—, muy fragmentados y confusos.

Ahora, *a posteriori*, cuando escribo estas líneas, me doy cuenta de que esa fue la primera manifestación de la —protectora— piscina de gel agar. Hay dos sensaciones que mi cuerpo recuerda, con toda claridad: la inmovilidad y el dolor en la pierna. Con una consecuencia directa: el deseo de morir rápido.

Tampoco hablé nunca de cómo vivieron esos días mis compañeros de cautiverio. Es demasiado doloroso siquiera recordarlo. Creo que en esos dos días debí perder la consciencia más de una vez, en medio de la desesperante inmovilidad. Por mi cuerpo y mi mente desfilan imágenes y sensaciones de lentitud o a veces se quedaba fijada la no percepción del paso del tiempo.

Al principio, en la tarde del primer día, los compañeros que se salvaron subiéndose al techo del hospital fueron evacuados por los helicópteros. Entonces los cinco que quedamos enterrados nos cruzábamos algunas palabras de aliento. Creo recordar que alguno de nosotros —o tal vez fui yo— intentaba pronunciar de vez en cuando alguna oración que los demás musitamos con voces cada vez más débiles.

Por el cielo volaban, erráticos, los helicópteros. Y llegó la tenebrosa noche del primer día, trayendo consigo la soledad y el

silencio de la muerte.

Me debí haber quedado dormido y, como mil años después, amaneció un día gris. Me sentía muy débil, mi mente era confusa y comenzaba a tener sed. De repente volvieron a sonar los helicópteros y para nosotros era desalentador ver que ellos volaban sobre nuestras cabezas sin detenerse, a pesar de que agitábamos nuestros brazos y tratábamos de gritar con todas nuestras fuerzas.

Por momentos, los helicópteros se detenían en el aire a una distancia que percibíamos cercana, desatando con toda la fuerza nuestros gritos: ¡auxilio!, ¡auxilio!, ¡a-u-x-i-l-i-o!

El calor comenzó a subir y el lodo se secó, se endureció. Al principio, las punzadas en mi pierna izquierda, para las que no hay palabras precisas, eran como de puñales candentes o de alambres de púas que se iban clavando, una a una, en la carne y los huesos, al tiempo que la apretaban, aplastaban y fracturaban. Los dolores iban en milimétrico aumento hasta hacerse imposibles de soportar, al punto de que, creo, de nuevo perdí la consciencia varias veces.

Después de muchas horas inmóvil y sintiendo cómo mi pierna izquierda era estrangulada y triturada, minuto a minuto, por la boa sádica, llegó un momento en que el dolor cesó por completo. La confusión mental en la que me encontraba no me permitió distinguir si me había muerto del todo o quizá solo moría una parte de mí, por fin, dando paso un increíble alivio.

Me encontraba embriagado por las reverberaciones de ese dolor indescriptible, y confundido en medio de esas disquisiciones sobre la vida y la muerte, ansiando un desenlace rápido, cuando, con mis compañeros, oímos los gritos de una voz firme y fuerte, diferente a

las nuestras, a la que inicialmente no le dimos crédito, por pensar que se trataba de otra alucinación:

—Holaaaa… Holaaaa… ¿Hay alguien ahí?... Soy Arnulfo Pérez, socorrista de la Cruz Roja Colombiana. Vengo a rescatarlos… ¿Hay alguien aquí con vida?

*

Todo era nuevo, sorprendente y aterrador para mí con la anhelada prótesis. Su misterioso, exacto y balanceado funcionamiento; la forma tan espontánea, natural y personalizada como se hacía la rehabilitación en Alemania; las cosas que podía y no podía hacer con ella; mi evolución como persona.

Me cuesta trabajo entender cómo puede haber personas que, teniendo una prótesis, no la usan.

Después del susto y la parálisis inicial, tendrían que pasar varias semanas para que le tomara confianza y cariño a esa nueva parte de mi cuerpo, que era, al mismo tiempo, propia y ajena. No era todavía propia, porque era externa, pero iba a serlo con el tiempo. Es un maravilloso aparato extraño, rígido y frío que me permitía vivir mucho mejor. Con los años les fui cogiendo mucho aprecio y gratitud a las diferentes prótesis que he ido usando, sobre todo a las alemanas, que cuidé como si fueran tesoros ¡y realmente lo son!

Pero, al principio, fueron grandes las dificultades para aprender a manejarla, dado el contexto en el que estaba. Johannes verificó con extremo cuidado que las medidas que había tomado en el diseño correspondieran una a una, ahora que ya estaba puesta. Con el silencioso cuidado de siempre, y la experiencia de cientos de casos, esperaba un buen resultado. Y así fue, lo noté en su cara de

satisfacción. Luego me explicó, muy por encima, la forma de ponérmela, quitármela y cuidarla. ¡Después me la entregó para que me la llevara para la casa!

Al ver mi cara de desconcierto e incredulidad, se esforzó por ser un poco más explícito:

—Váyase adaptando a ella poco a poco —traducía ágilmente Constanza, sin hacer ningún gesto de extrañeza. Al contrario, estaba muy complacida—, úsela cada vez un poco más, comience por quedarse sentado un rato con ella, luego dé unos pasos por su casa, con la ayuda de los bastones. Y así, un rato por la mañana y otro por la tarde. Si nota alguna irritación en la piel o tiene dolores, reduzca los tiempos. Poco a poco, en la medida que sienta confianza, vaya saliendo a la calle. Y, cuando crea que el momento haya llegado, suelte los bastones. Nos vemos en dos semanas. Si pasa algo, venga en cualquier momento, o llámeme por teléfono.

—*Auf wiedersehen* [adiós] —se despidió, con la actitud del que siente que ha hablado demasiado, el gran Johannes.

Quedé atónito, acostumbrado como estaba al paternalismo y maternalismo del sistema de salud colombiano. ¿Quién me iba a enseñar a caminar de nuevo?, ¿y si tenía preguntas, miedos o dudas, quién me las resolvería?, ¿si me quedaba grande?, ¿si me apretaba?, ¿si se dañaba?, ¿si me caía?

Entré en pánico y me llené de una inseguridad tachonada de interminables círculos de dudas. En el camino a casa, con la prótesis sentada en el asiento de atrás del carro, Constanza se reía de mi preocupación y me explicó que muchas cosas en Alemania funcionan de esa manera.

—Acá se estimula muchísimo la autonomía y la responsabilidad individual de cada uno sobre muchas vainas. Por ejemplo, un profesor no se para en una clase a revelar la verdad, sino a tener una discusión con los alumnos sobre temas que todos debíamos haber preparado con anterioridad, y que uno, en efecto, ha estudiado. Un médico no controla si sigues sus recomendaciones, asume que lo vas a hacer, o a llenarte de razones, bien argumentadas, para no hacerlo. Y así. Como uno cumple, todo mundo cumple, la gente es honesta y todo mundo confía.

Me habló con un tono de voz tan tranquilo y convincente que volvió a despertar en mí la confianza de que yo sería capaz de aprender y funcionar de esa manera, como ella lo hizo.

Al llegar a casa, Michael nos estaba esperando con una botella de *bordeaux* destapada y una fresca ensalada para celebrar. Brindamos por mi salud y por mi recuperación autónoma. Tomé solo media copa. Quería estar muy lúcido para aprender a domar a mi nueva amiga, después del almuerzo.

*

Nos inventamos un método. Al principio la tarea, cuyos tiempos eran estrictamente controlados por Laurita, era ponerme la prótesis correctamente —paso previo y fundamental— y permanecer sentado con ella puesta por diez minutos. Primero, solo sentirla y respirar. Luego, con la ayuda de los bastones, me ponía de pie, respiraba profundo otra vez y la sentía de nuevo.

Después, una vez el miedo a caer había disminuido lo necesario, intentaba unos pasos por la sala sin apoyarme mucho en ella. Volvía a sentarme. Repetía el proceso. Descansaba. Volvía a intentarlo.

Ampliaba el círculo del recorrido: hasta la cocina, un paso más; ahora hasta el corredor, luego a la puerta de entrada.

Casualmente —o no tanto—, una tarde, entró una llamada. Era Betty, la diligente secretaria del doctor Klostermann. "¿Cómo va todo?", imagino que preguntó, con su usual tono alegre y de soluciones. Constanza no tuvo el menor recato en contestarle con absoluta sinceridad: "Fatal". Betty, quien ya sabía que algo así podría ocurrir, se rio y nos invitó a ir al día siguiente a hablar con Heidi, su fisioterapeuta, quien se encargaría de corroborar y corregir la pertinencia del método que habíamos inventado.

*

Cuando llegamos al gimnasio de fisioterapia del St. Petrus Krankenhaus, Heidi se disgustó porque yo no tenía la prótesis puesta.

—Tienes que tratar de usarla lo que más puedas —me dijo, en inglés, y en un tono a la vez amable y firme.

Se notaba que Heidi no se andaba con rodeos, que era estricta y que tenía los pies firmemente anclados a la realidad de la Tierra y de la vida. Debería estar rondando los 30 años de edad. Tenía un cuerpo y una presencia firme, y una voz de quien no teme ocupar espacio en el mundo. No era delgada, tampoco obesa. Se notaba que detrás de su aparente dureza y practicidad se ocultaba una mujer empática e inteligente. Su rostro era redondeado, con una barbilla que daba la impresión de que no cedía fácilmente, y unos ojos azules con el tono del mar del Norte, que rimaban con su escasa sonrisa.

No tuve otra opción que obedecer sus instrucciones. Traté de seguir los torpes pasos para ponerme la prótesis, que todavía no había memorizado del todo, y me paré con dificultad, frente a ella, con la ayuda de los bastones, sobre una colchoneta de caucho.

—Suelta los bastones y cáete —me dijo con firmeza y claridad, como si fuera lo más natural del mundo.

No daba crédito a lo que estaba escuchando. Ella me estiró sus manos para recibir los bastones y, muy en contra de mi voluntad, se los entregué. Quedé, sin que lo pudiera creer, por primera vez, apoyado en la prótesis sin ayuda alguna. Sudaba y movía los brazos para mantener el equilibrio. Heidi repitió su orden hablando de un modo firme pero más pausado y compasivo:

—Ahora, lánzate al piso y vuélvete a parar… Y, de nuevo, déjate caer.

Obedecí moviendo las manos hacia adelante y dejándome llevar por el peso de mi tronco y mi cabeza. Me fui hacia adelante hasta que mis manos tocaron la colchoneta. Doblé la rodillas, también la de la prótesis, y quedé en cuatro patas.

Heidi, con su mirada, me dijo que faltaba algo y entonces me dejé rodar hacia la izquierda, me apoyé en el hombro y quedé tendido en el piso.

—Podría haber sido mejor —dijo ella desde su altura—, ahora levántate.

No supe qué hacer. Sentía que la prótesis, a la que le estaba comenzando a coger cariño, me estorbaba y me pesaba como una tonelada y como si fuera, más que una ayuda, un impedimento. Heidi se sentó en el piso a mi lado y me sirvió de modelo para mis movimientos.

—Primero, siéntate… Luego da la vuelta y queda de rodillas, apoya la prótesis contra el piso y adelanta la pierna derecha, apóyate con las manos en el piso e incorpórate lentamente.

Hablaba con tanta convicción y hacía ver todo tan fácil, que no tuve otra opción que seguirla. Titubeando mucho, logré la hazaña de ponerme de pie.

—Muy bien —dijo ella—. Ahora repítelo.

Y así pasé una hora interminable y agotadora, cayéndome y levantándome, 20 veces o más y de las más diversas maneras posibles. Al principio lo hacía con rabia y miedo, yo había ido a aprender a caminar, no a caerme.

Al final, Heidi me ofreció un vaso de agua. Nos sentamos al lado de su escritorio y me dijo lo más importante y decisivo para mi rehabilitación, que ahora, 40 años después, sigo recordando con enorme gratitud:

—Antes de aprender a caminar, debes aprender a caerte —hacía énfasis en cada palabra—. Las prótesis son inestables y, por el resto de tu vida, vas a tener un alto riesgo de caerte. Por eso debes saber caer y luego, siempre, levantarte con la cabeza en alto. No eres menos que nadie.

En medio de su demoledora lección, Heidi posó sus manos sobre las mías con una tenue sonrisa, y fue cuando pude anidar en mi interior el significado no solo físico, sino también psicológico, de lo que estaba escuchando. Prosiguió con cierto aire de solemnidad, hablaba con una sabiduría antigua que no se correspondía con su juventud, acarició la pierna mecánica como si fuera un ser vivo y dijo:

—Esta prótesis es un instrumento muy valioso para tu vida. Vas a darte cuenta, debes darte cuenta y aceptar, que, con tu amputación y con esta prótesis, de 100 cosas que podías hacer antes en tu vida, por ahí unas 85 las vas a poder seguir haciendo igual, exactamente igual, como antes. Tú crees que no, pero, piénsalo con cuidado, abre tus ojos y te vas a dar cuenta, permítete darte cuenta, que es así. Ahora, de esas quince cosas restantes, hay al menos unas diez que vas a seguir haciendo, pero con ayuda. Tienes que aceptar y tomar con humildad y gratitud esas ayudas adicionales. Entonces, quedan cinco cosas… solo cinco, que ya no vas a poder volver a hacer jamás… ¿cuáles? Tú mismo tendrás que descubrirlo.

Se paró, esperó que yo me pudiera incorporar y mantener en pie sin usar los bastones y me abrazó. Nos fundimos en un abrazo los tres con Constanza.

—Acá te espero en dos semanas, andando con un solo bastón o sin ninguno —concluyó Heidi.

*

Lo hice y días o semanas después —para seguirlo rumiando *ad infinitum*—, dilucidé ese momento en el que notas que una interacción puntual, con una determinada persona, en un momento y contexto específicos de tu vida, cambia completamente y para siempre el sentido de las agujas que indican el norte de tu brújula interior.

Dejas de ser el mismo. Cruzas por una "Y" de tu vida y, por la influencia de alguien, decides tomar uno de los sentidos —a izquierda o derecha— y ya no hay vuelta atrás.

Es un instante en el que algo inesperado, pero muy necesario para ti, se desvela. Hay un clic, se activa dentro de ti un circuito que no sabías que tenías, pero que estaba ahí dentro esperando a ser prendido.

*

El realismo y profunda sabiduría práctica de las palabras de Heidi me han acompañado desde entonces y han seguido resonando y floreciendo en mí. El impulso, la motivación y la fuerza que me infundieron me empujaron a salir de los marasmos, del gel agar, de la circunspección y la tristeza en los que, por esa época, todavía me sumergía con obstinada frecuencia involuntaria.

Era, y es, verdad. Me había caído durísimo y me iba a seguir cayendo infinidad de veces —por fortuna, ninguna de ellas grave—.

Caerse y, siempre, volver a levantarse es una constante humana que se repite inexorablemente en la vida de todos. Saber caer, estar preparado para la caída, asumirla sin sorpresa.

Eso aligeró mi camino lleno de defectos y resbalones, no solo en lo físico. Aprender a encajar las derrotas sigue siendo un proceso inacabado. También pasa lo mismo con las victorias.

Años después, repasando ese esclarecedor episodio con Heidi, lo he procesado de diversas maneras. Por ejemplo, en la forma que llamé *tierno realismo prusiano* —en contraposición a nuestro *realismo mágico*— porque no fue excesivamente tajante, ni mucho menos frío, pero me mostró la realidad con una calidez y hasta ternura adulta que en todo caso fue fuerte.

Por eso no pude hacer otra cosa que aceptar ese camino, involucrando, además, la comprensión inconsciente de mi cuerpo,

llevándolo a arrojarse para después experimentar que lo podía poner en movimiento, de tal manera que sentí que era capaz de erguirme y continuar la marcha.

Antes de comenzar cualquier sueño romántico y feliz con la prótesis, Heidi me llevó a mirar —a constatar, a través de mi cuerpo, mi mente y mis emociones integradas—, la cruda realidad del peor escenario posible: el de las caídas. Al sentirme capaz de evitar consecuencias graves y volverme a parar las veces que fueran necesarias, entonces, ahora sí, podría comenzar a intentar caminar.

Ahora bien, ¿a qué he debido renunciar?, ¿cuáles son esas cinco cosas que jamás podría hacer? Para saberlo debo aceptar, ojalá de todo corazón y auténticamente, los reveces y las pérdidas. Aceptar lo que ya no está, y que no regresará de ninguna manera, tampoco ha sido una tarea fácil para mí. Claro, aceptar la amputación, primero que todo. La pierna es irremplazable, aunque, en ese momento aún no me había dado cuenta de *todas* las consecuencias.

Y aceptar también la muerte de Amelia, mi novia. ¿Murió?, ¿desapareció junto con el bebé que llevaba en su vientre?, ¿con mi hijo?

Y otras pérdidas cuyo significado entendería solo con el paso del tiempo y la reflexión sincera y amable que tuvieron los iluminadores y complejos diálogos con mis terapeutas.

En mi caso, la aceptación profunda y sincera de lo que no puede ser ha sido como el devenir de un río con diferentes anchuras, obstáculos y tipos de corrientes. Una ruta acuática con crestas, profundidades, matices, múltiples obstáculos, aristas, opacidades y tonalidades.

Con los años, y las terapias, aprendí a aceptar de buena gana también las pequeñas sutilezas inherentes a las pérdidas que se han ido cristalizando cada vez con mayor claridad y menos dolor y rabia, abriéndole espacio a la alegría, disfrute, creación y gratitud.

Sé —por mí mismo y por los relatos de muchos de mis pacientes —, que la aceptación es un proceso contextual. Como los bailes, que dependen de en dónde, cómo, con quién y con qué tipo de música; a qué volumen se baile; suave como una canción de cuna, en la forma de violento huracán o en medio de un estático e inexorable silencio mudo y sordo.

*

Unos meses después, cuando ya había decidido quedarme a vivir en Alemania para conjurar mis demonios y hacer una pasantía en un centro de atención a pacientes con trastornos psicosomáticos, estaba viviendo en la determinante *Whomgemeinschaft* de la *Blücherstrasse* en Bonn.

Allí vine a darme cuenta, con la nitidez y el peso de la marca del hierro candente de Vulcano esculpida sobre la piel, de lo que había dicho Heidi sobre los imposibles.

Mi habitación de hombre independiente quedaba al fondo del corredor de un amplio apartamento de la época victoriana, afectado por la guerra y reconstruido después con sobriedad y mucho acierto. Como había sido el último en llegar, mi cuarto era el más pequeño, pero mi antecesor, muy avezado en construir sólidas y funcionales estructuras de madera mientras estudiaba arquitectura, había tenido la genial idea de hacer una cama elevada, sostenida por firmes pilotes.

Como los techos eran altos, él la ubicó, a la altura del borde superior de la puerta, dejando un espacio de algo más de un metro entre el colchón y el techo. Abajo había suficiente espacio para un escritorio pequeño, que daba contra la ventana por la que se podían ver los preciosos y amplios jardines interiores. El cuarto estaba dotado además con un armario y un pequeño sofá.

En ese escritorio comencé a escribir, a manera de autoterapia, los primeros atisbos de autobiografías y narrativas espantosas, incomprensibles e inconexas. Allí también, en mi cama elevada, proseguí la lidia de la eterna batalla perdida contra el dragón del insomnio y las pesadillas.

Una noche, previa al primer parcial del curso de alemán, me desperté en medio de la oscuridad, con inconfundible sensación de haber estado corriendo en medio de una selva en la que las hojas de las plantas eran cuchillos verdes. En la angustiada carrera estaba huyendo del alcance de una feroz fiera que yo no podía ver. Desperté sudando, asfixiado y con el corazón saliéndose del pecho. Fui a la cocina, tomé un poco de agua, e intenté conciliar de nuevo el sueño.

El duermevela que siguió fue tomado por entresueños en los que yo recordaba que uno de mis "deportes" favoritos durante el colegio había sido apostar carreras persiguiendo los buses por la carrera 24, a la altura del estadio El Campín, en Bogotá.

Había tres semáforos consecutivos y el juego con mis compañeros de barrio y de colegio consistía en que nos parábamos en el primer semáforo y dejábamos pasar, a propósito, el bus urbano que iba por nuestro barrio. Cuando se detenía en el segundo semáforo, emprendíamos la carrera para tratar de alcanzarlo, antes de que la

luz se pusiera en verde. El ganador recibía como premio que los demás pagaban su pasaje.

Antes de volver a dormir un rato más, recordé que había ganado varias veces esa contienda. También triunfé en las olimpiadas de los *scouts,* donde me dieron una medalla de oro de atletismo y otra de automovilismo, en la modalidad de empujar carro de balineras que habíamos ensamblado con Santiago Jiménez.

*

La rehabilitación autodirigida, apoyada a la distancia por Heidi y de cerca por Constanza, Michael, Laurita y Luis Jaime, había dado sus frutos y logré manejar la prótesis bastante bien.

Andaba, sin bastones, descubriendo todos los rincones de la coqueta y —para mí— juvenil Bonn. Inicié la preparación para la práctica psiquiátrica, ingresé a estudiar alemán al Instituto de Lenguas de la Universidad de Bonn y tenía clases todos los días, de nueve de la mañana a una de la tarde. Bonn es una ciudad pequeña y el Instituto quedaba como a unas quince cuadras que recorría en bus, cuyo importe estaba subsidiado por la ciudad a personas en mi condición.

Un día, debía tomar el bus que pasaba a tres cuadras de mi casa, a las 8:22 a. m., para estar sentado en el salón de clase de la universidad antes de las 9:00. En el paradero había un cartel con los horarios que se cumplían con alucinante precisión milimétrica; yo ya estaba incorporando que la puntualidad es un valor trascendental en Alemania.

Ese día del parcial salí de la casa con unos minutos de retraso, por haber dormido mal. Bajé las escaleras de madera de la casa a toda

prisa y caminé hacia el paradero lo más rápido que la prótesis me lo permitía. Me faltaba solo media cuadra para llegar al paradero cuando vi que el bus se asomó a la esquina.

Contrario a lo aprendido en mi autorrehabilitación, apresuré aún más el paso, alargué las zancadas, mientras veía con desesperación que el bus se detenía tranquilamente en el paradero, abría sus puertas y una pasajera se subía con toda parsimonia, mientras yo trataba de mover mi pierna y mi prótesis a la mayor velocidad que mi deforme cuerpo me permitía.

Tuve la ilusión de lograrlo cuando vi que estaba a unos diez metros pero, en ese instante, con incredulidad, presencié el cierre de las puertas del bus, que luego se puso en marcha, lentamente, para seguir su ruta. Yo casi que podía tocar las latas en movimiento de la parte posterior y, sin disminuir el ritmo de mis pasos, intenté chiflar y luego grité con desesperación inútil: *¡halt!, ¡warten sie!* [¡deténgase!, ¡espere!].

Paré cuando ya estaba en el paradero, donde me quedé, solo, respirando el humo que había salido por el exhosto. El bus se perdió a lo lejos mientras sus ruedas avanzaron con suavidad sobre el pavimento.

Enloquecí de la ira. Arrojé mi mochila al piso con todas mis fuerzas, maldije mi vida, la prótesis, la amputación, Armero, el chofer del bus y, con él, a todos los alemanes obsesivos de mierda. Apreté mis puños mientras seguí maldiciendo, puteando y pateando el tubo del letrero de los horarios.

Pasado un rato me fui calmando de a poco y, 20 minutos después, cuando llegó el siguiente bus, el raudal de mi furia había encontrado aguas más tranquilas. Obviamente llegué tarde al parcial y solo pude

contestar la mitad de las preguntas, con lo que mi rabia y exasperación volvieron a escalarse.

Para calmarme, al salir, aunque el muñón me dolía un poco por el esfuerzo, decidí hacer a pie el largo camino de regreso a la casa. Por el camino, las hojas amarillas y marrones de los castaños en otoño de la *Poppelsdorf Alle* me devolvieron el ánimo mientras en mi corazón echaba raíces una profunda nostalgia.

Esa la avenida en el centro de Bonn que tiene forma de *boulevard*, con una ancha franja de césped y árboles de castaños, en fila, a los lados.

Me senté en un banco a descansar y la película de lo ocurrido con el bus volvió a hacerse presente sin titubeos y sin que yo la llamara. Para huirle a tan doloroso recuerdo levanté la vista hacia el hermoso paisaje otoñal y en ese momento llegaron a mí, como arrojadas desde el cielo por una hechicera sabia, las palabras de Heidi: "Habrá cinco cosas que no podrás hacer jamás".

Lloré conteniendo el aliento y apretando los puños y la mandíbula. La tensión y el dolor en mis manos y en mi cara me informaron que estaba comenzando el ponzoñoso proceso de aceptación de una de las cosas que jamás podré volver a hacer en mi vida: correr.

*

Vimos avanzar la noche. Los pacientes del psiquiátrico dormían en sus alcobas cerradas con llave. Una brisa mínima en las hojas del cafeto se fue expandiendo: una mujer despertó —sin saber—, un perro se alzó —sin razón—, el sacerdote cabeceaba sobre alguno de los salmos.

El apagón vino de pronto, como si las entrañas del infinito hicieran sonar el llamado final, un cacho de arcilla gris rompió el sueño del pueblo blanco y comenzó a temblar. No era un sismo que se mece, sino pulsiones telúricas acentuadas: vibraciones sólidas en el despertar de la tensión subterránea.

Yo era el jefe de turno y, en el desconcierto, grité: "¡Pilas, la inundación!" Y entonces, la orden —la terrible orden—: "¡Hay que abrir las puertas de los cuartos para evacuar a los pacientes! ¡Corramos! ¡Corramos! ¡Hay que subirlos al techo! ¡Subámonos al techo!". Intuíamos, sabíamos, que en la altura podía estar la salvación. Siempre pensamos que venía solo una creciente.

Las enfermeras corrieron en busca de sus hijos en dirección contraria al tropel humano que arribaba en caos por la calle. Miles de almas huían atropellándose (después de los años aún muchas corren en las sombras). Nadie sospechó, hasta muy tarde, la furia del lodo.

El hospital estaba donde termina el pueblo y comienzan los cultivos de arroz.

JOHANNA

El día en que hice conciencia de que no podré correr jamás, al llegar a la casa, arrastrando la pesadumbre de mi nuevo y doloroso descubrimiento interior, pasé directamente a mi cuarto, sin saludar a ninguno de mis compañeros de vivienda ni a sus animados visitantes que llegaban con frecuencia.

Oí las voces y las risas que salían de la cocina. El apartamento, tipo *Whomgemeinschaft* [comunidad de vivienda], estaba poseído por el embriagante e inconfundible aroma a pastel de manzana, que, seguramente, había horneado Johanna para celebrar algún acierto académico o artístico —actuaba en el grupo de teatro de la universidad—, o sin pretexto alguno, solo por el placer de hornear un pastel.

Estaba contrariado, no quería que ellos vieran que había llorado y quizá me asaltaran con imprudentes preguntas. Decidí escabullirme rápidamente por el largo corredor de piso de madera. Pero antes de cerrar la puerta de mi cuarto alcancé a escuchar una voz proveniente de la cocina:

—¿Ariel?... ¿Ariel?, *¿bist du da?* [Estás acá] —preguntó Johanna, seguramente después de escuchar el ruido de la puerta.

No quise contestar. Cerré la puerta, me quité la prótesis y me subí a mi cama elevada a tratar de reordenar mi magullado sistema

nervioso y tal vez dormir un rato.

Desperté al escuchar unos suaves golpes de nudillos en la puerta. No quise abrir. Golpearon de nuevo y oí la voz de Johanna que me llamó suavemente con su dulce acento musical, que suavizaba muchísimo la dureza que, a veces, tiene la lengua alemana.

—¿Quieres un poco de tarta de manzana?... Estuve horneando esta tarde.

—Entra —le dije.

Antes de esa vez, Johanna había entrado muy poco a mi habitación. Recuerdo que lo hizo el día del trasteo, cuatro meses atrás, y otro par de veces para entregarme las ansiadas cartas o paquetes que llegaban de Colombia y que ella había recogido en la casilla de correos del edificio.

Puso el plato con la tarta de manzana sobre mi desordenado escritorio y me preguntó si su llegada me había despertado. Le contesté que sí, que un poco. Se rio y me dijo: "Ya no tanto, disculpa".

Debió haber percibido algo, porque, contrario a su tradicional discreción, me preguntó si me estaba pasando algo. Le contesté que no, pero ella, quizá por el tono de mi voz o por mi actitud, volvió a preguntar: "¿Seguro?".

Decidí bajar de la guarida. Me senté en la silla del escritorio mientras ella se acomodó en el sofá. Empecé a contarle, por encima, mientras paladeaba la tarta, lo que me había pasado con el bus y el parcial de la universidad. Omití a propósito el doloroso *insight* profético de las palabras de Heidi.

Johanna me contó que alguna vez le había pasado algo parecido, pero debido a un percance que tuvo en su bicicleta, por el cual

también llegó tarde a un parcial, con la diferencia de que la profesora no la dejó entrar y perdió la materia. "La repetí con otro profesor mejor y no pasó nada". Nos reímos. Poderme reír con ella era lo que necesitaba para noquear mi insomnio, al menos por un tiempo.

—*Der Zug wartet nicht, sagen wir in Deutchland. Nacht lieber* [El tren no espera, decimos en Alemania. Buenas noches] —dijo Johanna, apelando a ese dicho local referido a la puntualidad estricta con la que funcionan la mayoría de las cosas en este país, luego cerró suavemente la puerta.

Muy lenta e imperceptiblemente, casi a mi pesar, y en pequeñas dosis homeopáticas, me fui enamorando de Johanna y ese amor me devolvió a la vida. La certeza de que podía volver a amar profundamente a una mujer y que ella, a su vez, encontrara algo bueno en mí, digno de ser amado, corrieron el oscuro velo que Tánatos había tejido ante mis ojos y enredado en mi corazón.

Creo que hay una teoría —o si no la hay debería haberla—, según la cual, la certeza de la muerte nos arrebata de un tajo a los seres humanos la capacidad de amar. ¿Será este el desapego del que hablan los budistas? En mi caso era una muerte en vida, o la muerte de una parte de mi vida, no lo sabía bien.

Con Johanna fuimos y seguimos siendo, fundamentalmente, muy buenos amigos. La charla de esa noche, dio lugar a miles de nuevos encuentros que se mantienen hasta hoy, y después de que ella se ha casado con el bello de Peter, con quien tiene dos hijos hermosos que yo amo como si fueran mis hijos. Los chicos me quieren mucho también, así como todos ellos adoran a mi hija Lucía, a quien consideran su hija o hermana, según sea el caso.

*

El primer invierno que viví en Alemania estaba asomando sus fauces y los días se hacían cada vez más cortos, oscuros y fríos. Pero las tardes en la *Whomgemeinschaft* de la *Blücherstrasse,* se llenaron de luz y sentido.

Varias tardes a la semana, Johanna llegaba de sus clases y yo la esperaba con una taza de café colombiano. O a veces yo llegaba cansado de batallar con las declinaciones verbales y ella me estaba esperando con una sonrisa y una copa de su *campari* preferido, a manera de aperitivo, de algún plato que después cocinábamos juntos.

Algunas veces nos daban las dos de la mañana contándonos anécdotas sobre los viajes que Johanna había hecho a Perú y Guatemala, y yo con mis historias de estudiante de medicina o algunas de las aventuras en las excursiones de *boy scout*, mientras aprendía a degustar y a amar los diferentes vinos de la cepa *riesling*, la mejor del mundo.

Poco hablamos sobre Armero, o referíamos solo generalidades, excepto, más adelante, cuando le confesé, sin entrar en mayores detalles, la historia de Amelia y su embarazo. Johanna, después, cuando sintió que lo nuestro estaba cambiando de color, habría de preguntarme muy seriamente sobre ella y esa relación y ese (¿posible?) hijo.

Pero, por ahora, no nos metíamos en honduras sobre ese tema, aunque, alguna vez, cuando ella no estaba en el apartamento, me atreví a fisgonear secretamente en su cuarto, buscando un no sé qué. Lo que me encontré sobre su escritorio fue un ejemplar de la revista *Der Spiegel*, de noviembre de 1985, dedicado enteramente a

Armero, que ella había sacado de la biblioteca de la universidad. Ese descubrimiento me enterneció y me hizo pensar, con más fuerza y nerviosismo, que ella se interesaba en mí.

Uno de los gestos de Johanna que más me tocó profundamente fue una sorpresiva invitación que me hizo a pasar con ella y sus padres y familia mi primera Navidad en Europa. Sería en su casa de Schildgen, un pequeño y encantador suburbio a las afueras de Colonia, me explicó. A partir de esa decisiva noche de paz, espiritualidad y familiaridad —que se convirtió en un hito en mi vida —, el resto de las Navidades cambiaron por completo de valencia, de tal modo que han estado nutridas por los significados que viví en ese momento: regalos, eucaristías musicales, platos, nevadas, casas y calles cubiertas de nieve, calor de chimenea, un cuarto en el sótano de la casa y mucho cariño.

Quizá por eso las Navidades siempre despiertan susceptibilidades de toda índole. A pesar de que en los años antes de la avalancha yo no había sido especialmente familiar, aquella vez, en Bonn, tener a mi familia lejos me hacía especialmente nostálgico, abandonado y triste.

Johanna lo notó y, tal vez por eso, o por la fuerza del aleteo de la pequeña mariposa amarilla que volaba en su estómago —de un modo similar a lo que yo ya estaba sintiendo—, decidió invitarme a pasar las fiestas con ellos.

No podía creer que estuviera recibiendo tanta ternura y cariño de tres personas que habían vivido, de primera mano, los horrores de la Segunda Guerra Mundial. Aquella Navidad en la que disfrutábamos alegremente la tierna carne de jabalí, y brindábamos con vino de

Mosela, la abuelita de Johanna debía tener ochenta y tantos años, y sus papás pasaban los 50.

Hice unos cálculos rápidos en mi cabeza y me imaginé que, al comienzo de la Segunda Guerra Mundial, la abuela podría estar alrededor de los 30 y los papás eran unos niños de cinco años. Obviamente, en ese momento tan apacible y festivo no tocamos ese tema, pero en muchos que vinieron después, sí lo hicimos.

Esas conversaciones fueron tan conmovedoras, por lo duras y sinceras, que resultaron brújulas determinantes para la confección de la red de mi resiliencia personal. Años después, esos momentos también fueron mi fuente de inspiración en torno al sentido de mi vida profesional; visualizándome e identificándome como el humilde artesano que promueve, estimula y apoya la construcción de un método individual para que mis pacientes y lectores superen dificultades.

Iluminado por la estrella de esta inspiración alemana, me habría de situar en el lugar del tutor de tejidos que guía en el intrincado arte de enlazar los hilos de la resiliencia.

*

Irmina, la hermana menor de Johanna, gritó de repente con gran entusiasmo desde el amplio ventanal que daba al jardín posterior de la casa:

—*Guck mal! Es schneit!* [¡Miren!: ¡Está nevando!].

Corrimos con el ánimo de ver el majestuoso, apacible y arrullador espectáculo de la naturaleza. Yo iba a mitad de camino, tratando de ver, a lo lejos, a través de los cristales, cuando mi corazón sintió que estaba frente a un abismo y al borde de la parálisis.

Miré a través del ventanal y no vi la ingenua nevada, sino las mortíferas y livianas bolitas de arenisca volcánica de la mañana que antecedió la asesina avalancha que dio su zarpazo sobre Armero. Palidecí. La fuerza de mi única pierna flaqueó y el mundo comenzó a ondular de tal manera que me tuve que sentar para no caerme.

Una parte grande de mí se devolvió un año atrás cuando presencié, absorto y muy preocupado, que el cielo armerita se dejaba adornar por esa "nieve" de arenisca que, por los caprichos del viento, volaba leve frente a nuestros ojos maravillados y asustados, sin intuir todavía que era el anuncio del fin del mundo.

El trance duró unos segundos, pero lo sentí en todo mi cuerpo, sobre todo en la nuca que se revistió de plomo. Regresé al presente cuando escuché el bálsamo de unos gritos cariñosos que 40 años después siguen resonando con dulzura en mis oídos.

—Ariel, mira —exclamó Johanna, radiante de felicidad—. Tú nunca has visto nevar en tu vida y esto es maravilloso… ¡que caiga nieve precisamente la noche de Navidad!, ¡y que tú estés acá!

Esa frase final de Johanna fue el tobogán que precipitó mi retorno al presente en Schildgen. Estoy acá, no allá, y esa frase debió reactivar algún mecanismo dentro de mí. Apuré un trago del coñac que me había servido de sobremesa Klaus, el papá de Johanna y, aliado a sus fuerzas, llegué a la ventana para contemplar el indescriptible espectáculo que la naturaleza nos estaba ofreciendo.

Eran en realidad hermosos y conmovedores, como una suave y distante música sin sonidos, casi etéreos y tímidos, copos que danzaban delicadamente acariciados por los caprichos de la tenue brisa mágica.

La escena me dejó sin palabras. Todos, frente a la ventana, rendimos un homenaje de silencio. Yo estaba doblemente conmovido: por el espanto del recuerdo que pude dominar y por la certeza maravillosa de estar disfrutando un hermoso momento presente.

No pude evitar el atrevimiento de tomar la mano de Johanna. Ella rehuyó mi mirada y siguió contemplando el milagro sin apartar su mano. Al contrario, apretó la mía un poco más.

*

Los espantosos dolores del miembro fantasma, gracias a Dios, se fueron diluyendo por el proceso de cicatrización y por la elaboración psicológica.

Los *flashback* de mis traumas siguieron a un ritmo y una senda similar, aunque más lenta y sin desaparecer del todo. Lo más difícil fueron las pesadillas, que aún hoy siguen asaltando, de vez en cuando, la paz de mis noches.

Los primeros meses del primer año en Alemania hicieron parte de mi pijama y no se fueron por más que la lavara con lejía. Después, poco a poco y en ritmos de caprichos incomprensibles, con incontables variaciones temáticas y simbólicas, arremetían contra mi sosiego cuando yo menos lo esperaba.

Cuando regresé a Colombia, con el psicoanálisis que pude hacer amainaron, pero abrieron las puertas a otras temáticas, con simbolismos cada vez menos rudos, aunque el monstruo sin cabeza que me degollaba con un cuchillo no dejaba de pasarse por mi almohada cada temporada.

En los últimos años, sobre todo después de ciertas terapias, su fuerza opresora se debilitó, sin desaparecer del todo. El asesino del cuchillo, la boa constrictor, la víbora venenosa o el carro bomba —y todas sus múltiples variaciones— no dejaron de aparecer, aunque yo ya no estaba solo y tenía las armas para defenderme o salvarme.

El caso es que han sido infaltables las pesadillas que al principio llegaban en los días alrededor del 13 de noviembre, o las que me deslumbraban cuando atendía pacientes con cáncer o por accidentes, en quienes estaba programada o había ocurrido una amputación.

Pero aprendí a manejarlo.

Fue así, con el paso del tiempo y el acelerador de las terapias, que la mayoría de disparadores de los recuerdos y los traumas fueron amainando. Cambiaron, sobre todo, mis reacciones ante ellos.

Pero algo que se exacerbó muchísimo desde la avalancha, y ha sido refractario a todas las intervenciones, es el pánico en medio de los temblores. Nada me puede aterrorizar más que los movimientos caprichosos de las placas tectónicas de la masa terráquea.

Otro síntoma que ha ido y vuelto con distintas intensidades y coloraciones es la depresión. Tampoco ha desaparecido del todo y ya me puedo relacionar con ella —y ella conmigo— de un modo más amistoso y compasivo, sin permitirle que interfiera con mi trabajo o mi capacidad de amar y de crear.

*

Johanna se quedó unos días más en la casa de sus padres y yo me regresé antes, en tren, a Bonn. En la estación, me dio un abrazo inusualmente fuerte, y, en el beso de despedida, tuve la sensación

de que los ángulos de nuestras bocas se habían tocado de alguna manera.

Ella puso su mano sobre mi pecho y me dijo en un tono que parecía al mismo tiempo burbujeante y temeroso: "Hablamos en casa", y volvió a apretar mi mano del mismo modo que lo había hecho cuando estábamos contemplando la belleza de la nevada.

Quedé muy confundido. Algo dentro de mí me decía que estaba interpretando muy mal todo lo que pasaba, porque algo aún más profundo en mi mente había decretado, sin que yo me hubiera dado cuenta, de que con todo lo que había ocurrido con la avalancha, el sepultamiento, la UCI, y, finalmente, la amputación, se me había amputado también la capacidad de amar y, tal vez, sobre todo, de ser amado. No entendía por qué.

*

"Johanna está tragada de usted", me dijo Luis Jaime mientras le hacía gestos a la mesera para que nos trajera una nueva ronda de cerveza. "Y usted de ella", concluyó, profiriendo otra de sus acostumbradas sonoras carcajadas.

Le dije que era imposible, que ella había terminado hace solo dos meses con su anterior novio, "que es un huevón", interrumpió él, pero no paré mi relato para explicarle que, además, yo todavía estaba muy deprimido por la amputación.

Fue ahí cuando le conté a él mi secreto más inconfesable: mi historia con Amelia en Armero.

Luis Jaime se tomaba la cabeza con las manos, mientras me escuchaba. "¡Doris!", exclamó llamando a la mesera, "tráigame dos

shots de ron". Esto está muy berraco, Ariel. ¿Por qué no me había contado antes?

Le confesé que, cada día de mi vida, desde la noche de la catástrofe, no había dejado de pensar en ella, en su embarazo, en el bebé, en mí como eventual papá; en si ella realmente habría muerto, o quizá no. Le acepté que no descartaba que estuviera por ahí y que cualquier día ella se apareciera en mi puerta, con un bebé en sus brazos.

"Le juro, Luis Jaime, que varias veces he tenido pesadillas —le confesé al fin a mi amigo—, a veces ella es una especie de vampira o bruja. A veces el bebé es un marrano; a veces el bebé soy yo mismo, pero en pequeño y como el adulto que soy, pero encogido, y en el sueño trato de verme la pierna, pero, por más que me esfuerzo, no puedo".

En ese momento, el efecto de las cervezas abrió las esclusas para que se desatara en mí un llanto represado por más de un año. Luis Jamie me abrazaba y, lagrimeando también, conmovido, cuando llegó Doris con los vasitos de ron, levantó la copa: "Por Amelia", exclamó.

Lo dudé, pero cogí fuerzas para levantar también mi vaso y proclamar: "Por ella y por su bebé… nuestro bebé… mi bebé". Los vasos chocaron con estruendo jubiloso y el ron y el abrazo de Luis Jaime hicieron que yo pudiera, después de tantas pesadillas ocultadas, respirar con un poco de alivio.

Le expliqué a Luis Jaime las mil peripecias secretas y pasivo-activas que había hecho desde el primer día en el intento de averiguar su paradero. Le conté que cuando estaba enterrado en el lodo y sin poder moverme, le había prometido a Dios que si me

salvaba me casaría con Amelia y tendríamos el bebé, que yo me imaginaba que era un niño. Lo bautizaríamos Armero Salvador.

Después, en el hospital de campaña en el que me atendían, antes de ponerme la anestesia, yo miraba para todos lados buscando su rostro. Y, luego, en el hospital San José, en Bogotá, cada vez que pasaba a visitarme alguien de la Javeriana le preguntaba discretamente si habían sabido algo de la psicóloga del hospital. Nadie me daba noticia de ninguna índole.

El doctor Hernán Santacruz Oleas, que toda su vida fue un enamorado de Armero, al enterarse de la avalancha, organizó varias brigadas de salud y de rescate; movió cielo y tierra para conseguir ayudas y comandó personalmente una tropa de decenas de estudiantes y especialistas de todos los niveles que asumió la misión de rescatar gente y brindar primeros auxilios físicos y psicológicos.

Seguramente tuvo que haber coincidido con mi papá en Lérida, pero ellos no se conocían entonces. Después organizó brigadas de salud mental con los sobrevivientes —en las que participó como voluntaria la estudiante de psicología que, ocho años después, se convertiría en mi esposa—.

Santacruz Oleas estuvo enterado al detalle —porque se lo había propuesto como una meta personal— quién del hospital y de la Universidad Javeriana había sobrevivido y quién no. Con los días, y por todo lo que pasó, nos fuimos volviendo amigos y aún hoy le guardo mucho aprecio.

Antes de viajar a Alemania, en una de las despedidas que me hicieron, le recordé algo sobre mi relación con Amelia y le volví a preguntar —ya lo había hecho otras veces— si sabía algo de su paradero.

"Mire Arielito —me contestó con una claridad y seguridad contundentes—, yo estuve averiguando por cada uno de los empleados del hospital y ella murió… Arielito, mijo, convénzase de eso… Estoy seguro. No piense más en ella. Está muerta y su cadáver, como otros casi 25.000, no apareció. ¿Por qué le preocupa tanto?".

—Por nada —le dije hipócritamente—, solo quería saber.

Muy *zorro*, y psicoanalista, como era, se dio cuenta de todo. Me abrazó y me dijo:

—Yo sé que ustedes tuvieron algo —exageraba su acento pastuso cuando hablaba con solemnidad—. Pero acéptelo, mijo: ella se murió. No hay vuelta atrás. Y usted está aquí y *tiene* que seguir con su vida.

Todo eso le conté a Luis Jaime en esa noche de confesiones que me aliviaron. También le dije que una parte de mí le había creído a Santacruz, pero otra no. Y esa que no creía era la parte que fabricaba las pesadillas y me impedía querer a Johanna y a cualquier otra mujer.

Práctico, concreto y al grano, como buen matemático, Luis Jaime me dijo: "Usted está loco, Ariel, ¿cómo se le ocurre seguir pensando así? Ya Santacruz le dijo: esa vieja está muerta. Mi papá pasa todos los días por ahí y me dice: todo mundo se murió, solo sobrevivieron mil, como máximo. ¡Ya! ¡Acéptelo de una vez por todas! Y siga con su vida. Déjese de maricadas y, por favor, siga con su vida, hermano. Cáigale con todo a Johanna. Y métase en una terapia, huevón, que usted se está volviendo loco".

El duelo de Amelia y de nuestro bebé, sobre el cual, muchos años después, habría de crear una especie de extraño delirio consciente,

ha sido un duelo imposible para mí. Lo extraordinario y aciago es que las circunstancias hicieron que los rodeara a los dos de un manto de silencio, secreto y clandestinidad inconfesable, como una relación de amantes que han cometido un crimen.

Como su cadáver nunca apareció, y ella se murió furiosa y decepcionada de mí, el fantasma de su imagen se me apareció en pesadillas durante mucho tiempo, o en las peores fantasías diurnas de mis depresiones, acusándome, señalando, destapando mi parte más cruel.

Hasta el momento en que escribo estas líneas, solo cuatro personas habían conocido la historia de Amelia: Santacruz, Luis Jaime, Luis Yamín, mi psicoanalista, y Johanna.

Todos habían jurado guardarme *este* secreto, que el exorcismo de esta escritura me permite desvelar.

*

Mi madre, en su espiritualidad tierna, tenía la costumbre casi compulsiva de rezar un padrenuestro en cada iglesia nueva que conocía o que veía por el camino. Si encontraba la puerta cerrada, rezaba en el umbral y seguía el recorrido. Alguna vez, cuando yo la acompañaba en un templo nuevo, tuve la iluminación de encender cuatro veladoras en los candelabros que estaban dispuestos para tal fin. Una de gratitud por mi salvación, otra por las almas benditas de todos los muertos de Armero, la tercera por Amelia y la cuarta por nuestro bebé.

La costumbre se me quedó en adelante y aunque ignoro si ese rito semipagano tendrá algún efecto en el más allá, me hace sentir

mejor. Me da la sensación de que estoy haciendo algo por ellos y me crea la ilusión de repararles el daño causado.

Como buena observadora, mi mamá se dio cuenta de mi ritual.

—¿Por qué enciendes siempre cuatro veladoras en las iglesias que visitamos? —me preguntó, con su curiosidad pedagógica.

—Por nada —contesté en un instintivo acto reflejo que trataba de ocultar mi pecado, pero al fin, ante su silencio, acepté—: mejor dicho, sí… por algo, pero ese algo es un secreto que me llevaré a la tumba.

Mi madre no dijo nada. Yo tuve la sensación de que ella lo había entendido todo.

*

Una noche nos quedamos solos con Johanna en nuestra *wohngemeinschaft* de la *blücherstrasse*, en Bonn. Estábamos viendo, en plan de amigos, alguna película en el televisor en blanco y negro de su cuarto, acompañados por la acostumbrada copa de Riesling. Sentados en el sofá, nos tapamos con la misma cobija para ahuyentar el frío, conscientes de que la escena podría desembocar en una temida intimidad.

Nuestros muslos se tocaban nerviosamente, ella dejó su mano sobre mi brazo y yo le rocé el cuello con la mía. Noté que a ella le gustó. De repente, sentí un mensaje de parálisis en el centro del estómago, como si tuviera que digerir un ladrillo. Johanna se dio cuenta y se paró a oprimir el botón de apagado del televisor. Se sentó sobre el sofá un poco más lejos que antes, me miró profundamente con sus ojos pardos y me preguntó:

—¿Qué te pasa? —su tono denotaba que estaba un tanto irritada —. Cada vez que me acerco a ti te pones como si te hubieras comido una viga de hierro.

Me quedé en silencio. Johanna, en tono resuelto, continuó:

—¿Es por tu pierna? Yo creo que sientes algo por mí y yo también siento muchas cosas por ti. Me gustas mucho, quisiera tener algo contigo, aunque también me da miedo, no sé qué pueda pasar, pero no lo puedo evitar. Nunca pensé que pudiera decirle esto a alguien… Disculpa…

Tomé sus manos y traté de hablarle del confuso nudo que aprisionaba mi corazón. Le dije que, por supuesto, que ella me gustaba y me atraía mucho. Le di varios ejemplos de los buenos momentos que habíamos pasado juntos. Le expliqué que sentía muchos puntos en común entre los dos y que con ella me sentía muy seguro y entendido.

—*Ich auch*, pero… —dijo mezclando el alemán y el español, a propósito.

—No sé, Johanna —titubeé seguro de que estaba cometiendo un error fatal, y de que debía ser sincero porque, en realidad, estaba muy confundido con todo lo que me había y me estaba pasando.

Hablamos muy largamente de nuestros mutuos temores. ¿Qué pasaba si la relación se profundizaba demasiado? Ninguno de los dos quería hacerle daño al otro. Ella estaba segura de que no quería vivir fuera de Europa, tal vez ni siquiera fuera de Alemania, y yo le había dicho que estaba convencido de que quería regresar a Colombia.

Concluimos que tal vez nos estábamos adelantando demasiado, pero en todo caso nos dimos un primer beso en la boca. Fue

superficial, tímido. De repente, ella saltó como un resorte al otro extremo del sofá y me interrogó a quemarropa:

—¿Es por la novia que tenías en Armero?, ¿cómo se llamaba?

—Amelia —contesté, parcamente.

—¿Sigues pensando en ella? ¿Crees que pueda estar viva? —siguió el interrogatorio e incluyó la pregunta del millón que abrió la puerta para el inicio de la elaboración más profunda de esa relación—: ¿si estuviera viva, volverías con ella?

Fue una pregunta definitiva, esclarecedora.

—No —contesté, con plena seguridad y sin duda—. No volvería con ella de ninguna manera.

Yo mismo me sorprendí de la claridad de mi respuesta.

—¿Entonces?

Sentía que me estaba portando como un idiota, pero no supe qué decirle. No quería hablar de tramas ni estrategias, y la verdad era que estaba muy confundido. El silencio que siguió fue largo.

—Los dos estamos muy cansados —al fin dijo ella—. Ha sido un largo día. Mejor vámonos a dormir, consultémoslo con la almohada y pidámosle al ángel de la guarda que nos ilumine en la noche.

—Buena noche —le dije en español, antes del beso de despedida.

Me fui para mi cuarto con una pesadumbre extraña y un malestar similar a una náusea.

Horas más tarde, en la madrugada, sentí que alguien estaba subiendo por la escalera de mi cama elevada.

—Shhh, shhh —susurró Johanna a mi oído, disimulando no querer despertarme y luego habló en voz baja—: no vine a tener sexo contigo. Eso puede esperar. No hay afán. Vine a decirte que, como tú, yo también estoy muy insegura de una relación. Pero quiero

arriesgarme. Algo me dice que puede ser hermoso. Ahora duérmete, cierra los ojos y no pienses en nada… Hasta mañana.

Con una sonrisa burlona se volteó y quedó de espaldas a mí. Feliz, puse mi mano sobre su cadera.

*

No hicimos el amor sino hasta un mes después. O, mejor dicho, duramos un mes haciendo el amor, pero aplazando el final una y otra vez hasta estar seguros. Johanna tuvo paciencia y mucho respeto por mi proceso.

Le confesé los pánicos respecto de mi sexualidad, multiplicados por mil después de la tragedia, las enfermedades y la amputación. Cada noche, ella me tranquilizó, repitiéndome que no había ningún afán, que quería conocerme, que yo me conociera y me reconociera; conocerse ella conmigo, conocernos.

A veces conversábamos sobre mi romántica cama elevada, otras en la suya; horas y horas, mientras, casi sin darnos cuenta, acariciábamos nuestras pieles ansiosas con suavidad, entre temblores de pétalos nerviosos y frágiles.

Sin saberlo, ni proponérselo, Johanna fue una maravillosa terapeuta de la intimidad y de la vida. Lo más fuerte entre nosotros siempre fueron (son) los profundos y sinceros diálogos, colmados de una escucha curiosa y de esclarecedoras preguntas desafiantes, entre las cuales, poco a poco, también fueron dialogando nuestros cuerpos.

Los tres años largos que duró mi relación con Johanna fueron paralelos a la terminación del curso de alemán y el inicio de mi pasantía en un Landeskrankenhausde [hospital estatal] de Nord

Rhein-Westfalen, primero y, luego, en la Clínica de Bad Honnef para trastornos psicosomáticos, experiencias que fueron posibles gracias una beca providencial otorgada por la Katholischer Akademischer Ausländer Dienst (KAAD), organización de la iglesia Católica alemana que otorga becas en esa nación a estudiantes de países en desarrollo. Sin esa ayuda, ningún capítulo de esta transformadora aventura de mi vida habría podido ser escrito.

La mano clarividente de Johanna me sostuvo con la firmeza de un potente y estable báculo que abría caminos, solucionaba contingencias y aclaraba giros lingüísticos mientras proponía viajes, parajes, museos, conciertos, estancias y familiaridades, que abrieron mis ojos a la maravilla, despejaron los senderos y dieron firmeza a mis pasos hacia la cultura y la vida.

Me llevó por los senderos más importantes: mi vida y el sentido de la misma; mi cuerpo, ahora firme, estable y de nuevo erotizado; mi independencia y la capacidad de valerme por mí mismo, caminar, pensar y decidir por mí.

Fue un lento y decidido regreso a sentirme sólido, integrado, coherente y completo dentro de mi incompletud. También me llevó de nuevo al criterio profesional, al amor a la psiquiatría, al psicoanálisis y la pasión compartida por tratar de entender los intrincados vericuetos de la mente humana.

Me condujo hasta por el cine y la literatura. De ella también me quedaron las huellas imborrables de nuestras largas discusiones en torno a temas como la ecología, el cuidado de la naturaleza y el feminismo.

Al escuchar los relatos de sus papás y su abuela sobre la Segunda Guerra Mundial, también me quedó la formidable fuerza de la

resiliencia, que tanto me inspiró —junto con todo lo demás, prodigado por ella—, para salir adelante.

Sus caricias exorcizaron el fantasma de Amelia, pero no del bebé, del cual ella nunca supo.

*

Con los años, la relación con Johanna se extendió a su encantador esposo, Peter, con quien ella comenzó una relación un año después de nuestro noviazgo. Pero el vínculo nunca ha dejado de ser lo que fue desde principio: una sólida amistad.

Antes del internet, mantuvimos la costumbre de enviarnos cada mes largas cartas contándonos sobre las evoluciones de nuestras vidas. Y, como mínimo, una llamada telefónica trimestral. He regresado a Bonn, para visitarlos, en varias ocasiones y ellos también han venido a Colombia un par de veces.

Una de mis visitas transcurrió casualmente cuando Johanna esperaba a Leo, su primer hijo. Tenía siete meses de embarazo y todo marchaba bien, iba a su trabajo con normalidad y llevaba una vida adecuada para su estado. De repente, un día, inició trabajo de parto y con Peter tuvimos que llevarla de urgencia al hospital.

Los médicos hicieron todo lo posible para detener las contracciones, pero no lo lograron. Dos días después nació Leo, el diminuto y hermoso bebé, alargado como un espárrago. Por su estado prematuro, debió ser sostenido por sus padres con la técnica colombiana de los bebés canguro.

En esa época yo no era tan esotérico, como después aprendí a serlo, pero no puedo olvidar la forma como el diminuto Leo abrió sus hermosos ojos azules cuando me despedí de él. En ese momento

tuve la certeza de que ese bebé quería conocerme antes de que yo viajara. Mi conexión siguió siendo muy fuerte, a pesar de la distancia y del poco contacto.

Los lazos se fortalecieron muchísimo cuando ellos recibieron a mi hija Lucía, durante seis meses, como parte de su intercambio escolar en Bonn. Johanna y Peter se sienten un poco los padres de Lucía y ella un poco hija de ellos. También me siento un poco el padre de Leo y Elena, sus hijos.

*

Con Johanna siempre supimos que el nuestro era un amor con fecha de caducidad. Tal vez por eso fue tan bello y sincero. Lo habíamos hablado varias veces, sobre todo al principio, casi que lo habíamos acordado, sin hacerlo realmente.

Pasando el tercer año de la relación, mi neurosis y mi depresión —depresión neurótica y neurosis depresiva—, tomaron niveles inaguantables para ninguno de los dos. La beca del KAAD iba llegando a su fin y me fui tornando cada vez más irritable, circunspecto y solitario.

Tenía al frente la perspectiva, nada apetecible, de volver a Colombia o la de tomar una determinación heroica, casi suicida de mi identidad, y quedarme a vivir en Europa.

Las noticias que llegaban de mi país no invitaban a regresar. Los carteles de las drogas estaban enfrentados entre sí y con el Estado, sembrando zozobra porque, en cualquier momento y en cualquier esquina, una bomba podía acabar con tu vida.

Paso a paso, uno a uno, con lista en mano, la extrema derecha se dedicó a exterminar a los miembros de un partido político de

izquierda, la Unión Patriótica (UP), cercano a una guerrilla, las FARC, que se había intentado desmovilizar.

Varios candidatos presidenciales habían sido asesinados en medio de un demencial ambiente de anarquía y muerte.

—No quiero vivir en una zozobra similar a la que vivieron mis papás y mis abuelos y que ahora, mal que bien, la tenemos superada —me dijo Johanna con contundente realismo resignado—. Pero tampoco soy nadie para pedirte que te quedes acá, si no eres feliz.

Algo indescriptible había congelado el encanto de la relación y hacía que yo no la sintiera como el único motivo para quemar mis naves y quedarme allá. Era prácticamente imposible abrirme un camino profesional en Alemania. Mi gran motivación profesional, desde que era estudiante de quinto semestre, era formarme y ejercer como psicoanalista, y en Alemania no podría cumplir ese sueño. Las limitaciones impuestas por el idioma para ese tipo de terapias, y las cuestiones monetarias, eran las principales causas.

Además, me sentía muy culpable al ver que mis papás, hermanos y amigos prácticamente se jugaban la vida al ir a comprar la leche a la tienda, mientras yo no tenía ningún problema en disfrutar una paz y prosperidad que sentía ajenas. Me deprimí. Perdí las energías y motivaciones para emprender la más mínima acción.

Luis Jaime había terminado su doctorado y se había ido a hacer un posdoctorado a Estados Unidos. Me distancié de Andrés y Susana por un malentendido absurdo, que yo mismo creé y que no tuve las fuerzas para aclarar y solucionar.

Otra vez, el insomnio se apoderó de mis noches y todos los fantasmas de Armero resucitaron con una fuerza inusitada,

haciéndome sentir culpable, rabioso, envidioso, poca cosa, incapaz de pensar, disfrutar o reír.

Dejé de comer. Descuidé mis hábitos. Bebía demasiado.

Necesitaba urgentemente una terapia, si no, me iba a morir. Pero tenía que ser una terapia en mi idioma.

*

Es parte de la vida el signo donde brota el sopor de las formas rítmicas.

Cuando entregamos los delirios al cosmos, en esa visión, el fuego es líquido y en él arde la mañana. Un aliento se diluye en su corriente espesa como si el dolor fuera ajeno.

Este es el camino de los dioses, un sendero de musgo seco y azufre. Hay peces muertos en los pozos, las ranas huyen del fango, los campesinos sombrean los pasos como una herencia que traen del cerro.

En la cúspide dormita el nombre olvidado de labios azules.

DEPRESIÓN

Al llegar a Bogotá recibí el cariño y la curiosidad de mis amigos con varias invitaciones a cenar, en las que me preguntaban, de distintas maneras, cuáles eran las principales huellas que me habían quedado después de mi paso por Alemania.

Según de quien se tratara, y de los avances en la escala de luces generadas en mi proceso psicoanalítico, les contestaba que, más allá del aire restaurador y vivificador de la relación con Johanna, me habían quedado los ecos de un indomable espíritu de autonomía, la contundente claridad sobre mi responsabilidad individual, el cuidado de la agridulce soledad, la consciencia práctica de la fuerza de la solidaridad y las convicciones necesarias para construir mi resiliencia.

Después, el mismo psicoanálisis habría de dar cuenta de que también allí se habían derivado las consecuencias del apetito devorador de la negación.

Todo fue aleccionador, queriéndolo o no, desde la misma experiencia de la autorrehabilitación con la prótesis. De ahí en adelante, interioricé el principio de la responsabilidad por mi autocuidado que, poco a poco, fui extendiendo a todos los ámbitos de mi vida. Más tarde entendí que de eso se trata ser adulto. Estar bien —o mal— depende fundamentalmente de mí.

Cuando me fui a vivir solo —y luego en la *Wohngemeinschatf* de la *Blücherstrasse*, donde conocí, me enamoré y después me separé de Johanna—, aprendí desde lavar mi ropa, cocinar mi comida, hacer el mercado y el aseo hasta ir y volver del trabajo, no tomar demasiada cerveza, hacer ejercicio, cuidar a los amigos o pagar los impuestos. Todo. Siempre asumiendo que yo era responsable de mí.

Fue desolador y esclarecedor darme cuenta de que no tenía a nadie a quien descargarle mi responsabilidad o echarle la culpa de lo que me pasara. No soy la víctima de nadie ni de nada, y, si acaso lo soy, es únicamente de mí mismo.

Esa autodependencia sobre las consecuencias de mis decisiones me llevó a ser, paradójicamente, más autónomo e integrado conmigo, más amigo de mí mismo.

También me ayudó a que las diferentes partes de mi personalidad fueran amigas entre sí y danzaran juntas dentro de mi cabeza con la mayor armonía posible. Y, como un mágico reflejo, desarrollé una mayor sensibilidad frente a la inclusión con los demás.

Cuando hablo de inclusión social me refiero a esa inefable y reconfortante sensación de pertenecer, en mi condición de "discapacitado" —sentirme incapaz o inferior porque me falta una pierna—, que ha sido y es la expresión de toda la construcción interior que he realizado como una obra de orfebrería a partir de mi accidente y de sus consecuencias.

Ese minucioso y cuidadoso trabajo de artesano de mi propia mente se transcribe después en las historias que me cuento a mí mismo, y en las que les cuento a los demás —por ejemplo, en este libro—, sobre lo que me ocurrió y me ocurre.

*

Tengo una enorme gratitud con todos los que han ayudado en este proceso inacabado de la organización de mi confusa mente y de mi vida, tras la catástrofe. La puntada inicial la dio, sin ninguna duda, Heidi Van Dijk, la inolvidable y resuelta fisioterapeuta del St. Petrus Kanknkenhaus de Bonn. La confección se continuó tejiendo y reforzando con el delicado trabajo hecho en los años que estuve en psicoanálisis con el doctor Luis Yamín Habib, en Bogotá. Y se consolidó notablemente con la intervención de Lidia Tovar Merchán y luego con la guía de Pedro Rojas Posada, gracias a una terapia de aceptación y compromiso, el uso de psilocibina, de los hongos alucinógenos y otros caminos sobre los que contaré en las próximas páginas.

*

El eco de las proféticas palabras de Heidi nunca ha dejado de resonar dentro de mí: "Quince cosas que vas a seguir haciendo, pero con ayuda…".

Por eso nunca me he sentido cómodo con la denominación "discapacitado", que me pesa como una armadura oxidada.

Una vez, en México, alguien en una oficina se refirió a mi como "persona con capacidades diferentes", expresión que me gustó un poco más a pesar de su carga de eufemismo. Pero ninguna de las etiquetas, como "víctima" o "sobreviviente", dibujan lo enredado y único de mi mudo trasegar por los azarosos rumbos de la adaptación para vivir, trabajar y andar sin una pierna, apalancado por una curiosa prótesis.

Mi cuerpo y mi cabeza han tenido que adaptarse a los sorpresivos cambios del ritmo vital, con las variaciones que se interpretan como

si fueran sonoros valses, o *concertos grossos* o tal vez músicas al estilo del *rock* progresivo de Alemania.

*

Hablando de cambios y denominaciones, una parte que también requirió una nueva coreografía fue el lenguaje.

Por eso, con mi primera esposa, para referirnos tácita y eufemísticamente a circunstancias sociales o del entorno que tuvieran que ver con la necesidad de generar algún tipo de adaptación o ajuste, acuñamos, en un código críptico y familiar, el término *hándicap*, que nos indica que necesitamos movernos hacia la búsqueda de soluciones, mientras, a los demás, les genera extrañeza e incomprensión, lo cual nos da tiempo para resolver el enigma.

Se refiere a un conjunto variopinto de circunstancias que cambian como el clima. Con el tiempo, todos en la familia descubrimos que la palabreja *hándicap* nos pone en un modo específico: hay que estar alertas, hay que ver un poco más allá.

Siguiendo las preclaras profecías de Heidi, el camino ha consistido en descubrir cuáles son las actividades, de cien posibles, que requieren adaptación y cuáles son a las que, inexorable y dolorosamente, debo renunciar. Se dice fácil, pero me ha tomado diferentes tiempos, acentos y ritmos.

Lo más difícil ha sido, desde los primeros años —y aún estoy lejos, 40 años después, de poder decir que es un proceso terminado— ha sido descubrir que, a partir del accidente, d-e-p-e-n-d-e cómo asuma cada nuevo paso en mi vida, sin excluir ni aplazar las decisiones que haya que tomar.

Eso me ha llevado a ampliar la mirada para incluir, en una visión sistémica instantánea, una lente mental gran angular, que abarque la mayor cantidad de elementos posibles y que ayude a tomar la mejor decisión, en medio de circunstancias particulares que, la siguiente vez, ya habrán cambiado.

Es un proceso que implica dominar el idioma del *depende*. Con los años, todos en familia aprendimos a conjugar y diferenciar los momentos. Es una habilidad para ir generando, siempre a la medida de cada circunstancia, diferentes piezas mentales de los mecanismos de mi (nuestra) adaptación y resiliencia.

Pero tomó tiempo calibrar los radares internos para poder detectar a tiempo cuáles eran los tornillos, poleas y tuercas que necesitaban ser adaptados y acoplados.

Según el caso, todo ha tenido que ser modificado cientos de veces hasta que funcionó, a veces, para volver a desbaratarse semanas, meses o años después.

Primero ocurre en medio de nuestra perplejidad y desconcierto, pero luego, cuando aprendemos la esencia del juego cambiante de la vida, hasta da lugar a risas y regocijo, por el solo hecho de tener que volver a crear una nueva solución.

Este amaestramiento autodidáctico requiere dosis variables de desvelos, rabias, caídas, coincidencias, alegrías y asombros. Todo eso hace girar los piñones de nuestra vida. No anduvimos solos ese bosque encantado, que a veces dibujaba abismos tenebrosos.

Entre bambalinas, detrás de las hojas y las ramas, revoloteaban sutiles las hadas madrinas de la ondulante flexibilidad y su amiga, la caprichosa y divertida creatividad, que siempre nos marca el rumbos que debemos atravesar.

*

No puedo hacer todo. Pero es igual a lo que le ocurre a cualquier persona. De haberme matriculado en la casilla, o dejado meter en la urna de la *discapacidad*, *capacidades diferentes,* o *capacidades especiales,* le habría impuesto una innecesaria y pesada talanquera a mi mente y habría negado el carácter de permanentes cambios, dinámicas y sobresaltos que tiene la vida de cualquiera.

Nunca he creído que las cosas son estáticas o se van a quedar en un lugar por siempre. Excepto la muerte, de la que me salvé por un pelo.

*

Un asunto decantado que me dejó mi paso por Alemania y Europa fue el progresivo dominio del sutil arte de administrar mi soledad. A la postre, resultó decisivo en momentos como cuando, años más tarde, por segunda y definitiva vez, me separé de mi primera esposa.

La independencia y la libertad han sido para mí valores fundamentales. Inculcados, sin duda, por mi papá, con quien, en mi adolescencia, tuve los principales conflictos por defender, precisamente, mis ideas y mi forma de ver la vida.

Ahora que lo pienso, ese conflicto con él fue aleccionador. Desde niño me enseñó a ser libre, a no tragar nada entero, a sustentar siempre con argumentos razonables y razonados mis puntos de vista. Pero, a mis 16 años, a la hora de decirle que me iba de excursión con mis amigos, o con mi novia de entonces, me lo prohibía rotundamente, induciéndome al escape y a la rebeldía, en

medio de fuertes discusiones y amenazas mutuas, siempre incumplidas. Tal vez las peleas, hasta cierto punto necesarias de la adolescencia, fueron solo el entrenamiento práctico de lo que viví después.

El caso es que, cuando me sorprendió la catástrofe, ese pasado me sirvió para afrontar el accidente y el torrente de la hospitalización prolongada que desembocó en la amputación y sus consecuencias.

En los primeros meses yo estaba tan débil, y con mi cabeza en la amorfa gelatina de gel agar, que le decía *sí* a todo. Me convertí en el bebé más sumiso y obediente del planeta. No tenía criterio para nada más que para obedecer los cuidados de mis cuidadores.

Por lo tanto, defenderme solo en Alemania fue recorrer un resbaladizo sendero cuesta arriba, para el cual yo estaba tan desmotivado como mal preparado. Pero lo tenía que recorrer sí o sí, necesitaba a toda costa recuperar no solo mi independencia, sino también mi esencia y así poder vivir con dignidad.

A los pocos pasos me vine a dar cuenta de que es diferente ser autónomo en pleno uso de las facultades físicas y mentales —como lo había sido *antes*—, que brincando en una pierna sobre un piso que tú mismo has enjabonado, después de que la vida te pegó un revolcón que te dejó hecho un idiota y, encima, en un país extranjero, cuya lengua y sentido de las coordenadas te son ajenas.

Y digo *defenderme* no porque alguien me haya estado atacando —aparte de mí mismo—, sino porque requería mucha fuerza, agresividad bondadosa y determinación para sobreponerme a una serie infinita de nuevos detalles vitales en mi nueva condición inesperada.

“Tengo que defenderme solo y por mí mismo”, se convirtió en mi mantra de esos meses. Me lo repetía frente a cada nueva circunstancia, bien fuera para hacer compras, cocinar o asear mi apartamento en la residencia estudiantil; pero también para preparar y presentar un caso clínico en el hospital.

El hecho de que el mantra tuviera la palabra *solo* (que connota “sin la ayuda de nadie”, por mí mismo) generó en mí la convicción literal de arreglármelas en soledad. Y esa soledad ha tenido muchos rostros.

Hay que entender las soledad de las soledades —como las de la familia Buendía, que duró cien años y fue diferente para cada uno de los personajes—. Las mejores son las soledades con el aroma tibio de la vainilla, acompañadas a cierta distancia. Estoy solo, bajo la mágica presencia de alguien que está ahí —aquí, en mi vida, en mi corazón—, en ese segmento de mi proyecto vital, aunque no esté físicamente presente. En muchos casos, incluso es mejor que no esté.

El mejor ejemplo de esa compañía ha sido la de mi hija. Desde que ella nació, recubrió de sentido y de presencia cada cosa que he hecho. Ahora que hemos pasado tramos en los que no nos hemos visto físicamente la magia de su presencia siempre ha estado allí, sólida e indudable, como una montaña.

Otros conjuros contra las soledades han sido mis parejas, mientras que la relación palpitó, danzó y resplandeció, dejando tras de sí el vaho a bosque andino de tiempos deliciosos y a veces no tan buenos.

Las cientos de quimeras en las que me he embarcado y las personas que danzaron conmigo al filo de la navaja —antes de que

se estrellaran contra los abismos de las realidades— y las otras pocas, pero suficientes, que florecieron y florecen, son líneas de vida, lianas de certidumbre que me ataron al amparo de algo mejor por venir.

Aunque ninguna de estas soledades bienhechoras me acompañó en uno de los periodos más cruciales y definitivos de la estadía en Alemania, cuando sentí, con un dolor interior sordo y opaco, el recrudecimiento de las noches en vela, de los punzantes dudas existenciales, porque creía que mi vida allá había dejado de tener sentido.

En ese insondable lapso, en el que sentí que los reflectores y los faros se habían apagado, y que me había quedado sin argumentos ni fuerzas para vivir, fue cuando algo muy adentro me susurró al oído: "Ariel, estás deprimido".

*

Bucear por las aguas turbias de la dolorosamente bienaventurada depresión fue como atravesar, a pulmón, un laberinto subacuático putrefacto, espinoso y estrecho.

Dije y digo: "Bienaventurada depresión", pero solo pude hacerlo meses después, cuando, acostado en el diván al lado de mi psicoanalista, Luis Yamín Habib, y gracias a las señales que él me daba, entendí que parte de lo que yo había hecho al quedarme cinco años en Alemania, había sido, además de lo evidente en la formación y rehabilitación, negar las pérdidas por las que había pasado con la catástrofe: la amputación y todo lo demás.

Insidiosamente, como el óxido que corroe el hierro milímetro a milímetro, la necesidad de la elaboración real, definitiva y profunda

de ese rosario de duelos hizo su irrupción en la forma de esa depresión.

Bienaventurada, entonces, porque me hizo devolver mis pasos para atender con cuidado, humildad y esmero esas pérdidas, todo lo cual redundó en un mayor fortalecimiento que reforzó mi resiliencia. El proceso requirió tiempo, paciencia y esfuerzo.

Pero cuando estaba sumergido en ella era una mierda. Hubo días en los que sentía que no tenía fuerzas para pararme de la cama. Mi mente volvió a ser un amasijo de anzuelos de preguntas inconexas imposibles de responder, acallar o razonar. Todo lo que tocaba y miraba se cubría de inmediato de una gruesa capa de hollín que impedía ver cualquier brillo en nada.

Ninguna comida, caminata, conversación o acto tenían sentido y todo estaba impregnado de un insípido gusto terroso. Todo mi cuerpo me dolía. Mi vida era insoportable.

*

La clínica de trastornos psicosomáticos de Bad Honnef, donde hice mi pasantía, era de puertas abiertas, como la mayoría de unidades psiquiátricas no agudas de Alemania. Los pacientes tenían la potestad de entrar y salir libremente mientras estaban hospitalizados. Podían tomar el tren e ir a un concierto en Colonia, o caminar por el poblado, tomar café o una cerveza sin alcohol en una taberna cualquiera, ir a cine, a la peluquería o hacer paseos por el Rin. Podían hacer lo que quisieran y todo mientras asistían, de lunes a viernes, de ocho de la mañana a cinco de la tarde, a diferentes tipos de terapia.

Los lunes, a primera hora, los profesionales del equipo terapéutico nos congregábamos con los pacientes en un espacio que era como una asamblea comunitaria. Discutíamos situaciones logísticas o propuestas de actividades, y evaluábamos el desempeño de los equipos terapéuticos y del personal de apoyo. Ese día se daba la bienvenida a los nuevos pacientes que ingresaban a la clínica y se despedía a los que salían porque habían cumplido los objetivos terapéuticos que se habían trazado. También se daban otro tipo de noticias generales y se asumían consecuencias de lo que había pasado los días anteriores.

Uno de esos lunes, a comienzos del otoño de 1990, Edward Häckl, director de la clínica, tomó la palabra al final de la reunión para anunciar, con solemnidad y tristeza, que Franz, el querido paciente que hacía dos semanas se había ido sin despedirse y sin avisarle a nadie, había sido encontrado sin vida en un hotel de su ciudad natal, al norte de Alemania. Según el informe policial, que Häckl había recibido directamente, se constató que se trató de un suicidio.

El director hizo un larga pausa y todos nos quedamos en silencio. Después indicó que nos pusiéramos de pie para rendir un homenaje de silencio a la memoria de Franz. Al término de ese momento, todas las actividades de la clínica se suspendieron para que, por grupos, nos reuniéramos con los pacientes en comités de crisis con el fin de evaluar el impacto en cada uno de esa noticia, y tomar las medidas que fueran necesarias. De los 70 pacientes que estaban hospitalizados en ese momento, dos pidieron ser internados en una unidad cerrada por riesgo de suicidio y diez más —los más cercanos a Franz—, entraron en un programa de psicoterapia intensiva por la crisis.

En medio de mi depresión, nunca dejé de trabajar. Pero el inadvertido suicidio de Franz removió y puso en duda los cimientos de mis valores vitales que, hasta ese momento, me habían marcado el norte en la brújula de mi vida. Todavía no estaba tan loco como para no darme cuenta de que ese era un signo de alarma y, secretamente, me puse en la lista de las diez personas de la clínica que necesitábamos una intervención especial.

Le conté todo a Häckl, mi jefe, quien me abrazó física y psicológicamente y me puso en manos de Úrsula Uhr, una psicoanalista que trabajaba ocasionalmente en la clínica. No sin antes haberme preguntado si me sentía bien para seguir trabajando, o si quería tomarme un par de días libres. Yo le contesté que, en principio, quería seguir trabajando pero que lo hablaría con Úrsula.

*

Cinco años atrás, la fatídica e imborrable noche del 13 de noviembre de 1985, en un instante inicial deseé con intensidad y fervor tener una muerte rápida. Le imploré a Dios, "por lo que más quieras, llévame lo más pronto posible. No me dejes sufrir demasiado".

En un abrir y cerrar de ojos, había quedado atrapado por el lodo hasta la altura del pecho. Solo podía mover los brazos. Sobre mi cabeza estaban las tejas del techo de la casa de médicos del hospital, con los ladrillos y las vigas que antes las habían sostenido. Todo era oscuridad, desconcierto y silencio. La insoportable vibración del piso y del mundo había cesado. Todavía los gritos y lamentos no habían comenzado.

Antes de que mi corazón paralizado por el terror hubiera podido palpitar de nuevo, comprendí que el volcán había estallado, que nos

había llegado primero una inesperada, inexplicable y descomunal avalancha de lodo, la cual, con toda seguridad, habría de estar seguida por lava y rodantes piedras incandescentes, bajo las cuales habría de quedar todo calcinado.

Polvo eres y en polvo —volcánico— te convertirás.

Tuve la indudable certeza de que, en cuestión de minutos, mi vida llegaría a su fin. Por eso con todas las fuerzas de mi corazón y las de mí —hasta ese momento— dudosa fe, imploré de nuevo al Señor de los Cielos y de la Tierra que me llevara lo más pronto posible. En un mundo que se había detenido por completo, arañé instantes en la nada para pedir perdón por mis pecados y para despedirme mentalmente de mis seres queridos. Entonces, en mi mente, les dije adiós a mis papás, a mis hermanos; a Ángela, con quien la relación se había terminado; a Amelia y al bebé mío que llevaba en su vientre.

Imaginé que, efectivamente, desde el más allá, iba poder llegar a verlos y tener algún tipo de influencia sobre ellos y entonces me propuse que iba a procurar aliviar su dolor por mi partida. Entrelacé mis dos manos con mucha fuerza y comencé a rezar: "Padre nuestro, que estás en los cielos. Santificado sea tu nombre…", seguido de un: "Dios te salve María, llena eres de gracia…".

Mientras rezaba, agucé el olfato, el oído y la piel para sentir el incendio que precedería a las quemaduras que me quitarían la vida. "Dios: que sea rápido, por favor, y permite que primero me muera y después me queme", clamé.

La oscuridad de la noche avanzó y se hizo silencio e inmovilidad.

—Holaaaa. Holaaaa… ¿Hay alguien ahí? —escuché, de repente, la inconfundible voz con acento tolimense de Misael, el corpulento

enfermero del pabellón de hombres.

Los que estábamos atrapados bajo los escombros gritamos al unísono distintas voces que daban cuenta de nuestra presencia. "Aquí estoy yo", reconocí la voz de Rosita Solano, la estudiante de medicina. Otro, Mauricio, dijo: "Ayúdennos por favor". Todos dijimos diferentes cosas.

Me di cuenta, entonces, de que no estaba solo en ese hueco rodeado de barro. Miré mejor y vi que cerca había un niño desconocido de unos 5 o 6 años, el cual, como yo, estaba atrapado casi hasta el cuello por el lodo, pero hasta ese momento no había dicho nada.

—Vamos a quitarles las tejas con cuidado para que puedan respirar —volvió a decir Misael.

Los compañeros del hospital sobrevivientes a la avalancha, que, siguiendo un súbito impulso felino, se habían logrado trepar al techo de la construcción, quedando físicamente indemnes, nos estaban ayudando a los atrapados más abajo de ellos, sepultados por la avalancha de lodo y por los escombros del hospital.

En la penumbra y con el mayor cuidado para no caerse, o lesionarnos sin querer, fueron quitando uno a uno los filosos y enredados pedazos de tejas que nos cubrían.

Pude ver el cielo estrellado de esa noche de noviembre y, efectivamente, sentí que volvía a respirar. Pensando en mi teoría de la lava y de los incendios por la erupción del volcán, les pregunté:

—¿Qué pasa allá arriba?, ¿cómo están todos?

Alguien me contestó que no pasaba nada. Que eran entre diez o quince personas todas con vida y sin lesiones, allí, sobre el techo del hospital.

—¿Ven algo del volcán?, ¿de la erupción? —insistí, con preocupación.

—Del volcán no, no vemos nada. Todo está quieto. No se ve bien, pero a lo lejos la montaña se ve quieta —dijo una voz.

—No pasa nada, aunque todo está oscuro... Muy quieto —agregó otro de ellos.

Con esas voces, mi teoría de la lava rodando cordillera abajo para calcinarnos creando, con nuestras carnes, el infierno en la Tierra, comenzó a desvanecerse, así como la idea y el deseo de mi muerte inmediata. Comencé, inútilmente, a buscar explicaciones para lo ocurrido y del por qué no llegaba la lava.

Mi cuerpo estaba atrapado, inmóvil y el estupor atrapó también mi cabeza que se quedó paralizada, congelada, incapaz de razonar, entender o hablar. Pasaron varias horas en las que oía ruidos y voces provenientes del techo del hospital.

Amaneció y los compañeros del techo pudieron contemplar, atónitos, las dimensiones de la catástrofe que había ocurrido y del milagro de su supervivencia. Redoblaron los esfuerzos por ayudarnos a los atrapados, pero se dieron cuenta de que era imposible sin las herramientas necesarias.

Avanzada la mañana, los helicópteros de rescate comenzaron a volar sobre nuestras cabezas, creando una angustiosa algarabía entre los que estaban en el techo. Al fin uno se detuvo en el aire y oímos cómo las voces de ellos se fueron desapareciendo. Al final de una labor que demandó varios sobrevuelos, una voz juvenil masculina, nos dijo desde el techo:

—Nosotros volvemos más tarde o mañana por ustedes. No se preocupen… no los vamos a dejar abandonados.

Y nos abandonó.

Un instante después, ese último helicóptero dio un giro en el aire y su ruido se fue alejando hasta desaparecer.

Nunca me había sentido tan solo ni tan vulnerable en mi vida. En la medida en que el dolor de mi pierna se hacía cada vez más intolerable, y comenzaba a desvariar, alcancé a pensar que mi muerte ahora sería lenta porque que ellos nunca iban a volver a rescatarnos.

Moriría por inanición, infección o ambas. Tal vez ahogado, en la famosa inundación que tanto nos habían anunciado. Seguramente los chulos se comerían, primero, mis ojos, para que no pudiera verlos y denunciarlos en el más allá.

*

Todo esto le conté a la elegante y cálida —a pesar de su neutralidad terapéutica a prueba de sismos— Úrsula, en nuestra primera cita de intervención en crisis, tras el suicidio de Franz.

Su pregunta previa había sido si yo había pensado en mi muerte alguna vez en mi vida. Antes, cuando le conté de mi depresión, me había preguntado si el suicidio de mi paciente Franz había despertado en mí el deseo de hacer lo mismo.

—No —le contesté, con una seguridad etérea—. No he pensado en suicidarme, pero no siento que mi vida tenga sentido.

Su impecable intervención en crisis de seis sesiones, basadas en un amable ejercicio de interpretaciones, confrontaciones y clarificaciones, de las que aprendí tanto, disminuyó el ímpetu de mi depresión y abrió las puertas de mi entendimiento hacia la decisión

de que lo mejor para mi salud mental y mi proyecto de vida era regresar a Colombia.

*

Tengo que decir, sin exagerar, que, a lo largo de mi vida profesional de más de 35 años, he visto cientos de pacientes con depresión.

Por más que el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM) se empeñe a fondo en meternos a todos en la misma casilla, para mí, cada uno ha sido diferente y único.

Decenas de poetas, almas sensibles y perturbadas, han escrito centenares de versos sobre la depresión, cada uno más único que el que le sigue en la lista. Así somos los seres humanos.

Por sacar al azar cualquiera de ellos de una chistera, invito a leer a Alejandra Pizarnik, quien en estos versos expresa lo indescriptible:

Salvación

Se fuga la isla.
Y la muchacha vuelve a escalar el viento
y a descubrir la muerte del pájaro profeta.
Ahora
es el fuego sometido.
Ahora
es la carne
…la hoja
…la piedra
perdidas en la fuente del tormento
como el navegante en el horror de la civilización
que purifica la caída de la noche.

Ahora
la muchacha halla la máscara del infinito
y rompe el muro de la poesía.

Solo un nombre
alejandra alejandra
debajo estoy yo
alejandra

*

Un mes después, cuando los nubarrones aguijonados de la duda estaban comenzando a disiparse, tuve el repentino carácter para aceptar la invitación de Johanna a un concierto de Totó la Momposina, en la sala Harmonie de Bonn. Ella iría con Peter, su nuevo novio.

Esa noche, como nunca antes me había ocurrido con la música, sentí que los acordes del grupo vibraron en todo mi cuerpo; que la cadencia de las tamboras, los susurros de las maracas, los quejidos de las gaitas y la portentosa voz de Totó, señalaron, sin ninguna duda, el camino de regreso a casa.

Cuando me vio sollozando en silencio por la conmoción, Johanna entendió todo. Me tomó la mano y me dijo:

—Todo va a salir bien, nosotros te vamos a ir a visitar a Colombia.

*

Desde hace días, la ceniza, desciende cual nieve calcárea, como cuando el alma arde y el polvo representa la caída del ser en su propio yo. Dejarse caer, deslizarse, es entrar de nuevo en sí mismo

—y en los otros—: sumergirse en la propia conciencia sin resistirse a la ley de la gravedad.

Surgen temores: las voces preguntan por su suerte y las implicaciones de aquel alud de piedra pómez triturada en apariencia liviana, en la práctica inofensiva.

Las partículas que se precipitan visten las superficies de un velo monocromático. Algo tiene esa sustancia que irrita y produce una ligera quemazón.

Ninguno sospechó que, a espaldas de ella, Vulcano esgrimía su puñal. Pero las autoridades dicen que nada ocurre y todo está bajo control.

A los psiquiatras nos piden ayuda para calmar a la gente.

—Que no haya pánico —declararon.

—Que es falsa alarma, puro amarillismo y engaño de locos —dijeron.

—Que el único riesgo es de inundación —anunciaron.

Hicimos simulacros, imaginamos el cauce del río Lagunilla derramándose suavemente. Quizá suba medio metro del líquido desde el terreno a las paredes, calculamos. Quizá.

—Algunos que recojan las alfombras para que no se empapen —anticipamos.

Al día normal lo cubrió la algarabía del fútbol, los chistes y la celebración. En el Isabel Ferro de Buendía, todo transcurría en el ritmo habitual.

VOLVER

La fría y gris mañana del 13 de febrero de 1991, cuando el reloj marcaba las nueve, mi vuelo de regreso a casa aterrizó en El Dorado de Bogotá.

Salí después del trámite de migración y con mis papás y hermanos nos entorchamos, llenos de regocijo, en un abrazo sin tiempo, aplazado cinco años, cargado de espinas, silencios, nostalgias y suspiros.

Yo *portaba*, sin que nadie la viera, una nueva prótesis, último modelo, en la sombra de la que fue mi pierna izquierda. Y traía otra, prácticamente nueva, en mi equipaje, junto con dos toneladas de experiencias, vivencias y aprendizajes de todos los tonos posibles, que tenía ahora que deshilar y decantar.

Volver al nido de papá y mamá, y ser otra vez el pichón consentido, tenía sus encantos indudables —y yo, ¡los necesitaba tanto!—. Cinco años atrás, había buscado el exilio voluntario en Alemania, en un momento en el que estaba muy menguado, aturdido y huyéndoles a los duelos que tenía por elaborar.

Por eso aquella mañana gris regresaba no solo con la independencia y movilidad que me daba la prótesis, cuya estabilidad me permitía mirar al horizonte, sino también transformado y fortalecido por el arsenal de recursos que había forjado, guiado por

Vulcano, a golpes de martillo sobre hierros candentes, en las herrerías europeas.

Mis músculos, tendones y articulaciones habían ganado destrezas, fuerzas y coordinaciones. Me expresaba con claridad y serenidad de mí. Antes de la catástrofe, estaba prácticamente terminando de salir de mi adolescencia y entrando en mi adultez; con el mordisco del dragón volví a ser un niño de ocho años; y ahora, al regresar, ya era un adulto de 30, que tenía aristas de vida claras y firmes, aunque otras en medio del tic-tac de varias crisis aplazadas o negadas, a punto de explotar.

Qué bálsamo dejarme consentir, al despertar, con el tinto y el panderito, llevado a la cama por Rosita, la acuciosa empleada, ya una hermana de la familia. Y luego la polifonía de comidas colombianas, cuyos sabores y aromas añejos me regresaban, entre sorbos y bocados, a lo más profundo de mi historia inapelable.

Un plato diferente cada día, en los que mi mamá me mostraba su inmenso amor a través de sus mejores secretos culinarios nunca revelados. Y el aire tibio, que había olvidado, cargado de obviedad, que hacía que todos los objetos, tiempos, palabras y silencios encajaran mágicamente y sin esfuerzo.

Así fueron las primeras semanas, en medio de los encantos de volver a ser el niño de la familia. Pero con el pasar de los días comencé a extrañar la autonomía y simpleza de la vida en Bonn.

"Si ciertas costumbres y protocolos nos limitan y distancian más de lo que nos unen, no vale la pena seguirlos manteniendo*, take it easy*", trataba de explicarle a mi hermana Claudia, con ciertos humos de estúpida pedantería europea.

Como respuesta solo obtenía un silencio. Me daban risa —y hasta creo que los extrañaba— los pequeños roces habituales, de esos que hay en todas las casas, y pronto me di cuenta de que eran parte de las claves para adivinar el acertijo del volver.

Aunque me sentía muy a gusto entre esos algodones, tenía clarísimo que la libertad, autonomía y soledad, ganadas a pulso en los duros campos alemanes, no podían ceder ante los encantos de la familiaridad. Por eso no tardaron en reaparecer las discusiones atávicas con mi papá, con quien nos unía un amor intenso, pero también nos separaban las visiones del mundo opuestas.

Para preservar la armonía y la adultez tenía que conseguir un apartamento independiente lo más pronto posible.

*

Mientras miraba los avisos clasificados de *El Tiempo* en busca de un apartamento, el productor de cine que se oculta en mí intentó mostrarme que, si me hubiera quedado en Colombia, mi proceso de rehabilitación habría sido muy diferente.

Es una presunción imposible de comprobar, pero al sentir las peligrosas seducciones del trato familiar supe que habría sido muy posible caer en la tentación permanente —que en ocasiones sigue asomando sus orejas— de manipular a las personas con mi condición de discapacidad, o de *persona con capacidades diferentes*.

Aconductado por Johanna en cuestiones de machismo —curso que después hube de revalidar teniendo a mi hija Lucía como profesora —, sentía revoltijos en el estómago al darme cuenta de que las tentadoras y limitantes taras sociales y familiares seguían intactas en mi casa.

Noté también que había cambiado al punto de que me impacientaba ver que mi mamá, mi hermana y Rosita, entraban en conflicto cuando me veían cocinando o haciendo muchas cosas que yo acostumbraba a hacer en Bonn.

En Colombia, esas tareas domésticas correspondían a los supuestos territorios de las mujeres. Pero la dulce relación con Johanna me había dejado tatuada en la piel una postura crítica frente a mi machismo cultural.

Ella supo mostrarme, en lecciones que se producían por igual en la distribución de labores cotidianas, en decisiones del manejo de nuestras finanzas o en largas conversaciones de sobremesa, que la *weltanschauung* [visión del mundo] se cocinaba, en gran parte, en la forma como ellas me veían, valoraban y trataban.

Tuve que restregar fuerte sobre mi consciencia para zafar ese pegote de mi personalidad.

*

Treinta años después, me di a la tarea de recapitular algunos aspectos del, llamémoslo, *proceso de rehabilitación;* noté que los aspectos mental y emocional siempre han estado presentes, como un telón de fondo, aunque los asuntos pragmáticos y concretos al principio fueron los que tuvieron mayor relevancia.

Morir, no morir. Olvidar, recordar. No poder dormir. Tratar de nutrirme sin sentirme culpable. Aceptar que me tenían que quitar una pierna para no volver a morir. Darme cuenta de que, de verdad, verdad, no tenía una pierna. Aceptarlo, negarlo. Tratar de volver a aceptarlo sin estar nunca convencido. Andar en muletas o bastones,

perder el equilibrio, caerme, levantarme, ducharme, vestirme. Todo eso, sin la pierna.

Y después viajar a Alemania. Recibir una prótesis, aprender a manejarla, caerme de nuevo, caerme mil veces, levantarme dos mil veces. Caminar con zapatos de distintas alturas de tacón, con tenis, sobre un piso resbaloso, sobre un tapete, sobre la arena de la playa, sobre el césped, sobre piedritas, en un declive, en una calle después de la lluvia o después de la nevada.

Regresar a Colombia. Darme cuenta de que frente a cada casa o edificio el andén es distinto. Aceptarlo. No rabiar. Etcétera, etcétera…

Siempre con un correspondiente correlato mental, emocional. Con éxitos relativos y cambiantes. Al regresar a mi país, todos estos malabares físicos le cedieron espacio a los enmarañados y reprimidos vericuetos de la mente.

Más allá de lo que había sentido en esta o aquella anécdota aciaga, la tarea ahora era exorcizar las operaciones ocultas de las capas más profundas de mi mente que no se cansaba (no se cansa) de enredar historias.

¿Qué equivocadas o ciertas teorías macabras y fantásticas me había inventado, quizá involuntariamente, sobre lo que me había ocurrido?, ¿qué creencias sobre mí y sobre la vida había fabricado?, ¿qué y quién me había creído?

Necesitaba un psicoanálisis. A eso (por eso) me había regresado. Pero antes, o quizá al mismo tiempo, tendría que ganarme la vida y crear una familia.

*

Un descubrimiento doloroso pero trascendental que hice, acostado en el diván de mi psicoanalista, fue constatar que parte de la tentación de manipular a otros, a partir de una condición de supuesta inferioridad, es una confirmación inconsciente, precisamente, de *esa* inferioridad, algo que cociné a fuego lento en las capas más profundas de mi personalidad: sentimientos de envidia y culpa hacia las personas que tienen aquello que yo quiero tener.

Apuntalado en el trabajo previo de aceptación que hizo Heidi, y con las precisas interpretaciones de mis relatos, Luis Yamín Habib fue desvelando, uno a uno, los secretos más recónditos de mi turbio inconsciente. Notó, por ejemplo, que la envidia era una de las mejores maneras de meterme en las aguas movedizas de la inferioridad.

Si él no me hubiera rescatado de ese invisible hueco mental, jamás habría podido abonar la resiliencia que me precio tanto de cultivar.

Habrían de pasar algunos años antes de que descubriera el *mindfulness* y su hermana gemela, la autocompasión —de las que después me volví instructor—, herramientas con las que puse la cereza en el pastel de la laborosa y paciente tarea de Yamín.

Más adelante voy a contar sobre ese conjuro terapéutico que he fabricado con diversos enfoques y que me ayudaron, cada uno a su manera, a superar mejor las heridas de los traumas y de otras desventuras que me sobrevinieron.

*

Cuando, en medio de la depresión alemana, decidí volver a Colombia como parte del tratamiento, escribí varias cartas al Departamento de Psiquiatría de mi universidad, la Javeriana, con certificados y documentos adjuntos, y con la solicitud de que me permitieran continuar mi especialización, tal como lo habíamos acordado antes de viajar.

El cupo estaba asegurado, pero, sorprendentemente, las políticas y las personas que las ejecutaban habían cambiado. Ahora tenía que pagar una matrícula y, además, todo lo aprendido en Alemania carecía de validez. No tenía un diploma —porque en ese país la especialización completa dura seis años, e incluye neurología, y yo había cursado cerca de cuatro; en Colombia la especialización toma tres años—, y tendría que continuar la residencia donde la había dejado antes de irme.

Ante mi pregunta sobre el valor de las palabras y los acuerdos a los que había llegado antes de irme, la respuesta militar fue que las cosas habían cambiado, y que aquí nadie discute las órdenes.

Había una letra menuda en los reglamentos de la Universidad en la que nadie reparó en medio de la confusión por el demonio que cayó sobre Armero —y la tragedia impactó fuerte a la Javeriana porque mató a cien de sus pacientes, arrasó con uno de sus sitios de práctica, mató a cuatro de sus alumnos e hirió gravemente a cinco más, entre esos a mí—.

Además, el péndulo del poder en el Departamento ahora se había inclinado hacia las personas que eran enemigas de quienes habían hecho los acuerdos conmigo.

Contrariado, decepcionado y sin opciones aparentes, después de los cuatro años de residencia en Alemania, pero sin cartón de

especialista, estaba indeciso entre si meterme a la residencia, prácticamente desde cero, o más bien desistir de la psiquiatría y dedicarme solo al psicoanálisis, una de mi pasiones más fervorosas desde que era estudiante de medicina. En esa época, equivocadamente, veía la psiquiatría como un peldaño intermedio, como un mal necesario.

Me hice a la idea de que intentaría una prueba personal y decidí someterme voluntariamente a las condiciones de la universidad: ingresar como residente de segundo año, pero teniendo que contestar todos los exámenes correspondientes a los seminarios de primer año, al mismo tiempo que cursaba segundo año y hacía todas las rotaciones y turnos normales de cualquier residente.

Fue una sobrecarga académica y laboral que pudo llevarme al *burnout* y desde ahí al suicidio. Treinta años después, lo habría de gritar, a los cuatro vientos, enarbolando la bandera de las medias locas del bienestar emocional de los médicos. Pero esa es otra historia.

Tengo que reconocer que armé un desastre. La decisión en sí misma no era necesariamente tan mala, lo malo fue la forma como yo la asumí. Entré en una fase de hipomanía que en la superficie pretendía demostrar que era capaz de lograr lo imposible, pero, en el fondo, solo quería ocultar lo poseído que estaba por el ruido subterráneo de la depresión. Trataba de silenciarla subiendo el volumen de mis energías, reacciones y emociones.

*

Me faltaron la pausa y la mesura que desarrollaría después con el psicoanálisis y, más aún, las prácticas de *mindfulness* y

autocompasión que aprendería diez años después. Me creía invencible y quería ser el mejor. Soberbio, pretendía enseñarle a todo el que se me atravesaba lo que había aprendido en Alemania, que, según el demonio de una omnipotencia delirante, cambiaría la psiquiatría colombiana.

Dormía cuatro horas al día, estudiaba como loco, corría de un lado a otro por toda la ciudad tratando de reunirme con los profesores de los seminarios y tener así el mejor desempeño posible. Llegaba antes de las seis de la mañana a los sitios de rotación para volver a ver a mis pacientes asignados antes de la revista. Por la tarde, después de que todos se habían ido, me quedaba para reunirme con sus familiares para entender mejor su cuadro clínico y prepararlos para la salida.

El hecho de que mucha gente me mirara con admiración, reforzaba mi idea delirante de estar haciendo las cosas bien y mejor que todos los demás. Me torné irritable, irrespetuoso con mis jefes —a los que no veía como tales, sino como los compañeros que habían sido antes, en igualdad de condiciones—.

Ellos reaccionaron, la universidad también lo hizo. Aunque tenía un desempeño excelente, estaba causando muchos problemas a todos los niveles. Colapsé.

Muy preocupado, mi amigo y mentor Hernán Santacruz Oleas, urdió en secreto una salvadora reunión de varios de los residentes mayores, quienes me mostraron su preocupación de un modo contenedor, cálido y cariñoso.

Me diagnosticaron con un episodio maníaco, me formularon haloperidol y me pidieron que me hospitalizara en una clínica psiquiátrica. La señal de peligro que yo había ignorado todo el

tiempo no podía ser más clara. Las palabras y la actitud de mis amigos fue el contundente campanazo de alerta que me despertó. La estaba cagando de principio a fin y arriesgando mi vida profesional.

*

—¿Aló?

—Aló, ¿con el doctor Luis Yamín, por favor? —pregunté con tono resuelto.

—Con él habla. A la orden —escuché por el auricular del teléfono una voz cálida con un lejano, pero inconfundible acento costeño.

—Doctor Yamín, buenas tardes. Habla Con Ariel Alarcón Prada. Quiero una cita urgente con usted, necesito entrar en psicoanálisis.

—Te espero mañana a las 4 de la tarde.

Entrar en psicoanálisis ha sido una de las mejores decisiones que he tomado en mi vida. Solo comparable con la decisión de casarme —cinco años después— con la maravillosa y hermosa psicóloga que fue mi primera esposa.

Sin tener que pensarlo mucho, Yamín me mostró que yo estaba, en el fondo, muy triste, deprimido. Toda esa agitación, altanería e hiperactividad eran las formas que había escogido mi inconsciente para negar lo que en realidad sentía: estaba tremendamente apesadumbrado por todas las distintas pérdidas que había tenido por la catástrofe, la amputación, el exilio en Alemania y la ruptura con Johanna.

Me explicó que, en mi lugar, él no se tomaría ningún haloperidol, ni mucho menos se hospitalizaría. Me dijo que tendría que emprender la ardua tarea de afrontar mis tristezas y mis pérdidas.

—Te voy a acompañar en ese proceso, si así lo decides —me dijo cuando estábamos en la puerta de salida. Luego me estrechó la mano, esforzándose por evitar que se le notara una tenue sonrisa.

Decidí regresar a casa caminando para tratar de digerir lo que me había dicho y que no lograba asimilar del todo. Caminé más de una hora bajo la llovizna, esquivando los carros del intenso tráfico bogotano al inicio de la noche.

Llegué y no tuve ánimos para comer, me acosté de inmediato y me quedé dormido pronto. A la media noche me despertó el llanto. Estaba soñando algo —me parece que estaba asistiendo a un funeral, o algo así—, y eso me produjo una profunda tristeza. Lloré, lloré y lloré hasta que amaneció. Lloré como si acabara de descubrir el llanto. El maravilloso invento del llanto.

Desde ese momento, y por los siguientes diez años, asistí religiosamente, cuatro veces por semana, a mis sesiones de psicoanálisis.

En el entretanto me formé como psicoanalista. Me cambié de universidad y terminé la residencia en unas condiciones mucho más favorables.

Comencé a ganarme la vida como psiquiatra y profesor universitario. Me enamoré y me casé con mi primera esposa, con quien tuvimos a nuestra adorada Lucía, la principal razón para vivir mi vida.

*

En 1991, mientras yo regresaba al país y armaba el desastre en la Javeriana, por todos los rincones de Colombia se respiraban aires frescos de renovación. La guerrilla del M-19 —que seis años atrás,

unos días antes de la avalancha sobre Armero, había asaltado violentamente el Palacio de Justicia para hacerle un supuesto juicio al presidente—, había hecho un acuerdo de paz con el Gobierno y ya participaba en la Asamblea Nacional Constituyente que definía una nueva Carta Magna para el país.

La guerra entre los carteles del narcotráfico había amainado y los atentados terroristas con carros bomba, que sacudieron al país durante los años de mi exilio voluntario en Alemania, habían cesado. Todos queríamos vivir diferente y en paz.

Estaba desempleado y me sentaba todas las mañanas a tomar café con mi papá y a leer los periódicos que informaban profusamente sobre la ilusión de ese nuevo país en el que todos cabríamos y participaríamos. Fue en ese momento cuando recibí una inesperada llamada telefónica.

Era el doctor Fernando Gómez Cabal, quien se presentó como el nuevo director del Departamento de Psiquiatría de la Universidad del Rosario. Me contó que había hecho algunos cambios, que estaba buscando nuevos profesores, que conocía mi historia y lo que yo había hecho en Alemania, y que me tenía una propuesta formal.

Me citó en el Hospital San José, el mismo donde me habían salvado la vida, que era la sede de la Facultad de Medicina del Rosario.

Sentí un frío extraño en el estómago al entrar de nuevo a ese hospital. Ahora, seis años después, lo hacía caminando, sobreviviente del holocausto urdido por Vulcano y ejecutado por un dragón furioso que él había criado. Caminé por los largos y anchos pasillos del hospital sintiendo, en cada avance, como si el piso se

hundiera un poco. Era otra expresión inofensiva de la piscina de gel agar.

Al llegar a un cruce de corredores en el primer piso, regresó a mi cuerpo, como un rayo, el escalofrío del recuerdo de la primera visión de mí mismo con la pierna amputada, al despertar de la cirugía. Le siguieron imágenes de la cara de mi ortopedista, Rodrigo Pesantez, y de su eterno escudero, Rodrigo López; en la sala también estaba Eduardo Carrizosa, mi nefrólogo, y volví a oír la máquina de diálisis más los monitores de la UCI que emitían un beep, beep, beep constante. Reviví el sol radiante de las lámparas de cirugía, que me enceguecieron un poco.

Mientras esperaba frente a la oficina de Fernando Gómez, me llegó, clarísima, la imagen de cómo llegué a urgencias, con una gruesa costra de lodo cubriéndome toda la piel y un letrero escrito sobre un esparadrapo firmemente adherido a mi pecho que decía: "Ariel Alarcón, médico". Lo habían pegado en el rústico hospital de campaña a donde me llevaron una vez me rescataron del lodo. El doctor Piña tuvo ese gesto para que mis familiares encontraran mi cadáver, entre el montón, en caso de que muriera en las siguientes horas.

Gómez salió a recibirme y me invitó a su oficina de director. Lo vi alto, flaco, desgarbado, con una barba puntiaguda y desordenada a lo Don Quijote, ataviado con una blusa blanca que a todas luces le quedaba ridículamente grande. Hablaba como si necesitara dar saltos con su voz, de un modo que parecía exagerar intencionalmente su acento bogotano.

"Esto está hecho un mierdero. Necesito que me ayude, Ariel", dijo rascándose la frente con su espontaneidad de siempre, sin haberse

tomado ni un minuto para conocerme. Me contó que el decano lo había nombrado provisionalmente para que sacara adelante el semestre con los estudiantes de medicina y los residentes porque habían suspendido al anterior director, después de que echó, sin ninguna justificación, a un residente que se había negado a ponerle electrochoques a un paciente farmacodependiente, sin que hubiera ninguna indicación clínica para esa conducta.

"Usted sabe lo hijueputa que ha sido él toda la vida", dijo refiriéndose a su antecesor, con énfasis y algo de desesperación. En el intento de entender el desorden de su relato, me acordé de las decisiones arbitrarias que, otros psiquiatras, tomaron en mi contra en la Javeriana.

Fernando continuó su atropellado relato. El residente despedido, apoyado por sus compañeros, se habían declarado en huelga y había interpuesto una queja ante la Rectoría de la universidad, argumentando la violación los derechos humanos de los pacientes y de los residentes, situación bastante distante de cualquier canon de la salud mental, según argumentó el denunciante.

El tema había escalado a tal nivel de irrespetos e insultos inauditos en la Universidad del Rosario, que el rector no había tenido otra alternativa que sacar al director. En solidaridad con su destituido jefe, renunciaron, de un plumazo, todos los demás profesores sin que les importara dejar a los estudiantes y residentes a la deriva.

Por eso Gómez me pidió que lo acompañara a una clase de emergencia que estaba a punto de dictar. Al entrar al salón me presentó como el psiquiatra recién llegado de hacer su especialidad en Alemania, quien se encargaría de dictarles las demás clases del semestre.

Fernando está loco, me dije mientras buscaba un pupitre al fondo del salón, o está mal informado, o se está inventando una historia sobre mí para causar algún efecto en su audiencia. Durante una hora les habló a los atónitos estudiantes sobre pasajes inconexos de la biografía de Freud, cuando había descubierto los mecanismos inconscientes que llevan a la histeria.

Al salir nos tomamos un café y, sin abandonar su desparpajo, pero con más calma, me pidió que dictara clases en pregrado y que me reuniera con los residentes. Me preguntó, al fin, qué era lo que yo había hecho en Alemania. Le expliqué sobre la clínica de trastornos psicosomáticos de Bad Honnef y que yo no había optado por el título de psiquiatra.

Le iba a comenzar a contar sobre lo que me había ocurrido en la Javeriana y él me frenó en seco: "Yo sé lo que le pasó en la Javeriana... Eso no lo hace a usted mejor ni peor que nadie. Sé también que está en psicoanálisis con Yamín y que quiere ser psicoanalista, como yo. ¡Bienvenido al club!".

Cerró la frase con varias sonoras palmadas que me dio en el hombro. Luego me explicó que él tampoco era psiquiatra y que no le había hecho falta ese título para tener reconocimiento, muchos pacientes y vivir bien como psicoanalista. "Formular es lo más chimbo que hay. Lo jodido es entender a la gente y no ser un hijueputa", agregó.

Al día siguiente, medio mareado, con la boca seca y con cierto temblor interno que me vibraba desde la altura de la vejiga hasta la garganta, me paré frente a 60 ávidos e incomprensibles estudiantes de medicina que me atemorizaban mirándome con los ojos más abiertos de lo normal.

La clase era sobre la esquizofrenia y traté de explicarles qué ocurre con una persona que se vuelve loca, como yo me había vuelto (aunque esa parte no se las dije).

*

Dos meses después, cuatro impetuosos y soñadores psiquiatras jóvenes: Edgar Sánchez, Arturo Valencia Fernández, Rodrigo Córdoba Rojas y Ricardo Yamín Lacouture —hijo de Luis, mi psicoanalista—, consecuentemente orientados por el legendario Rafael Hurtado Tejada —mi más absoluto inspirador cuando, siendo un adolescente, tuve la fortuna de pasar por su aula—, habían movido con habilidad pasmosa las fichas del pesado ajedrez burocrático de la Universidad del Rosario para hacerse al poder del Departamento de Psiquiatría.

En consecuencia, los profesores de emergencia, Fernando Gómez, Felipe Atalaya, Leonardo Mantilla y yo, tendríamos que salir volando. Ellos tres lo hicieron, pero las nuevas cabezas se reunieron conmigo aparte para hacerme una tentadora y delicada propuesta.

Años después me vine a enterar de que Hernán Santacruz estuvo involucrado como coautor intelectual de esta movida, a espaldas de la Javeriana.

Recuerdo que el que más habló aquella vez fue Edgar Sánchez, quien hizo una amplia disquisición en torno a los vasos comunicantes entre la psiquiatría y el psicoanálisis. Me señaló que uno se puede abrir caminos mucho más fácil en el mundo laboral y académico siendo psiquiatra que solamente psicoanalista. Sin que yo lo nombrara, Ricardo Yamín tomó la palabra para reconocer mi hoja de

vida, incluyendo el año de rural en Armero, los años en Alemania y los nefastos meses de residente de segundo año en la Javeriana.

Todo esto para concluir con la oferta —pronunciada con precisas metáforas por Rodrigo Córdoba—, de que me quedara en el Rosario y terminara la especialización en psiquiatría. No tendría que pagar nada. Por cosas del reglamento de la Universidad, tendría que hacer solo un año de residencia. Yo escogería los seminarios y las rotaciones a los que quisiera asistir. Los turnos nocturnos en urgencias del Hospital de Kennedy eran innegociables. De una vez me anunciaron que, de aceptar, tendría que trabajar el 24 y el 31 de diciembre.

Cuando acepté, todos respiramos aliviados. Nos abrazamos con un gesto varonil, mientras mi mente traía la imagen de una foto en blanco y negro del Che Guevara, Fidel Castro y Camilo Cienfuegos, entrando a La Habana, con sus fusiles en las manos, montados en el platón de una camioneta Ford.

El que después se convertiría en mi mejor amigo, el brillante Marco Fierro Urrego, se burló hasta el dolor de estómago de tanto reír, por mi "degradación". De un día para otro había pasado de ser un flamante instructor a ser un humilde residente de tercer año. Le argumenté que eran los tiempos convulsos de la Constitución de 1991, cuando todos estábamos aprendiendo a ser flexibles, incluyentes y creativos.

Mientras me formaba como psicoanalista, en paralelo, hice un año maravilloso de una amable residencia en psiquiatría, que, además, me puso en estrecho y enriquecedor contacto con la más dura pobreza de nuestro país, la de los enfermos mentales pobres. No había acabado de recibir el largamente aplazado cartón de

psiquiatra, cuando mis amigos me llamaron para que dictara en el posgrado un seminario de trastornos psicosomáticos.

Haber hecho parte como docente, durante 30 años, del Departamento de Psiquiatría de la Universidad del Rosario ha sido uno de mis principales orgullos profesionales. Gracias a las preguntas de mis inquietos y críticos residentes y estudiantes pude aprender algo de lo que sé de los pedregosos y resbalosos caminos del psiquismo humano.

*

El ataque de hipomanía negadora que tuve en la Javeriana se extinguió en tres semanas de psicoanálisis, o menos, sin tener que tomar ni un Mejoral. Después, gracias al estoico, laborioso y delicado trabajo psicoanalítico de Luis Yamín, me dediqué terapéuticamente a lo que debí haberme dedicado desde el comienzo: elaborar los duelos por las pérdidas que había tenido, los cuales estaban en la base de todo, engendrando mi depresión. La consolidación definitiva de ese trabajo nos tomó algunos años.

Aunque mis síntomas depresivos e hipomaníacos se parecieron en su momento a los de un trastorno bipolar, el tino clínico y la sabiduría terapéutica de Yamín, quien tuvo el coraje para mirar más a fondo en mi oscura alma, permitieron identificar el origen traumático y reactivo de mis síntomas, cuya elaboración me condujo a una completa sanación.

Este arduo trabajo terapéutico me llevó a ser un ser humano productivo, regulado emocionalmente, muy creativo y también me permitió dar y recibir amor —no siempre de la mejor manera—, sin la necesidad de ningún psicofármaco.

Esta no es la historia de muchos de mis pacientes en quienes puede ocurrir que la carga genética de la enfermedad determine la necesidad de la medicación, aunque no haya mediado ninguna situación traumática. Los enriquecedores y en muchos casos dolorosos *insights* —es decir, la comprensión profunda sobre las razones de mi comportamiento— permitieron claridades sobre hechos dolorosos de mi vida y logré construir resultados tangibles tanto en mi funcionamiento mental como en mi vida práctica.

Todo este proceso cocinó a fuego lento la convicción anclada en mis carnes y mis huesos de que si yo no hubiera elaborado psicológicamente mis traumas, no habría podido ser, ni remotamente, la persona y el psicoterapeuta que soy.

Por eso desde ese momento decidí convertirme en un cazador de traumas y en un vehículo de solución a los traumas de mis pacientes. Más en un país como el nuestro donde las guerras recicladas, generación tras generación, con sus largas y filudas uñas, han dejado cicatrices en casi todas las familias.

*

Creo pertinente hacerle una aclaración al lector: no todos los trastornos bipolares tipo 1 o 2 son de índole traumática, como el mío. En muchos casos, es perentoria la utilización de antidepresivos o de estabilizadores del afecto para lograr controlar los síntomas. Esto siempre —siempre— en combinación con una buena psicoterapia.

*

—¿Por qué no tenemos un enfoque más orientado a los traumas en nuestra psiquiatría? —le pregunté a mi amigo Marco Fierro.

Aquella charla animada e inolvidable ocurrió un día, en medio de una tertulia con él y con varios colegas.

—Porque el trauma no es sexy —me contestó con cara de ajedrecista y con su inocultable acento pastuso—, en cambio la fluoxetina sí.

Marco, escudero y alfil de mil batallas en cientos de sesiones de elucubraciones filosóficas —a veces regadas con copas de vino o de ron, como en esa oportunidad—, conoce bien la psiquiatría colombiana porque, gracias a su original enfoque fenomenológico radical, y al encanto y transparencia de su personalidad, ha sido docente invitado en varios departamentos de psiquiatría en el país y en muchos de Latinoamérica. Además, estuvo en la junta de la Asociación Colombiana de Psiquiatría.

—Acepta, querido Arieti —prosiguió Fierro, hablando sin mover sus manos, pero con gestos elocuentes en su rostro—, que perdimos la batalla contra las multinacionales farmacéuticas que ganan más dinero que los vendedores de armas. Ese es un poder muy jodido.

Marco me llamó con el apodo que me tenían mis compañeros de residencia en el Rosario, que surgió por lo similar de mi nombre con el de Silvano Arieti, el reconocido psiquiatra y psicoanalista neoyorquino, famoso en nuestra época porque extendió las fronteras del psicoanálisis hacia pacientes con esquizofrenia y depresiones graves.

En esas charlas me explicó en extenso su posición. Detalló que, desde hace muchos años, los laboratorios se infiltraron estratégicamente en los departamentos de psiquiatría de todo el país

y conquistaron, con viajes a Estados Unidos, a la mayoría de profesores. Ese cáncer de tragar entero, recitar el DSM y formular y solo formular como único quehacer, nos jodió a todos, me dijo Fierro. Se quejó de que, según él, pocos piensan de manera crítica e independiente y por eso hay despidos en las universidades, de donde los médicos salen con el rótulo de deshonestos con los laboratorios.

En aquella reunión nos animamos por el sabor del chimichurri sobre un humeante lomo, que maridaba bien con el Ribera del Duero, el vino que yo acababa de traer de Zaragoza, la meca europea del *mindfulness*. Mientras contemplábamos un bello atardecer sobre la sabana de Bogotá, opinamos sobre el estado de nuestra profesión.

—¡Somos las putas psiquiátricas de América Latina! —gritó Hernán Bobadilla Garzón, alzando su copa en proposición de brindis, otro contertulio de la cofradía ese día—. Que vivan las putas que somos, y sus chulos, los laboratorios que nos dan de comer y mejoran a nuestros pacientes con sus guarapos inmundos.

Apelando a los ejemplos personales, les conté a mis amigos mi historia con la depresión en Alemania y el episodio hipomaníaco en la Javeriana.

—Transferencia erótica de la que no te has curado, querido Arieti —interrumpió Hernán mientras llenaba de nuevo las copas.

—Si no hubiera caído en las sabias manos de Luis Yamín —proseguí, tratando de articular mi argumento—, y más bien me hubiera ido a mi EPS, allí quizá me habría atendido uno de nuestros alumnos, de esos a los que no pudimos convencer, y quizá él, sin mirarme a la cara y concentrado en su computador, habría

escuchado mi relato sobre el ánimo triste, la falta de motivación y el insomnio. Luego, tecleando a toda velocidad, me habría recetado cualquier antidepresivo para decirme al cierre de la consulta: "Nos vemos en seis meses, si es que hay agenda".

—Y así, la psiquiatría se habría perdido de tenerte entre nuestras huestes de putas vendidas —bromeó de nuevo Hernán.

—Y no habríamos contado con este vino tan bueno —cerró entre carcajadas Marco.

*

Aprendí mucho del arte de ser psicoterapeuta en mi propio psicoanálisis con Luis Yamín. Tal vez lo más importante haya sido a no tenerle miedo a mi depresión ni a mis tristezas, y a entender sus múltiples disfraces, fuentes y afluentes por los que se fue deslizando dentro de mí.

Con los años, he llegado hasta agradecerle a la depresión por tener un cuarto reservado en las habitaciones de mi edificio psicológico y por la información que desde allí me brinda. A eso me refiero con la bienaventurada depresión, que solo lo es si logra reunir el valor para construir los andamios y los lentes para mirarla con cariño.

*

Años más tarde, sentado en mi sillón de psicoterapeuta frente a mi paciente, escuchándola con mucho cuidado y atención, con una curiosidad libre y no juzgadora, comenzaron a moverse dentro de mí los faros que me anuncian que debo navegar con precaución.

Nunca es la misma sensación exacta, pero siempre resultan ser indicios inefables. En ocasiones, por ejemplo, son sutiles vacíos en mi vientre; a veces son fríos, con cierta náusea como de gasolina quemada. En otros momentos son tensiones o punzadas en el cuello y algo de temblor o inquietud en las manos. En otros casos pueden ser ahogos o los famosos nudos en la garganta, de los que hay con toda clase de colores y sabores, no todos agradables.

Son sensaciones que ya conozco y hacen parte de mi conversación interior y de las elaboraciones en medio de los relatos que me comparten los pacientes. Frente a esas señales, bajo la velocidad, agudizo mi escucha y me pregunto si se pudiera estar tratando de situaciones traumáticas —como las mías—.

Indago, entonces, con dedos de terciopelo y el respeto de un diplomático suizo, si pudiera haber algo especialmente difícil en su pasado. En los casos en los que avanzo sobre una pista cierta, la mayoría de las veces se abre un torrente de doloroso alivio.

*

—Llevo diez años yendo a los psiquiatras de mi EPS y ninguno ha dado con el chiste —me dijo una paciente, con su voz interrumpida por los suspiros, después de haber llorado con fuertes sollozos—. Cada vez es uno diferente, me formula una pastilla distinta o me sube la dosis, y eso es todo.

Su estado se había desencadenado ante mi pregunta de si algo especialmente difícil había ocurrido antes en su vida. Yo solo la escuchaba y observaba en silencio.

—Perdone, doctor… Ya que me lo pregunta, creo que llegó el momento de contarle mi más grande secreto.

Y a esa frase le siguió un estremecedor relato, entrecortado por muchos sonrojos, miradas constantes hacia el piso y tocadas de su cara con sus temblorosas manos. Me relató que, de joven, en su época de universitaria, había pasado un par de años ejerciendo la prostitución, después de que sus papás la echaron de su casa porque se dieron cuenta de que se había practicado un aborto voluntario.

En el momento de su consulta tenía 40 años y era una apuesta, elegante y exitosa gerente comercial de una multinacional farmacéutica. Estaba casada en un matrimonio más o menos disfuncional, como la mayoría, y tenía dos hijos de ocho y diez años. Tiempo atrás, durante el embarazo de su primer hijo, comenzaron sus síntomas de ansiedad y un dolor pélvico inexplicable para los ginecólogos que había consultado.

—Nunca le había contado esto a nadie… Gracias.

Me dijo al final de su historia, que yo escuché sin interrupciones. Para ese momento su postura corporal había cambiado: miraba al frente con los hombros ligeramente inclinados hacia atrás.

Seis sesiones de EMDR después, sus síntomas depresivos habían cedido un 80 %, sin retirarle la medicación.

*

La terapia EMDR o desensibilización y reprocesamiento de experiencias traumáticas, por medio de los movimientos oculares, es un abordaje psicoterapéutico descubierto en 1987 por Francine Shapiro. La sigla viene del nombre en inglés: Eye Movement Desensitization and Reprocessing. Es un tratamiento concebido para disminuir el sufrimiento emocional asociado a recuerdos traumáticos.

En el procedimiento se le pide al paciente que evoque elementos de un trauma que haya tenido, mientras mueve sus ojos siguiendo los movimientos que realiza su terapeuta con sus dedos, o siguiendo una luz en una pantalla. También se pueden realizar estímulos táctiles, conocidos como *tapping*.

Esto genera una saturación de elementos en la mente del paciente que estimula su capacidad de generar asociaciones cognitivas alternativas a los síntomas que el trauma le haya dejado.

*

A veces me dan ataques de mesianismo… ¿serán rezagos de la hipomanía? Hace poco, dicté una conferencia en el Congreso Nacional de Psiquiatría sobre la trascendencia de incluir el enfoque de trauma como parte fundamental de la indagación clínica en psiquiatría. Expliqué que, en caso de detectarse, era necesario encaminar los tratamientos, prioritariamente, a que las personas elaboren esos traumas con técnicas basadas en la evidencia científica.

Si ustedes no incluyen en la anamnesis preguntas específicas sobre experiencias adversas en la infancia se sus pacientes —les dije a los asistentes, desde el atril—, están haciendo una mala psiquiatría. Y también es una mala psiquiatría si, habiendo recibido del paciente una respuesta positiva sobre el trauma, no le dedican unos minutos a contenerlo empáticamente y a mostrarle las perspectivas existentes para la elaboración de esos traumas, además de explicarles que, seguramente, eso les va a permitir manejar mucho mejor sus síntomas depresivos, ansiosos, hipomaníacos o disociativos.

Quizá ver la sala llena de psiquiatras jóvenes me alborotó el narcicismo. Ese día no hubo muchos aplausos al final de mi intervención.

—Olvídelo, profe, me da pena decírselo, pero nadie le va a parar bolas a sus recomendaciones —me confesó, a la hora del café, Brian, un joven y enérgico psiquiatra samario. Se notaba que estaba recién egresado.

—Yo trabajo en dos EPS —continuó Brian—. En cada una tengo una agenda de 30 pacientes para verlos en ocho horas. Si les dedico más de quince minutos en la consulta, no puedo ni ir al baño y menos almorzar ese día. Lo que usted dijo, por más cierto que sea, no aplica en Colombia. O aplica solo para ciertos círculos.

El joven colega se escabulló por entre un enjambre de psiquiatras, después de darme una afectuosa palmada en el hombro. Solo en las discusiones con mi hija sobre el uso de las nuevas tecnologías, me había sentido tan anacrónico.

*

Hay un paciente cuyo recuerdo me sigue perturbando hasta hoy. Era un hombre que, en ese momento, debía andar por los 30 años. Cuando llegué al consultorio, en medio de saludos rápidos porque iba tarde, lo vi en la sala de espera y capturó mi atención. Sentí un apretón en mi pecho.

Por sus gestos noté que quería que lo viera de inmediato, pero lo que más me conmovió fue su apariencia física. Tenía los inolvidables rasgos de las personas que había atendido en Armero. No era muy alto, su cuerpo era cuadrado, las piernas cortas, su piel tostada broncínea, el rostro ovalado y coronado por un cabello negrísimo, en

el que resaltaba una frente rectangular, pómulos prominentes y una nariz ancha, que no lograban ocultar el brillo de sus vivaces ojos negros que miraban todo dos veces, una para mirar y la siguiente para entender.

Contrastaba con una pareja que tenía a su lado y que, evidentemente, lo acompañaban, de una clarísima y elegante apariencia europea, no solo por sus rasgos físicos, longilíneos, esbeltos, de tes blanca, labios rosados y profundos ojos azules, sino por sus ademanes y el destacado cuidado al vestir.

El primer nombre de la lista de pacientes era italiano y pensé que se trataba del esposo de la elegante pareja pero, para mi sorpresa, entró el hombre joven con rasgos armeritas.

Me contó que estaba de turismo por Colombia y que, esa mañana, había tenido un nuevo ataque de pánico. La situación, me dijo, le recordó otro episodio similar que había tenido años atrás, cuando estudiaba música en el Conservatorio Martini de Boloña. Para mí era muy extraño oírlo hablar español con acento italiano, a pesar de tener un aspecto físico más colombiano que el mío.

Como me pasaba a mí, él no soportaba sentir que el piso vibrara bajo sus pies. Por eso los frecuentes temblores de tierra en Italia habían desencadenado sus ataques de pánico que llegaron a tal magnitud que le había resultado imprescindible el uso diario de lorazepam. Me explicó que ese medicamento se le había acabado el día anterior y por eso estaba allí en la consulta, pues temía que el síndrome de abstinencia le causara una convulsión.

Me dispuse a entregarle la fórmula, pero sentí algo en mi interior que estimuló mi curiosidad. Las buenas formas clínicas me llevaron a preguntarle cuándo le había ocurrido el primer ataque. Me contó que

fue en el conservatorio, un día que se había parado al lado del bombo sinfónico, en medio de una pieza en la que debía sonar con especial potencia. La vibración producida por el poderoso tambor le produjo pánico.

Indagué si ese sonido, la vibración o el pánico mismo le recordaban algo, se le parecían a algo ocurrido alguna vez antes en su vida o en la de un familiar cercano. El paciente palideció. Su voz se tornó temblorosa y débil. Me dijo que no conocía sus antepasados y que había sido adoptado, en Indonesia, según le dijeron, por padres italianos.

—¿Indonesia? —le pregunté, con incredulidad—, ¿y qué estás haciendo ahora en Colombia?

—Mis padres me trajeron a hacer una cura con yagé en el Putumayo. Ellos creen que así se me van a quitar los pánicos.

Algo no me cuadraba de su relato y en su actitud.

—Con esos ataques de pánico, no te aconsejo que lo hagas… Además, yagé hay por todo el Amazonas, no solo en Colombia…

Se levantó agresivo:

—*Dottore, può darmi la formula?*

Su frente se pobló de pequeñas gotitas de sudor y su respiración comenzó a ser agitada. Escribí rápidamente y le entregué el papel.

Cuando el paciente salió, noté que la pareja de italianos ya no estaba en la sala de espera. El paciente también desapareció rápidamente.

*

Esa noche, pensando sobre ese extraño paciente, recordé que unos meses antes me había conmovido con las fotos y las historias que

había visto en un estand de la Fundación Armando Armero, instalado en la Feria del Libro de Bogotá. Le pregunté a la inteligencia artificial y su respuesta incluyó, precisamente, un fragmento de la página de esa fundación, en el que se lee:

> Durante y después de la avalancha de Armero, en 1985, aproximadamente 500 menores sobrevivientes fueron dados en adopción por conductos regulares e irregulares. Estos niños, hoy adultos, viven tanto en Colombia como en el extranjero: uno de los propósitos de la Fundación es promover reencuentros con sus familiares.

*

Estuve diez años en psicoanálisis con Luis Yamín. El tratamiento se prolongó no porque mi neurosis y estrés postraumático fueran demasiado graves —espero—, sino porque, además, también escalé las cumbres de la exigente y prolongada formación como psicoanalista.

Creo que tiene que ser así, para que los psicoanalistas estemos en capacidad de entender bien a nuestros pacientes y no lleguemos a confundirlos con nuestros propios dramas.

Ese maravilloso tratamiento —que, por momentos, me confrontó duramente— corrió paralelo a mi establecimiento como psiquiatra, al inicio de las labores docentes, a la escritura de mi primer libro, a los primeros años de matrimonio con mi primera esposa y a concebir y comenzar a criar a nuestra maravillosa hija.

*

Soñar despierto es hundirse en el reino de las imágenes. Allí se fusionan ocaso y horizonte. De su roce asciende una luz intensa, una

llama, paradójicamente, auroral.

El ser que alcanza ese estadio, en mente y entidad sutil, es capaz de despojarse de la inquietud y los acertijos, pues se abisma internamente en la horizontalidad de su propia contemplación.

El sueño en Armero fue un vuelo colectivo que —en la cima del presentimiento— mostró un desfile de imágenes premonitorias en ascensión.

Como una lámpara de aceite, los recuerdos de todos se ofrendaron en la alianza metafórica del centelleo. No es el respiro del ser ni el pasado de la muerte. Es el rojo reflejo del cielo quien descifra el drama y el intenso amanecer que, en el envés de su rostro, muestra las llagas, de las costras calcinadas de un cigarro.

ENCANTAMIENTO

Muchos años después, la segunda y definitiva separación de mi primera esposa me volvió a sepultar, de nuevo, en los lodos fangosos de la depresión y el desasosiego, nutridos por el despertar de todos los fantasmas dormidos de mis traumas, machismo, narcisismo, neurosis y conflictos. He tenido que bracearlos otra vez, corriente arriba, ahora por las aguas inciertas del amor enrevesado. No acabo todavía de pegar los trozos del mosaico de porcelana que rompí en mil pedazos.

Nos enamoramos en y de Bogotá. La capital ha sido siempre un hervidero de eventos científicos y culturales. "La Atenas suramericana", se ufanaba de nombrarla mi papá, en su faceta de filósofo, no sin cierta dosis de realismo. Las facultades y asociaciones científicas, ancladas en su mayoría en la centralista Bogotá, se han encargado de invitar a la capital a los más destacados profesores de distintas especialidades. La psiquiatría y el psicoanálisis no han sido la excepción.

En esta ocasión, la reconocida escritora y conferencista argentina Janine Puget iba a presentar sus trabajos sobre el psicoanálisis de los conflictos matrimoniales, en un foro organizado por la Sociedad Colombiana de Psicoanálisis, a la que yo después pertenecería durante unos años.

Ya había transcurrido un año y medio desde mi regreso de Alemania, vivía en un apartamento independiente, avanzaba por mi primer año de tratamiento psicoanalítico, estaba a punto de graduarme como psiquiatra en el Rosario y había recibido, de mi amigo Rodrigo Muñoz —el mismo que me había ayudado a irme a Alemania—, una interesante propuesta de vincularme como un psiquiatra adscrito a la recién fundada compañía de medicina prepagada Colsanitas.

Se podría decir que ya estaba "aclimatado" al ambiente, el esmog y los ritmos lentos y caóticos con los que se movía la ciudad en la que había nacido y vivido la mayor parte de mi vida, pero que no me dejaba de sorprender, ahora, desde mi nuevo lugar mental de adulto que debe ganarse la vida en ella y no la del niño o el adolescente que solo va de la casa al colegio o a la universidad y cree que conoce la ciudad.

Ese día llegué a la conferencia inicial tarde y cansado. Había dormido solo tres horas porque la noche anterior había estado de turno en urgencias. Tenía dentro de mí el humo del largo recorrido, de hora y media, en un lento bus urbano, desde el lejano Hospital de Kennedy, situado en el suroccidente, hasta el elegante hotel La Fontana, al norte de la ciudad, lugar donde se celebraban las conferencias.

Como era mi costumbre, me senté en una de las sillas de atrás, muy cerca de la salida del salón. En un espacio sobrio y elegante, dispuesto para 80 personas, aunque esa mañana había mucha más gente.

Me di cuenta de que no conocía a nadie, excepto a Fernando Gómez, cuya cabeza y barba canosas alcancé a distinguir entre el

público. Janine Puget hablaba en tono bajo, con ritmo operático, con acentos y giros del lenguaje, que llenaba la atmósfera de un cautivador misterio, y que tanto cautivan de los argentinos. Pero ella tenía algo más, algo sutil e indescriptible en su forma de hablar. No usaba diapositivas y yo no entendía muy bien de qué iba todo el tema. Sin embargo, saqué mi cuaderno y me dispuse a tomar atenta nota a su presentación.

En la pausa del café pude comprobar que, efectivamente, no conocía a nadie más que a Fernando, a quién me acerqué y lo saludé: "¿Cuándo comienza los seminarios de psicoanálisis?", me preguntó con su desparpajo histriónico de siempre, que disparó mi timidez.

Para la segunda parte me senté un poco más adelante, para poder escuchar y ver mejor. De repente, vi en la primera fila la figura de la espalda de una mujer con una hermosa cabellera negra, larga y brillante, que hizo que mi corazón se detuviera y se arrugara durante unos segundos, para luego reanudar su marcha con una leve sacudida. Todo se silenció por un instante. Un leve mareo me anunció que la vida había seguido.

Esa sensación llegó a ser muy conocida por mí y no se ha borrado jamás de mi cuerpo, aunque sus repercusiones han ido perdiendo intensidad. Cada vez que me encontraba entre un grupo nuevo de gente, se activaba en mi cabeza un radar interno automático que chequeaba, sin que yo me diera cuenta, dos aspectos fundamentales: la ruta de evacuación más cercana y si Amelia pudiera estar entre ese grupo de personas.

De llegar a detectar que en el grupo hubiera una mujer que, remotamente se pudiera parecer a Amelia, mi cuerpo activaba esa

alarma de detención y posterior reanudación de la vida. Con los años y las terapias he aprendido las más diversas estrategias para volver al ahora en el que me encuentre, y apagar la alarma lo más rápidamente posible.

Esa vez el radar no se apagó. Su lucecita se detuvo y comenzó a titilar en el punto en el que estaba esta inquietante mujer. Cada vez que se prendía, dentro de en mi cabeza, sonaba el beep, beep, beep, que debió haber sonado en Armero, pero nunca sonó.

Aunque a estas alturas —por el éxito del psicoanálisis— ya no tenía la desesperante insistencia de los primeros meses, nunca paré de imaginar o presentir que, en el momento o lugar menos pensado, podría llegar a encontrarme de nuevo con Amelia, por más comprobaciones "objetivas" que había tenido de su muerte.

Esta es la tara y la cicatriz tatuada con fuego que arrastramos, por el resto de nuestras vidas, los deudos de los desaparecidos. A veces, como un trueno o un tambor; otras, de forma más sorda y distante. Lo peor es cuando el desaparecido se nos aparece en nuestros sueños y nos habla.

El caso es que esta vez mi inquietud era diferente. Aunque aún me faltaba la parte de la terapia EMDR de mi proceso terapéutico, con el psicoanálisis ya estaba comenzando a aprender a leer las señales de culpa y angustia relacionadas con eventos que disparaban en mi cabeza recuerdos de mi compleja relación con Amelia, la vívida película de nuestro fatídico último encuentro y su posterior desaparición.

Noté que, en este episodio en el hotel La Fontana, la intensidad y la duración de las sensaciones había vuelto a ser muy alta. No pude concentrarme para nada en lo que estaba diciendo Janine Puget. En

mi cabeza me repetía, una y otra vez mi mantra: no es Amelia, ella falleció, me estoy acordando de ella, es solo un recuerdo; doloroso, sí, pero es solo un recuerdo.

Ya estaba comenzando a calmarme y a prestar atención cuando la mujer de la negra y luminosa cabellera levantó su mano para hacer una pregunta. Mi pecho rompió a galopar de nuevo para frenar en seco al escuchar que el tono de su voz era idéntico al de Amelia. Como hacía un buen tiempo no me ocurría, entré en pánico. Palidecí y comencé a sudar. El mundo daba vueltas alrededor de mi cabeza y sentí que me iba a desparramar sobre la silla.

Anunciaron el *break* de la tarde y la gente comenzó a salir del salón. Como pude, me repuse y, aun temblando y con mareo, me acerqué a la mesa donde estaban repartiendo las bebidas y me tomé de un sorbo dos vasos grandes de agua con hielo y un tinto.

Un resquicio de sensatez dentro de mí me dio las fuerzas para acercarme donde estaba aquella hermosa, elegante y esbelta mujer igualita a Amelia, que hablaba idéntico a Amelia. Para mí era Amelia. No había muerto, había desparecido del panorama vital y psicológico y ahora, como era lógico, estaba en este seminario de terapia de pareja. ¿Y nuestro bebé? ¿Qué habría pasado con nuestro hijo?

Repetí mi mantra cien veces, pera no podía del todo volver al presente.

La supuesta Amelia seguía, de espaldas a mí, rodeada por un grupo de personas. Se notaba que se conocían y eran amigos. Me acerqué, lentamente, con el corazón en la mano. Me hice detrás de ella para oírla hablar de nuevo. Me di cuenta de que era un poco más alta que Amelia y confirmé que el tono de la voz, en efecto, era

el mismo, aunque el acento era otro: no cantaba al final de las palabras como lo hacen los tolimenses.

De repente, para mi espanto, y como si se hubiera dado cuenta de que la estaba mirando, se giró y me arrolló con la profundidad de su mirada y de su hermosa cara de no-Amelia, aunque idéntica a ella. Se parecía muchísimo, pero era otra mujer mucho más bella, profunda y relajada, que la imagen del rostro que vi por última vez de Amelia.

Debí parecerle un estúpido porque me quedé absorto mirándola sin responder. Estoy seguro de que ella debió haber notado algo extraño en el súbito viraje de mi rostro que pasó, en un segundo, de una parálisis por el pánico y la intriga a una hipócrita sonrisa social. Me sentí como un niño torpe que había sido sorprendido en una flagrante pilatuna y pretendía actuar como si no estuviera haciendo nada extraño.

—¿Quieres participar en nuestro grupo? —me lanzó no-Amelia esa frase, esa flecha de goma en forma de pregunta ingenua y lógica para la situación. No esperó mi respuesta, me imagino que intuyó que yo iba a decir que sí.

—¿Cómo te llamas? —siguió ella.

—Ariel Alarcón —balbuceé estúpidamente.

—¿Cómo?

Preguntó ella de nuevo y se me acercó peligrosamente para oírme mejor. Yo le contesté con más fuerza, repetí con énfasis mi nombre.

—¿Ariel Alarcón? —me preguntó, como si mi nombre le dijera algo y luego enfatizó—: ¿tú eres Ariel Alarcón, el psiquiatra?

—Sí, sí, —le confirmé, seguramente sonrojado, sin entender el porqué de su pregunta, que más pareció una afirmación.

La hermosa no-Amelia me miró con sus ojos azabache que contrastaban fortísimo con los pétalos de magnolia de su sonrisa y me dijo: "Yo soy Rosario".

Por fortuna no estiró su mano para saludarme porque se habría encontrado con que la mía iba a estar empapada en sudor.

—Vale. Entonces estás en nuestro grupo. ¡No se dispersen! —dijo ella, mientras se dirigía al resto de personas—. A ver, ¿dónde nos vamos a reunir?

La seguí como un perrito faldero por los siguientes 20 años de nuestras vidas.

*

Ya repuesto del pánico, nada dentro de mí me habría permitido negar que esta hermosa mujer me había fascinado. Hice mi mayor esfuerzo para dar las respuestas más inteligentes posibles al cuestionario que nos habían puesto de tarea, como la parte práctica del curso, del cual, por todo lo ocurrido, hasta ese momento no había entendido nada.

Monté la estrategia de que mis respuestas coincidieran con lo que ella decía, afirmando que estaba de acuerdo con todo lo que planteaba y procurando decir algo brillante como complemento. Creo que se dio cuenta porque dos veces me sonrió con sus grandes ojos negros y en mi corazón sonó Vivaldi. Al terminar la jornada, se despidió con un gesto simple y salió veloz. Me di cuenta de que caminaba rápido. Eso puede llegar a ser un problema, pensé.

A pesar del cansancio, esa noche no pude dormir pensando en ella, en su pasmoso parecido con Amelia, pero también en sus marcadas diferencias.

"¿Qué más tiene que pasar para que dejes de sentirte culpable, por lo, según tú, injusto que fuiste con ella? No aceptar su muerte es la forma que tienes de pagar tu penitencia. ¿Hasta cuándo vas a seguir arrastrando esta culpa?", habría de repetirme una y otra vez mi psiquiatra, Luis Yamín.

A fuerza de confrontar e interpretar, fui abriéndome campo por el camino de disolver las nubes de mi mente que me impedían dejar a Amelia en su lugar del pasado; enterrar su fantasma, perdonarme la culpa por su muerte y por mi supuesto abandono, y dejar en paz su recuerdo, pudiendo, entonces, instalarme en la realidad palpable y hermosa que estaba frente a mis ojos y podía tocar con la yema de mis dedos.

A todas luces, era sofisticada, elegante y expresiva. Era del tipo de personas a las que se les notaba que habían viajado por el mundo y leído mucho. Seguramente hablaba varios idiomas. Se movía con un aire de seguridad que combinaba con ciertos *stops* repentinos, como si de un momento a otro vislumbrara un cambio de rumbo o la sombra de una duda se hubiera cruzado por su mente, produciendo su llegada a otro tema, o a un nivel más profundo de análisis que nos dejaba a todos sorprendidos.

Hacía mucho tiempo no estaba al lado de una mujer tan inteligente y atractiva. Pero había en ella algo misterioso, insondable, inexplicable; tal vez indecible como las sentencias del oráculo de Delfos, que me generaban el enorme desafío de descifrarlas.

Al día siguiente me impuse la misión de conseguir su teléfono. Me arreglé la barba, me puse mi mejor pinta para la ocasión, me eché

loción y corrí para estar de primero en el salón y guardarle un puesto a mi lado.

Esta vez fue ella la que llegó tarde, hacia la media mañana, después del *break,* y se sentó lejos. Al almuerzo logré sentarme en un extremo de la mesa donde ella estaba preguntando de qué se había tratado la jornada de la mañana. Como estaba tan lejos, no pude explicarle nada.

En la tarde, en la sesión de trabajos en grupo, tampoco pude sentarme a su lado, como habría querido, pero intercambiamos más ideas afines. Me encantó que ella ponía en duda todo lo planteado, lo que nos obligaba a pensar dos veces cada idea, para esbozarla mejor en la plenaria.

Durante el nuevo *break* logré hacerme cerca de ella y también pude llevar la conversación hacia temas más personales. Me contó que era psicóloga de la Javeriana, muy interesada en el psicoanálisis, que de hecho estaba en psicoanálisis con Eduardo Laverde. Me pareció espectacular ese punto de contacto, esa coincidencia, y la aproveché para contarle que yo también estaba en psicoanálisis, pero con Luis Yamín. Le dije que yo era del Rosario y que estaba terminando mi residencia en psiquiatría. Ahí fue cuando ella me dijo algo que me dejó perturbado:

—Sí, ya sé.

—¿Cómo así?, ¿qué sabes? —repliqué sin entender nada.

En ese preciso instante nos llamaron a seguir al salón. Me miró arqueando sus negras cejas, en un gesto de burla, picardía y desafío que me enamoraron. Se sentó tres puestos más adelante de donde yo estaba y creo que lo hizo a propósito. De nuevo, tuve una lucha interior entre prestar atención a lo que Janine Puget estaba

concluyendo o a lo que en mi cabeza daba vueltas todo el tiempo en forma de decenas de preguntas: ¿qué sabría ella de mí?, ¿por qué?, ¿dónde estaba la conexión?, ¿qué partes de mi historia conocía?

El cursillo terminó y siguieron los tediosos discursos de despedida de los organizadores, la entrega de flores y regalos para Janine Puget, las fotos y los abrazos. Como yo había hecho un tema de vida o muerte salir de ahí con su teléfono, ni por un momento le quité los ojos. Mi temor era que saliera corriendo como el primer día y yo no la pudiera alcanzar. Ella se dedicó, con gran parsimonia, a repartir abrazos de despedida a casi la mayoría de los participantes. Se notaba que muchas personas la conocían y la querían. La seguí, flanqueando la puerta, dispuesto a cortarle el paso.

Intuitiva y perceptiva como siempre lo fue, se dio cuenta de que yo la estaba persiguiendo, me hizo una mirada y un gesto con la mano, lo que entendí —complacidísimo— como una oportunidad para mí. Al finalizar la tanda de abrazos, se me acercó y espontáneamente comenzamos a caminar hacia la salida.

Le pregunté que para dónde iba, me contestó que para su casa, y que vivía en el barrio Las Margaritas. Yo le expliqué que vivía en La Soledad. Se dejó acompañar por mí hasta el taxi. Yo estaba entusiasmado y muy nervioso. No podía cometer ningún error y no quería que se me notara la cojera.

Tuve arrestos para preguntarle por qué me había dicho que sabía que yo era de la Universidad del Rosario y me contestó que su hermano me conocía y, aunque no éramos muy buenos amigos, habíamos estudiado juntos la última mitad de la carrera. Esa noticia me sorprendió muchísimo porque, aunque el parecido físico era evidente, no tenía nada del carácter de su inquieto hermano.

Antes de tomar el taxi logré que me diera su número de teléfono. Nos despedimos con un beso en la mejilla, diciéndonos "hablamos". Ya con el taxi en movimiento, le grité: "¡Yo te llamo!". Ella giró su cabeza, levantó su mano en señal de despedida y me miró de nuevo con sus ojos azabache que otra vez contrastaron fortísimo con su sonrisa cálida e intrigante, como si lo supiera todo de mí.

Desde ese momento supo mirarme como ninguna otra mujer me ha mirado en la vida.

*

Un año después estaría yo caminando, vestido de frac y con aires de felicidad, siguiendo los compases de la marcha nupcial de Mendelssohn en la capilla de Santo Domingo Savio, del barrio Pasadena de Bogotá.

El noviazgo fue rápido y fulminante. Como nunca antes —ni después— en mi vida, ella fue una constelación de estrellas que me deslumbró e iluminó. Tenía una forma tal de ser que hizo que yo solo con su presencia me sintiera completo, recibido y apreciado. Su mirada esclarecedora fue abriendo poco a poco los caminos de varios aspectos de mi vida que estaban cubiertos por la maleza o que eran una selva inexplorada.

Antes de ese momento tendría que sortear varias situaciones inesperadas —fruto de la inatención que suele causarme el nerviosismo—, para volverme a ver con ella.

En el punto más crucial de nuestro primer encuentro, antes de que abordara el taxi, anoté mal uno de los números de su teléfono. Pero me di cuenta de ello solo días después. Con una gran impaciencia, solo creada por mí, para que no se me notaran las

ganas que tenía de verla, dejé pasar varios días antes de intentar llamarla.

Proyectaba en mi cabeza todas las películas posibles de cómo había sido su día, calculando la hora perfecta para llamarla. Imaginaba que ella salía de su trabajo a determinada hora y luego tomaba alguno de los lentos buses. Entonces me empeñaba en calcular el recorrido que hacía para atravesar una parte de la cuidad, desde Chapinero hasta Las Margaritas, parando en cada esquina. Tal vez antes habría tomado un café o charlado un poco con alguna de sus amigas de trabajo, lo que la habría retrasado de tomar la buseta. En ese preciso instante se cruzaba por mi mente, sin dejarme en paz, una pregunta demoledora: ¿tendría novio?

Solo había una manera de saberlo y era llamándola para preguntarle. La incertidumbre me carcomía el sueño. Como un adolescente, sentado al lado del teléfono de mi apartamento, el pánico me invadía y decidía entonces abortar la misión para intentarla de nuevo al otro día.

Cuando por fin tomé la determinación, imaginé que la hora perfecta para marcarle eran las ocho de la noche. Entonces me subí al trampolín para lanzarme al agua helada, marqué con la respiración entrecortada y las manos sudorosas y temblorosas. Fue cuando pude constatar que había anotado mal el número.

Marqué varias veces, en vano, usando diferentes combinaciones. A veces se me olvidaba que ya había hecho un intento numérico y volvía a marcar, de nuevo, otra vez el número equivocado.

En una de las combinaciones me contestó una displicente voz masculina, que me dijo: “Un momento”. Pensé que el milagro había

ocurrido. Me alcancé a llenar de ansiedad cuando por el auricular escuché una voz femenina.

—¿Aló?, ¿Rosario? —pregunté con un débil voz.

—Sí. Con ella. ¿Con quién hablo? —contestó, del otro lado, un tono enérgico e impaciente, muy distante de la apacible que había conocido, en vivo, dos semanas atrás.

—Con Ariel… —hablé más fuerte, haciendo gala de una falsa seguridad.

—¿Ariel...?, ¿con quién quiere hablar?

—Con Rosario.

—Está equivocado.

Dijo y cerró con rabia antes de tirar el teléfono. Escuché el desesperanzador tut, tut, tut, tut, en el auricular y colgué.

*

Decidí buscarla en persona. Ella me había dicho que trabajaba en Cafam, cuyo centro médico quedaba relativamente cerca de donde yo vivía.

Una mañana de posturno hice todo el periplo preguntando piso por piso, dependencia por dependencia, hasta que estuve parado frente a la puerta con un cartel que decía "Psicología", sin tener un ramo de rosas en las manos.

Acerqué mi oreja y comprobé que había voces al otro lado. Decidí esperar en la sala a que terminara la consulta. Pasó más de media hora sin que nada cambiara y decidí tocar la puerta. Me abrió un hombre grande y sonriente, algo pasado de kilos, con ojos de cuervo y un pequeño bigote a lo Freddie Mercury:

—Ella trabaja en el turno de la tarde —me respondió y luego me preguntó—: ¿quiere que le diga algo?

—Por favor, que vino a buscarla Ariel Alarcón.

—¿Usted es paciente de ella? —preguntó el psicólogo bigotón, quien debió notar mi desespero—. Para que lo atienda debe pedir cita en la recepción.

A la semana siguiente, un jueves a las cuatro de la tarde, yo estaba de nuevo en la sala de espera, con una chocolatina en el bolsillo, pendiente de que se abriera la puerta del consultorio de psicología.

Al pasar había escuchado su inconfundible voz y mi corazón dio un salto. Cuando, por fin, se abrió la puerta, apareció primero una hermosa monita de trencitas, de unos seis años, cuya mamá estaba al lado mío, en la sala de espera. Me abalancé hacia la puerta antes de que entrara un Batman, de unos 8 años, el siguiente en la consulta.

Al verme, se sonrojó y movió torpe y precipitadamente unos papeles que tenía sobre el escritorio.

—¿Qué haces aquí? —preguntó y, para mi desazón, pareció irritada con mi presencia.

—Necesito una consulta con psicología —el hada madrina del buen humor me iluminó y logré arrancarle una sonrisa.

—Tengo pacientes toda la tarde —dijo ella.

Como yo tenía preparada esa respuesta, le pregunté a qué hora saldría. Me dijo que a las seis, pero que tenía sesión de psicoanálisis a las siete.

Batman, sin pedir permiso, se sentó en una pequeña silla.

—Qué pena venir sin avisarte, pero fue que anoté mal el número de tu teléfono. Escríbeme el correcto, por favor. Te llamo y luego miramos cuándo podemos encontrarnos.

Escribió rápidamente su teléfono correcto en una fórmula médica de Cafam. Para estar seguro, y a pesar de la impaciencia de Batman que ya había dejado la silla y ahora llenaba todo el piso del consultorio de juguetes, leí el número en voz alta. Ella confirmó que era el correcto.

—Mañana no tengo análisis —dijo mientras cerraba la puerta.

Alcancé a ver que Batman ya la tomaba por la espalda.

—Mañana estoy de turno —alcancé a decir cuando la puerta ya estaba cerrada—. ¡Pero yo te llamo!

Me fui feliz de haberla visto y con el teléfono correcto en mi bolsillo. Solo ahí me di cuenta de que no le había entregado la chocolatina.

*

Nuestro segundo encuentro no pudo ser más asombroso, conmovedor y cautivador.

Me aclaró lo que sabía de mí, a partir de su hermano, recordando que él, en la Facultad, había tenido una época muy rumbera, que había hecho muchas fiestas en su casa a las que yo nunca había ido.

Para mi alivio, me dijo que sabía lo que me había pasado en Armero y, bajando un poco la mirada y con cierto tono que me dejó consternado, agregó que, después de cierto evento vital del que jamás me habría de hablar, había decidido tomar la opción ofrecida por su universidad de hacer, en vez de tesis de grado, un

voluntariado de un año ayudando psicológicamente a los sobrevivientes de Armero.

No podía creer lo que le estaba escuchando. ¡Tantas y tan increíbles coincidencias! Comencé a sospechar una confabulación de nuestras cartas astrales. Me negaba a darle crédito a que una mujer tan hermosa e inteligente, con quien había tantos puntos en común, estuviera interesada en mí.

La miraba y escuchaba cada vez con más fascinación el relato de sus peripecias en Armero. Mi estómago, pecho y todas mis carnes me anunciaban, sin dudarlo, que ella era la mujer que había soñado.

Me cautivaban de nuevo sus fascinantes rasgos y gestos de los indígenas que amansaron y fertilizaron nuestras generosas y peligrosas montañas. Sus manos, con un leve temblor casi imperceptible, largas y suaves, que ella sabía mover con la elegancia y suavidad de los pelícanos cuando caminan por los pantanos. Era burlona y, cada vez que se inventaba una gracia, lograba combinar su mirada, el arco de sus cejas y su sonrisa, y entonces yo sentía que no había más maldad en el mundo, sino solo alegría.

El hecho de que tuviera una versión de mi historia, me ponía en el comodísimo lugar de no tener que contar ni explicar lo que me pasó. Al punto de que —como si se tratara de un delito— en ese instante firmamos en piedra una especie de pacto de silencio no explícito que nos llevó a no conversar de muchos de los detalles de lo que me ocurrió Armero y las consecuencias.

Es posible, incluso, que muchos de esos detalles, para ella —también— apenas vengan a ser revelados si algún día lee estas páginas.

*

Como dos aprendices de artesanía que se apoyan mutuamente en el camino hacia dominar su arte, nos dedicamos con denuedo a la aventura de conocernos y amarnos palmo a palmo, puntada tras puntada.

En la intimidad, nuestros cuerpos se anudaban con una armonía, resonancia y profundidad extasiada. Después del amor, las madrugadas nos sorprendían hablando sin parar sobre todos los temas divinos y humanos. Los relatos que íbamos tejiendo me parecían cada vez más fascinantes y me llevaban a sentirme acogido, comprendido, aceptado e integrado a su vida.

Una noche de esas caí en un profundo sueño del que me desperté por mis propios alaridos de espanto. Soñé que Amelia había entrado en nuestro cuarto mientras hacíamos el amor y se burlaba de mí porque yo tenía una sola pierna.

*

Mi esposa es la cuarta entre seis alegres, generosos y laboriosos hermanos, cortados con la misma tijera en lo físico, en sus caracteres, aunque a cuál más diferentes el uno del otro, configuran un armonioso sexteto que improvisaba delicadamente los ritmos del *jazz* de las complicidades, solidaridades y ternuras de su familia.

Poco a poco, me fui atreviendo a insertar mis congas y maracas en el remanso cautivador de esas músicas, siendo muy acogido por todos, hasta que ya no hubo vuelta atrás en esa cumbia de afectos que se mantiene hoy en día, a pesar de la separación.

Mi familia de sangre era muy diferente. Casi lo opuesto. Nos queremos, somos cercanos, nos tratamos afectuosamente, también

peleamos. Pero nuestro cariño era más bien tácito, sobreentendido, nunca fuimos tan unidos ni tan decididamente cariñosos como ellos.

Por eso, ser tan acogido por ellos me generó la sorprendente sensación del bálsamo bienhechor de la pertenencia a un grupo de personas muy afines que tienen clarísimo el amor que se tienen y lo importante que es expresarlo con gestos visibles y tangibles.

*

El encanto del tono del noviazgo y la luna de miel se prolongó un tiempo en el que fuimos aprendiendo el dulce proceso de ir limando asperezas, conocernos, entendernos, apoyarnos y fundar una familia que se insertaba en otra.

Al tercer año de matrimonio, como era de esperarse y siguiendo la más cuidadosa, amorosa y delicada planificación, concebimos el milagro más sorprendente y vivificante de nuestras vidas: nuestra hija Lucía.

El embarazo fue una época en la que el tiempo se ralentizó y la creciente expectativa fue tensando las cuerdas de nuestros nervios anunciándonos, sin que pudiéramos descifrarlo, lo que vendría.

Ellas construyeron una burbuja inexpugnable de amor, unión, complementariedad y complicidad sin límites. Mi función, desde afuera, era contemplar maravillado esa hermosa y frágil burbuja y dar mi vida, si hubiera sido necesario, por cuidarlas.

Así como la tragedia de Armero y sus consecuencias significaron para mí un antes y un después, en cuanto a lo negativo; el nacimiento de Lucía significó lo mismo, en el sentido contrario. En ambas ocasiones dejé de ser el taciturno errático o confundido que daba tumbos por la vida.

Este fascinante encantamiento y sensación de estar presenciando un milagro me movió con fuerza. Me levantaba cada mañana con la energía necesaria para tragarme el mundo viendo pacientes de seis de la mañana a diez de la noche; estudiar mis lecturas de psicoanálisis, preparar y dictar mis clases y seminarios en la universidad, mientras las contemplaba a cierta distancia. Era mi manera de amarlas.

En paralelo, muy en mi interior, comenzaban a asomarse las orejas de una fuente de inseguridad recóndita: ¿cómo sería cuidar de esta niña siendo yo amputado?, ¿qué le diría?, ¿cómo reaccionaría cuando se diera cuenta de que me falta una pierna?, ¿cuál sería el mejor momento de su vida para contarle lo que me pasó en Armero?

Por nada del mundo quisiera traumatizarla o causarle un sufrimiento emocional.

*

Aquella madrugada de noviembre, el Nevado del Ruiz concentraba potencia. La luna —apenas un filo— dejaba atrás una noche casi sin reflejos.

El firmamento aguardaba callado en la oscuridad absoluta. Parecía resucitar en el umbral del cuarto creciente que nacía.

Esa diminuta orilla de luz, recién abierta, era un tributo silencioso: la promesa de que incluso el barro, en su entraña, persiste en la ocasión de la memoria.

Una burbuja, con timidez, retoza en nuestras manos.

LUCÍA

Hace poco fuimos con Lucía —quien, como yo, es meditadora habitual— a un retiro con monjes zen seguidores de la tradición de Thich Nhat Hanh. Los organizadores habían colocado sobre las almohadas tarjeticas con frases del maestro. La mía decía: "Despierto cada mañana y sonrío. Un nuevo día delante de mí. Prometo vivir con compasión cada momento y tratar a cada ser con compasión".

Así ha sido mi vida desde que Lucía llegó, como si fuera un milagro.

Desde hace muchos años, cuando comencé a leer y a seguir a Thich Nhat Hanh, he tomado muy en serio sus enseñanzas, poemas y recomendaciones; entre ellas, la de despertarme cada mañana y sonreír —no siempre se podía— y también agradecer.

La primera razón de mi vida para sonreír y agradecer, desde que Lucía existe, es ella.

Ciertamente ha habido mañanas grises en las que abro los ojos y me despierto preocupado por ella, pero la vida y los dioses me han regalado la enorme fortuna de que hayan sido pocas.

Lucía trajo soles, arcoíris y la estrella polar al cielo de mi vida.

*

Algunas semanas de mañanas sin luz, ceño fruncido, corazón arrugado y sin gratitud fueron la época en la que ella se deprimió, cuando su mamá se fue para Suecia en busca de su verdadero amor, al tiempo que la pandemia nos cobijaba con su estela de muerte.

Otras, creo, fueron cuando yo no podía romper el búnker de cristal de su mamá. Después, en la primera separación, yo sentía que Lucía me necesitaba mucho, lo que se constituyó en otra de las razones poderosas para volver con ellas. Porque uno de los matices de esas razones que evaluamos fue neutralizar un eventual impacto negativo en nuestra hija.

Yéndome más atrás en mis recuerdos, mucho antes de que todo esto ocurriera, creo que las primeras noches sobresaltadas y los despertares con un aguijón clavado en la nuca, manos sudorosas y el corazón desbocado, en relación con Lucía, ocurrieron durante el embarazo.

Recuerdo que la noche en que mi vida dio un determinante giro de consciencia fue cuando vimos y oímos, con un júbilo de marcha triunfal, la ecografía; el corazón de Lucía palpitaba vigoroso dentro del vientre de su madre.

Esa noche yo tuve una pesadilla tan inolvidable como la emoción de la ecografía. Soñé que estaba en un parque con Lucía; su mamá no estaba con nosotros. Lucía debería tener unos cuatro años y era una niña sumamente ágil, que corría y saltaba veloz y feliz, de un lado a otro por el parque.

De repente vi a lo lejos que ella se lanzaba corriendo peligrosamente hacia la carretera por la que pasaban carros a toda velocidad, yo le gritaba desesperadamente que parara, pero ella no me oía; yo intentaba "correr" moviendo la prótesis lo más rápido

posible, pero Lucía era muchísimo más ágil que yo y no la podía alcanzar.

Ella llegaba a la carretera donde pasaba un carro veloz que la atropellaba sin que yo pudiera hacer nada. Me desperté sudando, dando alaridos y preso de un llanto amargo.

*

El desafío que volvió a romper en mil pedazos mis precarias habilidades para conciliar el sueño fue: ¿cómo cuidar a esta niña hermosa, frágil e inocente, siendo yo amputado?... ¿Y si salía hiperactiva?, ¿si su rasgo era un pobre control de impulsos?, ¿si era desobediente y con excesiva rebeldía?, ¿si salía muy "física" (con una fuerte inclinación a los deportes, sobre todo los deportes extremos)? Amputado o no, ¿podré ser un buen papá para ella?

De día disfrutaba el momento presente de verla crecer dentro de la barriga de mi esposa, pero pasaba las noches en blanco visualizando peligros y urdiendo toda clase de planes de contingencia, vallas protectoras, escuadras de bomberos, niñeras karatecas y un robusto arsenal de medidas de seguridad que garantizaran el sano desarrollo de Lucía, fuera como fuera el carácter o el temperamento con el que la vida nos la entregara.

Dios oyó mis clamores e hizo el milagro de entregarnos a la niña más dulce y tranquila que puede existir sobre la faz de la Tierra. Creo que exageré en mis preocupaciones y oraciones, que tuvieron un efecto colateral no deseado ni tan bueno, que al final, como siempre, Lucía superó.

*

Una vez Lucía estaba en la mira, parte fundamental de mis motivaciones para profundizar en mis terapias consistió en un compromiso sagrado para no transmitirle ninguna de mis angustias, depresiones, taras o traumas, derivadas o no de mi condición de amputado, pero sobre todo relacionadas con las consecuencias psicológicas de lo vivido en Armero.

En la clínica donde trabajé en Alemania había tenido la oportunidad de tratar a varios pacientes que padecían traumas transgeneracionales. Ellos, que habían nacido varios años después de que la guerra terminara, presentaban síntomas psicológicos muy similares a los de sus padres —o ellos sí tenían síntomas y sus padres no— relacionados con los efectos emocionales de los horrores vividos.

Lo más impresionante era que, en muchos casos —como suele ocurrir—, sus padres no les habían dicho ni una palabra de las barbaridades que habían experimentado. Ante mi estupefacción de pichón de psiquiatra, mi profesor de ese tiempo, Eduard Häckl, habló largamente conmigo sobre su historia personal y la de sus padres y me prestó un par de libros y artículos científicos relacionados con los traumas transgeneracionales.

Al saber que estábamos embarazados, me consagré a fondo en la elaboración de mis traumas, e hice toda clase de escritos, programaciones, escenas y planos de los movimientos psicológicos, narrativas, formas de comunicación y hasta simulacros de ejercicios físicos relacionados con cualquier eventualidad al respecto, cuando ella hubiera nacido.

*

En medio del remesón vital de felicidad por el nacimiento de Lucía vi que ella era una ínfima gotica trigueña con una sonrisa innata y grandes ojos cafés como los de su madre. Al pasar de las semanas también comprobamos su tranquilidad apacible. Con mi mamá fuimos a misa y recuerdo que ella me obligó a arrodillarme para darle gracias a Dios, yo respiré profundo y sollocé dando gracias por la salud y la vida de Lucía y de mi esposa, pero, sobre todo, por su carácter.

Uno de mis cuñados de entonces bromeaba con que "Lucía había nacido con *mindfulness* incorporado a sus genes, ya aprendido". Quizá era verdad. Gracias a la protección de su madre —que, creo, después se exageró— y a mi presencia lo más sosegada posible, fue creciendo y desarrollándose plácidamente.

*

Dios me volvió a hablar, pero a través de una pequeña fatalidad significativa, con la que se completó el cuadro de su regulación motriz y emocional. Señor: creo que exageraste un poco, no tenía por qué haber sido así.

En el control de pediatría de los seis meses, se detectó un clic en la cadera izquierda de Lucía. La radiografía y el ortopedista pediátrico confirmaron el diagnóstico de una displasia moderada. La niña tuvo que usar durante más de un año y medio un corsé de Milgram, el dispositivo ortopédico —que me pareció un aparato de tortura— que mantiene las piernas abiertas, en cierto ángulo preciso, para que las caderas se desarrollen con normalidad.

Fue increíble ver cómo ella aprendió a gatear y a caminar con ese corsé. Todo ese aparataje, como era de esperarse, no causó ningún

malestar ni molestia en la tranquila y flexible Lucía, pero a mí se me arrugaba el corazón viendo cómo mi hija adorada, a la que nunca quisiera que le pasara nada, tenía que usar, como yo, una prótesis para poder andar correctamente.

¿Paradojas de la vida?, ¿cruce de cables de mis comunicaciones con el universo?, ¿una ligera exageración de Dios, que escuchó mis peticiones y pavores más profundos?

A mí no me cabe la menor duda de que esa restricción en su movilidad, en una etapa tan crucial de su desarrollo psicomotor, hizo de Lucía una mujer mucho más orientada a apreciar moverse más dentro de las esferas mentales y sociales, que en las físicas.

Por eso, no fue problema, con el paso de las semanas, ir disipando todas mis dudas e inseguridades. Pude criarla y ser testigo tranquilo del asombro de su evolución. Recuerdo la reconfortante sensación de tomar su pequeña mano y echarnos a andar por los senderos de los parques.

Ella nunca se soltó ni quiso correr lejos de mí. De ese modo descubrimos el mundo un paso a la vez, yo cojeando y ella caminando a mi lado, segura y feliz.

*

Lucía en su versión adulta hace ejercicio, va al gimnasio —hace poco corrió 10 kilómetros en solidaridad con los derechos de la mujer—, le encanta bailar y ha recorrido a pie varias capitales del mundo, en jornadas de sol a sol; pero siempre mostró predilección por sentarse a pensar, ponerse en el lugar de los otros y tratar de entenderlos a ellos y a los procesos sociales. Leer, leer y más leer. Y luego escribir.

Por eso es buena antropóloga y periodista. No pude convencerla de que estudiara psiquiatría, aunque tenía todas las cualidades para ser una magnífica psiquiatra. Como consuelo me queda la enorme satisfacción de comprobar que cada día es mucho mejor escritora que yo.

*

Mientras todo esto ocurría, y mi hija estaba con su arnés ortopédico, el helicóptero artillado del siguiente problema sobrevolaba mi cabeza: ¿cómo contarle a ella lo que me había ocurrido en Armero, sin traumatizarla?, ¿por qué tengo una pierna y no soy como el resto de papás del mundo?

Lucía nunca ha ido a Armero.

Mientras releo estas páginas tomo consciencia de que Lucía también se va a enterar de muchos detalles del accidente y de lo que pasó después, incluida la separación de su mamá, solamente cuando lea estas páginas. Antes no me atreví.

Por fortuna me han pedido, y me he decidido, escribir estas memorias ahora que ella es una criteriosa mujer de 26 años. Si ella hubiera sido más niña o adolescente, no habría escrito este libro jamás.

Habría seguido guardando la mayoría de estos secretos que ahora cuento, con los filtros de la poesía, de primera mano.

*

Cuando era niña, nos inventamos la estrategia de la fantasía y el juego, siempre cambiante al vaivén los brincos que daba en su

desarrollo. Con la ayuda de su mamá, hicimos algo parecido a lo que se hace al explicarles a los niños sobre la sexualidad.

Le inventé muchos cuentos sobre mí o sobre personajes que se parecían a mí, sin llegar a nombrar a Armero. Una de las historias que más recuerdo fue la del dragón que duerme debajo de las escaleras eléctricas de los centros comerciales.

Ese dragón, le decía, se despierta cada cien años, abre su boca suavemente y muerde la pierna de un niño, sin causarle dolor alguno, generando en ese mismo instante el nacimiento de una maravillosa y hermosa hada madrina que protege a ese niño y a sus familiares de todo peligro, además de enseñarles juegos y recetas de cocina.

—¿La viste pasar?

—No, papi… ¿dónde está?

—Estaba aquí, escuchándonos, pero ya se fue muerta de la risa. Es que el hada cambia de forma y a veces se vuelve invisible, pero no te preocupes, siempre va a estar atenta a protegerte.

El hada nos enseñó a los dos, entre tantas cosas, el amor por el cine y la literatura, que siempre acuden en nuestro auxilio cuando más las necesitamos.

En 2003, Disney Pixar estrenó, para nuestra fortuna, la película *Buscando a Nemo*. Es la historia de un pez payaso padre quien pierde a su pequeño hijo Nemo, un personaje discapacitado porque tiene una aleta más pequeña que la otra —fruto del ataque de una barracuda, que se tragó a su mamá y a sus hermanitos—.

¿Se ve el paralelo? Desde esa película yo me volví un Nemo para Lucía. Creo que la vimos unas mil veces y ella era fascinada viendo

como el pececito podía vivir una vida normal, a pesar de tener una aleta corta, como mi pierna.

Hicimos muchos juegos y dramatizados con los personajes de la película, muchos de ellos en la piscina del Gimnasio Moderno, donde ella tomaba clases de natación mientras yo hacía práctica libre.

Tengo la impresión de que, al final, todo este esfuerzo valió la pena y Lucía creció sintiendo que tenía un papá normal y amoroso a su lado, al que le faltaba una pierna, pero eso no era ningún impedimento para que la cuidara y jugara con ella.

Quizá pensaba algo como… "esas historias que me cuenta sobre él mismo son muy raras ¿qué le habrá pasado en realidad?…No importa, yo lo quiero así".

*

Después de aquel 13 de noviembre terrible pasó mucho tiempo antes de que la volviera a ver o a saber de ella. Por muchos años perdí su contacto, aunque tuve algunas pistas de su historia porque conocidos en común me contaron lo que le había pasado. También quedó enterrada en Armero y no perdió una, sino sus dos piernas. Supe que viajó a Estados Unidos para la rehabilitación, que se consiguió un carro adaptado a sus necesidades, que se especializó en salud ocupacional, que es muy admirada y querida por sus colegas y pacientes. Estoy hablando de la increíble Rosa Helena Solano.

Un día, en medio de una casualidad inverosímil, nos cruzamos en el camino. Estaba nadando como una sirena en la piscina del colegio Gimnasio Moderno. Me resultó difícil creer la escena que veía. Por un instante dudé que pudiera ser ella, ataviada con gorro, gafas y una

impresionante aleta plástica, que partía de sus caderas y que le permitían moverse como pez en el agua.

Me acerqué al carril donde estaba nadando y esperé a que acabara su rutina. Me saludó con la naturalidad de los viejos amigos, como si nos hubiéramos dejado de ver la semana pasada. Se notaba que era una mujer feliz.

Rosa Helena me contó rápido algunas cosas sobre ella, antes de que los ayudantes de la piscina le quitaran la aleta que reemplaza sus piernas en las jornadas de nado. Cuando concluyó el proceso, la tomaron por los brazos, la alzaron y la colocaron sobre su silla de ruedas. Entonces ella se dirigió con agilidad y presteza hacia el camerino.

La vi varias veces en ese mismo lugar. En algunos de esos encuentros pudimos conversar un poco más largo sobre nuestras vidas. Le guardo aprecio y, sobre todo, una admiración enorme. Ella es el ejemplo más vivo de resiliencia que he conocido. Como yo, rehízo su vida y su trabajo, y ha vivido feliz. Es muy discreta —contrario a lo que a mí me ocurre— y no le gusta hablar en público de su experiencia y el camino que inició como una gran tragedia y ahora es un inmenso ejemplo.

*

¿Cómo hablar con un hijo de tres o cuatro años de las desgracias que le han ocurrido a sus padres o abuelos? La mayoría calla para siempre. Así lo hicieron casi todos los padres de mis amigos alemanes. ¿Es mejor callar? En contados casos, sí; la mayoría de las veces, no.

Depende de la madurez psicológica que los padres hayan logrado alcanzar frente a lo que les ocurrió, existiendo en cada historia ángulos muy filudos que no vale la pena compartir.

La intimidad del sufrimiento es tan personal como la intimidad sexual. Para los detalles más escabrosos de mi historia yo esperé hasta este momento y me parece bueno que Lucía los sepa ahora, cuando es una mujer adulta y tiene todas las herramientas mentales para guardar la distancia, ver diferencia de su historia y la mía, y no dejarse traumatizar.

También se los puedo contar desde la perspectiva de que he aprendido mucho sobre lo que me pasó y no lanzando hechos crudos, sin elaboración, o, lo peor, desde la visión de la víctima metida en el hueco de las culpas, disculpas o los reproches.

Cuando los sobrevivientes —yo prefiero que nos llamemos *los protagonistas*—, logramos crear estas circunstancias dentro de nosotros, nuestros hijos deben saber, de adultos, muchas de las vivencias adversas por las que pasamos, de tal manera que las integren en su biografía, aprendan también ellos sus lecciones, rompan el karma, quiebren el círculo y procuren crecer y ser mejores seres humanos por la fuerza esclarecedora de las circunstancias de sus antepasados.

Para que los efectos de esta compleja y necesaria conversación entre adultos funcione, el trauma debe estar lo más integrado posible y resuelto en los padres. Es la única manera de que ese difícil diálogo sea de resiliencia y crecimiento; de lo contrario, será de autovictimización, culpa y trauma transgeneracional.

*

Sin proponérnoslo conscientemente, Lucía, por su simple presencia iluminadora y motivadora, me ha ayudado a hilar mejor algunos elementos dispersos de la colcha de retazos que es mi vida. Por ejemplo, mi paso por Alemania y la relación con Johanna.

Y es que resultó determinante que —en una de las decisiones más sabias, aunque casuales, que tomamos con nuestra hija—, la inscribiéramos en la sección alemana del colegio Helvetia, de Bogotá, regentado por el Ministerio de Educación de Suiza. Tuvo, entonces, una educación con una fuerte carga cultural, conceptual e ideológica europea.

Fue una maravillosa experiencia formativa —aunque incluyó el *bullying* de los hijos de algunos suizos que se fueron contra los colombianos vulnerables—, que amplió y profundizó su horizonte hacia la sensibilidad artística, las diversidades culturales y el pensamiento crítico e independiente.

Yo, fugazmente, había conocido ese entorno en Alemania.

Entonces, esa cercanía nos sirvió de impulso para reactivar el vínculo con Johanna, su esposo Peter y sus hijos Leo y Elena, quienes estaban por las mismas edades de ella.

Lucía fue a visitarlos por primera vez cuando tenía nueve años, en un viaje que le amplió el mundo de un modo increíble. Cuatro años después regresaría para participar en un intercambio académico de seis meses, en el mismo colegio de sus ahora hermanos alemanes, quedando marcada para siempre.

Todo ese aprecio y cultivo de Lucía por lo alemán y europeo me permitió, más allá de repasar y mantener vigente el idioma, las comidas y algunas costumbres, volver a pensar sobre mi experiencia

de rehabilitación allá, la relación con Johanna, los problemas, aprendizajes y la decisión de regresar a Colombia.

*

Cuando Lucía regresó del intercambio en Alemania era otra en muchos sentidos. Más ella, definida, clara y fuerte. Con tres atributos que antes no se destacaban tanto: su gusto por la música, su convicción profunda por el cuidado del medio ambiente y una sólida militancia feminista (quizá por influencia de Johanna).

Con sus velas infladas por el ímpetu de la adolescencia, que todo lo desafía, comenzó a dispararle a mi machismo desde todos los flancos, llevándome más de una vez a emboscadas ideológicas y prácticas que dejaban desarmado, ridículo y sin argumentos al patriarca que yo llevaba adentro. No tuve otra opción que pasarme a su bando, preso del convencimiento y porque comprendí que no había una mejor manera de minar críticamente al macho latino que también me habitaba.

Era el proceso de amarla respetándola y sin tratar de imponerle nada. Tuve que esforzarme por entender y amar la complejidad de su feminidad, su libertad y sus derechos, y hacerlo hasta las últimas consecuencias, comenzando por los más pequeños detalles cotidianos. Es un proceso que ha contribuido a hacerme una mejor persona.

*

Un hito decisivo en mi relación con Lucía fue cuando ella, ahí sí siguiendo mis pasos, se deprimió después de que su mamá se fue

para Suecia y, pocos meses después, comenzó la pandemia, con sus deprimentes y aterradoras cuarentenas.

La sorpresa de la intempestiva, pero —digo yo— calculada decisión de su madre de irse a otro país, nos tomó en un momento de aparente calma después de la tempestad inicial que supone toda ruptura.

Alquilé un pequeño apartamento en Chapinero Alto y estábamos conviviendo juntos la mayor parte del tiempo. Lucía estaba haciendo su práctica universitaria en periodismo, en un exigente medio alternativo de noticias. Cuando su mamá se fue, se quedó a vivir conmigo del todo. Llegó el covid-19 con su estela de muerte y ella se deprimió.

Convivimos varios meses estrechamente con su depresión y nuestros gatos en ese pequeño apartamento, rodeados de muerte, zozobra y ansiedad. Entre las situaciones adversas por las que un ser humano puede atravesar se encuentra la de padecer algún problema de salud mental o cualquier otra enfermedad grave.

Un par de escalones abajo, en esa montaña hermosa llena de desafíos que es la vida, está la situación de convivir estrechamente con un familiar cercano con algún problema de salud mental.

Mi paradoja y aguja cortopunzante es que —por desgracia o fortuna— soy psiquiatra y la depresión de Lucía me metía en un nudo imposible de desbaratar. Lo importante, lo primero en la lista de prioridades, era ella y sacarla adelante, lo cual, a la postre, fue posible con creces.

*

He explicado en otros textos los impactos que la pandemia dejó en mi vida, la mayoría de ellos, por fortuna, positivos. Después de que toda la crisis en medio del covid-19 se resolviera a favor de nosotros, comprobamos además que todo fue una fuerte escuela de compasión y autocompasión, en especial, por Lucía y por su proceso.

Sin embargo, cuando veíamos en la televisión —que después suprimimos de común acuerdo—, las impactantes escenas de los camiones del Ejército italiano cargados de cadáveres, a la espera de ser cremados en municipios distantes, pensé: no me puedo morir de covid y dejar a Lucía deprimida, huérfana de padre y con su madre en otro país. Extremé las medidas de autocuidado.

En los meses de cuarentena dura, enfatizamos nuestras prácticas de yoga, meditación, lectura y pasatiempos como *Scrabble*, ajedrez y las larguísimas charlas sobre el sentido de la vida.

Pero entré en hipomanía (otra vez) y hubo días en los que trabajaba virtualmente de seis de la mañana a diez de la noche. Atendía pacientes de todas las edades y localizaciones geográficas, estudié todo lo que pude sobre el trauma psicológico, incluida la formación en EMDR y las terapias psicodélicas.

Escribí un libro de bienestar y resiliencia para los médicos, sin perder de vista, ni un segundo, la salud mental de Lucía.

Uno de los proyectos que más me enorgullece de la época de pandemia, además de apoyar el proceso de Lucía, fueron las 550 noches ininterrumpidas, durante 2020 y 2021, de meditaciones guiadas gratuitas en las que participé al lado de otro Quijote de la psiquiatría: Elkin Llanez Anaya, quien me había enseñado las

bondades del EMDR, cambiándome la forma de ver el trauma psicológico.

Elkin me invitó a contribuir, como facilitador de la Fundación Mindfulness Colombia, en espacios de meditaciones guiadas gratuitas a todo el que quisiera participar. Hubo momentos en los que tuvimos más de 500 personas de diferentes países conectadas por la aplicación Zoom.

Creo que paralelamente a la regulación emocional que les aportamos a los participantes, está el sosiego que esa actividad milagrosa nos proporcionó a nosotros, los facilitadores, dándonos una profunda sensación de solidaridad y de sentido de la vida.

La salud mental de Colombia le está debiendo un monumento a Llanez Anaya.

*

Años después me topé con Hernán Bobadilla Garzón en la puerta de entrada de uno de los salones del Congreso Nacional de Psiquiatría, en Cartagena. Ambos tratábamos de entrar, apresuradamente, a una sesión sobre el uso de psilocibina en la depresión refractaria.

A la salida, le pregunté por qué tenía tanto afán de entrar a esa conferencia. Hernán me tomó del brazo y me llevó aparte para contarme en voz baja:

—El cuento es más largo, pero te voy a hacer un resumen ejecutivo, Arielito: conocí un caso de una depresión terrible el año pasado. Jorge Dávila la trató con tres esquemas diferentes de antidepresivos y la paciente seguía mal, muy mal. Lo único que la sacó adelante fue la psilocibina.

*

No hay una situación que genere más tensión para cualquier psiquiatra que tener que atender al hijo de un colega. En el caso de mi hija, me esmeré en sostener el proceso desde afuera, confiando, sin interferir, olvidándome de la psiquiatría y funcionando simplemente como padre, sin molestar a los colegas, pero sin quitarle el ojo de encima a Lucía, sobre todo en los angustiantes primeros meses.

Nunca olvidaré mis densas sensaciones. Me esforcé al máximo para aplicar todo el *mindfulness*, la autocompasión y la cordura de la que era capaz, haciendo de tripas corazón para escucharla con la mayor calma posible, olvidándome de la psiquiatría y tratando de ser el papá más amoroso y contenedor posible.

*

Gracias a Dios, a los esfuerzos de sus terapeutas y a los de ella misma, al *mindfulness* y a las oraciones de mi mamá, todo salió bien.

Me he preguntado mil veces: ¿qué le ocurrió?, ¿cuál fue mi responsabilidad en esa crisis?, ¿mis genes depresivos se manifestaron en ella con mayor fuerza que en mí?, ¿se vio demasiado presionada por mis altas expectativas sobre ella?, ¿le fue muy difícil asimilar el distanciamiento de su madre, que reeditó en ella otros traumas?, ¿la sobrecargué con mi tristeza profunda?, ¿todas las anteriores?

Varias veces me ha dicho: "Papá, déjame. Yo vivo mi propia vida, no todo tiene que ver contigo".

Una lección más para respetar su privacidad, su individualidad distinta, alejada de mí y con su sagrado derecho a la privacidad y al secreto.

*

Algo presagiaba la ruptura del tiempo cuando el aire de la tarde arrastró más cenizas como plumas diminutas: el redoblar de un tambor lejano, apenas perceptible, una campana rota que silbaba entre los montes.

Susurraba el espino el eco de un pacto inmemorial: sístole, la contracción, el impulso, la exhalación ígnea, cuando las fuerzas internas empujan el magma hacia la superficie, generando presión.

Diástole, la expansión o desahogo, cuando las cámaras se llenan lentamente, acumulando energía en la inhalación profunda de la Tierra.

¿Es que acaso no sueñan los ríos con alcanzar la plenitud del mar?

RE-CAER

Finalmente, después de mucho sufrirlo, terminé de subir la empinada y espinosa montaña de volverme psicoanalista. Quizá como una expresión del desinterés que se respiraba entre nosotros, en casa no hubo mayores celebraciones ni reconocimientos, ni yo tampoco hice demasiados aspavientos.

De repente, en una muestra de reconocimiento, para mí inverosímil, un par de colegas lejanos que eran directivos del Departamento de Psiquiatría de otra universidad, que me habían oído hablar en una conferencia de mi paso por Alemania y del enfoque de mis profesores frente a la psicoterapia psicoanalíticamente orientada, me invitaron a hacer parte de un posgrado en psicoterapia que ellos estaban organizando.

Era uno de los trabajos que siempre había soñado y la paga era mejor que las horas cátedra que dictaba en el Rosario. La universidad apoyaba decididamente la investigación y los alumnos eran un grupo sorprendente de entusiastas psiquiatras jóvenes y psicólogos que estaban convencidos hasta los tuétanos y motivados por aprender las minucias teóricas y técnicas de la psicoterapia psicoanalíticamente orientada.

Esa dicotomía entre el psicoanálisis ortodoxo y la psicoterapia psicoanalíticamente orientada, que en Alemania estaba ampliamente

superada, aquí, por esa época, seguía siendo objeto de rechazos, burlas y discriminaciones en el mundillo psicoanalítico. Lo único reconocido y válido era el psicoanálisis ortodoxo, cuatro sesiones por semana, el paciente acostado en el diván, todo lo demás era considerado basura y traición.

*

En esa época, entre las alumnas había una atractiva, entusiasta, muy crítica y risueña psicóloga que se destacaba entre sus compañeros por la calidad de sus argumentos en la presentación de los casos clínicos, así como por sus análisis de las lecturas sugeridas. En las discusiones defendía sus puntos de vista con apasionamiento y claridad.

Igual que yo, ella también llegaba unos quince minutos antes que el resto de la gente a las clases, lo que daba ocasión para aclarar dudas o comentar puntos de vista tratados, y en esos espacios pronto comenzamos a hablar de temas personales; me hacía sentir bien que ella se interesara tanto por mi paso por Alemania.

Más adelante me contó que le estaban gustando tanto los contenidos de las materias, que había decidido utilizar la técnica que estábamos enseñando para su trabajo en una maestría que hacía, en paralelo, en otra universidad. Me pidió ser el tutor de su tesis. Investigar en psicoterapia era otro de mis sueños frustrados desde que había regresado a Colombia.

Unos ocho meses después me estaba acostando con ella.

Un par de meses antes me llevó en su carro hasta mi apartamento, después de una de nuestras sesiones de trabajo en su tesis. Al despedirse me sorprendió con un beso en la boca al que yo

no me resistí demasiado. Nos arropó un largo silencio que yo rompí diciéndole que ella sabía que yo estaba casado y ella me respondió diciéndome con desfachatez que lo sabía, pero que no le importaba. "Nadie es dueño de nadie", afirmó.

Después de otro silencio que sentí como agujas que se clavaban en mis carnes, me bajé del carro sin despedirme en medio de una fuerte lluvia. Tan perceptiva como siempre ha sido, mi esposa notó enseguida que algo me pasaba y al preguntarme qué era, la eludí con un simple "nada". Preguntó quién me había llevado en medio de un aguacero tan fuerte y le dije que había tomado un taxi.

Esa noche no pude dormir pensando en lo que había ocurrido y temiendo —¿deseando?— lo que podría ocurrir. El desvelo me trajo el recuerdo de un episodio que había marcado mi infancia.

Cuando yo tenía doce años, mi papá me llevó como acompañante en una de sus correrías de trabajo de varios días por diferentes pueblos de Boyacá. En Sogamoso se unió a nuestro grupo una mujer joven a quien yo no conocía, que tenía especial cercanía con él.

Me sentía muy incómodo, en el asiento de atrás del carro, escuchando cómo hablaban sin parar de temas de trabajo que yo no entendía, con lo que deduje que se conocían de tiempo atrás. Ella ponía su mano sobre el muslo de mi papá o le acariciaba el cuello sin el menor recato. Era evidente que no era la primera vez que lo hacía. En las noches, en el restaurante, después de la cena, se quedaban hablando con mucho entusiasmo de temas aburridos para mí y yo prefería subir a la habitación, vencido por el sueño. Mi papá subía a acostarse varias horas después.

En el viaje de regreso, ante mi pregunta, mi papá me explicó que tenía una amistad muy especial con esa señora, pero que él quería

mucho a mi mamá y a nosotros y por nada del mundo nos dejaría. Al final del viaje me pidió que, por nuestra amistad, no le contara a mi mamá nada de lo que había visto. Así lo hice. Frente a mi mamá nunca me sentí cómodo guardando ese secreto, pero frente a él sentía que atesoraba algo muy importante de nuestra relación de hombres, con algo de mi identidad de macho latino en juego.

Con las luces que da el ser escuchado, y luego confrontado con respeto y atención por un terapeuta experto —en mi caso, Luis Yamín—, vine a descubrir después que mi error principal fue no haberle dicho a mi esposa, en ese instante, antes de que todo pasara, lo que estaba sintiendo por la alumna.

¿Era como traicionar a mi papá y develarle el secreto? La ilusión de un pasado mejor me hace pensar que de ese modo habría evitado causarles muchos dolores a ellas y también a mí.

Pero, fatalmente, no tuve esa valentía.

*

Ya todo estaba consumado y mi esposa, Rosario, tenía una gran intuición de lo que estaba pasando. Hasta que, por fin, me armé de valor y le conté sobre el pantano de confusión en el que estaba sumergido. Le dije que no sabía del todo si era un error, que tratáramos de pensarlo con calma y que miráramos si podríamos volver a comenzar.

Furiosa y terriblemente dolida, me pidió, por primera vez, que me fuera del apartamento.

*

Mientras la ilusión de la relación paralela se desboronaba con la misma velocidad que se formó, no sabía qué pensar o sentir. Dejé de escribir. Pasaba las noches en blanco rumiando soluciones o expiaciones de las culpas.

Un día me levantaba queriendo volver con mi esposa; al otro, quería estar con Lucía; y, al siguiente, quería estar en la Patagonia o en la estepa rusa. Mi cabeza era un laberinto oscuro y resbaloso que podía poner en riesgo la ecuanimidad y objetividad necesarias para tratar a mis pacientes.

No tuve otra alternativa que llamar nuevamente a Luis Yamín Habib para retomar el psicoanálisis que había dejado inconcluso. En esta segunda temporada de mi tratamiento, Yamín se fue más a fondo y centró el foco de su atención en el impacto de mis heridas narcisistas sobre mis conductas y mis decisiones.

A la Jean Paul Sartre, no importa tanto lo que me haya ocurrido en la vida, lo que la vida haya hecho de mí, sino lo que yo haga con lo que la vida ha hecho de mí.

La hipótesis, comprobada, de Yamín era que la elaboración —el cuentico que me contaba— de que lo que hice con mi esposa se debía a que ella, al haber construido lo que yo denominaba el "búnker de cristal", me lanzaba un manto de duda, un menoscabo, con consecuencias en la forma como me veía a mí mismo, me trataba o, incluso, me nombraba.

Esa era la capa superficial reciente, más abajo estaba la placa tectónica inestable por las fisuras sobre mi identidad que la erupción, la amputación y mi paso por Alemania habían dejado en los profundos cimientos de mi arquitectura psíquica.

¿Todo ese veneno que yo me estaba inyectando había menoscabado mi identidad psicológica profunda y mi valor como persona?

Fue el momento de preguntarme ¿quién soy yo realmente?, ¿cuál es (o era) la imagen psicológica que tenía de mí mismo?, ¿qué me hace único?, ¿qué me hace realmente valioso como persona?

Aquí estoy haciendo referencia al complejo concepto psicoanalítico del narcisismo, cuyo nombre fue tomado por Freud del mito griego del personaje que muere ahogado en un estanque por ir tras la imagen de su propia figura, reflejada en la superficie del agua y de la cual él se había enamorado.

Esta teoría, aún dentro del psicoanálisis, tiene muchas vertientes. Personalmente, sigo la del psicoanalista francés André Green, explicada en Colombia ampliamente por Simón Brainsky, quienes, en resumen, afirman que el narcisismo hace parte de la personalidad de todos los seres humanos y que lo hay normal, adaptativo y patológico. Este último, cuando se exagera; además, existen distintos grados de esa exageración y, por lo tanto, convirtiéndose en una patología.

El caso es que, el taladro de mi mente, accionado por Yamín, seguía sondeando las dudas más profundas. ¿Era esta debilidad psicológica anterior a la catástrofe y resultó exacerbada y reactivada después por el distanciamiento normal que tuve con mi esposa al nacer Lucía?, ¿hasta qué punto intenté sanar en falso tal debilidad psicológica consiguiéndome una amante para quien yo era —delirantemente— un hombre perfecto, completo y dotado de un sinnúmero de cualidades?

El diván y la cabeza de Yamín aún deben estar humeando por el esfuerzo mental y emocional que requerimos para dilucidar todas estas encrucijadas. Como los mineros chilenos, las respuestas fueron emergiendo una a una. Movimos mucha tierra para lograr reasentar las bases de mi identidad.

Es una historia con bases sólidas y remates inacabados de construcción continua que los tramos y los materiales de la vida han ido poniendo sobre el terreno y que he ido descubriendo e integrando al armazón general. La siempre cambiante vida que se prolonga da giros o se contrae.

No fue lo que mi esposa me hizo o no, o lo que yo le hice a ella. Tampoco había sido lo que el volcán me había arrebatado.

Ha sido y es lo que yo he hecho dentro de mí con esos capítulos de la novela de mi vida. El cuentico que me cuento. El cuentico cuyo parlante se activa solo y comienza a hablarme cuando estoy en la ducha o voy distraído, prisionero, en medio de un embotellamiento del tráfico.

¿Qué dice ese cuentico sobre mi amputación?, ¿me describe esa voz interior como un ser inferior?, ¿me habla de mi insuficiencia como esposo y de mi ausencia como padre?, ¿me dice que soy una equivocación?, ¿me califica como un defecto?

En la época previa a la infidelidad y a la primera separación matrimonial, frente a la imposibilidad de abrirle un agujero al búnker de cristal, yo me repetía el cuentico —fruto de la coreografía que idee junto con Rosario— de que yo era bruto, inútil, inexistente, equivocado, fuera de foco e ilusorio.

¿Por qué me decía eso?, ¿por amputado?, ¿por no haber podido romper el cristal del búnker?, ¿por lo que mi esposa me decía o yo

creía que me decía?

Me lo estaba creyendo hasta que me inventé la solución ficticia de la amante con la cual pretendí echarme un cuento, igualmente ilusorio, pero de valencia contraria

¿Cuál era entonces el verdadero Ariel?

*

Buenas tardes, señoras y señores, con ustedes el amputado de Armero, que se llama Ariel Alarcón Prada.

Buenas tardes, señoras y señores, con ustedes el pobre amputado de Armero, que se llama Ariel Alarcón Prada.

Buenas tardes, señoras y señores, con ustedes un pobre amputado de Armero… ¿Cómo es que se llama?

Buenas tardes, señoras y señores, con ustedes el psiquiatra cojito… ¿Cómo es que se llama?

Por momentos, en el remolino que es la vida, me he llamado y me he sentido de todas estas formas y de algunas peores. Por eso he necesitado tantas terapias.

*

Una vez una amiga alemana de Lucía, que se llama Heinrichete Schwatrztiefbergen —a quien todos, por obvias razones, llamábamos Hei— nos contó una anécdota. Realizaba un recorrido en bus por Suramérica, y en el Perú tuvo que comprar un nuevo tiquete que resultó ser personalizado y lo expedían con el nombre propio del pasajero. Cuando el taquillero le preguntó su nombre, obviamente no entendió la respuesta. Repitió la pregunta cuatro veces, con idéntico resultado. Al final, escribió en el tiquete cualquier cosa y se

lo entregó. Hei se subió al bus feliz porque le habían entendido. Avanzado el recorrido, tuvo curiosidad por la ortografía del taquillero y se encontró con lo que él había escrito: María Beltrán.

*

Yamín me enseñó que en la generación de una imagen de mí, en la otra persona, lo más importante es cómo yo me proyecto ante ella, con qué actitud, con qué identidad. Y esa actitud depende de mí, pues soy yo quien la crea, con la consciencia, honestidad y claridad que pueda tener sobre los cuenticos que me cuento.

Si el psicoanálisis produjo en mí algún efecto salutífero, que produjo cientos, yo diría que fue, por la luz que trajo a mi consciencia, que yo, a partir de él, nunca más me identifiqué a mí mismo como el pobrecito amputado de Armero.

*

Me lo pregunté muchas veces durante mi psicoanálisis y me lo he seguido preguntando después: ¿qué me hace a mí ser yo? ¿Qué me hace único? ¿Cuál es la chispa divina y exclusiva que me da mi identidad? Ya vimos que lo de Armero y la amputación no son lo que me define. ¿Qué es entonces lo que me define?

Siento que la respuesta tiene muchas aristas y, además, a veces se modifica en aspectos secundarios. Me atrevo a decir que, en mi caso, la sabia de lo que soy se nutre de raíces y diversas fuentes. Por un lado, mi genética y los cuidados de mis padres en mis primeros años. A esto se le suman los años escolares, mi paso por la facultad y lo que yo venía haciendo conmigo antes de Armero. Luego, mi experiencia en la catástrofe, Alemania y todo lo que vino

después. Las mujeres que he amado, las terapias que he hecho, mi hija, mis pacientes, mis gatos, los libros que he leído y he escrito.

Pero, lo más importante, lo que realmente me define y me hace único, es lo que yo he hecho con todo esto que me ha ocurrido. La forma como he asimilado los golpes y las fortunas que he tenido en mi vida. Nadie ha vivido ni podría vivir la vida interior que yo he vivido. Solo puedo hacerlo yo. Y, ahora, puedo decir que, después de todo, soy muy feliz de ser yo.

*

Volviendo a mi esposa, la primera separación fue una gran paradoja —completamente innecesaria—, que destrabó el mecanismo, movió los piñones en nosotros y creó un nuevo cataclismo que a la postre resultó aleccionador, cuando las cicatrices cerraron.

Todos —los tres de la familia— sufrimos por culpa mía. No debimos haber padecido, no tenía ninguna lógica sana. Convencido como estoy de que la letra con sangre no entra, en esta ocasión —excepto por un punto decisivo que nos quedó mal anudado—, al final, todos aprendimos. La agresión brutal de la infidelidad tuvo el efecto colateral benéfico de que logramos, desde adentro y afuera, romper el búnker de cristal.

El año que estuve por fuera de la casa sirvió para que, cada quince días, viviera un fin de semana de 48 horas continuas al cuidado de Lucía. Fue en ese tiempo cuando pude, por fin, comenzar a construir una relación uno a uno con mi hija, sin filtros. Para mí fue tan hermoso y formativo, como retador. Feliz, pero asustado, tenía que generar un espacio en el que ella se sintiera cómoda y por eso inventaba programas para que estuviera contenta.

Así pude conocerla bien y que ella me conociera tal como soy. Fue en ese momento cuando comenzamos tres de las actividades que definen nuestra relación y que se mantienen hasta ahora. Hicimos el pacto tácito de siempre leer un cuento antes de dormirnos.

El segundo placer compartido era el de inventarnos cuentos o historias, a veces, después de las lecturas. Nos gustaba mucho imaginarnos qué habría pasado si, en lugar de la historia leída, cambiara tal o cual circunstancia, lugar o personaje. Así hilábamos nuevos relatos con elementos que cada uno ponía en juego a ver si funcionaban. Muchas veces era ella la que concluía: "No, papá, esa historia está muy loca". A lo cual yo contestaba: "Mientras más loca mejor". Ese se convirtió en el juego favorito en nuestros paseos, en las travesías en carro por la ciudad o en las dolorosas llamadas por teléfono de los martes y los jueves.

El otro placer era el de maravillarnos con la desbordante creatividad humana que experimentábamos extasiados cuando nos sumergíamos en la sección para niños de las bibliotecas públicas de Bogotá, donde pasamos felices las tardes de sábado.

Con el apoyo de mi mamá, también aprendimos a disfrutar las recetas culinarias. Eran sencillos momentos que producían efectos sorprendentes. Una sana costumbre que hemos venido complejizando y enriqueciendo hasta nuestros días, en los que somos felices embarcándonos en sofisticados potajes de exóticos ingredientes que requieren varios días de cuidadosa preparación.

*

Mi secretaria rompió el estricto protocolo de no interrumpirme nunca en medio de una consulta, para decirme que mi hermana me había

llamado varias veces porque algo le había pasado a mi papá.

Quien estaba al teléfono no era mi hermana, sino Íngrid, su mejor amiga; me dijo que no sabía nada, pero que, por favor, me fuera para la clínica Palermo porque mi papá había sufrido un accidente y lo iban a operar.

Corrí lo que más pude y a la entrada de urgencias la recepcionista me dijo que *el cuerpo* del señor Alarcón estaba en un cubículo al fondo del pasillo. Entré y vi a mi papá impecablemente vestido —como siempre—, recostado sobre una camilla.

Estaba lívido y despeinado, con los ojos cerrados. A su lado, tomándole su mano, de la que no se despegó ni un momento, estaba mi mamá llorando y rezando el rosario. "Se nos fue", dijo al verme. "Se nos fue, Arielito, se nos fue…. Dios se lo llevó", empezó a gemir entre sollozos. Yo no entendía nada, pero me fundí con ellos en un abrazo triste y final.

A mi papá le había dado un infarto fulminante en plena calle cuando iba para una cita de negocios. Un taxista, que lo vio caer, lo subió a su carro y lo llevó a esa clínica. Al llegar, ya no tenía signos vitales.

El fin de semana anterior él había estado particularmente afable y cariñoso conmigo. Mientras disfrutábamos del tradicional ajiaco del domingo, previo a la transmisión de un partido de fútbol, me había dicho:

—Hijo: estás muy flaco y pálido. ¿No has pensado volver a tu casa? Llámala, yo creo que ella te perdona. No eres ningún criminal.

*

La siguiente sesión de psicoanálisis fue una de las más conmovedoras que tuve a lo largo de todo el proceso. Apenas me recosté sobre el diván le dije a Yamín:

—Mi papá murió el lunes.

Permanecimos en silencio toda la hora. Él no necesitó ninguna palabra para demostrarme su presencia, consideración y afecto. Yo aproveché ese increíble marco contenedor para repasar, con una calma triste, los pasajes más significativos de mi vida con mi papá, con quien había tenido tantas diferencias, pero también tanto amor.

*

En la siguiente sesión me propuse firmemente reconquistar a mi esposa. Pensé en las enormes diferencias que mis papás habían tenido siempre entre sí —infidelidades de mi papá incluidas—, y nunca se separaron. Eran otras épocas, es verdad, pero creo que, de haber vivido la vida actual, ninguno de los dos habría optado nunca por la separación.

Sorprendentemente, ella me aceptó una invitación a un café, humildemente reconocí mis errores, la forma como la había vulnerado y le expliqué qué proponía hacer para repararla, atendiendo sus demandas.

Le relaté mis reflexiones sobre la historia de mis papás, a las que me había llevado la muerte de mi papá, junto con un resumen de lo trabajado en los arduos meses de psicoanálisis. En una muestra de generosidad y de amor, me abrió la puerta a una segunda oportunidad, no sin antes pasar por una terapia de pareja y otras muy largas conversaciones difíciles para explicar y entender en el intento de trazar nuevos rumbos.

Hicimos todo con cuidado y sin afanes, nos tomamos unos meses para tener un segundo noviazgo y una segunda luna de miel, otra vez en Cartagena. La noche del 11 de septiembre del 2001 volví a dormir a su lado y, al día siguiente, a desayunar con ella y con Lucía.

Esa noche fuimos a cenar al apartamento de uno de sus hermanos. Todos estaban contentos de vernos juntos de nuevo y, al mismo tiempo, apesadumbrados por las noticias.

"El mundo nos necesita unidos", dijo sabiamente mi suegra, mirándome a los ojos. Más tarde, después de amarnos, nos abrazamos pensando en las paradojas de la vida. Ahí estábamos nosotros tratando de reconstruir y relanzar nuestras vidas y nuestra familia, mientras el mundo se caía a pedazos.

Después de un rato de no poder dormir por el ruido de las preguntas sobre la humanidad, encendimos la televisión internacional para volver a ver las desgarradoras imágenes de las gigantescas Torres Gemelas desmoronándose en llamas.

Hablamos de que, quizá, estábamos inmersos en una más de las constantes paradojas a las que nos tenía acostumbrada la vida: nosotros —como tantos seres humanos alrededor del planeta— tratando de seguir el impulso natural de encontrar la mejor manera de amarnos de nuevo; mientras, al mismo tiempo, en otros lugares, otros seres humanos, recargaban sus odios y relamían sus venganzas buscando la mejor manera de hacer sufrir lo más posible a otros, culpables o inocentes.

A la mañana siguiente, Lucía nos despertó metiéndose en la cama, armada con una espátula, para invitarnos a hacer, entre todos, los inolvidables e irrepetibles *pancakes* de avena y arándanos. También había una sorpresa especial para mí: tamal tolimense.

*

Fue así como nos embarcamos en la reconstrucción de nuestra vida en pareja y familia. También iniciamos el camino de ser, de verdad, un hombre y una mujer adultos responsables. Formamos el más perfecto e inexpugnable triángulo equilátero para cuidar el desarrollo de Lucía.

Cierta holgura económica nos permitió la maravillosa aventura de viajar varias veces por América y a Europa. Reaprendimos a querernos, tolerarnos y apoyarnos en nuestras debilidades y miedos. Volví a entrar, más de lleno, en su familia, haciendo que sus hermanos y sus parejas se convirtieran en los míos y los hijos de ellos en míos también. Nunca hubo el más mínimo reproche, todo lo contrario: acogida, ternura y solidaridad sin límites.

Los 20 años que siguieron junto a ellas dos han sido, de lejos, los más estables, tranquilos y definitorios de mi vida. A partir de ese *nosotros,* consolidé mi *yo.* Creamos rutinas de quehaceres y cientos de simples aventuras cotidianas que daban cuenta de nuestro estilo familiar; de la ideología, costumbres y valores con los que vivíamos nuestras vidas.

Ellas me hacían sentir apropiado, acogido y protagonista. Puedo decir, sin lugar a dudas, que, con su apoyo irrestricto y motivación, me convertí en quien soy hoy. En esos años, como esposo, creo que supe ponerme más decididamente a su lado, me esforcé en fortalecer la objetividad en el aprecio de quien es realmente ella, y en estimular a que lo fuera aún más. Incrementé mi empatía, aceptación y tolerancia.

Como papá, encontré la forma de ver su unicidad, entenderla, apoyarla y estimular sus talentos.

Como psiquiatra y psicoanalista cristalicé mi forma personal —influenciado por mis maestros y centenas de lecturas— de ver el conflicto intrapsíquico y de ayudar a los pacientes, con mi estilo propio.

Como profesor universitario, establecí un ideario de principios que quise inculcarles a mis residentes y alumnos y una manera original de comunicárselos. Y, gracias a su apoyo, pude sacar tiempo para escribir y publicar mis dos primeros libros.

En pocas palabras, ellas me llevaron a construir una sólida y clara ideología práctica para vivir la vida, me hicieron.

*

Un pasaje muy destacado en mi relación de pareja, y muy significativo, fue por cuenta de las labores y demás quimeras que tuvimos como psiquiatra y psicóloga interconsultantes en la unidad de médula ósea y el servicio de oncología de la Clínica de Marly de Bogotá.

Trabajamos allí, hombro a hombro, corazón a corazón, durante quince años. Esa conmovedora experiencia de tratar de ayudar a niños y adultos con cáncer, de intentar aliviarles el dolor emocional, nos dio una perspectiva profunda en cuanto a los valores vitales, sentido de la profesión y la vida.

También, al final —igual que el cáncer que tratábamos de paliar—, toda esta energía mental mal encauzada pudo erosionar puntos débiles de nuestra relación, quién sabe.

Compartir estrechamente con seres humanos de todas las edades y culturas colombianas, y de todos los estratos sociales, enormemente vulnerables y sometidos a la brutal presión psicológica

de poder morir como consecuencia del cáncer, me confrontó, como en un juicio final, con la vivencia cercana a la muerte que había tenido en Armero.

Atravesar con los pacientes esa selva plagada de emociones peligrosas afianzó las ideas que tenía sobre la forma de concebir el sentido de la vida y de la muerte y lo que, de verdad, es trascendental y profundamente valioso en esta vida.

Con la juvenil y decidida colaboración de Claudia Cuberos, quien atendía algunos pacientes no complicados y se encargaba de los protocolos de investigación —antes de convertirse en la maravillosa psicoanalista de niños que es ahora—, y el respaldo de los médicos Enrique Pedraza, Virginia Abello, Carmen Rosales, Manuel Rosales y Herman Esguerra, conformamos el más bello y sabio equipo de trabajo que he tenido en toda mi vida.

En Médula, así se llamaba el servicio, nos llenaba de orgullo y entusiasmo saber que estábamos siendo pioneros y creadores en un territorio sin explorar en ese momento en el país. Muchos nos preguntaban si no era incómodo o problemático trabajar como esposos en una misma área, pero —la verdad— nunca lo fue. Nos complementábamos y apoyábamos con gracia y decisión.

Trabajamos con denuedo y gran armonía. Incluso, si era necesario, íbamos hasta los domingos a ver los pacientes, aunque no nos pagaran por ello. Trabajábamos duro, estudiábamos, organizábamos congresos, publicamos un libro y hacíamos actividades para recoger fondos para una fundación que ayudaba a los pacientes. Nos entregamos del todo.

Es mentira que las buenas amistades o los buenos amores se hagan en las fiestas. Nada une más a dos seres humanos que

compartir honestamente sus mutuas vulnerabilidades.

Escuchar una a una las angustias, terrores, secretos y anhelos frustrados de los pacientes y de sus familiares me sentó nuevamente en el banquillo para pensar sobre mi propia muerte y el sentido de mi vida.

*

A veces, si la atmósfera emocional daba para ello, o los pacientes me lo peguntaban abiertamente, yo rompía los cánones de la psicoterapia y les contaba —a ellos sí, a los únicos— fragmentos de mi historia en Armero. A algunos pocos les conté cómo, en el momento en el que estaba atrapado por el lodo, sin poderme mover y presintiendo la llegada inminente de más lava ardiente, yo le había implorado a Dios con todas mis fuerzas que me permitiera morir en ese instante previo a la calcinación.

*

En esa encrucijada vital que eran los tratamientos para el cáncer, casi nadie mentía, excepto algunos oncólogos fríos y deshumanizados. Yo escuchaba con fascinación la unicidad y honestidad de cada historia. Si se tratara de sumar, podría decir que la canción más repetida, con la que yo resonaba a partir de todo lo que me ha pasado, era la que hablaba de que, frente a la muerte o a una vulnerabilidad vital extrema, lo que le daba sentido a la vida a esas personas, al borde del precipicio del cáncer, era el amor, las relaciones afectivas y, en ellas, la bondad de la presencia y de poderse comunicar y ser con toda honestidad.

Fui testigo directo de, por lo menos, un centenar de pacientes que, en esos trances, se volcaban hacia una verdad que nunca habían experimentado ni confesado. Esos quince años me enseñaron más como ser humano y como psiquiatra, que los años anteriores en la universidad o en el instituto psicoanalítico.

Y compartir esa compleja complicidad con mi pareja nos unió muchísimo.

Otro efecto colateral benéfico fue el descubrimiento —cuyo influjo mantengo hasta estos días— del papel fundamental que tiene el arte expresivo como catalizador de las emociones humanas en general, pero mucho más en situaciones de apremio.

Con Claudia Cuberos realizamos una investigación al respecto. La conclusión inequívoca fue que los pacientes que escribían diarios y poemas, o los que pintaban acuarelas sobre sus experiencias de quimioterapia o cirugías para el cáncer, se deprimían muchísimo menos, sufrían menos y tenían mejores estrategias psicológicas de afrontamiento.

El compilado de estas experiencias salió publicado en un libro que la editorial, muy a pesar mío, eufemísticamente llamó *Vencer el cáncer*, porque no era en realidad *vencer,* sino afrontarlo de la mejor manera, independientemente del resultado final.

Todo este entusiasmo traía sus riesgos. Uno era el de agotarnos profesionalmente (síndrome del *burnout*), el otro era afectar nuestra vida familiar o de pareja, cosa que ocurrió en alguna medida. Otra parte del riesgo era llegar a afectar a Lucía con las narrativas de los pacientes, varios de los cuales terminaban muertos.

En eso mi esposa fue muy estricta y prohibió los temas de trabajo en las conversaciones familiares. Se inventó una regla según la cual,

si alguien hablaba de trabajo en la casa, bastaba que cualquiera de los demás levantara su mano haciendo el gesto de la letra "c" (por el cáncer), para que quien estaba hablando cambiara inmediatamente de tema, so pena de pagar una penitencia.

Hubo un tercer riesgo subterráneo, impensado e inesperado, al que terminamos sucumbiendo como pareja.

*

Al final, muchas cosas que ocurrieron en Marly, más otros temas que habían quedado sin resolver de la primera separación, terminaron pasándonos la factura.

Los acontecimientos cotidianos de los últimos tres años de relación se encargaron de minar con un lento y omnipresente manto de tedio nuestra cotidianidad. Nuestra sexualidad se extravió por los rumbos de fríos parajes y el silencio de los cuerpos. Un año y medio antes de que ella me confesara que tenía un amante, me había dicho que se le había acabado el amor por mí.

Tal vez fue por esa época, o quizá antes, que nos enteramos de que varios de nuestros amigos y personas muy cercanas habían entrado en peligrosos juegos de infidelidades, en cuyas tentaciones volvimos a caer nosotros dos.

El 25 de octubre de 2016 me dijo lo que no tematizó nunca en las sesiones de terapia de pareja: "Me reencontré con una persona que me hace muy feliz. Como te había dicho hace un año, ya no te amo. Vete del apartamento, por favor".

Nunca en mi vida la había visto tan firme. La desolación, decepción y apabullamiento moral, sumados a la refractaria negativa de acero de ella —ante mis múltiples, insistentes y humillantes

ruegos y devoluciones de regalos—, abrieron las tenebrosas compuertas a una segunda depresión, de la que estoy mejor, pero aún no me repongo del todo.

Tres meses después de salir del apartamento, con el rabo entre las piernas y dando tumbos como un boxeador que se para después del nocaut, supe que se iría de paseo a Suecia, a visitar a un amigo de la Facultad.

Nunca regresó. O lo hizo, pero solo de visita.

*

Nadie es dueño de nadie, había dicho Janine Puget en la conferencia en la que la conocí. Ninguno de los dos la oyó.

A lo largo de mi dilatada práctica psicoterapéutica he atendido decenas de hombres y mujeres que sufren desde y hasta la médula de sus huesos y su alma por las infidelidades de sus parejas o por las propias.

Como yo.

Desde luego que —es la vida— hay una fuerte presión social en esta tendencia, hay narrativas e imaginarios colectivos, y hasta leyes, que también se han ido transformando con los años y el aumento de la consciencia.

Hay muchas parejas pingüino o cisne que, desde que se conocen en la adolescencia, hasta que se mueren 60 años después, permanecen fieles el uno al otro. Magnífico. Muchos de ellos viven relaciones verdaderamente felices.

Hoy no todas las relaciones pueden cumplir ese ideal y cada vez hay más parejas en las que la posibilidad de sentirse atraído por otra persona hace parte explícita y realista de lo que puede llegar a

ocurrir, lo cual no necesariamente tiene que llevar a la ruptura de la relación.

Lo importante, para mí, es que esto sea claro, transparente, hablado y acordado por la pareja, como parte de los acuerdos de su constitución, y puesto en conocimiento del otro, cuando comienza a ocurrir la atracción, *antes* de acostarse con la otra persona.

Esto evitaría muchos dolores y predispondría a la pareja a hacerse muchas preguntas claves sobre su funcionamiento y a tomar los correctivos que fueran necesarios para mantener e incrementar el bienestar.

No es nada fácil, ni sale bien siempre porque requiere una profunda madurez psicológica de parte y parte. Y, dada la situación concreta, de un formidable esfuerzo de humildad, libertad, no pertenencia y respeto por el otro. Por eso es tan importante mantener todos los esfuerzos para incrementar la madurez psicológica en todos los niveles.

Leer, reflexionar cuidadosamente. *Mindfulness*, compasión y autocompasión te pueden ayudar.

*

Mi tumba es su corazón de garzas encalladas. Respiré con su nombre y mi carne alimentó el hambre de las hienas.

En nuestro último encuentro, me dijo: "Estoy embarazada". Ahí se rompió todo. Ya nada era igual. ¿Era cierto?, ¿un hijo?, ¿de quién?

Me juraba que solo había bailado y no se acostó con otro. Lloraba al decirlo. Le creía. No le creía. ¿Y si dice la verdad?

El aceite negro del destino derramó su cauce. Ahora, la flor de la miseria me mastica.

¿Qué será de mi rumbo en los brazos de esta furia? Una parte de mí habría deseado tener un hijo. La otra, ardía en rabia.

—¿Un hijo?, ¿de quién?

—Nuestro. Solo me acosté contigo, idiota. ¿De quién más va a ser?

La amargura enmohece las esquinas y trenza las penas que se enraízan al miedo. En la suma de los errores, la peste ciega y la enfermedad es el amor.

¿Pueden volar las aves con las alas mojadas por el barro?

¿Quería yo a Amelia?, ¿era mi mujer?

Y en medio de esas dudas pasó lo que pasó. No la volví a ver. Nunca más.

Excepto en las más espantosas pesadillas.

QUIRÓN

El lector ha sido testigo, coterapeuta y exorcizador de mi tránsito por los espinosos y oscuros bosques de mi vida.

He hecho todo lo posible por aprender en el proceso para no quedarme mirando al abismo y más bien fijar los ojos en el horizonte. A mis pacientes y personas cercanas —como mis alumnos preferidos, por ejemplo— jamás hasta este libro les he revelado las fuentes y los ingredientes secretos de mis pócimas curativas.

También, por mucho tiempo, pensé que era prematuro que mi hija supiera detalles escabrosos de mis experiencias, porque eso habría podido traumatizarla.

Por cuatro décadas traté de ser la sábana en blanco de la que habla Freud, en la que mis pacientes podrían proyectar todo su ser, confiados en que yo los recibiría sin juzgar y sin permitir que mis asuntos personales interfirieran con sus procesos.

Ahora que estoy viejo, a punto de un eventual retiro de mis quehaceres como terapeuta, muy cerca de cambios en los rumbos de mi profesión, ya no me importa que los pacientes de antes, o los de ahora, o los del futuro, sepan quién es el verdadero Ariel Alarcón Prada.

*

Hay algunos terapeutas, psicólogos y psiquiatras que nunca han ido a terapia. No entiendo cómo lo hacen, ni los principios éticos que guían los movimientos de las fichas del ajedrez de sus decisiones clínicas.

Una vez, un joven y procaz residente de psiquiatría, de barba incipiente y blusa blanca arrugada y sucia, me dijo en un seminario que yo dirigía que la pretensión de que los psiquiatras hicieran psicoterapia era igual a que a los residentes de cirugía les obligaran a hacerse una gastrectomía, o a los de oncología los conminaran a tomar dosis de quimioterapia.

Pobre imbécil, pensé, pero no se lo dije quizá porque ese día había amanecido muy compasivo. En cambio, le conté a todo el grupo la infinidad de terapias que yo he hecho, no solo por necesidades personales, al haber pasado por mis traumas y conflictos, sino también buscando un mayor equilibrio psicológico para mi vida que me permitiera entender y ayudar mejor a mis pacientes, más allá del hecho práctico de que, siendo yo paciente, recibía en carne propia ejemplos de intervenciones eficaces que podía usar después con mis pacientes.

No quiero decir que los terapeutas que hemos sufrido seamos mejores. Todo lo contrario. Qué bueno que haya personas que gozan de buenas dosis de bienestar y equilibrio emocional en su vida, a partir de los cuales busquen enriquecer los tratamientos de sus pacientes. Sin embargo, creo que a nadie le sobra mirarse por dentro.

Nunca me he avergonzado de reconocer que, a lo largo de todo mi ejercicio profesional, he sido un terapeuta herido. ¿Qué le voy a hacer?, esa ha sido parte de mi realidad. Negarlo habría sido, ahí sí,

locura. Haberlo expuesto a diestra y siniestra prematuramente, también. Mis pacientes no han tenido nunca que preocuparse por mi bienestar emocional. De él me he encargado yo.

*

Una vez me caí en plena consulta. Fue en la época de la Clínica de Marly, cuando tenía dos espacios de trabajo: uno para entrevistas y terapia, y otro con mi escritorio. La paciente era una señora deprimida de unos 60 años que necesitaba medicación. Al pararme para ir a buscar la fórmula pisé un carrito de juguete —que había quedado en el piso después de la terapia anterior con un niño— y me fui a la lona aparatosamente, golpeándome en la cabeza contra la biblioteca adyacente.

La propia paciente se levantó para auxiliarme y abrió la puerta para pedirle, a gritos, a mi secretaria que acudiera a levantarme. El golpe no pasó a mayores, me repuse rápidamente y entregué la fórmula, agradeciéndole a la señora por su ayuda.

La paciente no regresó nunca más a consulta conmigo.

*

Para la segunda depresión, mi amado Luis Yamín ya había fallecido, llevándose a la tumba algunos de mis más oscuros e inconfesables secretos. Pero si estuviera vivo y ejerciendo, seguramente tampoco lo habría vuelto a buscar como mi terapeuta, aunque me habría gustado mucho saludarlo y contarle en qué laberinto me había vuelto a meter.

Nunca he sido y ya no pude ser un psicoanalista ortodoxo, pero quise buscar un terapeuta de otro enfoque. En realidad, busqué dos,

ambas mujeres, ambas psicólogas, pero con enfoques muy diferentes, aunque complementarios. No estuve donde ellas al mismo tiempo, sino sucesivamente.

La primera fue Ana Isabel Jiménez, quien trabaja con un interesante enfoque ecléctico en el que combina elementos cognitivos de terapia dialéctica conductual (DBT) con sistémicos. Cuando estuve en Alemania, la terapia sistémica estaba en furor, desplazando parcialmente el psicoanálisis. La ola, como todo, llegó tarde a Colombia y Ana Isabel era una de las más experimentadas en ese enfoque.

Ella buscaba que yo mirara y comprendiera más elementos del contexto y me pusiera, con una variedad de técnicas, en el lugar de mi entonces esposa, para intentar comprenderla a ella primero —o entender las proyecciones mías en ella—, para luego sí entender mi depresión.

Retomó luego, en una nueva perspectiva, muchos de los elementos que yo había trabajado con Yamín en mi psicoanálisis. Me ayudó enormemente en un proceso corto. Después de un año yo navegaba mejor las aguas de la tusa, todo con la ayuda de mi gato Fito y del *mindfulness*.

*

Mindfulness, atención plena o consciencia plena, es *la consciencia* resultante de realizar habitualmente, como parte de la vida diaria, una serie de sencillas prácticas meditativas cuyo ejercicio frecuente cambia la estructura y el funcionamiento cerebral y mental, tornándolo más calmado, atento y compasivo.

La mayoría de los ejercicios de *mindfulness* son de atención. Por ejemplo, en la respiración, la postura corporal o los sonidos del entorno; y de compasión, los cuales causan, al practicarlos frecuentemente, una mayor regulación emocional y un mayor poder para centrarse en la apreciación y el disfrute de los momentos presentes.

Por su alta eficacia, su fácil implementación —cuyo punto crítico es la práctica habitual de los ejercicios— y sus bajos costos, hoy en día se utiliza como complemento de la mayoría de psicoterapias, así como en planes individuales y empresariales para la reducción del estrés, el incremento de la creatividad y las buenas relaciones en los equipos de trabajo.

*

Mi vida profesional y personal se encargaría de llevarme a un lugar físico y terapéutico que significó un nuevo antes y un después.

Elkin Llanez Anaya, mi exalumno que rápidamente me rebasó, ahora convertido en un buen amigo, dirige la Fundación Mindfulness Colombia y trabajaba en Bucaramanga en terapias alternativas multinivel para el tratamiento del trauma psicológico. Aquella vez me invitó a participar en un campamento terapéutico de una semana con adolescentes que habían sufrido distintas experiencias adversas en su infancia, como abusos sexuales o físicos, violencia intrafamiliar o drogadicción de alguno de sus padres.

En esa semana, las chicas aprendían *mindfulness* y otras estrategias de regulación emocional, practicaban arte terapia, con pintura, danza y canto, y hacían seis sesiones grupales de la terapia EMDR. Los resultados eran contundentes, según las investigaciones

científicas utilizando biomarcadores que medían la epigenética del trauma, que el propio Llanez Anaya, junto con la psicóloga caleña Susana López Roca, había desarrollado en asocio con la Universidad de Wisconsin.

La efectividad del método era probada. Elkin me contó que, años después, se encontró en la caja de algún supermercado con una de estas chicas, que lo saludó y le preguntó: "Doctor Llanez, ¿se acuerda de mí? Yo participé en su campamento hace cinco años".

Luego le relató que no solo trabajaba como cajera, sino que también estudiaba en las noches, era madre de una niña de dos años "y tengo un novio que me quiere y me respeta, vivo tranquila y no volví a tener los síntomas de esa época".

Elkin no se acordaba específicamente de ella, pero sí del campamento. Eran sorprendentes los resultados de la terapia de desensibilización y reprocesamiento de los traumas, basada en EMDR, junto con los demás elementos del programa.

Quedé tan impresionado que, apenas regresé a Bogotá, busqué a una terapeuta con esa técnica y quise hacer formación para aplicarla con mis pacientes con trauma psicológico. La providencia me llevó a las manos de Lidia Tovar Merchán, magnífica profesional que le dio otra vuelta de tuerca a mi proceso de sanación.

Lidia combinaba el EMDR con algunos elementos de distintas terapias: somática o de aceptación y compromiso (ACT), entre otras. Mi proceso basado en los movimientos oculares fue una agradable sorpresa iluminadora. Complementó la elaboración de unas capas profundas de mis traumas a las que el psicoanálisis y otras terapias no habían podido penetrar. Me permitió identificar las piedras entre el zapato de unas sutiles e insidiosas creencias inconscientes que

guardaba debajo del tapete, a través de una elaboración bastante buena, pero aún sin terminar. Por ejemplo, la forma como me veía y me trataba, mi independencia para vivir solo, el hecho de cuidarme con agrado en las pequeñas sutilezas de mi cotidianidad, o la contundencia y firmeza para decir mi verdad gústele a quien le guste. Pero también me dio información en lo relacionado con mi culpa por sobrevivir, que me limitaba de un modo impalpable, pero voraz en su efecto.

Todo esto estaba en mí, pero yo lo había adoptado como parte de mi *normalidad*.

A pesar de que yo no me identificaba como "el pobre amputado", en ciertos momentos notaba que se despertaba dentro de mi cabeza cierta rabiecita, algunas agujitas internas con desacoplamiento de algunos piñones, que producían un traqueteo pasajero que me llevaba a enredar mi cabeza con preconcepciones que me bloqueaban para aceptar y gozar más auténticamente de quién soy.

La consigna misteriosa y pragmática era —según le entendí a Lidia —: aceptar y hacerlo al nivel profundísimo y sin palabras de los mensajes del cuerpo. Debía instalarme en ese estado con profundidad y cariño, para luego asociar todo ese lenguaje corporal con las imágenes sorprendentes que producía mi cerebro y, al final, con la palabra que en muchos casos ya no era necesaria.

Desde luego yo le echaba a la receta de Lidia unas goticas de *mindfulness* y autocompasión que llevaba conmigo a todas partes y que me ayudaron mucho en ese proceso. Era inesperado y muy curativo lo que se desataba dentro de mí cuando, por ejemplo, Lidia me decía: "Mira tu imagen y siente, con la mayor claridad posible, la sensaciones corporales que tenías cuando estabas atrapado en el

lodo y no te podías mover, y hazlo mientras sigues mis dedos con tus ojos".

Mi cerebro y mi cuerpo enloquecían momentáneamente, como una serpiente de asociaciones que se siente atrapada y busca, desesperadamente, poner a salvo su vida. Yo pasaba, por fracciones de segundo, por lo peor de lo peor, pero era somático e imaginativo, sin palabras.

Al terminar la tanda de cariñosa tortura, miraba la dulce sonrisa de Lidia que me preguntaba: "¿Qué tal?". "Espantoso", le contestaba. Ella parecía alegrarse y me decía de nuevo: "Mira ese espanto, siente las emociones y mueve tus ojos siguiendo mis dedos". Mi cabeza se sumergía nuevamente en otro remolino salvador.

En las primeras sesiones yo no entendía muy bien lo que ocurría, a nivel de los efectos inmediatos. Pero el mismo día de la sesión, terminaba, por ejemplo, cocinando solo, manipulando trastos, implementos e ingredientes en mi cocina, brincando o moviéndome en una pierna. Y —esto es la más importante— gozándome esa experiencia.

Hasta ese momento, hacía —o padecía— esas tareas con una minúscula voz interior diciéndome que sería más fácil hacerlo si tuviera dos piernas.

Sobre todo, para seguir en el ejemplo, cuando la receta salía mal. Parece una bobada, pero esos pequeños detalles me definían de alguna manera. Y, claro, no solo al cocinar, sino en todas las esferas de mi vida.

A la tercera semana de las sesiones con Lidia tuve el valor que nunca había tenido para pedirle a un alumno irrespetuoso que se

saliera del salón de clases, cosa que en decenas de ocasiones había querido hacer, pero nunca me había atrevido.

Por el trabajo de Lidia dejé de pensar que tenía que aguantarme a parejas con trastorno disociativo ansioso y empecé a elegirlas de un modo radicalmente mejor.

Pero uno de los efectos más significativos del EMDR en mí fue desatar el insoportable y doloroso nudo de mi bloqueo creativo. Por los tiempos en los que yo comencé a trabajar con Lidia, llevaba un año intentando, sin lograrlo, hacer la corrección final de mi libro *Bienestar y resiliencia para profesionales de la salud*.

Después del tratamiento, me senté durante dos meses, todas las madrugadas, frente al computador hasta que terminé ese libro del que he vendido más de 3.000 ejemplares y gracias al que me han invitado a hablar sobre la salud mental de los médicos en decenas de foros nacionales e internacionales.

Creo que lo más importante de este aspecto de mi terapia fue que no hice ese ejercicio de escritura de cualquier manera, por terminar el libro y ya, sino siendo consciente —por primera vez en mi vida— de la fuerza de mi propia voz, que se nutre de mi visión personal y única, a la vez alimentada de las lecturas que he hecho y de mis vivencias como profesional de la salud y como psicoanalista de decenas de colegas, que comencé a revalorar más que nunca.

*

Las terapias han sido exitosas respecto a las depresiones, angustias, culpas, traumas, insomnios y demás achaques y chocheras, pero no tanto respecto al amor.

Después de dos años de separado, me atreví —con todas las precauciones necesarias— a acercarme a una mujer. Y comencé a dar tumbos emocionales por un par de intentos de vínculos, a cuál más de disfuncionales.

Las mujeres con las que intenté entablar una relación resultaban con trastornos graves de ansiedad que ocultaban en los primeros meses y que luego estallaban como granadas de síntomas y reproches en mis impotentes y cansadas manos. Por salud mental, mía y de ellas, me negaba a ocupar el lugar del psiquiatra.

Yo quería tener a mi lado una mujer con una neurosis tranquila como la mía, con quien navegar por aguas no tan agitadas en el ocaso de nuestra existencia. En el último año, después de la muerte de mi mamá, acuaticé en el lago de aguas suaves, dulces y exóticas, y de flores amarillas en las orillas: la relación con Olga María García Guerrero, la más comprometida, solidaria y risueña de las médicas ocupacionales.

Con Olga me he sentido de nuevo en una relación de igual a igual, de manos firmes que se entrelazan y de andamios paralelos que se apoyan para mantener el equilibrio. Gracias a su apoyo y paciencia he podido sacar el tiempo, la distancia y la calma para poder escribir este libro, por ejemplo.

*

Otra de las experiencias terapéuticas conmovedoras que he tenido fue aquella cuando consumí hongos alucinógenos, bajo la guía y orientación de Irene Alejandra Parra Martínez, experta en terapia asistida con psicodélicos, a la cual también me he dedicado, con resultados variables, pero prometedores, en algunos casos de

depresiones refractarias y traumas complejos, no siempre efectivos, hay que decirlo también. Todo depende del paciente y del acompañamiento que se pueda ofrecer.

Mi propósito era buscar más terapias alternativas para ayudar a pacientes con traumas psicológicos, que es mi tarea principal, además de ser rescatista de médicos o instituciones de salud que se están ahogando en los mares del *burnout*, otra forma de trauma.

En esa búsqueda, me inscribí en un congreso virtual de trauma psicológico en el que varios profesores muy serios y destacados presentaban trabajos de un rigor metodológico notable sobre terapias con psicodélicos. Revisé con cuidado los estudios y me convencí de que podrían ser una opción para mis pacientes y, ¿por qué no?, para mí. Fue así como llegué a las manos de Irene.

Tuvimos la experiencia en su finca cerca a San Antonio del Tequendama, que es, por coincidencia, la población donde también hago mis "retiros" literarios, en la amable e inspiradora finca cafetera de la familia Cortés, a la que viajo cada vez que necesito el aislamiento y tranquilidad necesarias para producir un buen texto.

Un par de meses antes de mi viaje alucinatorio inducido por hongos, mi hija Lucía se había ido a vivir independiente, ya que se había convertido en una exitosa periodista que se ganaba la vida por su cuenta. Todo estaba marchando a pedir de boca. Lucía había conseguido un pequeño apartamento en la misma zona donde vivimos cuando mi exesposa se trasladó a otro país y donde había tenido buena parte de la recuperación de su depresión durante la pandemia.

De allí nos habíamos mudado al norte de la ciudad, a un apartamento más amplio y cómodo para los dos, en el que yo instalé

mi consultorio, y ahora ella regresaba a una zona conocida y quizá ligada a algunos recuerdos. Llevábamos meses, tal vez un año, buscando, planeando, haciendo cuentas y decidiendo el inicio de su proyecto de vida de adulta independiente. El día llegó. Lucía se fue feliz a vivir sola y yo me quedé viviendo solo, también feliz y realizado de haber cumplido mi misión como padre.

Todo ese aspecto de nuestras vidas fluyó sin ninguna dificultad y no pensé que fuera clave en el viaje psicodélico. Me había propuesto, en las sesiones de preparación con Irene, trabajar algunos aspectos de mi trauma volcánico y de la amputación. Pero nada de eso se presentó en la experiencia alucinatoria.

De todos modos, los resultados fueron tan sorprendentes y positivos que yo continué mi búsqueda personal. He tenido tres experiencias más con altas dosis de psilocibina y han sido a cuál más diversas. Gracias a los profundos y difíciles diálogos posteriores que he tenido con Irene he logrado integrar con mayor profundidad y certeza las fichas de mi rompecabezas mental.

Con mis amigos Marco Fierro Urrego y Hernán Bobadilla hemos seguido investigando y leyendo sobre el tema. Tomé un diplomado en la Universidad de Antioquia sobre hongos alucinógenos y ahora dedico una parte de mi tiempo a acompañar a personas con depresiones refractarias y traumas complejos en sus viajes psicodélicos.

Los resultados han sido variados, pero la experiencia personal me ha enseñado que las terapias psicodélicas pueden ser muy eficaces solamente en la medida en que se hagan dentro del marco de un abordaje psicoterapéutico más general, que incluya una muy

cuidadosa preparación y posterior integración, en manos de un psicólogo o psiquiatra experto en el tema.

De lo contrario no pasa de ser una agradable y a veces retadora "traba", sin ninguna consecuencias más allá de la rumba.

*

Contrario a lo planeado, la psilocibina en mi cerebro puso de manifiesto —en una vivencia sublime, multisensorial, somática, inefable; imposible de describir con palabras— el inmensísimo amor que siento por Lucía.

Gran parte del viaje psicodélico se centró en la "observación" multisensorial de mi relación con ella. "Vi" todo nuestro recorrido vital, desde su concepción, la primera ecografía y el nacimiento, pasando por infinidad de *flashes* multicolores de momentos significativos que iban y venían en desorden cronológico, hasta un futuro muy lejano en el que yo moría, Lucía se ponía un poco triste, y su vida continuaba muchos años más hasta que la vi convertirse en una adorable y hermosa viejecita de unos cien años, riendo con sus ojos brillantes y llena de arrugas, muy feliz, sentada sobre una piedra en un claro de un bosque, rodeada de niños que jugaban a su rededor.

No sé si fue antes, durante o después de esas visiones, pero experimenté la mayor sensación de amor: profundo, real y verdadero. Nunca había experimentado tanto amor. Desde luego, amo a Lucía por encima de cualquier otra persona, pero en este caso era una sensación de unas dimensiones, veracidad y profundidad increíbles, imposibles de describir.

Entonces, me eche a llorar, aunque uno en esos viajes pierde la percepción del paso del tiempo, "calculo" que debí haber llorado más de una hora.

Pero este no era, de ninguna manera, un llanto triste; fue un llanto feliz, inmensamente feliz; tanto que mi mente y mi cuerpo no tuvieron otro canal más que abrir la catarata de esas profusas y serenas lágrimas de felicidad inmensa y amor inconmensurable.

Es la felicidad de haber podido amar, de la manera como lo he hecho, al ser humano más hermoso que ha existido sobre este planeta: mi hija Lucía.

*

El *mindfulness* y la autocompasión han sido fuentes de salvación para mí y un camino en medio de mis neurosis y traumas. También lo han sido para mis pacientes. Es el complemento perfecto del psicoanálisis y de diversas terapias.

Llegué a ellos por casualidad. Por varios años fui uno de los primeros en Colombia en practicarlas y enseñarlas. Hoy, por fortuna —y no necesariamente por mi influencia—, muchos practican y enseñan *mindfulness*, aligerándole la vida a millones de personas y a los psiquiatras y psicólogos que intentan ayudarlos.

A menos que esté pasando algo rarísimo, siempre, al despertar en las mañanas me siento en mi cama unos 20 o 25 minutos. Entonces agradezco, primero, y luego me dedico a observar con aceptación, compasión y curiosidad los contenidos de mi mente.

Al final, intento sentir que el amor y la compasión de los seres más cercanos a mi vida están en mi corazón y guiarán mis

decisiones durante el día. Desde que mi mamá murió, en homenaje a ella, rezo también un avemaría.

*

El último escaño, pero no menos significativo, en mi lista personal de terapeutas lo ocupa Pedro Rojas Posada, experto en TRE (Tremor Realeasing Exercise). Conocí los efectos en el campamento en Bucaramanga con Elkin Llanez, donde había conocido también al EMDR.

En esa ocasión, Rojas hizo vibrar y sacudir los cuerpos de algunas de las asistentes, obteniendo en ellas una tranquilidad y relajación posteriores que no habían podido experimentar después de que sufrieron abusos.

El TRE consiste, me explicó Pedro después, en liberar del cuerpo las emociones atrapadas derivadas de la situación traumática que no ha podido ser tramitada adecuadamente. Cuando a uno lo violan, o cuando le hacen *bullying* en el colegio, o cuando se le viene un volcán encima, como a mí, no hay palabras para describir esa experiencia y se queda atrapada en el cuerpo.

*

Un día antes de que muriera mi mamá fui atacado por un paciente psicótico en mi consultorio. El hombre se fue tornando irritable, poco a poco, mientras la consulta avanzaba; como un tenso partido de fútbol que no acaba de resolverse.

De repente se levantó para atacar a su madre y me interpuse tratando de calmarlo. La emprendió contra mí con puños y patadas. Traté inútilmente de defenderme pero el paciente me doblaba en

talla y peso. Me sometió hasta que los celadores me lo quitaron de encima, cuando ya estaba a punto de estrangularme. Se les soltó a los guardas y huyó.

Mientras trataba de acomodarme la ropa y recogía las gafas rotas, la madre me gritaba acusándome de que yo había causado la agresión de su hijo. Finalmente ella también se fue sin pagar la consulta.

En ese momento me llamó mi hermana Claudia para avisarme que nuestra madre estaba agonizando. Salí para su apartamento y acompañé a mi mamá, minuto a minuto, en las últimas doce horas de su vida, junto con Olguita, mi pareja, quien llegó después, y también al lado de Rosita, la empleada de toda la vida.

Aunque la muerte de mi mamá era un acontecimiento esperado y hasta deseado —por ella misma—, no dejó de ser profundamente doloroso. Se fue quien me había dado la vida, cuidado y protegido, aun a la distancia, cada día de mi vida, por 64 años.

Toda la tensión y tristeza de esos momentos me sirvieron de anestésico para no sentir los dolores físicos por los golpes del paciente. Hasta tres días después del entierro me vine a dar cuenta de que tenía el codo izquierdo muy inflamado. La radiografía mostró una fractura no desplazada del húmero.

Al llegar al apartamento, muy adolorido, pensé que, dado que los dolores que estaba sintiendo eran muy corporales, el único que me podría ayudar era Pedro Rojas. Me contestó en el primer intento.

—¿Tienes cómo conectarte a internet? —me preguntó después de contarle la historia de lo que me había pasado.

—Sí, claro —le respondí.

Tuvimos una sesión de dos horas en las que él me enseñó las posturas, estiramientos y respiraciones para poner mi cuerpo en un estado de temblor, convulsión y sacudidas con las que pude, milagrosamente, después de cinco días, volver a respirar profundo y mirar mi realidad con los ojos de la compasión.

Después, sesión tras sesión, me ayudó a destejer el entramado que se generó por la amalgama entre el brutal golpe de la vida al llevarse a mi mamá y los golpes con fractura que me asestó el paciente psicótico.

Más allá de las amenas conversaciones con Pedro, que son como conversar con un primo o con un sabio monje benedictino, con el tiempo los temblores se convirtieron en una forma muy física, simple y gozosa que acompaña las respiraciones del *mindfulness*.

Estar presente con y en mi cuerpo y mis emociones, en los momentos por los que vaya cabalgando mi devenir.

Por ejemplo, al terminar una consulta, una conferencia o un párrafo como el que estoy a punto de terminar, inicio una serie de pequeñas sacudidas alborozadas y agradecidas que me informan que, efectivamente, he estado disfrutando de este presente.

*

Antes, mucho antes de que esto sucediera, por intercesión de Lucía, adopté un gato que me salvó la vida. Ocurrió en los días que me estrellé de frente con la segunda sorpresiva y demoledora separación a la que reaccioné con una depresión profunda. Aunque Lucía también estaba confundida y adolorida, se convirtió en un soporte para mí en esos meses posteriores.

¿Fue esa una situación de sobrecarga emocional para ella que después devino en su propia depresión? Quizá, y fue mi culpa.

Una de las tantas enseñanzas transformadoras de Lucía en esos días —que prevalece hasta la actualidad— es la del amor por los gatos terapeutas.

Un antecedente trágico para ella había sido que Luna, su gatita escudera por trece años, compañera de juegos y depositaria de sus secretos, falleció el mismo día que yo salí del apartamento. De un momento para otro, muchas de las cosas que le daban soporte, propósito y compañía a Lucía, se desmoronaron al mismo tiempo.

En una de nuestras salidas del fin de semana, que se habían hecho lúgubres, Lucía me vio abatido, flaco, cabizbajo, silencioso y desarreglado. También notó que el apartamento donde me estaba refugiando era tan oscuro y desolado, que mi hija me conminó sin dudas:

—Papá, te vas a morir si sigues viviendo tan solo y triste.

Lucía ya venía con el cuento, desde semanas atrás, de que había visto en TikTok historias sobre gatos que eran terapeutas de quienes los adoptaban. Me habló de eso y de la compañía tan increíble que había significado para ella la presencia de Luna.

Como guiados por una clarividencia del más allá, al pasar por una veterinaria, cerca al apartamento donde ahora ella vivía, nos detuvimos y entramos sin pensarlo dos veces. Fue amor a primera vista. El pequeño Fito —así habría de bautizarlo ella ese día—, que hasta ese momento estaba durmiendo desinteresado y tranquilo en una jaula con varios de sus hermanos recién nacidos y también rescatados, entró en un estado de desesperación al verla. No paraba de maullar, queriendo salirse a través de los barrotes. Lucía pidió

que lo sacaran y el gatito se calmó y no se le separó. Lo adoptamos en ese instante.

Para mí fue inverosímil sentir la comodidad y tranquilidad de Fito apenas entró al apartamento. Era como si ya hubiera estado allí antes y como si nos conociéramos de toda la vida, o de una vida anterior.

Esa noche, Fito se acomodó buscando calor en mi barriga y dormimos abrazados —*dormimos* es un decir, porque yo no pude por el miedo a aplastarlo—.

¡Era tan pequeñito y tan frágil! Una representación de la pequeñez y fragilidad que yo también tenía. Descubrimos que éramos almas gemelas y por eso le enseñé cuál era su mejor puesto en la cama y, desde el día siguiente, empezó a dormir a los pies, calentando y ronroneando al lado de mi pie.

Así fue hasta que se murió, en plena pandemia, seis años después.

Como por arte de una incomprensible magia ancestral, cuyos mecanismos no he terminado de esclarecer —pero que todos quienes han tenido gatos pueden confirmar—, Fito absorbió una buena parte de mi depresión.

Pudo ser por eso por lo que murió tan joven, una vez había cumplido su misión, gesto que yo tanto agradezco y honro. En una época en la que yo no quería ver ni conversar con nadie, él me seguía a todas partes, brincando alegremente por el apartamento sin muebles, y escuchaba con una atención y entendimiento asombrosos mis largas y disparatadas disquisiciones sobre por qué mi esposa se había ido y todo lo que yo estaba sintiendo, pensando y maquinando por ese abandono.

Fito fue cómplice en todos los fallidos planes de reconquista que elaboramos juntos. Pero nos faltaba información, gran Fito, habría de decir, años después, dentro de mi cabeza. El gato también supo al detalle los motivos de consulta y la evolución de todos mis pacientes, amén de mis preocupaciones por Lucía.

A veces yo tenía la sensación de que Fito había sido, en su anterior reencarnación, un sabio curandero, un médico o un filósofo chino. Más de una vez creí sentir —y aquí comienzo a reconocer lo que puede ser una parte de mis núcleos psicóticos— que me contestaba telepáticamente. ¿Era Fito el que me hablaba en mi cabeza, o era la proyección de mis pensamientos en la cabeza de Fito?

El caso es que era un fenómeno inquietante y misterioso. No ocurría siempre, pero con los días aprendí a leer los mensajes que me daba Fito, con su actitud o sus movimientos. Identificaba cuándo estaba de acuerdo o en desacuerdo, o qué había captado sobre mi tristeza o angustia, y qué estaba haciendo para sacarme de ese estado.

En algunas ocasiones especiales, en medio de la sensación de que me había hablado dentro de mi cabeza, reflexionaba que era una alucinación auditiva y encontraba las certezas corporales que luego desarrollaba en ideas y acciones.

Mi amigo Marco Fierro, amante de los animales y una de las autoridades más reconocidas en semiología psiquiátrica de América Latina, identificó esos momentos como inofensivos y como elementos imaginativos de mi personalidad.

¿Locura gatuna? Puede ser, pero varios dueños de gatos me han confirmado que les ha pasado lo mismo. De todos modos, por favor,

estimado lector, no le cuente este secreto que acabo de revelar a nadie porque me pueden quitar la licencia de psiquiatra.

*

Cualquiera que haya estado en consulta conmigo, después de la pandemia, dirá que en la intervención participan mis gatos, principalmente Fiona —la hermana menor de Fito—, que siempre está presente y hace parte.

Lo mismo pueden afirmar los cientos de participantes de mis talleres virtuales, sesiones de meditaciones guiadas gratuitas, seminarios, clases y conferencias por internet.

A mis gatos les encanta salir en cámara. Basta que oigan cierto cambio en el tono de mi voz para que, de inmediato, salten sobre mí maullando. Más de un participante me ha escrito por mis redes sociales enviándole saludos a los gatos.

*

El estado prepsicótico de mi mundo interior subió un escalón cuando murió Fito, el 14 de junio del 2021, en plena pandemia.

Ocurrió dos semanas después de que me pusieran la primera dosis de la vacuna contra el coronavirus, se le exacerbó una enfermedad autoinmune innata que tenía y, para mi desolación, terminó muriendo dos semanas después, a pesar de que con Lucía montamos una improvisada unidad de cuidados intensivos gatunos en nuestro apartamento.

Durante esas dos semanas, cada hora del día y la noche, tratamos de darle agua en un pequeño gotero para que no fuera a morir

deshidratado. También, a su pesar, le dimos varios medicamentos en un horario estricto.

Pudo ser el agotamiento, una manifestación divina o una parte no curada de mi locura, pero concebí la fantasía psicótica sin saber muy bien si es otra de las historias que me invento o un divertido juego de mi imaginación.

Esa noche, en medio de su estado crítico, Fito estaba muy débil y ardía en fiebre. Me senté en el piso, a su lado, esperando que sonara la alarma para darle su medicamento y su hidratación, y caí sumergido en un profundo sueño, como los de los animales de Narnia.

Fito se me apareció y me habló con toda claridad. Estaba alegre y muy sano, su pelo era brillante y sus ojos resplandecientes. Tenía la voz dulce y pausada de un niño sabio. Su tono era calmado y hasta se permitía algo de humor en los comentarios.

Me explicó que, en realidad, él era la reencarnación de mi hijo muerto en Armero, en el vientre de Amelia. Me dijo que ella estaba bien y que no me guardaba ningún rencor, que había muerto sin demasiado sufrimiento.

Me confesó que siempre había estado vigilante de todo lo que me había pasado y que se había puesto muy contento de que yo no me hubiera muerto, aunque le había dado pesar lo de la pierna.

Dijo que, cuando vio lo mal que me sentía por la separación, decidió reencarnar en Fito —en ese momento, el Fito de mi sueño dio una vuelta para mostrarme lo orgulloso que estaba de su forma y su figura—, y continuó diciéndome que lo hizo para ayudarme a salir adelante en ese nuevo trance, y también para ayudar a Lucía a

superar su depresión, pues a ella la amaba más que a nadie en el mundo.

Se iba a ir antes, pero como sobrevino la pandemia, decidió acompañarnos unos meses más. Ahora que ya había cumplido su misión, había decidido marcharse de este plano y, con toda claridad, aseguró que no se iría del todo. Se quedaría habitando en mi cabeza, como una voz que yo podría invocar cuando lo creyera necesario.

—Voy a estar bien, papi, no te preocupes. Gracias por cuidarme tanto y por permitirme estar a tu lado.

Dijo Fito, para despedirse, y luego se acercó, como siempre, puso su cabeza debajo de mi barbilla, como tanto le gustaba, dio media vuelta y se alejó brincando alegremente.

Me desperté llorando. Tomé el cuerpo de Fito entre mis manos y noté, sin duda, que había muerto. Lo abracé con todas mis fuerzas. Estaba terriblemente triste, pero también contento por el sueño que había tenido.

Lucía se despertó en ese momento. Se dio cuenta de lo que había pasado, se acercó y nos abrazamos, sollozando. Quedamos en silencio un largo rato, apretando el cuerpo de Fito entre los dos.

De repente en mi cabeza sonó la misma voz alegre que me había hablado en mi sueño.

—Los quiero mucho… A ti y a Lucía, los quiero mucho… siempre.

*

Es la primera vez que cuento esta historia y que me confieso. Les puedo asegurar que, desde ese momento, esa voz me sigue acompañando.

A veces es burlona y cariñosa, o se alegra y me felicita por mis aciertos; también me reprocha con cariño por las faltas que he cometido.

Generalmente confía en mí y me estimula a hacerlo cada vez mejor, sin presionarme —por ejemplo, ahora que escribo esto, me acompaña en la búsqueda de la mejor palabra—. En ese mundo de fantasía que se anida en mi cabeza, funciona como los amigos imaginarios de los niños, pero en un psiquiatra supuestamente racional de más de 60 años.

Cuando teoricé sobre este curioso fenómeno de mi mente —hace tiempo que dejé de hacerlo, decidí aceptarme tal y como soy—, les daba a esas voces el lugar de la figura de la autocompasión, como se enseña en los talleres de *mindfulness* que practico e imparto.

El ejercicio concreto, de raigambre budista, busca sintonizarnos y resonar afectiva y espiritualmente con un ente, una deidad, o una figura en tu vida, que sea fuente de inspiración para el buen trato interior.

Que sea alguien que te haya tratado muy bien en tu vida o que te inspire a hacerlo, de tal modo que te mueva y active adentro, en tu cerebro, en las redes cognitivas relacionadas de la autocompasión y la compasión.

Todo esto dentro del marco de unas prácticas meditativas formales y frecuentes.

Fito actúa dentro de mí como una fuente de autocompasión.

*

Y tú, caminante inseguro de sombra y de día, que llevas una herida que nadie veía, recuerda a Quirón, maestro del duelo: no toda sanación viene del cielo.

Hay dolor que no cede, y, aun así, te revela: la herida es la llave, la herida consuela. Sanador no es quien no sangra ni cae, sino quien, sangrando, a otros guía.

Tu cicatriz es mapa, es don, es misión: en ella se esconde tu propia redención. Y como Quirón, serás luz y frontera: herido… pero sabio. Caído… pero estrella.

(Este último fragmento, o poema en prosa que cierra este capítulo como ocurrió con algunos de los anteriores, ha sido escrito con el apoyo de la inteligencia artificial. Tras una pregunta que le hice sobre el mito de Quirón, al final de varias contrapreguntas, le dije: escríbeme un poema sobre todo esto que me has contado. Ese párrafo fue lo que produjo).

EPITAFIO

Hace un tiempo, en uno de los talleres empresariales sobre liderazgo compasivo, indagando sobre el sentido de la vida para los participantes, lancé la pregunta clásica del epitafio o el obituario: cuando te mueras, ¿qué inscripción quisieras que estuviera en tu epitafio? Mientras los participantes escribían sus respuestas, me puse a garabatear yo mismo mis respuestas en un papel.

Me sorprendí con las dos respuestas que bosquejé, una en serio y la otra en broma. Me imaginé que yo iba caminando por un cementerio cualquiera y, de pronto, llamaba mi atención, por su sobriedad y sencillez, una lápida. Me acerqué y leí:

AQUÍ YACE ARIEL ALARCÓN PRADA, EL PSIQUIATRA QUE SE PREOCUPÓ POR QUE LAS PERSONAS CRECIERAN Y FUERAN FELICES A PARTIR DE LAS SITUACIONES DIFÍCILES POR LAS QUE HUBIERAN PASADO.

No me sentí mal con ese resultado. Pero la excesiva solemnidad me llevó a buscar, con el papel y el lápiz, otra opción:

AQUÍ YACE ARIEL ALARCÓN PRADA, EL PSIQUIATRA DE LAS MEDIAS LOCAS.

*

La campaña de las medias locas es una iniciativa de origen australiano que busca sensibilizar a los médicos y otros profesionales de la salud sobre la importancia del autocuidado mental para prevenir el suicidio, algo de lo que estamos en riesgo.

Fue creada en 2016 por el doctor Geoffrey Toogood, un cardiólogo que luchó muchos años ocultando ante sus colegas una depresión crónica que padecía. Una vez, por sugerencia de su psiquiatra, adoptó un cachorro que le sirviera de compañía y para aliviar su depresión.

En un descuido, el cachorro abrió un cajón y destruyó todas las medias de Toogood, excepto dos disparejas, que él usó para ir a su hospital ese día. Cuando los colegas se dieron cuenta, y él les contó la historia, decidieron solidarizarse con él e ir al día siguiente con medias disparejas. Se tomaron fotos y las subieron a redes sociales con la etiqueta #CrazySocks4Docs. En pocos años, la campaña le dio la vuelta al mundo.

Desde que conocí la historia decidí impulsarla en Colombia, como forma de sensibilizar a los colegas en la importancia de tomar medidas para prevenir el suicidio en el personal de la salud.

Hoy, puedo decir que soy un activista de las medias locas porque la salud mental de los médicos, de distintas especialidades, es un asunto de urgente atención y un debate que por ahora no concluye.

Esa causa, simbolizada en una prenda como las medias, terminó por convertirse en mi sello. Al punto de que si Olga María me ve salir de la casa con medias parejas u oscuras me regaña.

Pacientes y amigos ahorran tiempo conmigo cuando se trata de un regalo: nada mejor que unas medias locas.

*

Termino de escribir el anterior párrafo y escucho la voz de Fito en mi cabeza:

—Deberías ser conocido por todo el mundo como "el psiquiatra de los gatos".

*

La última vez que fui a Armero, poco antes de la pandemia, visité el "monumento" improvisado y espontáneo que muchos feligreses han ido erigiendo en homenaje a Omaira Sánchez, en el sitio donde ella falleció. El lugar, la escena, las decenas de placas de gratitud por los milagros recibidos, me conmovieron de nuevo. Muchos atribuyen a esa niña poderes milagrosos. Corrijo: muchos le *atribuimos* a Omaira poderes milagrosos.

Ese día quise ir solo. Llevaba en mis manos dos ramos de flores. Me quedé largo rato en silencio frente al lugar tratando de imaginar la terrible muerte de ese ser inocente que prácticamente murió frente a las cámaras de televisión, mientras que, cuatro cuadras más arriba, los socorristas de la Cruz Roja a mí sí me pudieron salvar.

Omaira mostró la radiografía de nuestra pequeñez y nuestra pobreza como país. Sentí rabia, esa niña nunca debió haber muerto. Sentí gratitud por mi vida, por estar con vida, por haberme salvado, a pesar de haber quedado enterrado, como le ocurrió a ella.

Gratitud también por todo lo que había aprendido de mí mismo y de la vida a partir de la tragedia de la que me había salvado y de las enseñanzas que pude obtener de todos los acontecimientos posteriores.

—Tenemos que contarle esto al mundo —le recé a santa Omaira, de rodillas— que tu muerte no sea en vano y que el olvido no te

cubra con su manto. Ilumíname, dame fuerzas para poder escribir mi testimonio, mi periplo, mis luchas, mis fracasos y mis éxitos, si es que los he tenido. Quizá algo de lo que pueda decir le sirva a alguien para sufrir menos y amar más la vida, y amar y cuidar tesoros que son los niños como tú.

Algo en mi interior me dice que santa Omaira me escuchó.

*

El segundo ramo de flores lo deposité sobre el suelo de un descampado, el sitio en el que supuse que Amelia y su familia murieron esa noche. Recé por ella y por el bebé que llevaba en su vientre. Padrenuestro… Avemaría… Una vez más, le pedí perdón.

*

¿Es posible amar a los enemigos? En estos tiempos de polarizaciones parecería un sinsentido. Pero, por eso mismo, ahora más que nunca ese debería ser un camino necesario. En el sermón de la montaña Jesucristo nos dice: "Amad a vuestros enemigos". Es, tal vez, su frase más revolucionaria y difícil. Es una idea que también siguen otras religiones, principalmente el budismo, al que intento acercarme cada vez más.

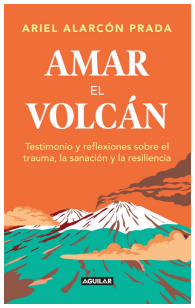
¿El volcán fue mi enemigo? En muchos momentos de mi vida, sin duda, lo fue y así lo sentí: un asesino que quiso matarme, que me quitó una pierna y que mató de un tajo a mi mujer, a mi hijo y a 25.000 hermanos.

¿Se puede amar a alguien que hizo eso, dios del inframundo, Vulcano, maldito dragón del fondo de la Tierra?

Me tomó treinta y tantos años aprender a aceptarlo, incluirlo, comprenderlo y darle su lugar en mi vida. Releyendo este libro por última vez puedo concluir que le agradezco al volcán por todas sus enseñanzas.

A su pesar, y al mío, tengo que aceptar que el volcán ha sido un sabio consejero. Gracias a él puedo decir que, tras un duro y doloroso trasegar, aprendí a amar mi adversidad y mi vida —en medio de ella y por ella—. Amar la adversidad, pero ¿también amar a quien la causó?

En un acto de una profunda espiritualidad —de exorcismo— puedo decir que es posible amar el volcán.



Ariel Alarcón Prada era médico rural en el hospital mental de Armero, Tolima, cuando la noche del 13 de noviembre de 1985 una devastadora avalancha sepultó el pueblo, en lo que ha sido la peor tragedia natural en la historia de Colombia.

Alarcón estuvo dos días atrapado en el lodo y perdió una pierna debido a las heridas. Sobrevivir y rehabilitarse no solo implicó un desafiante proceso médico, sino que marcó el inicio de un profundo viaje en busca del verdadero sentido de la vida. Este libro relata esa experiencia, ofreciendo una serie de reflexiones sobre el manejo del trauma, la resiliencia y la capacidad de sobreponerse a las adversidades.

El autor combina su testimonio con explicaciones sobre diversas terapias, como el mindfulness, la autocompasión, el EMDR y la psilocibina —o terapia con hongos—, proporcionando claves para explorar alternativas en el complejo universo de las enfermedades mentales.



ARIEL ALARCÓN PRADA

Es psiquiatra de la Universidad del Rosario, psicoanalista adscrito a la Sociedad Colombiana de Psicoanálisis, terapeuta EMDR e instructor de mindfulness y autocompasión. Realizó dos fellow en Alemania: en medicina psicosomática en la Universidad de Bonn y en investigación en psicoterapia en la Universidad de Ulm.

Es psicoterapeuta, consultor, conferencista y speaker en temas de salud mental y por 30 años fue docente de psiquiatría de la Universidad del Rosario. Sus investigaciones sobre las causas y consecuencias del estrés en la vida humana individual y colectiva lo han convertido en uno de los expertos más reconocidos en Colombia en ese tema. Es autor de los libros y publicaciones académicas: *Aspectos psicosociales del paciente renal* (2004), *Manual de psicooncología* (coautor, 2009) *Vencer el cáncer* (2012), *Vencer el estrés* (2013), *Médicos bajo estrés* (2015), *Mindfulness y autocompasión para profesionales de la salud que se enfrentan al covid-19* (2020), *Bienestar y resiliencia para profesionales de la Salud* (2022).

Fotografía del autor: © Laura Morales



Título: *Amar el volcán*
Primera edición en Aguilar: noviembre de 2025

© 2025, Ariel Alarcón Prada
© 2025, Penguin Random House Grupo Editorial, S.A.S.
Carrera 7 # 75-51, piso 7, Bogotá D.C., Colombia
PBX: (57-1) 7430700
penguinlibros.com

Diseño de cubierta: Penguin Random House Grupo Editorial /Juan Camilo Ortiz
Ilustración de cubierta: © apatrimonio / Freepik
Ícono de volcán: © sympnoiaicon / Freepik

Penguin Random House Grupo Editorial apoya la protección de la propiedad intelectual y el derecho de autor. El derecho de autor 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 derecho de autor al no reproducir, escanear ni distribuir ninguna parte de esta obra por ningún medio sin permiso previo y expreso. Al hacerlo está respaldando a los autores y permitiendo que PRHGE continúe publicando libros para todos los lectores. Por favor, tenga en cuenta que ninguna parte de este libro puede usarse ni reproducirse, de ninguna manera, con el propósito de entrenar tecnologías o sistemas de inteligencia artificial ni de minería de datos.

ISBN: 978-628-7794-52-8

Conversión a formato digital: Numerikes

Contenido

Amar el volcán
Dedicatoria
Epígrafe
Amelia
El karma del dragón
Desaparecido
Sumergido
Camino al andar
Miembro fantasma
No correrás
Johanna
Depresión
Volver
Encantamiento
Lucía
Re-caer
Quirón
Epitafio

Sobre este libro
Sobre el autor
Créditos